

S 314.044

OYERS OUVRIERS '62



foyers ouvriers

1962

l'almanach des familles ouvrières

BIBLIOTHÈQUE
SAINT-SULPICE

Les Éditions de la L. O. C.

7559, Boul. St-Laurent

Montréal — CR. 4-2667

23-1-62
L.O.C

FEMMES D'HIER FEMMES D'AUJOURD'HUI

Par Jean Blais

L'épouse et mère de famille vit dans de nouvelles conditions. Son rôle reste le même : première éducatrice de ses enfants.

"Non, merci, pas de café pour nous ce soir. Vous êtes à peine sortie de l'hôpital que vous voulez vous donner du trouble. Ce sera pour la prochaine fois. Nous passions prendre de vos nouvelles, nous ne voulions pas veiller".

Devant ce refus du café, Madame Leblanc dut accepter de demeurer au salon avec les Dubois. Ceux-ci quittèrent vers 11 heures. Là, René Leblanc tenta d'expliquer pourquoi les Dubois avaient agi ainsi. Peine perdue. Comme très souvent Marie Leblanc conclut en ces mots: "Tu ne comprends donc pas. Mme Dubois n'est pas pour conduire ici, dans mon ménage".

Combien d'époux ont entendu opposer à leurs longs et beaux raisonnements, cette phrase clé: "Tu ne comprends pas . . ."

En écrivant ces quelques pages, je suis sûr que plusieurs ménagères s'exclameront: "Il ne comprend donc pas. . . et bla, bla, bla . . ." Mais pour le plaisir des hommes, voyons un peu comment se présente le travail de l'épouse au foyer.

Le bébé de 1930

Il paraît que les premières années 1930 ont vu la fin d'un terrible fléau pour les bébés. Plusieurs médecins affirment que les nouveaux-nés de cette période pleuraient principalement de la faim. Ils étaient affamés et la "mode" à cette époque ne leur assurait pas un menu substantiel.

Mais le bébé qui est devenu la jeune femme de trente ans, n'a pas assisté uniquement à cette réforme de la diététique du nourrisson. Elle a vu et voit sa profession — ménagère — subir une très rapide évolution.

De sa mère qui l'avait reçue de sa mère, qui de sa grand'mère, la ménagère de 1930 avait un héritage considérable de traditions. Depuis longtemps, l'horaire de la semaine était convenu comme tel : lundi; lavage, mardi; repassage, etc. Les premiers froids de décembre rappelaient le moment de faire les "beignes"; la corneille de mars déclanchait l'opération 'grand ménage", opération reprise en octobre. La cuisine avait aussi ses secrets; tartes à la farlouche, confitures de fraises, "ketchup" de tomates vertes. Au début du mariage, la jeune épousée apprenait à coudre, quelques remèdes infaillibles (la mouche de moutarde) et quelques règles vestimentaires dont celles (combien sadiques) d'obliger le port des "combinaisons 95". En apprenant à laver blanc, nos grand'mères ont transmis à leurs filles toute leur philosophie de la vie: "On en sait toujours assez pour laver des couches". "Pour une femme, sa place est au foyer, à ses enfants". "La politique, c'est l'affaire des hommes'. Même dans la lecture du journal, elles se contentaient du "Courrier de Colette", des colonnes consacrées à la cuisine ou à la couture et du roman feuilleton. La grande semaine de sorties, pendant l'année, était la retraite paroissiale où le prédicateur y allait à grand train sur les devoirs de la mère de famille et de l'épouse.

Mais 1930 n'est plus !

On a l'habitude de parler de la révolution industrielle que le Canada vit depuis une cinquantaine d'années. Cette révolution n'a pas eu lieu uniquement en dehors du foyer. Tous ces conseils, ces traditions, ces habitudes de la ménagère ont été complètement bousculés depuis une trentaine d'années.

Les tâches difficiles et fatiguantes ont capté l'attention des industriels, ceux-ci ont inventé de nouvelles machines: lessiveuses, sécheuses, cuisinières électriques, frigidaires, fers à repasser (à vapeur), balayeuses. On a mis au marché de nouveaux produits alimentaires qui ont relégué à l'oubli les recettes d'autrefois. La production massive a modifié certaines habitudes vestimentaires: souvent il est moins couteux d'acheter, chandails, bas, etc., dans une vente que de les tricoter. La bonne vieille "mouche de moutarde" a dû céder le pas à quelque "sulfa" efficace et rapide. La nourriture pour bébé a été complètement transformée. Isolée dans son foyer, la femme entretient des contacts constants avec l'extérieur: téléphone, télévision, radio ; les déplacements se font plus nombreux pour les familles qui ont une voiture. Elle a le droit de vote et compte des consoeurs députés, ministres,

205375



1930 n'est plus ! Quel est leur travail ? . . .

membres des bureaux de direction de grandes entreprises.

Mais alors, quel est leur travail?

La ménagère moderne voit sa tâche allégée, si elle compare ses conditions de travail avec celles de sa mère ou de sa grand'mère. Elle n'est pas pour autant simplifiée, car l'important et l'essentiel demeurent.

Elle est la première éducatrice de ses enfants. Si l'équipement ménager a réduit le temps consacré au lavage, à la cuisne, il n'y a pas encore de méthodes pour former un enfant en deux ou trois ans. Les riches peuvent confier leurs enfants à des maternelles, dès trois ans et demi. Les moins riches peuvent s'en remettre à la "bande" de la rue, mais il demeure que chaque jour l'enfant a droit à sa mère. Le dialogue simple entre elle et lui, vaut plus que tous les autres moyens.

Observer ses petits au jeu, ré-



La première éducatrice de ses enfants !

pondre à leurs "pourquoi" sans nombre, qui sont signes d'intelligence en éveil, écouter avec eux des programmes de télévision, regarder un oiseau, une belle fleur, lui conter l'histoire du "petit tailleur", expliquer pourquoi le soleil est chaud, répondre adéquatement à ses questions sur le sexe, sur l'origine de bébé, lui apprendre la franchise, le silence, la liberté. Est-il plus difficile ce métier d'éducatrice aujourd'hui? Peut-être que oui, peut-être que non. Il a toujours été difficile d'aimer. Un homme qui aime un arbre le culti-

ve avec amour et cet arbre n'est plus un arbre comme les autres. "Cultiver" un enfant exige un amour encore plus grand, car l'arbre est pour l'homme, pour sa joie, l'enfant est pour lui, pour se réaliser dans la vie.

Ces phrases peuvent impressionner sur le papier, mais le quotidien de la vie n'y est pas, avec ses éternels recommencements, ses difficultés qui arrivent à chaque moment. Cette éducation ne se fait pas avec un tableau noir comme on apprend l'arithmétique, elle se fait avec la vie quotidienne du foyer, dans les gestes habituels.

Le budget

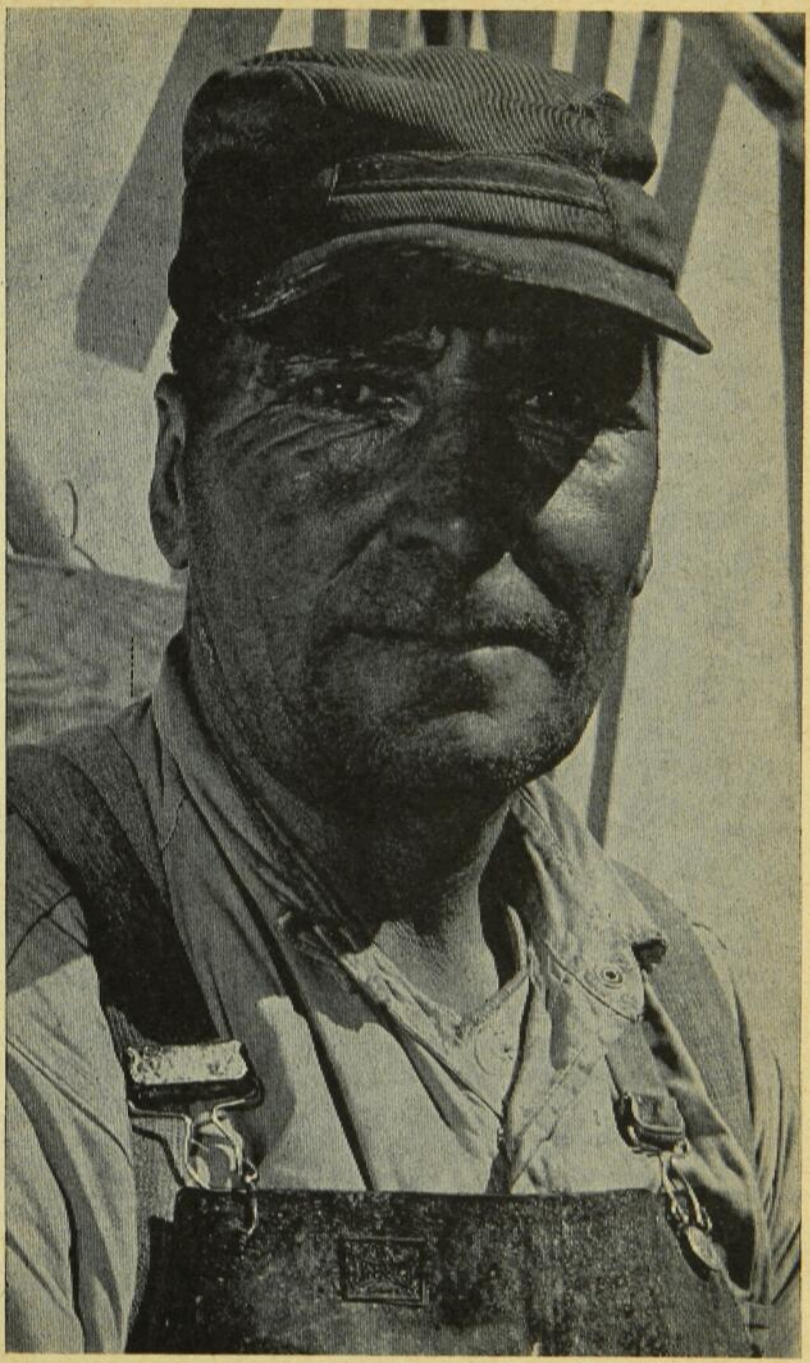
Les autres fonctions de la ménagère viennent compléter celle-ci. Administrer le budget a aussi son importance. Il faudrait en parler longuement, car comment être à ses enfants et à son époux si l'argent est toujours source d'inquiétudes? On oublie trop que la ménagère administre, reçoit, dépense, économise une somme pouvant s'élever facilement à $125,000. pendant sa vie. Elle doit profiter au maximum de cette somme ce qui l'oblige à faire de ses mains, à évaluer attentivement ses besoins, à suivre attentivement le mouvement des prix; la lecture des annonces est très importante pour obtenir cette connaissance des prix.

Une promesse suffit . . .

Nous pourrions énumérer un certain nombre d'autres caractéristiques de la profession de ménagère. Un homme risquerait fort de se perdre à ce jeu. Mais il me déplaît de mettre le point final sans mentionner un dernier facteur qui informe toutes les activités de la femme et lui donne toute sa vitalité; l'évolution intellectuelle de la femme.

Avant le mariage, la fiancée s'intéresse ordinairement aux activités et aux préoccupations de son futur; travail, syndicalisme, sport, politique. Jouait-elle la comédie, car aujourd'hui ses intérêts sont orientés vers les racontars de la voisine, le rhume de bébé, le reproche (sous-entendu) de la belle-soeur?

Malheureusement, trop de femmes promettent obéissance à leur mari et de ne plus s'intéresser à la vie hors du foyer. La première promesse serait suffisante, car quel homme est heureux de constater la "paralysie" du cerveau chez son épouse? Cette paralysie est néfaste car un couple ne se compose pas d'un maître et d'un serviteur mais de deux compagnons évoluant ensemble vers une plus grande compréhension de la vie pour un engagement authentique.



Que feriez-vous si l'on vous offrait la "job" de contremaître?

Vous êtes-vous déjà posé cette question : "qu'est-ce que je ferais, si un bon jour la Compagnie m'offrait de devenir contremaître"? Quelle serait votre réponse? Oui ! . . . Non ! . . . hésitation . . .

Si une semblable question ne vous est jamais venue à l'esprit, posez-vous-la, aujourd'hui. Formez-vous une opinion avant de continuer la lecture de cet article . . .

Personnellement, il m'est arrivé à plusieurs reprises de demander à des ouvriers ce qu'ils feraient dans un tel cas. Voici les réponses qui m'ont été faites ainsi que quelques réflexions sur le sujet.

Des réponses variées

Une première réponse, c'est d'ailleurs celle qui m'a été faite par le plus grand nombre d'ouvriers questionnés, est un "oui !" rapide. Aucune espèce d'hésitation . . . *"Pourquoi ?"* leur ai-je demandé. *"Parce que le salaire sera meilleur et que j'aurai plus de sécurité"*. *"Parce que ça fait longtemps que je désire cette job-là"*. *"Parce que je suis aussi capable que plusieurs autres qui sont déjà contremaîtres"*. *"Parce que je suis fatigué de me faire pousser dans le dos à coeur de jour"*.

Deux autres ouvriers m'ont répondu "oui", mais non sans hésiter sérieusement. *"D'un côté, la paye serait meilleure"* m'ont-ils dit. *"Et ca m'intéresserait d'avoir à conduire des hommes. Mais qu'est-ce que les gars diraient . . . Où je travaille, les contremaîtres sont plutôt mal vus par les ouvriers"*. L'un d'eux a même ajouté: *"je poserais mes conditions au patron avant d'accepter"*.

Enfin deux ouvriers m'ont répondu "non". Dans un cas, la réponse fut nette : *"Pas où je travaille. Chez-nous un contremaître n'a pas plus de sécurité qu'un ouvrier. Et ils reçoivent souvent des ordres contradictoires . . . C'est une vraie "job" de fou" !*

Quant à l'autre, c'était plus nuancé. *"Si on pouvait en avoir des contremaîtres qui ont de l'allure, ça serait une sacrée bonne affaire! Et il me semble que je pourrais en être un. Mais comme c'est là, y a pas moyen : tous les contremaîtres sont du bord de la Compagnie contre les ouvriers. Les ouvriers me regarderaient de travers et ils auraient raison. D'ailleurs on travaille fort dans l'union, on gagne tranquillement du terrain, c'est pas le temps de lâcher" !*

Trois sortes d'ouvriers

A regarder ces réponses de plus près, on distingue trois types d'ouvriers. Il y a ceux qui n'ont jamais cessé de rêver, depuis leur entrée au travail, de devenir un jour contremaître, qui ont toujours eu plus ou moins honte d'être de la classe ouvrière, qui n'ont aspiré qu'à un idéal : en sortir le plus tôt possible. Et le seul moyen à leur disposition, c'est de devenir contremaître. Ceux-là accepteront avec empressement toutes les offres qui leur seront faites.

Il y a aussi tous les ouvriers tranquilles, très à leur place. Ils sont même trop à leur place. Tout ce dont ils se préoccupent, c'est leurs affaires personnelles : leur salaire à eux, leur sécurité à eux. Ceux-là verront la promotion comme un moyen d'avancer personnellement. S'ils la refusent, c'est précisément parce que les avantages sont trop minces.

Malheureusement, ni l'un ni l'autre de ces types d'ouvriers ne feront de bons contremaîtres. Ils sont bien trop préoccupés d'eux-mêmes pour être attentifs à la personne humaine des ouvriers sous leur charge et pour penser au bien de la profession. Les chances sont plutôt qu'ils viennent grossir les rangs des contremaîtres marabouts, des contremaîtres qui croient que les ouvriers ne donnent un bon rendement que s'ils sont "fouettés", des contremaîtres qui ne savent pas conduire des hommes et qui ne font que créer de nouveaux conflits dans l'industrie.

Il y a enfin le troisième groupe d'ouvriers. Il est formé en grande partie de ceux qui ont travaillé à l'amélioration du sort des ouvriers de leur manufacture, de leur usine, de leur ville. Ces ouvriers sont sérieusement préoccupés de la promotion collective de la classe ouvrière.

Devant une offre de promotion personnelle, ils hésitent, se posent

des questions. Pour eux, la décision est difficile à prendre : il y a de nombreux facteurs à considérer. Pour les aider à voir clair, nous leur suggérons de réfléchir sur les avantages et les dangers que peuvent présenter les promotions individuelles.

Avantages des promotions individuelles

Nommons-en quelques-uns brièvement :

1 — Il est à souhaiter, pour la bonne marche de l'entreprise, qu'une partie des contremaîtres et autres responsables plus élevés viennent des ouvriers. Ils apportent du réalisme.

2 — Si les ouvriers qui accèdent à des fonctions de direction, sont compétents et ont une valeur humaine, ils pourront aider à installer un style de vie nouveau dans le milieu de travail.

3 — Le nouveau contremaître peut travailler, étudier pour devenir plus compétent. Il peut également s'efforcer de développer des qualités de chef : courage, initiative, etc. Autant d'occasions de se développer, de s'épanouir.

4 — Le salaire plus élevé permet de réaliser de meilleures conditions de vie humaine : logement, santé, culture, etc. Et cela vaut aussi pour la femme et les enfants.

5 — Si les conditions matérielles comme ouvriers sont injustes (salaire insuffisant, etc.) la vie chrétienne est rendue plus difficile. L'amélioration de ces conditions, en devenant contremaître, peut donc faciliter la vertu. Mais ce n'est pas automatique.

Dangers des promotions individuelles

En voici quelques-uns :

1 — Si les nouveaux contremaîtres manquent de valeur humaine ou de compétence technique, ils cherchent à établir leur autorité en traitant durement les ouvriers. Et alors, ils amènent de nouvelles difficultés dans les relations entre la direction et les ouvriers.

2 — Avec la mentalité matérialiste moderne, beaucoup ne pensent qu'aux augmentations de salaire et aux avantages matériels qui en découlent. Le fait de devenir contremaître ne peut que former alors des petits bourgeois égoïstes, ayant peu de valeur humaine et chrétienne et plus capitalistes que les millionnaires. Ce n'est pas un enrichissement pour la société.

3 — Il y a danger, pour les mêmes raisons, d'oublier qu'il existe d'autres moyens que celui de devenir contremaître pour développer sa personnalité. L'expérience prouve en effet qu'un engagement au service de la classe ouvrière (dans le syndicalisme, la L.O.C. ou d'autres organisations) offre aux ouvriers des possibilités immenses de développement humain et chrétien.

4 — Si tous les hommes, ayant une valeur technique et humaine suffisante pour devenir des contremaîtres accédaient réellement à ce poste, la promotion ouvrière collective manquerait de chefs, naturels pour l'animer et la diriger. Certaines promotions sont d'ailleurs voulues par les Compagnies comme tactique pour enlever des chefs à la classe ouvrière. Que ce soit voulu ou pas, celle-ci est écrémée.

5 — Il y a enfin danger de s'illusionner sur les possibilités de continuer à rendre service à la classe ouvrière. Il y a

des possibilités. Mais ce n'est pas aussi simple qu'on pourrait le croire à première vue. De la même façon leurs possibilités d'agir sur leur nouveau milieu social sont réduites : ils doivent y entrer et y être admis d'abord.

En conclusion

Il semble que les motifs les plus valables qui peuvent amener un ouvrier à accepter un poste de contremaître soient le désir de mettre en pleine valeur ses aptitudes techniques et d'assurer un plus complet épanouissement à sa vie humaine, personnelle et familiale.

Alors que celui qui refusera cette offre de promotion le fera principalement pour se dévouer à la promotion collective du milieu ouvrier et à le rendre plus chrétien.

Monter seul ou avec les autres ? C'est à cela que ça revient. Les deux choix peuvent être bons. Le second en soi est meilleur. Mais l'important est de trouver ce qui est le mieux pour soi, en tenant compte de l'ensemble de la situation.

Attention ! avant de lire

VOIR QUESTIONNAIRE PAGE 25

RÉPONSES

1 — **NON** : Il faut le tuer avec quelques gouttes de glycérine boriquée, puis l'extraire par un lavage d'oreille.

2 — **NON** : Il est bien préférable de placer dans la narine qui saigne un tampon de coton imbibé d'une solution hémostatique telle que, par exemple, de l'eau oxygénée. (Peroxyde).

3 — **NON** : Le bandage est inutile, le meilleur traitement de l'entorse est la mise au repos complet de la cheville. Il faut éviter de marcher pendant trois ou quatre jours.

4 — **NON** : Dix minutes d'ébullition sont nécessaires, au minimum.

5 — **OUI** : Pour que le chiffre obtenu soit valable, la température doit être prise après un repos allongé d'environ un quart d'heure.

6 — **OUI** : Car ainsi les impuretés sont entraînées hors de l'oeil.

7 — **NON** : C'est inutile. Seul le produit actif a de l'importance, ainsi que la durée du contact de ce produit avec la muqueuse enflammée.

8 — **OUI** : Et surtout n'essayez pas d'aller rechercher l'objet en question avec n'importe quel instrument (pince à épiler, etc.) vous risqueriez de l'enfoncer plus profondément ; il vaut mieux aller directement chez le médecin oto-rhino-laryngologiste.

LA FEMME BLANCHE

UNE fois, c'était un roi qui avait trois garçons. L'idée vint, un jour, aux deux aînés de partir en voyage. Le roi leur en donna la permission, mais il leur fit promettre de revenir à la maison au bout d'un an et un jour.

Après avoir fait leurs préparatifs, ils partirent un bon matin. Ils marchèrent longtemps, jour après jour, jusqu'au soir où ils se réfugièrent chez la Femme blanche. Mais là, ils ne furent pas chanceux ; elle les prit et les jeta dans sa prison. Il leur fut impossible de retourner au château de leur père après un an et un jour, comme ils l'avaient promis.

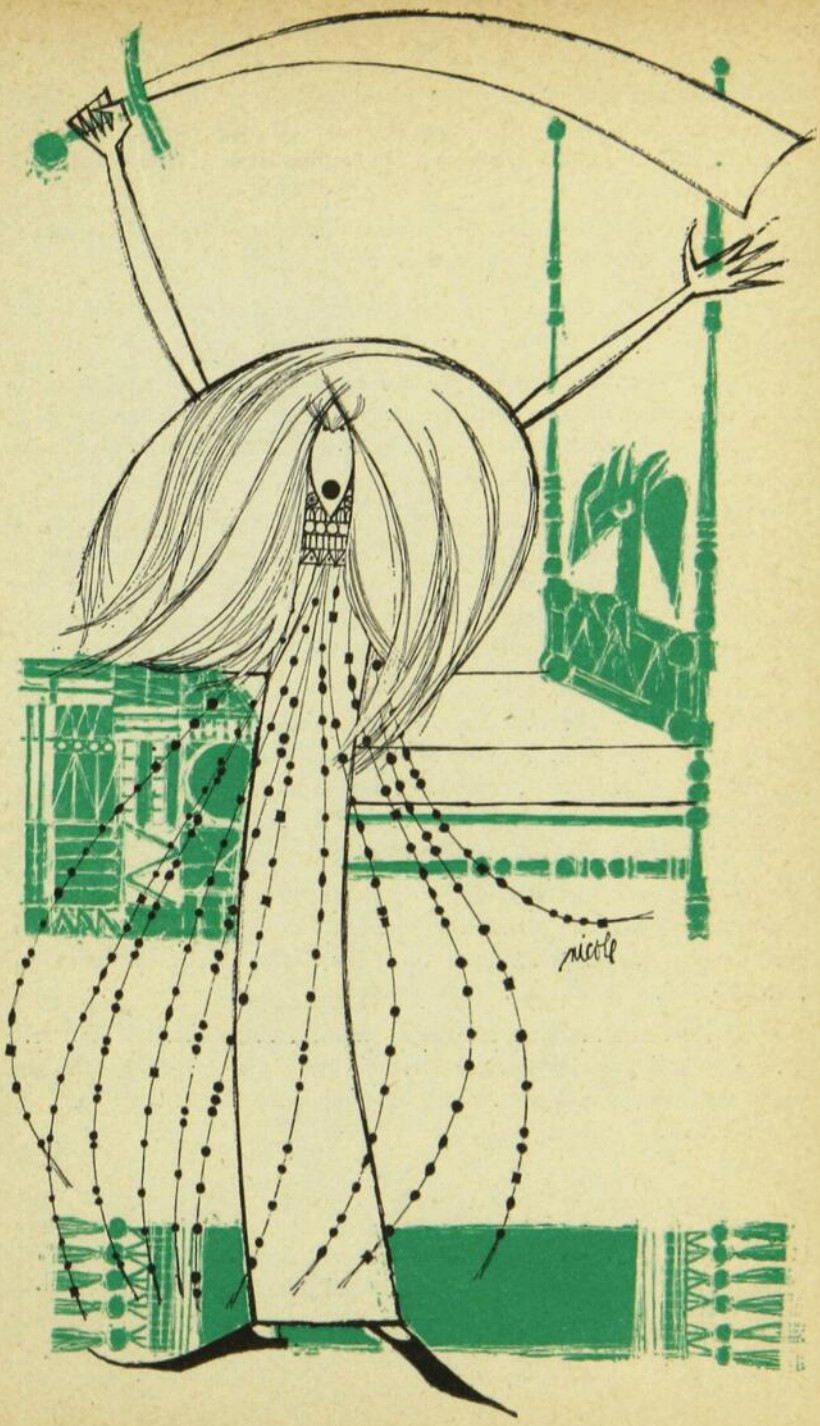
Le dernier des garçons, Ti-Jean, qui était resté avec son père, dit au roi :

— C'est étrange. Mes frères ne reviennent pas. Ils doivent être mal pris quelque part. Il y a juste un an et un jour qu'ils sont partis. Malgré vos recommandations, ils ne sont pas encore de retour. Si vous le vouliez, mon père, je partirais à leur recherche.

●

« La Femme blanche » fut recueillie du vieux pêcheur Cyrice Huard, à l'Anse-aux-Gascons, comté de Bonaventure, par CARMEN ROY.

Publié en 1950 chez FIDES, ce conte est extrait du recueil *CONTES POPULAIRES GASPESIENS.*


nicole

Avec la permission de son père, Ti-Jean quitta le château et marcha durant plusieurs jours. Un bon midi, il rencontra sur le sentier, dans le bois, un chevreuil enchaîné. Il en fut bien surpris et se demanda comment c'était arrivé. Le bel animal, qui le comprit, lui dit aussitôt :

— Moi, je ne suis pas un chevreuil. Je suis le fils métamorphosé de la Femme blanche. Et toi, où vas-tu ?

— Moi? je vais à la recherche de mes deux frères partis depuis un an et un jour de la maison de mon père, le roi.

— Tes deux frères ? Ne les cherche pas, ils sont en prison chez la Femme blanche. Ils n'en sortiront jamais, à moins que tu ne me détaches, que tu ne me montes sur le dos et qu'on aille tous les deux les délivrer.

Le jeune prince ne demandait pas mieux que d'avoir de l'aide. Il brisa les chaînes du chevreuil, lui sauta sur le dos et ils partirent. Le chevreuil, qui connaissait bien la route et les aires de la maison chez sa mère, savait aussi qu'elle dormait une heure, tous les jours, et qu'elle se réveillait toujours en colère.

Ils arrivèrent à la maison à l'heure où la Femme blanche sortait justement de son sommeil. Le chevreuil courut vite à la prison pour s'assurer que les deux garçons étaient bien là. Il les y trouva et les avertit qu'il reviendrait le lendemain avec leur frère, pour les délivrer. Le chevreuil eut juste le temps de sortir, sans faire de bruit. La Femme blanche y vint au même instant.

Le lendemain, le chevreuil et le jeune prince arrivèrent à l'heure où la Femme blanche faisait son somme. Sur la pointe des pieds, Ti-Jean pénétra dans la prison et en sortit aussitôt avec les prisonniers, qui s'enfuirent avec lui sur le dos du chevreuil.

La Femme blanche se réveilla au même moment, mais il était trop tard. Les trois princes fuyaient à toute vitesse. Ils arrivèrent à la brunante à l'entrée d'une grande ville et frappèrent chez le roi pour s'engager comme jardiniers.

●

Le roi les accepta et les jours passaient heureusement à ce nouvel emploi. Mais les deux frères aînés devinrent jaloux de Ti-Jean, dès qu'ils s'aperçurent que la jeune princesse du Château lui souriait toujours.

Ils se rendirent auprès du roi et lui dirent que leur cadet s'était vanté de pouvoir aller chez la Femme blanche chercher un chien qui jappe assez fort pour faire trembler vingt mille hommes rangés en bataille.

Le roi l'appela ausitôt à lui.

— Mon jeune homme, lui dit-il, tu t'es vanté, hier soir, d'être capable d'aller chez la Femme blanche chercher un chien qui jappe assez fort pour faire trembler une armée de vingt mille hommes ?

— Sire, mon roi, je n'ai jamais dit ça.

— Tu l'as dit. Il faut que tu ailles le chercher.

●

Ti-Jean. découragé, couru vers son chevreuil et lui dit que le roi voulait l'envoyer chez la Femme blanche chercher un chien qui jappe assez fort pour faire trembler une armée de vingt mille hommes rangés en bataille.

— Oui, tu le peux, répondit le chevreuil. Je vais aller avec toi. Ce ne sera pas long. On va lui ramener ce chien-là.

Ils partirent le lendemain matin. Rendus au château de la Femme blanche, ils s'arrêtèrent et le chevreuil dit au jeune prince de descendre.

— Entre dans cette caverne. Tu vas y trouver vingt-cinq chiens. N'aie pas peur. Saisis le plus gros, celui qui est attaché avec une chaîne d'or, et sors-le au plus vite.

Qui fut dit fut fait. Cinq minutes plus tard, Ti-Jean sautait avec le gros chien sur le dos de son chevreuil.

En arrivant au château, il demanda à voir le roi.

— Tenez, Sire mon roi, je vous rapporte le chien qui peut faire trembler vingt mille hommes rangés en bataille.

— Tu es un jeune homme sans pareil, lui dit le roi. Demain matin, je mettrai vingt mille hommes sur mon champ de bataille. Sois là avec ton chien pour me prouver que tu ne m'as pas trompé.

Le lendemain, les hommes étaient rangés quand le chien arriva avec son maître qui lui cria :

— Jappe ! mon chien.

L'armée se mit à trembler et, peu après, tous les soldats étaient écrasés sur le sol.

Le roi s'écria :

— Tu es encore mieux que je pensais, mon jeune homme !

●

Le lendemain, les deux jardiniers se demandèrent comment il se faisait que la Femme blanche n'avait pas tué leur frère. « Elle qui est si méchante », se disaient-ils. Ils décirèrent donc de conter une autre histoire au roi. Cette fois, ils vont lui dire que Ti-Jean s'est vanté de pouvoir rapporter un baril qui ne se vide jamais des sept sortes de boisson qu'il contient.

Quand le roi apprit la chose, il appela Ti-Jean et lui dit :

— Mon petit jeune homme, tu t'es encore vanté ? Tu as dit pouvoir aller chercher un baril qui contient sept sortes de boisson qu'on ne peut jamais épuiser. Est-ce vrai ?

Le jeune prince, surpris d'entendre ces paroles, répondit :

— Sire mon roi, je n'ai jamais dit ça. Mais je vais quand même aller vous le chercher.

Il courut aussitôt trouver son chevreuil, qui lui dit que c'était possible. Ils partirent ensemble et se rendirent encore chez la Femme blanche. Quand ils furent arrivés au château, le chevreuil ordonna à Ti-Jean de descendre dans la cave et d'ouvrir la porte dont la poignée était en or.

— Le baril de boisson est dans la septième armoire à gauche, lui dit-il. Tu vas le reconnaître.

Le prince entra et trouva le baril à l'endroit indiqué par le chevreuil. Mais en sortant, il vit d'autres boissons sur les tables et il se mit à y goûter, ce qui le rendit pas mal gai. Mais il s'aperçut qu'il était grand temps de s'en aller, et il fila.

Pendant tout ce temps-là, la Femme blanche avait fini pas se réveiller. De mauvaise humeur comme elle l'était, elle prit son sabre et sortit. Elle leva le bras pour frapper Ti-Jean et le chevreuil, mais le jeune prince venait de monter en croupe avec son baril, et il fuyait déjà.

Rendu au château, Ti-Jean fut tout heureux de se présenter au roi.

— Sire mon roi, dit-il, je vous apporte le baril contenant sept sortes de boisson.

— Eh bien ! mon jeune homme, tu es surprenant ! Je n'aurais jamais cru, cette fois, que tu réussirais.

Le roi prit le baril et fit couler de la boisson pendant longtemps. Mais il ne réussit pas à le vider. Heureux des exploits de son jardinier, il en fit de grands éloges.

●



Tous ces succès empiraient la jalousie des deux frères qui ne comprenaient plus rien aux prouesses de Ti-Jean. Ils allèrent dire au roi qu'il s'était vanté de pouvoir aller chercher la princesse aux cheveux d'or, que la Femme blanche avait métamorphosée en sirène dans la mer Rouge.

Le roi, apprenant la nouvelle, fit venir Ti-Jean et lui dit :

— Il faut que je te parle, mon jeune homme. Tu t'es vanté, hier soir, de pouvoir aller chercher la princesse aux cheveux d'or, que la Femme blanche a métamorphosée en sirène de mer. Vas-y tout de suite. Sinon, tu seras pendu devant la porte de mon château.

— Je n'ai jamais dit ça, sire mon roi. Mais je vais y aller quand même.

Le jeune prince courut encore vers son chevreuil et lui dit :

— Mon chevreuil, quand on pense que j'ai promis au roi d'aller lui chercher la princesse aux cheveux d'or !

— Tu es capable, dit le chevreuil. Je partirai avec toi demain matin; mais avant, tu iras prier le roi, s'il veut que tu délivres la princesse aux cheveux d'or, de te faire tailler trois robes. La première de ces robes devra mirer l'argent, la deuxième, l'or et l'autre, le diamant.

Le prince fit le message au roi, qui lui répondit :

—Je vais te donner les robes qu'il te faut, mais malheur à toi, si tu ne ramènes pas la princesse !

Le lendemain, les robes étaient prêtes. Ti-Jean monta sur le dos du chevreuil, qui lui dit :

— Tiens-toi bon si tu ne veux pas perdre la vie ; on va faire des sauts périlleux. Surtout, ne dis pas un mot !

Le soir de la troisième journée, ils atteignirent la mer Rouge. Le prince descendit du chevreuil et, après avoir reçu ses conseils, il fit une promenade sur le rivage. La belle princesse se baignait justement dans la mer Rouge.

— Belle princesse, lui dit-il, j'ai un beau cadeau à te faire, viens ici.

Elle nagea aussitôt jusqu'à la grève pour le mieux voir.

— Dis-moi donc ce que tu fais ici ? demanda-t-il à la sirène.

— J'ai été métamorphosée par ma mère, la Femme blanche, répondit-elle. Depuis ce temps, je vis dans la mer Rouge.

— Bien, moi, je suis venu te délivrer. Prends d'abord cette robe et couche- toi sur mes genoux, lui dit-il.

Elle revêtit la belle robe en argent et coucha sa tête sur les genoux de Ti-Jean. Pendant qu'elle dormait, la chair du poisson descen-

dait, descendait. A son réveil, la peau était rendue à mi-jambe. Heureuse, la princesse reprit la mer.

Le prince retourna à son chevreuil et lui dit :

— Tout va bien, mon chevreuil. Dans deux jours, nous l'aurons !

Le lendemain matin, il retourna sur le rivage avec la robe qui mirait l'or.

— Belle princesse, lui dit-il j'ai un cadeau encore plus beau à te faire aujourd'hui. Je veux te parler. Viens près de moi.

Elle nagea jusqu'à lui et il lui donna la belle robe dorée. Il la fit coucher encore sur ses genoux et, à son réveil, la chair de poisson était rendue à la jointure de ses pieds.

Elle reprit la mer et le prince retourna au chevreuil, qui lui demanda comment il s'en tirait.

— Tout va bien et la princesse est bien belle. Demain, elle sera délivrée.

Le lendemain matin, le prince retourna sur le rivage et vit encore une fois la princesse qui se baignait.

— Belle princesse, lui dit-il, aujourd'hui j'ai un dernier cadeau à te faire. C'est le plus précieux, il est de diamant. Viens, et je te le donnerai.

En vitesse elle nagea jusqu'à lui. Ti-Jean lui remit sa plus belle robe et la fit coucher de nouveau sur ses genoux. Elle s'endormit, puis, à son réveil, elle était délivrée. Sa joie était à son comble. Celle du jeune prince aussi. C'était la plus belle princesse au monde.

Le lendemain matin, ils repartirent dans la direction du château et y arriva après trois jours.

— Tenez, mon roi, lui dit Ti-Jean en le voyant, je vous ramène la princesse aux cheveux d'or.

●

Le roi, veuf depuis quelques années, en fut ravi et la fit conduire dans sa plus belle chambre. Comme il espérait l'épouser, il lui servit lui-même ses repas.

Mais la princesse aux cheveux d'or, qui n'aimait pas le roi, refusa la nourriture qu'il lui apportait. Elle demanda que le jeune prince la serve.

Ti-Jean retourna à son chevreuil et lui raconta que la belle princesse ne voulait pas voir le roi.

Le chevreuil lui dit :

— C'est toi qu'elle aime. C'est donc toi qui l'épouseras. Je vais te dire comment on peut se débarrasser du roi. Demain matin, je ferai jaillir un grand lac devant son château. Il périra dedans.

— Le lendemain, après avoir reçu tous les bons conseils du chevreuil, le prince rencontra le roi, qui s'étonnait de voir un beau lac devant son châtetau.

— Rien de mieux pour s'y baigner, sire mon roi, lui dit le jeune prince.

— Tu dis vrai, reprit le roi. J'en suis émerveillé.

— Croiriez-vous qu'au fond de l'eau, il y a des coqs d'or ?

— Tu m'en diras tant ! fit le roi, presque incrédule.

— Je vais vous le prouver, répondit Ti-Jean.

Tout aussitôt il plongea, et, peu après, remonta, un coq d'or à la main.

— Etes-vous capable d'en faire autant, sire mon roi ?

— Puisque tu l'as fait, jeune homme, pourquoi pas moi aussi ?

Sans hésiter, il plongea dans le lac.

Au même instant, le prince y versa le contenu d'une fiole d'eau forte que lui avait donnée le chevreuil. Le lac disparut aussitôt, et le roi aussi.

●

Quelques jours plus tard, le prince épousait la belle princesse aux cheveux d'or. Après les noces, le chevreuil dit au jeune prince :

— J'ai maintenant une grâce à te demander. Coupe-moi le cou avec ton sabre. N'hésite pas, tu n'auras pas à le regretter.

Le prince était au désespoir d'avoir à couper le cou de son bon chevreuil qui lui avait rendu de si grands services. Mais comme il lui obéissait toujours, il se rendit à ses ordres. Aussitôt, apparut devant lui un prince superbe, le fils délivré de la Femme blanche.

Ti-Jean, devenu maître du château, le garda avec lui et avec sa femme, la belle princesse aux cheveux d'or. Il condamna ses deux frères à garder les troupeaux de ses pâturages et, à partir de ce jour-là, ils lui furent fidèles. Ils vécurent tous des jours longs, calmes et heureux.

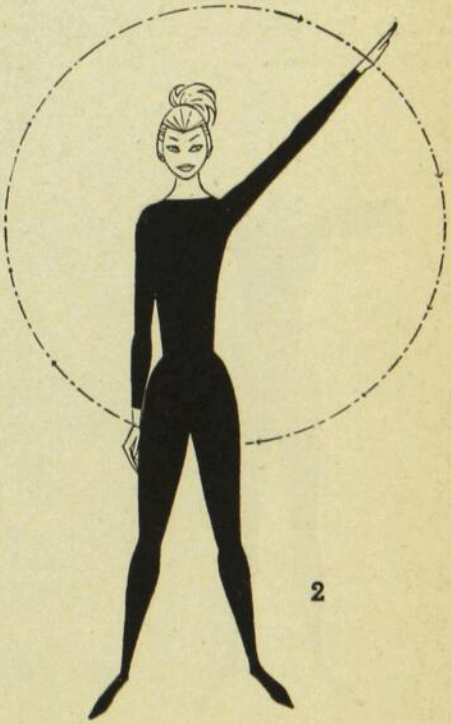
15 minutes par jour: mais quel changement!

LISE DUMONT-GAUTHIER

LES jeunes filles font-elles suffisamment de culture physique ? Regardez seulement autour de vous, d'un regard objectif. Les unes sont rondelettes, les autres maigres: pour elles, c'est évident, il s'agit de perdre ou de gagner du poids, par une diète ou des exercices. Mais la plupart sont de taille moyenne et bien qu'il n'y ait rien de strictement désagréable, rares sont celles qui ont une très belle taille. Car il ne



1



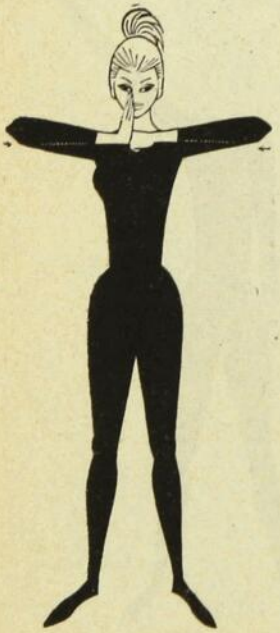
2

suffit pas d'être grande, mince, il faut aussi que le corps soit souple, les membres agiles, les mouvements doux et la démarche élégante. Pour cela, il faut un corps bien entraîné, des membres rompus à l'exercice.

Cela demande des efforts, de la tenacité, de la persévérance. Voici le temps de se mettre à l'oeuvre. Peut-être s'agira-t-il de réduire des hanches trop lourdes, de développer un buste trop mince, d'affiner des chevilles trop épaisses, ou peut-être simplement de donner à votre corps la grâce légère que vous enviez aux ballerines. Commencez par marcher davantage, par vous lever plus tôt pour vous rendre à l'école à pied, si la distance est raisonnable, plutôt que par autobus.

Et surtout, prenez l'habitude des exercices quotidiens. Dix ou quinze minutes par jour de mouvements bien rythmés peuvent vous mettre en meilleure forme que jamais.

• **La balle :** Commencez par vous asseoir sur vos talons, en position agenouillée, les bras chaque côté de vous. Aussi lentement que vous le pouvez, roulez votre corps comme une balle jusqu'à ce que votre tête touche vos genoux. La seule partie de votre corps qui sortira à l'extérieur de la "balle", sera vos bras allongés en avant, mains à plat sur le plancher. Maintenant respirez profondément en vous redressant lentement en élevant les bras au-dessus de votre tête et en les reje-



3



4

tant loin derrière. Répétez ce mouvement dix à quinze fois, lentement et bien régulièrement (Dessin 6).

• **Le "Clown"** : Ce mouvement n'est pas facile, excepté peut-être pour les singes et les petits enfants ou pour les clowns qui sont souvent d'excellents acrobates. Cependant les essais que vous tenterez pour réussir cette position seront déjà un bon exercice d'assouplissement. Allongez-vous sur le dos, les mains chaque côté, à plat sur le plancher. Levez les jambes bien droites et projetez-les par-dessus votre tête en essayant de toucher le plancher avec le bout des pieds. Touchez le plancher plusieurs fois avant de revenir à la position initiale. Répétez le mouvement 5 à 10 fois (Dessin 7).

• **Le buste** : Mettez vos mains à plat l'une contre l'autre devant vous, puis élevez lentement les coudes jusqu'à la hauteur de vos épaules en gardant les mains bien serrées l'une contre l'autre. Alors fermez un poignet et poussez vigoureusement sur la paume de l'autre main. Opposez une bonne résistance avec cette main. Après vingt poussées, alternez (Dessin 3).

• **La taille** : Debout, jambes écartées, bras allongés chaque côté. Allongez le bras droit par-dessus la tête et en même temps inclinez la taille vers la gauche. Votre bras doit former un arc au-dessus de la tête. Gardez votre dos bien droit, ne le penchez ni en avant ni en arrière. Répétez 2 fois. Alternez avec le bras gauche arrondi vers la droite. Répétez le mouvement complet 3 fois (Dessin 1).

• **Les bras** : Que vous désiriez amincir ou arrondir les bras, ce mouvement est pour vous. Debout, jambes écartées, allongez le bras gauche en avant et faites-lui décrire de larges cercles. Après 30 tours changez de bras. Puis pour 30 autres cercles. Prenez une grande respiration et recommencez le mouvement complet une autre fois. (Dessin 2).

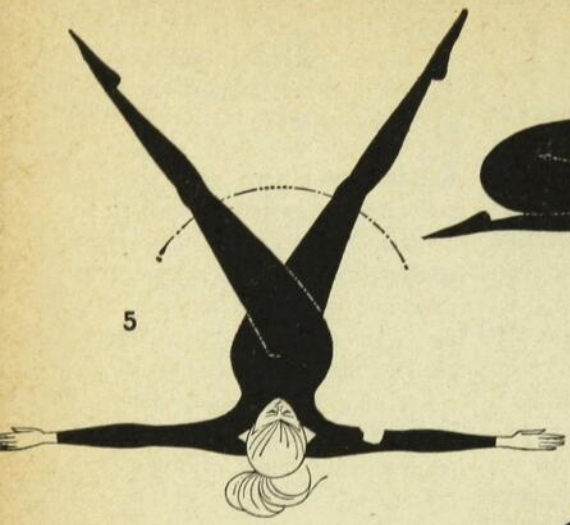
• **Les jambes (les ciseaux)** :

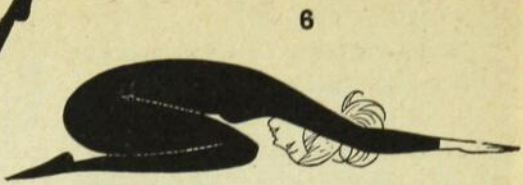
Allongée sur le dos, élevez vos jambes. Ecartez-les et tendez les orteils. Croisez la jambe droite derrière la jambe gauche (point de rencontre aux genoux). Revenez à la position initiale, puis croisez la jambe gauche derrière la jambe droite. Revenez à la position initiale. Maintenant refaites le mouvement complet (jambe droite et jambe gauche) aussi rapidement que possible. Respirez profondément et recommencez (Dessin 5).

• **Les jambes (la bicyclette)** :

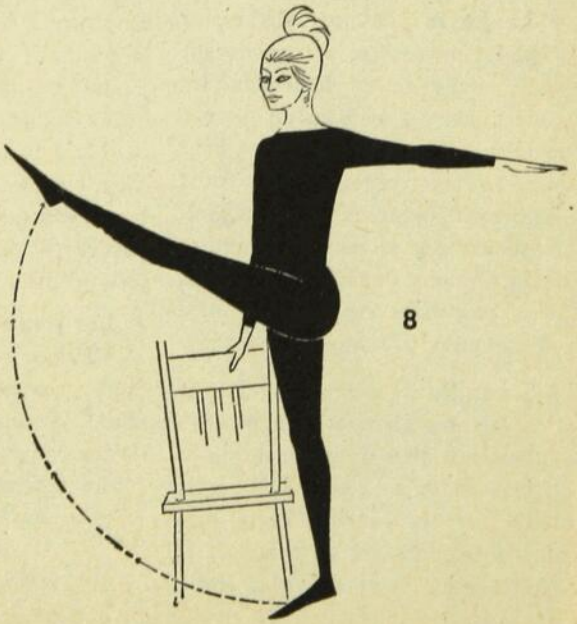
Allongée sur le dos, élevez vos jambes appuyant vos reins sur vos mains. Et pédalez comme si vous deviez vous rendre à Québec. Le plus longtemps vous garderez cette position, mieux ce sera (Dessin 4).

(voir suite p. 25)


5


6


7


8

• **Les cuisses :** Debout sur le pied droit, appuyez votre bras droit sur une chaise ou sur le mur. Gardez la jambe gauche très droite le pied pointé et élevez votre jambe en avant aussi haut que possible puis en arrière aussi haut que vous pouvez. Répétez 20 fois. Alternez, appuyée sur le pied gauche et projetant votre jambe droite. Vous vous rendrez compte que ce mouvement est plus facile en balançant la jambe et vous développerez peu à peu un rythme merveilleux, le vôtre. (Dessin 8).

Êtes-vous bonne infirmière?

1 — Si un insecte entre dans votre oreille, il faut aller le chercher avec une pince ? ..... OUI ☐ NON ☐

2 — En cas de saignement de nez, il faut mettre des clefs dans le dos OUI ☐ NON ☐

3 — En cas d'entorse, il faut marcher, avec un bandage ? ..... OUI ☐ NON ☐

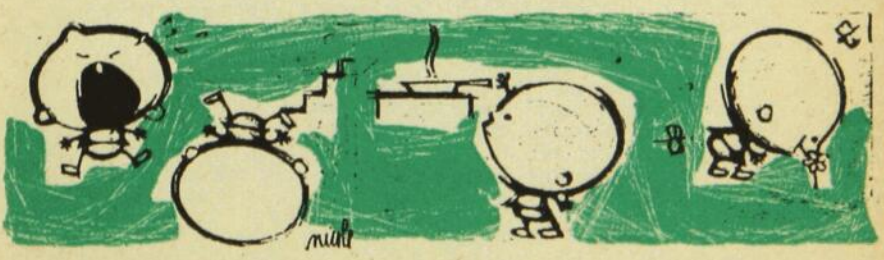
4 — Il faut trois minutes d'ébullition pour stériliser une seringue ? OUI ☐ NON ☐

5 — La température doit être prise au repos ? ..... OUI ☐ NON ☐

6 — Pour faire un lavage d'oeil, il faut faire couler le médicament vers l'angle extérieur de la paupière ? ..... OUI ☐ NON ☐

7 — Les gargarismes doivent être faits avec de l'eau très chaude ? OUI ☐ NON ☐

8 — Si un enfant s'enfonce un objet quelconque, par exemple un petit pois ou un pépin dans une narine, il faut le faire souffler très fort en bouchant l'autre narine ? ..... OUI ☐ NON ☐



Voir réponses page 11

La famille Canard

MATERIEL

Fil à crocheter **CLARK'S CRONITA.**

3 balles de blanc, 1 balle de noir.

2 balles Flamingo, No 123A.

1 balle Vert-chasseur No 48.

1 balle Bleu No 70.

1 balle Rouge espagnol No 126.

Quelques verges de Coton perlé **CLARK'S** noir, et bleu No 507.

Un crochet en acier No 5 de marque **SHIP de MILWARDS.**

Un morceau de carton. Coton pour rembourrer.

Employer 3 brins pour tout le travail.

Tension : 5 ms font 1 po. ; 5 rangs font 1 po.

EXECUTION :

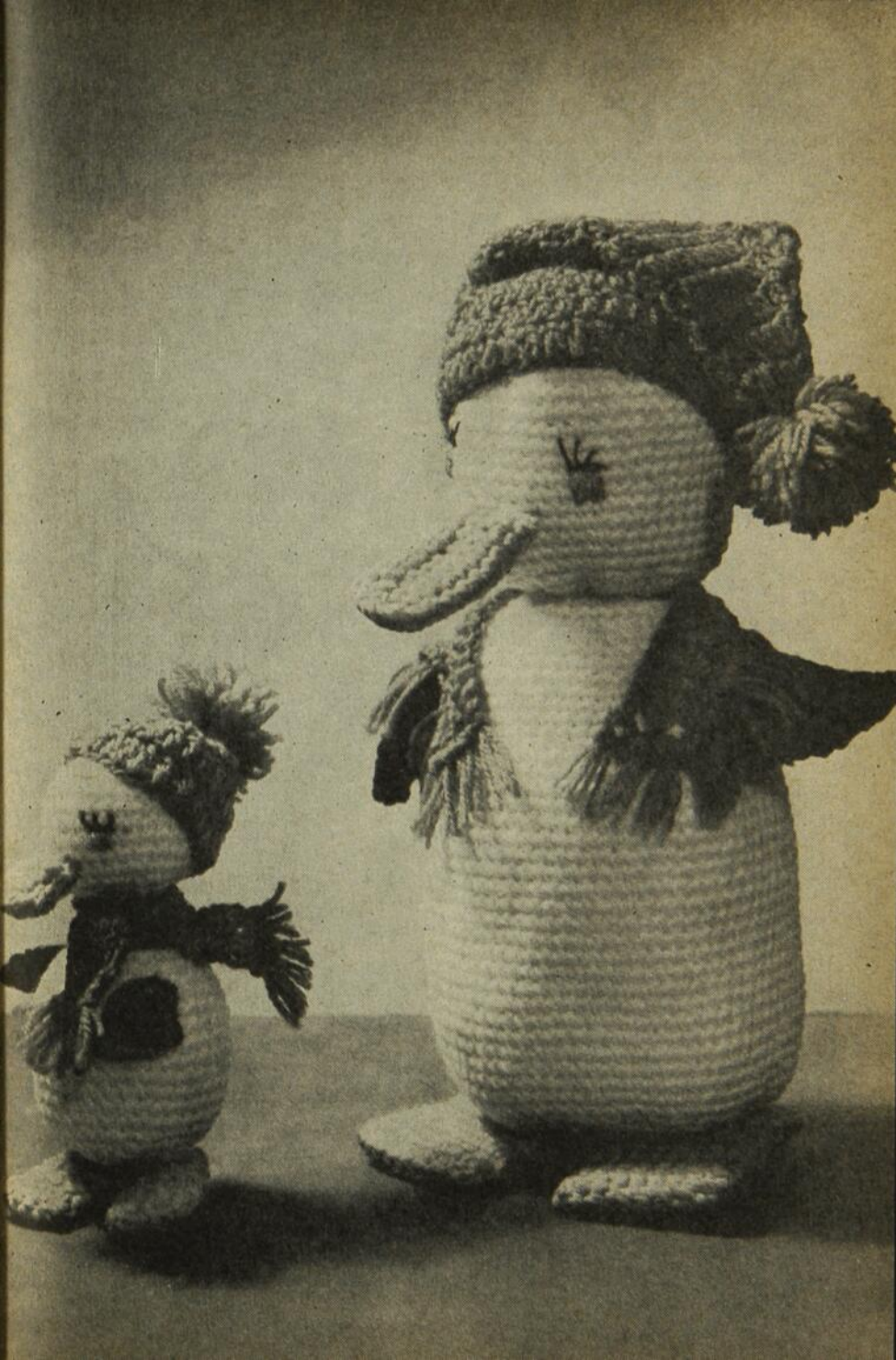
Papa Canard — Corps . . . Commençant au centre du cou avec le fil blanc, faire un ch. de 2 m. **1er rang :** 6 ms dans la 2e m. à partir du crochet. **2e rang :** 2 ms dans chaque ms autour. **3e rang :** * 2 ms dans la ms suiv., (il y a aug. de 1 ms) ms dans la ms suiv. Rép. de * autour. **4e rang :** Ms dans chaque ms, augmentant 6 ms également tout autour. Rép. le dernier rang jusq. il y ait 30 ms. **Rang suiv.** Ms dans chaque ms, augmentant 3 ms également tout autour. Rép. le dernier rang jusq. il y ait 72 ms. Travailler sans augmenter jusqu'à ce que l'ouvrage mesure 7 po. **Rang suiv. :** Ms dans chaque ms diminuant 10 ms également autour — pour dim. 1 ms, travailler 2 ms comme 1 ms. Rép. le dernier rang jusq. il reste 32 ms. Rembourrer solidement. Continuer de diminuer et de rembourrer jusq. il reste 12 ms. Coudre l'ouverture.

Tête . . . Commençant sur le dessus de la tête au centre, avec le fil blanc faire une ch. de 2 m. Travailler comme pour le corps jusq. il y ait 54 ms. Travailler sans aug. jusq. l'ouvrage mesure 4½ po. **Rang suiv. :** Ms dans chaque ms, dim. 10 ms également tout autour. Rép. le dernier rang jusq. il reste 34 ms. Rembourrer solidement. Continuer de dim. et de rembourrer jusq. il reste 14 ms. Coudre l'ouverture. Fixer la tête au corps.

Pied . . . (En faire 2) . . . Commençant par le dessous du pied en avant, avec le fil flamingo, faire une ch. de 9 m. **1er rang :** Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms. tout le long, 1 m. tourner. **2e rang :** Ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. Rép. le 2e rang jusq. le morceau mesure 2 po. **Rang suiv. :** Dim. 1 ms, ms dans chaque ms tout le long. 1 m. tourner. Rép. le 2e rang jusq. le morceau mesure 3¾ po. Arrêter le fil. Tailler un morceau de carton un peu plus petit que le morceau que vous venez de faire. Placer le carton entre les deux morceaux en faisant correspondre la forme du carton à la forme du morceau tricoté. Avec le fil flamingo et travaillant à travers les deux épaisseurs, coudre les morceaux ensemble. Coudre le pied en place. Faire un autre pied de la même manière. Coudre en place.

Aile (En faire 2) . . . Avec le fil noir, faire une ch. de 12 m.

1er rang : Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. **2e rang :** Dim. 1 ms, ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. **3e rang :** Ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. Rép. le 2e et le 3e rangs 2 fois. Coudre les ailes en place.



Bec (En faire 2) . . . Commençant au centre avec la couleur flamingo, faire une ch. de 11 m. **1er rang :** Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms tout le long, 4 ms dans la dernière m. travaillant sur le côté opposé de la première ch., ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. **2e rang :** Ms dans chaque ms tout le long jusq. il reste 4 m. (2e ms dans la ms suiv.) 4 fois, ms dans chaque ms tout le long. Arrêter le fil. Avec la couleur flamingo et travaillant à travers les 2 épaisseurs, coudre les morceaux ensemble. Coudre le bec en place sur la tête. Avec le coton perlé bleu, broder les yeux. Avec le coton perlé noir, broder les cils.

Chapeau . . . Commençant au bord avec le fil rouge espagnol. faire une ch. un peu plus longue que le tour de tête du canard. Unir avec pms.

1er rang : 3 m., md dans chaque m. autour. Unir au haut de ch-3. **2e au 5e rang incl. :** 3 m., md dans chaque md autour. Unir (ceci est le centre arrière) **6e, 7e et 8e rangs :** 3 m., sauter la md suiv., md dans chaque md jusqu'à la dernière md, sauter la dernière md. Unir. Marquer le centre avant avec une épingle. **9e au 13e rang incl. :** Sauter la 1ère md, md dans chaque md jusqu'à la dernière md avant le marqueur. (sauter la md suiv., md dans la md suiv.) 2 fois, md dans chaque md autour jusqu'à la dernière md, sauter la dernière md. Unir. **14e rang :** Rép. le 6e rang. **15e rang :** 3 m., md dans chaque md autour. Unir et couper laissant une longueur de fil de 7 po. Tisser ce fil à travers le dernier rang, assembler bien serré. Fixer et couper. Faire un pompon.

Pompon . . . Tailler 2 cercles de carton de 2 po. de diamètre chacun. Tailler un trou d'½ po. de diamètre au centre de chacun des cercles. Couper 2 longueurs de fil de 4 verges chacune. Placer les cercles de carton ensemble et tourner le fil autour des deux cercles, tirant le fil à travers l'ouverture du milieu et autour jusqu'à ce que le trou du milieu soit rempli (employer plus de fil si nécessaire). Couper le fil autour du bord extérieur entre les 2 cercles. Glisser un fil double d'½ vg de long entre les 2 cercles de cartons et attacher les bouts de fils solidement. Enlever le carton, égaliser le pompon et coudre en place au haut du chapeau. Coudre le chapeau sur la tête du canard. ,

Châle . . . Avec le fil vert chasseur, faire une ch. de 10¾ po. de longueur **1er rang :** Md dans la 4e m. à partir du crochet, md dans chaque md tout le long. 3 m., tourner. **2e rang :** Md dans chaque md tout le long. Couper. Travailler les autres rangs comme suit : **rang suiv. :** Attacher le fil à la 5e md, 3 m., md dans chaque md tout le long jusqu'à ce qu'il reste 5 m. Couper. Répéter le dernier rang 2 fois.

Frange . . . Couper 2 longueurs de fil vert-chasseur, de 2½ po. chacune. Plier en deux pour faire une boucle. Passer dans le premier espace libre à un des bouts du châle sur le côté et tirer la boucle à travers. Tirer les bouts libres à travers la boucle. Solider. Faire une boucle dans chaque esp. à chaque bout sur les côtés du châle, dans chaque md libre sur les rangs courts et dans chaque md le long du dernier rang. Egaliser les bouts. Placer le châle sur le canard et coudre en place.

Bébé canard — Corps . . . Commençant au milieu du cou avec le fil blanc. Faire une ch. de 2 m. Travailler comme pour le corps du gros canard jusq. il y ait 36 ms. Travailler sans aug. jusq. le morceau mesure 2½ po. **Rang suiv. :** Ms dans chaque ms, dim. 6 ms également autour. Rép. le dernier rang jusq. il reste 18 ms. Rembourrer solidement. Continuer de dim. et de rembourrer jusq. il reste 6 ms. Coudre l'ouverture.

Tête . . . Commençant sur le dessus, faire une ch. de 2 m. Travailler comme pour le corps du

gros canard jusq. il y ait 30 ms. Travailler sans aug. jusq. le morceau mesure 1¾ po. en tout. **Rang suiv. :** Ms dans chaque ms. dim. 6 ms également autour. Rép. le dernier rang jusq. il reste 18 ms. Rembourrer solidement. Continuer de dim. et de rembourrer jusqu'à ce qu'il reste 6 ms. Coudre l'ouverture. Fixer la tête au corps.

Pied (En faire 2) . . . Avec le fil flamingo, faire une ch. de 5 m. **1er rang :** Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms. tout le long. 1 m., tourner. **2e rang :** Ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. Rép. le dernier rang jusq. le morceau mesure 1¼ po. **Rang suiv. :** Dim. 1 ms dans la ms. suiv. 1 m., tourner. Rép. le 2e rang jusq. le morceau mesure 2 po. Couper. Tailler un morceau de carton un peu plus petit que le morceau tricoté. Placer le carton entre les 2 morceaux. Avec le fil flamingo et travaillant à travers les 2 épaisseurs, coudre les morceaux ensemble. Coudre le pied en place. Faire un autre pied de la même manière et coudre en place.

Aile (En faire 2) . . . Avec le fil noir, faire une ch. de 7 m. **1er rang :** Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. **2e rang :** Ms dans chaque ms jusq. il reste 1 ms. 1 m. tourner. **3e rang :** Ms dans chaque ms tout le long. Couper. Coudre les ailes en place.

Bec (En faire 2) . . . Avec le fil flamingo, faire une ch. de 5 m. **1er rang :** Ms dans la 2e m. à partir du crochet, ms dans chaque ms tout le long, 3 ms dans la dernière m. ; travaillant du côté opposé de la première ch., ms dans chaque ms tout le long. 1 m., tourner. **2e rang :** Ms dans chaque ms jusq. il reste 3 ms, ms dans la ms suiv., 2 ms dans la ms suiv., ms dans chaque ms tout le long. Couper. Coudre les morceaux ensemble. Coudre le bec en place. Avec le coton perlé bleu, broder les yeux. Avec le coton perlé noir, broder les cils.

Chapeau . . . Commençant au bord avec le fil bleu, travailler comme pour le chapeau du gros canard jusq. 3 rangs aient été faits. Unir et couper laissant un bout de fil de 6 po. de longueur. Tisser ce fil à travers le dernier rang, assembler bien serré. Fixer et couper. Faire un petit pompon. Coudre en place au haut du chapeau. Coudre le chapeau en place sur la tête du canard.

Foulard . . . Commençant à un des bouts avec le fil bleu, faire une ch. de 9 m. **1er rang :** Md dans la 4e m. à partir du crochet, md dans chaque md tout le long. Tirer une boucle de fil rouge espagnol à travers la dernière boucle sur le crochet, changeant ainsi de couleur. (Changer toujour de couleur de cette façon) 3 m., tourner. **2e rang :** Sauter la 1ère md, md dans chaque md tout le long, 1 md au haut de la m. tournante. Laisser le fil rouge espagnol et prendre le fil bleu. 3 m., tourner. Rép. le 2e rang alternant les couleurs comme indiqué ci-dessus, jusq. le foulard mesure 7 po., finissant avec le bleu. Faire une frange, employant 2 longueurs de fil de 1¾ po. chacune. Mettre la 1ère boucle de la frange dans la 1ère m. libre à un des bouts. Faire une boucle dans chaque m. libre le long des deux bouts. Egaliser la frange. Placer le foulard autour du cou du petit canard. Former un noeud sur le côté du cou.

ABREVIATIONS :

Ch. — chaîne; M. — maille ou maille en l'air; Ms — maille simple; Md — maille double ; Esp. — espace; Aug. — augmenter; Dim. — diminuer; Jusq. — jusqu'à ce que; Suiv. — suivant; Rép. — répéter.

* (astérisque). Répéter les explications qui suivent l'astérisque autant de fois que mentionné.

Répéter les explications entre parenthèses ( ) autant de fois que mentionné. Par exemple : "(2 ms dans ms suiv.) 4 fois" indique de faire 4 fois en tout, ce qui est écrit entre les parenthèses.

SOYEZ PRUDENTS

QUE FAIRE QUAND L'INCENDIE ÉCLATE

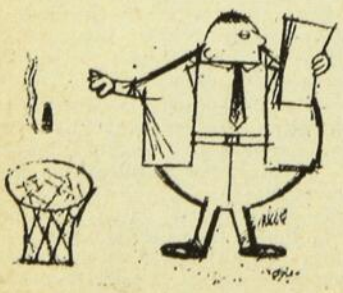
APPRENEZ dès maintenant la façon de sonner l'alerte qui amènera les pompiers sur les lieux. Consultez dès maintenant les instructions affichées sur l'avertisseur d'incendie le plus près de chez vous. En cas d'incendie, demeurez à l'avertisseur pour guider les pompiers quand ils arriveront.

Apprenez le numéro de téléphone du service des incendies. Ecrivez-le près de votre appareil téléphonique, en cas d'urgence. Si vous n'avez pas ce numéro, dites à la standardiste que vous voulez rapporter un incendie et donnez clairement l'adresse.

Donnez à votre service d'incendie la chance d'arriver **dès le début** d'un incendie. Un feu d'apparence insignifiante peut dégénérer en une conflagration. Ce sont les premières minutes qui comptent.

Trois incendies sur quatre sont causés par :

1. DES ALLUMETTES ET DE MAUVAISES HABITUDES CHEZ LES FUMEURS



LA façon imprudente de se départir d'allumettes et de parcelles de tabac encore enflammées ont été la cause de près de 30% de tous les incendies dont on connaît l'origine au cours d'une période de 10 ans. Une allumette enflammée, du tabac encore ardent ou une cigarette négligemment jetée peut engendrer un incendie désastreux avec nombreuses pertes de vie et dégâts considérables. Rappelez-vous bien qu'un seul acte inconsidéré du genre peut vous coûter votre demeure — et même votre vie.

Voici quelques précautions à prendre dictées par le sens commun :

1. Garder les allumettes hors d'atteinte des enfants. Les allumettes doivent être conservées dans des boîtes incombustibles.

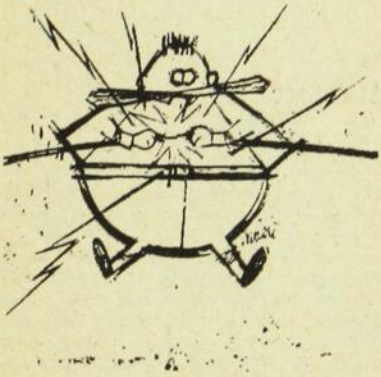
2. Ayez quantité de cendriers placés dans toutes les pièces.

3. Soyez sûrs que vos allumettes enflammées ainsi que vos cigarettes sont bien éteintes avant de les jeter.

4. NE FUMEZ PAS AU LIT.

5. Ne frottez pas d'allumettes dans les placards, les garages ou autres endroits où il y a des matériaux inflammables, où de la poussière et des vapeurs peuvent prendre feu.

2. DES FILS ET UN SYSTÈME ÉLECTRIQUES DÉFECTUEUX



UN incendie sur dix d'origine **connue** a pour cause l'électricité. Les circuits ont été conçus pour transporter des potentiels définis. L'éclatement d'un fusible est un signe que le circuit est trop chargé ou défectueux.

L'emploi d'un fusible pour une intensité de courant plus grande que celle pour laquelle le circuit a été conçu annule cette protection. Une trop grande intensité de courant peut chauffer le fil à un point tel qu'il y a incendie. Soyez certains que les fusibles correspondent au nombre d'ampères de vos circuits ; 15 ampères habituellement suffisent. Ne jouez pas avec les fusibles.

Quelques précautions de sens commun :

1. Employez un électricien compétent pour les réparations électriques.

2. Achetez des accessoires électriques et des fils de qualité reconnue.

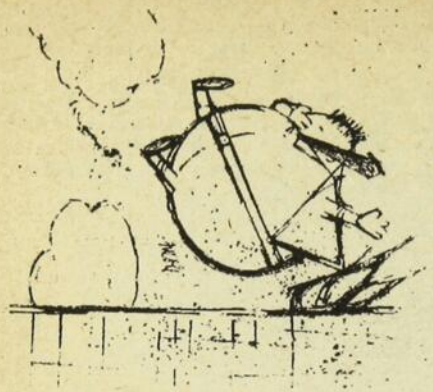
3. Ne cachez pas de fil sous les tapis, ne les suspendez pas à des crochets ou dans des endroits exposés. L'usure peut les rendre dangereux.

3. LE CHAUFFAGE, LES POÊLES À CUISSON, ETC.

UN incendie sur quatre ou cinq est causé par des cheminées défectueuses, les poêles à chauffage ou à cuisson, les fournaises, le manque de soin en ce qui concerne les foyers ou les cendres encore chaudes, ou encore par les étincelles sur les toits. Les plus grandes causes d'incendie en ce qui concerne les systèmes de chauffage et les accessoires sont : un équipement de mauvaise qualité, une installation défectueuse, le manque de soin dans l'entretien et une opération qui ne présente pas des garanties de sûreté.

Tout appareil de chauffage, tous tuyaux ou accessoires devraient être placés au moins à 18 pouces de tout mur ou de tout

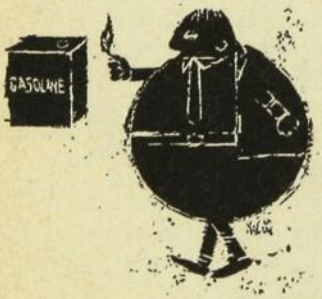
[Voir suite]



matériau inflammable. Les poêles et fournaises doivent être placés sur du métal, du ciment ou d'autres bases incombustibles. Les murs et les plafonds près des poêles et fournaises doivent être protégés par des feuilles d'amiante ou d'autres isolants.

Nettoyez vos cheminées chaque année et réparez promptement toute fissure ou tout effritement du mortier. Ne "forcez" jamais votre fournaise pour lui faire donner plus de chaleur. Consultez votre expert en chauffage pour que vous ayez de meilleurs résultats. Videz les cendres chaudes dans des récipients de métal, jamais dans des boîtes en bois.

4. LE KÉROSÈNE ET LA NÉGLIGENCE



UN incendie sur dix est causé par la négligence dans l'emploi du kérosène, de la gazoline ou d'autres liquides inflammables et aussi par la négligence dans l'emploi de chandelles, des lampes à pétrole, de jets de gaz libres, de torches, etc. Mettre du kérosène sur du bois ou du charbon est extrêmement dangereux.

L'emploi de la gazoline, de la benzine, du naphte et d'autres liquides inflammables dans la maison dans des buts de nettoyage ou autres causent chaque année de nombreuses tragédies. Ces liquides se vaporisent quand ils sont exposés à l'air et peuvent produire un mélange explosif qui détonne en présence de la flamme d'une allumette, d'une veilleuse, des étincelles de moteur, ou même d'une étincelle statique produite par le frottement de tissus caoutchoutés. Cette vapeur explosive peut encore prendre feu par une cigarette ou un feu dans une autre pièce.

On ne peut jamais être certain que rien ne se produira quand on emploie au foyer des liquides inflammables ou quand on remplit de kérosène ou de gazoline les lampes ou les poêles déjà allumés.

* * *

Si vos vêtements prennent feu, ne courez pas. La course active les flammes. Couchez-vous par terre et roulez-vous, dans un tapis si vous le pouvez.

Ne portez pas de vêtements trop vaporeux près d'un poêle ou d'une fournaise.

Pour votre sécurité
soyez prudents dans vos jeux



EMBARCATIONS

Piètres nageurs, portez une ceinture de sauvetage
Naviguez loin des plages et des baigneurs
Cramponnez-vous à l'embarcation si elle chavire, ne la quittez pas.

CHEZ-SOI

Ne jouez pas près des excavations
Les barbotteuses de plastic sont parfois glissantes. Soyez prudent.



GARE A L'ONDE

NATATION

Nagez avec un copain
Attendez deux heures après les repas
Examinez l'endroit avant de vous baigner
N'allez pas à l'eau après des exercices violents

UNE INDISCRÉTION AU PROFIT DES "FEMMES SEULES"

Ma chère Rolande,

Ta lettre de la semaine dernière me fait part de la décision que tu as prise à la suite du décès de ton beau-frère et des inquiétudes que tu ne peux t'empêcher de ressentir devant l'avenir. Tu n'avais pas plusieurs alternatives dans ta situation et je crois que tu as été sage en ne tardant pas davantage à mettre un terme à la préoccupation de ta soeur et en allant demeurer avec elle. En effet, Jean-Paul, en disparaissant, laisse une veuve encore jeune, mais peu habituée à faire face, seule, aux responsabilités financières et autres. Pour ta part, tu as déjà une certaine expérience et, à vous deux, je ne doute pas que vous puissiez très bien vous tirer d'affaires.

J'ai été frappée par une réflexion de ta lettre. Tu me dis : "Quand Thérèse s'est mariée, elle était un peu plus jeune que moi et je m'étais dit : "Elle, son avenir est fait, sa sécurité est assurée, elle n'aura plus de problème du côté matériel." Il ne m'était jamais venu à l'idée qu'un veuvage précoce pourrait la remettre dans la même situation que moi. Aujourd'hui, nous sommes deux femmes seules, sans appui et convaincues plus que jamais qu'il est nécessaire de prendre des précautions contre les mauvais coups de la vie."

Tu as bien raison ! Sans t'en rendre compte, je crois que toi aussi, tu comptais passablement sur Jean-Paul pour te guider et te renseigner, pour faire des démarches qui te coûtaient. A partir de maintenant, Thérèse et toi devrez faire face à la musique, mais tu verras que ce n'est pas si épouvantable que cela d'être "deux femmes seules." A votre âge, avec vos capacités, vous n'êtes pas encore "dans la rue".

As-tu pensé que les événements de ces derniers temps mar-

quent certainement un tournant dans ta vie ? Je sais que tu as "les deux pieds sur la terre" et que, sans avoir peut-être renoncé définitivement au mariage, tu as accepté avec sérénité et réalisme ton état de célibataire. Nous avons déjà longuement parlé ensemble du point de vue "sentimental" de notre condition, mais aujourd'hui, tu t'inquiètes de l'aspect "sécurité matérielle" et tu me demandes ce que je pense de cette question et comment agir pour le mieux dans ce domaine.

Comme tu sais, je ne connais pas de grandes théories sur lesquelles m'appuyer, mais il me semble que mes opinions ont assez de bon sens. Je te les communique donc sans fausse modestie.

Assurer sa sécurité, je suis d'avis que c'est d'abord une chose personnelle. C'est la responsabilité de chaque individu de prendre les moyens nécessaires pour assurer sa subsistance et prévoir les accidents ou dérangements qui peuvent survenir. Par exemple, si, par suite de paresse ou de gaspillage, ou parce que je suis "sans allure", je ne fais aucune épargne quand je travaille, je suis seule à blâmer si je n'ai pas de ressource quand survient le chômage ou la maladie.

C'est peut-être là une affirmation que tu approuves plus ou moins. Quand je t'ai vue, aux Fêtes, j'ai cru que l'avènement de l'assurance-hospitalisation t'apparaissait comme un des moyens infaillibles de se sauver de beaucoup de tracas. On parle tellement, actuellement, de "sécurité sociale", que tout le monde a l'air d'ambitionner que le gouvernement invente toutes sortes de mesures pour mettre tout le monde à l'abri de toute inquiétude et de tout besoin. Eh bien ! pour ma part, je trouve que c'est abdiquer un peu trop sa fierté que de compter sur les autres, la Société ou l'Etat comme on dit, pour se garantir, sans effort et sans difficulté, contre les mauvais coups du sort. D'autre part, comme j'ai des idées et des goûts bien personnels, je craindrais de ne pas pouvoir m'adapter aux décisions, aux règlements des lois de sécurité sociale qui accordent tel avantage et pas plus, à telle ou telle condition. Si mon cas particulier n'entre pas (j'allais dire ne "fit" pas) dans le moule, tant pis ! Je ne trouve pas cela intéressant du tout et j'estime qu'un excès de mesures de sécurité sociale finit inévitablement par porter atteinte à la dignité et à la liberté de la personne humaine. En effet, veux . . . veux pas . . . il faut accepter les lois telles qu'on nous les impose et payer pour.

Cependant, il faut admettre qu'il y a des situations qui dépassent les possibilités individuelles et qui exigent l'intervention d'un corps public. Toutefois, avant d'en arriver là, il faut chercher à s'aider soi-même.

A mon avis, la première mesure à adopter pour assurer sa sécurité personnelle, c'est de pratiquer l'économie pour pouvoir :

1.— avoir un compte de banque . . . ou de caisse populaire. *A ce sujet, il faut regarder autour de soi pour découvrir l'institution ou l'organisation qui est la plus avantageuse au point de vue des intérêts ou des dividendes et des facilités d'emprunt et qui possède un sens social assez large.*

Si tu étais plus jeune, je te recommanderais la "Caisse d'Etablissement" *en vue d'un prochain mariage.*

Une autre façon de faire des épargnes en vue de l'avenir, consiste dans l'achat d'obligations d'épargne. Sans trop s'en apercevoir, on atteint un bon petit montant assez vite.

2.— Prendre des assurances. *Aujourd'hui presque tout peut être assuré : le salaire, la santé, la vieillesse, la vie, etc.*

Tu connais évidemment les lois de sécurité sociale qui protègent contre les risques qui peuvent atteindre ces divers éléments: assurance-chômage, assurance-hospitalisation, pension de vieillesse. Mais tu sais aussi qu'une petit supplément ne peut pas nuire dans ces circonstances et c'est à la prévoyance personnelle de se le procurer.

L'assurance du salaire *est pourvue par diverses compagnies d'assurance qui, en cas de maladie, d'invalidité temporaire ou permanente, versent un pourcentage du salaire moyen qu'on gagne. Un bon nombre d'assurances de groupes dont jouissent les employés de certaines usines, de certains bureaux, comportent cet avantage qui n'est pas à dédaigner. Cette assurance permet parfois de se garantir un revenu régulier qu'on ne peut pas se procurer avec ses propres épargnes. C'est en quelque sorte l'avantage du "tout pour un" qu'offre l'assurance.*

L'assurance-santé *n'est pas inutile, comme quelques-uns le croient, même s'il existe une assurance-hospitalisation fournie par l'Etat. En effet, son nom l'indique, l'assurance-hospitalisation*

concerne les frais moyens d'hôpital, mais pas les frais médicaux ou chirurgicaux ou les quelques services spéciaux qu'on peut souhaiter recevoir à l'occasion d'une maladie à domicile ou d'un séjour à l'hôpital. C'est grâce à cette assurance-santé privée, dont on paie les primes soi-même, qu'on peut, par exemple, payer le supplément exigé pour une chambre privée à l'hôpital, payer les comptes des médecins et des chirurgiens, avoir les services d'une infirmière privée, etc. Tous ces frais vident rapidement un compte de banque, mais quand on a payé sous forme d'assurance, à chaque mois, on retire les bénéfices sans qu'il en ait trop coûté à notre portefeuille.

L'assurance-vieillesse . . . *On espère tous vivre longtemps, mais on oublie trop souvent qu'à un âge avancé, on a encore le goût des belles choses de la vie, qu'on peut avoir des besoins particuliers et on ne fait rien pour prévoir la satisfaction de ces goûts et de ces besoins. Pourtant, là encore, il existe des assurances de différentes formes : dotations, rentes viagères, rentes sur l'état, etc. pour s'assurer un revenu régulier proportionné à ses besoins et à ses capacités.*

Une autre forme de prévoyance consiste également dans les plans de pension à la retraite, mis en vigueur dans certains emplois ou par certaines compagnies d'assurance. Il y a donc là tout un choix de formules qu'on peut adopter "si on veut faire des belles vieilles" sans compter uniquement sur la pension de vieillesse.

L'assurance-vie *est certainement la plus connue et la plus répandue de toutes les assurances. Je n'entreprendrai pas de te décrire toutes les modalités qui existent dans ce genre d'assurance. Il s'agit surtout de savoir qu'il faut être assuré suffisamment pour garantir au moins le paiement des frais de funérailles raisonnables et des dettes qu'on aurait pu faire au cours de sa dernière maladie. Si nos moyens nous permettent de laisser un petit héritage à une filleule ou à un neveu étudiant, on peut espérer ainsi laisser encore un meilleur souvenir !*

A propos de funérailles, t'ai-je déjà dit que L. . . a payé à l'avance chez un entrepreneur les frais de son enterrement et à

l'église le montant d'un service de classe raisonnable ? En voilà une dont la famille ne sera pas embarrassée par son enterrement.

Par ailleurs, j'aimerais te recommander un service d'entraide, qui existe dans quelques villes, par lequel, moyennant ton adhésion et le versement de cotisations modiques, on verserait à tes survivants, le jour même ou le lendemain de ton décès, une somme de mille dollars en argent. C'est quelque chose n'est-ce pas ? Si la chose t'intéressait, je me ferais un plaisir de te donner plus de détails.

Je constate que je t'ai passablement mise sur la piste d'un plan de sécurité personnelle qui couvre à peu près tous les risques. Je suis restée dans les grandes lignes, évidemment. Ce sera à toi et à Thérèse de choisir les points qui répondent le mieux à vos besoins et de consulter ensuite une personne compétente et honnête qui pourra vous conseiller dans l'application de ces mesures de sécurité. (N'as-tu pas l'impression que j'aurais droit à une commission ? . . .)

Là-dessus, je te laisse digérer toutes ces questions et te souhaite les solutions les plus heureuses.

Veuille présenter mes amitiés à Thérèse et accepter "l'assurance" de ma profonde affection.

Ta Cousine

Un texte de Simone Comeau

Nos amies, les étoiles

T'EST-IL déjà arrivé un soir très clair de te coucher sur le dos dans le gazon ou près d'un feu et d'observer le ciel ? Si tu l'as fait quelques fois tu as dû finir par te faire parmi les étoiles quelques amies que tu reconnais partout et qui à l'occasion te permettent de retrouver ta route. Il y a entre autres :

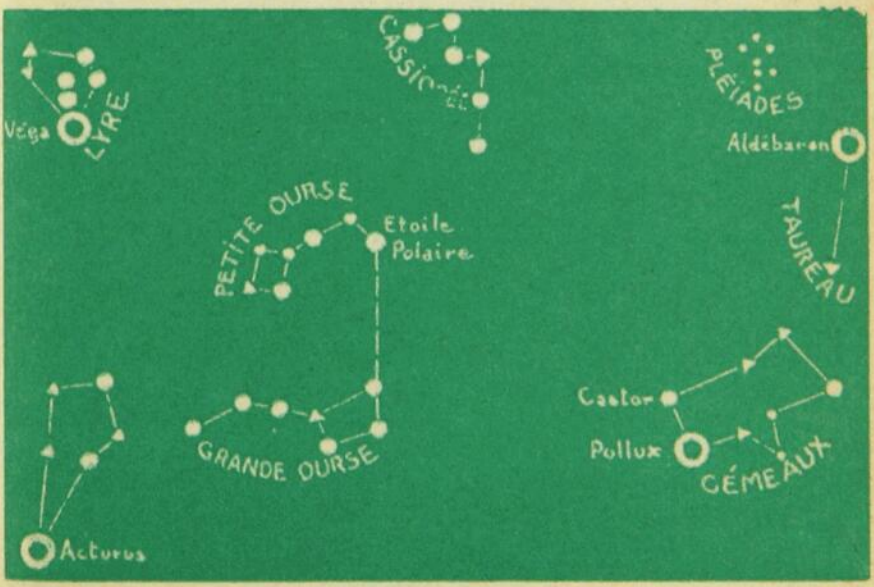
LA GRANDE OURSE ou grande casserole qui est toujours visible dans notre ciel. Comme ses étoiles sont très brillantes, elle est facilement reconnaissable.

LA PETITE OURSE se trouve en prolongeant la ligne qui joint les gardes de la Grande Ourse de cinq fois leur longueur. On arrive ainsi à l'étoile polaire qui est l'extrémité de la queue de la Petite Ourse ou Petite Casserole dont la forme est assez semblable à celle de la Grande Ourse. L'étoile polaire indique le nord géographique. C'est la seule étoile du ciel dont la position soit fixe. Toutes les autres tournent autour d'elle.

CASSIOPEE est située à l'opposé de la Grande Ourse par rapport à l'étoile polaire. Elle a à peu près la forme d'un W assez ouvert.

En été, tu verras aussi une magnifique étoile bleue, c'est **VEGA**, de la constellation de la Lyre.

ARCTURUS, de la constellation du Bouvier est aussi une étoile de première grandeur, très brillante. En t'aidant de la carte, tu retrouveras facilement toutes ces étoiles.



J'ai retrouvé Alex Pelletier

PAR LAURETTE LARIVIERE

"Jeunes Visages" identifie tellement son auteur, que j'ai eu nettement l'impression de retrouver Alex Pelletier, en écoutant son programme à la télévision. Il y avait pourtant longtemps que je l'avais vue.

L'étudiante

Alors que "La Jeunesse Etudiante" l'avait mise en contact avec "La Jeunesse Ouvrière", Alex Pelletier s'était déjà révélée ouverte à la vie. Ce n'était pas du tout la jeune snob qui toise de haut les ouvrières. Non, elle était loin d'une telle attitude. La vraie valeur, pour elle, ne tient pas à une classe sociale. Quand, s'étant rapprochée des ouvriers, elle les a regardés s'organiser, s'exprimer, se défendre, réagir contre l'espèce de léthargie qui envoûtait la jeunesse de 1934-35, elle les a aimés. Mieux, elle s'est émerveillée devant leur franchise, leur simplicité, leur générosité. Elle était étudiante et son milieu social était bien différent de celui des jeunes ouvriers. Cette situation ne gênait en rien la sincérité de ses relations avec eux. Plus d'une jeune ouvrière a découvert sa propre valeur et est sortie des complexes dont souffrait la classe ouvrière, après quelques contacts avec Alex. Elle ne comparait pas les classes sociales les unes aux autres, elles les considérait chacune en elle-même. Déjà, à cet âge, elle échappait au formalisme et à la convention sociale.

La fiancée

Un jour, nous l'avons connue fiancée. Elle n'a pas catalogué son amour dans une série toute bâtie, comme on classerait un livre. Alex vivait son propre roman, ses propres fiançailles. Elle vivait sincèrement, se rendant compte qu'elle devait faire dans ce domaine ses propres découvertes. Au jour le jour, luttant contre les difficultés nombreuses qui se présentaient aux jeunes activement engagés dans les rangs de l'Action Catho-

lique, elle préparait son mariage. Faisant la part de ses droits et de ses devoirs, elle se partageait entre ses charges et son fiancé, restant, elle-même, vraie, libre et généreuse devant l'amour.

L'épouse

Et Alex s'est mariée. Alex Leduc est devenue Alex Pelletier. Elle n'a pas changé fondamentalement. Elle continue à interroger la vie, à s'interroger elle-même. Le statut d'épouse ne tient pas pour elle, dans des cadres étroits. Elle garde une grande souplesse qui entretient sa capacité d'évoluer avec la vie. Son intelligence, son coeur sont, ici encore, mis au service de la vérité qu'elle porte en elle et qui résiste au "bien vu", au "bien porté".

La maîtresse de maison

On m'avait demandé d'interviewer Alex au sujet de son programme "Jeunes Visages". Je suis allée chez elle, parce que spontanément, elle m'y avait invitée.

Depuis des années, je l'avais perdue de vue, pourtant, je ne me suis pas trouvée en face d'une étrangère quand elle m'a accueillie dans son foyer.

Dans cette maison, on est vite à l'aise. Il n'y a rien de conventionnel. On respire à l'aise. On n'a pas à s'affubler d'une manière d'être, de penser, de parler. On doit être soi-même tout simplement, tout naturellement. Les enfants n'ont, dans cette famille, rien de guindé, rien d'artificiel. Ils sont au contraire, très naturels.

L'écrivain

Si je ne m'étais pas fait un peu violence, j'aurais vite oublié le but de ma visite. Alex m'a tout de suite donné l'impression qu'elle recevait une amie et nous sommes tombées dans tous les souvenirs qui ont fait notre amitié ce qu'elle est. Une amitié très discrète, riche de toutes les découvertes qu'on a faites l'une par l'autre, des luttes qu'on a menées ensemble, de la compréhension qui s'est établie entre nous. Une amitié qui sent la liberté des gens qui se sont acceptés tels qu'ils sont et qui n'ont qu'une envie: être eux-mêmes.

J'étais allée voir l'écrivain pour parler de son programme : Jeunes Visages. J'espérais, à travers cette conversation, fournir aux parents, qui me liraient, un autre moyen de comprendre leurs grands enfants qui poussent trop vite. J'ai donc abordé la question. Voici un peu ce que j'ai découvert :

Ce roman, Alex l'écrit parce qu'il correspond, chez elle, à un besoin de s'exprimer. Elle aime les jeunes, elle a regardé vivre ses enfants. Elle vibre à tous les états d'âme des jeunes. Elle est, à sa manière très personnelle, une grande éducatrice.

Le programme

Si on se remémore quelques séquences du télé-roman, on retrouve partout la fine touche de l'éducatrice.

- **Au tout début du roman, Catherine (Catou) connaît la mort de son ami. Connaître la mort d'un être aimé à cet âge, c'est troublant. Catou perd pour un bout de temps son équilibre. Elle le retrouve cependant au contact de la vie quotidienne. Sa famille discrètement l'aide sans l'envoyer en Europe pour oublier . . .**

- **Jeannine, à un moment donné, devra retarder son mariage dans les circonstances qu'on connaît. Catou, avec la générosité qui la caractérise, décide de faire des sacrifices. Elle renonce à des sorties entre jeunes, espérant que ses renoncements aideront sa soeur à réaliser ses projets. C'est l'expression du plus pur amour fraternel.**

- **De son côté, Jeannine a compris et prouve à sa cadette que ses sacrifices lui ont donné bien davantage. Elle lui ont obtenu la grâce de la résignation joyeuse. Sa révolte est tombée. Elle attendra que le tout se règle.**

- **Et Roger qui revient prendre sa place au foyer. Voilà un fait vécu. C'est la vie courante qui se manifeste. La vie qu'on peut d'ailleurs reconnaître à chaque tranche du programme. Roger mérite-t-il la confiance de sa famille ? On verra. En attendant, on ne s'étonne pas des hésitations des uns et de la spontanéité des autres au point de vue des relations qu'ils entretiennent avec lui. Cela nous semble bien normal. La grande société n'oublie pas facilement les mauvais coups de ses membres, la société familiale non plus. Nos actes nous suivent et Roger doit forcément se soumettre à cette loi.**

- **Olivier connaît des crises de jalousie. Jeannine pardonne toujours. Olivier se reprend pour retomber. Quoi d'étonnant à cela ?**

- **On n'a pas le droit de tricher avec l'amour et Jean l'apprendra à ses dépens. Pas besoin que la famille lui fasse des sermons sans fin.**

- **A-t-on le droit de choisir le moyen facile d'escompter un héritage pour réaliser ses projets même les plus légitimes ? Toute la famille l'apprendra devant le testament surprenant que laisse la tante en cause.**

Et nous aussi, à chaque émission, nous apprenons quelque chose. Il traduit tellement la vie ce personnage ! On s'y retrouve sous les traits de l'un ou de l'autre des personnages qui ont l'air, non pas de jouer, mais de vivre leur propre vie devant nous.

Le message

Evidemment, j'ai voulu savoir quel message l'auteur se proposait de nous communiquer. Il n'y a pas de message, m'a affirmé Alex. Et je le crois, le contraire m'eût étonné. Le message, il y en a un, mais Alex l'ignore. Le message, c'est elle toute entière avec sa compréhension, sa franchise, sa spontanéité et ses vues larges sur la vie.

Parents et grands enfants

Avant de la quitter, je tenais absolument à demander à notre amie, quelques idées qui puissent aider les parents de la génération



Mme Alex Pelletier.

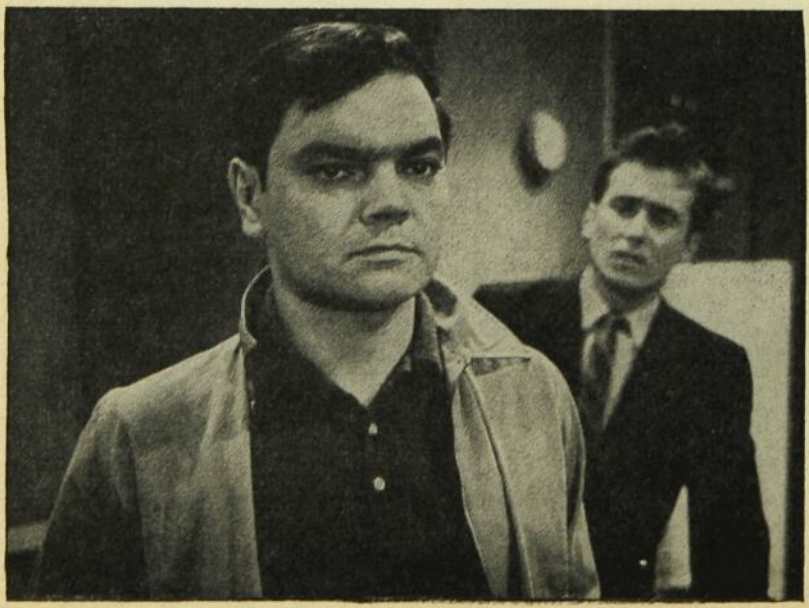
Mme Goudrault (Marie-Eve Liénard) discute avec Tante Josée (Marjolaine Hébert).





Antoine Dupras (Guy Provost) et sa fiancée, Josée Dumont (Marjolaine Hébert), la jeune tante de la famille Lemire.

L'ami des enfants Lemire, Pijo (Mathieu Poulin) et Jean Lemire (Gilbert Comtois).





↑ Jean Lemire (Gilbert Comtois) n'est pas toujours sérieux en amour ; on se rappelle ici la scène avec Mireille Spinard (Margot Campbell).

↓ Jeannine Lemire (Monique Chabot) doit retarder son mariage avec Olivier Goudrault (Jean Doyon) pour des raisons financières.



atomique. Je n'avais pas affaire à une moralisatrice assise sur des positions immuables. Alex, nous l'avons dit, évolue avec le temps. Cette idée d'évolution est, me semble-t-il, la plus précieuse à retenir pour des parents.

Alex a toutefois bien voulu me livrer quelques idées que je transmets telles quelles. Les enfants d'aujourd'hui, me dit mon hôtesse, sont comme nous étions à leur âge. Nous devons nous faire une âme naive devant eux pour les comprendre. Sous leur allure frondeuse, ils connaissent nos peurs et nos anxiétés. Nous ne les regardons pas assez vivre. La vérité n'est pas toute faite et on ne peut pas la faire pour les autres. Nos enfants doivent la découvrir. Il est grand temps que nous perdions le goût des belles paroles. Il est plus important d' "être". Les enfants acquièrent souvent des habitudes conventionnelles qui leur sont données par les parents. C'est souvent à nous qu'ils doivent de devenir faux.

En terminant, Madame Pelletier me dit, avec insistance, l'importance qu'elle attache au dialogue avec les enfants. Trop de parents ont peur des grands enfants. Il faut bravement faire face à la musique et la seule façon d'y faire face, c'est d'être vraie.

Sur ces derniers mots, j'ai quitté Alex, convaincue qu'elle n'avait pas changé.

À VOTRE SANTÉ



CHASSEZ CET EXCÈS
DE GRAISSE.

IL SUFFIT DE MANGER MOINS.

MOINS DE CHAIRS QUI
S'AFFAISSENT

DONNE UN COEUR QUI
VA BIEN!

Ministère de la Santé Nationale
et du Bien-Etre Social

• Logique

Un monsieur distrait passe la douane :

— Liqueur ? Alcool ? Tabac ? Cigarette ?

— Merci, une tasse de café noir !

• Climat

— C'est bien en Floride, Monsieur Albert.

— Eh oui ! le climat est merveilleux, chez nous. Personne ne meurt !

— Mais j'ai vu passer un enterrement tout à l'heure ?

— C'était l'entrepreneur des pompes funèbres. Il est mort de faim !

Mettez votre maison en couleurs

Les couleurs jouent un rôle important dans notre vie ; elles ne sont pas seulement agréables à nos yeux, elles influent sur la croissance, l'état émotif, la digestion. Des expériences ont permis de constater que la couleur **orange** stimule l'appétit et favorise la digestion ; le **rouge** facilite la circulation sanguine et stimule toutes les fonctions ; le **bleu-vert** aide à la précision dans le travail et fait paraître le temps moins long ; les **jaunes** apportent la gaieté.

Quelles conclusions pouvons-nous tirer de ces indications : de façon générale, qu'il faut réserver aux pièces de séjour (salle à manger, salon) les couleurs **chaudes** (jaune, rouge, orange) et aux pièces de repos ou de travail les teintes **froides** (vert, bleu, gris pâle).

Les couleurs possèdent d'autres pouvoirs encore : c'est ainsi que le blanc fait paraître les objets ou les murs plus grands, que le noir en réduit le volume ; quant au bleu clair, il présente la faculté d'éloigner les mouches.

Cultivez quelques illusions . . . d'optique

Quand vous peindrez vos murs ou poserez du papier peint sachez que :

- **POUR DONNER DE LA PROFONDEUR à une pièce, il faut relier le plafond à l'un de ses murs en les peignant de la même couleur.**
- **POUR AGRANDIR UNE PIECE, il faut colorer le mur face à la fenêtre en blanc ou en jaune, les deux autres en teintes vives.**
- **POUR DIMINUER UNE PIECE, on a intérêt à utiliser des teintes foncées sur les murs, sauf sur le panneau de la fenêtre.**
- **POUR ELEVER UN PLAFOND, vous devez le colorer en teinte claire : bleu ciel, vert pâle ou blanc.**
- **POUR L'ABAISSER, choisir du bleu outre-mer, du gris ou du beige foncé.**

Sachez encore que le **bleu outre-mer** s'il est très éclairé devient grisâtre, que le **blanc d'un plafond** est toujours plus gris que le blanc d'un mur éclairé verticalement, que le **rose** procure une impression d'intimité.

Cherchez une harmonie d'ensemble

Quand vous voudrez refaire une pièce, respectez cette règle générale : un ensemble harmonieux demande une combinaison de **trois couleurs** : une dominante, une tonique et une médiante.

La couleur dominante sera utilisée pour les grandes surfaces, les murs par exemple. Elle sera d'une teinte reposante.

La couleur tonique sera une couleur "complémentaire" de la dominante. Vous l'utiliserez pour les petites surfaces (portes). Mais c'est elle aussi qui peut être choisie pour un tapis, un meuble, des rideaux.

La couleur médiante atténuera le contraste entre la dominante et la tonique. Ainsi opposées à des murs verts (un vert pâle, on ne peindra jamais les grandes surfaces dans un ton trop vif) on peut avoir des portes rouges vermillon, le contraste entre ces deux couleurs sera adouci par la présence sur le sol d'un tapis ou d'un linoléum jaune orangé.

C'est donc l'ensemble (murs, boiseries, rideaux, coussins, tapis et meubles) qui crée l'harmonie.

Jeune fille, jeune homme, quelle orientation choisir ?

APRÈS LA 11e ANNÉE

I — DU COURS SCIENTIFIQUE (1)

COURS	BUT	CONDITIONS	DURÉE	INSTITUTIONS	DÉBOURSÉS (2)
Cours de la 12e année spéciale scientifique, option A J.f. et j.g. (3)	Polytechnique, Fac. des Sciences, Coll. militaire, Fac. d'Arpent. et de Génie forest. et ailleurs	Certif. de 11e du cours sciences-math., habileté et intérêt aux sciences, aux math., dispositions pour études universitaires en sciences	1 an	**Ecoles secondaires sous contrôle du D.I.P. (4) collèges avec progr., examens du D.I.P.**	C.E.C.M., (5) $4 ; externes, env. $20 ; pensionn., env. $75.
Cours de la 12e année scientifique, option B (6) J.f. et j.g.	Fac. des Sciences (sous condition), Inst. de Diététique, Ec. de Technologie médicale, Ecole de Réhabilitation (occup.-thérapie), Inst. agricole, Ec. de Méd. vétérinaire, Fac des Sciences sociales et ailleurs	Certificat de 11e sciences-math. ou de 11e sciences-lettres, habileté et intérêt aux sciences, aux math., dispositions pour études universitaires en sciences	1 an	**Ecoles secondaires sous contrôle du D.I.P., collèges et couvents avec progr., examens du D.I.P.**	C.E.C.M., $4 ; externes, env. $20 ; pensionn., env. $75.
Cours du brevet A d'enseignement (j.f. et j.g.) et du brevet B (j.g.)	Préparation à la carrière d'institutrice ou d'instituteur	Certificat de 11e sciences-math. ou de 11e sciences-lettres, examen d'admission, tests d'aptitudes	Brevet A, 4 ans ; brevet B, 2 ans	**Ecoles normales**	J.f., ext. $150 par année, pens. : $450-$600 ; J.g., ext. $60 par année

Cours du baccalauréat en sciences commerciales, J.f. et j.g.	Préparation aux affaires, à la comptabilité, à l'actuariat	Admission selon notes en langues et en mathématiques, après 11e sciences-math. ou 11e, sciences-lettres	4 ans	**Ecole des Hautes Etudes commerciales, 535, ave Viger**	$240 par année
Cours du baccalauréat en musique J.f. et j.g.	Intention culturelle ou bien préparation professionnelle à une carrière en musique	Talent réel, études musicales antérieures théoriques et pratiques, cours obligatoires en matières culturelles	3 ou 4 ans	**Faculté de Musique de l'Un. de Montréal ; écoles annexées à l'Un. et dirigées par religieuses**	$360 par année ; $200 environ
Cours de l'immatriculation senior en sciences, J.f.	Equivalence de la 12e ann. spéc. scientif., option B, pour mêmes écoles, instituts, facultés	Certificat de 11e sc.-math. ou de 11e sc.-lettres, habileté et intérêt aux sciences et aux math., dispositions pour études universitaires en sciences	1 an	**Institutions dirigées par religieuses et reconnues par Fac. des Sciences de l'Un. de Montréal**	Externes : $18 à $25 par mois ; pensionn., $55-$60.
Cours du baccalauréat en pédagogie familiale, J.f.	Formation d'éducatrices compétentes pour instituts familiaux et autres domaines	Minimum : certif, de 11e sc.-math. ou 11e sc.-lettres avec hautes notes, aptitudes aux matières de culture, à l'étude des sciences	4 ans	**Institut de Pédagogie familiale, 1575, boul. Mont-Royal, Outremont**	Instruction : $250 ; pension : $600 en plus
Cours spécial du baccalauréat ès arts J.g.	Préparation à un grade universitaire pouvant donner accès aux facultés de théologie, médecine, droit, etc.	Certificat de 11e sc.-lettres ou de 11e sc.-math., dispositions pour études universitaires, persévérance et sérieux	5 ans	**Maisons approuvées par Fac. des Arts de l'U. de M. : ex. : Collège Saint-Paul, 10555, av. du Bois-de-Boulogne, Collège St-Jean-Vianney, 14800 boul. Gouin et autres**	Instruction : environ $200 par année
Cours de chimie-teinture des textiles, J.g.	Formation des spécialistes de la recherche, dans l'application de la chimie à l'industrie textile	Certificat de 11e sc.-math. de préférence, intérêt aux expériences de laboratoire	4 ans	**Institut des Textiles du Ministère de la Jeunesse, St-Hyacinthe, Qué.**	$40-$50 par année

Tournez s.v.p.

Cours de technicien en papeterie, J.g.	Formation professionnelle aux situations-clefs de l'industrie papetière	Habileté, intérêt aux mathématiques, aux sciences, dispositions pour fonctions de direction	3 ans	**Institut de Papeterie du Ministère de la Jeunesse, Trois-Rivières, Qué.**	$50 par année, pour frais de scolarité
Cours de technologie laitière, J.g.	Formation des inspecteurs des établissements laitiers, du contrôle chimique et bactériologique de leurs produits.	Intérêt aux analyses de laboratoire, dispositions pour fonctions de direction	8 mois de stage et 6 mois de cours	**Ecole de Laiterie du Ministère provincial de l'Agriculture, St-Hyacinthe, Qué.**	Bourses du Ministère provincial de l'Agriculture

Note : — Les orientations indiquées ci-dessous, après la 11e année du cours général, sont évidemment accessibles aux élèves de 11e du cours scientifique.

II — DU COURS GENERAL

COURS	BUT	CONDITIONS	DURÉE	INSTITUTIONS	DÉBOURSÉS
Cours commercial spécial J.f. et j.g.	Préparation à un emploi de bureau, au domaine de la vente	Dispositions pour devenir dactylo, sténo, commis, teneur de livres, vendeur, agent	1 an	**Ecoles secondaires du D.I.P. ; écoles indépendantes, religieuses et laïques**	C.E.C.M., $4 par mois ; de $16 à $25 par mois
Cours d'artisanat J.f. et j.g.	Formation aux arts du tissage, de la céramique, de la décoration d'intérieurs, de l'ébénisterie	Concours d'admission : matières de classe, tests d'aptitudes, questionnaire des goûts.	3 ou 4 ans selon la section	**Institut des Arts appliqués, Ministère de la Jeunesse, 1430, rue Saint-Denis**	Rétribution scolaire annuelle $50
Cours des beaux-arts J.f. et j.g.	Formation à la peinture, à la sculpture, à l'art publicitaire, à l'enseignement des arts plastiques	Age de 17 ans, bon dossier scolaire, culture générale, intelligence créatrice, goût artistique, oeil observateur	4 ou 5 ans	**Ecole des Beaux-Arts du Secrétariat de la Province, 125 ouest, rue Sherbrooke**	$25 par année
Cours d'infirmières licenciées J.f.	Préparation théorique et pratique aux fonctions de l'infirmière	Minimum : 11e gén., opt. mathématiques, âge de 17 a. 6 m. ; santé, sérieux, amour de l'étude et du prochain	3 ans	**Ecoles reconnues par l'Association des Infirmières de la Province de Québec**	Cours, pension et logement gratuits

Cours de brevet B d'enseignement J.f.	Formation de l'institutrice des classes de la 1ère à la 9e année	Minimum : 11e gén., opt. mathématiques ; épreuve d'aptitude, étude de la personnalité	2 ans	**Ecoles normales de jeunes filles**	Ext. : $150 par année ; pens. : $450-$600
Cours de brevet spécialisé d'enseignement, J.f.	Formation des éducatrices du niveau pré-scolaire, des écoles maternelles	Minimum : 11e gén., opt. mathém. ; épreuve d'aptitude, étude de la personnalité	2 ans	**Ecole normale de l'Inst. péd. de la Congrégation de Notre-Dame**	Frais de scolarité, $15 par mois ; pension $60 en plus
Cours de l'Institut familial J.f.	Préparation à la vie familiale, à l'enseignement ménager	Admission possible après la 11e gén., option arts, acceptation du pensionnat	2 ans	**Inst. fam. du D.I.P. : 1185, rue St-Mathieu; 1215 est, boul. St-Joseph; 331 est, rue Sherbrooke ; 9300, boul. St-Michel et ailleurs**	$40 et plus par mois pour instruction et pension
Cours technique J.g.	Formation du technicien diplômé : automobile, électronique, électricité, réfrigération ou autre spécialité	Minimum : 11e gén., opt. math. ; concours d'admission : matières de classe et tests d'aptitudes	3 ans	**Inst. de Technologie du Min. de la Jeunesse : 200 ouest, rue Sherbrooke ; 9155, rue Saint-Hubert : 3320, rue Hochelaga ; 4976 ouest, rue Notre-Dame**	$40 par année
Cours des arts graphiques J.g.	Formation des artisans et des techniciens de l'imprimerie et des métiers connexes	Minimum : 11e gén., opt. math. ; concours d'admission : matières de classe et tests d'aptitudes	3 ans	**Inst. des Arts graphiques du Ministère de la Jeunesse, 8955, rue St-Hubert**	$50 par année
Cours de la marine marchande J.g.	Formation des techniciens en : mécanique de marine, navigation-pilotage, radio-télécommunication	Age de 16 ans, certificat de l'opt. math., vue parfaite, ouïe sensible, attrait de la mer	2 ou 3 ans, selon la spécialité	**Institut de Marine du Ministère de la Jeunesse, Rimouski, Québec**	$50 par année, pension et uniforme en plus
Cours d'apprentissage technique, marine royale canadienne J.g.	Formation militaire des mécaniciens de moteurs et des charpentiers de navires	Age de 16 ans, certificat de l'opt. math., santé, stabilité, consentement des parents	Engagement de 7 ans	**H. M. C. S. Donnacona, 2055, rue Drummond**	Solde à 16 ans, $56 par mois ; à 17 ans, $110

Tournez s.v.p.

Cours d'apprentissage dans l'aviation, équipe de terre, J.g.	Formation militaire à un métier : mécanicien, télégraphiste, commis ou autre	Age minimum de 17 ans, santé, stabilité, consentement des parents	Engagement de 5 ans	**Centre de Recvrutement de l'Aviation, 1254, rue Bishop**	Solde : $172 par mois
Cours des aspirants-officiers de l'armée J.g.	Formation militaire des officiers subalternes, ex. : sous-lieutenant, lieutenant	Minimum : certificat de 11e c. gén., opt. math.; âge de 18 ans ; bonne connaissance de la langue anglaise	Engagement de 5 ans	**Centre de Recrutement de l'Armée, 772 ouest, rue Sherbrooke**	Solde : $210 par mois

Note : — Plusieurs autres cours d'apprentissage sont possibles après la 11e année, à l'âge de 16 ans ou plus, selon les règlements du métier ; ainsi, 1° Pour les jeunes filles : cours de coiffeuse, de couturière, de modiste, de garde-malade auxiliaire ou d'auxiliaire en nursing, de garde-bébés, etc. ; 2° Pour les jeunes garçons : cours de barbier-coiffeur, de boulanger-pâtissier, d'horloger, d'artisan de la chaussure, de la construction, de la menuiserie en meuble, de la mécanique d'automobile, de la fabrication des textiles, etc.

III — DU COURS COMMERCIAL

COURS	BUT	CONDITIONS	DURÉE	INSTITUTIONS	DÉBOURSÉS
Cours de la 12e année commerciale régulière J.f et j.g.	Préparation aux fonctions plus élevées dans un bureau, dans un commerce : secrétaire, teneur de livres, agent, acheteur, courtier	Aptitudes aux langues, à la comptabilité, à la sténographie, intérêt aux affaires, initiative, ordre, discrétion, honnêteté	1 an	Ecoles secondaires du D.I.P.	C.E.C.M., $4 par mois

IV — DU COURS SPECIAL avec LATIN ou bien de la VERSIFICATION LATIN-SCIENCES

Note : — La voie normale ou régulière est la classe de belles-lettres, pour la poursuite du cours classique jusqu'au baccalauréat ès arts ; les finissantes de la 11e année spéciale avec latin devront subir un examen d'admission. A l'exception de la 12e année spéciale scientifique, option A, et de la chimie-teinture des textiles, presque toutes les voies indiquées plus haut, après le cours scientifique et après le cours général, sont assez facilement accessibles au sortir de la versification latin-sciences ou bien du cours spécial avec latin.

Jeune Fille, jeune homme, quelle orientation choisir ?

APRÈS LA 12e ANNÉE

I — DU COURS SCIENTIFIQUE (1)

COURS	BUT	CONDITIONS	DURÉE	INSTITUTIONS	DÉBOURSÉS (2)
Cours de la Faculté des Sciences J.f. et j.g.	Préparation au B.Sc. (général) et au B.Sc. (spécialisé), options : biochimie, biologie, chimie, géologie, mathématiques ou physique.	Certificat de 12e, sc., option A, de 12e sc., option B, (sous condition), étude du dossier ou bulletins, examens d'admission au besoin	3 ou 4 ans	**Faculté des Sciences, Université de Montréal**	$425 par année
Cours de la Faculté des Sciences sociales, économiques et politiques J.f. et j.g.	Préparation au B.Sc. (économique), au B.Sc. (politique), ou bien au B.Sc. (sociologie-anthropologie), à l'admission à l'Ecole de Service social	Certificat de 12e année scientifique, étude du dossier ou bulletins, aptitudes à la philosophie, aux langues, aux mathématiques	4 ans, plus 2 ans pour Maîtrise en Service social	**Faculté des Sciences sociales, économiques et politiques, Université de Montréal**	$375 par année
Cours du diplôme en éducation physique et récréative J.f. et j.g.	Formation des professeurs de gymnastique, des moniteurs des terrains de jeux, des animateurs des centres de loisirs	Certificat de 12e année scientifique, examen de la santé, tests d'aptitudes, dispositions pour les sports, dont la natation, le "camping"	12 mois, stage pratique	**Ecole d'Hygiène de l'Université de Montréal**	$450

Tournez s.v.p.

Cours de l'Ecole Polytechnique J.f. et j.g.	Formation de l'ingénieur professionnel ; génie : civil, mécanique, électrique, chimique, métallurgique, minier, géologique ou physique	Certificat de la 12e scientifique, examen d'admission, habileté, intérêt aux mathématiques, aux sciences	5 ans	**Ecole Polytechnique de l'Université de Montréal, 2500, av. Marie-Guyard**	$325 pour la 1ère année
Cours de la licence en pharmacie J.f. et j.g.	Formation du pharmacien reconnu par le Collège professionnel, autorité à la pratique, à la gérance, à la propriété	Certificat de 12e année scientifique, plus 1 an d'études pour préparer examen du groupe lettres avec latin	6 ans, études pour brevet et stages compris	**Faculté de Pharmacie de l'Université de Montréal**	$425, mais stages rémunérés
Cours de la licence en optométrie J.f. et j.g.	Formation à la pratique professionnelle, autorisée par le Collège des Optométristes et Opticiens de la Province de Québec	De préférence 12e sc., option A ; 12e sc., option B, sous condition ; d'abord 2 ans à l'option biologie, Faculté des Sciences, U. de M.	5 ans, y compris les 2 années à la Fac. des Sciences	**Faculté des Sciences, Université de Montréal ; Ecole d'Optométrie, Université de Montréal**	Fac. des Sciences, $425 ; Ecole d'Optométrie, $400
Cours du certificat d'études en technologie médicale J.f. et j.g.	Formation des analystes et chercheurs pour laboratoires des hôpitaux, des universités, des gouvernements, etc.	Certificat de 12e année scientifique, avec biologie, étude des bulletins, concours d'admission au besoin	2 ans, y compris le stage	**Ecole de Technologie médicale, Fac. de Médecine de l'Université de Montréal**	Bourses pour une quarantaine d'étudiants
Cours du certificat de technicien en rayons X J.f. et j.g.	Assistant du médecin-radiologue : préparation des patients, manipulation des appareils, développement des films, etc.	Certificat de 12e année scientifique, âge de 18 ans, intérêt à la physique, assurance, ordre, sympathie	2 ans	**Hôpital Ste-Jeanne-d'Arc, Hôpital Ste-Justine et autres**	Etudiant rémunéré au taux moyen de $100 par mois
Cours du doctorat en médecine vétérinaire J.f. et j.g.	Soins de chirurgie des animaux domestiques, hygiène et inspection des denrées alimentaires, recherche en laboratoires pharmaceutiques, etc.	Certificat de 12e année scientifique, de préférence avec biologie, examen des bulletin, entrevue du candidat	5 ans	**Ecole de Médecine vétérinaire, St-Hyacinthe, Québec**	$5 par année

Cours du baccalauréat ès sciences (nutrition) J.f.	Diététiste professionnelle de la recherche, pour équilibre, administration des services alimentaires dans hôpitaux, industries, etc.	Certificat de 12e année scient., avec biologie ou l'immatriculation senior en sciences ; examen détaillé des bulletins scolaires	3 ans	**Institut de Diététique et de Nutrition, Université de Montréal**	$360
Cours du diplôme d'occupation thérapie et de physiothérapie J.f.	Collaboratrice du médecin dans le traitement des détériorations fonctionnelles des malades, des handicapés	Certificat de la 12e année scientif. option B avec biologie, équivalence de l'Immatriculation senior en sciences, examen des bulletins, concours d'admission	3 ans	**Ecole de Réhabilitation, Faculté de Médecine, Université de Montréal**	$375, bourses disponibles
Cours du baccalauréat ès sciences infirmières, J.f.	Educatrice des infirmières, surveillante hospitalière, infirmière spécialisée	Certificat de 12e année scientifique, aptitudes à une culture universitaire et au cours d'infirmière, dispositions pour fonctions de direction	5 ans, y compris le cours d'infirmière licenciée	**Institut Marguerite d'Youville, U. de M., 1185, rue St-Mathieu, Montréal**	$325 par année, quelques bourses et prêts
Cours de la licence en sciences agricoles J.g.	Formation des agronomes officiels, des agronomes spécialisés, des chercheurs de laboratoire, des professeurs d'agronomie	Certificat de 12e année scientifique et concours d'admission : philosophie, langues, mathématiques, histoire, géographie, sciences	4 ans	**Institut agricole d'Oka, La Trappe, Québec**	$200 par année, pension incluse
Cours du baccalauréat ès sciences appliquées (arpentage ou génie forestier), J.g.	Formation de l'arpenteur-géomètre ou bien de l'ingénieur forestier	Certificat de 12e année scientifique, option A, concours d'admission : épreuves littéraires et épreuves scientifiques	5 ans	**Faculté d'Arpentage et de Génie forestier, Université Laval, Québec**	$400 par année, pension en plus, nombreuses bourses
Cours du baccalauréat ès sciences (pêcheries) J.g.	Analytes de laboratoires et économistes de l'organisation, dans le domaine des pêcheries	Certificat de 12e année scientifique avec moyenne de 80% et examen d'admission ou bien année pré-universitaire	5 ans, avec année pré-universitaire	**Ecole supérieure des Pêcheries de l'Université Laval, Ste-Anne-de-la-Pocatière (Kamouraska), Québec**	$150 par année, pension en plus ; bourses d'études

Tournez s.v.p.

Cours du Collège militaire J.g.	Formation militaire et culture générale des futurs officiers de l'une ou l'autre des trois armes : armée, marine ou aviation	Certificat de 12e année scientifique, option A, concours d'admission, santé parfaite, stabilité émotive, initiative et sociabilité	5 ans	**Collège militaire royal, Saint-Jean, Québec**	Instruction, pension et uniformes fournis, plus solde de $63 par mois

II — DU COURS COMMERCIAL SPECIAL et du COURS COMMERCIAL REGULIER

Note : — A la finissante et au finissant de la 12e année commerciale spéciale encore plutôt jeunes et désireux de se perfectionner en langue anglaise, en sténographie bilingue, en tenue de bureau, administration, comptabilité, le cours de la 12 année commerciale régulière s'offre comme accessible et utile ; selon les termes du Programme d'Etudes, ce cours "préparera au poste de secrétaire ou de chef de bureau".

Après la 12e année commerciale régulière, jeunes filles et jeunes gens peuvent s'inscrire comme élèves libres à l'Ecole des Hautes Etudes commerciales, pour suivre des cours du soir en administration du personnel, commerce de détail, matières juridiques, pratique bancaire, relations extérieures ou langues modernes. Nul n'a jamais regretté d'être trop instruit.

LÉGENDE

(1) Cours scientifique : on ferait bien de vérifier, dans les conditions d'admission (3e colonne), si l'on exige le cours scientifique (option A) ou bien le cours scientifique (option B).

(2) Déboursés : sauf indication particulière, les montants mentionnés sont ceux des frais d'instruction seulement, par mois ou par année, selon les faits en décembre 1960 ; ces frais de scolarité peuvent être supprimés, diminués ou bien augmentés d'une année à l'autre.

(3) J.f. ; j.g. : jeunes filles, jeunes garçons.

(4) D.I.P. : Département de l'Instruction publique.

(5) C.E.C.M. : La Commission des Ecoles catholiques de Montréal.

(6) Cours de la 12e année spéciale scientifique (option B) :

ce cours est reconnu, par la plupart des écoles et des instituts universitaires, comme une équivalence de l'immatriculation senior en sciences, à la condition que l'élève ait ajouté l'étude de la biologie au programme régulier.

UN FAKIR MALCHANCEUX








JE POURRAIS LE FAIRE MOI AUSSI: S'IL Y RÉUSSIT, LUI QUI NE BRILLE PAS PAR L'INTELLIGENCE...
CHICO PREND RAPIDEMENT UNE DÉCISION: LUI AUSSI, IL DEVIENDRA FAKIR.
DONNEZ-MOI UN ROULEAU DE CORDE, UNE LIVRE DE CLOUS, DIX VIEILLES ÉPÉES, UN BIDON D'ESSENCE, ETC.
OUI, MONSIEUR.
ARRIVÉ À LA MAISON...
PAR QUOI VAIS-JE COMMENCER? JE VOUDRAIS FAIRE LE LIT DE CLOUS, MAIS SI J'ABÎME AINSI MON LIT, OÙ DORMIRAI-JE CETTE NUIT?
AU LIEU D'UN LIT DE CLOUS,... JE FERAI UNE CHAISE DE CLOUS!
APRÈS UNE HEURE DE PATIENTS COUPS DE MARTEAU...
J'AI RÉUSSI À LA PERFECTION, EN VOICI LA PREUVE!
SOUDAIN, UN VOISIN FAIT IRRUPTION DANS L'APPARTEMENT DE CHICO.
MAIS QU'EST-CE QUE VOUS FABRIQUEZ ON NE PEUT MÊME PAS DORMIR AVEC TOUT LE BRUIT QUE VOUS FAITES!
JE REGRETTE BEAUCOUP. VOUS PRENDRIEZ BIEN QUELQUECHOSE?...
OUI, OUI, ASSEYEZ-VOUS, VOUS SEREZ PLUS À L'AISE.
MERCI.
2
MAIS PAR UNE DISTRACTION FATALE...

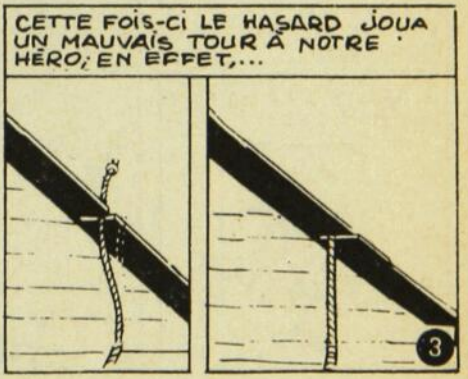

AIE !!!
OH ! QUELLE GAFFE !...


ESPÈCE DE CERVELLE D'OISEAU ! JE N'AIME PAS À FAIRE RIRE DE MOI !
GASP!

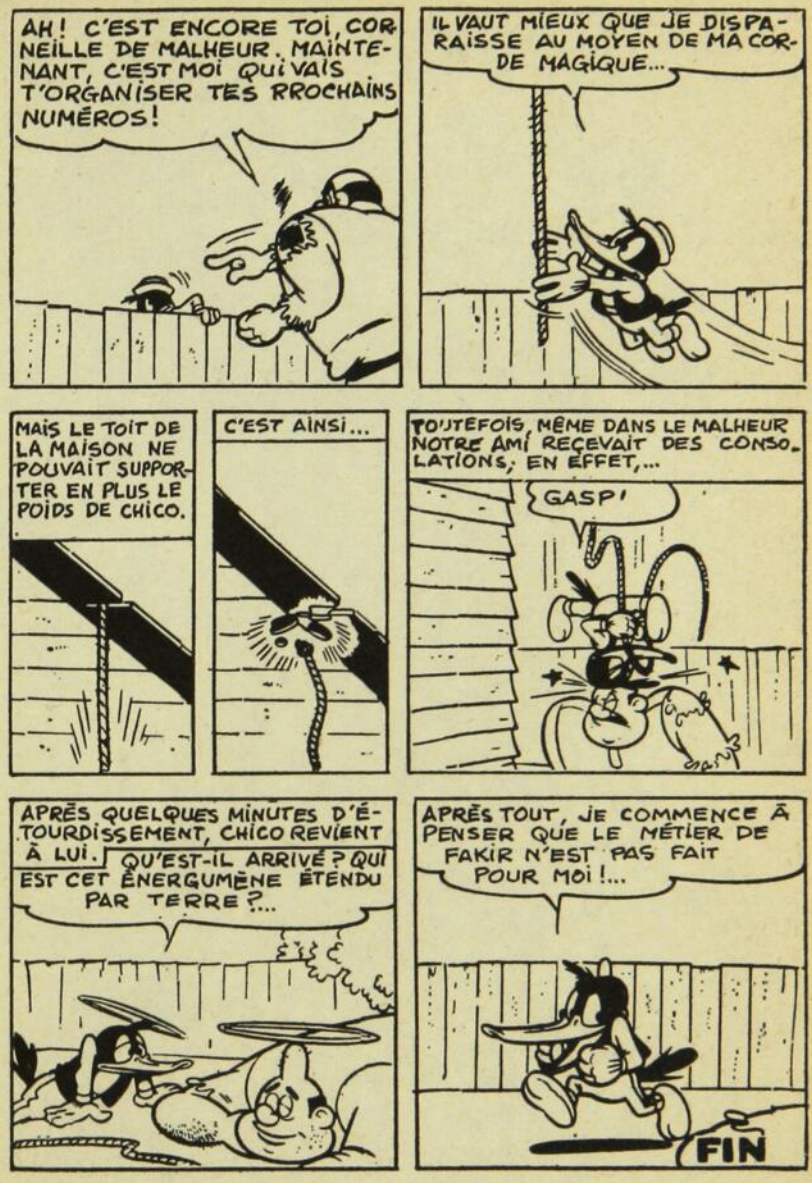

REVENU À LUI DU COUP QU'IL AVAIT REÇU, CHICO SE REMIT À SES EXERCICES DE FAKIR.
LE PREMIER DEVOIR D'UN BON FAKIR EST DE SUPPORTER LE MALHEUR AVEC SÉRÉNITÉ...


JE VAIS ESSAYER LE NUMÉRO DE LA CORDE MAGIQUE.


LE FAKIR LA FAISAIT TENIR DROITE COMME UNE PERCHE. JE DEVRAIS RÉUSSIR MOI AUSSI!


CETTE FOIS-CI LE HASARD JOUA UN MAUVAIS TOUR À NOTRE HÉRO; EN EFFET,...
3


BRAVO! ÇA MARCHE !... JE SUIS UN FAKIR EXTRAORDINAIRE!
J'AI L'IMPRESSION DE PARTIR À LA CONQUÊTE DU MONDE!
MESDAMES ET MESSIEURS, VOUS AVEZ DEVANT VOUS UN PHÉNOMÈNE VIVANT: LE PLUS GRAND MANGEUR DE FEU QUI PUISSE EXISTER.
DU FEU...! J'EN MANGERAI MÊME SI JE TOURNE EN VOLCAN!
MAIS S'ÉTANT BRÛLÉ UN DOIGT, CHICO S'EMPRESSA DE LANCER AU LOIN L'OUATE ENFLAMMÉE...
AIE!... AU SECOURS! A MOI LES POMPIERS!
MAIS PEU APRÈS, CHICO FRÉMIT SOUDAINEMENT D'HORREUR.
SAPERLIPOPETTE! QU'EST-IL ARRIVÉ À LA MAISON DE MON VOISIN ?
SACREBLEU! CE NUMÉRO DE MAGIE A EN EFFET ÉTÉ SURPRENANT!
4


AH! C'EST ENCORE TOI, CORNEILLE DE MALHEUR. MAINTENANT, C'EST MOI QUI VAIS T'ORGANISER TES PROCHAINS NUMÉROS!
IL VAUT MIEUX QUE JE DISPARAISSE AU MOYEN DE MA CORDE MAGIQUE...
MAIS LE TOIT DE LA MAISON NE POUVAIT SUPPORTER EN PLUS LE POIDS DE CHICO.
C'EST AINSI...
TOUTEFOIS, MÊME DANS LE MALHEUR NOTRE AMI RECEVAIT DES CONSOLATIONS; EN EFFET,...
GASP!
APRÈS QUELQUES MINUTES D'ÉTOURDISSEMENT, CHICO REVIENT À LUI. QU'EST-IL ARRIVÉ? QUI EST CET ÉNERGUMÈNE ÉTENDU PAR TERRE?...
APRÈS TOUT, JE COMMENCE À PENSER QUE LE MÉTIER DE FAKIR N'EST PAS FAIT POUR MOI!...
FIN

Chien accroupi

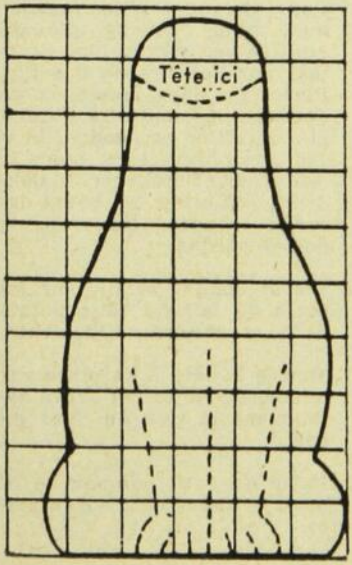
MATERIEL

¼ vge ou brin de guingan imprimé "TEX-MADE".
Ouate pour rembourrer.
Un morceau de feutre blanc (pour les yeux).
½ vge de ruban de couleur contrastante.
Bouts de fil blanc (pour la queue).
Fil à coudre mercerisé, pour appareiller de **COATS' SUPER SHEEN.**

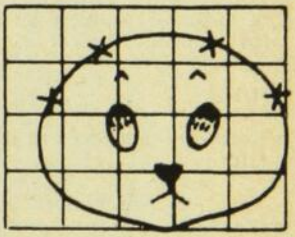
Fil à broder à six brins, noir, de **CLARK'S.**

COMMENT FAIRE LES PATRONS :

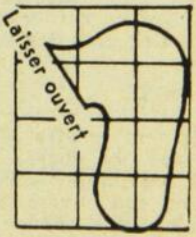
Chaque petit carré sur le diagramme représente un carré de 1 pouce selon la grandeur véritable du jouet. Pour faire un patron, employer du papier gris bien lisse, un crayon et une règle. Compter le nombre de carrés sur la lon-



CORPS



TETE



OREILLE

gueur et la largeur du diagramme. Ceci indique combien de pouces il faut compter pour la longueur et la largeur du patron. Avec la règle, dessiner un cadre de la longueur et de la largeur requises. Marquer les espaces de 1 pouce tout autour des côtés du cadre. Employer la règle pour joindre les marques correspondantes avec des lignes droites. Employer les carrés qui tiennent ainsi lieu de guide et tracer le contour du patron pour qu'il corresponde avec celui du diagramme.

COMMENT EMPLOYER LES PATRONS :

En suivant les lignes tracées pour correspondre avec le diagramme, tailler d'abord le patron tracé sur le papier. Ensuite, épingler le patron sur le tissu. Epingler le patron de façon à laisser, pour la coupe, ¼" d'espace alloué pour les coutures, autour de tous les bords. Ne pas oublier de marquer sur le tissu toutes les indications du patron. (Le pointillé indique l'endroit où l'on doit faire la broderie).

COUPE

Corps — 2 morceaux d'après le patron.

Tête — 2 morceaux d'après le patron.

Oreilles — 4 morceaux d'après le patron.

Yeux — (Tracer le patron d'après la tête, employant du papier gris bien lisse). Tailler 2 morceaux de feutre pour les yeux.

ASSEMBLAGE

1. Faufiler et coudre les deux morceaux du corps, les endroits ensemble ; laisser le haut du cou ouvert. Prendre une pince à l'intérieur, dans les coins, tout près de la couture et retourner le corps, à l'endroit.
2. Bien rembourrer le corps avec l'ouate, entrant l'ouate par petites quantités à la fois. Retourner les bouts ouverts, au haut du cou, et coudre ensemble à points perdus.
3. Faufiler et coudre les deux morceaux de la tête de la même façon que le corps fut exécuté, laissant le haut de la tête ouvert. Retourner à l'endroit, rembourrer et coudre à points perdus les extrémités ouvertes, comme pour le corps.
4. Employant 4 brins de fil, broder le contour des pattes, en relief.
5. Mettre chaque oeil à sa place et fixer à la tête au point de satin.
6. Broder le nez au point de satin et le contour du museau, en relief. Broder le contour des sourcils, en relief.
7. Pour chaque oreille, faufiler une mince couche d'ouate (taillée aux dimensions exactes) sur l'envers de l'oreille. Placer les deux morceaux de l'oreille, les endroits ensemble. Faufiler et coudre, laissant une ouverture pour la retourner. Retourner à l'endroit, retourner les bouts ouverts, coudre ensemble à points perdus.
8. Placer chaque oreille sur les côtés de la tête (aux points "x") et coudre solidement.
9. Mettre la tête à sa place sur le cou à l'endroit. Coudre solidement la tête au bord du cou.
10. Faire un petit pompon de fil pour la queue et fixer en place.
11. Faire un noeud avec le ruban et l'attacher autour du cou.

Connaissez-vous les règlements du football ?

Le football est dans l'air ! Si vous ne jouez pas vous-même au football, vous êtes sûrement de ceux qui prennent place au stade ou devant un appareil de télévision pour suivre quelques parties de ce sport captivant. Voici un test qui vous aidera à juger de vos connaissances.

1. Au football, chaque équipe envoie-t-elle sur le terrain 10 . . ., 12 . . ., ou 14 . . . joueurs ?
2. Au début de chaque joute, quel est le joueur qui donne le ballon au quart-arrière : le centre . . ., le demi-arrière. . ., le centre-arrière . . . ?
3. Le joueur de quart-arrière est-il celui qui dirige les jeux offensifs toujours . . ., souvent . . ., ou rarement . . . ?
4. Pour couvrir 10 verges, un club a-t-il droit à 2 . . ., 3 . . ., ou 4 . . . essais ?
5. Au football canadien, un touché vaut-il 5 . . ., 6 . . ., ou 7 . . . points ?
6. Il y a un touché uniquement lorsqu'un joueur traverse la ligne des buts avec le ballon dans les mains. Vrai . . ., faux . . . ?
7. Sur un botté au 3ème essai, doit-on accorder au receveur une protection de 3 . . ., 4 . . ., ou 5 . . . verges ?
8. Au football canadien, un placement vaut-il 1 . . ., 2 . . ., ou 3 . . . points ?
9. Au football, lesquelles de ces punitions retrouve-t-on : interférence . . ., hors-jeu . . ., rudesse . . . ?
10. Au football, on commence le jeu par un botté au début de la partie seulement . . ., à chaque "quart" . . ., ou à chaque demie . . . ?



RÉPONSES :

1. 12 joueurs — 2. Le joueur de centre — 3. Toujours — 4. 3 essais — 5. 6 points (5 au football américain) (7 points valent pour un touché et un convertí.) — 6. Faux (Un joueur peut aussi recevoir une passe dans la zone des buts) — 7. 5 verges (seul celui qui a botté n'est pas astreint à cette loi) — 8. 3 points — 9. On retrouve ces trois punitions — 10. A chaque demie (les clubs changent de côté à chaque quart, mais au début du 2e et du 4e quart le jeu se continue au point où il s'était arrêté).

Le sens de l'adaptation

DR. FRANCOIS CLOUTIER

Avez-vous déjà songé à ce que peut être la vie de l'Esquimau qui habite l'Artique canadien ? Nous habitons le même pays, ne l'oubliez pas. Glace, neige, eau, roc, voilà son horizon. Et malgré tout, depuis des millénaires, il se maintient en tant que groupe racial.

Son organisme s'est habitué au grand froid.Il a une alimentation essentiellement composée de matières grasses qui favorisent l'accumulation de chaleur. Il s'habille de peaux superposées, caribou ou phoque, et l'espace d'air ménagé entre chacune forme une couche isolante qui le protège du froid. Dépourvu de bois et de combustible, il se chauffe à l'huile de baleine. Il construit son iglou à même la neige, seule matière première que la nature lui ait pas ménagé. Il travaille les os des animaux, l'ivoire des défenses de morses et en fabrique des outils fort ingénieux. Les distractions sont rares.

Toute son existence gravite autour d'un seul problème : trouver de la nourriture. L'Esquimau est-il heureux ? Il le paraît si l'on en juge par sa gaîté, l'intensité de sa vie familiale, son folklore, élémentaire mais plein d'humour. Il s'est formé une philosophie faite d'une incroyable patience et d'une bonne dose de fatalisme proche du fameux "inch Allah" des Arables.

Adaptation et mésadaptation

Voilà une existence faite de lutte et que seule l'adaptation peut rendre possible. S'il veut survivre, l'Esquimau doit s'adapter. Comme lui, comme tous les êtres vivants, nous sommes obligés de nous plier aux circonstances du monde extérieur.

L'adaptation de l'homme qui se veut civilisé n'est pas plus facile que celle du primitif. Notre vie matérielle est moins rude, mais elle est plus complexe. Les occasions de conflit sont plus nombreuses.

Les obstacles plus difficiles à surmonter.

Nous essayons tous de gagner la course au bonheur. Ce n'est pas par la révolte qu'on peut y arriver, mais bien plutôt par l'acceptation de la réalité. N'avons-nous pas vu que les perturbations et les anomalies de la vie psychique étaient dues, le plus souvent, à des difficultés d'adaptation ? Cela ne veut pas dire qu'il faille minimiser l'importance de l'hérédité ou des facteurs biologiques qui agissent sur l'individu. Une telle conception ne diminue pas non plus le rôle des forces et de tendances de la vie inconsciente. C'est sous l'action combinée de tous ces facteurs que se développe la personnalité.

Devant un sujet qui présente un problème d'ordre psychiatrique, il ne faut pas hésiter à étudier sa vie tout entière. Il faut revenir sur les difficultés qu'il a connues et comprendre les influences qu'il a subies. Ce n'est pas assez de traiter une anxiété ou une dépression; il est nécessaire de se demander qu'elle est la signification de cette anxiété ou de cette dépression dans la vie du malade.

Nous traversons, au cours de l'existence, un certain nombre d'étapes qui, de la naissance, nous mènent à la vieillesse. Les problèmes de chaque époque sont différents. Ils mettent à l'épreuve nos forces de résistance. Ils contribuent à modeler notre personnalité. Il ne faut pas croire cependant que seuls les événements de la première partie de la vie servent à nous former. Nous rencontrons aussi des problèmes à l'âge adulte. C'est notre manière d'y faire face, notre faculté de nous y adapter qui assure notre équilibre et notre réussite.

Le travail

Le premier problème qui nous attend au sortir de l'adolescence ou même auparavant, c'est l'obligation au travail. Le travail peut être une source de joies; il peut être aussi une source de tensions. Vous connaissez de ces individus qui n'arrivent jamais à garder une situation, qui ne se fixent nulle part. Celui-là ne se trouve jamais bien. Il n'aime pas ce qu'il fait. Le découragement le guette à chaque pas. Il vit dans l'inquiétude. Il se plaint parfois de troubles divers qui lui servent plus ou moins d'excuse. Il a mal à la tête; il a des palpitations; il a des troubles digestifs. On dit qu'il est instable. Au fond, tout se ramène à des difficultés d'adaptation.

Le jeune homme qui commence à travailler se trouve un peu dans la situation de l'enfant qui va à l'école pour la première fois. Comme l'enfant, il doit se détacher de

sa famille, rencontrer des responsabilités nouvelles, apprendre à accepter des compagnons pour être à son tour accepté.

L'homme ne peut vivre seul. Il a en lui le désir d'appartenir à un groupe ou à une classe sociale. Il ressent la nécessité de jouer un rôle dans le monde, petit ou grand, qui l'entoure. Si cette tendance est bloquée, il souffre. Il se sent rejeté, incompris. Et il ne voit pas que le mal est d'abord en lui. Ce n'est pas le milieu qui le repousse : c'est sa personnalité qui l'empêche de s'adapter.

Le mariage

Comment cet éternel insatisfait ne rencontrerait-il pas de difficultés s'il venait à se marier ! Le mariage est une autre de ces étapes de la vie, la plus importante. On n'aurait pas idée de construire un pont ou de pratiquer une opération à moins d'être ingénieur ou chirurgien. Et cependant, on admet de vivre avec un autre être, de fonder un foyer sans préparation particulière. C'est une grande aventure que de réussir son mariage. Il n'y a pas d'entreprise humaine qui suscite plus de problèmes. Et tous ces problèmes se posent en termes d'adaptation : adaptation dans le domaine sexuel, adaptation des caractères et des goûts, adaptation des buts et des désirs. Le mariage est la récompense de la maturité.

Tant qu'un individu conserve, dans la vie de tous les jours, des réactions infantiles, tant qu'il reste trop préoccupé par ses propres conflits pour pouvoir s'intéresser à la psychologie de l'autre, il n'est pas prêt à se marier. L'amour ne s'apprend pas au cinéma. C'est une réalité quotidienne faite d'innombrables petits ennuis qu'il faut apprendre à surmonter.

Certains jeunes gens se conduisent en aveugles. Ils détestent chez l'autre telle opinion, telle façon d'agir, telle habitude. Mais ils disent "tout s'arrangera lorsque nous serons mariés". Rien ne s'arrangera justement. Le mariage n'est pas une cérémonie miraculeuse et n'a pas la valeur d'une espèce d'exorcisme. L'ivrogne ne devient pas nécessairement sobre, ni la coquette modeste, ni le paresseux actif. Ce serait vraiment trop commode.

Il faut chercher à s'aider et à s'enrichir l'un l'autre sur le plan émotionnel. Dans ces conditions, le mariage devient une source de satisfactions et de joies. Si, dès le début, les époux vivent dans l'incompréhension, ils sont condamnés aux frictions continuelles, aux interminables discussions, aux scènes stériles. Autant de causes d'anxiété et de tension.

Combien de symptômes fonctionnels peuvent être rattachés à un conflit conjugal. L'inadaptation des partenaires manifeste leur attitudes névrotiques. Il suffit souvent de quelques conseils, d'un traitement spécial, pour faire disparaître des symptômes gênants. Dans ces cas, il faut parfois traiter les deux époux et, pour arriver à une formule d'équilibre, les aider à se découvrir dans une atmosphère de respect et d'acceptation.

Les difficultés conjugales correspondent fréquemment à un trouble global de la responsabilité chez l'un ou l'autre des conjoints. Tel mariage vu de l'extérieur peut paraître un succès. Les gens disent du couple: "ils ont vraiment tout pour être heureux, une excellente situation, une jolie maison, des enfants intelligents et en bonne santé". Mais cette surface brillante peut cacher une tension qui un jour ou l'autre, compromettra l'équilibre d'un des époux. Il arrive que cette tension résorbée se reflète sur les enfants.

La famille

On oublie, souvent en se mariant, qu'élever des enfants n'est pas facile. Combien de jeunes femmes connaissent les plus grandes difficultés à s'habituer à leur rôle de mère de famille ? Il y a d'abord, tout un côté matériel dont il faut s'accommoder: l'ennui d'une grossesse, la peur de l'accouchement, les soins qu'exige le nouveau-né, les sacrifices financiers qu'il faut bien s'imposer.

Les jeunes époux ne sont plus seuls au monde. Il ne peuvent pas sortir aussi facilement qu'autrefois. Tout cela signifie un changement de vie et suppose des attitudes nouvelles. Adaptation matérielle d'abord et aussi adaptation psychologique. La femme doit accepter sa maternité, l'homme sa paternité.

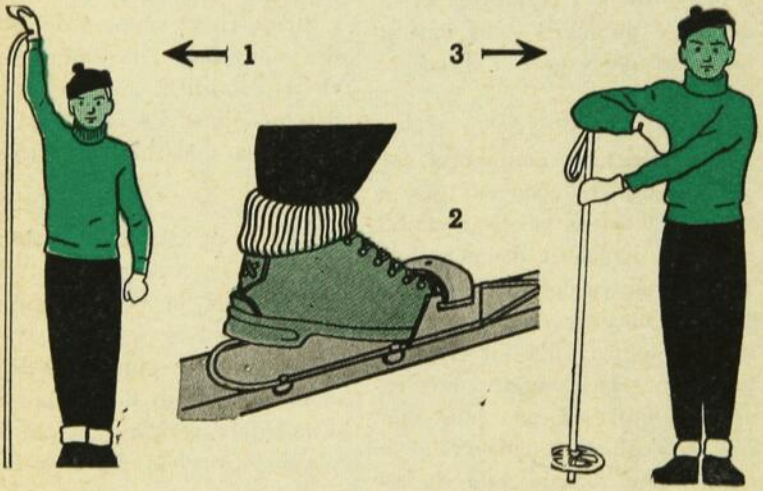
La vie du couple traverse une crise. La crise se dénouera spontanément si la personnalité des conjoints est assez solide. Il n'est pas rare de rencontrer des dépressions à la suite de la naissance d'un enfant, ceci favorisé par l'état physique parfois précaire et les difficultés émotionnelles.

Travail, mariage, famille... l'individu avance sur le chemin de la vie. Si, au départ, son adaptation est bonne, il sera en mesure de livrer d'autres combats. Les problèmes ne manqueront pas. Ce sera l'accumulation des petits ennuis à l'usine ou au bureau. Ce seront les inévitables problèmes provoqués par l'éducation des enfants et la stabilité du mariage.

(*suite à la page 111*)

Technique élémentaire

Pour ceux qui aiment le ski et qui débutent dans ce merveilleux sport, "sport technique" présente quelques principes élémentaires. Ces pages ne couvrent pas toute la "technique" du ski, mais offrent quand même un bon départ à celui qui voudra en tenir compte.



1. Les SKIS :

Les meilleurs sont en noyer ou en contre-plaqué. Debout, bras tendu à la verticale, l'extrémité du ski doit toucher ta main.

2. FIXATIONS :

Elles doivent tenir solidement le pied tout en restant souples. A toi de choisir celles qui te conviennent le mieux.

3. BATONS :

Aussi légers que possible. Placés sur la pointe, ils doivent atteindre le coude de ton bras à la position horizontale.

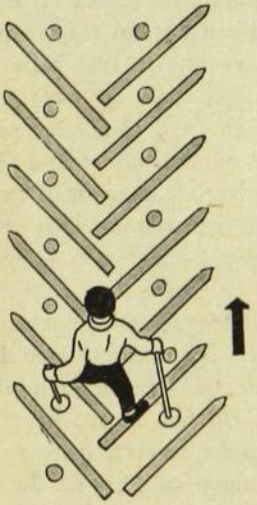
4. Voici comment on effectue un virage sur place.

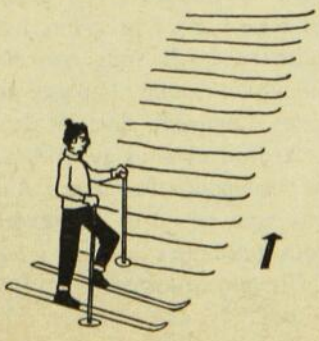
5. L'ascension en "V" est assez difficile, mais quand même bonne pour les petites côtes.

6. MONTE EN ESCALIER :

Place tes skis parallèles et horizontalement par rapport à la pente. Lève le ski supérieur et place-le plus haut, ramène l'autre ski à la place du premier.



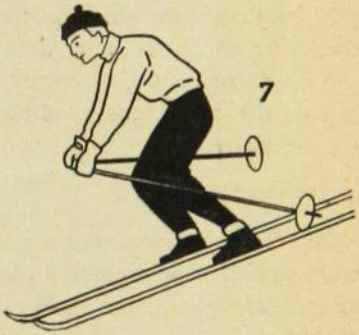




7. DESCENTE SIMPLE :

Descends dans le sens de la pente, tes skis rapprochés, le poids de ton corps également réparti sur les 2 skis.

8. Incline légèrement le buste vers l'avant et fléchis les chevilles et les genoux. Ne laisse pas traîner tes bâtons !





S'ASSURER POUR COMBIEN?

C'EST à vous et à votre conseiller en assurances de décider le genre et la somme de protection qu'il vous faut. En principe, pour protéger vos biens contre la perte ou la destruction, vous devriez les assurer à leur pleine valeur. Si vous prenez une assurance de responsabilité envers les tiers, le montant devrait être suffisant pour vous protéger dans le cas où vous seriez tenu de payer certains dédommagements. Quant à l'assurance couvrant les frais de maladie ou d'accident, ou l'assurance qui doit vous indemniser en cas de perte de salaire ou de revenus, c'est encore à vous de décider ce que vous estimez nécessaire.

Assurance feu

Dans le cas de l'assurance sur les meubles et effets personnels, il n'est pas excessif, aujourd'hui, de la calculer d'après une moyenne de $1,000 par pièce. Ce montant doit évidemment varier selon les meubles et effets que vous possédez en réalité, mais il représente la valeur des meubles et effets personnels dans un foyer moyen. Pour une maison de six pièces, il faudrait donc assurer le contenu pour $6,000 et prévoir en plus le coût des fourrures, vêtements, bijoux, livres précieux, objets d'art et de toute autre chose qui n'est pas ordinairement remplaçable sur le marché normal. La maison elle-même devrait être assurée pour une somme correspondant au prix qu'on en obtiendrait normalement si on la vendait. Il n'est ni sage ni prudent d'assurer une maison pour $5,000 parce que c'est le prix qu'on l'a payée en 1935, alors que cette maison se vendrait aujourd'hui $15,000. En somme, le montant de l'assurance doit tenir compte de la valeur de la chose assurée selon les prix actuels.

A la longue, les compagnies d'assurance ont constaté que la plupart des gens s'assurent insuffisamment. Un bon moyen de savoir si le contenu de votre maison est suffisamment assuré, c'est de dresser l'inventaire de chaque pièce. Inscrivez le prix que vous avez payé pour chaque article, ou un prix aussi approximatif que possible ; en regard de ce prix, inscrivez ensuite ce qu'iil vous en coûterait aujourd'hui pour remplacer ces articles. Comparez alors les deux totaux ainsi obtenus avec les limites de votre police d'assurance. A moins que vous ne soyez une exception, vous constaterez que vous n'êtes pas suffisamment assuré.

Responsabilité envers les tiers

En déterminant le montant de votre assurance de responsabilité envers les tiers, vous feriez bien d'étudier tous les risques auxquels vous êtes exposé. Vous savez comme un accident est vite arrivé. Ainsi, vous faites une fausse manoeuvre au volant en entrant dans l'allée de votre garage et vous fauchez le coin de la haie de votre voisin : vous auriez pu, du même coup, blesser l'enfant de ce voisin. Ou encore, votre voisin vient vous aider à réparer votre toit : il monte sur une échelle, mais l'échelle se rompt et il se blesse. Ou encore, le laitier glisse sur votre perron et se fracture une jambe . . .

Il y a quelques années, un accident de ce genre ne vous aurait coûté que le prix des soins médicaux et des dépenses accessoires. Aujourd'hui, il est probable que la victime vous réclamera non seulement ces dépenses, mais aussi une indemnité pour les souffrances endurées et l'incapacité partielle, temporaire ou permanente pouvant découler de cet accident.

Les réclamations en dommages, dans de tels cas, ne diminuent pas. Bien au contraire, avec la diminution du pouvoir d'achat du dollar, avec le coût élevé de la vie et la cherté de tous les services, il y a lieu de croire que ces réclamations n'ont pas encore atteint leur maximum.

Une maison, une automobile, un commerce : tout cela vous expose à des réclamations en dommages de la part des autres, en cas d'accident. Malgré toutes les précautions possibles, il se produit chaque jour des accidents et ceux-ci provoquent des réclamations. La seule certitude que vous pouvez avoir, c'est celle qu'une assurance pour un montant suffisant vous empêchera d'être ruiné si jamais vous êtes tenu responsable d'un accident grave.

Table de multiplication

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
2	4	6	8	10	12	14	16	18	20	22	24	26	28	30
3	6	9	12	15	18	21	24	27	30	33	36	39	42	45
4	8	12	16	20	24	28	32	36	40	44	48	52	56	60
5	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75
6	12	18	24	30	36	42	48	54	60	66	72	78	84	90
7	14	21	28	35	42	49	56	63	70	77	84	91	98	105
8	16	24	32	40	48	56	64	72	80	88	96	104	112	120
9	18	27	36	45	54	63	72	81	90	99	108	117	126	135
10	20	30	40	50	60	70	80	90	100	110	120	130	140	150
11	22	33	44	55	66	77	88	99	110	121	132	143	154	165
12	24	36	48	60	72	84	96	108	120	132	144	156	168	180
13	26	39	52	65	78	91	104	117	130	143	156	169	182	195
14	28	42	56	70	84	98	112	126	140	154	168	182	196	210
15	30	45	60	75	90	105	120	135	150	165	180	195	210	225
16	32	48	64	80	96	112	128	144	160	176	192	208	224	240
17	34	51	68	85	102	119	136	153	170	187	204	221	238	255
18	36	54	72	90	108	126	144	162	180	198	216	234	252	270
19	38	57	76	95	114	133	152	171	190	209	228	247	266	285
20	40	60	80	100	120	140	160	180	200	220	240	260	280	300
21	42	63	84	105	126	147	168	189	210	231	252	273	294	315
22	44	66	88	110	132	154	176	198	220	242	264	286	308	330
23	46	69	92	115	138	161	184	207	230	253	276	299	322	345
24	48	72	96	120	144	168	192	216	240	264	288	312	336	360
25	50	75	100	125	150	175	200	225	250	275	300	325	350	375
26	52	78	104	130	156	182	208	234	260	286	312	338	364	390
27	54	81	108	135	162	189	216	243	270	297	324	351	378	405
28	56	84	112	140	168	196	224	252	280	308	336	364	392	420
29	58	87	116	145	174	203	232	261	290	319	348	377	406	435
30	60	90	120	150	180	210	240	270	300	330	360	390	420	450
31	62	93	124	155	186	217	248	279	310	341	372	403	434	465
32	64	96	128	160	192	224	256	288	320	352	381	416	448	480
33	66	99	132	165	198	231	264	297	330	363	396	429	462	495
34	68	102	136	170	204	238	272	306	340	374	408	442	476	510
35	70	105	140	175	210	245	280	315	350	385	420	455	490	525
36	72	108	144	180	216	252	288	324	360	396	432	468	504	540
37	74	111	148	185	222	259	296	333	370	407	444	481	518	555
38	76	114	152	190	228	266	305	342	380	418	456	494	532	570
39	78	117	156	195	234	273	312	351	390	429	468	507	546	585
40	80	120	160	200	240	280	320	360	400	440	480	520	560	600
41	82	123	164	205	246	287	328	369	410	451	492	533	574	615
42	84	126	168	210	252	294	336	378	420	462	504	546	588	630
43	86	129	172	215	258	301	344	387	430	473	516	559	602	645
44	88	132	176	220	264	308	352	396	440	484	528	572	616	660
45	90	135	180	225	270	315	360	405	450	495	540	585	630	675
46	92	138	184	230	276	322	368	414	460	506	552	598	644	690
47	94	141	188	235	282	329	376	423	470	517	564	611	658	705



L'alimentation de votre enfant

PAR LE DOCTEUR DAGENAIS PERUSSE

La PEDIATRIE est la science médicale destinée à l'enfant, de la naissance à la puberté. Ce qui la différencie du reste de la médecine, c'est qu'elle est la seule à s'intéresser à la croissance et au développement.

Sa conclusion, c'est de conduire l'enfant à la maturité avec un état optimum de développement physique, mental et social.

La suralimentation de l'enfant

De nos jours, les mères ont tendance à surnourrir leur enfant. Elles s'imaginent que si leur enfant est gras, gros et grand, c'est là leur succès. Ceci est faux puisqu'on réalise aujourd'hui qu'une personne grasse, grosse et grande a une moyenne de vie plus courte que la personne qui est maigre. De plus, certaines mères se fient aux régimes donnés par des voisines.

Adaptation de l'aliment à l'enfant

C'est vers 1910 qu'on commença à donner des carottes aux enfants en bas âge, alors que jusque là on ne les nourissait que de liquide et de bouillies. Alors commença une évolution de l'enfant qui jusqu'alors ne mangeait pas pendant les 9 premiers mois. Dans l'ensemble, aujourd'hui ce qui nous intéresse, ce n'est pas la sous-alimentation mais la sur-alimentation. Les besoins de l'alimentation varient avec chaque enfant; quelles sont nos erreurs à ce sujet ?

Si l'on part de l'enfant qui absorbe tout... certaines mères se fient à ce que l'enfant aime ou n'aime pas manger pour le nourrir. De plus, à Montréal, 70% des enfants reçoivent une alimentation selon des formules imprimées et distribuées en série.

Alimentation de 3 semaines à 6 mois

L'alimentation de l'enfant se fait d'après son évolution, d'après les conditions de vie de ses parents et enfin, d'après le milieu d'où il vient. Les mères ont tendance à accepter les conseils de mé-

decin à peu près. Elles se contentente de suivre 4 ou 5 conseils reçus.

Les enfants peuvent en général recevoir les aliments suivants :

D'abord des céréales précuites auxquelles on a ajouté des vitamines et du fer, puis les fruits et les légumes tamisés. Ensuite, viennent les viandes. Mais attention, même si l'enfant peut les ingurgiter à 2 ou 3 mois, ils en ont pas besoin avant 5 ou 6 mois. De plus, le lait de vache, le plus employé, contient déjà deux fois plus de protéines que le lait maternel, d'où on peut dire deux fois plus de protéines que ce dont l'enfant a besoin. C'est donc s'ennuyer de problèmes inutiles que de donner de la viande trop tôt. Enfin, autour de 6 mois, on peut penser au jaune d'oeuf.

A partir de 6 mois, l'enfant doit manger comme nous autres

C'est là que commence le danger de la sur-alimentation. Quoi donner ou ne pas donner à l'enfant ?

Depuis 1930, le système des aliments en conserve prend beaucoup de vogue. Le Canada est le pays ou la surveillance des conserves est la meilleure dans le monde entier. Si vous lisez PREMIERE QUALITE sur la boîte, c'est vrai. Comme les enfants n'aiment pas les aliments en grumeaux, il faut donc leur donner des aliments intermédiaires : aliments en conserve, en purée.

Aliments à éviter

Evitez les aliments inutiles ou incomplets tels que : la pomme de terre qui contient de l'eau et du sucre, le pain qui est un farineux, les tartes, les pâtisseries.

Ce qu'ils ne faut pas faire manger à l'enfant

Tous les aliments excitants, qui ne sont pas adaptés au système digestif de l'enfant, qui l'épuisent : épices, cornichons dans le vinaigre, etc. . ., le porc, sauf le jambon. Les aliments de porc ne sont pas digestibles à cause des graisses abondantes qu'on y trouve et, à redouter à cause des parasites qu'ils transportent. Eviter aussi les fritures parce que le gras est très mal absorbé par l'enfant; de plus la digestion en est trop difficile. Eviter les viandes hachées, telles que saucisses, car la digestion se fait en premier lieu par la salive et ces aliments ne sont pas assez salivés par l'enfant . . .

Atmosphère de repos

L'individu n'est pas fait pour manger au saut du lit. Il est préférable d'attendre ½ heure au moins pour lui offrir son déjeûner. Le lever doit se faire avec le lever du soleil, entre 6 h. 30 et 7 h.

30 du matin et il ne faut pas coucher l'enfant de moins de 5 ans après 7 h. 30 du soir. Etant donné que la digestion dure environ une heure, il est recommandé de faire reposer l'enfant après son repas. Ceci demande un horaire fixe. Eviter de donner des aliments à l'enfant entre les repas, excepté de l'eau.

Considérons que l'enfant se réveille à la vie, c'est-à-dire, qu'il réalise très tôt qu'il vit en société, il cherche alors à impressionner ses voisins. Pour lui, ses parents sont des spectateurs, il peut refuser de manger pour les impressionner et beaucoup de parents sont dupes de leur petit monde.

QU'EST-CE QUE L'ENFANT DOIT MANGER JUSQU'A 7 OU 8 ANS ?

Une alimentation normale

LE MATIN: des céréales, des rôties, des fruits.

LE MIDI : uu bouillon ou soupe maigre, 2 légumes bouillis, pâtes alimentaires s a n s sauce aux tomates, viandes grillées mais s a n s sauce. Puis pour finir, un dessert tel que costardes, jellos, fromages, bananes ou autres fruits.

LE SOIR : pas de viande mais des oeufs, des nouilles sans sauce aux tomates, spaghetti, macaroni, des mets aux riz, jellos instant-pouding, rôties, frômages, fruits.

Le lait

Personne ne discute l'importance du lait maternel, car nous savons tous qu'il est recommandé pour le bébé naissant. Seulement 5% de nos mères canadiennes nourrissent leurs enfants. Elles ne manquent pas de courage, mais la vie moderne s'y oppose, ainsi que l'attention exagérée qu'elles attachent à leur physique pour faire face à la compétition. Le monde moderne en est responsable. "On ne rencontre plus les femmes qu'on avait" !

Le lait de vache contient deux fois plus de PROTEINES que celui de la mère. Cependant, comme la nature pourvoit à tout, si ces protéines sont en moins dans le lait maternel, c'est que l'enfant n'en a pas besoin. Dans le lait, il manque un élément essentiel à la

nutrition de l'enfant et c'est le FER. On le trouve en très grande quantité dans le JAUNE DE L'OEUF. Il est nécessaire à l'enfant. L'alimentation au lait convient à l'enfant jusqu'à 6 mois, Modérer l'emploi du lait après ce temps. Le lait est une substance vivante qui transporte des BACTERIES susceptibles de donner des entérites. Le lait de vache est aussi allergissant et il aurait une action dans des maladies telles que asthme, urticaire, migraines. Le lait par ses protéines est un aliment important. Il contient en plus des corps gras qui rendent quelquefois la digestion difficile. Le lait contient moins de calcium qu'on veut bien le dire, et surtout il ne contient pas de fer ni de cuivre. Le lait a le mal de se boire frais à toute heure du jour et par conséquent, enlève tout l'apétit pour d'autres aliments et l'enfant ne mange pas régulièrement à l'heure des repas. Il s'ensuit que l'enfant peut souffrir d'ANEMIE. On suggère alors l'usage modéré de lait : ½ verre après les repas si l'enfant en a le goût. A la rigueur le remplacer par un jus de pomme, ou un jus de fruit. Le lait qui a gelé ne doit pas être donné à l'enfant, il occasionne la diarrhée (causée par des cryobactéries qui se multiplient à l'état de gel).

Les breuvages normaux

L'eau dont nous avons grand besoin, une pinte par jour. Le JUS de fruits après les repas. Entre les repas, le lait n'est pas recommandé puisqu'il diminue l'appétit de l'enfant; il est donc préférable de ne donner que de l'eau.

Les vitamines

De nos jours beaucoup de nos aliments contiennent des vitamines de surplus. Les besoins seraient ainsi passablement assurés. Cependant, par précaution on donne un surplus de vitamines A-D-C. Les formules qui nous sont offertes avec des notes longues comme le bras, ne sont nécessaires que pour certains cas bien spécifiques. Ne vous laissez pas "prendre", sauf si votre médecin vous le prescrit.

L'air est aussi nécessaire qu'une bonne alimentation

Bien des mères ne sortent jamais leurs enfants de novembre à la fin de mars par négligence ou parce qu'elles ne veulent pas se déranger pour l'habiller. Elles lui font manquer des heures au soleil qui lui sont indispensables. De plus, il ne faut pas trop habiller l'enfant qui joue dehors car c'est à ce moment que par activité, il brûle le plus de ses réserves et produit le plus de chaleur.

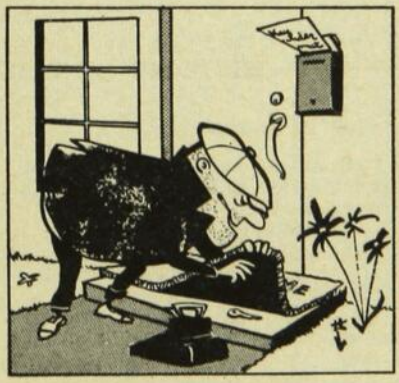
Nos amis, les voleurs !



1) Il y a des gens pour qui le chômage n'existe pas. On doit les forcer à arrêter de travailler ! ... Tout le monde les invite ; ils sont les bienvenus dans nos foyers. Ce sont nos amis : les voleurs !



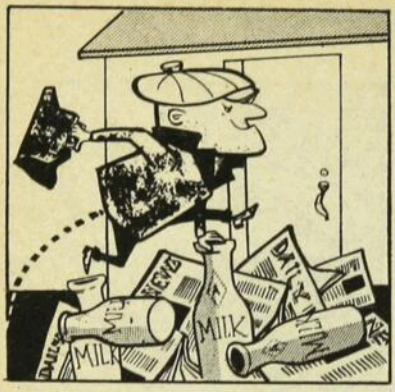
2) Grâce à la sollicitude que le public leur porte, ils réussissent, d'année en année, à battre leurs propres records : maisons cambriolées, porte-monnaie enlevés, serrures et coffres-forts forcés, ils accumulent au total des sommes fabuleuses. Rien n'est à leur épreuve.



3) Avouons que nous y mettons de la bonne volonté ! Ainsi, c'est leur faciliter la tâche que d'indiquer à ses amis qu'on est allé à tel endroit, qu'on revient dans trois heures et que la clé est sous le paillasson !



4) Une protection élémentaire contre les voleurs, c'est de posséder une bonne serrure de sûreté. Dans certaines maisons, on y ajoute même un verrou ou une chaîne protectrice. De plus, il faut vérifier chaque année si les fenêtres ferment complètement lorsqu'on quitte la maison.



5) Mais le temps béni des voleurs, c'est sans contredit l'époque des vacances. Ce n'est pas malin de voir que monsieur X... est parti et qu'on peut travailler en paix quand lui-même nous l'indique en laissant s'accumuler pintes de lait, courrier et journaux. Pourquoi ne pas avoir prévenu le facteur et les autres fournisseurs réguliers ?



6) Les voleurs sont des gens qui n'aiment pas à travailler au grand jour. Ils préfèrent l'ombre et l'obscurité. Et le meilleur tour à leur jouer, n'est-ce pas de laisser une lumière allumée toute la nuit dans une des pièces de la maison ?...

HISTOIRE DE RIRE

• Chat et souris

Un automobiliste écrase un chat, s'arrête et frappe à la petite cabane isolée sur le bord de la route. Une vieille lui ouvre :

— Madame, je viens d'écraser votre chat. Je suis désolé, mais je suis prêt à le remplacer.

— Alors, dépêchez-vous, il y a justement une souris qui gratte derrière la commode !

• Naïveté

— Maman est-ce que je peux aller jouer dans le jardin ?

— Comment, avec ce pantalon tout troué ?

Non, avec mes petits amis.

• A la douane

Pour ne pas payer la douane, un marin a enfermé un perroquet dans un sac.

— Qu'avez-vous là-dedans, interroge le douanier.

— Bah, fait négligemment le marin, c'est de la ferraille.

— Bon, dit le douanier... Et il donne un coup de pied dans le sac.

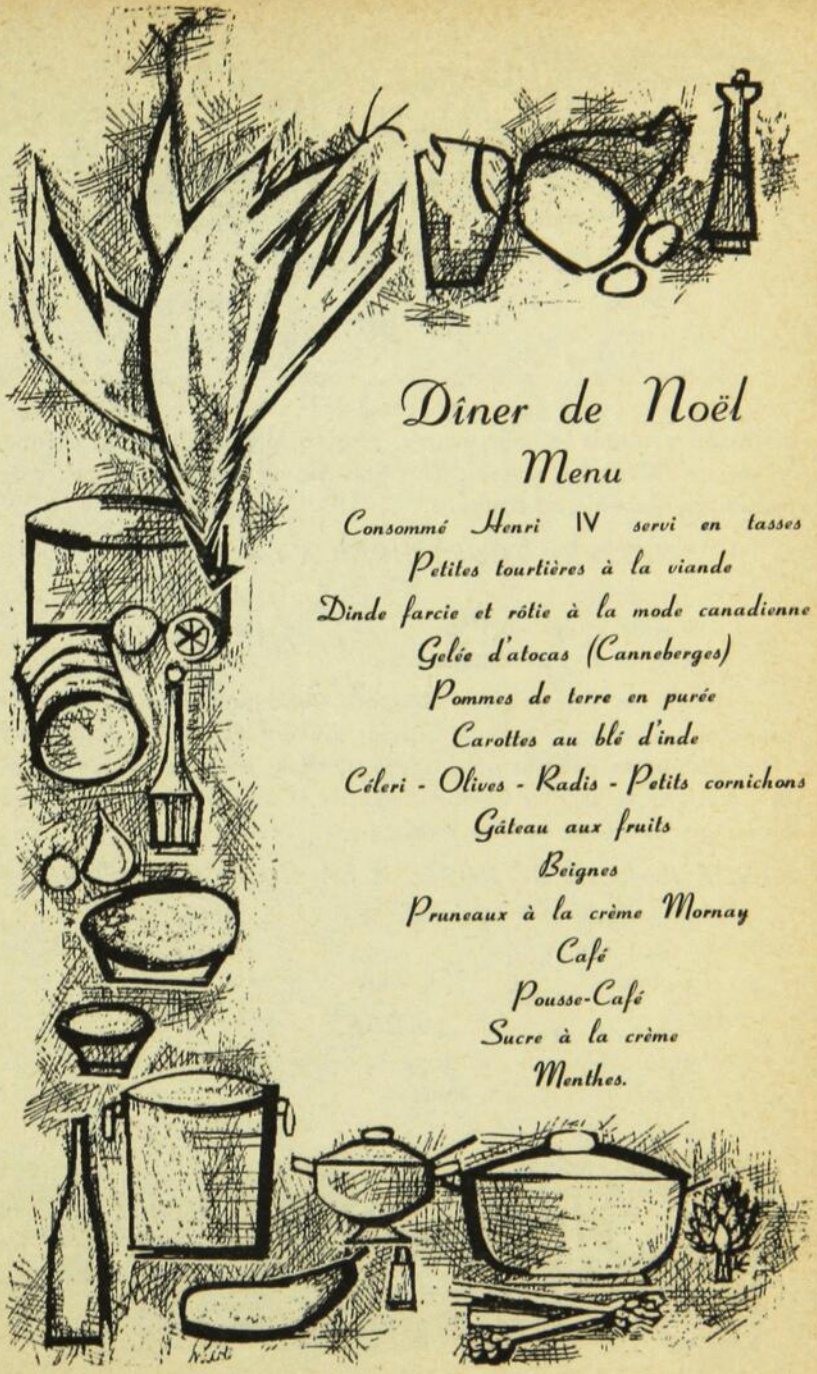
— Bing ! fait le perroquet.

• Logique

Un monsieur distrait passe la douane :

— Liqueur ? Alcool ? Tabac ? Cigarette ?

— Merci, une tasse de café noir !



Dîner de Noël

Menu

Consommé Henri IV servi en tasses

Petites tourtières à la viande

Dinde farcie et rôtie à la mode canadienne

Gelée d'atocas (Canneberges)

Pommes de terre en purée

Carottes au blé d'inde

Céleri - Olives - Radis - Petits cornichons

Gâteau aux fruits

Beignes

Pruneaux à la crème Mornay

Café

Pousse-Café

Sucre à la crème

Menthes.



CONSOMMÉ HENRI IV

1 poule		1 bouquet garni
4 pintes d'eau	Sel	⅛ c. à thé d'épices mêlées

Mettre dans une marmite l'eau, la poule à laquelle on a enlevé la peau, le bouquet garni, les épices et le sel. Laisser consommer, à petit feu pendant (5) cinq heures jusqu'à réduction de deux pintes et demie (2½). Dégraisser. Clarifier. Servir dans des tasses avec accompagnements de croûtons.

PETITES TOURTIÈRES À LA VIANDE

Pâte brisée	1 oignon
Viande à tourtière	Sel et Poivre
4 livres de porc dans la fesse	Eau

Hacher la viande avec l'oignon. Cuire parfaitement avec un peu d'eau dans un chaudron. brasser souvent. Foncer de petits moules à tartelettes avec la pâte brisée. Remplir avec la viande refroidie. Couvrir avec des bandes de pâte. Cuire à four très chaud. Servir une tourtière par convive.

DINDE FARCIE ET RÔTIE À LA MODE CANADIENNE

1 dinde de 15 à 16 livres		1 carotte
lard salé		beurre,
1 oignon,	farce	eau ou bouillon.

FARCE

Purée de pommes de terre	Sariette
Abatis de la dinde : gésier	Sel
Coeur et foie	Poivre





MODE DE PRÉPARATION

Faire une purée de pommes de terre. Joindre les abats cuits et passés au moulin à viande. Assaisonner de sariette, de poivre et de sel. Remplir la dinde avec cette farce. Brider et larder. Déposer dans une lèchefrite contenant du lard salé rôti, du beurre, une carotte et de l'oignon. Joindre de l'eau et du bouillon. Couvrir d'un morceau d'aluminium en bordant seulement les côtés ou les bouts de la rôtissoire. Afin de permettre de dorer uniformément, enlever le morceau d'aluminium une heure avant la fin de la cuisson.

TABLEAU DE CUISSON
(four à 325°F)

POIDS		DURÉE	
dindons	12 à 16 livres	5 à 6	heures
	16 à 20 livres	6 à 7½	"
	20 à 24 livres	7¼ à 9	"
demi-dindons	8 à 10 livres	4 à 4½	"
	10 à 12 livres	4½ à 5	"

CAROTTES AU BLÉ D'INDE

Carottes		Blé d'inde
Eau		Jus de viande
Sel	Persil	Chapelure

Râtisser les carottes, les diviser en tronçons d'égale grosseur, les cuire à l'eau salée, creuser les centres, les remplir de blé d'inde. Saler. Saupoudrer de chapelure. Arroser de jus de viande. Gratiner au four. Décorer de persil.





PRUNEAUX À LA CRÈME

1 livre de pruneaux,
¾ tasse de sucre,
1 tasse d'eau,
1 tasse de vin,
1 bâton de cannelle

GARNITURE

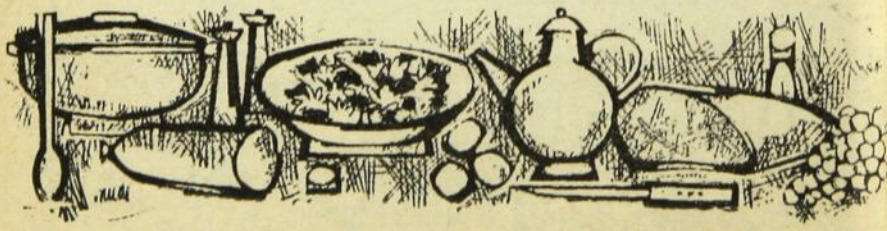
2 tasses de crème à fouetter,
½ tasse de sucre.
⅛ c. à thé de cannelle

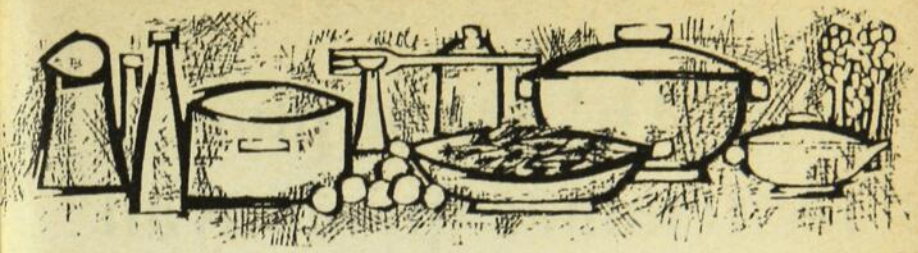
Laver les pruneaux, les faire tremper une nuit dans l'eau. Cuire à petit feu dans le vin sucré et aromatisé à un bâton de cannelle. Laisser refroidir. Enlever les noyaux. Hacher les pruneaux. Dresser en pyramide dans un plat rond. Fouetter la crème. Joindre le sucre et la cannelle. Masquer les pruneaux avec cette crème. Décorer le dessus du plat de cerises vertes et rouges.

BEIGNES

4 oeufs
2 tasses de cassonade
1½ tasses de lait
½ c. à thé de sel.
gros comme 1 oeuf de beurre
2 c. à thé de poudre à pâte par tasse de farine
environ 5 tasses de farine

Battre les oeufs, ajouter la cassonade, le lait et le beurre fondu. Tamiser la farine avec la poudre à pâte et le sel. Verser graduellement la farine dans le mélange liquide. Etendre la pâte, la tailler. Faire cuire dans la friture (2 livres de shortening) Glacer ou sucrer





AUTRE RECETTE DE BEIGNES

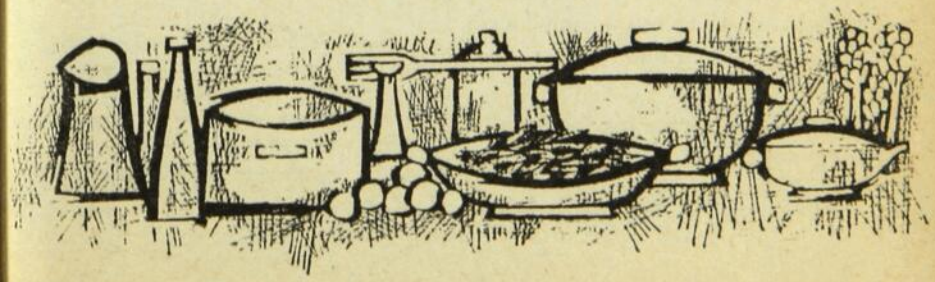
4 tasses de farine
4 c. à thé de poudre à pâte
½ c. à thé de sel
¼ c. à thé de muscade.
2 oeufs entiers
1 tasse de sucre
2 c. à table de beurre ou graisse fondue

Tamiser les éléments secs. Faire une pâte molle en ajoutant 1 tasse de lait et ½ c. à thé de jus de citron. Si la pâte est trop lourde, ajouter du lait. La pâte doit être collante. Mettre au réfrigérateur ½ heure ou 1 heure. Rouler et tailler. Faire cuire dans une friture profonde à 375 degrés.

SUCRE À LA CRÈME

1 boite de lait condensé
3 tasses de sucre blanc.
¾ de boîte d'eau bouillante (se servir de la boîte vide de lait condensé)

Cuire sur feu doux jusqu'à ce que le sucre fasse une boule molle dans l'eau froide (environ 25 minutes). Aromatiser avec 1 c. à thé de vanille. On peut ajouter ½ tasse de noix hachées. Brasser pour mettre en sucre.



"Ah! On a plus les femmes qu'on avait"

PAR THÉRÈSE VIGEANT

Ce "dicton" circule partout dans les rues, les autobus, les salons et même dans diverses classes de la société.

En se plaçant dans notre monde, en 1962, on voit d'un oeil inquisiteur la surprise, l'émerveillement ou le découragement de nos grand' mères face aux réalités de la vie actuelle et de ses exigences.

Soit ! on ne veut rien enlever au courage qu'elles ont manifesté pour vivre leur propre vie. Elles ont été des épouses de devoir, des mères dévouées avec un sens inné de leurs responsabilités. Elles étaient les femmes qu'il fallait ; elles se sentiraient probablement inaptes à la tâche qui incombe aux femmes d'aujourd'hui.

Mais ! Nous avons les femmes qu'il nous faut . . .

Pour justifier cette affirmation j'ai interviewé une amie dont l'expérience vécue sera très utile à de nombreuses femmes ouvrières.

Voici son témoignage.

— *"Bonjour Jacqueline comme il fait bon chez toi.*

— Bonjour, ton téléphone m'a posé des points d'interrogation . . . je t'assure.

— *Et bien, puisque j'ai piqué ta curiosité, allons droit au but de ma visite. Ton mari est un homme bien occupé. Je le sais. Alors pour rendre service à d'autres femmes, placées dans les mêmes conditions que la tienne, j'aimerais savoir ce que tu penses des activités de ton mari ?*

— Pour être bien franche avec toi, au début je n'aimais pas cela . . . je me sentais délaissée. Une espèce de jalousie me faisait prendre en grippe les associations qui accaparaient mon mari.

— *Tu as changé d'idée aujourd'hui ?*

— Oui, mais ce fut assez long et je t'assure que mon mari fut très patient pour me faire accepter ses sorties, d'autant plus que j'étais bourrée de préjugés vis-à-vis toutes les organisations ouvrières.

— D'où provenaient tes préjugés ?

— De moi-même d'abord et de plusiuers dames avec lesquelles je suis en contact.

— Sur quoi se basaient tes soi-disant préjugés ?

— D'abord, tu sais, mon mari travaille dans l'usine X. Il y a deux ans, lorsque les unions sont entrées à l'usine, il a été congédié comme promoteur dans l'organisation du syndicat. Heureusement, après la signature du contrat entre la Compagnie et les employés, il fut réengagé. C'est te dire que durant ses trois mois de chômage, à cause de ses activités syndicales, j'étais très inquiète du lendemain, de son avenir à lui, et de celui des enfants. L'inquiétude qui nous envahit, en ces moments-là, nous empêche de voir clair. Je fus très injuste pour mon mari en l'accablant de paroles malveillantes, amères, je l'ai parfois ridiculisé comme la femme du saint homme Job, quoi ! Excuse si je te raconte des détails, mais il me semble que je rends justice à mon mari aujourd'hui, en reconnaissant mes torts.

— Comment peux-tu dire tes torts *si tu ne connaissais pas les buts des unions et leur nécessité dans la classe ouvrière.*

— Voilà, tu mets le doigt sur le bobo. Je me refusais à admettre que lui doive se sacrifier et sacrifier sa famille pour les autres, pour le bien de l'ensemble, comme il m'expliquait alors.

— Et, maintenant que le gros coup est donné, aujourd'hui, quels sont tes sentiments à l'égard de ses activités ?

— Mes sentiments ! Je suis une "vraie" femme de syndiqué et il a tout mon appui. Je puis te dire qu'il ne s'est pas arrêté là et je l'encourage !

— Que veux-tu dire ?

— En plus d'avoir accepté une responsabilité importante dans l'union il a organisé des comités de loisirs et des comités de groupe permettant aux ouvriers de discuter entre eux de leur travail.

— Il est responsable de tout cela ?

— Non, pas aujourd'hui, il a nommé, après quelques mois, des hommes pour prendre en charge ces responsabilités. Ces comités furent mis sur pied à la demande des ouvriers eux-mêmes, paraît-il !

— Une autre question seulement, afin de ne pas abuser de ton amabilité. Toi, que fais-tu pour collaborer avec ton mari car j'imagine que tu as pris goût à ces activités ?

— Je ne voulais pas t'en parler, par amour propre peut-être, mais puisque tu me pousses au pied du mur, je t'avouerai une expérience faite la semaine dernière. J'ai invité quelques femmes des compagnons de travail de mon mari. Tout en prenant un café, nous avons échangé sur la nécessité des unions ouvrières et de nos possibilités de collaboration comme femme pour appuyer et seconder les hommes dans la prise de leurs responsabilités sur le plan social.

— Je te félicite de cette initiative. Crois-tu que ce geste pourrait se répéter par d'autres femmes ?

— Pourquoi pas ! tu sais comme moi que lorsqu'une femme a compris, sa générosité est très grande !"

●

J'ai quitté cette amie, heureuse de l'avoir revue après un silence prolongé, et fort impressionnée par son aplomb.

A la suite de cette rencontre je me suis fait quelques réflexions. Je vous les transmets en vrac.

Jacqueline a compris que 8 heures de travail par jour n'est pas tout dans la vie d'un homme. Bien des côtés viennent se greffer à cette vie de travail : telles les activités qui en font partie et qui rendent plus humains les hommes entre eux.

Cette amie a fait cette découverte admirable qu'elle était "quelqu'un" pour son mari, quelqu'un de complémentaire. Sa mission à elle était d'épouser la mission de son mari, et d'y croire, souvent plus fortement et plus longtemps que lui-même. Au lieu de bouder la profession de son mari elle devait se faire son inspiratrice, sa collaboratrice, non en ce sens qu'elle devait faire ce qu'il fait, mais qu'auprès d'elle il devait trouver le repos, reprendre confiance en lui-même et dans son oeuvre.

Bien plus se sachant complémentaire de l'homme dans le mariage, elle se devait d'exercer cette influence à la dimension de toute la société.

En effet ce que la femme est à l'homme dans la construction du foyer elle doit l'être à la société dans la construction du monde. N'est-ce pas là sa véritable promotion de femme ?

La promotion de la femme, — n'est-ce pas pour elle prendre conscience de sa responsabilité du monde ? N'est-ce pas accepter d'y être présente et d'y jouer son rôle propre, et cela à tous les plans de la société, de la plus petite cellule aux plus grands ensembles ?

Ainsi sera réussi le monde dont, à l'origine, Dieu a fait au couple humain l'honneur de lui confier la mission.

"Ah ! On n'a plus les femmes qu'on avait". C'est faux, ce "dicton" ! *"Nous avons les femmes quil nous faut"* . . .



• Climat

— C'est bon, en Floride, Monsieur Albert.

— Eh oui ! le climat est merveilleux, chez nous. Personne ne meurt !

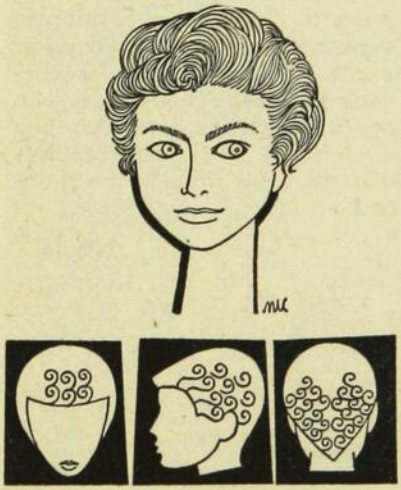
— Mais j'ai vu passer un enterrement tout à l'heure ?

— C'était l'entrepreneur des Pompes Funèbres. Il est mort de faim !

Votre chevelure

Combien de problèmes ! Je vais essayer de vous les résumer. Tout d'abord, il faut comprendre que la chevelure est l'une des plus belles parures que vous puissiez avoir. Seulement, c'est nouveau pour vous, vous ne savez pas encore très bien vous en servir, quoi ! Et il faut apprendre. Car, quelle que soit votre situation dans la vie et votre état de fortune, il est bien commode pour une femme de connaître ses cheveux, de pouvoir en prendre soin, les faire obéir, sans avoir à recourir au coiffeur. Les artistes, par exemple, qui sont très occupées, savent presque toutes se coiffer elles-mêmes au besoin.





L'essentiel est de garder le cuir chevelu en bonne santé. Un bon shampoing, plusieurs rinçages, avec une petite cuillerée de vinaigre dans la dernière eau (ou un 'cream-rinse") puis vous êtes prêtes à placer vos cheveux.

Vous aurez soin de les faire couper régulièrement, surtout



pour modeler la tête, et ensuite, vous chercherez la coiffure qui vous va le mieux. Elle sera simple, facile d'entretien et doit surtout vous donner une allure soignée. C'est là la qualité primordiale dans l'apparence d'une adolescente. Pas de mèches folles qui traînent sur le cou, de permanente qui vous ferait ressembler à une fille de la tribu des Zoulous! Si vos cheveux sont souples, montez-les sur de gros rouleaux qui leur donneront du bouffant. Les coiffures sont gonflées cette année, mais sans exagération. Si au contraire ils sont épais et lourds, choisissez un style plus classique.

Si votre chevelure est longue, qu'elle soit toujours attachée, de grâce ! Des nattes, des torsades, une queue de cheval, ou encore des bouffes de chaque côté de la tête, roulées et piquées de fleurs ou de rubans pour les grandes occasions. Les cheveux courts seront brossés en coup de vent, à l'italienne, en queue de canard, etc.

J'ai dit : brossés. C'est le mot d'ordre : brossez, brossez, il en restera quelque chose . . . une belle chevelure ! Quant au choix de votre coiffure, il ne doit pas être basé sur un engouement pour telle ou telle de vos vedettes préférées, ou parce que votre meilleure amie se coiffe comme ça. Non, regardez-vous dans le miroir, de face, de dos, de profil. Demandez l'avis de votre mère, elle vous connaît si bien. Tenez, par exemple, avant de décider si vous porterez ou non une frange sur le front, essayez avec une frange de soie ou des bouts de laine de la couleur de vos cheveux — vous couperez après. Si vous aimez les cheveux bouclés, employez les pinces à bouclettes. Avec un peu d'habitude, vous réussirez très bien, j'en suis sûre. Bonne chance !

Nicole

• En retard

Un Américain, au volant de sa voiture, circule à toute vitesse dans les rues de la petite localité de Stratford, en Angleterre. Brusquement, il s'arrête et aborde un passant :

— Arriverai-je par cette route à la maison de Shakespeare ?

— Oui, mais ce n'est pas la peine de tant vous dépêcher, il n'habite plus ici !

• Amendes

Un automobiliste passe sur une lumière rouge. Un policier qui est sur les lieux l'arrête aussitôt.

— Hé l'ami, vous avez passé sur une lumière rouge.

— J'espère monsieur, qu'elle n'est pas cassée.

— Savez-vous qu'il y a des amendes pour ça ?

— Ah oui ! donnez-moi-z-en 2 paniers s'il-vous-plaît.

NOS ENFANTS SONT-ILS HEUREUX ?

PAR SUZANNE ET ADRIEN MALO

Responsables nationaux de l'Orientation des Foyers

— Ca y est, mes enfants, lança madame Lauzon, en brandissant une lettre reçue le matin même. Vos cousins François et Gisèle viendront passer les vacances des fêtes avec nous !

— Pourquoi nous avoir caché cette invitation, demanda Jean ?

— Je voulais vous faire une belle surprise, tout simplement...

— Elle est "chouette" ta surprise, ajouta Pauline, tu es une maman adorable...
Quels projets merveilleux nous pouvons faire pour les vacances !

Madame Lauzon était très heureuse de procurer une telle joie à ses enfants. Elle s'en félicitait. Elle n'aurait pas imposer à Pauline et à Jean la présence de leurs cousins, mais elle savait que cette visite serait goûtée par les quatre jeunes qui se comprenaient si bien. Mais tout cela était secondaire dans son esprit. Son premier motif était tout autre...

Les enfants de sa soeur sont des enfants charmants, intelligents, attachants, mais ils sont nerveux, renfermés, craintifs. Ils vivent dans une insécurité, et ça se voit. Ils ont besoin de changer d'air, de sortir de leur foyer de temps en temps... Curieux, n'est-ce pas de vouloir enlever des enfants de leur foyer surtout durant la période des fêtes ?... Mais s'il y a un moment durant lequel des enfants doivent rencontrer la joie, la paix, l'amour, c'est bien en cette période de l'année... Et cette joie, cet amour, il y en a si peu dans le foyer de François et Gisèle.

Si peu de joie...
Si peu d'amour...

Quand ils se sont mariés, les parents de François et de Gisèle s'aimaient. Il n'y a rien d'extraordinaire à cela. Comme tous les



jeunes mariés, ils croyaient se connaître complètement. Pourtant, ils se sont petit à petit révélés sous des aspects nouveaux. Lui dépensier, exigeant ; elle boudeuse, ... négligente ... Ils n'ont rien dit, mais ils allaient de désappointement en désappointement. De temps en temps, la colère de l'un et de l'autre éclatait. L'aigreur sortait alors blessante, méprisante, et ensuite chacun se refermait jusqu'à la prochaine fois ... Et tous les deux vivaient alors des heures lourdes, déprimantes. Aucune compréhension entre ces époux, aucune tentative pour se resaisir. A ce régime, l'amour loin de grandir diminue fatalement ... Et quand, dans un foyer il n'y a plus d'amour, il n'y a plus de joie, plus de paix ...

C'est dans cette atmosphère que François, Gisèle et les deux autres plus jeunes vivent et grandissent ...et leur mère disait un jour à madame Lauzon : "Si tu savais comme mes enfants sont heureux chez toi. Ils trouvent cela merveilleux de vous voir ensemble toi et ton mari. Toi si aimable, lui attentif et galant ... cela les impressionne, tu comprends. Ils ne sont pas habitués à voir ce spectacle à la maison ... Mais que veux-tu ? Il n'y a jamais eu moyen de s'entendre nous deux. Au moins je fais mon possible pour que les enfants n'en souffrent pas trop . ."

Est-ce possible ...

Est-ce possible que les enfants ne souffrent pas de cet état de chose ? Rejoignons François et Gisèle qui ce soir sont seuls tous les deux au salon. Les deux plus jeunes sont au lit et leurs parents sont absents.

— *Moi je suis assez contente, quand ils sortent tous les leux, dit Gisèle, c'est la seule chance d'avoir la paix ...*

— *Oui, ajouta François .... Quand j'arrive à la maison avec un tas de devoir à faire, et que j'entends papa discuter sur tout et sur rien, ça me fait perdre toutes mes possibilités de travailler sérieusement. Et le lendemain je me fais tomber dessus par le professeur. J'aimerais cent fois mieux être pensionnaire ...*

— *Ce serait dommage pour maman qui compte sur toi pour tant de choses reprit Gisèle. Cette pauvre maman, elle n'a pas beaucoup d'agrément.*

— *A ce compte là papa non plus n'a pas grand plaisir, ... Je me demande, dit François, qu'est-ce qu'il y a de drôle dans le mariage ?*

— *Ce n'est pas toujours comme ça voyons ! On en a déjà*

vu des gens qui s'accordent et qui s'aiment; moi j'aime autant croire que ça peut exister, . . . Tout de même j'ai un peu peur de l'avenir, avoua Gisèle . . .

— *Il y a des jours où je me sens tellement malheureux, confia François. Si on avait donc des parents comme les autres ! . . .*

Tristes conséquences

Avoir peur de l'avenir, être malheureux, se sentir soulagé par l'absence de ses parents tout cela a une signification profonde dans l'âme d'enfants de quinze et seize ans. Ces sentiments laissent deviner tout ce qui peut y avoir au fond d'eux et aussi tout ce qui a manqué au sein de ce foyer pour que ces jeunes puissent s'y développer dans la confiance, l'amour, la sérénité . . . Ils ont pourtant reçu de très bons soins de la part de maman. Papa les a gâtés à maintes occasions. Ils mangent bien, sont habillés comme leurs amis; ils ont même l'argent de poche qui leur permet de se procurer certaines petites fantaisies. Mais pourtant, à certains moments ils ont l'impression que tout leur manque. Ils vivent dans une insécurité qui les rend nerveux, inquiets, malheureux même . . . et cela risque fort de les marquer pour la vie.

Chez les Lauzon

Au début nous avons connu madame Lauzon, nous avons même assisté à un bout de conversation entre elle et ses deux plus vieux Jean et Pauline. Chez les Lauzon, il y a de la joie. Les enfants sont heureux. Ce n'est pourtant pas qu'ils ont tout ce qu'ils désirent. Leurs caprices ne sont pas toujours satisfaits. La vie leur apporte une part de contrariétés, de désappointements comme partout ailleurs. Mais il y a en eux un fond de joie, qui combat avec succès les sautes d'humeur et les petits problèmes.

D'où peut venir cet état d'âme qui les aide dans toutes les circonstances ? Ils ont tout simplement grandi dans un foyer imprégné d'amour.

Leurs parents ont toujours développé entre eux un amour véritable, fait de compréhension, d'attention, de délicatesse. Les enfants ont régulièrement devant eux ce spectacle magnifique d'un grand amour, de deux êtres qui cherchent à se faire plaisir, qui ont sans cesse des paroles aimables l'un pour l'autre. Cet amour profond a fait du foyer un endroit où il fait bon vivre. La confiance y règne, la paix et la sécurité imprègnent tout. En résumé l'atmosphère du foyer aide à l'épanouissement de chacun.

Pour les enfants

Pour faire un succès de l'éducation de leurs enfants il est nécessaire en tout premier lieu que les parents se comprennent et s'aiment. Sans cela, impossible de satisfaire les besoins les plus essentiels des enfants.

LA COMPREHENSION ENTRE LES EPOUX fera en sorte que les deux prennent leur part de responsabilités en tout : dans le travail, l'éducation des enfants, l'administration du foyer, son organisation matérielle, morale et spirituelle. Ce qui créera un équilibre, une sécurité pour tous les membres de la famille.

L'AMOUR CONJUGAL apportera à chacun la paix, la joie. Il pénètrera tout et rendra plus facile la vie quotidienne des parents et aussi des enfants, même si à certains jours la vie est plus difficile.

L'ATMOSPHERE DU FOYER sera ainsi empreinte de sérénité. Elle sera celle dont les enfants ont besoin pour se développer harmonieusement dans leur corps, leur esprit et leur coeur. Cette atmosphère du foyer devient alors éducatrice par elle-même.

Pour les parents

Nous avons une mission qui nous apparait parfois difficile et lourde. Cette mission repose entièrement sur nous, sur notre amour réciproque, notre compréhension, notre entr'aide. Avons-nous besoin de faire une pose, de reviser notre vie d'époux pour la rendre plus heureuse? Seuls, il est parfois difficile de faire le point. Rencontrer d'autres foyers, discuter avec eux de sujets suceptibles de nous donner de la lumière, de nous aider à une compréhension mutuelle, d'alimenter notre amour, ne serait-ce pas un moyen merveilleux ?

Le Service d'Orientation des Foyers, si vous voulez en profiter, vous donnera l'occasion de revoir, sur tous ses angles, votre vie d'époux, de raviver votre amour, de renouveler dans votre foyer cette atmosphère de joie, de donner à vos enfants, par le fait même, ce dont ils ont absolument besoin pour s'épanouir pour être heureux: L'AMOUR MUTUEL DE LEURS PARENTS.

LISTE DES RÉUNIONS

Avec les années, l'amour doit-il diminuer ?
Savoir se comprendre (psychologie féminine et masculine)
Administrer le foyer : affaire des deux
L'union des corps dans un amour conjugal total
Vie intime des époux (anatomie et psychologie)
Grossesse et accouchement
Morale conjugale
Dieu dans notre vie conjugale
Les parents au service de l'enfant
Education des enfants d'âge préscolaire
Education des enfants d'âge scolaire
Education des grands enfants — Loisirs —
Nous et les autres foyers.

AUX FOYERS INTÉRESSÉS

Pour tous les renseignements nécessaires, l'on peut s'adresser à la section de la Ligue Ouvrière Catholique de sa paroisse ou encore au Secrétariat diocésain de l'Action Catholique qui donnera le nom des responsables du service dans le diocèse ou des dirigeants de la Ligue Ouvrière Catholique.

À VOTRE SANTÉ



UN HOMME QUI PASSE
UN CLOU QUI DÉPASSE
UN PIED QUI S'Y POSE
DANGER DE TÉTANOS.

Ministère de la Santé Nationale et du Bien-Etre Social

• Malaise général

— Bonjour général, comment allez-vous ?
— Pas très bien depuis quelque temps.
— Ressentez-vous quelques malaises particuliers ?
— Non, je souffre en général.

Les problèmes de l'orientation des jeunes dans les milieux ouvriers

Par Claude Paradis, B.A., M.A.R.I.

Monsieur Lavoie a 5 enfants et travaille comme journalier dans la construction. Il a peine à faire vivre sa famille à cause des nombreuses périodes de chômage qu'il a dû subir depuis quelques années.

Un problème auquel il faut faire face.

Le cas de la famille Lavoie se répète à des milliers d'exemplaires chez-nous, là où le chef de famille fait partie de la main-d'oeuvre non spécialisée, dont le niveau de vie est le premier atteint par une économie en régression. Si, comme nous venons de le dire, la situation des Lavoie est fort fréquente dans notre milieu ouvrier, elle n'en est pas moins angoissante pour l'avenir des enfants, qui semble pour le moins incertain. Malgré les difficultés encourues, monsieur Lavoie doit maintenant faire face, s'il ne l'a pas déjà fait, au grave problème de l'orientation de ses enfants, puisque les deux aînés sont d'âge à songer à leur avenir. Que va-t-il faire d'eux? Quoi leur faire apprendre? Où et comment diriger leurs intérêts? Ce brave père de famille se sent submergé devant l'ampleur du problème et se sent incapable d'ébaucher un plan d'avenir cohérent pour ses enfants.

C'est le problème posé au foyer par l'orientation des adolescents. Dans bien des cas — avouons-le — le problème ne se pose pas, en apparence du moins, puisque le père a décidé que son fils serait menuisier, comme lui ou, inversement, ne le serait pas parce que lui n'a pu trouver dans ce métier la sécurité à laquelle il aspirait pour sa famille. Si monsieur Lavoie voulait être honnête envers ses enfants, aurait-il le droit de leur imposer une orientation dont dépend toute leur existence et pour laquelle ils ne se sentent aucune attirance, pas plus qu'ils n'en ont les aptitudes fondamentales? D'un au-

tre côté, ses enfants ont-ils une connaissance suffisante des différents métiers pour fixer définitivement leur choix sur l'un d'eux ?

Il est facile de réaliser d'après ce qui précède qu'un des problèmes majeurs auxquels se heurtent les parents est celui de l'orientation de leurs enfants. Les parents doivent donc non seulement avoir confiance dans l'orientation professionnelle, mais encourager leurs enfants à consulter une personne compétente en la matière.

Une lacune inacceptable.

Là encore, les possibilités financières de la famille peuvent interdire la consultation de spécialistes à titre privé. Dans d'autres cas, la localité n'offre aucune possibilité d'orientation pour les jeunes. Il est donc de toute urgence de lancer un cri d'alarme afin de rendre notre population somnolente consciente des lacunes inexplicables dans le domaine de l'orientation professionnelle. Comme nous venons de le démontrer, c'est au foyer qu'appartient avant tout la responsabilité de l'avenir professionnel des jeunes. Malheureusement, peu de familles peuvent elles-mêmes solutionner efficacement le problème, étant donné sa complexité et le manque de connaissances (bien explicable) des parents quant aux possibilités d'avenir de leurs enfants. Les parents peuvent néanmoins recourir aux expériences de tous les jours tels que contacts avec les hommes de métier, articles de revues ou de journaux et émissions de télévision pour transmettre aux adolescents des renseignements précieux sur la formation et les débouchés offerts dans certains métiers susceptibles d'éveiller leur intérêt ou leur curiosité. C'est en définitive à l'Etat, dont le rôle supplétif en matière d'enseignement est reconnu, qu'appartient en dernier ressort d'aider les parents en instituant ou en favorisant la fondation de services d'orientation à la portée de tous et dont le personnel qualifié pourrait orienter objectivement les jeunes dans tous les domaines des métiers et des professions correspondant le mieux à leurs goûts et à leurs aptitudes. C'est dire que ces services d'orientation ne devraient sous aucun prétexte être sous l'égide d'un ministère ou d'une école intéressés dans l'enseignement spécialisé (comme il en existe actuellement), mais ils devraient au contraire être indépendants afin de conserver le caractère d'autonomie et d'objectivité nécessaire à une orientation sérieuse et davantage consciente des conditions offertes aux jeunes sur le marché du travail. A l'heure actuelle, nos "institutions reconnues" se blindent derrière un conservatisme outrageant et ne tiennent aucun compte des possibilités existantes dans tel ou tel métier et ceci, la

plupart du temps, afin de combler les vides existant dans les métiers ou les professions dont ils dépendent et qui n'offre plus de garanties d'emploi à cause des changements technologiques qui ont révolutionné l'industrie depuis un quart de siècle.

Un service d'orientation, s'il veut vraiment remplir la tâche qui lui incombe et ne pas camoufler sous ce nom abusif un simple procédé de sélection pour les métiers enseignés par une institution connexe, doit donc être constamment au courant des conditions des métiers ou des professions et des possibilités d'avenir qu'ils offrent aussi bien dans la région où réside l'intéressé qu'à l'extérieur.

Lacunes de l'enseignement spécialisé.

Un second problème, rattaché au premier, provient des sérieuses lacunes de notre enseignement spécialisé. Régionalement, nous venons de le voir, l'enseignement spécialisé n'offre pas toujours des métiers susceptibles d'être pratiqués dans cette localité. On pourrait appeler cela, selon une expression populaire "vendre un *frigidaire* aux eskimos". Qu'une école ou un centre d'apprentissage enseigne à peu près les mêmes métiers (déjà surpeuplés par ailleurs) dans plusieurs régions différentes sans tenir compte des ouvertures possibles de la région pour ce métier, c'est évidemment un non-sens.

Si nous voulions parler des méthodes d'enseignement vieillottes et désuètes, peut-être serions-nous encore mieux servis. Certaines écoles enseignent encore les métiers avec des techniques et des programmes vieux de 20 ans et plus. Depuis, les méthodes de travail ont changé, les outils se sont perfectionnés, bref tout a évolué excepté l'école où on apprend ce métier. Les professeurs, engouffrés dans une routine et un fonctionnarisme que nous serions portés à leur pardonner si nous connaissions les conditions qu'on leur offre, répètent, telle une enregistreuse, les mêmes cours qu'ils donnaient jadis aux plus âgés d'entre nous.

Faudrait-il continuer encore longtemps la liste de ces anomalies pour démontrer l'extrême urgence d'un complet remaniement de l'enseignement spécialisé dans notre Province? Or ce changement ne pourra vraiment s'opérer que si notre population ouvrière, qui est la première concernée, réalise la gravité de la situation, en discute avec sa famille et ses amis afin de susciter un énorme mouvement d'opinion par lequel le réveil de notre population aura seul le pouvoir d'amener la solution prochaine et adéquate aux deux problèmes connexes de l'orientation et de l'enseignement professionnel.

L'INVENTION DE LA CARTE DE NOËL

LES cartes de Noël sont aujourd'hui aussi populaires que "l'histoire du père Noël". Il n'en fut pas toujours ainsi. Il y a quelque 120 ans on n'en connaissait pas l'originalité et, même plus, on se refusa au début à participer à cette grande chaîne de souhaits.

La première carte de Noël fut dessinée à Londres en 1843 par J. C. Horsley, de l'Académie Royale pour le compte de Sir Henry Cole. Sir Henry aurait quelque peu tardé à écrire ses lettres de voeux à ses nombreux amis et aurait décidé d'emprunter à la Saint-Valentin la charmante coutume d'envoyer des cartes spéciales.

La réalisation et l'envoi de ces cartes, composées de trois panneaux illustrés et portant la formule classique de "Joyeux Noël et de Bonne et heureuse année", devaient avoir du retentissement.

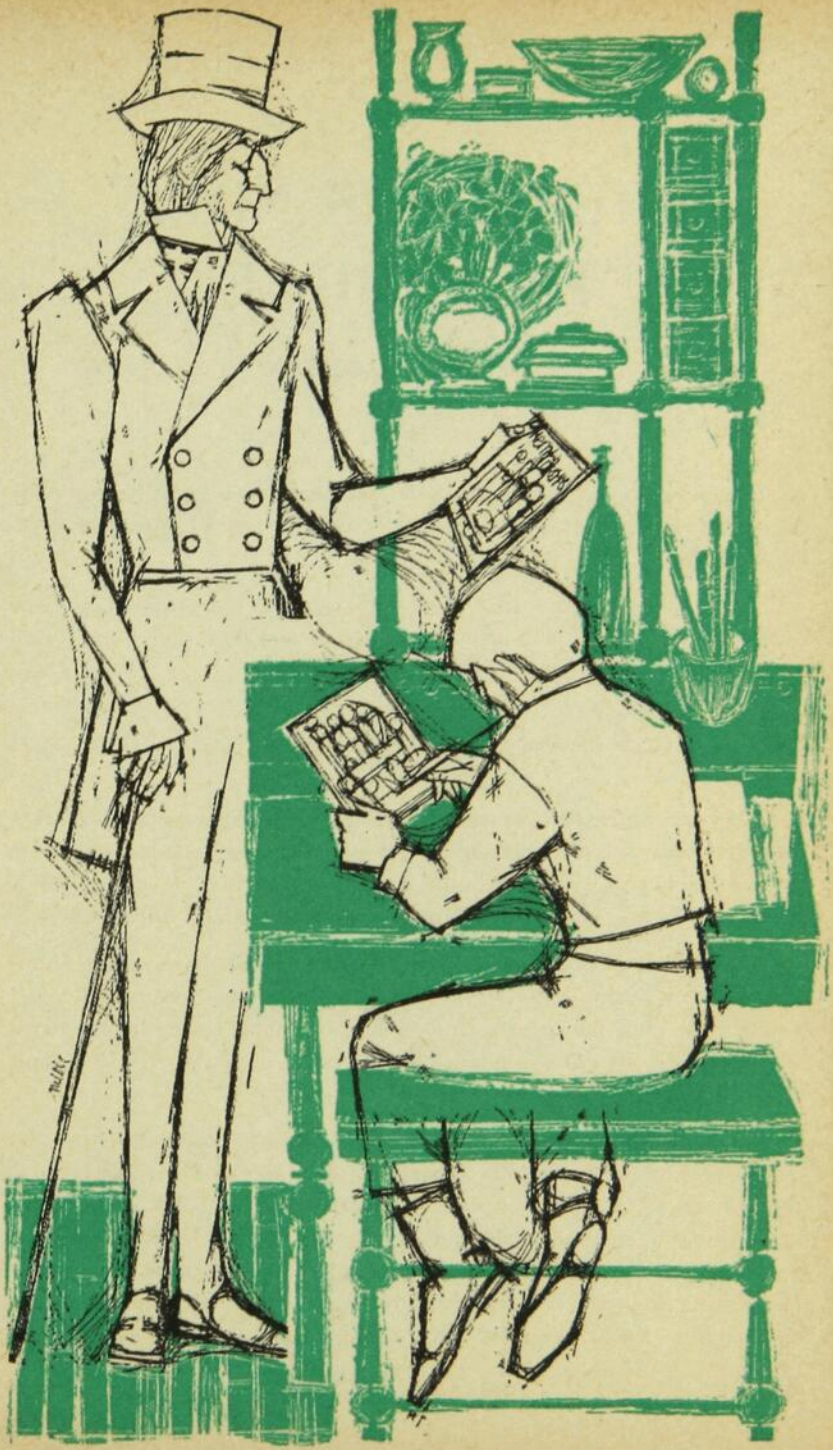
Pendant de nombreuses années, les historiens ont cru qu'une carte imprimée par W. M. Egley à Londres avait été la première carte de Noël de toutes. Elle représentait une réunion de famille et des scènes où l'on pouvait voir des personnes charitables venant au secours de nécessiteux. Ce n'est que plus tard qu'on apprit que la carte de Egley avait probablement été imprimée aux environs de 1848, soit cinq ans après celle de Horsley.

C'est donc après des débuts modestes à Londres que l'habitude d'échanger des cartes de voeux de Noël aurait gagné toutes les parties du monde.

Déjà en ce temps-là, la plupart des cartes étaient exécutées en couleurs délicates et s'ornaient de jolis dessins d'enfants, de fleurs et d'oiseaux. On y trouvait de fraîches garnitures de dentelle et les cartes "mécaniques", à pièces mobiles, étaient extrêmement populaires.

Mais le premier succès des cartes de Noël fut de courte durée, la coutume se perdit peu à peu autour de 1890 après l'introduction en Angleterre de la carte postale à un sou, en 1872. Ces cartes, plusieurs d'entre elles imprimées en Allemagne, inondèrent bientôt toute l'Europe et l'Amérique du Nord. Leur échec total dès 1910, malgré les ravissantes couleurs qui les ornaient, était dû au fait que nombre d'usagers ne voulaient pas voir leur correspondance ouverte aux yeux de tous.

Ce revers ne fut cependant que temporaire. La réalisation de la carte pliée, glissée sous une enveloppe, donna bientôt à la coutume des cartes de Noël une nouvelle popularité qui ne cesse de grandir.



PRÉPARONS NOËL EN FAMILLE

PAR EMILIA LACROIX

Pour goûter la joie de Noël, il faut avoir vécu son attente, avoir espéré en soi, cette sorte de vide que viendra combler l'espérance devenue charité !

Noël, c'est la venue du Christ, mais cette présence n'est rien pour nous si, à notre tour, nous n'allons pas au-devant de la fête pour y rencontrer le Christ !

Les trois buts de l'Avent

1) **L'Avent nous fait revivre l'attente des hommes de l'Ancien Testament à qui le Sauveur avait été promis.** Ce souvenir de l'attente des patriarches doit nous remplir de joie et d'action de grâces, nous qui sommes venus alors que les promesses étaient déjà réalisées.

2) **L'Avent nous prépare à mieux célébrer Noël.** Nous avons en effet à méditer cette parole de Saint-Jean : "Il est venu chez les siens et les siens ne l'ont pas reçu". Nous avons toujours à nous convertir, à ouvrir nos esprits et nos coeurs pour recevoir le Christ. L'Avent nous y exhorte.

3) **L'Avent nous fait désirer le retour du Christ.** L'avènement de Jésus à Noël est un avènement imparfait : le règne de Dieu sur la terre n'est pas encore réalisé, loin de là. Nous devons pendant l'Avent aviver et approfondir en nous le désir du règne complet de Jésus sur nous et sur le monde. Nous devons retrouver l'état d'esprit plein de vigilance et d'espérance des premiers chrétiens qui ne cessaient de demander dans leur prière : "Venez Seigneur Jésus".

Nous avons voulu vous apporter le témoignage de certains foyers, ce qu'ils ont fait, ce qu'ils comptent faire pour créer l'ambiance familiale la plus favorable à une prise de conscience des richesses spirituelles de cette fête de Noël, pour revivre sincèrement l'attente du Mystère, en découvrir le sens exact et par des gestes authentiques le célébrer dignement dans toute l'étendue de leur amour.

Comment, pratiquement, passer ce temps de l'Avent avec profit?

— *"Nous expliquons aux enfants la signification de l'Avent, nous les encourageons à quelques sacrifices ou renoncements en leur donnant, d'abord, l'exemple.*

Nous faisons comprendre l'importance de la confession et de la communion et du travail offert pour réparer les offenses ou les péchés du monde pour lequel, le Christ est venu sur la terre.

Les enfants savent, aussi, que les cadeaux qu'ils attendent avec tant d'impatience ont une signification car ils rappellent les offrandes des Rois Mages".

D. B.

— *"Nous avons deux petits enfants âgés de 3 et 5 ans. Tous les soirs, pendant l'Avent, à la prière, nos bambins répètent "Petit Jésus, venez chez nous". Souhait provoqué par un récit fait sur la Bible à la portée de leur jeune esprit."*

A. M.

— *"A mes élèves, je répète que chaque famille devrait envoyer un représentant au moins, à la messe quotidienne. On devrait aussi faire un effort pour qu'à cette période de l'année, la prière se fasse en famille. Quelques petits sacrifices du goût, quelques petits caprices réfrénés doivent aussi trouver place dans la préparation à Noël. Pour couronner le tout, une excellente confession de chacun des membres de la famille finira de préparer les coeurs."*

Un professeur (F. M.)

— *"Dans notre foyer, dès le 1er décembre, nous faisons tous les soirs une prière spéciale pour nous préparer à Noël."*

B. R.



— *"Chez-nous, pour nous préparer à la venue du Sauveur, nous avons monté une belle crèche à peu près au début de la neuvaine de Noël pour nous faire penser que Jésus, le jour de Noël, sera présent dans la Crèche. La Messe et la Communion deviennent plus fréquentes."*

M. B.

— *"Ma mère nous répète souvent pendant l'Avent, que Noël n'est pas seulement un temps de réjouissances mais surtout un temps de prières. C'est pourquoi, elle nous encourage à faire des sacrifices, à assister à la Messe pendant la semaine et à recevoir la communion."*

Une étudiante (G. G.)

— *"Dès l'Avent, nous disons le chapelet en famille. De plus, nous faisons une neuvaine de messes et de communions sans oublier les petits sacrifices que chacun s'impose ; même "nos tout petits" suivent notre*

exemple et se privent de friandises. Tout cela fait penser aux membres de la famille à la venue du Sauveur sur la terre et dans nos coeurs".

M. D.

— *"Chez-nous, la crèche décore le dessous de l'arbre de Noël afin de donner un cachet chrétien à la Fête. La communion, tous les dimanches de l'Avent est régulière".*

B. L.

— *"Maman prépare la crèche une semaine avant Noël. Chaque enfant a son berger. Il l'avance ou le recule suivant ses bonnes actions de la journée ou ses fredaines. Quelle joie pour celui qui arrive le premier à la crèche" !*

P. L.

— *"Dans notre foyer, outre les prières spéciales pour l'Avent, nous ajoutons des sacrifices de friandises. Afin de faire penser à nos enfants que la fête de Noël est aussi la fête des pauvres, nous avons une tirelire où ils déposent des sous (produit de leurs courses pour des voisins ou des bonbons qu'ils n'ont pas achetés, par sacrifice). Deux jours avant Noël, nous préparons un panier de provisions qui est remis à la St-Vincent de Paul de notre paroisse pour une famille pauvre."*

A. L.

Ce ne sont là que des exemples. Il en existe bien d'autres . . . Songeons que Noël approche. Encore quelques semaines, quelques jours et le Mystère qui a renouvelé la face du monde renouvellera aussi nos foyers, si déjà nous lui "préparons les voies".

Ce qui compte c'est de créer l'ambiance familiale la plus favorable à une prise de conscience des richesses spirituelles de cette fête. Si dans notre foyer nous avons vécu ce saint temps de l'Avent, à Noël ce sera la joie et nous pourrons chanter avec l'Eglise :

Aujourd'hui, le Christ est né,
Aujourd'hui, le Sauveur est apparu,
Aujourd'hui, sur la terre chantent les Anges,
Se réjouissent les Archanges ;
Aujourd'hui, les justes sont dans la joie disant :
Gloire à Dieu dans les hauteurs, alleluia.

(Deuxième vêpres — Antienne du Magnificat)



Un pingouin

MATERIEL :

2 carrés de feutre noir, de 9 pouces.
Un bout de tissu-éponge blanc.
Brins de feutre jaune.
2 petits boutons blancs, pour faire les yeux.
Du capoc.
Fil pour appareiller — **COATS SUPER SHEEN.**

PATRONS :

Faire les patrons d'après le schéma, 1 carré = 1 pouce.

Les points gras indiquent le bord à placer sur le pli.

COUPE :

Patron A — La tête et le devant du corps — Tailler 2 morceaux de feutre noir.
Patron B — Le dos du corps — Tailler 2 morceaux de feutre noir.
Patron C — La poitrine — Tailler 1 morceau de tissu-éponge.
Patron D — La base — Tailler 1 morceau de feutre noir.
Patron E — Le bec — Tailler 2 morceaux de feutre jaune.
Patron F — Les pattes — Tailler 4 morceaux de feutre jaune.

ASSEMBLAGE :

1) Poser les deux dos l'un sur l'autre et coudre le long du dos, au milieu (XY). Faire un petit pli de chaque côté de cette couture, tel qu'indiqué sur le patron.

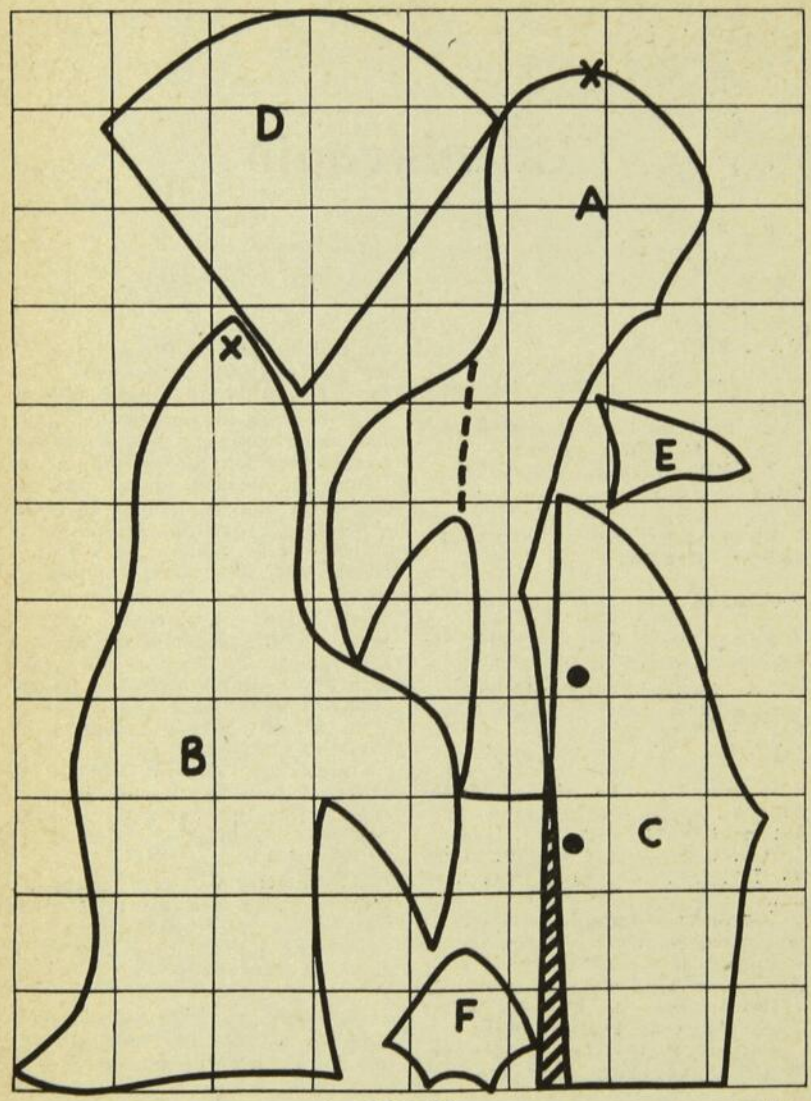
2) Coudre ensemble les deux morceaux pour la tête et le devant, entre les X. Poser l'un sur l'autre le devant et le dos, les envers se touchant, et coudre sur le dessus à partir du dessus de la tête et en descendant le long des côtés, aux nageoires, jusqu'à la base.

3) Faire une pince sur la poitrine en tissu-éponge à l'endroit indiqué par la section rayée sur le schéma. Replier ½" à l'envers tous les bords en effiloche de ce morceau et faufiler. Coudre la poitrine à sa place sur le devant du corps. A l'endroit marqué en pointillé sur le patron A faire une piqûre pour coudre ensemble les nageoires du devant et celles du dos.

4) Coudre par une piqûre les morceaux du bec, en laissant le petit côté ouvert. Rembourrer et coudre en place sur la face. Coudre les boutons à la place des yeux.

5) Rembourrer le corps solidement et coudre la base faite du patron D, sous le corps.

6) Piquer ensemble deux morceaux pour les pattes, en faisant la piqûre tout le tour. Coudre cette patte à la base du corps et répéter ces opérations pour l'autre patte.



Un PINGOUIN

SCHÉMA

Ne laissez pas les enfants jouer avec les... boutons

La télévision et la radio sont des loisirs familiaux. Ils peuvent apporter aux enfants de la joie et une ouverture sur le monde à condition de rester sous le contrôle... des parents.

Respectez les conditions normales d'écoute et de vision.

Pour cela, en ce qui concerne l'enfant :

- Ne laissez pas un enfant trop jeune (4 ou 5 ans pour la radio, 5 ou 6 ans pour la télévision) écouter ou suivre une émission. Il se fatiguerait sans pouvoir tirer profit de ce qu'il entend ou voit.

- Pour la même raison, interdisez (quel que soit l'âge de l'enfant) les émissions de trop longue durée. Le spectacle télévisé, par exemple, ne devrait en aucun cas être suivi plus de deux heures par jour au maximum.

- N'oubliez pas que le travail scolaire passe avant le plaisir que procure la radio ou la télévision. Celles-ci ne doivent pas accaparer le temps normalement réservé au sport ou au jeu de grand air, et, bien entendu, au sommeil ! L'émission télévisée n'a pas sa place durant les repas.

- Ménagez la sensibilité de l'enfant en évitant d'interrompre trop brusquement une émission qui lui convient et à laquelle il prend un vif plaisir.

- Laissez un intervalle d'un quart d'heure environ entre la fin de cette émission et le moment du coucher, afin d'éviter que le sommeil ne soit troublé par la tension ou l'excitation dues à l'émission.

En ce qui concerne le groupe familial dans son ensemble :

- Veillez à ce que chacun puisse s'asseoir confortablement lorsque le poste est ouvert, afin d'être à son aise, mais sans laisser-aller. Pour l'émission télévisée, il ne faut pas être trop près de l'appareil : une distance convenable favorise la vision nette.

- Autant que possible, exigez alors le silence et le calme de ceux qui sont dans la pièce. Même s'ils ne prennent aucun intérêt à ce qui est dit ou présenté, il leur faut respecter le plaisir de leur entourage que troublerait le bruit ou l'agitation d'autrui.

Demandez à l'émission radiophonique ou télévisée tout ce qu'elle doit apporter.

Pour cela :

- **Ne prenez pas indistinctement** toutes les parties des programmes offerts, ce qui entraînerait vite l'habitude "d'un bruit de fond" ; celui-ci ne permet plus de distinguer la valeur respective des diverses émissions, il ne laisse plus apprécier la "bonne émission" comme il convient.

- **Choisissez** ce que vous aurez plaisir ou intérêt à voir et entendre. De nombreux journaux donnent des indications

en ce qui concerne la valeur et la portée des différents programmes. Consultez-les régulièrement. Adaptez votre choix à l'âge de vos enfants : les plus petits doivent trouver normal de ne pas être autorisés à voir ou entendre ce qui convient aux plus grands.

• Quand une émission est particulièrement intéressante, préparez vos enfants, petits et grands, à bien y participer, en leur expliquant ce qu'elle peut leur apporter au point de vue culturel : acquisition de connaissances et compréhension de la vie du monde. Commentez-la ensuite avec eux pour les habituer à ne pas supporter passivement l'emprise du son et de l'image.

• N'hésitez pas à interdire une émission si elle vous semble contre-indiquée aux enfants et donnez vous-même l'exemple de la discipline familiale.

Est-ce vraiment possible ?



Il m'est venu aujourd'hui à midi une idée prodigieuse, une idée susceptible de faire le bonheur des hommes. Pour la répandre le plus rapidement possible dans le monde, j'ai procédé ainsi : au cours du quart d'heure qui suivit midi, je l'ai communiquée à deux messieurs ; chacun de ceux-ci l'a transmise ensuite à deux autres personnes, lesquelles l'ont confiée à leur tour chacune à deux autres, et ainsi de suite. Si, au cours des quarts d'heures suivants, le nombre de ceux à qui l'idée est communiquée est doublé chaque fois, à 8 heures, tous les habitants de la terre la connaîtront (2200 millions). Calculez vous-même !

À VOTRE SANTÉ



LOUIS SUIT LES RÈGLES
DE L'HYGIÈNE
AU COURS DES HEURES
QUOTIDIENNES.
IL DORT, SE LAVE ET
MANGE BIEN;
SANTÉ ET ENTRAIN SONT
SES BIENS.

Ministère de la Santé Nationale et du Bien-Etre Social

• Pour rire

Le perroquet de la voisine répète du matin au soir près de la porte d'entrée :

— Attention à la marche . . . attention à la marche . . .

Et tout le monde se casse la figure, car il n'y a pas de marche.

Êtes-vous bonne diététicienne ?

1 — Le sel est défendu en cas d'oedème ? ..... **OUI** ☐ **NON** ☐

2 — Les personnes âgées ne doivent manger que très peu de viande ? **OUI** ☐ **NON** ☐

3 — Les graisses cuites sont faciles à digérer ? ..... **OUI** ☐ **NON** ☐

4 — Le citron est riche en vitamine C ? ..... **OUI** ☐ **NON** ☐

5 — La consommation de beurre élève le taux de cholestérol dans le sang ... . **OUI** ☐ **NON** ☐

RÉPONSES

1 — OUI : le régime désodé strict est un des éléments du traitement en cas d'oedèmes, que ceux-ci soient d'origine cardiaque ou rénale.

2 — NON : Au contraire, les personnes âgées doivent suivre un régime très riche en viande pour pallier le vieillissement des cellules. C'est seulement en cas d'hypertension ou d'urémie que la viande doit être réduite dans le régime.

3 — NON : Les graisses cuites sont au contraire très lourdes à digérer et sont déconseillées dans la plupart des régimes alimentaires.

4 — OUI : Les fruits constituent la source la plus riche en vitamine C et, parmi eux, surtout le citron.

5 — OUI : Le beurre comme toutes les graisses d'origine animale élève le taux de cholestérol dans le sang ; par contre, les matières grasses d'origine végétale n'ont pas cette action.

(suite de la page 120)

Dieu est l'essence divine... il faut lui faire confiance !... "Croire" non pas parce que nous "sentons", mais parce que c'est Lui qui a parlé et que sa parole est Vérité : c'est là vivre sa foi, une foi qui n'est pas embourgeoisement statique, mais aventure qui nous fait avancer toujours plus avant dans le mystère. "La Foi que j'aime, dit Dieu, c'est l'Espérance"... et la petite fille Espérance nous conduira, dans une démarche aussi dynamique qu'amoureuse, à la Charité.

(suite de la page 69)

Dans ce monde de conflits, il n'y a qu'une formule de succès, c'est l'adaptation. Il faut se connaître pour lutter de façon efficace. Il est faux de dire que nous sommes le jouet de forces aveugles. Nous pouvons beaucoup pour notre propre équilibre. Le bonheur, qui en est la récompense, est notre meilleure conquête.

Extrait du livre: "Un psychiâtre vous parle", publié par LIBRAIRIE BEAUCHEMIN.

Éducation du sentiment chez les adolescentes

Par Anna Maria Pigeon, psychologue

Il n'est pas facile, et c'est bien téméraire d'entreprendre de traiter, en quelques lignes, un sujet aussi vaste et aussi complexe que celui de l'éducation du sentiment chez les adolescentes.

D'autant plus que je crains fort que l'on s'attende à trouver ici un ensemble de directives, pour ne pas dire de "recettes" qu'on n'aura plus qu'à bien appliquer pour faire de sa fille une personne équilibrée émotivement.

Non, la chose n'est pas si simple et vous le savez bien même si vous gardiez au fond du coeur un faible espoir du "prêt à servir" . . . beaucoup moins forçant et moins compliqué !

Si l'on veut être en mesure d'aider efficacement l'adolescente que l'on aime . . . mais qui nous déconcerte un peu, il faut d'abord se demander qui elle est exactement à cette phase de son développement, ou quelles sont les principales caractéristiques de sa personnalité naissante? N'est-ce pas déjà savoir comment agir que de bien comprendre ce qui se passe?

A cette époque de sa vie, l'adolescente est confrontée avec deux ordres de phénomènes qui tous deux lui causent inquiétude et anxiété: les modifications physiologiques (elle se voit et se sent devenir femme!) et les transformations psychologiques.

Accepter la féminité

Il lui faut d'abord accepter sa féminité physiologiquement, sous la forme de premières menstruations. Si elle les considère exclusivement comme ennuyeuses, malpropres, honteuses ou dégradantes, on voit tout de suite comment la nouvelles "jeune fille" cherchera à "tricher" avec sa féminité d'où, à ne pas être soucieuse de devenir une femme aimante mais plutôt à jouer avec les sentiments. On comprend facilement le rôle primordial de la mère dans cette éduca-

tion. Si elle-même présente ce phénomène comme quelque chose de beau et de grand, malgré les quelques ennuis périodiques, tout de suite, elle lui donne une valeur et une importance qui influenceront le comportement émotif de sa fille. Pourquoi les parents ne souligneraient-ils pas cet événement de quelque façon? Ex.: amener la fillette au restaurant, lui offrir un cadeau très féminin, ou autre. Dans un certain monde, la jeune fille qui termine ses études "fait ses débuts". N'est-il pas plus important d'entourer d'une atmosphère de joie et d'une certaine solennité l'entrée d'une petite personne dans sa vie "de femme" ?

Ce "vestibule" franchi joyeusement, avec le support, la collaboration des parents sera une invitation à l'échange, à la confiance et mettra au coeur de l'adolescente un certain enthousiasme pour franchir toutes les autres étapes qui la conduiront à la maturité.

Mais, ne nous leurrons pas, même si l'on accomplit avec respect et joie ce premier devoir envers l'adolescente, les autres difficultés n'en seront pas pour autant éliminées car l'adolescente est en pleine évolution psycho-sexuelle.

L'apprentissage de l'amour

D'abord, elle aime à aimer; elle est assoiffée d'amour jusqu'au plus intime d'elle-même et elle cherche un objet à son amour. Pour elle, *aimer* est beaucoup plus important que l'objet ou la personne à aimer ! C'est pourquoi elle pourra facilement nouer les relations amoureuses les plus ardentes pour les rompre aussi brusquement qu'elle les a commencées, ce qui déconcerte grandement la logique des parents. En un mot, c'est l'apprentissage de la capacité d'aimer, du don de soi ; cet apprentissage sera long et se fera à travers plusieurs écueils et au moins certains échecs.

La conquête d'un nouveau monde

L'adolescente doit aussi se reconquérir elle-même; elle doit rompre avec ses tout premiers objets d'amour, les parents; c'est pourquoi une autre de ses caractéristiques est la révolte contre l'autorité. En effet, l'adolescente doit se détacher des parents pour ne plus les aimer comme un petit enfant, c'est-à-dire d'une manière totale, exclusive, égoiste mais les redécouvrir, avec leurs défauts, pour les aimer à nouveau, de façon autre. C'est ce qui explique que souvent l'adolescente vivra comme une étrangère au milieu des siens, ce qui est parfois si pénible pour elle-même et pour les parents. Mais ces derniers doivent s'efforcer de discret et compréhensif plutôt que comprendre et accorder un appui de se révolter ou de s'opposer.

Une autre façon pour l'adolescente d'essayer de se détacher est de dévaloriser les parents: tout ce qu'ils font, pensent et aiment sera critiqué, parfois même ridiculisé. La fille dévalue sa mère en se refusant à lui ressembler. Enfin, il reste à l'adolescente une autre alternative pour opérer ce détachement; c'est la fugue qui peut se transformer en véritable délinquence.

Qu'advient-il alors de notre adolescente qui "coupe les anciens liens affectifs"? Elle se retrouve en face d'elle-même, elle traverse une période d'intense amour d'elle-même, il n'y a plus qu'elle qui compte. Elle essaie alors de se découvrir, de trouver sa propre identité. Le vide émotif qu'elle vient de créer en elle est comblé par l'amour de soi mais cet amour devient terriblement exigeant; elle voudrait que l'univers entier l'aime et l'admire. Mais l'univers n'aime pas particulièrement l'adolescence d'où ce sentiment presque universel, chez les adolescents, de "n'être pas aimés, d'être incompris". L'adolescente se tourne alors vers un nouvel objet d'amour. Cet objet, en soi, a peu d'importance; ce peut-être une personne réelle ou un personnage imaginaire. Aimer est beaucoup plus important que l'être aimé; c'est l'amour de l'Amour ! Mais graduellement, l'objet d'amour se précise, l'attrait pour l'autre sexe devient de plus en plus marqué; c'est alors un débordement de coquetterie qui affole souvent les mères. L'adolescente essaie de découvrir, de mieux connaître le garçon; c'est une période d'essais et d'erreurs.

Il y a aussi, à cette époque, chez l'adolescente, une capacité de changement et d'adaptabilité aussi grande que sa capacité d'attachement. Elle abandonne ses héros, change d'objet d'amour, modifie du jour au lendemain ses convictions politiques, son regard sur la vie, ses schèmes de valeur, ce qui n'est pas sans épeurer les parents qui souvent la trouve "légère, tête de linotte etc." Mais c'est aussi l'âge par excellence de la générosité, du don de soi, du renoncement, de l'engagement! Des parents attentifs et aimants sauront canaliser et orienter ces immenses richesses.

La présence des adultes

Après avoir essayé de résumer le comportement de l'adolescente, voyons comment une mère aimante peut aider son enfant à cette époque plus compliquée de sa vie. Disons tout de suite avec Mme T. Gouin-Décarie que "l'éducation de l'adolescente est quelque chose de bien moins compliqué que la psychologie des parents; l'adolescente représente un moment difficile de leur évolution car eux aussi ont à croître en tant que parents. Et Monsieur T. Chantrier d'ajouter: "il n'y a pas de véritables problè-

mes des adolescents, il n'y a que les problèmes des adultes devant l'adolescente".

Les mères surtout ne doivent céder ni à la tentation de prolonger indéfiniment l'enfance de leur enfant, ni à celle de faire vivre à leur fille leur propre adolescence ou celle qu'elles auraient aimé avoir ni à celle, plus en vogue aujourd'hui, de n'être que la camarade de leur fille car l'adolescente qui cherche quelqu'un pour lui indiquer le chemin de la maturité ne trouve pas alors la sagesse dont elle a besoin et elle se tourne vers d'autres sources qui comportent plus de sécurité.

Les parents doivent se dire que l'adolescence est une phase normale de l'évolution de leur enfant. A ce moment, les jeunes doivent trouver, auprès de leurs parents, plus qu'en toute autre période de leur vie, amour désintéressé, sérénité, calme, confiance. Le manque de confiance des parents dévalorise l'enfant et l'adulte qu'il sera plus tard. Il faut donc éviter à tout prix les indiscrétions au téléphone, dans la correspondance, le journal intime, etc. car l'adolescente a besoin de son mystère et il lui faut un petit royaume intime qui soit vraiment respecté.

Seule permettra à l'adolescente de bien traverser cette phase de sa vie, la grande personnalité morale des parents, ceux qui n'ont pas besoin de toujours demander et qui pourtant obtiennent, ceux qui n'ont pas besoin de toujours exhorter . . . ils n'ont qu'à exister. La mère doit savoir écouter; elle doit faciliter à sa fille les moyens de se libérer de son enfance en étant près d'elle émotivement pour la guider, pour l'entendre. Que le coeur de la mère ne la quitte pas même si, le plus souvent, elle ferme les yeux pour ne pas devenir tracassière. Qu'elle ne ménage ni ses encouragements, ni ses félicitations. L'adolescente a besoin d'un climat de paix, d'une atmosphère sereine et tranquille, d'un milieu de respect mutuel.

Eduquer, ce n'est pas commander, c'est aimer l'autre pour lui-même; ce ne sont donc pas nos manières de faire qu'il faut changer mais nos manières d'être et de penser. Changeons notre vision, calmons notre coeur, il en résultera une attitude nouvelle dans tout notre comportement qui aura une influence heureuse sur toute la famille et qui permettra à l'adolescente de trouver la force de quitter pour toujours son enfance et d'entrer avec une certaine confiance et joie dans le monde des adultes.

Il ne faut jamais oublier, non plus, le rôle toujours important de la grâce actuelle qui reste une réalité à condition qu'on y soit attentive, qu'on prenne le temps de réfléchir et que l'on se garde dans *un état d'amour !*

TOUT EST FINI... TOUT COMMENCE!

PAR REV. SOEUR GABRIEL LALEMANT, S.G.C.

Luc vient de recevoir le sacrement de Baptême ! Il a fait cela comme un "grand garçon": une grimace imperceptible quand il a reçu le sel de la Sagesse et ce fut tout... Mais la Sagesse, ce goût des choses de Dieu, peut un jour, poser de graves problèmes à une nature blessée par la faute originelle, même si cette âme a été "noyée" dans le bain de la régénération où, morte au péché elle est re-née à la grâce.

Tout de même... C'est fini ! Luc est bel et bien enfant de Dieu et de l'Eglise, muni d'un organisme qui permettra à l'âme de respirer dans le monde surnaturel grâce aux vertus infuses de Foi, d'Espérance et de Charité, grâce surtout à cette vie nouvelle qui l'anime. Il a été adopté officiellement comme fils du Père, co-héritier avec le Premier-Né et demeure de l'Esprit. C'est fait !... Quelle merveille ! Et le cortège familial prend la direction de la maison où une joyeuse réception attend le "tout petit"... cet être en qui Pascal distingue deux "infinis" !

Et pourtant non ! Tout n'est pas fini... tout ne fait que commencer ! Tout n'est pas fait... il en reste encore beaucoup à faire ! Cette grâce, elle est installée en permanence jusqu'à ce que survienne la "brisure" du péché. Ces vertus, elles sont un don gratuit de Dieu, et c'est dans leur exercice conscient, fécondé par la grâce divine, qu'elles produiront des fruits de sainteté.

L'enfance

L'enfance se passe sans heurts, croit-on. A-t-on songé toutefois que c'est à cet âge vraiment stratégique que l'enfant fera ses premières rencontres avec le "sa-

cré" ? Les notions théologiques devront être vraies, précises, à la mesure de la petite intelligence qui s'éveille. L'expérience de la prière-contrat avec Dieu sera à base de spontanéité et d'enfantine affectivité. C'est ici qu'entre la signification profonde de l'imagerie religieuse pour les jeunes, sujet qui demanderait, à lui seul, tout un traité, et sur lequel on pourrait consulter avec profit la Documentation Catholique (No. 1260, 15 sept. '57, Col. 1203). L'atmosphère familiale et scolaire doit garder l'enfant dans la sécurité, la joie, la confiance et l'amour. Ce premier climat de vie aura des répercussions profondes sur le style de spiritualité que l'on retrouvera plus tard chez l'adulte, surtout dans les liens qui l'uniront à Dieu le Père et à Marie, la Vierge Mère. Sans vouloir faire de la psychologie à même la catéchèse, il faut tout de même admetttre que la grâce n'ignore pas la nature mais qu'elle se greffe sur elle pour la montrer au plan surnaturel.

L'adolescence

L'adolescence, spécialement la grande adolescence, est toutefois la période la plus difficile pour la foi. C'est l'âge où les jeunes interrogent et s'interrogent sur tout; ils remettent tout en cause, c'est vrai, mais ils ne demandent pas mieux que de "raisonner", de parler en adultes face à un autre adulte. Ils ne croient souvent qu'à ce qu'ils "sentent" et parce que Dieu, la prière, les sacrements ne leur "disent" plus rien, ils déduisent à l'inutilité de l'élément religieux dans leur vie. C'est un stade de la vie aussi difficile pour ceux qui le vivent que pour ceux qui ont la responsabilité de les aider à franchir cette étape stratégique.

Bien des parents sont alors désarçonnés devant Robert qui n'est plus intéressé à aller à la messe, même le dimanche. Nicole crée tout un drame, le jour où elle formule son inquiétude intérieure : "Est-ce bien vrai qu'il y a un Dieu ? " Et Pierrette qui s'esquive du chapelet familial . . . et Claude qui boude le confessionnal . . . et François qui demande à l'Evangile, des preuves de véracité et d'authenticité. Puis ce sont les commandements de Dieu qui souvent les embêtent plus que le Dieu des commandements ! Le problème de la souffrance, de la prédestination, de la mort : autant de thèmes qui hantent l'esprit de beaucoup d'adolescents. L'éducateur, parent ou professeur, qui a été aux écoutes de l'âme des jeunes, qui a accepté d'entendre leurs revendications de "vérité", de "justice" et de "liberté", et pour cela sans se froisser ni se scandaliser, mais avec cette merveilleuse compréhension dont parle Pie XII dans son allocution aux religieu-

ses enseignantes (13 sept. 1951), sait les doutes lancinants qui marquent l'évolution des jeunes vers la révolte ou vers la maturité, le choix entre l'absurde et la foi vivante.

Plan du mystère

C'est alors qu'il faut redécouvrir *avec eux*, non pas en leur disant purement et simplement, avec une angoisse mal dissimulée peut-être ce qu'a été le Baptême pour eux, cette intégration à une famille divine dans un monde de mystères. L'analogie de l'adoption par Dieu, sublime réalité du Baptême, aide à faire saisir à l'adolescent le sort merveilleux que lui a fait l'amour miséricordieux du Christ. Il fait partie maintenant d'une famille royale avec un Premier-Né et beaucoup d'autres frères dont il est solidaire. La Bible, surtout l'Evangile, lui livre les secrets de famille et le mode de vie qui lui est spécifique. La Liturgie fait vivre de cette vie de famille qui unit les enfants d'adoption à l'aîné de génération divine, formant ainsi cette grande réalité du Corps Mystique qui s'achemine dans l'amour, vers le Père et vers la Parousie.

Une religion qui n'apporterait que des vérités assimilables à l'esprit humain resterait au niveau de l'Humain. C'est le mystère qui oppose au christianisme, le sceau du divin ! Mais le mystère n'est pas "obscurité" et "absurdité" qui répugnent à l'intelligence ; il est "lumière" et "logique sublime" qui l'éblouissent ! Il faut donc à l'homme un "supplément d'âme" pour saisir un peu tout le transcendant du mystère . . . ce qui arrive quelquefois à l'occasion d'études spécifiques, ce qui arrive surtout à certaines âmes privilégiées qui ont gagné le coeur de Dieu par leur profonde sincérité.

Toutefois ce "supplément d'âme" sera octroyé à tous à l'heure de la mort, ce rendez-vous avec Dieu, alors que le voile de la foi tombera et que ce sera l'Option définitive dans la ligne d'orientation que l'Homme aura donnée à sa vie.

Place des commandements

Les commandements posent aussi de sérieux problèmes aux adolescents. Au lieu de les leur présenter comme une série de lois auxquelles il faut "obéir", verbe qui écorche la sensibilité du jeune en mal de liberté, on devrait lui faire voir qu'après tout, ce qui compte dans la vie, c'est la vie . . . La vie avec toutes les valeurs positives qu'elle apporte et ce complément d'être qu'elle nous vaut ! Alors on peut, dans un dialogue où il prend vite intérêt, découvrir avec lui que le Décalogue, c'est tout simplement une série de principes qui découlent de la nature même des êtres : vie avec Dieu,

vie avec le prochain, vie avec soi-même. Le Créateur ne fait que respecter sa créature en lui imposant des lois qui voient à sa conservation et à celle de l'espèce, à son bonheur personnel et collectif. L'étude des conséquences que produirait l'abolition des commandements lui fait vite saisir la nécessité de ces règles de vie, puisque leur suppression apporterait automatiquement l'anarchie dans l'individu et dans la société.

Et puis, il y a naturellement ces fameux sixième et neuvième commandements que l'on ne sait jamais où caser. Leur place est bien claire : ils sont ceux qui protègent la transmission de la vie. Sereinement, on leur fait voir le contrat bilatéral du Dieu créateur avec le couple humain ... le Dieu Créateur qui appelle le couple humain à collaborer à l'oeuvre merveilleuse de la pro-création d'êtres semblables à eux, faisant toutefois saisir la nécessité d'une union indissoluble et unique, si l'on veut protéger l'amour et l'enfant. Par ailleurs, ce même couple aura droit dans l'acte générateur et dans leur vie intime, à des plaisirs spécifiques. Devant de telles données, des adolescentes ont vraiment trouvé leur équilibre ... et d'aucune ont voulu ajouter à l'impureté, un accroc à la justice la plus élémentaire.

Plaçant ainsi les commandements dans leur contexte vrai qui est celui de la vie et des relations avec Dieu, le prochain et soi-même, l'élément essentiel et primordial de l'amour est sauvegardé. C'est ainsi que tout est centré sur la Charité !

Nécessité d'une réflexion personnelle de notre part

Ce petit article forcément limité n'a pas la prétention de donner un traité de l'éducation de la foi : ce sont des volumes qu'il faudrait écrire ... et il en existe de merveilleux ! Il a voulu simplement partager une expérience d'éducation sur deux aspects qui requièrent une démarche de foi: le mystère et les commandements ... il y en aurait eu tant d'autres !

Cette vie de foi, elle est à repenser dans le contexte du Canada français où les formules et les pratiques ne manquent pas. Ces formules, il faudrait les faire éclater pour en dégager le dynamisme et leur faire rayonner une lumière qui éclaire les intelligences, une chaleur qui engage les volontés dans une démarche spirituelle authentique, aboutissant à des tâches apostoliques taillées à la mesure des jeunes personnalités en cause. Ces pratiques, il faudrait en faire le décalage, y mettre une hiérarchie des valeurs, les insérer dans une vie spirituelle évoluant vers la maturité, liées qu'elles sont à la vie liturgique qui est celle de l'Eglise.

Nécessité de témoins authentiques

Tout cela exige, il va sans dire, une atmosphère familiale et scolaire propice à une telle évolution... mais cela exige surtout des "témoins"... des personnes "qui ont vu et qui rendent témoignage de ce qu'ils ont vu". Les valeurs n'arrivent pas aux âmes des adolescents à travers une froide rationalisation mais à travers un témoignage de vie, une expérience vécue.

La responsabilité est lourde pour les professeurs comme pour les parents. La civilisation contemporaine est souvent pierre d'achoppement à la vie de la foi: le matérialisme athée prend Dieu à parti ou l'ignore totalement, les réalisations scientifiques centrent tout l'intérêt sur l'homme et font oublier la Cause première qui n'est pas réfractaire au progrès mais se réjouit de la collaboration de l'homme à la construction du monde. Certains milieux font le procès de l'Eglise sans se rendre compte qu'ils démolissent le Christ dans les âmes des jeunes. Il est sûr que des événements se produisent qui nous surprennent, nous déroutent, nous laissent profondément perplexes. Il faut apprendre à lire "l'événement", à le dépasser pour y trouver la tonalité divine, à accepter même à certains jours, d'attendre la lumière pour formuler un jugement de valeur que peut-être seule l'Eternité nous permettra de porter. Le Chrétien est sans cesse dans une spiritualité d'Avent... c'est sur la foi et l'espérance que se greffe tout son dynamisme.

L'adolescent n'est pas insensible à l'ambiance adulte qui l'enserre de toutes parts et souvent ses frasques ne sont que des mécanismes de défense ou de recherches de sécurité ou de compensations.

Devant un tel état de fait, certains éducateurs, parents ou professeurs, démissionnent au lieu de chercher ; ils laissent les jeunes à leur perplexité. D'autres, pris d'un zèle aussi intempestif qu'inconsidéré, essaient de brûler les étapes. Il s'agit plutôt de rester "disponibles", d'accepter, de susciter même le dialogue si les circonstances le permettent et cela, sans jamais oublier de porter les adolescents en notre prière, un peu à la façon du Christ... "Pierre, j'ai prié pour que ta foi ne défaille point ! " Encore faut-il que notre foi soit vivante... qu'elle soit vraiment "ce regard de Dieu sur toutes choses", acceptant ces paroles que Dieu met sur les lèvres d'Isaïe et que la liturgie du Carême nous fait méditer : "Mes voies ne sont pas vos voies... mes pensées ne sont pas vos pensées..."

(*suite à la page* 111)

C'est pas pour demain !

PAR JEAN JOS. FORTIN

La prise de conscience de chaque ouvrier de son utilité dans l'entreprise : une fin nécessaire mais difficile à atteindre ! . . .

LA prise de conscience par chaque ouvrier de son utilité dans l'entreprise où il gagne sa vie, je ne la vois pas pour demain. Je la trouve importante, même nécessaire. J'admets que les ouvriers sont utiles à l'entreprise. Mais qu'ils en soient conscients, c'est moins certain. C'est tout un engrenage : il y a le travail lui-même, il y a l'attitude des compagnies, les manières d'agir des contremaîtres, la vie de l'ouvrier ; il y a tout le milieu familial et la société qui entrent également en jeu. Tous peuvent aider mais tous aussi peuvent nuire.

Une chose est bien certaine : tous les ouvriers sont utiles à l'entreprise. On ne garde pas un ouvrier au travail pour ses beaux yeux. On le garde parce qu'il est utile. Comment expliquer que le fait d'être utile ne lui suffise pas pour en être conscient ? C'est la question que je me suis posée.

Un dur coup à la conscience : le chômage

Dans la période de chômage que nous traversons, l'ouvrier ne se sent pas pesant dans la balance. Il voit plus souvent des ouvriers "*sortir de l'usine*" que des machines. Il voit, tout autour de lui, des compagnons qui reçoivent leur "bleu" après plusieurs années de service pour une compagnie, après avoir fait des sacrifices pour se perfectionner, souvent dans le but

de donner un meilleur rendement. Et même s'il garde son emploi, comment peut-il se dire : "*moi je suis utile à l'entreprise*" ?

Il n'est pas facile de dire qui est responsable du chômage. Mais ce qui est facile à dire c'est le coup que l'ouvrier en ressent au sujet de son utilité. On ne déplace pas si facilement des gens qui sont utiles.

Un dur coup à la conscience : l'organisation de l'entreprise

Un ouvrier, qui a par exemple à travailler sur un produit semi fini, ne voit presque jamais le résultat de son travail même s'il est complété dans son usine. Et l'on sait qu'il est parfois terminé sur un autre continent. Déjà, c'est un mauvais départ pour la prise de conscience par un ouvrier de son utilité.

De plus, la production accélérée, les profits et la longueur des périodes nécessaires au renouvellement des conventions collectives de travail n'aident pas l'ouvrier mais n'aident surtout pas la compagnie à se faire comprendre.

Si une compagnie parle à ses employés de la concurrence qu'elle doit supporter, elle est mal placée pour être prise au sérieux au moment où, souvent en vue d'une production accélérée, le mot d'ordre est à la quantité plutôt qu'à la qualité. Or l'ouvrier sait que la qualité est importante dans la concurrence.

Dans la concurrence, il y a aussi les prix. Quand les profits à la fin de l'année sont de l'ordre de plusieurs dizaines de millions, on a de la misère à croire que la lutte est aussi serrée.

Et s'il arrive que la compagnie parle de concurrence en période de renouvellement du contrat de travail, c'est encore pire. On pense tout de suite que c'est une tentative d'énervement, qu'on profite de la situation pour "nous piller dessus", nous enlever des droits déjà acquis.

La concurrence est sûrement dure pour les compagnies. Mais parce que l'ouvrier est pratiquement incapable de ressentir qu'il fait partie de l'entreprise, ces appels de la compagnie sont interprétés comme de la "poudre aux yeux".

Le contremaître n'est pas mieux placé

Le contremaître est mal placé pour demander du travail bien fait. Il est pris par l'accélération et souvent incapable d'expliquer pourquoi il faut que le travail soit fait. Il ne sait que rarement le but du travail demandé. Les ordres lui

viennent d'en haut, les détails lui sont tous précisés sans qu'il soit obligé de se poser des questions. Il est un maillon de la chaine. Chacun fait son travail mais il n'y a pas de vie humaine dedans. Si l'ouvrier pouvait connaître le "*Pourquoi*" il pourrait prendre conscience vraiment de son utilité dans l'ensemble de l'entreprise et donner un rendement plus satisfaisant.

Et l'ouvrier, lui ? . . .

L'ouvrier ? Premièrement, il ne peut pas parler de son travail comme un gars de métier ou comme celui qui fait quelque chose de fini. Eux peuvent en retirer une fierté et une satisfaction personnelle. Ils peuvent se développer et devenir plus conscients de leur utilité que les autres.

Dans la société

Quand le travailleur d'un produit semi fini se retrouve dans la société, il ne peut pas parler de son travail. Il ne peut en retirer une fierté : les gens ne peuvent lui en parler. Même avec les autres classes de la société, il ne peut entrer en conversation directe sur le sujet de son travail. Il n'y a que quelques aspects dont il peut parler et ils sont difficiles à expliquer et à comprendre. Un ouvrier en construction peut dire et montrer son travail mais lui, pas.

Dans une telle situation, il ne peut que se sentir inférieur vis-à-vis les autres. Il faudrait que lui-même commence par voir concrètement son utilité au travail, le service qu'il rend aux personnes et aux objets. Il ne peut se sentir plus utile qu'une machine.

Dans le milieu familial

Pour une bonne partie, la fierté du travailleur est basée sur l'habileté qu'il faut pour accomplir le travail, le petit nombre de ceux qui sont capables d'accomplir la même fonction et les années que cela demande pour devenir compétent dans sa réalisation.

L'ouvrier qui travaille sur un produit semi fini, et c'est le plus grand nombre, manque de plusieurs de ces éléments pour réaliser pleinement sa fierté de travailleur. Par le fait même, sa femme et ses enfants ressentent ce que lui-même ressent. Ils ont une certaine fierté de leur père parce qu'il apporte l'argent au foyer. Mais sur le plan de son travail, ils ne peuvent voir en lui celui qui fait quelque chose de beau, de grand, de difficile. Ils en viennent, eux aussi, à douter de l'utilité du chef de famille.

Sur le plan social

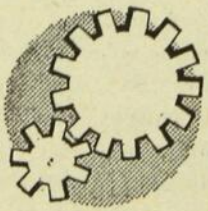
Bien des lacunes sur le plan social et politique viennent de ce problème. Il y a une faiblesse de représentation des ouvriers quand on les compare aux autres classes sociales. Et les lois favorisent souvent l'industriel et le professionnel plus que l'ouvrier. Je ne prends que l'exemple de la loi de l'impôt sur le revenu.

Je ne vois pas de solution tant que l'ouvrier ne sera pas conscient de son utilité dans tous les domaines. Et cela commencera par celui du travail. Comment avoir confiance à un gars qui travaille avec nous ou qui a déjà travaillé avec nous quand il devient un chef social ou politique ? Nous mettrons toujours notre sort entre les mains de gens d'autres classes tant que nous ne serons pas devenus plus conscients et plus fiers.

Si nous avions plus de représentants dans les gouvernements, certaines valeurs humaines seraient mieux défendues. Ainsi les droits du travailleur manuel seraient plus respectés. La machine ne saurait remplacer complètement le travailleur manuel et celui-ci a sa place tout comme l'homme qui pense ou dirige.

Tous intéressés

Les compagnies, les contremaîtres, l'ouvrier lui-même, sa famille, toute la société seraient intéressés à ce que l'ouvrier prenne conscience de son utilité dans l'entreprise. Mais il semble que tous concourent, peut-être sans le vouloir, à rendre l'évolution des choses difficiles. Voilà pourquoi la prise de conscience par chaque ouvrier de son utilité dans l'entreprise, ce n'est pas pour demain.



SAVOIR DONNER UN BON COUP D'ÉPAULE

PAR REINA COMTE

L'AUTRE jour, mon mari recevait à la maison un de ses vieux copains qu'il n'avait pas vu depuis quelques années.

Il avait l'air fatigué et on le sentait préoccupé. "Depuis trois mois, je travaille comme un nègre, presque jour et nuit, pour arriver à mettre l'ouvrage à date à l'imprimerie. Je rentre tard le soir et je ne vais pas prendre mes repas à la maison. Ce temps supplémentaire, en plus de gonfler mon portefeuille, m'aidera sûrement à obnir la promotion que je souhaite depuis longtemps. Mais voilà, Hélène paraît si malheureuse que je sens s'évanouir tout mon courage. Elle me reproche de ne pas sortir avec elle le soir. Je suis réellement découragé de la voir ainsi, je ne sais plus que faire".

Tout en écoutant les confidences de cet homme désemparé, ma pensée se portait sur son épouse . . . et je me demandais quelles étaient ses réactions personnelles, ses sentiments. Elle, de son côté, souffre . . . et il est à se demander, lequel se croit le plus malheureux, LUI ou ELLE.

Les périodes de travail intensif ne plaisent guère aux femmes. Cela les ennuie de passer des veillées seules avec les enfants, de se priver de sorties. Elles comprennent mal et s'accommodent encore plus mal des heures supplémentaires que doit passer leur époux à l'atelier ou à l'usine.

Devant les confidences du copain de mon mari, je me suis interrogée. Comment, nous les femmes, réagissons-nous devant le métier de notre mari, du surcroit de travail qu'il doit accepter pour améliorer sa situation? Comment comprenons-nous notre rôle? Je vous livre, ici, mes réflexions.

Notre rôle ne serait-ce pas celui d'une aide, d'une inspiratrice toujours prête à aider, à remonter le moral défaillant? Il nous importe donc, pour devenir la collaboratrice idéale, celle que l'homme re-

cherche dans sa femme, connaître plusieurs points importants.

1) Bien connaître son mari.

Notre compagnon de vie a des talents, des possibilités, des qualités, et bien sûr, des défauts. Mais, sincèrement, ne sommes-nous pas souvent "hypnotiser" par ses défauts et n'oublions pas ses richesses morales et intellectuelles ? Il faudra donc partir à la redécouverte de sa personnalité et l'aider à exploiter au maximum toutes ses possibilités.

2) Savoir écouter.

Apprendre à écouter avec profit, pas seulement avec les oreilles, mais avec nos yeux, et surtout avec notre coeur. Il me vient à l'esprit une petite histoire que j'ai lue récemment.

— Joseph rentre chez lui un peu essoufflé. Il a marché vite et à peine a-t-il franchi le seuil de la porte il s'écrit : Marie écoute vite, c'est formidable, le directeur m'a fait appeler devant le conseil d'administration pour que je parle de mon projet de vente dans les différentes villes de la province. On m'avait dit d'apporter les statistiques que j'avais relevées depuis six mois et quand ils ont vu mes chiffres. . .

— Tant mieux, mon chéri! fait Marie d'un air absent. Tu veux boire quelque chose? J'ai oublié de te dire que l'électricien est venu aujourd'hui et il va falloir changer le filage du poêle. Tu devrais y jeter un coup d'oeil, après le souper, pour voir si c'est vraiment indispensable.

— Entendu. . . Mais je te disais qu'en voyant mes chiffres, le vieux Lapointe m'a demandé de lui expliquer mon projet en détail. J'était nerveux, tu penses, devant tant de monde, mais je m'en suis bien tiré et j'ai senti que j'avais marqué un grand coup!

— Je t'ai toujours dit qu'ils ne t'appréciaient pas à ta juste valeur, déclare Marie du même ton calme et impersonnel. A propos, Joseph, il faudra que tu dises deux mots à ton fils. Ses notes sont plus que déplorables, et son professeur affirme qu'il pourrait faire beaucoup mieux, si seulement il voulait s'en donner la peine. J'ai tout essayé et je ne sais plus comment le prendre."

Joseph comprend vite l'inutilité de ses efforts, sa femme ne l'écoutera pas. Il en sera quitte à garder pour lui cet enthousiasme, cette ambition qu'il avait dans le coeur et à s'adonner aux tâches habituelles .

3) Avoir confiance en lui.

C'est-à-dire avoir foi en lui, croire qu'il peut tout réussir. A moins de ne pas être intelligent, l'homme possède tout ce qu'il faut pour réussir. Cependant, il lui faut quelqu'un pour l'aider à découvrir

ses possibilités et il a besoin que l'on croit en lui. Malgré les coups durs, avoir confiance et dire: Ne t'en fais pas, ce n'est qu'un mauvais moment à passer, nous le passerons ensemble, je suis convaincue que tu ne resteras pas sur cet échec et que tu réussiras. Avec des paroles encourageantes, le mari retrouve l'espoir, le cran nécessaire pour affronter les difficultés. Il est facile d'avoir confiance quand on aime. On lit dans la Bible: "La foi est la raison même de nos espoirs et le témoignage de tout ce que nous ne voyons pas."

4) Bien connaître le métier de son mari.

Apprendre le plus de chose possible sur son métier. En admettant qu'une femme n'aide pas son mari d'une façon directe, il lui faut connaître au moins dans les grandes lignes ce que fait son mari. Ainsi, elle saura être compréhensive, elle sera une compagne plus intelligente et plus patiente. En portant de l'intérêt à son travail, en étant toujours prête à l'aider, elle acquiert, il me semble, le droit de partager les joies du succès. Je lisais un jour dans une revue qu'un important fabricant de chaussures avait invité les femmes des employés à visiter l'usine. On explique en détail le déroulement de la fabrication aux femmes et celles-ci sont invitées à faire des remarques ou à présenter des suggestions. Une femme s'arrête longuement devant la machine de son mari et soudain elle eut une idée. Le soir même, elle lui demanda pourquoi la machine n'était pas commandée par une pédale à la place d'un levier placé au-dessus de la tête de l'ouvrier, ce qui permettrait d'accélérer la cadence et réduirait le nombre de gestes à accomplir. Le mari trouva la remarque excellente et en parla le lendemain à son patron. La modification proposée fut apportée à la machine, et le rendement s'en trouva accru de vingt pour cent. Le foyer reçu un chèque de trois cents dollars en remerciement. N'est-ce pas merveilleux cet échange?

5) Bien connaître son milieu de travail.

Parler avec lui de ses compagnons et de tout ce qui l'entoure. Il passe la plus grande partie de sa journée en dehors du foyer, il est important de connaître l'atmosphère dans laquelle il vit, et également les gens qui composent son milieu de travail. C'est à travers ces échanges qu'elle comprendra pourquoi, certains jours, il arrive fatigué à la maison, pourquoi il est soucieux et inquiet, d'autres jours, et pourquoi il lui arrive d'être enthousiaste et ambitieux dans les jours meilleurs. Ainsi, elle sera en mesure de l'aider à réussir, d'une façon positive.

6) Education à faire.

Il se peut que le mari, soit par timidité, soit pour ne pas ennuyer sa femme, ne parle jamais, à la maison, de son travail. Il revient à la femme de l'éduquer dans ce sens, en l'amenant petit à petit à parler de son travail. Si elle sait poser des questions intelligentes qui facilitent les réponses, elle aura tôt fait d'établir un dialogue intéressant avec son mari. Pour lui, ce sera une occasion de s'extérioriser, d'apprendre peut-être à s'exprimer et à trouver des idées neuves.

7) Savoir s'adapter.

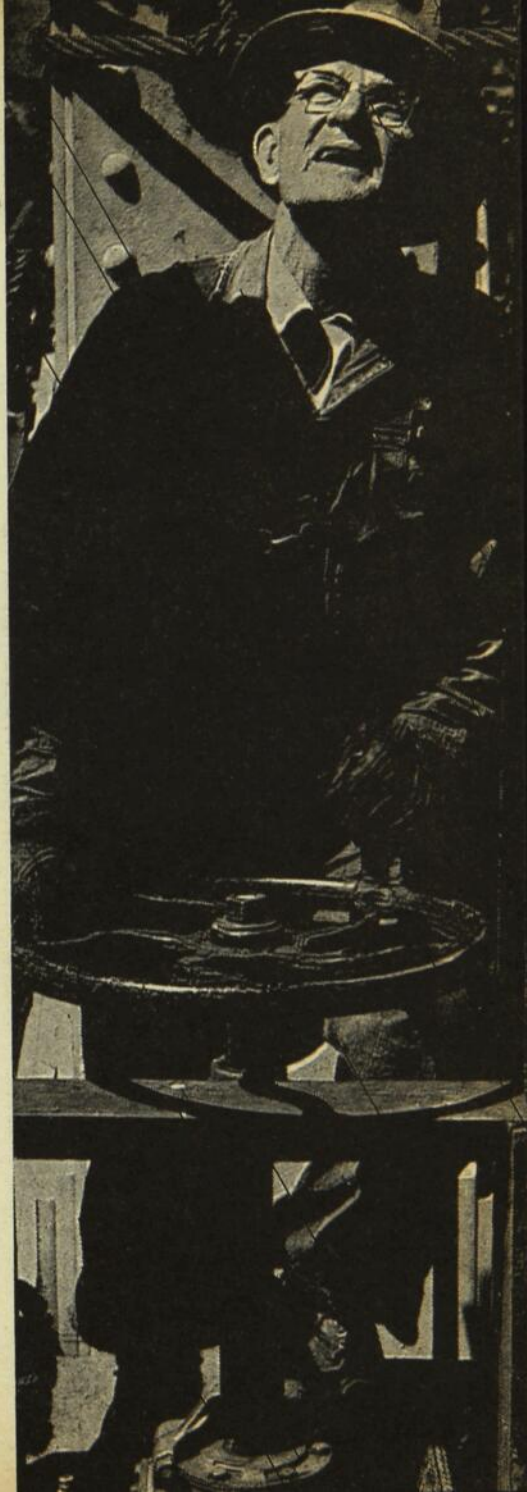
La femme dont le mari exerce un métier particulier, ou qui est obligé d'en avoir deux pour arriver à joindre les deux bouts, doit se rappeler que sur cette terre on ne peut pas tout avoir. Chaque métier a son bon côté et ses inconvénients. Les personnes qui se plaignent à longueur d'année de ce qu'elles n'aiment pas, risquent fort de ne jamais être satisfaites, même si elles en arrivent à décrocher la lune. Savoir s'adapter aux circonstances, accepter les conditions de vie dictées par le travail du mari, s'organiser une vie agréable en dépit de tout. C'est le rôle d'une femme intelligente.

Je connais une femme qui obligea son mari à quitter le métier qu'il aimait parce qu'elle ne pouvait souffrir de le voir travailler la nuit. Il devint vendeur pour une compagnie de produits ménagers. Accomplissant une tâche qu'il n'aimait pas, pour laquelle il n'avait pas d'aptitude et qui lui rapportait moins d'argent, il était malheureux. Il a de très petites chances de réussir dans cette ligne et son bonheur en ménage risque de ne pas supporter la tempête. Savoir s'adapter, pour quelques-unes, peut être la clef du succès de leur vie.

Revenons au point de départ. Face à l'homme nerveux, découragé, qu'était l'ami de mon mari, je me suis sentie un peu responsable. Est-ce qu'une femme ne doit pas aider une autre femme à voir clair dans son problème? Si je lui posais la question, lequel des deux est plus malheureux? Vous ou votre époux? Si elle s'arrête pour réfléchir, elle trouvera vite la solution à ce petit contre-temps. Elle se rendra vite compte qu'une fois le coup de collier donné, son mari retrouvera sa bonne humeur, sa délicatesse à son égard. Tous deux repartiront sur le chemin de la vie, évitant de s'éloigner à la croisée. Çà pourrait être une nouvelle étape dans leur vie.

Il nous faut donc, vis-à-vis le travail de notre époux, être son inspiratrice, devenir collaboratrice pour contribuer à son épanouissement. En accomplissant son rôle d'épouse, dans cet aspect de la vie, la femme y découvre son propre bonheur et réalise le plan de Dieu sur elle.

Quelques images de la vie ouvrière





- *Comme beaucoup d'autres, ils auraient préféré passer une soirée tranquille.*

- *Mais ils ont compris une chose : la solidarité ouvrière.*

- *Et c'est exigeant ! ... Mais y a-t-il moyen d'en sortir autrement.*



- *Une famille de plus qui sera logée... grâce à ces ouvriers !*

- *Chaque ouvrier rend ainsi service aux autres hommes. Peu cependant en ont conscience...*

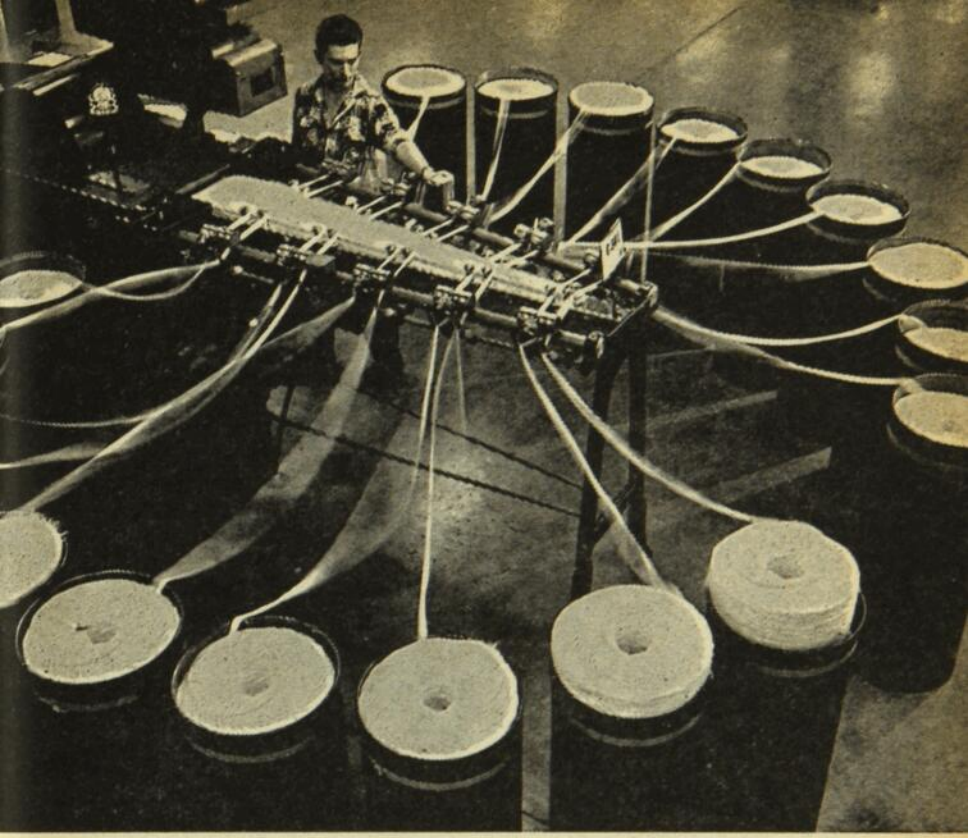
- *Dans le monde moderne, ce n'est pas toujours facile !*



- *Deux ouvriers qui déchargent un camion. Pour le travail, l'un est responsable de l'autre.*

- *Mais il doivent décharger ce camion à deux. Ils sont tous deux indispensables.*

- *Et, ce qui est beaucoup plus important, ils sont tous deux des personnes humaines. Peut importe le travail que chacun fait.*



- *Automation... travail en série... mécanisation...*

- *L'artisan a-t-il encore sa place dans notre monde moderne ?*

- *Le monde ouvrier serait-il détruit, écrasé, soumis à la machine pour satisfaire une plus grande production ?*



A l'écoute !

Comme c'est sérieux un papa et une maman qui parlent de l'usine de papa, des misères qu'il a rencontrées aujourd'hui, du coup de main qu'il a donné à un compagnon !

Maman ne se fatigue jamais, elle l'écoute ... et des fois quand il est triste, elle l'encourage ... Elle est bonne, maman !

Je suis bien chanceuse d'avoir un papa si fort et une maman si douce !

Une visite à l'usine, une rencontre avec le chef du personnel . . .

Prise de contact du milieu de travail et des conditions de vie qui permet à la femme d'être meilleure collaboratrice dans la vie de travail de son époux.





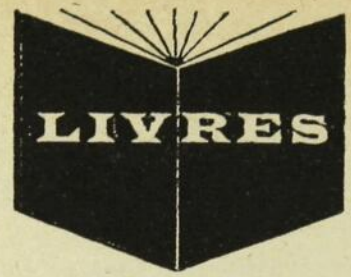
Femmes collaboratrices aux activités reliées à la vie de travail de l'époux !

Loisirs d'usine : Contact humain avec les compagnons de travail et leurs épouses !

Ménagère réalises-tu tout ce que tu dois au travail de l'homme qui t'a assuré le confort de ta cuisine ! Penses-tu à chacun des travailleurs qui y apporta sa part de labeur ?

Sois fière d'être l'épouse d'un de ceux-là !





DES LIVRES, EN VOICI!

Amis lecteurs,

Pour plusieurs, la lecture occupe une place de prédilection. Nous avons donc cru que FOYERS OUVRIERS pourrait rendre service en proposant un certain nombre de volumes, propres à agrémenter et à enrichir vos heures de loisirs.

Nous avons sélectionné un certain nombre de titres parmi lesquels chacun de vous pourra établir le programme de lecture qui lui convient.

En parcourant la présentation que nous faisons de chacun des volumes, vous réaliserez qu'au terme de cette présentation nous avons indiqué une mention d'âge. Il y a des livres dont il vaut mieux différer la lecture à plus tard pour en retirer un profit plus substantiel. En tous cas douteux, nous vous recommandons de consulter vos parents ou éducateurs. Ils sont mieux placés que nous pour vous guider de façon appropriée dans votre choix.

Vous voilà donc en face de nos suggestions ! Nous n'avons pas la prétention de vous décrire le programme de lecture par excellence. Nous voulons seulement vous aider.

NOTE — Titres et commentaires sont extraits de l'ouvrage de M. Franz Weyergans : LA BIBLIOTHEQUE IDEALE DES JEUNES, auquel nous renvoyons nos lecteurs. Ils y trouveront un guide loyal et sûr.

ROMANS

LA SAGESSE DU PERE BROWN

par G. K. Chesterton

ENIGME policière résolue par un détective ecclésiastique, le Père Brown, qui parvient à débrouiller des fils emmêlés et à confondre le coupable par son bon sens et une attitude chrétienne qui lui permet de clarifier les événements. (*Gallimard, 320 p., 15 à 18 ans*).

L'AVENTURE EST EN NOUS

Par Maurice Genevoix

FRANÇOIS est un collégien de 16 ans. Il a des amis, une flamme naissante pour une jeune fille de son âge et surtout un grand désir d'aventures. Il apprendra à mâter ce désir, à l'orienter. Il saura que l'aventure habite à sa porte, mais il devra accomplir le chemin commun à tous les hommes, qui passe par la déception et la souffrance. (*Flammarion, 228 p., 16 à 18 ans*).

CECILE PARMI NOUS

Par Georges Duhamel

LES dix volumes de la *Chronique des Pasquier* font le récit de la vie des membres de la famille Pasquier depuis l'enfance jusqu'à l'âge mûr. *Cécile parmi nous* est sans conteste la pièce maîtresse de la série : chez Cécile moins que chez les autres, l'échec dans l'amour ne tuera pas l'espérance, car la musique la conduit à la foi. (*Mercure de France, 17 à 18 ans*).

TYPHON

Par Joseph Conrad

UN navire pris dans un typhon des mers de Chine. La répercussion du typhon sur les hommes, du capitaine aux coolies qui sont dans la cale, permet d'atteindre tous les sentiments, de la grandeur à la folie. La leçon est haute en héroïsme et maîtrise de soi, mais teintée de stoïcisme. (*Gallimard, 222 p., 16 à 18 ans*).

AMERE VICTOIRE

Par René Hardy

UN commando en mission extraordinaire, lors de la dernière guerre, lutte pour réussir et pour se soustraire à la mort qui le traque dans le désert. Deux hommes s'y affrontent : le lâche à la figure de héros, et le vrai héros, qui refuse de tricher parce qu'il hait la guerre. (*Laffont, 284 p., 17 à 19 ans*).

LE MYSTERE FRONTENAC

Par François Mauriac

LE mystère Frontenac existe surtout dans le coeur des adolescents. C'est le roman de la fidélité, de la pureté des premières années conservées comme une conquête. Jamais Mauriac n'avait su peindre, comme en ce livre, la vérité de la vie traduite en sa bonté. (*Grasset, 380 p., 17 à 19 ans*).

LE PREMIER SPECTATEUR

Par Michel Cournot

UN roman puissant, autour d'une donnée originale : Clouzot tourne un plan de son film *Les Espions* et le recommence plusieurs fois. Mais c'est toute une histoire ! Ce roman servira d'excellente introduction au studio de cinéma, à ses difficultés, à son langage, à sa technique. (*Gallimard, 257 p., 17 à 18 ans*).

LE VIEIL HOMME ET LA MER

Par Ernest Hemingway

CE vieux pêcheur parti seul sur sa barque, ferre un espadon, lutte jour et nuit avec l'énorme bête qui l'entraîne, pour la voir enfin mangée par les requins et ne ramener qu'un squelette. Lutte solitaire, avec un courage poussé au paroxysme. (*Gallimard, 16 à 18 ans*).

LE FLEUVE

Par Rumer Godden

HISTOIRE d'une adolescence, de ce passage mystérieux de l'enfance à la maturité. Une jeune Anglaise qui vit en Inde y apprend, autant par le paysage qui l'entoure que par les faits de sa jeune vie, qu'on ne s'accomplit pas par le rêve ou les regrets, mais en s'acceptant soi-même. (*Albin-Michel, 192 p., 15 à 18 ans*).

MISSION ULTRA-SECRETE

Par Madeleine Duke

UNE aventure vécue et racontée par son héroïne, cette frêle jeune femme qui est chargée, dans l'immédiate après-guerre, de mettre la main sur un savant atomiste qu'elle a connu pendant son enfance. On a un pied dans Buffalo Bill et l'autre dans Graham Greene. Palpitant et divertissant ! (*Gallimard, 287 p., 16 à 19 ans*)

BIOGRAPHIES MADAME CURIE

Par Eve Curie

UN livre émouvant, qui se veut simplement la biographie de cette jeune étudiante polonaise, possédée par la passion de la découverte, qui épousa un grand savant et vécut avec lui la passionnante aventure de la recherche scientifique. (*Gallimard, Coll. Pourpre, 16 à 18 ans*)

NAUFRAGE VOLONTAIRE

Par Alain Bombard

BOMBARD a traversé l'Atlantique seul, sans vivres, sans radio, pour démontrer que les naufragés pouvaient se soutenir par un moral de fer et la nourriture puisée dans la mer. Son récit reste toujours humain et se colore volontiers d'un humour non conformiste. (*Ed. de Paris, 324 p., 15 à 18 ans*)

VIE DU PERE LEBBE

Par Jacques Leclercq

A partir de documents de premier ordre, une vie de ce missionnaire dont l'action aura été de promouvoir les chrétientés indigènes chinoises — pour s'être fait chinois avec les Chinois. Un livre savoureux où passe le souffle de l'Esprit. (*Casterman, 350 p., 15 à 18 ans*)

LES CLOCHES DE NAGASAKI

Par Paul Nagai

NOTES d'un médecin qui s'est converti en lisant Pascal et en voyant mourir sa mère. Après avoir vécu dans une pauvreté totale pour se consacrer à la recherche scientifique, il vit périr sa femme dans un bombardement et y perdit l'usage des jambes. Voyant venir la fin, il consigne une méditation sur la mort et son acceptation. (*Casterman, 200 p., 15 à 18 ans*)

LE SEIGNEUR

Par Romano Guardini

ARDENTE et tranquille méditation sur la personne du Christ. C'est un maître livre, absolument indispensable au chrétien d'aujourd'hui, un livre de culture religieuse et de méditation. (*Alsatia, 2 vol., 350 et 280 p., 18 à 20 ans*)

LA VIE DU CHRIST DANS SON EGLISE

Par Jacques Leclercq

SI l'Eglise est une société organisée en hiérarchie, elle est surtout unie de façon biologique à son fondateur, le Christ. C'est en considérant l'Eglise comme un Christ continué que l'auteur examine la nature de cette société, et aussi la place des fidèles en son sein. (*Cerf, 247 p., 17 à 20 ans*).

OUVRONS LA BIBLE

Par Roger Poelman

UN petit livre mais qui peut être très précieux aux commencements. L'abbé Poelman y dresse un plan de lecture, et celui-ci tient compte à la fois des difficultés de lecture et de leur gradation, en même temps que de la psychologie du chrétien contemporain. (*Ed. Universitaires, 80 p., 16 à 18 ans*)

C'EST TOI CET HOMME

Par Louis Evely

RIEN que de traditionnel, au sens fort du mot. Une règle de vie proposée, une attitude. Il s'agit de se reconnaître comme pécheur, de se vider de soi-même, et de se laisser remplir par le Christ. Abondant en formules qui font choc, ce livre est un pressant engagement à la conversion de chaque jour. (*Ed. Universitaires, 204 p., 17 à 19 ans*)

VIVRE CHRETIENNEMENT NOTRE TEMPS

Par Jacques Leclercq

LE chanoine Leclercq cherche ici des solutions à des problèmes comme : le travail des prêtres et des laïcs ; l'amour chrétien ; la tension contemplation-action ; la morale et la vie sociale . . . Fidèle à la sagesse traditionnelle de l'Eglise, l'auteur satisfait aussi aux exigences de notre temps. (*Casterman, 143 p., 17 à 19 ans*)

APPRENDRE A VIVRE ET A PENSER

Par Jean Guitton

L'EXPERIENCE nous apprend que méthode de travail et art de vivre vont de pair. Jean Guitton le sait qui cerne les deux réalités à la fois. Son livre qui dénonce beaucoup de lieux communs est à méditer car il ne se contente pas de dire et d'enseigner, il est aussi un tremplin pour l'esprit. (*Fayard, 110 p., 16 à 18 ans*)

CONDUITE A L'EGARD D'AUTRUI

Par Louis Lavelle

CE qui marque nos rapports avec autrui c'est surtout une recherche patiente et obstinée de l'amitié chez l'autre. Cette recherche demande un effort de création : faire naître chez l'autre l'homme qu'il doit être. Après des considérations psychologiques, Lavelle conclut sur le plan religieux : le saint n'est pas celui qui se sauve lui-même, mais qui sauve les autres. (*Albin-Michel, 240 p., 18 à 20 ans*)

PAR DELA L'EST ET L'OUEST

Par John Wu

EN racontant sa conversion au christianisme, John Wu initie son lecteur aux moeurs, coutumes, et civilisation chinoises ; il recrée tout un monde ancien en voie de disparaître ; il raconte une vie qui fut une grande avanture intellectuelle ; mais l'essentiel c'est qu'il démontre que les religions de Chine l'ont conduit vers le christianisme, qu'elles sont comme des pierres d'attente. (*Casterman, 300 p., 15 à 18 ans*)

BILAN DE L'HISTOIRE

Par René Grousset

FAISANT le tableau de l'évolution du monde, l'éminent historien s'interroge sur le sens de l'Histoire, en faisant des recoupements intelligents, en mettant par exemple en parallèle les apports de l'Orient et de l'Occident. Il entraîne le lecteur dans ses propres réflexions qui toujours tentent de situer les valeurs dans un ordre authentique. (*Plon, 420 p., 17 à 19 ans*)

La photographie pour petit budget

N'AVEZ-VOUS pas remarqué comme la photographie est devenue populaire depuis quelques années ? Qui d'entre nous, en effet, ne traîne pas avec lui son appareil quand il va en excursion, à des noces, en vacances, que sais-je encore ? Tout est prétexte à photo. Je ne passe pas une seule journée sans croiser dans nos rues quelques photographes amateurs, surtout quand le temps s'y prête.

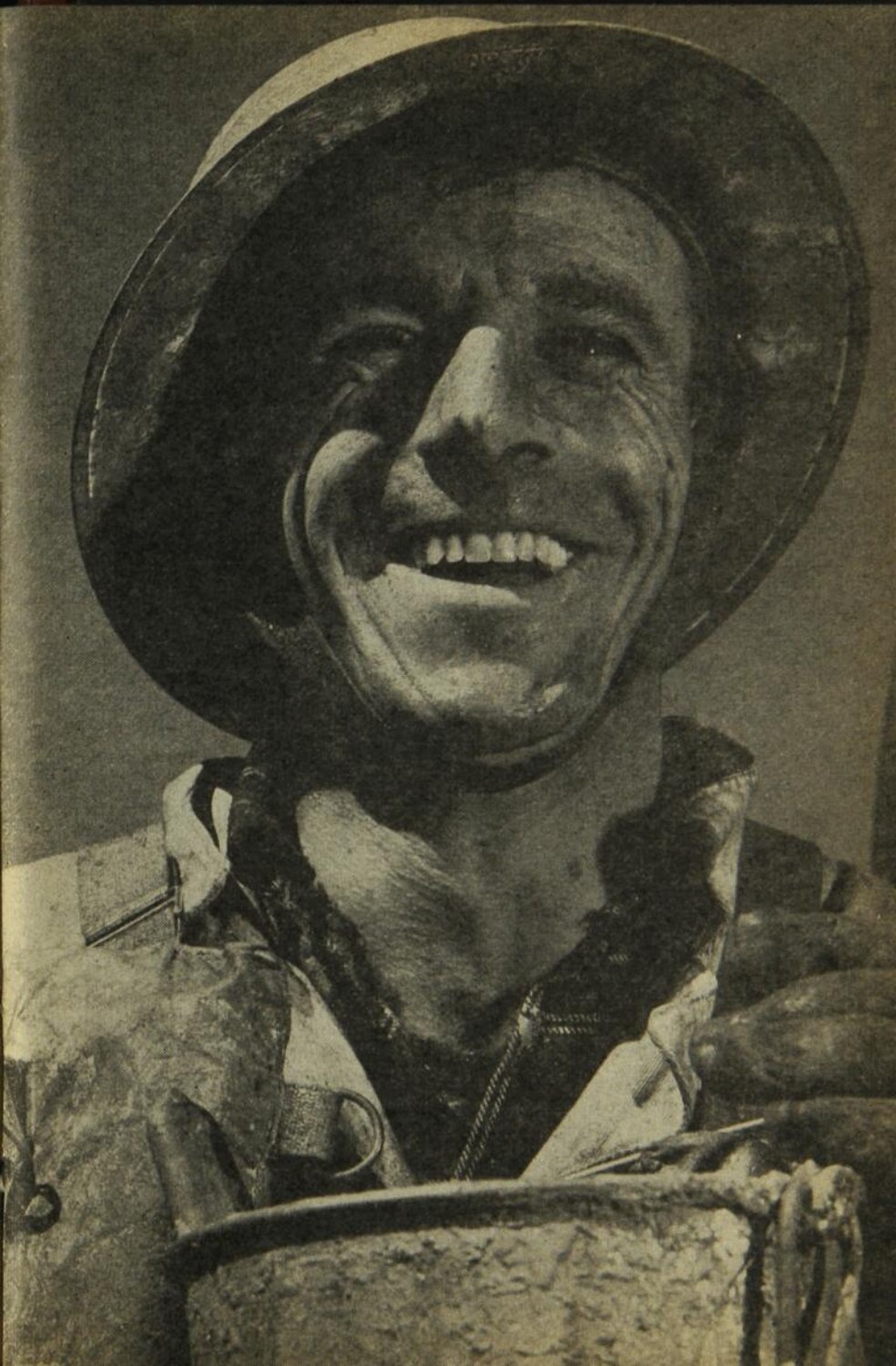
Certains de ces amateurs sont si passionnés qu'ils accordent à la photo autant d'heures de leur vie qu'un philatéliste enragé à ses timbres. Et ce n'est pas peu dire !

Peut-être dites-vous que la photographie est un passe-temps des plus dispendieux et vous refusez-vous, pour cette raison, ce plaisir ? Si, dans la plupart des cas, cette passion devient dispendieuse, il est cependant possible de s'y adonner sans trop de frais.

QUEL APPAREIL CHOISIR ?

L'équipement de base, c'est-à-dire — à toute fin pratique — la camera, peut vous coûter à peine quelques dollars. Vous n'arriverez pas à des résultats toujours éclatants, peut-être, mais vous parviendrez à faire de la bonne photo, à la condition — bien entendu — de connaître comme il faut les possibilités et les limites de votre appareil. On risque, autrement, à ne faire que du gâchis.

Le marchand vous expliquera le fonctionnement de votre camera, et vous y gagnez en allant dans les boutiques dont c'est la spécialité. Mais ces explications ne vous suffiront pas. Lisez attentivement le livret d'instruction qui accompagne généralement la camera. N'ayez pas peur de tenter des expériences, par temps clair ou par temps



sombre, à l'intérieur comme à l'extérieur, en ayant soin de prendre note de chacune de ces expériences. Vous verrez les résultats et serez moins portés à commettre ultérieurement les mêmes erreurs.

En ce qui concerne l'achat lui-même, ayez soin de ne jamais acheter d'appareil sans l'avoir comparer avec d'autres. Votre critère sera de ne vous fier qu'aux marques reconnues : Kodak, par exemple.

Et surtout pas d'appareil compliqué. On peut souvent se laisser gagner par l'attrait de quelques particularités. Mais moins on paie cher, moins l'appareil doit fournir de possibilités. Sinon on risque de tomber sur une camera de laquelle on ne tirera rien qui vaille ou qui ne restera en bon ordre que durant quelque temps. Donc, tenir compte de la simplicité du fonctionnement.

POUR UN APPAREIL PLUS PERFECTIONNÉ

Avec un appareil de quelques dollars, il ne faut pas se surprendre si on est très limité. Quand il y aura trop de luminosité, par exemple, la photo sera sur-exposée ; quand il y en aura trop peu, elle sera sous-exposée. Si l'objet se déplace à une trop grande vitesse, les formes deviennent floues. Et la photo est ratée !

L'avantage d'une camera plus perfectionnée est qu'on peut régler à volonté la vitesse du déclic ainsi que l'ouverture du viseur. Ainsi on a une meilleure impression de la lumière sur la pellicule. Pour les objets qui se déplacent à une très grande vitesse, on n'a qu'à ajuster l'appareil pour les saisir à un 200ème ou à un 400ème de seconde et on peut ainsi réussir à immobiliser les objets en mouvement de telle sorte que leurs formes sont bien précisées.

Le maniement d'un tel appareil exige plus d'attention, car il faut régler vitesse et ouverture chaque fois que l'on veut prendre des photos, mais le travail en vaut la peine.

Il existe de tels appareils à bas prix. Certaines maisons japonaises en fabriquent de très bons. Je recommande ces maisons, car pour obtenir des cameras de même qualité ailleurs on doit généralement payer le triple.

Encore une fois, comme ces appareils sont bon marché — si bons soient-ils — évitons tous

ceux qui offrent de trop grandes possibilités. Dès que l'on peut régler la vitesse et l'ouverture, cela est suffisant. N'oublions jamais qu'un appareil précis revient rarement à moins de cent dollars . . . Donc, encore une fois : faire attention à la simplicité du mécanisme.

Nous recommandons particulièrement le Yashica A. Il coûte à peine plus de $20 et nous procure presque autant de satisfaction qu'un appareil qu'on aurait payé le triple ou même le quadruple.

LE LABO : UNE ECONOMIE

Vous pouvez également réaliser des économies tout en augmentant votre plaisir en disposant de votre propre laboratoire. Ansco et Kodak, notamment, vendent des ensembles de cuves, acides, papiers. Le tout pour quelques dollars.

Développer ses propres photos est, notons-le, beaucoup plus facile qu'on le croit, et ceci vous permet d'améliorer certains négatifs qui n'ont pas été suffisamment exposés à la lumière ou qui l'on trop été. Comme c'est vous-même qui aurez pris vos photos, vous pourrez laisser vos négatifs un peu plus ou un peu moins longtemps dans l'acide **révélateur**. Vous aurez pu ainsi corriger quelque peu les défauts de pose.

Vous commettrez des erreurs. Mais après deux ou trois séances de labo on devient vite expert. Surtout si vous avez eu soin de vous servir, d'une fois à l'autre, de la même sorte d'acides et de films. Ceci est très important pour qu'un débutant réalise des progrès sensibles.

POUR LE BRICOLEUR

Le bricoleur pourra se fabriquer un agrandisseur et d'autres appareils utiles.

Il existe chez la plupart des libraires et particulièrement chez les marchands de photographies des livres qui vous renseigneront sur ces genres de fabrications.

Je recommande, entre autres, à tout débutant et à tout bricoleur, **La Photographie de A à Z** de Jean Ustava, édité par la **Bonne Presse.**

CONSULTEZ VOTRE CALENDRIER DE BEAUTÉ

PAR LISE DUMONT-GAUTHIER

Voici un calendrier de beauté que vous pourrez consulter. Il vous suggère de bonnes habitudes qui vous aideront à garder cette fraîcheur, cette netteté qu'on aime trouver chez les jeunes filles.

Vos cheveux

CHAQUE JOUR

Pour que vos cheveux soient en bonne condition, le plus sûr moyen est de les brosser régulièrement et vigoureusement avec une brosse assez dure et de bonne qualité. Vos cheveux peuvent être les indicateurs d'une déficience de votre organisme. Mais si votre état de santé est satisfaisant, mieux que toutes les lotions, crèmes ou autres produits, ce traitement leur donnera la vitalité et le lustre que vous devez en attendre. Brossez vos cheveux par en-dessous, rejetant votre tête en arrière et par de longs mouvements ; brossez de la racine à la pointe des cheveux.

UNE FOIS LA SEMAINE

Un bon shampooing. Faites un "casque" de mousse de votre shampooing préféré et frottez du bout de vos doigts. Massez par "régions" ; partant des tempes, remontez vers le dessus de la tête en massant doucement mais fermement. Même chose en partant de la nuque. Puis relaxez quelques minutes. Si vos cheveux sont gras, choisissez un shampooing sans savon, un shampooing au goudron par exemple. Vos cheveux sont-ils secs ? Alors préférez un shampooing-crème contenant des oeufs ou de la lanoline. Dans

les deux cas, il n'y a rien de mystérieux dans l'aspect terne de vos cheveux après qu'ils sont lavés. Ils ne sont tout simplement pas assez rincés. Il faut donner plusieurs rinçages à l'eau tiède et terminer par une eau additionnée du jus d'un citron. Après les avoir bien asséchés avec une serviette épaisse, faites votre mise en plis.

OCCASIONNELLEMENT

Viendra un moment où vous devrez prélever sur vos économies la somme nécessaire à une bonne coupe de cheveux. Après que les ciseaux d'un expert vous auront fait une "nouvelle tête", libre à vous de garder vos cheveux tels quels ou de leur donner une légère permanente dans les bouts seulement. Le nécessaire-à-permanente-maison est une bénédiction et c'est si simple d'y procéder en suivant les indications fournies sur chaque boîte que votre petite soeur s'improvisera coiffeuse pour l'occasion. Une permanente légère doit être renouvelée au bout de trois mois. Adoptez la coiffure qui convient le mieux à votre personnalité. Si vous êtes indécise, voyez un bon coiffeur qui vous fera bénéficier de son expérience. Observez bien la façon dont il fait la mise en plis et vous pourrez peut-être la faire vous-même la semaine suivante. Malhabilement au début, mais de mieux en mieux par la suite.

Votre figure

CHAQUE JOUR

La chose la plus importante, vous l'avez devinée est la propreté du visage. Pour une peau grasse, lavez deux ou trois fois avec très peu de savon et à l'eau tiède, jamais d'eau chaude ; rincez à l'eau froide. Asséchez avec une serviette très douce. Si votre peau est plutôt sèche, lavez votre figure deux à trois fois par jour et appliquez une légère couche de crème hydratante (moisture) avant de vous mettre au lit.

UNE FOIS LA SEMAINE

Que vous ayez le plus beau teint du monde, il vous arrivera inévitablement d'avoir des boutons ou des points noirs. Premier point : n'y pas toucher, ne pas essayer de les enlever, vous pourriez laisser des marques ineffaçables. Appliquez plutôt une poudre médicamentée à base de soufre, qui les fera sécher et disparaître sans aucune trace, mais surtout dites adieu au chocolat et aux fritures pour un certain temps. Pour les points noirs, une fois par semaine, préparez la pâte faite de trois cuillerées à table de gruau avec un peu d'eau, et frictionnez doucement les parties de la figure où les points noirs sont le plus fréquents : nez, menton, haut des joues. Si vous avez les pores dilatées, mettez votre visage au-dessus de la vapeur d'eau bouillante pendant quelque 20 minutes. Répétez ce traitement toutes les semaines et vous ne tarderez pas à voir une amélioration.

OCCASIONNELLEMENT

Des sourcils parfaits sont rares. Brossez-les de temps à autre avec une crème légèrement parfumée, en leur donnant leur ligne naturelle. Avec une pince à sourcils très propre, enlevez seulement les poils superflus dessous et entre les sourcils. Si vous en enlevez trop vous risquez de briser la ligne naturelle de vos sourcils. Pour ce qui est du maquillage, adoptez plutôt les rouges roses pour vos lèvres et très peu de fond de teint souple pour rendre votre teint mat.

Vos mains

CHAQUE JOUR

Toutes les jeunes filles veulent avoir les mains douces, mais il faut pour cela leur donner les soins nécessaires. Si vos mains ont dû tremper un certain temps dans l'eau savonneuse, il faut les rincer sous l'eau courante et enlever toute trace de savon. Asséchez-les bien et poussez

les cuticules avec un coin de serviette propre et polissez les ongles. Ensuite, étendez une bonne crème à mains riche en huiles. Gardez-vous un pot de cette crème, dans votre bureau, à l'école, et appliquez votre crème, discrètement, après chaque "ablution". Si vos mains doivent tremper trop longtemps dans l'eau savonneuse, habituez-vous alors aux gants de caoutchouc, c'est encombrant au début, mais on s'y fait. Et surtout n'exposez jamais vos mains nues à une température froide. Portez des gants très tôt à l'automne, et toujours en hiver.

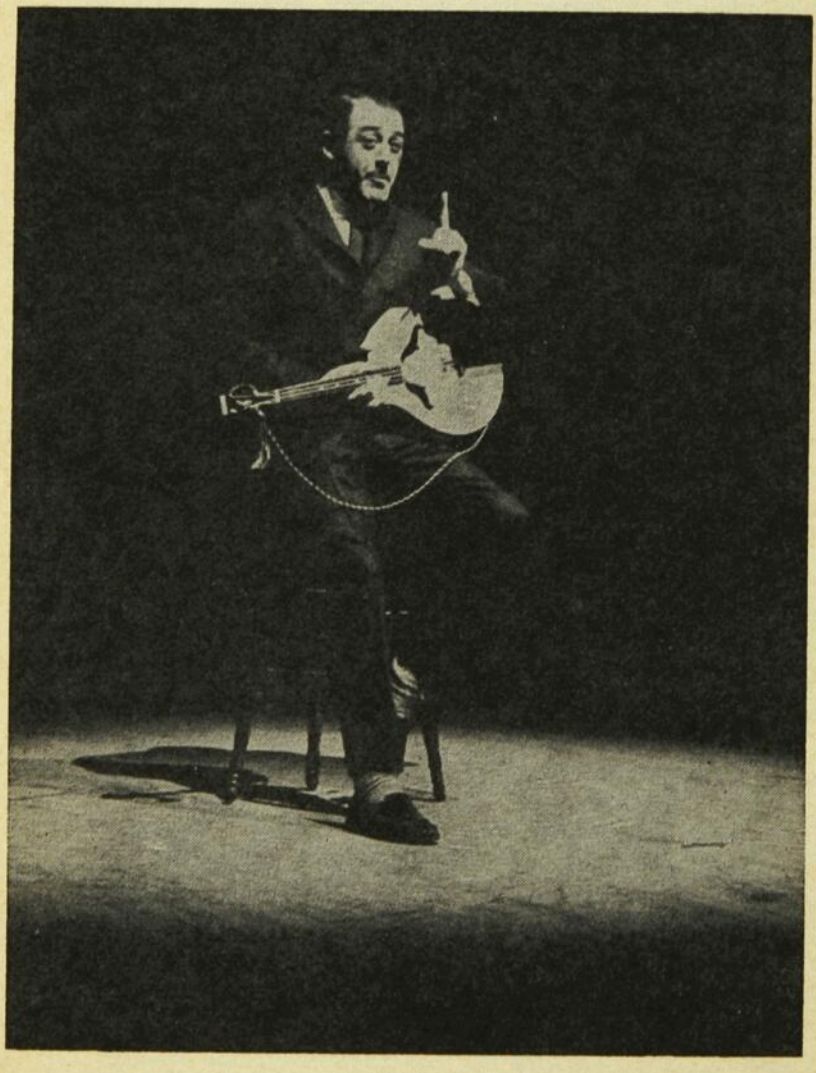
UNE FOIS LA SEMAINE

Un manicure-maison. Agréable à faire, vous pourrez y consacrer une partie de l'après-midi et en profiter pour vous détendre. Avant de commencer, mettez à votre portée tout ce dont vous aurez besoin : lime d'émeri, bâton de bois d'oranger, coton absorbant, huile pour bébé, poli à ongle. Taillez vos ongles en forme d'amande et tous de la même longueur ! Ne les limez pas trop près de la peau dans les coins, cela affaiblit l'ongle. Puis appliquez le poli et gardez vos mains à peu près immobiles pour quelques minutes pour laisser durcir le poli.

OCCASIONNELLEMENT

Donnez un bon massage à vos mains. Enduisez-les d'une bonne crème et massez-les exactement comme lorsque vous enfilez des gants de daim, en partant du bout des doigts et en descendant vers le poignet. Avec des pressions lentes et fermes, massez bien le dessus de la main. Remettez de la crème afin de ne pas irriter. Lorsque vous vous lavez les mains, rincez-les toujours à l'eau froide. Le passage brusque de l'eau chaude à l'eau froide facilite la circulation. Et ne faites qu'assécher vos mains en les tamponnant légèrement avec une bonne serviette. Vous éviterez ainsi les gerçures.

Jos Laframboise



par

Raymond Lévesque



Alors un jour comme ça,
Je me suis aperçu que je m'appelais "Jos Laframboise".
Avant ça, je n'y avais jamais pensé.
Je m'étais jamais arrêté à ça.
Je savais que je m'appelais "Jos Laframboise", c'est tout.
J'aurais pu aussi bien m'appeler Hector Rivet ou n'importe quoi !
C'aurait été la même maudite affaire pour moi.
Mais un jour, en cherchant ma première job,
Dans les annonces classées
Ça m'a frappé, tout à coup, parce que je me suis aperçu
Que je ne savais rien faire.
On demandait des débosseurs,
Je savais pas débosser.
Des riveurs.
Je savais pas river.
Je me suis dit : "C'est drôle cette affaire-là,
De quoi ça dépend que je sais rien faire ?"
Alors, je me suis mis à penser.
Chez-nous, on était dix.
Mon père gagnait quarante piastres par semaine.
Pas question de faire de cours classique.
Ma mère faisait des lavages pour rejoindre les deux bouts,
Alors nous autres les p'tits boutes,
Comme on était toujours dans les jambes
Elle nous mettait dehors le matin,

Puis elle nous ramassait le soir.
Ça fait que notre éducation
On l'avait avec les vendeurs de bananes.
Ainsi de suite, à douze ans,
Pour aider à payer le chesterfield,
On commence à livrer des ordres à l'épicerie.
On fait ça pendant quelques années,
Et puis un jour, juste comme on va avoir une augmentation,
Le patron nous sacre dehors pour engager son neveu.
De fil en aiguille on se retrouve, à vingt ans,
Devant les annonces classées... et puis on sait rien faire.
Ça fait que l'on s'engage comme journalier,
Et puis on pelle de la terre.
Mais... pelle de la terre ! Tu te tannes.
T'arrive chez toi le soir, t'es tellement fatigué,
Que t'as même pu le courage de sortir avec ta blonde.
Ça fait que ta blonde, elle sort avec un autre,
Et puis toi, tu restes avec la pelle
Mais... tu sais comment c'que c'est !
Une pelle, ça embrasse mal !
Alors tu lâches la job
Pour suivre des cours du soir.
Mais pour apprendre un métier qui a du bon sens,
Il faut savoir compter,
Toi, tu ne sais pas compter.
T'es ben capable de te démêler dans ton petit change,
Mais, à part ça...
Et puis... cours du soir...
Pendant ce temps-là ta blonde sort toujours avec un autre.
Ça fait que tu lâches les cours du soir.
Et puis tu t'engages sur une construction
Pour apprendre le métier de menuisier.
Mais, menuisier, c'est pas n'importe qui qui peut être menuisier.
Et toi, tu frappes toujours à côté.

Tu t'engages donc sur une "run" de lait.
Mais toi, tu as peur des chevaux.
A la fin c'est pu toi qui fais la "run" c'est le cheval.
Il va où il veut.
C'est rendu que les clients cherchent leurs bouteilles avec une boussole.

Tu perds ta job.
Tu penses alors à t'engager dans l'armée.
Mais pour l'armée, il faut au moins que l'on te voit.
Et toi au "porc and bean" tu es devenu tellement maigre,
Qu'il faudrait que les chinois te cherchent pour te tuer.
Ça fait que là, t'es pogné !
Tu sais plus quoi faire.
Alors, tu prends cinq cennes et puis t'achètes le journal.
A part livrer les paquets,
Comme t'es capable de rien faire,
C'est à ce moment-là que tu réalises que tu t'appelles "Jos Laframboise"

Là, ça veut te dire quelque chose au moins.
Tu dois ta chambre, t'as rien à manger...
Là, tu le sais en maudit comment tu t'appelles.
Et puis, t'as beau courir, faire n'importe quoi,
T'as toujours ton nom qui te suis.
Et c'est plus rien que quelques lettres,
C'est toi.
C'est toi qui a faim et qui as pas d'ouvrage.
C'est toi qui sais rien faire.
Parce qu'on t'a rien montré.
Maintenant, il est trop tard pour apprendre quoi que ce soit.
Il faut marcher,
Le pain, ça s'achète.
Alors tu te dis...
"Je vais marier une femme riche".
Mais les femmes riches, il faut les trouver.

Ça fait rien.
T'empruntes cinquante cennes,
T'achètes des lames de rasoir,
Tu te fais la barbe comme il faut.
Et tu vas te promener dans les beaux quartiers.
Tout à coup, la chance de ta vie.
Une belle femme en manteau de vison
Qui échappe sa sacoche.
Les jambes à ton cou,
Tu cours pour aller la ramasser,
Tu t'enfarges...
Béding, bédang.
Tu tombes aux pieds de la dame
Les deux mains sur la sacoche,
Elle a peur, crie "au voleur".
On t'arrête.
Comme tu habites à l'autre bout de la ville,
On te demande ce que tu fais dans ce quartier-là,
Tu sais pas quoi répondre...
La prison.
Dans les journaux du soir, on écrit :
"Monsieur Jos Laframboise condamné pour avoir attaquer une dame."
Jos Laframboise, c'est toi ça.
Et les gens savaient même pas que tu existais.
Et puis, à part ça... qu'est-ce que ça leur fait.



Equipe du magazine

Simone Comeau
Thérèse Vigeant
Emilia Lacroix
Eliane Crépeau
Marcel Colette
Jean-Louis Dion, O.M.I.

Avec l'autorisation de l'Ordinaire.

Les articles publiés dans ce magazine présentent les opinions de leurs auteurs et n'expriment pas nécessairement celles de la L.O.C.

SAINT-SULPICE

Table des matières

ALIMENTATION :

Dîner de Noël : Menu 81
Recettes 82

CONSEILS DIVERS :

Que faire quand l'incendie éclate 30
Pour votre sécurité 33
Mettez votre maison en couleurs 47
Technique élémentaire (ski) 70
Votre chevelure 89
Soins de beauté 148

CONTES :

La femme blanche, *Carmen Roy* 12
Un fakir malchanceux 57

COUTURE ET TRICOT :

La famille canard 26
Chien accroupi 63
Un pingouin 107

DIVERS :

Femmes d'hier — Femmes d'aujourd'nui, *Jean Blais* 2
Une indiscrétion au profit des "Femmes seules", *Simone Comeau* 34
J'ai retrouvé Alex Pelletier, *Laurette Larivière* 40
Connaissez-vous les règlements du football 65
Un psychiâtre vous parle, *Dr François Cloutier* 66

S'assurer pour combien ? ... 72
L'invention de la carte de Noël ... 100
La photographie ... 145
Les livres ... 138

EDUCATION :

Où poursuivra-t-il ses études ? ... 48
Nos enfants sont-ils heureux, *Suzanne et Adrien Malo* ... 91
Les problèmes de l'orientation des jeunes, *Claude Paradis* ... 97
Préparons Noël en famille ! *Emilia Lacroix* ... 102
Ne laissez pas les enfants jouer avec les . . . boutons ... 109
Education du sentiment chez les adolescentes, *Anna-Maria Pigeon* ... 112
Tout est fini . . . tout commence !, *Soeur Gabriel Lalemant* 116

SANTE :

Culture physique : 15 minutes par jour : mais quel changement ! ... 21
Etes-vous bonne infirmière ? ... 25
L'alimentation de votre enfant, *Dr Dagenais Pérusse* ... 75
Etes-vous bonne diététicienne ? ... 111

VIE DE TRAVAIL :

Si l'on vous offrait la "job" de contremaître, *Jacques Champagne* ... 8
"Ah ! On a plus les femmes qu'on avait", *Thérèse Vigeant* ... 86
C'est pas pour demain !, *Jean Jos. Fortin* ... 121
Savoir donner un bon coup d'épaule, *Reina Comte* ... 125
Reportage photographique ... 129

Nos Collaborateurs

Nous voulons remercier toutes les personnes qui ont gracieusement contribué à la préparation de cette édition. Conseils, suggestions, critiques, articles, tous y sont allés de leur appui. Soulignons en particulier :

Révérend Père Jean-Louis Dion, o.m.i.
Révérende Soeur Gabriel Lalemant, s.g.
Mlle Lise Dumont
Mlle Emilia Lacroix
Mlle Nicole Lapointe
Mlle Laurette Larivière
Mlle Anna Maria Pigeon
Mlle Carmen Roy
Mlle Thérèse Vigeant
M. et Mme Adrien Malo
Mme Reina Comte
M. Jean Blais
M. Jacques Champagne
Dr François Cloutier
M. Marc Ellefsen
M. Jean Jos. Fortin
M. Jean-Paul Hétu
M. Claude Paradis
Dr Dagenais Pérusse
Canadian Needle Craft
Le journal François
Le journal Vie Etudiante
L'Office National du Film

Imprimerie W.-H. Gagné & Fils Ltée, St-Justin, Cté Maskinongé, Qué.