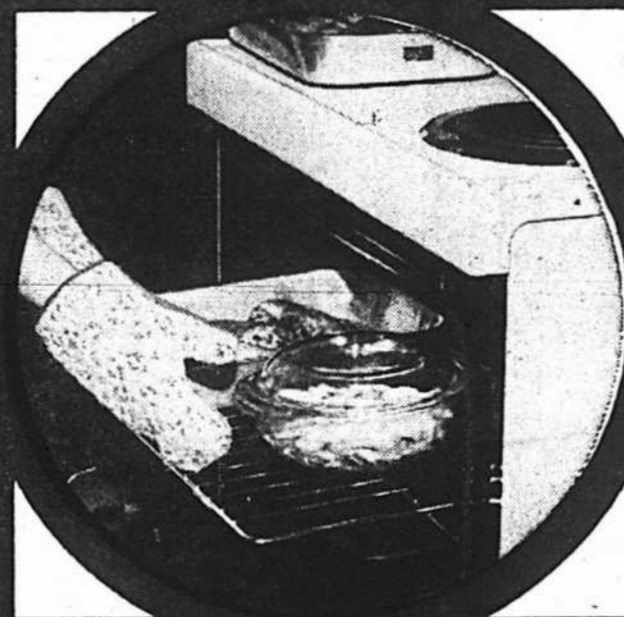
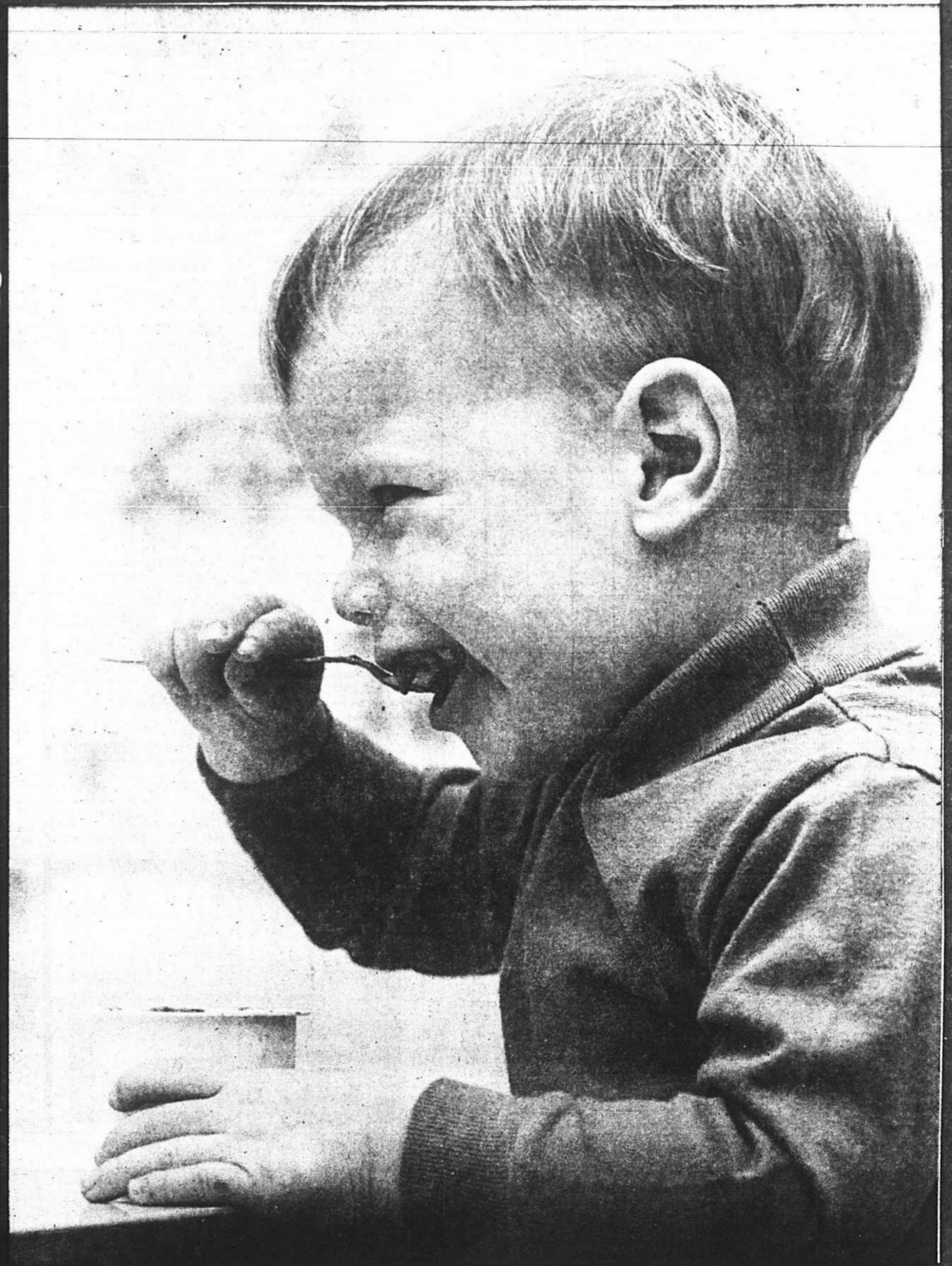


spécial alimentation

ALIMENTATION, SOUCI QUOTIDIEN



GUIDE ALIMENTAIRE CANADIEN

*CEs ALIMENTS SONT BONS À MANGER
CONSOMMEZ-EN TOUS LES JOURS POUR VOTRE SANTÉ
PRENEZ TROIS REPAS PAR JOUR*

L A I T Enfants (jusqu'à 11 ans environ) 2½ tasses (20 onces liquides)
Adolescents 4 tasses (32 onces liquides)
Adultes 1½ tasse (12 onces liquides)
Femmes enceintes ou nourrices 4 tasses (32 onces liquides)

F R U I T S Deux portions de fruits ou de jus de fruits y compris
une source satisfaisante
de vitamines C (acide ascorbique), par exemple,
oranges, tomates, jus de pommes vitaminé.

L É G U M E S Une portion de pommes de terre
Deux portions d'autres légumes
de préférence jaunes ou verts
et souvent crus

P A I N E T C É R É A L E S Pain (avec du beurre ou de la margarine fortifiée)
Une portion d'une céréale à grain entier

V I A N D E E T P O I S S O N Une portion de viande, de poisson ou de volaille
Du foie de temps à autre
Les oeufs, le fromage, les fèves ou les
pois secs peuvent remplacer la viande.
En plus, des oeufs et du fromage au moins trois fois par semaine chacun.

VITAMINE D 400 UNITÉS INTERNATIONALES, DURANT LA CROISSANCE
LA GROSSESSE ET L'ALLAITEMENT
APPROUVÉ PAR LE CONSEIL CANADIEN DE L'ALIMENTATION, 1969
Division de la nutrition — MINISTÈRE DE LA SANTÉ NATIONALE ET DU BIEN-ÊTRE SOCIAL — CANADA

Peut-on se nourrir pour 78 cents par jour?

par Hélène SABOURIN
D'a p r è s le Montreal Diet Dispensary, il était possible en septembre 1970, de nourrir une famille de cinq personnes (deux adultes et trois enfants de 6, 10 et 12 ans) pour la somme moyenne de \$0.78 par jour, par personne.

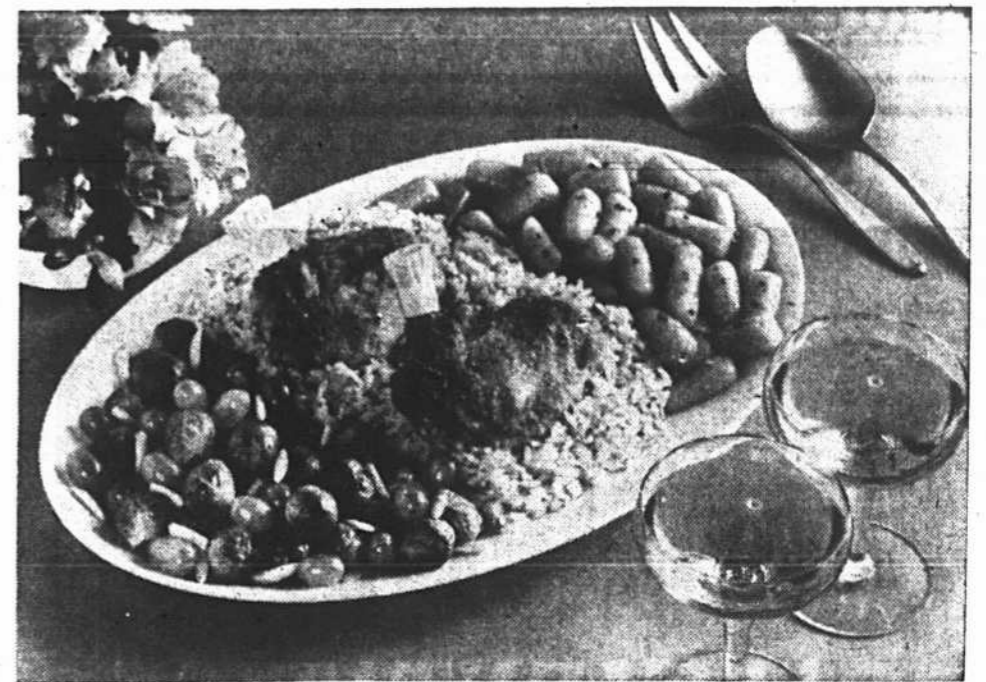
D'autre part, au dire de Mlle Véronique Binek, nutritionniste spécialisée dans la préparation des budgets alimentaires à cette agence sociale, pour en arriver à ces chiffres surprenants, il faut suivre une méthode de travail bien précise. "Tout le monde peut utiliser cette méthode à condition d'être motivé, de vouloir économiser à tout prix, car c'est un procédé qui nécessite du

temps et de la détermination." Un guide essentiel Le Guide alimentaire canadien — une brochure facile à consulter contenant les règles et les explications sur les divers groupes d'aliments indispensables à la santé des gens de tout âge — sert d'outil de base au Montreal Diet Dispensary. "Parmi ces groupes alimen-

taires, nous choisissons les aliments les plus économiques en tenant compte, et cela est important, des habitudes alimentaires." Ce premier travail accompli, Mlle Binek se rend dans trois supermarchés, Steinberg's, Dominion, I.G.A., et dresse une liste de prix. Des relevés se font trois fois par année, soit les premiers des mois de janvier, mai et septembre.

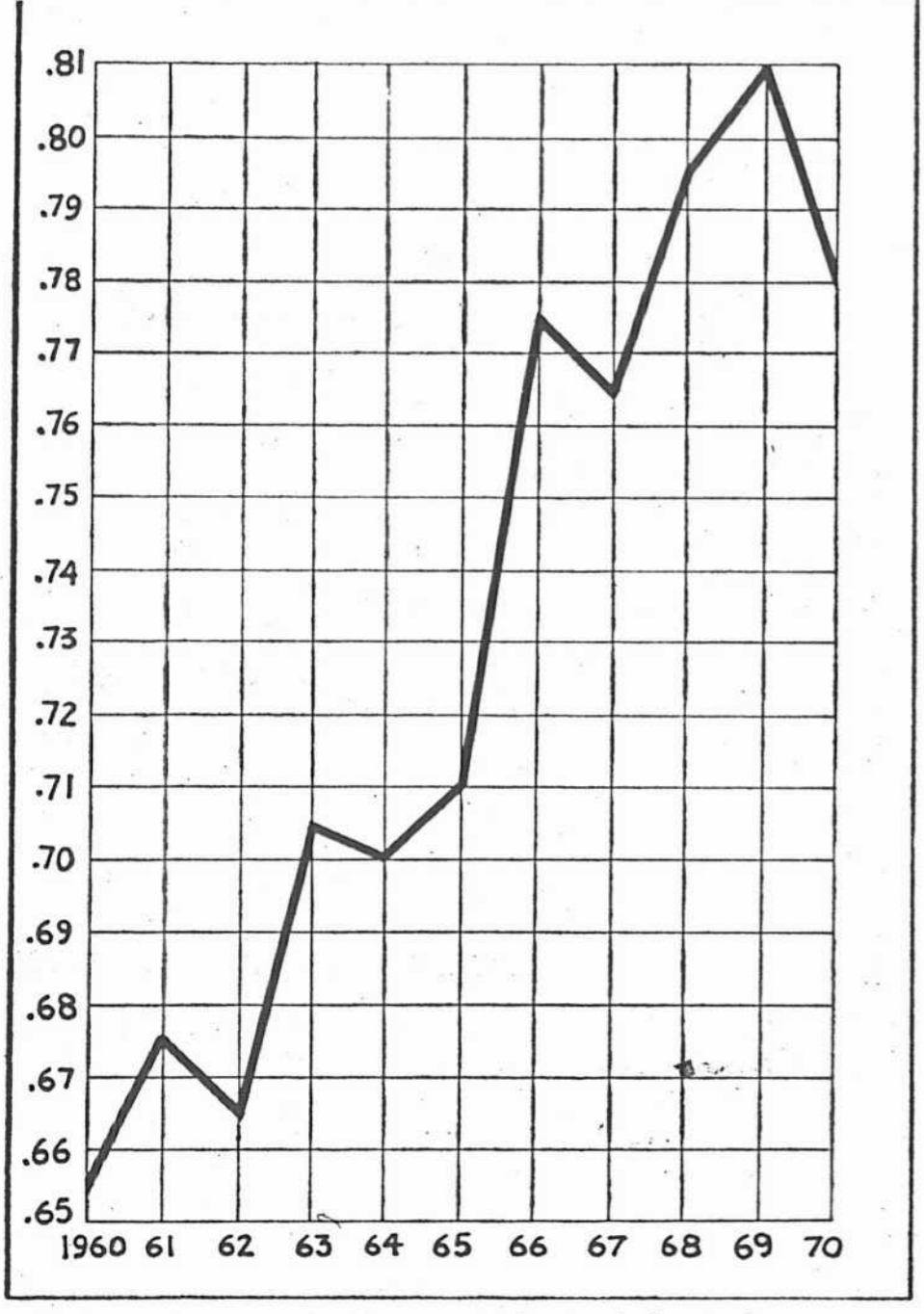
Alimentation, souci quotidien

Rappelons que ce coût est valable pour une famille de cinq personnes (deux adultes et trois enfants de 6, 10 et 12 ans.) Une personne vivant seule ajoutera 35 p.c. à ce montant, un couple sans enfant, 20 p.c. et une famille de deux adultes et un enfant, 10 p.c.



Dîner en tête à tête

1 paquet de choux de Bruxelles congelés. 1/2 t. de raisins verts sans pépins. 2 c. à soupe d'amandes effilées. • Faire cuire les choux de Bruxelles en suivant le mode de préparation donné sur l'emballage. Ajouter du beurre ou non, selon que l'échantillon choisi en contient ou non. • Retirer les choux de Bruxelles, une fois cuits et laisser cuire doucement les raisins dans un peu de beurre fondu, ajouter les amandes. Verser le tout sur les choux de Bruxelles. • Servir avec du riz et du poulet grillé. Accompagner d'un verre de Sauterne.



Le tableau, préparé par le Montreal Diet Dispensary, indique le coût minimum indispensable pour nourrir quotidiennement chaque membre d'une famille de cinq personnes (deux adultes et trois enfants).

Coût moyen des aliments par groupes

La deuxième étape consiste à établir le prix moyen de chacun des aliments en se basant sur les prix fixés dans les trois supermarchés. Un exemple: Si les bananes coûtent 12 cents la livre dans un magasin, 13 cents dans l'autre et 15 cents dans le troisième, le prix inscrit au Montreal Diet Dispensary est de 13 cents.

La troisième étape vise à trouver le prix moyen d'un groupe d'aliments. Exemple: les fruits. En septembre, Mme Binek a choisi les fruits suivants: pommes, bananes, pêches, poires, prunes, raisins secs. Un rapide calcul lui a permis d'établir le prix moyen du groupe-fruits, soit 22 cents la livre.

Coût moyen des aliments par quantités

Les coûts des différents groupes alimentaires établis, il faut calculer les quantités d'aliments requises suivant l'âge et l'activité des gens. Et ensuite ce qu'il en coûte pour ces quantités données.

Ainsi, supposons qu'un enfant de 10 ans doit manger 1/2 livre du groupe-fruits par jour, il lui coûtera donc 11 cents par jour pour les fruits, sachant que la livre se chiffre à 22 cents.

A l'aide de toutes les données recueillies, il devient possible de dresser un tableau des calories (quantités d'aliments) et des coûts alimentaires par jour et par personne.

Un exemple:

	calories requises quotidiennement	coût par jour
• homme (activité moyenne)	3085	\$.76
• femme (activité moyenne)	2374	.61
• enfant de 6 ans	1482	.39
• enfant de 10 ans	2508	.72
• enfant de 12 ans	2508	.72
coût moyen		\$.78

Montreal Diet Dispensary

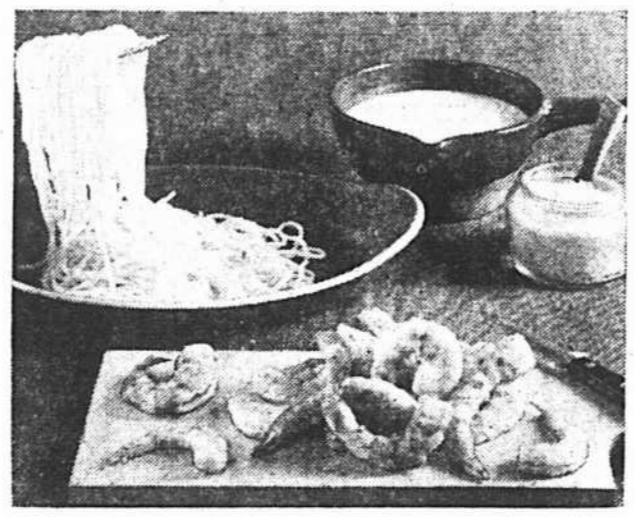
- Une clinique de nutrition qui existe depuis plus de 90 ans.
- Ses objectifs : Fournir une éducation en nutrition aux spécialistes tout comme au grand public. Traiter de l'administration du budget, en particulier du budget alimentaire. Donner des cours de nutrition. Préparer des diètes et au besoin fournir des suppléments de nourriture aux personnes nécessitées. Faire des recherches en nutrition prénatale. Etablir des liens de consultation auprès des agences de santé et de Bien-être. (A noter que ces agences utilisent les relevés du Montreal Diet Dispensary pour établir les coûts minimum adéquats pour alimentation et autres secteurs de la consommation et aussi pour fixer le montant des allocations).
- Une clinique où l'on peut apprendre à bien se nourrir avec un budget minimum à condition d'être référée par une agence sociale ou un médecin. Exception faite pour les femmes enceintes qui peuvent se présenter de leur propre chef.

Crevettes à l'italienne

- 1 livre de crevettes congelées
- 8 onces de spaghetti (1/2 paquet)
- 2 c. à soupe de beurre
- 2 c. à soupe de farine
- 1/2 c. à thé de sel
- 1 pincée de poivre de Cayenne
- 2 c. à thé de jus de citron
- 1 t. de crème légère
- 2 jaunes d'œufs battus
- 1/2 t. de Parmesan râpé

cuire les crevettes dans un court-bouillon épicé, pendant deux ou trois minutes. Rincer et nettoyer les crevettes. (On peut choisir des crevettes congelées déjà nettoyées).
—Faire cuire le spaghetti en suivant le mode de préparation donné sur l'emballage.
—Faire fondre le beurre, incorporer la farine, le sel, le poivre de Cayenne et le jus de citron. Mouiller avec la crème

et une tasse d'eau (ou de court-bouillon des crevettes). Faire cuire en remuant puis incorporer délicatement les jaunes d'œufs légèrement battus.
—Ajouter les crevettes et laisser réchauffer sans bouillir.
—Verser le spaghetti dans un plat allant au four, recouvrir avec les crevettes en sauce; saupoudrer le tout de fromage râpé et passer sous le gril pour faire prendre couleur.



NOROL
PRODUCTS LTD. — AU SERVICE DU PUBLIC DEPUIS 1930

1175, rue MILL — 937-3556

SELECTION : nous recevons tous les jours de Calgary, des camions remorques remplis de centaines de quartiers de bœuf de marque rouge ou bleu.

VIELLI : notre bœuf est suspendu durant deux semaines avant le dépeçage.

PREPARATION : le bœuf est pesé et dépeçé par nos bouchers experts sous votre supervision.

PRIX : les prix du bœuf sont sujets aux fluctuations du marché. Pour les prix en vigueur cette semaine, téléphonez-nous.

PRODUITS : DERRIERE DE BOEUF — CROUPE LONGES — COTE DE BOEUF — DEVANT DE BOEUF — COTE DE PORC — COTE DE VEAU

DERRIERE DE BOEUF
Vieilli — Marque rouge
Dépeçé et emballé selon vos goûts

- T-Bone
- Porterhouse
- Côtelettes de bœuf
- Steak de surlonge
- Filet mignon
- Bœuf en cubes
- Bœuf à bouillir
- Pointe de surlonge
- Steak de Boston
- Steak de ronde
- Rôti de croupe
- Steak de flanc
- Steak haché
- 140 à 160 lb

APPELZ
M. LANOIE
ou **M. SY**
937-3556

La majorité délicateuse

La majorité des pâtes alimentaires achetées au Québec sont de marque CATELLI. Il doit y avoir de délicieuses raisons...

CATELLI
le favori

C'est toujours le temps des bleuets

CREPE AU FOUR

- 4 oeufs
- 1/4 t. de farine tout usage
- 1 c. à soupe de sucre
- 1/2 t. de lait ou de crème légère
- 3 t. de bleuets congelés
- 1/2 t. de sucre
- 1/4 t. d'amandes effilées

—Battre les oeufs, incorporer la farine, le sucre et le lait pour obtenir une pâte coulante. Verser cette pâte dans une poêle pouvant aller au four.

—Laisser cuire dix minutes dans un four (préchauffé) à 425 degrés et poursuivre dix minutes à 375 degrés.

—Faire dégeler les bleuets à demi et les faire cuire avec un tiers de tasse de sucre.

—Lorsque la crêpe est bien dorée et que les bords "fritent" tout autour de la poêle, verser les bleuets au centre.

—Saupoudrer d'amandes et de sucre glacé et servir aussitôt.

BLEUETS EN BEIGNETS

- 1 1/2 t. de farine

- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 2 c. à soupe de sucre
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/2 t. de lait
- 2 oeufs
- 1 t. de bleuets décongelés, égouttés
- sirop de bleuets

Alimentation, souci quotidien

—Mélanger la farine, le sucre le sel et la poudre à pâte. Faire un puits au centre de ces ingrédients secs et y verser le lait. Ajouter les jaunes d'oeufs battus légèrement

et mélanger jusqu'à ce que l'œuf obtienne une pâte lisse.

—Incorporer les bleuets puis les blancs battus en neige ferme. Laisser au réfrigérateur pendant une demi-heure.

—Faire cuire les bleuets en boulettes à l'aide de deux cuillères trempées dans de l'eau chaude et faire frire en friture profonde jusqu'à ce qu'elles soient dorées.

—Servir avec des languettes de bacon grillé et du sirop de bleuets.

—Faire cuire les bleuets avec une tasse d'eau sur feu doux, pendant une quinzaine de minutes.

—Passer au travers d'un tamis.

—Ajouter le sucre et le jus de citron et poursuivre la cuisson une quinzaine de minutes.

—Laisser refroidir avant de servir.



Poisson congelé

OTTAWA (PC) — En 1972, Clarence Kirdsey, un jeune biologiste américain, découvrit accidentellement, lors d'un séjour au Labrador, un secret qui a été le point de départ d'une industrie nouvelle: les aliments congelés. Il avait vu, à cette époque, les Esquimaux prendre du poisson par des températures de 50 degrés sous zéro, qui gelaient presque immédiatement au sortir de l'eau. Plusieurs mois après, ils avaient gardé le savoir du poisson fraîchement pêché.

Aujourd'hui une grande variété de poissons d'eau salée ou d'eau douce est préparée en filets, emballés et congelés, soit crus, soit cuits. Le ministère fédéral des Pêcheries conseille à ceux qui veulent s'assurer d'une qualité impeccable de n'acheter que des paquets portant une feuille d'éralde imprimée, avec les mots "Canada inspected".

Ne pas dégeler

Lorsque c'est possible, il vaut mieux faire cuire les filets sans les faire dégeler. Les filets cuits à l'avance ne doivent pas être dégelés. Si on est obligé de les faire dégeler, pour les séparer, les farcir, les faire frire ou les faire cuire au four, il faut surveiller le dégel.

et les faire cuire dès que celui-ci est terminé.

Sous aucun prétexte il ne faut garder du poisson dégelé plus d'une journée.

Pour faire dégeler un paquet d'une livre de filets, il faut sortir le poisson de son emballage et le laisser reposer à la température de la pièce pendant 30 minutes.

Pour faire dégeler entièrement les filets, il faut placer le paquet, non ouvert, dans le réfrigérateur. Un paquet d'une livre prendra 24 heures à dégeler de cette façon.

Pour un dégel complet plus rapide, il faut placer le paquet non ouvert dans un récipient profond et le couvrir d'eau froide. Il faut ensuite placer le récipient sous un robinet d'eau froide, pendant environ trois heures.

Il n'est pas conseillé de faire dégeler complètement le poisson à la température de la pièce ou en le plongeant dans

l'eau chaude, les filets perdent leurs jus naturels plus facilement de cette façon.

Le pain enrichi est-il si nourrissant?

TORONTO (PC) — Pour répondre à un expert qui juge le pain commercialement enrichi inapte à assurer une bonne nutrition, le Conseil canadien des boulangeries a déclaré hier que l'homme n'avait jamais été créé pour ne se nourrir que de pain.

"Personne ne songerait un instant à prétendre qu'on ne puisse manger que du pain pendant neuf jours, comme le suggère l'expérience de ce scientifique", a affirmé le Conseil.

L'organisme répondait ainsi à une déclaration du Dr Roger J. Williams, expert en nutrition de l'Université du Texas qui, à titre d'expérience, a nourri des rats de laboratoire uniquement avec du pain enrichi dans des boulangeries commerciales.

Après 9 jours, a observé le scientifique, 4 rats étaient morts de malnutrition et les autres souffraient de rachitisme.

"Ce rapport injuste est susceptible de jeter l'apprehension dans le grand public qui consomme du pain blanc enrichi... a affirmé le Conseil.

COURS SPECIAUX SUR LES VINS

Les cours débutent le 2 nov.



DEMANDEZ NOTRE PROSPECTUS

INSTITUT NATIONAL DES VIANDES INC.
10,216 Boul LAJEUNESSE
389-8241

LA BONNE CUISINE! EN 2 TEMPS 3 MOUVEMENTS!

Cours pratiques et démonstrations Viandes et desserts

4 semaines (1 fois par semaine, 3 h. chaque fois)

- Etude des coupes de viande
- Rôti, braisé, sauté
- Pâtisseries françaises
- Fondues
- et mille autres secrets pour l'hôtesse accomplie

JEUDI 19 novembre de 13 h à 16 h

LUNDI 23 novembre de 19 h 30 à 22 h 30

Appelez 861-0437... tout de suite!

ÉCOLE CULINAIRE POL MARTIN

1434 ouest, rue Sainte-Catherine, bureau 405



Recettes de poisson

On peut obtenir ces brochures consacrées à la préparation du poisson, des crustacés et des coquillages, qu'ils soient frais, en conserve ou congelés, en s'adressant à la Direction de l'Information et de la Consommation au ministère des Pêches et des Forêts, à Ottawa.

Onze "Grands" pour défendre les intérêts de la gastronomie

PARIS. (AFP) — Onze grands chefs cuisiniers français, patrons de restaurants mondialement célèbres, déclarent, dans les derniers jours de septembre, de s'ériger en société anonyme pour défendre les intérêts de la gastronomie. Il ne s'agit pas de faire de la propagande pour leurs établissements. On sait que les hauts-lieux de la grande cuisine ne peuvent accueillir qu'un nombre restreint de clients et qu'il est recommandé de réserver sa table. Questions d'intérêt mises à part, ces "Grands" veulent faire la propagande de l'art culinaire. Devoir urgent, pensent-ils. Aussi sont-ils décidés à se déplacer souvent. L'un ou l'autre d'entre eux fera un gala à New York, or-

ganisera un banquet à Londres...

La table de trop de milliardaires est médiocre, mais, déclarent les Onze, "il n'y a pas que les riches qui doivent bien manger" et il y a encore des gens simples "qui mangent bien".

Donner envie de s'asseoir à la table

Ce goût de la qualité, ces traditions simples comme de déboucher les vins un peu à l'avance pour qu'ils puissent s'oxygéner, d'exiger un rôti bien découpé, les Onze espèrent les redonner. Il n'est pas question d'indiquer le meilleur caviar ou la meilleure façon de préparer les ortolans. On veut rendre la saveur à la cuisine familiale. Dans un pre-

mier temps, on examinera le contenu des conserves pour indiquer celles qui, à prix à peu près égal, excellent.

On se délecte à la campagne de légumes frais, de fruits cueillis mûrs et qui n'ont pas séjourné dans des wagons et des entrepôts. Les citadins pourraient se nourrir mieux. On ne demande pas à la femme qui se lève tôt pour aller à son travail d'écousser des petits pois, mais on lui dit quelles sortes de petits pois, quelles marques elle doit employer.

Quand les consommateurs se montreront plus exigeants, la compétition sera plus attentive. La gastronomie en boîte servira le prestige de la gastronomie française, augmentera les exportations.

Les Canadiens ont consommé 86 millions de livres de "chips"

(UPI) — En 1969, 86 millions de livres de pommes de terre "chips" ont été consommées au Canada, ce qui donne une moyenne de 4.07 livres par habitant.



SALON INTERNATIONAL DE L'AGRICULTURE ET DE L'ALIMENTATION

PLACE BONAVENTURE
31 OCT - 8 NOV

ENEZ VOUS DETENDRE EN FAMILLE

- Démonstrations et spectacles continus
- A LA PISTE CENTRALE
 - Présentation d'animaux de race — tous les animaux de la ferme
 - Spectacle de dressage et d'équitation
 - Le Cirque Garden Brothers — Eléphants — Poney savants
- AU COIN DES BONNES IDEES:
 - "Le Temps des Belles" — défilé de modes Simpson-Sears
- AU CENTRE DE DEMONSTRATION
 - Démonstrations culinaires — cuisson du boeuf — agneau — les fondues — le lait écrémé — les produits de la mer — En vedette Jehane Benoit et Germaine Gloutnez

Ouvert tous les jours de 10 heures à 22 heures.

Prix d'entrée: adultes \$1.50 enfants \$0.50

—PRIX DE PRESENCE
— 1 moto-neige par jour
BINGO CONTINUEL

Voyez plus de 2,500 oiseaux et animaux vivants. Entrez dans la ronde, dansez avec les folkloristes "Marie Calumet". Venez déguster de bons petits plats de la France, de l'Italie, de l'Allemagne, de la Suisse, de l'U.R.S.S. et du Canada.

Prenez le Métro!

DÉLICIEUX METS CHINOIS

... à déguster chez vous

Madame, faites une agréable surprise à votre famille en servant un savoureux repas à la chinoise... sans grever votre budget et sans longue préparation pour vous. Hum, quel délice.

Pensez aussi aux produits Wong Wing pour une réception qui vous fera une réputation d'hôtesse parfaite.

Essayez-les tous!

- "Egg Rolls" — Poulet à l'ananas
- Côtes "spareribs" sèches à l'ail
- Côtes "spareribs" aigres-douces
- Riz frit à la chinoise — Variété de diners combinés — Soupe Won-Ton — "Plum Sauce"
- Sauce à "spareribs" secs à l'ail
- Ailes de poulet sèches à l'ail
- Crevettes aigres-douces
- Yet-Ca-Mein — Won-Ton frit
- Poulet en cubes aux amandes
- Riz à la chinoise
- Assaisonnement chinois — Sauce aux cerises — Sauce soya

Essayez dès aujourd'hui les délicieux mets Wong Wing et profitez de notre offre de remboursement.

WONG WING FOOD
PRODUCTS CO.
MONTREAL, QUEBEC, CANADA — 861-5571

BON DE REMBOURSEMENT

Envoyez-nous 3 sections d'emballage portant le mot CANADA de n'importe quel produit Wong Wing et nous vous rembourserons \$1.00.

WONG WING PRODUCTS CO. 1088A ST-URBAIN

Bien manger, c'est bien penser

Pour nettoyer facilement le réfrigérateur



Utilisez 3 cuillerées à table de soda à pâte Cow Brand par pinte d'eau chaude.

Taches et odeurs disparaissent.

Le soda ne laisse ni pellicule ni senteur particulière.

Cette méthode est si sûre et si efficace que d'importants manufacturiers de réfrigérateurs la recommandent.

Demandez notre brochure gratuite contenant recettes et conseils pratiques en écrivant à: Church & Dwight Ltée, édifice Sun Life, Montréal, Québec.

LE SODA À PÂTE COW BRAND

par Mariane FAVREAU

Pour bien penser, il faut bien manger! C'est à cette conclusion qu'on en arrive après la lecture d'un livre qui n'a rien pourtant d'un recueil de recettes: "La volonté, l'attention, la mémoire" de Robert Tocquet, publié aux Editions de l'Homme.

Qui n'a dans son enfance mangé du poisson parce que



- HUITRE
- CREVETTE
- SCAMPI
- PALOURDE
- et autres fruits de mer



1855, BOIS-FRANC
(coin boul. Laurentien)
336-3163

c'est bon pour l'intelligence? des carottes, pour les yeux? des épinards pour être fort? Mais, en vieillissant, si on répète les mêmes rengaines à nos propres enfants, c'est en y croyant plus ou moins.

Mais voilà! L'auteur de cet ouvrage nous informe que le cerveau a particulièrement besoin de calcium et de phosphore. Et que ces éléments soient consommés dans des rations alimentaires où on les trouve dans un rapport optimal.

Et où trouver ces bénéfiques éléments? Dans le lait et ses dérivés, les fromages. "Lait et fromages constituent donc les aliments de choix du travailleur intellectuel", de dire M. Tocquet.

Mais pas n'importe quelle sorte de fromage: on recommande particulièrement les fromages à pâte ferme comme le Port-Salut, le Cantal, le Hollande, le Gruyère et le Oka.

Mais comment ceux qui n'aiment ni le lait, ni le fromage dur peuvent-ils avoir les idées claires, l'imagination vive et la mémoire fidèle? Il leur reste d'autres aliments "moins favorables" mais tout de même utiles: les oeufs, le germe de blé, les amandes, les noix et noisettes.

Ces dernières, "amandes, noisettes et noix peuvent être introduites dans les menus de l'intellectuel, de dire M. Tocquet, à l'égal des aliments les plus substantiels." Il précise du reste qu'ils ont été, à n'en pas douter, à la base de l'alimentation des hommes préhistoriques.

Ce qu'ils ont dû en manger les noix, nos ancêtres, pour passer de la masse au spoutnik!

A éviter si l'on travaille du cerveau

On signale cependant qu'il faut éviter les aliments trop alcalins ou trop acides. Les menus trop chargés en viandes et en graisses, en sucre et en fruits acides. Les excès de pommes de terre par exemple ne seraient pas du tout favorables au cerveau.

Enfin, pas plus que la grossesse, les excès de sommeil ou de bains de soleil ne seraient recommandables. Il ne faut pas chercher plus loin la raison des lubies des femmes enceintes: elles ont sans doute le cerveau ramolli!

D'autres éléments jouent un rôle important dans le fonctionnement cérébral, tel le magnésium. On en trouve sa part dans le pain complet, le sel marin non raffiné, le germe de blé, et le chocolat.

Alimentation, souci quotidien

Le magnésium contenu dans ces aliments assurerait au cerveau une longue jeunesse et faciliterait également le travail de la mémoire.

D'autre part, les intellectuels et tous ceux qui veulent le devenir feront bien de s'habituer à certains mets généralement boudés dans nos familles: la foie, la cervelle, le ris de veau, les rognons. Sans oublier le poisson, riche en phosphore et en calcium.

On signale également que le café ne devrait pas être la boisson préférée du travailleur intellectuel. S'il permet à un cerveau fatigué de continuer à fonctionner, il ne nourrit pas. Enfin, dernier conseil que donne l'auteur que nous consultons: la sobriété à table.

Un bébé intelligent

Partant de ces principes, n'y aurait-il pas moyen d'assurer à nos enfants une bonne intelligence grâce à une bonne alimentation?

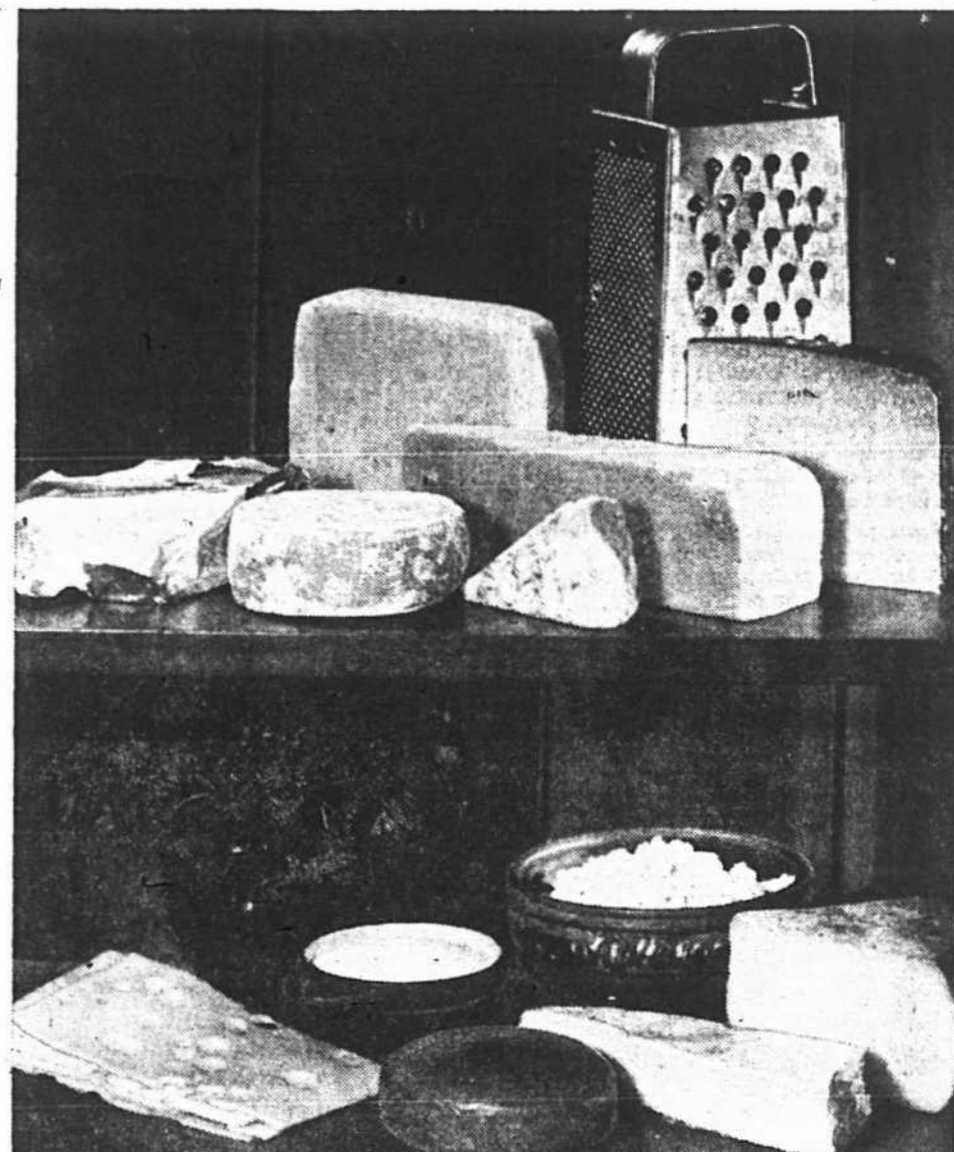
Chose certaine, tous les aliments mentionnés jusqu'ici sont d'excellente valeur alimentaire. Et si les noix et amandes ne sont pas recommandables pour les bébés, rien n'empêche de multiplier les repas de poisson, de foie.

Plutôt que de faire croquer un vulgaire biscuit, pourquoi ne pas donner au bébé affamé un carré de fromage? Son cerveau ne s'en portera que mieux.

Et les enfants qui sont si friands de chocolat auront maintenant une raison irréfutable d'obtenir ce qu'ils désirent. Qui pourrait refuser cette douceur à un enfant qui dirait: "Maman, je sens que mon cerveau a besoin d'une tablette de chocolat."

Les dépenses d'alimentation

Un chiffre qui vous étonnera: moins de 20 pour cent des dépenses du consommateur sont consacrées à la nourriture.



Pour avoir les idées claires le fromage est tout indiqué.



Calculateur de poche

Ce petit "calculateur de prix", préparé par les Services consultatifs de l'alimentation du ministère de l'Agriculture du Canada, permet de comparer rapidement deux marchandises de prix différents. Entre deux boîtes de tomates, l'une de 28 onces marquée 35 cents l'autre de 19 onces marquée 29 cents, quel est le meilleur achat? Ce calculateur permet de comparer les prix de l'une et de l'autre par unité (once, livre, boîte, paquet, portion, etc...). Dans ce cas précis, la boîte de 28 onces est un meilleur achat. On peut obtenir ce calculateur, format de poche, (.75 cents), chez l'Imprimeur de la Reine, à Ottawa ainsi que dans toutes ses succursales.

Le plus grand FOURNISSEUR DE SANDWICHES pour tous genres de réunions

Sandwiches préparés de main de maître en diverses formes attrayantes — triangles, roues à fuseaux, rubans doubles, etc. — et tous amplement garnis de tranches de jambon et de dinde, de salade de poulet et de salade d'oeufs.

48 sandwiches cocktails, c'est suffisant pour 6 à 8 personnes: \$3.25

PEGROID LTÉE
Fraîcheur et qualité font notre renommée

4075, rue SAINT-DENIS 844-3901

Délicieux repas à l'italienne

PIAZZA TOMASSO

MAINTENANT Six de mes spécialités Piazza Tomasso sont en vente au comptoir réfrigéré de votre magasin d'alimentation préféré.

Pain à l'ail **PIAZZA TOMASSO**
EN VENTE DANS TOUS LES SUPER-MARCHES

Vous obtenez plus pour votre argent CHEZ

marché ACTION market

MELANGES A GATEAUX DUNCAN HINES 39¢ par

LAIT EVAPORE CARNATION BOITE 16 OZ 2 pour 35¢

MADAME, CHOISISSEZ

TOUS LES JOURS

- * la mode
- * les personnalités féminines
- * dans ce monde d'aujourd'hui
- * les secrets de polichinelle
- * l'horoscope
- * le courrier astrologique de Lise Moreau
- * votre médecin vous parle

LE LUNDI

- * parlons tricot
- * bricoli, bricola, bricolons les petits

LE MARDI

- * la bonne table
- * entre la poire et le fromage

LE MERCREDI

- * le psycho-test
- * la vedette astrologique de la semaine

LE SAMEDI

- * vivre aujourd'hui
- * le psychologue et vous
- * le dialogue conjugal

ET AUSSI

- * les parties de cartes
- * les événements sociaux
- * la vie mondaine
- * aidons-nous

LES PAGES FÉMININES DE
la presse

COFFEE RICH

Le complément parfait de votre café comme de vos céréales

Goûtez cette saveur particulière. Coffee Rich, produit oléagineux comestible, laisse ressortir toute la saveur naturelle du café. Coffee Rich est délicieux, sans être lourd. Il se mélange instantanément et de façon homogène. C'est un régal!

Et sa fraîcheur! Coffee Rich reste frais pendant 3 semaines au réfrigérateur... pendant des mois au congélateur.

Quel avantage!

Achetez un carton de Coffee Rich dès demain. Vous le trouverez au comptoir de produits congelés de votre supermarché.

Rich's COFFEE RICH

\$1.00

Le tir aux dindons Swanson

\$1.00

Vous pouvez gagner jusqu'à un dollar!

Achetez quatre produits Swanson à la dinde (différents) et nous vous rembourserons un dollar.

Achetez-en trois (différents) et nous vous remboursons 75 cents; deux et nous vous remboursons 50 cents.



Jamais il n'a été si intéressant... de s'intéresser aux plats Swanson à la dinde. Voici que vous pouvez économiser tout en régaland votre famille avec ces délicieux plats à la dinde. Alors visez bien! Et n'oubliez pas que plus vous tirez de dindons, plus vous y gagnez!

OFFRE DE REMBOURSEMENT POSTAL

Achetez deux, trois ou quatre produits différents Swanson à la dinde. Découpez le nom du produit à la dinde sur le dessus de chaque boîte et postez-le avec ce formulaire à:

TIR AUX DINDONS SWANSON
C.P. 8800,
St-Jean, N.-B.

Veuillez remplir le formulaire suivant:

- Voici quatre preuves d'achat différentes. Remboursez-moi \$1.00.
- Voici trois preuves d'achat différentes. Remboursez-moi 75¢.
- Voici deux preuves d'achat différentes. Remboursez-moi 50¢.

Nom _____
(en lettres moulées S.V.P.)
Adresse _____
Ville _____ Prov. _____

Au Canada seulement. Une seule offre par famille. Offre nulle partout où elle fait l'objet de taxes, restrictions ou interdictions légales. Valable jusqu'au 31 décembre 1970. Délai de remboursement: 3 semaines.

TIR AUX DINDONS SWANSON

Pour l'été '71, des "ensembles vacances"

par Michèle BOULVA

L'été prochain, il faut parler "d'ensembles-vacances" plutôt que de maillots de bain ou de bikinis. Voilà ce qui ressort principalement du Marché national de mode de plage qui se tient à Montréal jusqu'à demain.

A peine, en effet, venez-vous de remiser vos tenues estivales pour affronter l'hiver, qu'une vingtaine de manufac-

sage lacé, une taille découpée, d'autres possèdent une juquette partant des hanches, une culotte short (très en vogue), un corsage blouson ou tablier.

Puis, il y a plus que jamais les deux-pièces et les bikinis. Les U très décolletés choisis des U très dégagés ou des V profonds, alors que les soutiens-gorge deviennent parfois "ajustables", chaque bonnet pouvant être éloigné du centre

kinis, short ou bermuda, dans des tissus ultra-légers, souples, moulants.

Les laqués

Outre les jerseys de nylon et les tricots doubles Helanca, on trouve énormément des nylons Spandex laqués imitant le cuir mouillé. Même le coton s'élasticise ou bien préfère s'allier au polyester ou au terylène dans des voiles très légers.

Côté couleur, le noir fait un retour remarqué et cotoie les imprimés vifs les plus variés: hawaïen, japonais, africains, aztèques, indiens, floraux, patchwork, géométriques, reptiles. Beaucoup de brun, de rouge, de mauve.

Et des détails qui ne sont plus tout à fait nouveaux mais qui sauront encore plaire: pastilles de plastique ou nocuds

gitans aux côtés d'une culotte, anneaux métalliques parcourant aussi une culotte bikini, têtes de clous, attaches métalliques. Quant aux hommes, la

mode continue de les choyer; les imprimés et les couleurs vives ne pourront que leur plaire dans des maillots bermuda, short ou bikini!

Le prince Charles aux Barbades

BRIDGETOWN (Reuter) — C'est par une réception typiquement barbadienne que le prince Charles a été salué à son arrivée dans l'ancienne colonie anglaise pour une visite de quatre jours.

Plus de 1,000 personnes, pour la plupart des jeunes, ont acclamé le jeune héritier au trône d'Angleterre, le prince Charles, à l'aéroport Seawell dès qu'il est descendu d'avion.

Partout le long du parcours de douze milles qu'il devait suivre pour se rendre à l'hôtel du Gouvernement, des centaines d'autres personnes lui ont souhaité la bienvenue.

Le prince, qui répondait à une invitation du premier ministre Errol Barrow, arrivait des Bermudes où il avait assisté aux fêtes pour célébrer le 350e anniversaire du gouvernement autonome.



photo Antoine Désilets, LA PRESSE

Robert Wolfe et Louis Perrier examinent un collier en or fusionné et or brillant. Le joaillier Perrier travaille en collaboration avec le peintre-graveur Wolfe dans l'élaboration des bijoux.

Les bijoux d'art de Louis Perrier

par Mariane FAVREAU

Louis Perrier est un nom de plus en plus connu en joaillerie. Et non seulement à Montréal mais également à l'étranger. Une de ses bagues d'or avec émeraude, saphir et diamant fait partie de l'exposition "Goldsmith '70" qui fait le tour des musées des États-Unis.

En ce moment, il expose à la Centrale d'Artisanat du Québec (succursale de la rue Peel) quelque 70 bijoux ayant tous ce cachet particulier qui fait son originalité.

Cachet difficile à définir mais qui se traduit par une élégance de formes, une délicatesse de l'exécution qui n'ont pourtant rien de mièvre. C'est que M. Perrier donne à l'or 18 carats qu'il utilise des textures qui accrochent la lumière, des formes qui retiennent l'attention.

D'ailleurs, dans la conception d'un bijou, il travaille de concert avec l'artiste Robert Wolfe. Celui-ci, peintre et graveur, enseigne également aux Beaux-Arts (Université du Québec).

D'abord attiré par les formes si petites que réalise le joaillier, il voyait un lien entre ce métier et son travail de graveur. Et depuis près de quatre ans maintenant, il collabore avec Louis Perrier à la conception de formes nouvelles, originales et belles.

Technique personnelle
Quant à ce dernier, s'il a appris son métier dans divers ateliers de joailliers d'ici, il a

également fait un stage en France. Mais c'est de lui-même, à la suite de recherches et d'expériences personnelles, qu'il a développé et mis au point sa technique. Celle de l'or fusionné, par exemple, qui donne au bijou une surface finement granuleuse.

Perrier pratique également "l'or vert" fait d'un alliage d'or et d'argent purs, fins. L'or vert est d'une texture et d'une couleur plus raffinées et il y a peu de joailliers qui le travaillent.

Les pierres précieuses, émeraude, rubis, saphirs, diamants, sont souvent intégrées aux bijoux signés L.P.W. (Louis Perrier-Wolfe).

Et Robert Wolfe souligne que souvent la forme ou la taille d'une belle pierre inspire, lui sert de point de départ pour la conception d'un bijou. Il l'élabore alors sous forme de dessins ou de maquettes de cire.

Broches, bagues, tours de cou, bracelets-bagues, chacune des pièces est unique, précise M. Perrier. Certaines créations sont à charnières: une pièce mobile recouvre ou découvre, selon sa position, une partie du bijou. Mais tout est bien équilibré, souligne M. Wolfe, et le bijou est aussi intéressant dans un cas et dans l'autre.

M. Perrier a déjà fait une magnifique petite sculpture d'or. S'il obtient la bourse qu'il a demandée au gouvernement, il s'adonnera à d'autres recherches dans ce domaine. Il est également dans ses projets

de trouver une alliance pour l'or, les pierres précieuses et le plastique. Ce dont Robert Wolfe semble très enthousiaste.

Un atelier à Montréal

M. Perrier vient tout juste d'emménager dans son nouvel atelier, rue de la Montagne. C'est jeudi soir qu'il y pendra la crémaillère.

Là, on peut voir travailler le joaillier, examiner ses œuvres en cours d'exécution, discuter du bijou qu'on aimerait posséder.

Mais, pour avoir une vue d'ensemble de ses travaux, il faut se rendre à la boutique de la Centrale d'Artisanat. L'exposition des bijoux de Perrier s'y poursuit jusqu'au 7 novembre.

Rapport du Bureau de la main-d'oeuvre féminine

OTTAWA (PC) — En 1969, 35,2 pour cent des femmes canadiennes faisaient partie de la population active, comparativement à 25,7 pour cent, dix ans plus tôt.

D'autre part, l'an dernier, l'ensemble de la population active comprenait 32,2 pour cent de femmes par rapport à 25,7 pour cent en 1959.

Ces informations sont contenues dans un rapport du Bureau de la main-d'oeuvre féminine du ministère du Travail, publié, lundi, à Ottawa.

Le rapport souligne aussi que la population féminine générale a augmenté de 26,9 pour cent de 1959 à 1969, et que le nombre de femmes employées au cours de cette décennie a augmenté de 66,4 pour cent.

Au cours de la même période, la population masculine a augmenté de 25,4 pour cent et le nombre d'hommes en emploi, de 20,8 pour cent.

Les femmes représentaient aussi 69,8 pour cent de tous les employés de bureau et 59,8 pour cent des travailleurs des services et des loisirs.



Pour les tailles très fortes, Maxine of Hollywood a créé ce maillot une pièce à juquette évanescente très seyante.

turiens suggèrent déjà aux acheteurs, la mode des vacances 1971.

Une chose est sûre: nous pourrions aller gaiement de la plage à l'épicerie ou à la discothèque, si nous savons choisir les ensembles variés mis à notre disposition. Ce sera une jupe gitane accompagnée d'un corsage boléro, une tunique maxi style cafetan, une jupe porte-feuille, une chemise débardée à midi fendue aux côtés, un gauchon, etc...

Les chemisiers d'allure blouson connaîtront encore un été fort populaire, qu'ils soient transparents ou tout à fait opaques...

Décolletés dégagés

Et en-dessous? D'abord, un plus grand nombre de maillots une pièce que par les années passées. Certains ont un cor-

set en glissant sur la bretelle qui s'attache au dos.

Par ailleurs, les soutiens-gorge délaissent de plus en plus les armatures et les coupeurs, même parmi les maillots une pièce; ils sont confectionnés, comme les culottes bi-



Pour accompagner les jupes gitanes et les corsages boléros, il a choisi un ensemble bermuda en même jersey de coton imprimé grand-mère. Collection Linda Lu pour Hollandia Inc.

VOUS A-T-IL seulement remarquée?

Vous le voyez peut-être chaque jour, mais lui ne vous voit peut-être pas... Coventry Girl peut changer cet état de choses, grâce à une perruque d'une teinte différente de celle de vos cheveux. C'est irrésistible... et il n'y résistera pas! Six modèles ravissants, disponibles en plus de 20 teintes vous permettront de réaliser la (ou les) combinaisons les plus seyantes. Les perruques Coventry Girl, 100% DYNEL, ont un aspect plus naturel, une teinte plus authentique et gardent la mise en plus plus longtemps. Les perruques Coventry Girl sont également très légères et très agréables à porter. Achetez-en une ou deux et vous constaterez vite les résultats... qui sauront vous ravir en dépend peut-être! Procurez-vous une brochure en couleur GRATUITE contenant toute la gamme des modèles Coventry Girl à votre salon de coiffure.

Si les poils ont repoussé après l'électrolyse, essayez la thermolyse Gregory

par Dorothy Gregory directrice de Gregory System

Il ne se passe pratiquement pas une journée sans que nous examinions une femme qui a reçu un traitement à l'électrolyse et qui est encore affligée de poils superflus.

Pour être franc, il faut dire que c'est plus souvent la faute des gens que de la méthode. Même la plus ancienne méthode d'électrolyse enlèvera les poils définitivement si on y consacre assez de temps et de peine.

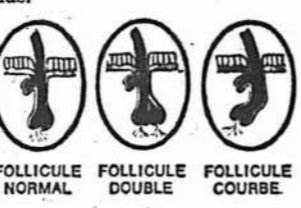
Les anciennes méthodes sont si lentes, inconfortables et coûteuses que des programmes d'épilation complète sont même rarement proposés, encore moins complétés.

Contrairement, la nouvelle méthode "thermolyse" Gregory est si rapide, confortable et peu coûteuse que l'épilation complète est rarement un réel problème. Ces avantages sont beaucoup plus importants qu'ils ne semblent à première vue.

PROBLEMES COMMUNS
Pour vous en rendre compte, considérez les problèmes techniques communs à toute méthode d'épilation: (1) La technicienne doit traiter une partie du corps qu'elle ne peut voir; (2) elle peut seulement évaluer approximativement la trajectoire de chaque follicule et la profondeur de sa racine; (3) Plusieurs follicules sont courbés, tordus par des pinces ou autres moyens d'épilation temporaire (voir illustrations).
Pour ces raisons, aucune technicienne employant un quelconque méthode ne peut rendre un poil inactif chaque fois qu'elle fait une insertion. La seule solution est de passer sur chaque surface à

intervalles spécifiques, relever les "manques" et les corriger. Nos techniciennes expérimentées Gregory, parfaitement initiées, font cela bien entendu — et insistent sur ce point. C'est pourquoi près de 80% des clientes de Gregory sont des femmes qui ont déjà subi un traitement à l'électrolyse auparavant.

LA SOLUTION PRATIQUE
C'est pourquoi Gregory System est la plus grande organisation au monde de spécialistes de l'épilation des poils superflus.



C'est pourquoi Gregory System peut se permettre de vous donner une GARANTIE A VIE assurant une épilation gratuite de tout poil qui repousse sur une surface de la peau déclarée "nette" par votre directrice Gregory.

Si cette invitation sensée à une épilation permanente vous plaît, pourquoi ne pas venir nous voir pour discuter à fond de votre problème particulier? Et pour une démonstration de la thermolyse avec les perfectionnements exclusifs à Gregory. Demandez un rendez-vous dès aujourd'hui.

le système gregory
CLINIQUE D'ÉPILATION RADICALE
Ouvr. de 10h à 7h, p.m. - samedi de 9h à 2h
EN VILLE: 301, Edifice Dominion Square 1010 ouest, rue Ste-Catherine 861-9741
SNOWDON: 5253, boul. Décarie, la 6016 (à l'intersection de Snowdon) — Tel. 481-3522
50 ouest, Place Crémazie — Tel. 384-1444
Écrivez pour brochure gratuite.

Soyez ravissantes

avec ce joli ensemble VALERIE par Corette



ilianne

Ces jolis coordonnés Valérie sont fabriqués de délicat nylon brodé transparent et gentiment décoré d'une dentelle et de ruban de satin. Tout ce qu'il y a de plus féminin et à la page. BLANC, BLEU et BEIGE.

Séduisant soutien-gorge à encolure profonde. Goussets en deux sections légèrement coussinés, et avec armature. Dos de lycra et bretelles ajustables. A.B.C. 32-36.

600

Élégant jupon doublé et soyeusement garni. Longueur populaire de 15 pouces. P.M.G.

450

Coquet bikini assorti à l'ensemble... léger et bien charmant. P.M.G.

250

- PLACE VILLE-MARIE 861-8693
- GALERIE D'ANJOU 353-6850
- CENTRE COMMERCIAL FAIRVIEW 695-1756
- CENTRE COMMERCIAL WILBERTON 731-2264
- 6468, RUE ST-HUBERT 276-1756
- 7094, RUE ST-HUBERT 271-7297
- 378, STE-CATHERINE OUEST 861-2222
- 1682 EST, RUE MONT-ROYAL 522-5727
- LILIANE DE LILY SIMON, 1316, BEAUBIEN EST 276-9098

COMMANDES PAR POSTE OU TELEPHONE BIENVENUES



Grecian Boy \$2995
Sugg: Au détail

Coventry Girl

- le choix du coiffeur professionnel!
100% DYNEL - la perruque la plus naturelle, la plus facile à coiffer et à entretenir dont vous puissiez rêver!

En vente maintenant à votre salon de coiffure

à Noter ***

Soirée à Blue Bonnets

Une soirée à lieu ce soir à Blue Bonnets au bénéfice du Concours international de Montréal. Le dîner est annoncé pour 7 h. Le prix de présence est un voyage aller-retour Montréal-Paris-Amsterdam via KLM.

Dîner-causerie

Le chapitre de Montréal de l'Association of Administrative Assistants or Private Secretaries tient son dîner-causerie ce soir, à 6 h, au salon Grey de l'hôtel Berkeley. Le

major William McKenzie sera le conférencier. Toutes les secrétaires et femmes d'affaires sont les bienvenues.

A la Société d'archéologie et de numismatique

Le prochain déjeuner de la section féminine de la Société d'archéologie et de numismatique de Montréal aura lieu demain à midi trente, au Château de Ramezay. M. Gérard Gauthier, au service de la maison Lucas, parlera de géologie. Sa conférence sera illustrée de diapositives.

Bal blanc des Idéalistes de Longueuil

Le corps de clairons et tambours féminin, Les Idéalistes de Longueuil, présentera le 31 octobre prochain son 5e bal. Cette manifestation mondaine aura lieu à compter de 8 h 30, à la salle de l'Institut Louis-Braille, 1255 Beaugard, à Longueuil. Au cours de cette soirée chacune des membres du groupe sera présentée aux parents et amis réunis pour l'occasion.

Les jeunes filles, entre 12 et 18 ans, intéressées à se joindre au groupe peuvent communiquer avec la direction à 679-0728 ou 679-3150, le soir.

Campagne de souscription pour le camp Françoise Cabrini

Le Camp Françoise Cabrini, tout spécialement consacré aux enfants des immigrants, rappelle que sa campagne de souscription se poursuit jusqu'au 30 octobre. On peut faire parvenir les chèques à: Camp Françoise Cabrini Inc., 4285 ouest, boul. de Maisonneuve, Montréal 215.

Soirée de l'Halloween au cercle Claire-Fontaine

Le Cercle Claire-Fontaine organise une soirée à l'occasion de l'Halloween, le samedi 31 octobre. Cette soirée dansante aura lieu à l'école Sainte-Louise-Marillac, au 8100, rue Marseille, à 8 h 30. En plus de la danse et autres divertissements prévus, on remettra ce soir-là une attestation aux élèves qui ont terminé certaines études de danse offertes par la Fédération des loisirs-danse du Québec. Pour plus de renseignements on peut communiquer avec Mme Claire Riffon, à 351-1683.

Journées à la boutique Forget-me-not de l'hôpital général juif

Les dames auxiliaires de l'hôpital général juif annoncent deux journées spéciales d'achat à leur Boutique Forget-me-not, les mardi et mercredi, 3 et 4 novembre prochain, à la résidence des infirmières, angle Côte-des-Neiges et Côte-Sainte-Catherine. Coin du Gourmet, comptoir d'art, trésors du grenier, défilé de mode, déjeuner, etc. autant d'attractions qui attendent les visiteurs.

Bazar au bénéfice de la Garderie Sainte-Famille

Les dames auxiliaires de la Garderie Sainte-Famille tiendront leur bazar annuel au bénéfice de la garderie, le mardi 3 novembre, au Victoria Hall, à Westmount. Le dîner sera servi à midi et l'on trouvera différents comptoirs tels que: objets usagés, tirage d'une poupée, tabliers, décorations de Noël, cadeaux, tricot, bijoux, etc.

Vente d'objets usagés

Le groupe des mères de l'École orale pour enfants sourds organise une vente d'objets usagés au bénéfice de l'école. Cette vente aura lieu le mercredi 4 novembre, de 10 h. a.m. à 9 h. p.m., au Grace Church Hall, 625, rue Fortune, angle Wellington, à Pointe Saint-Charles.



photo LA PRESSE

Au Cercle des Femmes Journalistes

C'est en sablant la champagne que le Cercle des Femmes Journalistes clôturait son assemblée générale annuelle. Au cours de cette réunion, les élections ont prolongé le mandat du Conseil et celui de la présidente jusqu'en mai prochain. Sur notre photo, Mme Laure Hurteau, présidente fondatrice,

Mme Françoise Gaudet-Smet présidente en exercice du Cercle des Femmes Journalistes, M. Jean-Marie Allard, représentant le Comité interprofessionnel du vin de Champagne et Mme Julia Richer, présidente honoraire.



Ambassadeur du Ghana à Copenhague

Le nouvel ambassadeur du Ghana à Copenhague est une ravissante jeune femme, mère de quatre enfants, Madame Bertha Amonoo-Neizer. Elle est diplômée en sciences sociales et économiques et du sang royal coule dans ses veines puisque sa grand-mère est la reine mère de la tribu Adonten du célèbre peuple Ashanto. Le ministre plénipotentiaire a expliqué que, dans son pays, l'égalité sociale est totale entre l'homme et la femme, que celle-ci a pris une grande part à la constitution économique et politique de son pays.



Madame Bertha Amonoo-Neizer, nouvel ambassadeur du Ghana au Danemark.

Le divorce n'est pas encore en vigueur en Italie

BOLOGNE (AFP) — "Irrecevable": c'est en ces termes que le président du tribunal civil de Bologne, le Dr Sebastiano Di Marco, a repoussé la première instance de divorce présentée devant la justice. La demande était à la vérité prématurée: le magistrat a relevé que "le divorce n'est pas prévu par la législation actuelle".

Le projet de divorce approuvé récemment par le Sénat après quelques amendements doit en effet encore passer devant la Chambre des députés pour l'approbation définitive.

La demande de divorce avait été présentée à Bologne par Mme Fernanda Linguerrri qui, ayant épousé en 1959 M. Franco Martelli, avait obtenu en 1965 la séparation par consentement mutuel. Le texte du futur divorce prévoit qu'après un certain temps de séparation légale les conjoints pourront divorcer.

Toujours au service de la femme chic...

Yvette Brillou

POUR RENDEZ-VOUS 679-6775

Des bruits ont couru, dans toute la presse, qu'Albert et Paola de Liège étaient sur le point de divorcer. Qu'y a-t-il de vrai dans ces simples rumeurs? Quoi qu'il en soit, le prince et la princesse ont assisté tout naturellement à la soirée de gala donnée au Palais Royal de Bruxelles en l'honneur du Président de la République du Sénégal, M. Léopold Sedar Senghor, et de son épouse. Cette photo a été prise au cours de la réception.

Marchander un diamant?

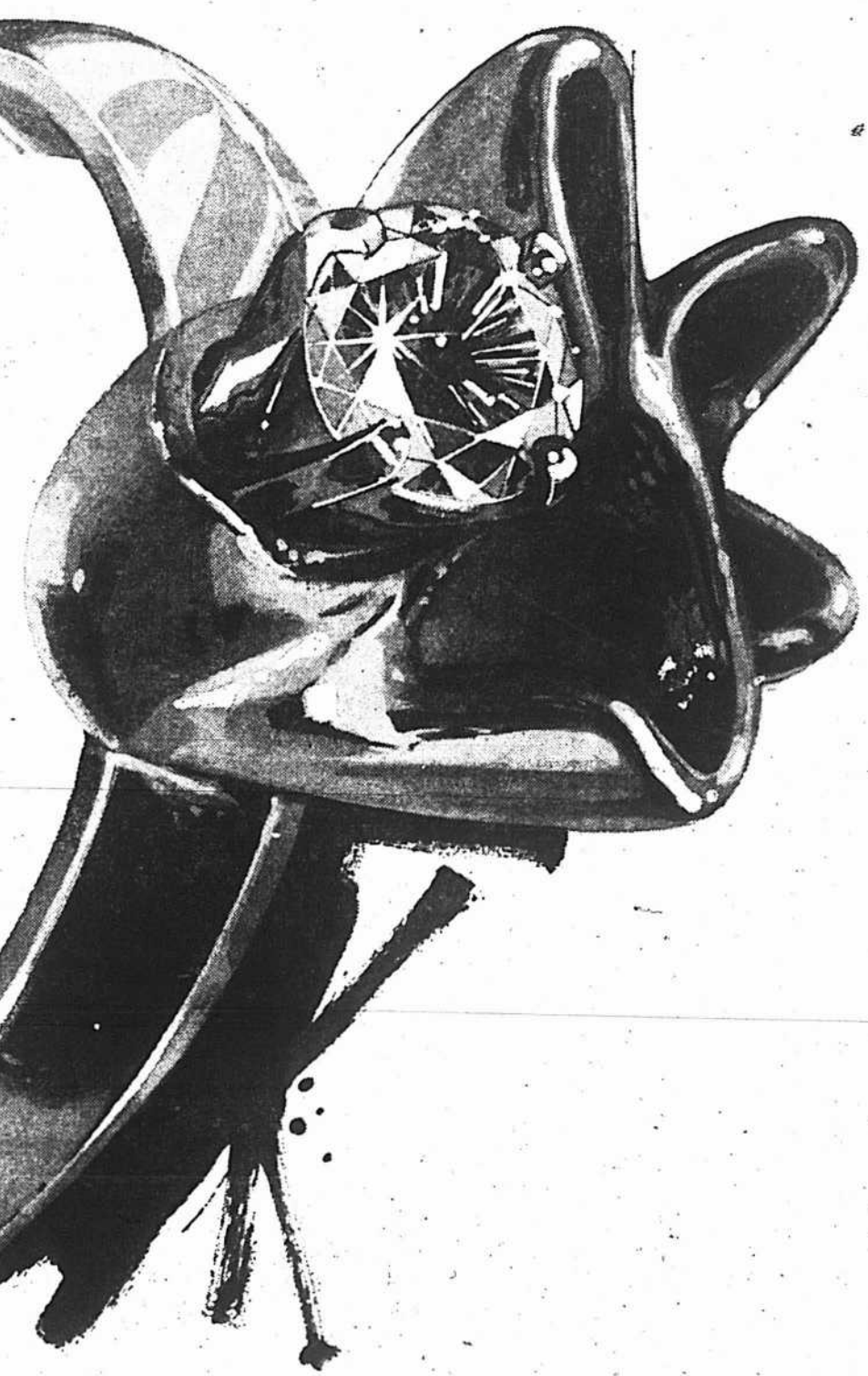
Oui, mais soyez sûr d'en avoir pour votre argent.

A moins d'être spécialiste, il est difficile de distinguer entre un bon achat de diamant et un mauvais. Vous ne pouvez savoir si le diamant que vous achetez correspond au prix que vous payez. En effet, le degré de perfection dans la couleur, la taille et la pureté d'un diamant doivent être déterminés par un expert qui en fixe le prix.

Pourquoi ne pas faire confiance à Birks... où vous pouvez choisir parmi toute une variété de qualités de diamants et de montures... où le prix de la pierre que vous choisissez est fixé judicieusement... où vous obtenez un diamant dont la valeur correspond au prix que vous payez?

Facilités de paiement, sur demande.

les **Diamants Birks** ont l'éclat de l'amour.



Renfrew c'est

L'EXPRESSION DE VOTRE PERSONNALITE AVEC UNE PERRUQUE KANEKELON® A PRIX D'AUBAINE, \$18.85.

Merveilleuses perruques Kanekelon, lavables, qu'un simple coup de brosse remet en place... nos spécialistes feront la coupe et la mise en pli sans frais. Vingt-deux teintes... votre propre couleur de cheveux, ou le début d'une deuxième personnalité, dès aujourd'hui. Boutique de Mode, au deuxième.

HOLT RENFREW. Sherbrooke et de la Montagne et toutes les succursales Renfrew

votre médecin vous parle

Les ulcères aux jambes

par le Dr. T.R. Van Dellen
(collaboration spéciale)

La pensée du jour: Si vous êtes en colère, comptez jusqu'à 10 avant de parler; si vous êtes très fâché, comptez jusqu'à 100.

Le traitement des ulcères variqueux aux jambes doit commencer par l'élimination de la cause. C'est-à-dire enlever la veine qui est responsable de la lésion. D'autres mesures comme le repos, les onguents, les bandages serrés et les bas élastiques peuvent aider, mais l'ulcère peut revenir si le problème de base n'est pas éliminé.

Il est courant de parler de varices chaque fois qu'il s'agit d'ulcères aux jambes, mais c'est à tort. Chez les personnes âgées, notamment, les ulcères peuvent être causés par une mauvaise circulation. Le traitement de ces ulcères tend à améliorer l'écoulement du sang vers les jambes.

D'autres ulcères des jambes proviennent de l'inflammation d'une veine (phlébite). Un

caillot bouche ordinairement le passage de la veine, ce qui conduit à la congestion des tissus inférieurs des jambes parce que le retour de la circulation vers le cœur est affaibli.

La stagnation du sang et la pression qu'elle provoque se font sentir quand le patient se lève; à un moment donné, les tissus deviennent si imprégnés et en mauvais état qu'ils sont incapables de résister à la moindre blessure.

Les varices agissent à peu près de la même façon. Les passages des veines se dilatent à un point tel que lorsque le malade se lève, le sang retombe dans le bas des jambes au lieu de se diriger vers le cœur. Cette dérivation de l'écoulement crée la même condition aux pieds que la phlébite. Une sensation de très grande fatigue se développe dans les jambes, accompagnées de crampes dans les mollets et d'enflure des pieds. Finalement, la peau qui entoure les lésions devient pigmentée.

Des bandages serrés font sortir le sang stagnant et aident à la guérison. Pommades et onguents sont peu utiles à moins qu'il y ait une infection. Lorsque la guérison ne survient pas, l'opération devient alors nécessaire. Celle-ci est suivie d'une greffe sur les parties touchées. Entre-temps, la varice est obliterée par un produit chimique, un bandage ou une ligature.

Dites-moi, docteur...

Q. Est-ce que la lassitude est héréditaire?

R. Probablement. Certains individus sont plus actifs, plus alertes et ont plus d'ambition et de résistance. Si après examen pour les maladies qui provoquent de la fatigue il n'en existe aucune, cela signifie que c'est de famille.

Q. Quel est le traitement dans le cas de reins en fer à cheval?

R. Il n'y en a pas à moins que les symptômes se développent à la suite d'une infection, de pierres, ou d'une obstruction. Le terme "reins en fer à cheval", se rapporte à une anomalie dans laquelle les pôles inférieurs des organes sont liés, donnant une apparence de fer à cheval. Ils sont susceptibles de devenir infectés.

Q. Est-ce que la pollution de l'air a un lien avec les maux de gorge et la rougeur des yeux?

R. Non, à moins qu'il s'agisse de la pollution par le pollen qui donne les symptômes de la fièvre des foins. Les yeux rougissent lorsque l'air est rempli de produits irritants.

Q. Est-ce que les vitamines peuvent réduire la pression sanguine?

R. Non. Depuis les 20 dernières années il y a tellement de remèdes excellents pour l'hypertension qui ont été mis sur le marché, qu'il n'est pas nécessaire de perdre son temps avec des produits discutables et les "consultations" autour d'une table de bridge.



PAR LISE MOREAU collaboration spéciale

Je suis née le 5 août 1925 à 3 heures du matin, mon ami est né le 18 juillet 1924 à 2 heures de l'après-midi. Nous pensons au mariage, pour moi ce serait le premier. Aurais-je raison?

Georgette

Vous êtes Lion ascendant Lion. Votre ami est Cancer ascendant Balance. Votre Vénus se trouve en Vierge Mars en Lion et la Lune en Poisson. Votre ami a Vénus en Cancer dans son signe, Mars en Poisson, et la Lune en Verseau. Vous possédez une nature autoritaire et assez retenue dans le sens des sentiments, bien que vous soyez très humanitaire. Vous avez tendance à être légèrement agressive dans vos paroles et vos gestes. Vous êtes quand même une nature très sensible qui a peur de le montrer. Votre ami est Cancer possédant Vénus dans son signe. Il est très démonstratif, et a besoin d'énormément de tendresse.

Il est comme son signe l'indique très attiré par une maison confortable, mais surtout il est très susceptible et peut se refermer très facilement devant, soit la froideur ou ce qu'il s'imagine être de la négligence de la part de son conjoint. Il n'est sûrement pas agressif, car Mars en Poisson le rend plus vindicatif qu'agressif. Il attend son heure, mais ne le laissera pas voir. Il aime l'indépendance et a une vue d'ensemble de l'existence. Il ne peut pas facilement vivre uniquement pour sa famille, car son esprit et son imagination l'attirent vers l'inédit et les idées nouvelles. Vous pourriez parfaitement vous enten-

dre, à condition de mettre énormément d'eau dans votre vin. N'allez pas vous imaginer que vous pourrez faire d'un tel homme ce que vous voudrez. Il se détachera lentement de vous et vous quittera, car la paix et la tranquillité lui sont nécessaires. Bonne chance.

Mon petit garçon est né le 18 avril 1965 à 5 heures trente a.m. Depuis quelque temps, il se plaint de maux de gorge et il est même rendu qu'il fait semblant de boiter. C'est un enfant bien difficile, j'ai beaucoup de mal avec lui il est sans cesse autour de moi. Il refuse de jouer dehors et voudrait toujours attirer mon attention. Mon mari dit qu'il joue le malade pour attirer plus notre attention. Qu'en pensez-vous?

Odile P.

Je pense qu'il est dommage que vous et votre mari soient des parents! J'espère que je n'ai pas ouvert votre lettre trop tard, car avec le grand

nombre qui me parviennent je ne peux malheureusement pas prendre connaissance très rapidement de toutes celles que je reçois. Il est urgent que vous voyiez un médecin avec cet enfant. Je ne comprends pas pourquoi vous vous êtes adressés à mon courrier. Je ne suis pas médecin et je ne saurais aider les parents à faire soigner leurs enfants. Seulement, il est bien entendu qu'un enfant qui se plaint du mal de gorge et d'avoir mal aux jambes ne saurait jouer un tel jeu bien longtemps, sinon parce que c'est vrai et que le seul bon sens demande qu'on le montre à un médecin d'urgence. Tous les enfants demandent de l'attention quand ils n'en n'ont pas. Je n'ai pas l'habitude d'être aussi directe, mais je puis, chère madame, vous dire sans faire d'astrologie que je pense que vous et votre mari ne pensez qu'à vous. J'espère au moins que vous le ferez soigner.

J'aimerais connaître mon ascendant ainsi que celui de mon mari et de mes deux enfants. Je vous félicite pour votre travail. Mon mari est né le 3 octobre 1933 à 4 heures trente a.m. Mon fils, le 20 septembre 1966 à 2 heures 15 minutes a.m. Ma fille, le 8 janvier 1968 à 10 heures p.m. et

moi, le 1er mars 1935 autour de 10 heures du soir.
Hélène Poirier
Votre mari est Balance ascendant Vierge. Votre fils est Vierge ascendant Lion. Votre petite fille est Capricorne ascendant Poisson et vous êtes Poisson ascendant fin Balance.

J'aimerais savoir l'ascendant de mon mari. Il est né le 5 mai 1929. Il est souvent de mauvaise humeur et pourtant je fais tout pour le satisfaire. Il trouve toujours la petite bête noire. Serait-ce son signe ou son ascendant qui en est cause.

Une assidue.

Chère madame votre mari est Taureau. Comment pourrais-je savoir son ascendant vous ne me donnez pas l'heure de sa naissance. Il possède Mars, planète d'agressivité en Cancer, Vénus en Bélier et Mercure en Gémeaux. Evidemment Mars en Cancer dans le signe qui représente la maison, le lieu que l'on habite, peut le rendre agressif chez lui. Je le verrais être charmant et adorable en société surtout avec Mercure gouverneur du Gémeaux dans ce signe et Vénus en Bélier qui rend les contacts plus faciles. Ses refoulements il les passe à la maison, c'est là son lieu de détente.

Tous les désagréments qu'il rencontre ainsi que les contraintes qu'il doit essayer, il les reporte sur son foyer, qu'il voudrait être un lieu de détente où il pourrait avoir la paix. Evidemment avec son ascendant il me serait plus facile de voir le fond du problème.

De votre côté, chère madame, faites un examen de conscience et demandez-vous si vous faites tout pour que votre mari ait un foyer dans lequel il fait bon vivre... Si oui, dites-vous qu'ayant fait votre possible vous ne pouvez faire davantage, et laissez-le crier... si ça détend! En général ce ne sont pas ceux qui crient le plus fort qui sont les plus dangereux. Je vous souhaite de vous y habituer.



DANSE
TOUS LES MERCREDIS SOIRS
AU
"SALON PRESTIGE"
de 8 h. p.m. à 1 h. a.m.
Musique continuelle
LICENCE COMPLETE

La Barre
500 Inc.
2019 BOUL. TASCHEREAU
CITE JACQUES-CARTIER 677-9101

Impressionnante bague à diamant "certifié parfait", or blanc 18 carats. \$500

La décision.

Parmi tant d'autres, l'homme de votre vie vous a choisie. Maintenant il vous faut choisir la bague de fiançailles assortie à votre amour. Nos diamants "certifiés parfaits" sont sans défauts sous grossissement de dix puissances. "Certifiés parfaits" PAR ECRIT quant à la couleur, à la taille et à la clarté. Les modes de paiement de Peoples vous facilitent "la décision", et ce premier pas, vous le ferez dans la bonne direction en achetant une bague à diamant de Peoples Credit Jewellers.

BAGUES A DIAMANTS
CERTIFIÉS PARFAITS

Magnifique modèle qui fait ressortir la beauté des trois diamants certifiés parfaits.
\$150

Monture classique rehaussée d'un solitaire étincelant certifié parfait.
\$200

Modèle avant-gardiste agrémenté de deux diamants certifiés parfaits.
\$300

Une superbe création enjolivée de 3 diamants certifiés parfaits avec alliance.
la paire **\$400**

PEOPLES+ CREDIT JEWELLERS

CENTRE-VILLE — 1015 ouest, rue Sainte-Catherine — Téléphone 849-7071

RUE ST-HUBERT CENTRE COMMERCIAL FAIRVIEW PLACE PORTOBELLO PLAZA ALEXIS-MIRON PLACE LASALLE LES GALERIES D'ANJOU PLAZA CÔTE-DES-NEIGES CENTRE LAVAL

Deux grands noms en moquette Broadloom BIGELOW et YERVANT vous présentent une en grande vedette "Le broadloom de laine"

PURE LAINE VIERGE

Il n'y a positivement aucune autre fibre aussi chaude, aussi riche et d'apparence aussi luxueuse que la pure laine vierge. De plus, la laine est robuste, propre et durable. Toutes ces qualités font du broadloom de laine le premier choix de la maîtresse de maison avisée.

Et voici un broadloom de pure laine vierge à 2 plis — le magnifique Beacon Place de Bigelow. Cette luxueuse moquette est faite d'une peluche profonde et luxueuse traitée anti-mites pour la vie et que vous pouvez obtenir dans toute une gamme de couleurs formidables. Le plus important, toutefois, c'est le prix. Dans le cadre de sa promotion spéciale d'automne, Yervant vous offre du broadloom Beacon Place au prix spécial (tout compris) de seulement \$12.95 la verge carrée, incluant la pose sur sous-tapis de caoutchouc et bordures spéciales — en somme, moins que le prix régulier du broadloom seulement. Ne manquez pas cette occasion — elle vous est offerte pour un temps limité seulement.

Faites votre choix parmi ces couleurs fascinantes :

* Citron	* Céladon
* Tuile espagnole	* Or temple
* Avocat	* Or impératrice
* Bleu Régat	* Or romain
* Pourpre	* Martini
* Mousse de cyprès	* Vert saule
* Bleu Dresde	

Voici l'offre de Yervant, pose comprise :

- Superbe broadloom Beacon Place de Bigelow
- Sous-tapis de caoutchouc-mousse
- Pose par spécialistes avec bordures
- Satisfaction garantie par YERVANT

Seulement \$12.95 la verge carrée (légers frais additionnels pour escaliers)

ENEZ LES VOIR aux 3 magasins YERVANT — à la salle de montre de l'entrepôt Yervant, 5255 rue de Sorel (une rue au nord de Piazza Tomasso) et aux deux autres magasins Yervant.

5182 COTE DES NEIGES 4903 OUEST SHERBROOKE

Yervant 2 MAGASINS BIEN SITUÉS TAPIS ORIENTAUX

739-2461 489-5411

Les secrets de polichinelle

glanés par Lyse Rossignol collaboration spéciale



photo michel giroux

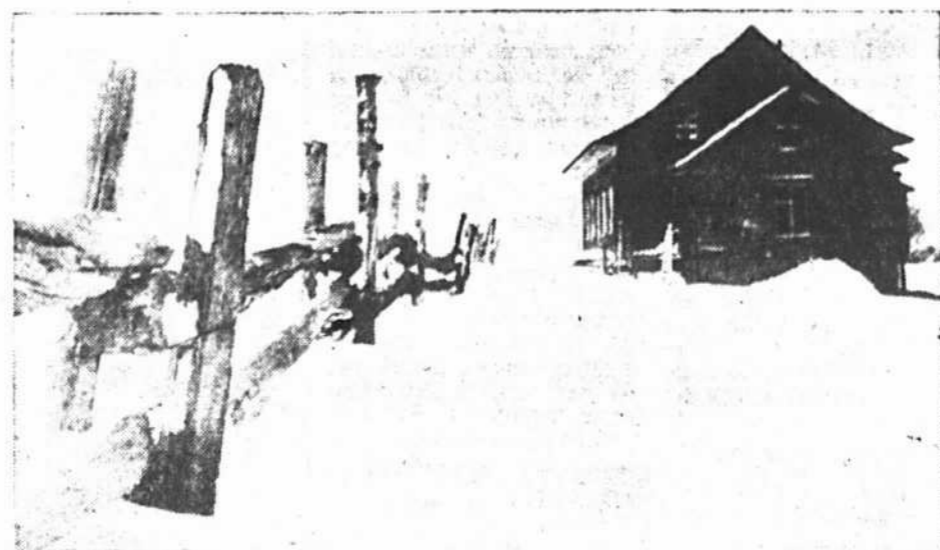


photo antoine desilets

Des cartes-photos à conserver

Antoine Désilets est passé maître en l'art de la photographie, et de nombreux trophées attestent l'importance qu'on attache à ses photos.

Voilà qu'on a eu l'excellente idée d'utiliser des photographies de notre confrère de LA PRESSE pour diverses occasions: cartes de Noël, de fête, de naissance, etc.

On trouve aussi dans cette série de cartes-photos, des oeuvres de Michel Giroux également fort belles. Les reproductions photographiques sont au point, imprimées sur un carton solide.

L'intérieur de la carte est vierge, ce qui permet à chacun d'y inscrire les souhaits de son cru. On peut trouver dans les magasins, une boîte de cartes appropriées à la saison des Fêtes.

Les cents qui sauvent des vies

A l'occasion de l'Halloween, nous vous rappelons habituellement de prévoir une bonne quantité de bonbons; mais il faut également penser à la petite monnaie! Près de trois quarts de million d'enfants dans tout le Canada, recueilleront de l'argent pour d'autres enfants dans le besoin, répartis dans le monde entier. Ils font ce qu'ils peuvent pour aider. Ne manquez pas de faire ce que vous, vous pouvez!

Ces cents peuvent sauver des vies. Un sou dans une boîte de l'UNICEF protégera un enfant contre la tuberculose. 2^{1/2} cents fourniront de la pénicilline pour soigner un enfant atteint du tétanos.

aestetica

de Gané

ou vous serez belle

- Acné Aestetica
- Anti-cellulite Stimulax
- Cuir chevelu ASA
- Epilation Electroblende
- Ionisation Galvion
- Lifting Sothys
- Maquillage Fleurimon
- Peeling biologique de Gané

1231 ouest, rue Ste-Catherine suite 124

DECOUPEZ LA PARTIE DE DROITE

SPECIAL D'INTRODUCTION

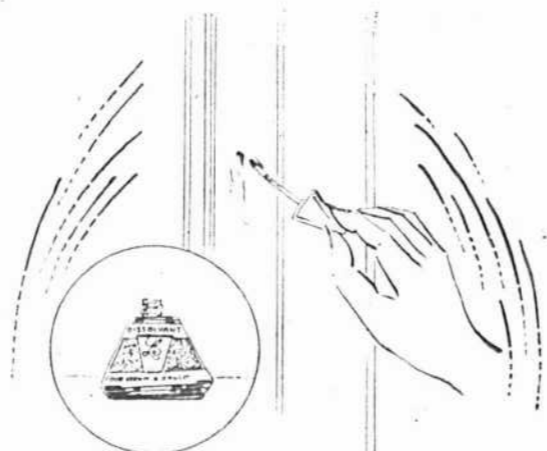
Anti-cellulite

Analyse physique
Analyse Esthétique
Ordonnance diététique
Traitement Stimulax
Micromassage
Ozonator
Ionisation Enzymucase
Hydromassage

\$350

DE REDUCTION
Bon jusqu'au 31 oct.

TELEPHONEZ
aestetica
842-5989
pour votre rendez-vous



Vieilles taches de peinture

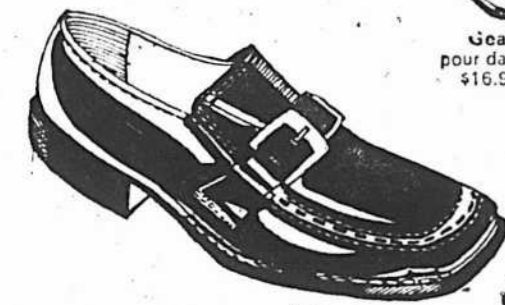
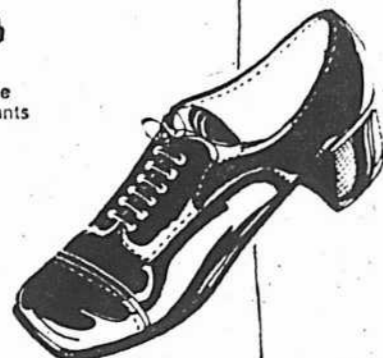
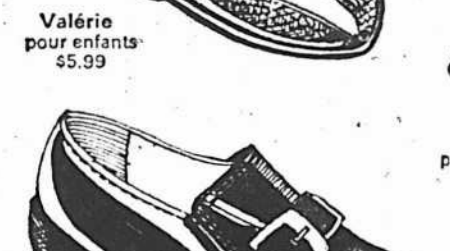
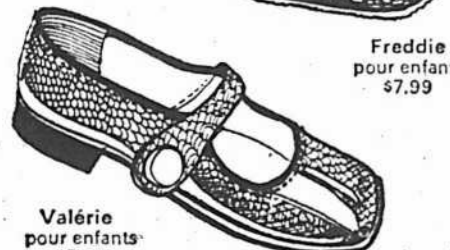
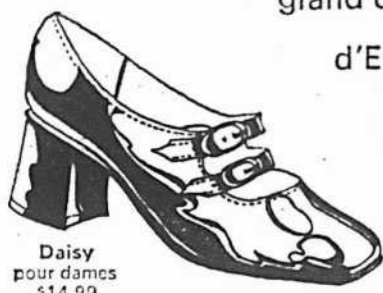
En faisant le grand nettoyage, vous trouvez certaines petites taches de peinture vieilles de quelque temps sur le robinet, les carrelages, les interrupteurs, poignées de porte, rebord de vitre de la fenêtre etc.

Elles vous fatiguent de puis longtemps mais vous n'arrivez pas à les faire partir. Avez-vous essayé du dissolvant pour vernis à ongles (re-mover)? Il y a de grandes chances que toutes ces taches disparaissent facilement.

des chaussures mode

DES PRIX JEUNES...

... voilà ce que vous offre le plus grand chausseur d'Europe



Pour hommes, femmes et enfants

ANDRÉ

le chausseur sachant chausser

André vous présente une collection incomparable de chaussures lacées, spécialement étudiées pour s'harmoniser avec les "midis" et les "maxis". Nos dernières créations sont livrées chaque semaine par avion, directement de Paris.

6695
rue St-Hubert
(coin St-Zotique)

6425
boul. Monk
Ville Emard

OGILVY

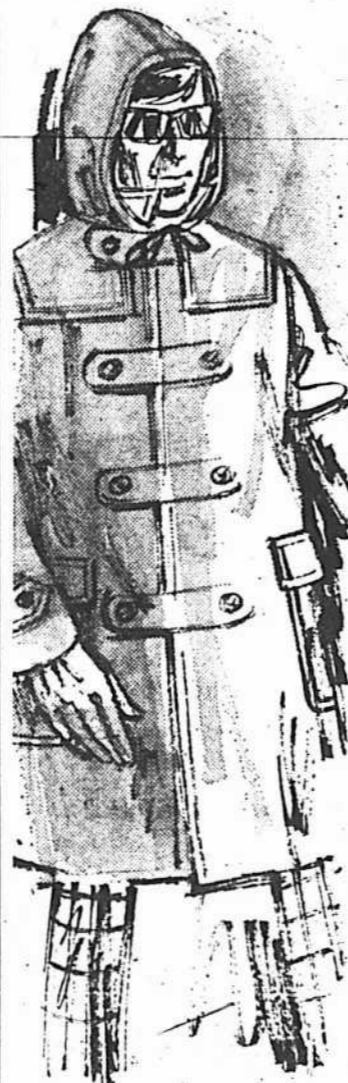


Pantalon-tunique inusité
\$50

Très élégant ensemble en fin jersey Courtelle*. Le pantalon a la taille basse et la jambe, légèrement cintrée au genou, s'évase vers le bas. La tunique, aux manches longues, a le bas garni d'un clouté pyramidal argent très léger. Une nouveauté que les grands couturiers affectionnent particulièrement cette saison. En noir seulement. Les tailles vont du 12 au 18. *Marque déposée

S.V.P.
Pas de commandes postales ni téléphoniques.
Ogilvy
Costumes pour Dames,
au Deuxième étage

OGILVY



Manteaux pour hommes, en Duffel importés

Ils sont faits spécialement pour Ogilvy: D'Angleterre: tissu de haute qualité fait de 80% laine et de 20% coton. Une épaisse doublure en acrylique le rend très chaud. Le capuchon est détachable, doublé tissu et s'ajuste au moyen d'une ganse. Grandeurs: du 38 au 44, en bleu-marine, anthracite, beige et vert foncé.

\$65

De Florence, mais pas représenté: manteau doublé d'un lainage quadrillé avec capuchon qui se déboutonne. Couleurs anthracite, marine, vert foncé et beige. Tailles: 36 à 44.

\$55

S.V.P. Pas de commandes postales ni téléphoniques
Ogilvy - Boutique pour Hommes - rez-de-chaussée

OGILVY

Pulls et Gilets importés d'Orient



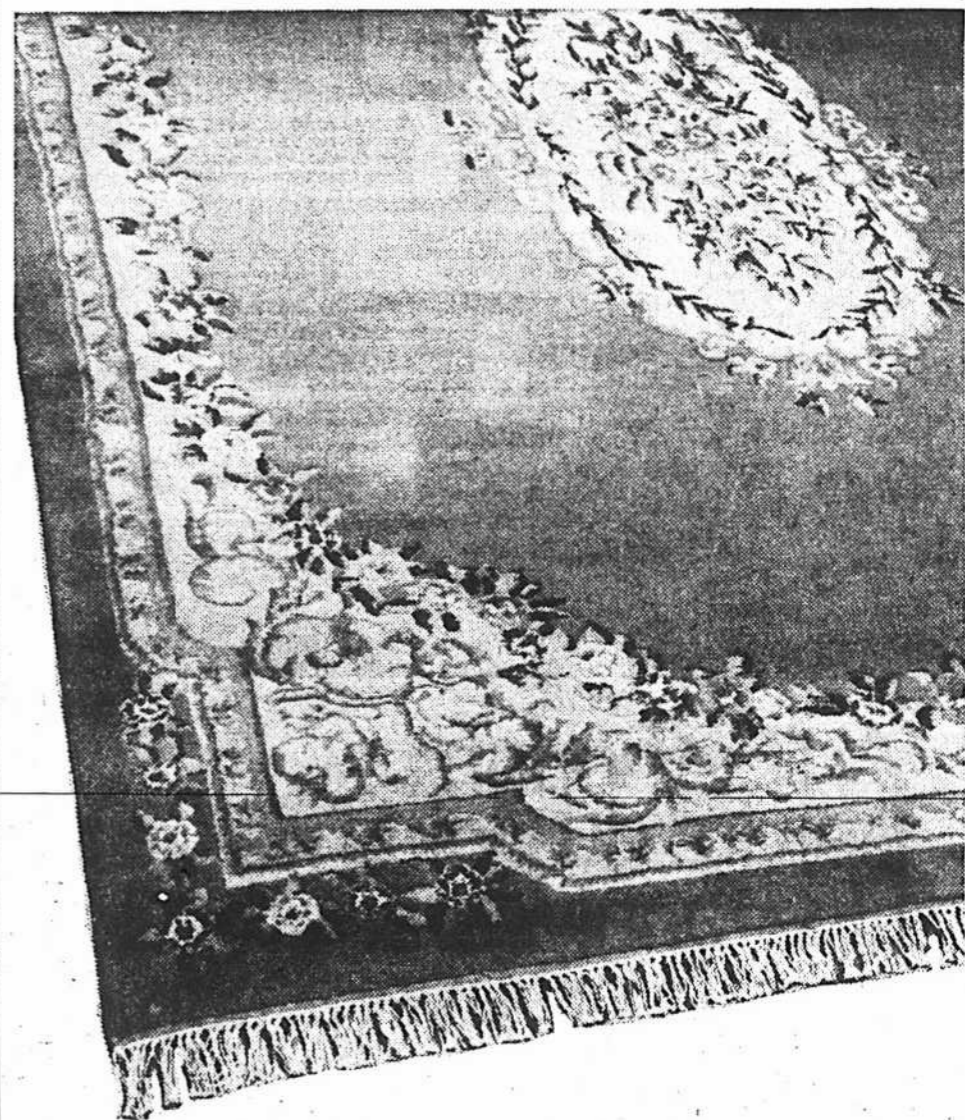
Prix spécial
\$7
Chacun

A) Ce long pulllover en acrylique à tout le moelleux et la chaleur de la laine. Le corps et les manches sont torsadés, une large bande de fines côtes interrompt la torsade pour ajuster la taille. Col montant coté, manches raglan et glissière au dos. Blanc, rouge, pourpre et bleu marine. 34 à 40.

B) Attrayant gilet avec ses torsades de l'épaule à la taille et coté en suite jusqu'aux hanches. Décolleté en pointe avec boutons recouverts d'acrylique et manches courtes raglan. Tout acrylique. Pourpre, vert foncé, brun et citrouille. 34 à 40.

Ecrivez ou téléphonez chez Ogilvy 842-7711, Ville et Villa, au Deuxième. Ainsi qu'à Fairview et Anjou.

OGILVY



Tapis Aubusson Importés des Indes

Grandeurs approx.

7' x 9'	8' x 10'	9' x 12'
\$179	\$229	\$299
9' x 15'	10' x 14'	
\$379	\$395	

Magnifiques tapis tissés en Inde par des mains de Maîtres. La qualité a fait ses preuves avec le temps. Les nouveaux motifs sont inspirés d'Aubusson, les couleurs sont chatoyantes dans le grège, turquoise, bleu, beige, vert, cannelle et or. Toutes les tailles ne sont pas disponibles dans toutes les couleurs. Les quantités sont limitées.

S.V.P. Pas de commandes postales ni téléphoniques
Ogilvy - Tapis, cinquième étage

OGILVY

En 1969-70: \$660,000

Le Canada est l'un des meilleurs soutiens de l'UNICEF — en 1969 et 1970, plus de \$1.5

million a été envoyé au Fonds des Nations unies pour l'Enfance; cette somme représen-

tait les contributions individuelles des Canadiens.

L'an passé, les enfants canadiens ont reçu \$660,000 en quelques heures.

Offrez-vous Paris pour 2 semaines et une garde-robe de \$2000 créée par Lanvin



grâce au bas-culotte Burlington Cameo

4 premiers prix: 4 voyages à Paris (pour 2) par Air Canada. Plus une garde-robe de \$2,000 créée par Lanvin. Plus \$750 d'argent de poche.

8 deuxièmes prix: Une garde-robe de \$500 du magasin de

vos choix. 40 troisièmes prix: 25 bas-culottes Burlington Cameo. Bulletin de participation et détails dans l'emballage des bas-culottes Burlington Cameo.

LE NOUVEAU BAS-CULOTTE DE FANTAISIE

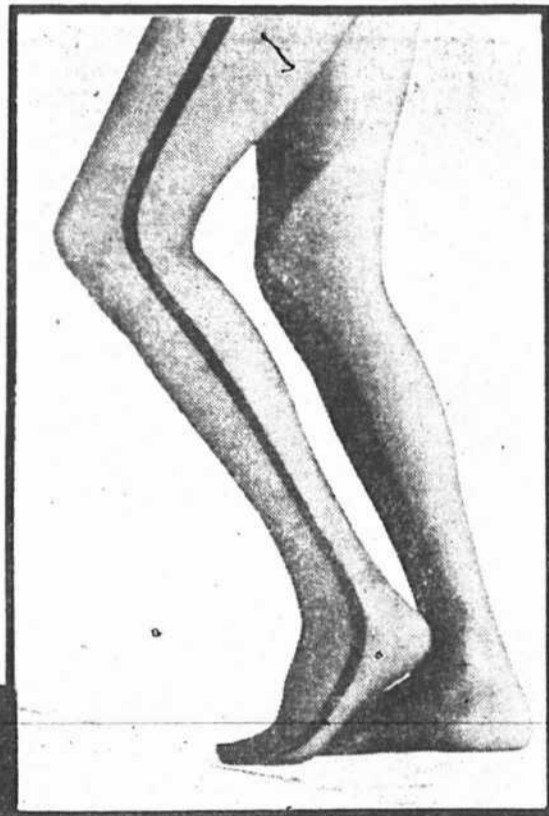
De la collection "espace" bas-culotte à ligne filante sur le côté de la jambe. Brun, noir, marine, etc. Tailles: P.M.G.

\$3.00

Commandes téléphoniques ou postales acceptées

Concours Burlington Cameo Soyons du Jet Set

boutique·mode DUPUIS pour elle
6500, Plaza Saint-Hubert, 279-4181 et Les Galeries d'Anjou, 353-5510



vos horoscopes

LES ENFANTS NES CE JOUR peuvent s'attendre à une vie assez remplie mais dans laquelle le bon et le mauvais seront presque à égalité. Santé parfois vigoureuse mais quelquefois perturbée et dangers d'accidents divers. Le moral sera souvent actif et dynamique mais parfois instable et erratique, trop fantasiste et impulsif. Heurts sur le plan sentimental. Influences instables qui peuvent causer des surprises.

♈ DU 21 MARS AU 20 AVRIL

BELIER
Il y a des activités obscures dans votre milieu. Soyez discret. Travaillez en groupe. Evitez de vous embarquer dans des aventures folles. Il vaut mieux ne rien entreprendre que de travailler longtemps pour un désastre.

♉ DU 21 AVRIL AU 20 MAI

TAUREAU
Votre attitude devant les gens n'est pas toujours ce qu'elle devrait être. Pensez d'abord à la personne à qui vous avez à répondre. Tout le monde ne peut être de votre avis. Il faut prendre les circonstances comme elles sont.

♊ DU 21 MAI AU 21 JUIN

GEMEAUX
Il est important que vous répondiez aux questions de vos supérieurs. Montrez votre sens de la responsabilité. Discutez quand vous aurez toutes les informations nécessaires. Sachez vous expliquer clairement et vous faire comprendre de vos interlocuteurs.

♋ DU 22 JUIN AU 22 JUILLET

CANCER
Vous rencontrerez des amis qui vous proposeront un projet tout à fait valable. Vous avez beaucoup travaillé ces derniers temps; maintenant vous devez recevoir certaines récompenses. Reposez-vous avec votre famille et vos amis.

♌ DU 23 JUILLET AU 23 AOUT

LION
Vous devez être attentif à votre travail. Des idées importantes vous viendront en faisant vos travaux routiniers. Soyez ouvert pour ceux qui viennent vous demander conseil. Vous avez aussi déjà eu besoin de conseils.

♍ DU 24 AOUT AU 22 SEPTEMBRE

VIERGE
Vos amis se plaignent de votre silence. Vous devez en profiter pour raffermir vos liens amicaux. Mettez l'accent sur les travaux routiniers qui ne sont pas terminés. Revenez à vos vieux principes. Laissez entendre que vous êtes bien décidé.

♎ DU 23 SEPTEMBRE AU 23 OCTOBRE

BALANCE
La patience est essentielle. Exprimez-vous de façon à encourager vos amis. Montrez que vous pouvez coopérer. Ne soyez pas obstiné. Les affaires d'argent tournent en votre faveur. Sachez-le et évitez de vous en faire avec rien.

♏ DU 24 OCTOBRE AU 22 NOVEMBRE

SCORPION
Vous ferez des gains si vous acceptez de vous occuper de votre correspondance. Vous devriez faire le voyage qui vous tente depuis longtemps. Plus vous suivrez votre intuition, mieux ce sera. Ne vous laissez pas impressionner par les apparences.

♐ DU 23 NOVEMBRE AU 21 DECEMBRE

SAGITTAIRE
Prenez connaissance de l'impression que vous faites sur les gens. Faites attention à vos questions et à vos actions. Evitez d'agir sous l'impulsion du moment. Montrez votre habileté à percevoir les choses obscures.

♑ DU 22 DECEMBRE AU 20 JANVIER

CAPRICORNE
Vous devriez regarder plus profondément que la surface de votre problème. Ayez l'air confiant. Acceptez les changements. Occupez-vous de problèmes relatifs à votre milieu familial. On vous attend pour trouver une solution.

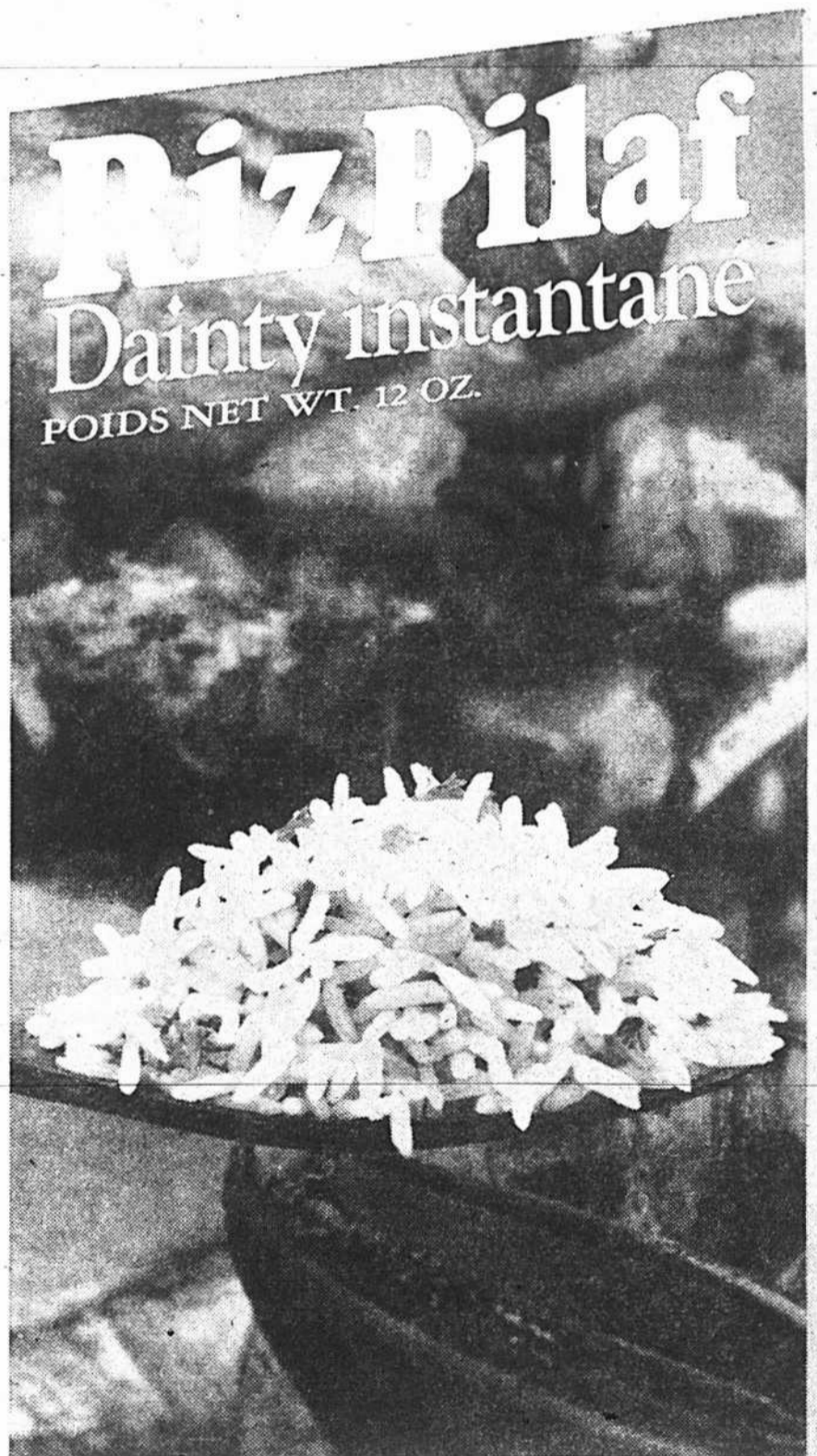
♒ DU 21 JANVIER AU 19 FEVRIER

VERSEAU
Vous aurez beaucoup d'activités sociales. Bon temps pour amuser et être amusé. Soyez amical envers votre famille. Votre conjointe a besoin de vous et s'attend de recevoir votre aide. Vous auriez intérêt à prendre des notes.

♓ DU 20 FEVRIER AU 20 MARS

POISSONS
Utilisez votre expérience et votre savoir. Restez neutre dans les questions familiales. Réglez les problèmes d'argent en modifiant votre emploi du temps. Vous aurez plus de temps pour vous occuper de vos projets.

A toute "faim" pratique, le riz qui rit!



Riz Pilaf Dainty instantané
POIDS NET WT. 12 OZ.

Le pilaf au riz Dainty instantané, le riz qui rit — pas simplement une nouvelle saveur, mais un mets nouveau, succulent qui fait la joie des gourmets.

C'est joyeusement bon et c'est le choix magnifique d'assaisonnements exquis qui le rend ainsi.

C'est aussi joyeusement commode. Chaque emballage comprend une boîte de riz instantané et une enveloppe d'un mélange d'assaisonnements mesurés avec art pour réjouir les palais les plus fins. Il ne vous reste qu'à mélanger, chauffer et servir avec le sourire.

Et c'est pour vous une joyeuse surprise puisque même les gens qui, d'habitude, n'accueillent pas le riz avec le sourire s'en régaleront joyeusement. Joyeusement bon ce riz qui rit!

Un produit des célèbres fabricants du riz Dainty instantané au goût de boeuf, de poulet et à la chinoise.

Le riz qui rit!

massages ou Némectrothérapie pour l'empatement et le vieillissement du cou

douches carbo-gazeuses ou Némectrothérapie pour le développement et raffermissement des seins

amincissement et raffermissement par sudation paraffine, infra-rouge ou Endovac

pour les dépôts graisseux massages manuels, aérométhérapie ou paraffine locale, etc...

cellulite, infiltrations d'eau traitées par bains ionisants, air pulvé, etc...

date avant-après

*Inscrivez vos mensurations présentes, vous constaterez la différence après traitements.

A l'Estherium perdre du poids ne veut pas dire amincir. Une "analyse-anatomie" gratuite vous le prouvera, car...

"une analyse-anatomie", c'est la recherche scientifique par des esthéticiennes techniciennes en amincissement et en raffermissement, qui établit quelles sont les régions du corps qui doivent recevoir un traitement et à quelle genre de traitement ces parties doivent être soumises pour avoir le meilleur effet amincissant.

Amincissement local

Pour retrouver leur sveltesse et leur silhouette, certaines femmes n'ont besoin que d'un AMINCISSEMENT LOCALISE: hanches, taille, cuisses ou cou etc... C'est pourquoi nous ne traitons localement que les parties du corps désignées par "l'analyse-anatomie" (voir illustration)

En possession de ce document, nous prescrivons le traitement approprié: air pulsé, massages corporels, bains ionisants, douches filiformes, gymnastique passive des muscles par le Némectron, traitements ventouses par l'Endovac, sudation à la paraffine et à l'infra-rouge. Par exemple: ces deux derniers traitements sont peut-être la solution de votre problème. Ce sont de véritables bains amincissants qui peuvent amener le rejet et la fonte des excès de tissus graisseux, car les rayons infra-rouges qui pénètrent à travers la paraffine décuplent l'action du processus d'amincissement.

Traitements paraffine local: \$6.00 ou \$7.00 total: \$8.00 ou \$9.00

BON GRATUIT

pour

- analyse de la peau
- "analyse-anatomie" de votre silhouette

Bon à découper valable pour 1 ou 2 personnes dans tous les Estherium Visa Bella, jusqu'au 30 novembre

A Montréal
804 est, rue Sherbrooke, tél. 526-0091
7900 est, rue Sherbrooke, tél. 353-1630
6967 rue St-Denis (angle Belanger) tél. 277-1612
6050 rue St-Hubert (angle Bellechasse), tél. 272-0566
5960 de Salaberry, tél. 336-0111
3486 est, rue Ontario, tél. 526-2696
1808 ouest, rue Sherbrooke, tél. 935-6113
141 de la Concorde (angle Goineau) Pont-Viau, tél. 663-8517
7986 boul. Champlain, Centre Commercial Place La Salle, tél. 365-4355
A Sherbrooke: 1574 ouest, rue King, tél. 562-2648



estherium

"Les plus grands centres d'esthétique"

Etes-vous courageuse?

Le courage, cette vertu qui a fait la réputation de tant de personnages célèbres, est-il une de vos qualités?

Constations toutefois que le manque de courage n'a rien de déshonorant, cette qualité nécessitant avant tout beaucoup

de sang-froid, de "self-control". Ces deux éléments étant fonction d'un bon équilibre nerveux, il est normal que les personnes nerveuses éprouvent beaucoup de difficultés à effectuer une opération périlleuse.

On peut d'autre part distinguer plusieurs sortes de courages et principalement le courage REFLECHI, le plus beau, puisqu'il suppose une connaissance entière de tous les risques que comporte l'acte à poser. Le courage IMPULSIF, partant d'un caractère très généreux, viendra d'une personne qui n'aura aucune hésitation quelque soit le danger à affronter. Mais peut-être n'avez-vous jamais eu l'occasion de faire preuves en matière de courage. Aussi nous vous proposons ce test qui vous permettra de juger de vos réactions face à des situations nécessitant une certaine dose de courage.

1 — Oseriez-vous aller au secours d'une personne se trouvant dans une maison en flammes et ce, sans qu'on vous le demande?

- 2 — En supposant que vous trouviez sur la berge d'un lac isolé et que vous constatiez qu'un enfant se noie, vous jetteriez-vous à l'eau pour le sauver?
- 3 — Si l'on vous mettait à l'épreuve, oseriez-vous sauter en parachute?
- 4 — Oseriez-vous affronter des gens qui vous veulent du mal?
- 5 — En temps de guerre, accepteriez-vous d'être envoyée au front pour réconforter les combattants?
- 6 — Dans la rue, voyant un enfant sur le point d'être renversé par une voiture, vous clancieriez-vous pour essayer de le sauver?
- 7 — Accepteriez-vous d'endosser la responsabilité d'un acte posé par une personne de votre connaissance (en étant sûre que l'acte n'est pas répréhensible, et en étant certaine d'avoir à faire face à de très grandes difficultés)?

- 8 — Si vous faisiez du cinéma, oseriez-vous tourner les scènes dangereuses plutôt que d'être doublée?
 - 9 — Vous préféreriez-vous à une opération pour sauver une vie?
 - 10 — Si un enfant était attaqué par un chien méchant, vous porteriez-vous au devant de l'animal pour l'empêcher d'atteindre l'enfant?
- Accordez-vous 3 points pour chaque réponse "OUI" et faites votre compte.
- Entre 24 et 30 points, vous avez un courage à toute épreuve.
- Entre 18 et 23 points, vous êtes courageuse au point de pouvoir surmonter les principales épreuves périlleuses de la vie.
- Entre 10 et 17 points, ou le danger vous paralyse, ou vous êtes très timide, ou le sort des autres vous indiffère et à ce moment-là, rappelez-vous qu'on a souvent besoin des autres lorsqu'on est en difficulté.

Comment rester belle en attendant bébé

(AFP) — En attendant bébé, restez belle et élégante. Ce n'est pas un slogan publicitaire, mais une recommandation qu'on pourrait faire à toutes les jeunes femmes enceintes qui s'imaginent qu'elles doivent renoncer à toute coquetterie pendant 9 mois.

Si elle travaille au dehors, tout en s'occupant de sa maison, elle doit faire preuve de courage pour assurer sa tâche quotidienne. Alors, comment supporter la fatigue supplémentaire qu'entraîne, d'après elle, tout soin esthétique.

Tout pour les jeunes mères.

En pensant ainsi, elles oublient simplement qu'elles ne vivent plus à une époque où la grossesse excluait obligatoirement les soins esthétiques, où les robes étaient pratiques mais hideuses. Aujourd'hui, c'est bien différent et avec un peu d'imagination la femme enceinte peut suivre la mode, se baigner sur une plage, mener une vie normale, et rester jolie. Souvent elle l'est même particulièrement, car la future maternité lui donne un éclat qu'elle ne retrouvera plus jamais.

Un peu de courage est nécessaire.

En attendant bébé, madame est souvent très fatiguée et dé-

Un programme équilibré

La science moderne a trouvé une solution entièrement satisfaisante à son problème, et il suffit qu'elle sache choisir sa panoplie de produits pour rester belle sans faire le moindre effort.

Il est indispensable qu'elle tienne compte des inconvénients qu'entraîne toute maternité, tels que les vergetures, le "masque de grossesse", la déshydratation de l'épiderme et les transformations subies par ses seins.

"Mieux vaut prévenir que guérir"

Ce vieux dicton s'avère particulièrement significatif en cas de traitement préventif contre les vergetures. Dues à une distension exagérée des

tissus manquant d'élasticité ou de tonicité au moment de la grossesse, elles ne disparaissent plus après la naissance si l'on ne prend pas les devants. En effet, il suffit d'appliquer quotidiennement une crème spécialement étudiée pour redonner aux tissus la souplesse qu'ils ont momentanément perdue. Basée sur un principe actif, le "natural moisturizing factor" (élément naturel d'hydratation) elle augmente l'élasticité de l'épiderme et empêche par conséquent la formation de ces marques appelées vergetures.

Le masque de grossesse n'est plus invincible

Ces taches colorées, brunes ou grises qui apparaissent au niveau du visage et du cou et que toutes les futures mamans appréhendent, peuvent être traitées efficacement. Les peaux fragiles sont soumises à une rude épreuve dans les mois précédant l'accouchement. Il faut donc absolument les tonifier, et cela dès le début, si l'on veut garder un teint net et clair.

Les "phytohormones" et les "phytostimulines"

Un tonique facial, répondant exactement aux besoins de la peau pendant toute la durée de la grossesse, contient ces deux éléments décongestionnants, rafraichissants et stimulants. De plus, une certaine proportion de fleur d'orange qui entre dans sa composition, assure un adoucissement bienfaisant.

Dernière découverte de la cosmétologie, ce tonique est complété par une crème hydratante à base de lanoline, destinée à régénérer les cellules de la peau. La future maman doit l'appliquer régulièrement, matin et soir, sur le visage, le cou et le corps.

Un autre point faible, la poitrine.

Pendant la grossesse, les seins subissent une transformation constante en vue de l'allaitement du bébé. La distension importante à laquelle l'épiderme est soumis, des facteurs biologiques et un alourdissement progressif, en sont la cause.

Or, pour que tout rentre dans l'ordre après l'accouchement et pour que la déformation disparaisse rapidement, la future maman doit prendre les devants, dès le début de la grossesse.

Le médecin prescrira un soutien-gorge adapté au développement des seins, il conseillera, peut-être, des mouvements de gymnastique adéquats. La cosmétologie interviendra également. Les applications régulières d'une crème à base d'extraits placentaires, accompagnées d'un léger massage, redonneront à la peau sa souplesse, indispensable pour qu'elle retrouve son élasticité normale.

Attention aux rides.

Il est de plus en plus fréquent qu'une femme ayant dépassé la quarantaine se trouve de nouveau enceinte. Or, si la grossesse exerce certaines agressions contre l'épiderme, celles-ci peuvent devenir redoutables lorsque la future mère a plus de 35 ans. Il va de soi que l'élasticité naturelle de la peau n'est plus celle d'une jeune femme de 20 ou 25 ans.

Pour que les rides ne sillonnent pas le visage et le cou, pour que les seins ne perdent pas complètement leur galbe, des soins énergiques et constants sont indispensables. Or, ils seront d'autant plus nécessaires si la mère a déjà constaté un fléchissement de sa peau, avant d'être enceinte. Bien qu'elle soit encore plus fatiguée que la jeune mère, elle doit s'astreindre à une discipline rigoureuse si elle veut retrouver, après l'accouchement, un corps et un visage pas trop abimés.

Une période difficile, qu'on passe en beauté.

Grâce à la cosmétologie, toutes les femmes, quel que soit leur âge, peuvent rester jolies pendant la grossesse, et peuvent aussi retrouver leur silhouette, un teint parfait, après l'accouchement.

Pennington's

TAILLES

- x pour hanches 40 à 44
- xx pour hanches 45 à 50
- xxx pour hanches 51 à 58

étudiés par ordinateur

Ils habitent à la perfection les tailles plus fortes

Grâce à notre endos spécial, ils gardent tout leur galbe sans tirer. Vous conviendrez que ces basculottes en nylon extensible sont les plus confortables que vous ayez jamais portés.

Beige, taupe, brun-café, blanc, noir, marine.

\$1.60 à \$1.99

Élégance pour toutes les tailles

PLACE VILLE-MARIE
CENTRE COMMERCIAL DORVAL
LES GALERIES D'ANJOU

nous sommes toujours à la mode

avec Mini, Midi, et Maxi.

La ligne '71 est entière... Les plus récents modèles de Canada Tire vous donneront plus que du style et de la mode — ils vous donnent sécurité et sûreté.

Choisissez le pneu façonné aux exigences de votre auto. Chez Canada Tire vous êtes assuré d'obtenir la bonne grandeur de pneu, le bon tissage, le meilleur pneu pour votre auto! Pourquoi vous contenter de moins! Sélectionnez vos pneus de notre Collection Spectaculaire d'Automne et roulez en beauté et sécurité.



LES CHOIX DE NOTRE DESSINATEUR:

- MINI:**
Kelly Explorer
Nylon
- MIDI:**
Winter Mark
G.P. Kelly
- MAXI:**
Big Grip
G.P. Kelly

Manteau du modèle — courtoisie de Capital Garment Co.

CANADA TIRE CO. LTD.

Centre-Ville
770, rue Notre-Dame (coin University)
861-1611

NORD-OUEST
5150, rue Jean-Talon (près boul. Décarie)
731-7766

EST DE MONTREAL
6000, rue Sherbrooke (coin Cadillac)
254-6006

NORD-EST
1025, est. Jean-Talon (coin Christophe Colomb)
271-3551

CHOMEDEY-LAVAL
1200, boul. Curé Labelle (en face du Centre d'achats St-Martin)
688-6262

RIVE SUD
2435, boul. Taschereau (en face du Centre d'achats Greenfield Park)
678-8080

SHERBROOKE, 1009, rue King 567-2138

OTTAWA, Ont., 460 MAIN ST., 235-7953, 235-7953

TROIS-RIVIERES, 731 Des Mèzières 375-1000

Finie la riz-ophobie

Riz Pilaf Dainty instantané
POIDS NET WT. 12 OZ.

Y a des gens qui détestent le riz, c'en est une phobie. Aujourd'hui, ça nous fait bien rire.

Pourquoi? Parce que nous venons de lancer un nouveau mets au riz qui sera pour eux comme pour les autres une joyeuse surprise.

Le pilaf au riz Dainty instantané. Et tout à coup, le riz devient pour tous joyeusement bon. On le surnomme "Le riz qui rit". Pas étonnant, le mélange magnifique d'assaisonnements exquis, mesurés avec art pour plaire aux palais les plus fins, en fait un mets différent d'une incomparable fraîcheur. Et joyeusement commode avec ça! Chaque emballage comprend une boîte de riz instantané et une enveloppe d'assaisonnements raffinés. Il ne vous reste plus qu'à mélanger, chauffer et servir avec le sourire.

Finie la phobie. Le riz est désormais une joyeuse régalade!

Un produit des célèbres fabricants de riz frit Dainty instantané au goût de boeuf, de poulet et à la chinoise.

Le riz qui rit!

Géant économique, l'industrie de la mode traverse une crise importante

NEW YORK (UPI) — Bien que les collégiennes américaines d'aujourd'hui se disent antimode, l'industrie de la mode ne les prend pas très au sérieux.

Un porte-parole de l'Union internationale des ouvriers du vêtement pour dames a blâmé le taux de chômage, estimé à 20 pour cent, c'est-à-dire le taux le plus élevé dans cette industrie depuis 30 ans, sur la récession et l'augmentation du nombre des vêtements importés.

Il a aussi avoué que les difficultés éprouvées par les maisons de mode de New York, dont quatre ou cinq des plus importantes, sont aggravées par la résistance aux nouvelles longueurs. Jusqu'ici, l'opposition aux efforts de l'industrie en vue de remplacer la mini-jupe par la jupe midi a été violente.

"Et c'est vrai", d'ajouter le porte-parole, "que la plupart des collégiennes adoptent une attitude antimode et qu'elles ont une allure délabrée. Mais cela ne dérange pas du tout l'industrie de la mode".

L'allure naturelle: coûteuse
En fait, il en coûte aussi cher pour s'habiller comme un vagabond que pour choisir des vêtements en vogue. "Bien des ensembles qui semblent sortir du grenier ou du sac à guenilles, coûtent environ cent dollars".

Les jeans tie-dye, par exemple, sur lesquels on croirait avoir échappé un pot de peinture, exigent un coût de pro-

duction beaucoup plus élevé que celui des jeans classiques. Mère "l'allure naturelle" qui fait rejeter aux femmes les éternels soutiens-gorge inconfortables est souvent triquée. Avant de se rendre compte que la plupart des femmes ont besoin d'un soutien-gorge, les promoteurs de cette industrie ont été terriblement inquiets; mais ils ont imaginé de nouveaux soutiens-gorge assurant "l'allure naturelle" et "sans soutien".

Il y a aussi les femmes qui semblent ne porter aucun maillage: gageons qu'elles ont choisi les nouveaux cosmétiques invisibles qui sont plus coûteux que les produits conventionnels.

Le terrible pantalon
La dépression ressentie par l'industrie de la mode est toutefois réelle et s'attaque aussi bien aux autres villes américaines qu'à New York. En plus de la confusion qui règne autour de la question des longueurs, et qui pousse presque certains magasins à acheter leur marchandise au jour le jour, il y a un autre problème qui ébranle l'industrie de la mode: l'avènement du pantalon.

Les boutiques a y a n t misé sur l'importance du pantalon s'en tirent très bien; mais les autres connaissent de grandes difficultés.

A elle seule, l'industrie de la mode de la ville de New York produit un volume de \$10,5 milliards par année. Cette industrie se classe en impor-

ance au quatrième rang dans la ville de New York.

Le chômage
Sur une base nationale, l'industrie de la mode est l'un des géants économiques; ses difficultés se repercutent donc très vite sur l'économie du pays.

Le chômage dans ce domaine entraîne également un autre problème du côté des droits civils. Il y a quelques années, en effet, l'industrie de la mode s'inquiétait profondément de la pénurie de main-d'oeuvre spécialisée: les Européens spécialisés dans le domaine n'émigraient plus aux Etats-Unis.

Des milliers de Noirs et de Portoricains requèrent alors la formation nécessaire pour remplir ces fonctions. Ce sont eux que l'industrie doit aujourd'hui mettre à pied.

Fini la course au crayon

Etes-vous celle qui cherche toujours crayon et papier lorsque vous voulez inscrire un numéro ou prendre un message. Le joli petit "pad" est toujours envolé. Rendez-vous à la papeterie et achetez-vous un bloc-notes. Mais ne vous contentez pas d'un petit rouleau ordinaire. Demandez un bon gros rouleau, pour machine à additionner. Il vous donnera des mois de service avant que vous n'ayiez à le renouveler. Au besoin, cimentez ou collez le bloc-notes à votre table de téléphone. Si vous l'enlevez un jour, le dessus de cette table sera légèrement marqué, c'est une bien petite surface à repolir. Cela en vaut la peine, si vous songez à tous les énervements, que ce petit bloc — toujours en place — vous sauvera.

A elle seule, l'industrie de la mode de la ville de New York produit un volume de \$10,5 milliards par année. Cette industrie se classe en impor-



Plus libre

Un fait est indéniable: les nouveaux complets de jersey permettent une plus grande liberté de mouvement. C'est sans doute la raison pour laquelle beaucoup d'hommes penchent en leur faveur. Choisissez des rayures subtiles dans ce modèle d'inspiration européenne avec quatre poches passepoilées et une fente au dos.

BIRKS
EB

Neuf magasins BIRKS à votre service

Carré Phillips
Dorval
Fairview
Rockland
Place Versailles
Place Longueuil
Place Bonaventure
Place Ville-Marie
Galeries d'Anjou

BIRKS
EB

RÉDUCTION DE 1/3 À 1/2
Bijoux en argent sterling et en argent doré

Prenez vos dispositions afin de venir profiter de ces soldes de bijoux à la mode... épingles, bracelets, boucles d'oreilles... plusieurs d'entre eux sont seuls du genre; nous en avons une nombreuse collection. Mais arrivez tôt pour un meilleur choix. Rabais de 1/3 à 1/2 des prix courants.

BIRKS
BIJOUTIERS

Elles se teignent les cheveux pour plaire, mais qu'en pensent les hommes?

Droits réservés: LA PRESSE et The Los Angeles Times
TOKYO — C'est peut-être vrai que les blondes ont plus de plaisir, mais on ne le croirait pas à voir les jeunes beautés japonaises évoluer sur la Ginza.

Les cheveux teints, dans ce pays, vont de l'acajou au rouge et même au rouge vif, mais on voit rarement des blondes. Les cheveux japonais sont tout simplement réfractaires à la décoloration que nécessite les cheveux blonds.

La teinture des cheveux est une mode récente au Japon où elle a commencé avec les jeunes qui voulaient être différents. Et n'est-ce pas le meilleur moyen de commencer en transformant un trait commun à toute la race, la chevelure noire?

Les perruques qu'on trouve en grand nombre à Tokyo (elles sont abondamment exportées aux Etats-Unis) sont presque exclusivement noires sur le marché local. Les personnes désireuses de changer leur apparence doivent, par conséquent, y aller à fond.

Avec le nombre croissant de clientes, les salons de beauté sont en train de devenir plus experts et le résultat est de moins en moins criard. Leur tâche est difficile à cause de la texture épaisse des cheveux japonais.

Même pour teinter les cheveux à l'aide d'une couleur soluble à l'eau pour lui donner des reflets acajou, il faut une heure entière et cela coûte 1.000 yens (\$2,78) dans la plu-

part des salons. Une vraie teinture peut prendre deux heures et coûter 3.000 yens (\$8,33) plus une retouche tous les mois à peu près au même prix.

Une fille qui voudrait rester blonde — ce qui n'est pas recommandé à en juger par les résultats observés — la chose est presque impossible. Il est presque certain qu'elle abîmera ses cheveux, et de nombreuses femmes ont eu des ennuis avec leur peau à cause des teintures puissantes qu'elles sont obligées d'utiliser. Mais pourquoi se teindre? Les femmes japonaises dé-

viennent de plus en plus conscientes de la mode. Et comme mode est synonyme de changement, l'envie d'expérimenter est assez naturelle. Certaines femmes attribuent cette vogue à la mode des cheveux longs.

"Comme on ne peut pas onduler les cheveux longs, autant changer leur couleur", affirme une jeune beauté.

Le monde des affaires, cependant, reste assez conservateur. Mitsubishi et d'autres firmes importantes de Tokyo ne voient pas d'un bon oeil cette touche bizarre chez leurs employées.

ESTHÉTIQUE-VISAGISME
Maquillage et soins de votre peau à la parité de votre bourse

ELECTROLYSE
Enlèvement des poils superflus sans trace et sans douleur

3585 est, Beaubien

SALON Marielle
ESTHÉTICIENNE

376-3030

LA VIE DE VOTRE PEAU DÉPEND DE VOUS...
Madame Marielle Latour, prof.



Pantalons et jupes midi seraient les responsables des difficultés éprouvées par l'industrie de la mode américaine.

GIGANTESQUE VENTE D'OUVERTURE

— Surveillez La Presse de mercredi 28 octobre '70

Boutique Oberson

BIRKS
EB

Berceuse féminine à la fois classique et moderne

Tout est classique dans cette berceuse: la capitonnage du dossier et du siège, la tapisserie aux motifs et couleurs variés, mais elle est aussi moderne et pratique parce qu'elle se plie pour la transporter ou la remiser facilement. **\$9.95**

BIRKS
BIJOUTIERS

BIRKS
EB

VOUS AIMEZ DANSER... VOUS AIMEZ PLONGER... LES NOUVELLES MONTRES "FLIPPER" AUSSI

Voici la montre qui n'a peur de rien! Elle peut recevoir les plus durs coups. Vous pouvez vous fier à elle, même si vous êtes un sportif rude! (Elle est étanche jusqu'à 600 pieds). Elle est munie de 5 anneaux interchangeables: comprenant tachymètre, plongée, heures internationales, etc.

Trois modèles FLIPPER à votre choix, chacune dans une variété de couleurs. Le Flipper courant à mouvement suisse 17 rubis: **\$29.95**; ou avec calendrier **\$32.95**. Le tout-nouveau Flipper, avec mouvement automatique et calendrier **\$49.95**.

BIRKS
BIJOUTIERS

Deuxième lecture du projet de loi modifiant la loi de la marine marchande

OTTAWA (PC) — Les Communes ont fait l'unanimité, lundi sur l'adoption en deuxième lecture du projet de loi C-2 modifiant la loi régissant la marine marchande du Canada.

Le gouvernement propose une série de règlements sévères à tout navire transportant des matières polluantes, tels du pétrole, dans le but d'éviter la pollution des eaux canadiennes.

Les porte-parole de l'opposition, tout en exprimant leur accord au principe du projet de loi, ont principalement reproché au ministre des Transports, M. Don Jamieson, parain du projet de loi, de ne pas lui donner une portée assez vaste.

M. Jamieson a reconnu que le projet de loi pourrait être plus sévère mais il a ajouté que le Canada est le pays qui a proposé la législation la plus audacieuse dans ce domaine.

Le chef du Ralliement chrétien M. Réal Caouette, a suggéré que le gouvernement désigne un fonctionnaire sur les navires importants des produits polluants au Canada pour veiller à ce que ces navires ne déversent pas de polluants dans les eaux.

Amendes

Le bill prévoit des amendes pouvant aller jusqu'à \$100,000 contre ceux qui commettraient une infraction à l'endroit des nouvelles dispositions anti-pollution.

Il prévoit, d'autre part, de nombreux règlements que devront observer les responsables des navires marchands à l'intérieur des eaux canadiennes.

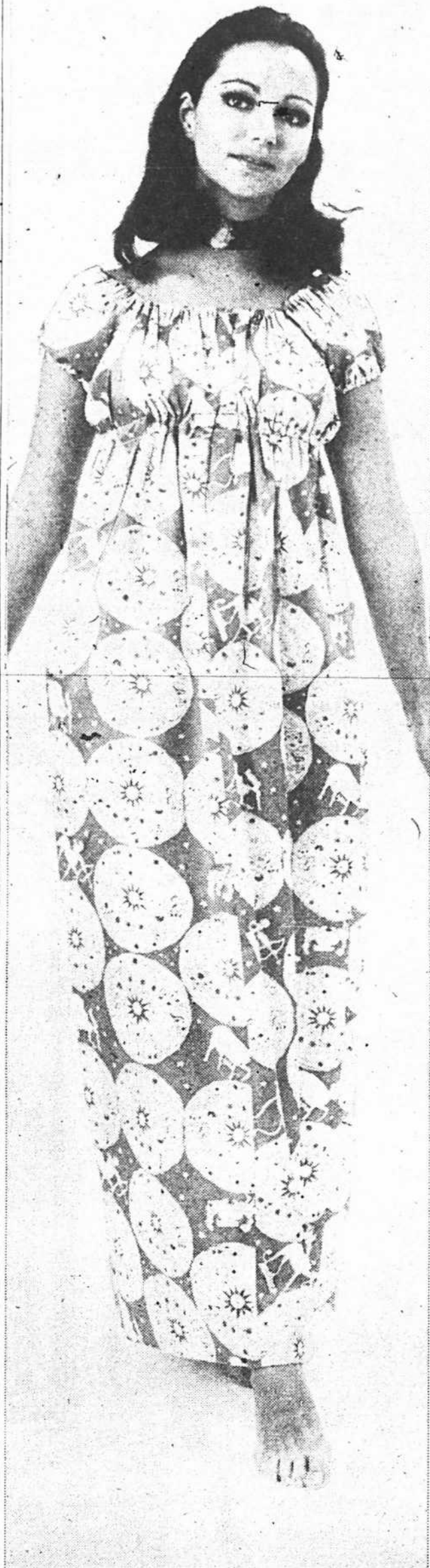
Le ministre des Transports s'accorde le pouvoir de faire enlever ou détruire un navire ou sa cargaison ou de le faire vendre s'il a de bonnes raisons de croire qu'un navire en détresse ou échoué est en train de déverser ou déversera un polluant dans les eaux auxquelles s'applique le projet de loi.

Le député néo-démocrate de Comox-Alberni, M. Tom Barnett, a proposé, pour sa part, que le gouvernement utilise des patrouilles côtières devant assurer la protection du milieu.

Le projet de loi sera maintenant étudié article par article par les membres du comité spécial de la pollution de l'environnement avant de subir la troisième et dernière lecture en Chambre.

Morgan

COMPAGNIE DE LA BAIE D'HUDSON



MARGOTON 70

Voici revenue la grande vogue de la jeune femme en robe des champs. C'est le retour en grâce de la petite robe paysanne, version mode 70. Souple, aérienne, couverte d'imprimé flatteur, elle fronce malicieusement à la poitrine, puis s'allonge tout doucement jusqu'à la cheville. La petite robe paysanne 70, c'est le romantisme champêtre version confort et détente. Choix de divers imprimés en noir/blanc, jaune/blanc, rouge/blanc, rose/blanc ou marine/rouge/blanc. Tailles 7 à 15.

(Veuillez commander en indiquant la taille et la couleur.)

\$22

Téléphoner à 842-6261. Robes pour jeunes filles, rayon 422, au deuxième, centre-ville. Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard.

CUIR RACÉ 40% DE RABAIS



VENTES \$84

Toute une vente... 40% de rabais sur tous nos manteaux de cuir racé ordinairement proposés à \$140 chacun. Vous avez un petit faible pour le cuir naturel? Vous aimez bien le cuir Cabretta? Vous préférez le pécaré brossé? Nous avons tout cela dans notre superbe collection mode à 40% de rabais. Des manteaux qui s'habillent contre le froid d'une chaude doublure de peluche amovible montée sur glissière... des manteaux qui se préparent pour la belle saison en faisant sauter les boutons-pressions... des manteaux de toutes les couleurs dont brun, havane, vanille, bleu danois, bleu royal, marine, vert et rouge vin. A vous de choisir! Tailles 8 à 18.

Egalement, deux modèles midi en beau cuir Cabretta, à doublure en peluche montée sur glissière. Vaste choix de couleurs dont noir, brun foncé et rouge brique.

\$84

S.V.P. pas de commandes par téléphone. Manteaux tout-aller pour dames, rayon 412, au deuxième, centre-ville. Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard.

Des ressortissants canadiens à Londres protestent contre la Loi des mesures de guerre

LONDRES (PC) — Un groupe de ressortissants canadiens en Grande-Bretagne, qui comprend plusieurs étudiants d'universités, a organisé un comité de protestation contre la proclamation de la Loi des mesures de guerre au Canada, action qu'ils jugent "injustifiée et malencontreuse".

Ce comité entend également attirer l'attention du public britannique sur la "suspension totale des libertés civiles au Canada", a-t-il expliqué, dans un communiqué émis lundi.

Un porte-parole a précisé que ce groupe, nommé le Comité ad hoc pour la solidarité avec le Québec et le Canada, compte entre 50 et 60 membres.

En commentant le communiqué, M. Phil Lyons, de Vancouver, étudiant à l'Université de Londres, a précisé qu'il servait de lien entre la capitale britannique et la ville de Brighton, où se trouve le centre d'information du comité.

M. Victor Rabinovitch, de Montréal, étudiant à l'Université de Sussex, serait membre de ce comité qui comprendrait également des personnalités canadiennes-françaises.

Le Québec, souligne le communiqué, "est depuis longtemps l'objet de discrimina-

tion et d'exploitation de la part du Canada anglais".

Stratégie

Le communiqué accuse les autorités fédérales d'avoir profité de la situation de crise qui sévit au Québec pour supprimer les libertés civiles, plutôt que d'avoir prêté l'oreille aux demandes de réformes sociales.

"Les structures gouvernementales actuelles, précise le comité ad hoc, ne visent qu'à protéger les intérêts de la classe anglophone."

Le comité répète dans son communiqué une comparaison entre la proclamation de la Loi des mesures de guerre et la prise du pouvoir par les colonels grecs, que M. Rabinovitch et trois autres personnes ont fait, récemment, dans une lettre ouverte adressée à un quotidien de Brighton.

Cette comparaison e v a i t trouver une réponse, par les mêmes moyens, de la part d'un éminent universitaire canadien maintenant établi en Grande-Bretagne.

"Dans un cas, souligne le professeur G.H. Durrant, les mesures d'urgence ont été créées avec l'approbation du Parlement pour défendre la démocratie, tandis que dans l'autre cas, une poignée de militaires ont proclamé l'état d'urgence pour détruire l'autorité du Parlement."

Délégation canadienne à Pékin

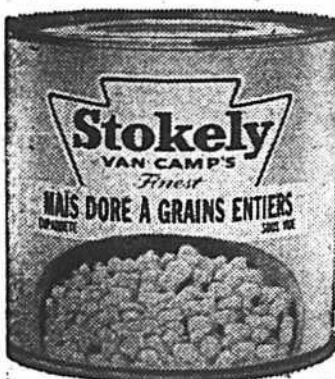
PEKIN (AFP) — Le chargé d'affaires canadien à Pékin, M. John Fraser, est arrivé hier soir dans la capitale chinoise en compagnie de quatre personnalités officielles canadiennes.

Au cours de son séjour, qui durera trois jours, M. Fraser s'entretiendra avec les dirigeants chinois des modalités d'installation de l'ambassade du Canada à Pékin.

A son arrivée, M. Fraser a déclaré que cette installation devrait être terminée avant le début de l'année prochaine. Il a ajouté qu'il espérait la pleine coopération des autorités chinoises dans la conduite de sa mission.

M. Fraser n'a fourni aucune indication sur le futur ambassadeur qui, aux termes de l'accord conclu avec la République populaire de Chine, entrera en fonction dans les six prochains mois.

Un festin à déguster



la presse

NUMÉROS DE TÉLÉPHONE

PUBLICITÉ
Grandes annonces : 874-7306
Télé-Presse : 874-7306
Vacances/Voyages : 874-7306
Cahiers spéciaux : 874-7306
Carrières et professions : 874-7245
Nominations : 874-6868
Annonces classées : 874-7111

PROMOTION
Service de la promotion : 874-7100
874-7294

TIRAGE
Livraison à domicile : 874-6911
8 a.m. à 8 p.m. du lundi au vendredi
8 a.m. à 5 p.m. le samedi

COMPTABILITÉ
Grandes annonces : 874-6892
Annonces classées : 874-6900

PERSONNEL

Général : 874-7383
Direction : 874-7351
lundi au vendredi : 9 a.m. à 5 p.m.
Recrutement et sélection : 874-7360
lundi au vendredi : 9 a.m. à 5 p.m.
En tout autre temps : 874-7272

COMMUNICATIONS

Relations publiques : 874-6800
Information générale : 874-7272

RÉDACTION
le jour du lundi au vendredi
Publicité : 874-7061
Sports : 874-7008
Spec Télé-Presse : 874-7009
Finance : 874-7016
Arts et lettres : 874-7014
Vie féminine : 87-7023

Nuit (en tout temps) : 874-7061

Morgan stationnement Parkade à niveaux multiples.

Rue Aylmer. Accès facile. Tarifs avantageux.

Première demi-heure : .35 Deuxième demi-heure : .35 Heures suivantes : .35

Tarif maximal du soir : \$1... de 6 h p.m. à 1 h du matin.

Entrée directe du magasin Morgan... au niveau 2B.

AIDEZ A SAUVER UNE VIE

Combattez les maladies du rein.
La Fondation canadienne des maladies du rein.

Le Conseil des universités exprime ses craintes quant à la liberté universitaire

de notre bureau de Québec

QUÉBEC — Le Conseil des universités du Québec, craignant que les mesures extraordinaires prises par les autorités gouvernementales pour contraindre la violence terroriste ne détruisent à la longue la liberté universitaire, "juge urgent le remplacement de la loi des mesures de guerre par une législation qui permette de combattre efficacement toute forme de terrorisme tout en respectant les individus et la société".

Libération des personnes arrêtées

L'organisme, chargé d'aviser le ministre de l'Éducation sur les politiques universitaires, recommande en outre la libération "dans le plus bref délai" des personnes arrêtées en marge de l'affaire Cross-Laporte mais contre qui aucune accusation n'a été retenue.

Dans un communiqué rendu public hier à Québec, le Conseil des universités rappelle que la liberté universitaire "comprend le droit d'informer les membres de la communauté tout en développant leur esprit critique".

Le Conseil précise, à l'intention des autorités gouvernementales et policières sans doute, que cette liberté "entraîne inévitablement la discussion et éventuellement la remise en cause des idées et des attitudes reçues".

Les craintes

À deux reprises, au moins, le Conseil des universités exprime ses craintes quant à la liberté universitaire.

Dans ses considérants, l'organisme affirme que "l'avène-

ment de la violence et l'application de la loi des mesures de guerre créent dans les universités un climat tel que la liberté universitaire ne peut s'exercer que difficilement".

Le Conseil fait également une mise en garde lorsqu'il écrit "que toute atteinte aux libertés civiles peut entraîner la mise en veilleuse de cette liberté de discussion et, à long terme, compromettre le développement social".

Une dissidence

Un membre du Conseil a fait inscrire sa dissidence quant à la prise de position officielle de l'organisme.

Il s'agit de M. Jean-Guy Rodrigue, un syndicaliste, qui lui aurait voulu plus sévère la résolution du Conseil des universités. M. Rodrigue estime pour sa part que le gouvernement n'était pas justifié de recourir à la loi des mesures de guerre.

"Lors de la grève des policiers de Montréal, dit M. Rodrigue dans sa note de dissidence rendue publique en même temps que l'avis du Conseil, la situation était beaucoup plus critique et le gouvernement a eu recours à des mesures de portée plus restreinte. L'application de cette loi crée au Québec un climat psychologique malsain et entraîne des abus d'interprétation et d'application de la part des corps policiers mettant en cause l'exercice des droits fondamentaux."

M. Rodrigue demande en outre que soient libérées "immédiatement" les personnes incarcérées par suite de l'application de la loi des mesures de guerre et contre lesquelles aucune accusation n'est portée.

QUELLE FÊTE!

Grâce du style espagnol! Prix attrayants... grâce à notre Anniversaire.

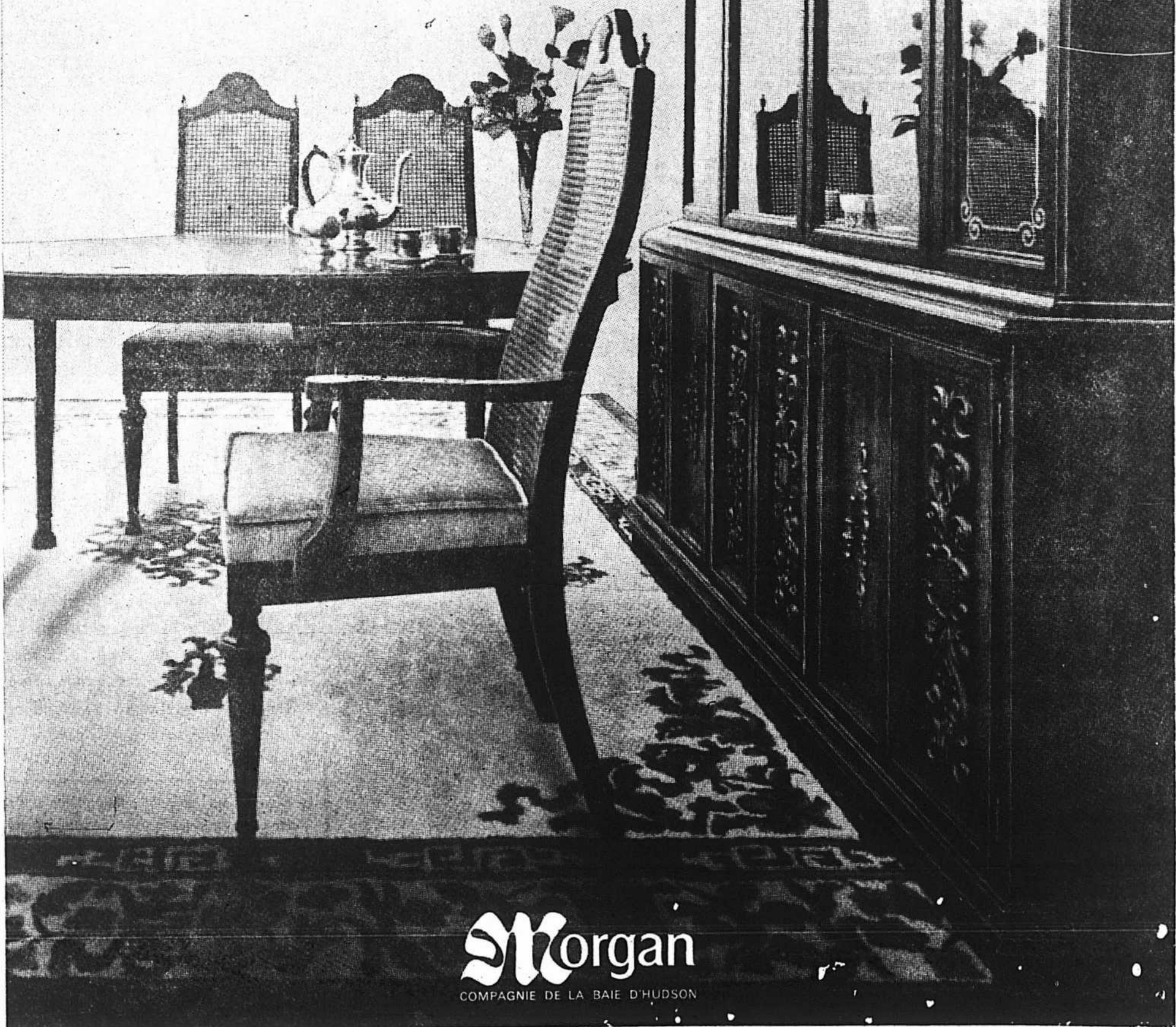
Quand le passé s'allie au présent! Tout le charme de l'Espagne se reflète dans cette salle à manger décorative et fonctionnelle. Exécutée avec le souci du détail. En bois de placage cerisier d'Amérique et chêne massif. Sculptures andalouses plaquées. Ébénisterie irréprochable. Une oeuvre d'art. Huit pièces: buffet 66", table 40" sur 60" pouvant s'allonger à 96" grâce à deux rallonges de 18", 4 chaises et 2 fauteuils. Dossiers cannés, sièges revêtus d'un riche velours. Le tout à un prix digne d'un Anniversaire. Passez à table et... soyez de la Fête!

Bahut (représenté) avec rayons en verre, éclairage intérieur **\$198** en sus. Mensualités de \$17

Mobilier 8 pièces signé **Hespeler**

\$698

Meubles rayon 501, au sixième. Aussi à Rockland et Dorval.



Morgan
COMPAGNIE DE LA BAIE D'HUDSON

FAITES VOS ACHATS AVEC UN COMPTE TOUT-ACHAT MORGAN

Teach-in pour rompre la peur et l'isolement des citoyens

par Pierre VENNAT

Afin de "rompre l'isolement, dissiper la crainte qui s'est emparée des citoyens et de les inciter à se regrouper et à agir dans leur propre milieu pour la restauration des libertés civiles", le Comité québécois pour la défense des libertés, qui regroupe des universitaires des trois universités de Montréal (McGill, UQAM et U. de M.) et des militants qui s'y sont joints à titre personnel, tiendra un teach-in, demain soir, durant six heures, au pavillon des Sciences sociales de l'Université de Montréal.

Présidé par le sociologue Guy Rocher, il regroupera notamment le député péquiste Robert Burns, et deux candidats du FRAP aux dernières élections municipales, MM. Jean Roy et Emile Boudreau. On sait que M. Roy a été détenu une semaine en vertu de la loi des mesures de guerre. Plusieurs autres personnalités, dont le président de la Fédération professionnelle des journalistes du Québec, M. Gilles Gariépy, y prendront part.

Le comité, en fait, qui vise à se joindre au regroupement des forces démocratiques que veut former le front commun Intersyndical CEQ-CSN-FTQ et qui, d'ailleurs, donnait sa conférence de presse au siège même de la CSN, veut éviter que la répression politique et policière actuelle serve de prétexte pour empêcher toute discussion, critique et analyse des vrais problèmes de la société québécoise.

Le colloque, d'ailleurs, a déclaré l'ancien candidat péquiste Paul Unterberg, vise à éviter que les Québécois, face aux événements, ne deviennent des "sourds et muets". On vise particulièrement à enrayer le climat de panique

semé par la loi spéciale depuis sa proclamation.

Un aveu d'impuissance

"Par rapport aux véritables problèmes du Québec, les mesures militaires et policières prises par le gouvernement ne sont qu'un aveu d'impuissance, estime le comité. Il semblerait en effet que le gouvernement n'ait pas de moyens politiques pour résoudre ces problèmes de fond.

"Car ces mesures ont pour double effet de masquer d'une part l'existence de tels problèmes et d'autre part de masquer l'impuissance du gouvernement à les résoudre. Ainsi, sous prétexte de lutter contre le FLQ, les forces répressives gouvernementales se trouvent à supprimer, par arrestation ou par intimidation, tous les individus et tous les groupes qui oeuvrent à la solution des problèmes sociaux au Québec."

Selon le Comité québécois pour la défense des libertés, seules des transformations profondes des structures de la société résoudreont le problème et seules des modifications profondes au niveau des "règles du jeu" permettront à la démocratie de subsister au Québec.

La question qui demeure, fait-on remarquer, est donc: à quoi sert la répression, sinon à empêcher tout type d'opposition populaire — abusivement assimilée au FLQ — de se manifester pour défendre les véritables intérêts de la population québécoise?

"Comment est-il alors possible de croire que la répression vise la défense de la population? Tout porte à croire qu'elle vise avant tout à supprimer toute opinion divergente ou opposée aux intérêts des groupes particuliers que le gouvernement représente."

Un Comité pour la défense de la démocratie naît à Québec

QUÉBEC (PC) — Un groupe d'universitaires de Laval et de l'université du Québec ainsi que de travailleurs intellectuels de la région de Québec au nombre de 275 personnes, ont formé, lundi, le Comité-Québec pour la défense de la démocratie.

Composé de professeurs d'université, de journalistes et d'artistes, le comité a émis le communiqué suivant: "Nous entrons dans une période de reconstruction de notre société et il importe que les forces démocratiques y soient activement présentes. Nous avons choisi de participer au redressement qui s'impose par la création du Comité-Québec pour la défense de la démocratie qui regroupe des universitaires de Laval et de l'université du Québec ainsi que d'autres travailleurs intellectuels de la région de Québec.

"Dans l'immédiat le comité tient à appuyer dans l'ensemble les premières résolutions du cartel intersyndical CSN-FTQ-CEQ:

"Condamnation des actes cri-

minels du FLQ et de la violence comme moyen d'action.

"Rétablissement des libertés civiles, en commençant par l'abolition des mesures de guerre".

Détenus

Le comité demande également que des mesures soient prises pour assurer l'aide aux détenus incarcérés en vertu des mesures de guerre.

"Le comité entend également participer à la campagne d'information et d'éducation politique amorcée par les centrales syndicales et les autres groupements qui visent à l'établissement au Québec d'une véritable démocratie sociale, économique et politique", mentionne le communiqué suivi de la signature de 275 noms dont ceux de l'abbé Louis O'Neill, M. Bernard Dumont et M. Gérard Bergeron.

Ces trois personnalités du monde universitaire sont particulièrement connues au Québec et au Canada pour leurs travaux dans le domaine social et politique.

COUVERTURES DE LAINE IMPORTÉES D'ANGLETERRE



Dimensions approximatives :
70" sur 90" pour lit jumeau
Ord. 19.95 **14⁹⁵**

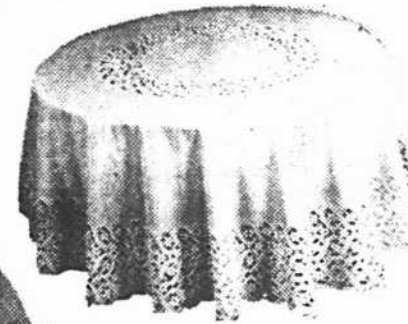
80" sur 100" pour lit à deux places. Ord. 24.95 **18.65**
90" sur 100 pour lit "Queen" Ord. 29.95 **22.45**
100" sur 110" pour lit "King" Ord. 42.50 **31.85**



Douces et légères, chaudes et moelleuses. En exclusivité chez Morgan. Elles sont réalisées en pure laine et ornées de larges bordures de nylon robuste aux extrémités. Grande, caressantes, elles restent en place toute la nuit et favorisent un sommeil réparateur car elles sont inodores et anti-mites. Gamme de belles couleurs décoratives: vieil or, avocado, bleu, blanc ou rose. Achetez-en une, achetez-en deux, achetez-en plusieurs pendant qu'elles vous sont proposées à si bas prix.

Vinyle en couleur et dentelle

Des nappes qui vous invitent à passer à table. Pratiques, jolies et gaies, elles sont en vinyle à motif dentelle Florentine. Lavables à la machine. Pour la table de cuisine ou de salle à manger... à la ville ou à la campagne. Blanc, avocat, champagne ou jaune. Dimensions approximatives.



Modèle oblong, 54" sur 72"	Ord. 4.95	3.89
Modèle oblong, 60" sur 90"	Ord. 6.95	5.49
Modèle oblong, 60" sur 108"	Ord. 8.50	6.79
Modèle ovale, 60" sur 90"	Ord. 7.50	5.99
Modèle rond 70"	Ord. 7.50	5.99

Téléphoner à 842-6261.

Linge de maison, rayon 601, au quatrième, centre-ville.
Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard

MOITIÉ PRIX



Verres Boussu. Importés de Belgique. Vendus en exclusivité chez Morgan

Verrerie de luxe... en simili-cristal fin, limpide. Forme gracieuse, élancée, moderne. Réduction de 50%. Complétez votre service... offrez-en à vos amis... ils sont si peu chers. Téléphoner à 842-6261. Porcelaine, rayon 614, au quatrième, centre-ville. Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard.

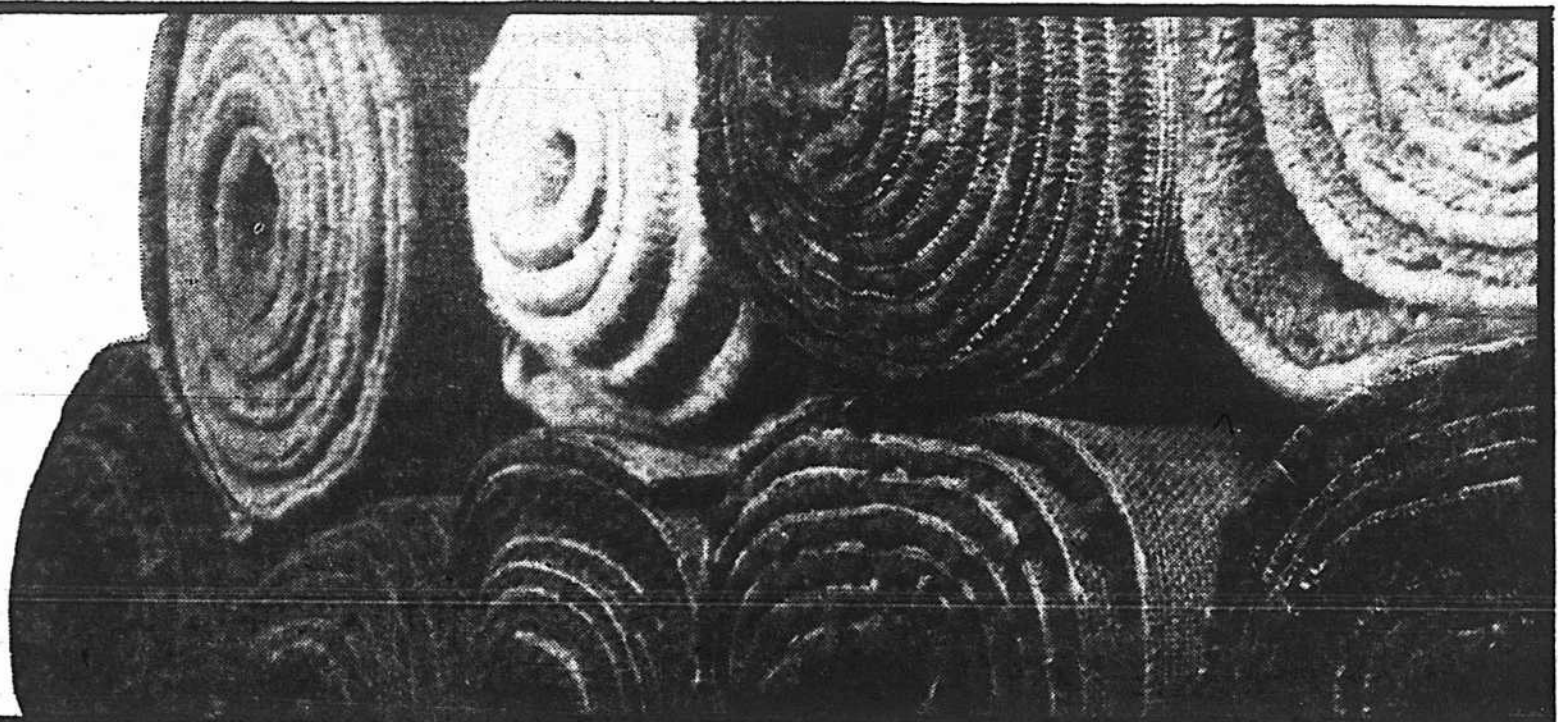
- Gobelet • Champagne/sorbet • Brandy/bénédictine • Bordeaux • Vin • Whisky sour
- Cocktail • Sherry • Pouce-café/liqueur • A jus sur pied • Flûte champagne • Parfait • Flûte bière
- Café irlandais • Brandy 8 oz • Brandy 12 oz • Vin du Rhin • Bourgogne • Old Fashioned, simple
- Highball, 10 oz • Old Fashioned, double • Highball, 14 oz.

ord. 6/\$10 **6/4⁹⁹**

Téléphoner à 842-6261 — Porcelaine et verres, rayon 614, au quatrième, centre-ville. Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard.

			Ord. \$10 4.99 ch.

GRANDE VENTE DE TAPIS



HEURES D'OUVERTURE: CENTRE-VILLE, Square Phillips, DORVAL, au Centre Commercial, ROCKLAND, au Centre Commercial, BOUTEVARD, au Centre Commercial, SNOWDON, 5343 Chemin de la Reine Marie, COMMANDES TELEPHONIQUES: lundi à mercredi 8h.30 à 6h., jeudi et vendredi 9h.30 à 9h., samedi 9h. à 5h. 842-6261

DES AUBAINES MERVEILLEUSES D'APPAREILS MIÉNAGERS!

General Electric au pays des merveilles. Des aubaines merveilleuses...des auxiliaires précieux pour amoindrir la tâche de la maîtresse de maison. Venez faire votre choix. Venez voir les démonstrations. Vous serez conquises par les "merveilleuses" économies à faire.

Morgan
COMPAGNIE DE LA BAIE D'HUDSON



Ouvre-boîtes électrique GE

Vente!

17.88

Permet d'ouvrir toutes boîtes de conserve. Une pièce aimantée retient le couvercle coupé. Espace de rangement du cordon. Corps en chrome brossé et blanc, panneau imitant le bois.

Fer à vapeur GE

Vente!

18.88

Perfectionnement technique: 39 orifices dans la semelle. Le fer à vapeur GE glisse sur un voile de vapeur parfaitement réparti. Semelle enduite de deux couches de Teflon* d'une grande efficacité... elle ne colle pas malgré l'emploi. Niveau d'eau visible. Utilisation en fer à sec. Guide facile à lire. Cordon, 8 pieds attaché.

* Marque déposée

Aspirateur-traîneau GE

Vente!

69.88

Modèle esthétique, très maniable qui rendra les plus grands services. Boyau peu encombrant. Couvercle sur pentures, sac papier de rechange. Espace pour accessoires. Long cordon de 20 pieds.

Mensualités de \$6

Cireuse GE

Vente!

24.88

Puissante, légère, efficace. Moteur robuste. Bourrelet protecteur des meubles. Maniabilité facile, sans vibration. Se range dans un espace restreint.

Couteau électrique GE

Vente!

28.88

Livré avec deux jeux de lames: de 9" pour trancher et découper et de 6 3/4" pour parer et éplucher. Ejection facile des lames. Cordon de 8 pi. amovible. Lames en acier inoxydable, tranchant en acier traité au carbure de tungstène. Plateau noir/brun.

Téléphoner à 842-6261. Articles électro-ménagers, rayons 648 et 636 au quatrième, centre-ville. Aussi à Dorval, Rockland et Boulevard.

HEURES D'OUVERTURE:
lundi à mercredi 9h.30 à 6h.
jeudi et vendredi 9h.30 à 5h.
samedi 9h. à 5h.

CENTRE-VILLE, Square Phillips,
Rue Ste-Catherine, 844-1515

DORVAL, au Centre Commercial,
631-6741

ROCKLAND, au Centre Commercial,
239-5521

BOULEVARD, au Centre Commercial,
728-4571

SNOWDON, 5343 Chemin de la Reine Marie,
844-2811

COMMANDES
TELEPHONIQUES
842-6261

livré à mercredi 8h.30 à 6h.
jeudi et vendredi 8h.30 à 5h.
samedi 8h.30 à 5h.