

# PLEIN AIR

**Ce cahier spécial de 12 pages présente un éventail de bons conseils et de trucs susceptibles de faciliter la tâche aux horticulteurs amateurs qui doivent eux aussi se réveiller... comme le printemps qui renaît!**



## LE PRINTEMPS ARRIVE: LES INSECTES QUI PIQUENT AUSSI

Les enfants et les vieillards sont plus susceptibles d'être intoxiqués par le venin de certains insectes. Tout le monde essaie de se défendre contre ces bestioles. Vous trouverez dans ce cahier des trucs pour les éloigner et, si par malchance elles se sont attaquées à votre anatomie, des moyens pour vous soulager.

— Page 10



## LE PRINTEMPS EST-IL EN RETARD ?

♦ «On n'a pas nécessairement un printemps hâtif... mais on peut difficilement comparer d'une année à l'autre, car il y a plus d'un critère à considérer: la température, la neige au sol et les précipitations de pluie» confie Eddy Walsh, un spécialiste de la météo de Transport Canada.

L'an dernier, dès la première semaine d'avril, il n'y avait plus de neige au sol du tout, alors qu'on en mesurait encore une quarantaine de centimètres, à la même date cette année. Là, on est nettement en retard. Par contre, cet hiver, il est tombé 72 cm de neige de plus (291 cm) que les 219 cm de 1987.

Côté température, la région de Québec est en avance sur l'an dernier, toujours par rapport à la normale. Depuis le début du mois, on a conservé à peu près 5 degrés Celsius au-dessus de la moyenne normale.

La comparaison que l'on pourrait risquer, pour montrer que le printemps se fait précoce, sans être hâtif, c'est en comparant avec la saison 1984-85, alors que l'accumulation de neige avait atteint 321 cm, et qu'il en était resté jusqu'au 27 avril. Donc, conclut Eddy Walsh, cela se traduit bien relativement par une avance par rapport à la normale du temps, pour ce moment-ci de l'année, sans signifier pour autant que le printemps 1988 est idéal. ●

# Créer un «aménagement comestible»

◆ Une nouvelle vague d'aménagement déferle sur les États-Unis et le Canada anglais et commence aussi à se faire sentir ici, au Québec. Certains auteurs l'ont traduit littéralement du terme anglais « edible landscaping » par « aménagement comestible ». Même si le terme nous paraît un peu suspect (je préférerais « aménagement avec des plantes comestibles »), l'idée en soi est excellente: on incorpore dans l'aménagement paysager des plantes utiles et comestibles, comme les fruits, les fines

herbes et les légumes, plutôt que des plantes purement décoratives. D'une pierre, deux coups, quoi!

par Larry HODGSON  
(collaboration spéciale)

L'idée paraît même si simple que l'on se demande pourquoi personne n'y avait pensé auparavant. On a presque toujours relégué les légumes et fines herbes au potager et les arbres fruitiers au verger sans jamais penser qu'ils pourraient avoir un attrait visuel. Pourtant, beaucoup de plantes comes-

tibles ont des attraits indéniables. La tomate, par exemple, a déjà été très prisée comme plante décorative et ce n'est que depuis 75 ans environ qu'on l'a bannie du jardin ornamental... soit au moment où l'on découvrit qu'elle était comestible.

L'aménagement avec les plantes comestibles peut se pratiquer dans n'importe quelle situation, mais est surtout pratique pour ceux qui manquent d'espace de jardinage, comme c'est le cas pour les citadins. Alors que plusieurs avaient abandonné tout espoir de cultiver un potager, croyant qu'un aménagement paysager était tout ce qui leur était possible, on leur propose maintenant de faire un aménagement à deux usages avec des plantes comestibles.

Voici quelques suggestions de plantes comestibles à ajouter à votre aménagement existant... ou même pour le remplacer complètement!

## Arbres

Les arbres fruitiers font d'excellents choix pour les petits jardins, étant tout naturellement de taille restreinte. Tous fournissent une très belle floraison au printemps et plusieurs ont des fruits colorés attrayants qui demeurent longtemps sur l'arbre. On suggère toutefois une taille plus restreinte que celle employée dans le verger: après tout, le côté esthétique devrait dominer, même si la production de fruits est un peu moindre. Pensez aux pommiers, aux poiriers, aux pruniers et même à certains pommiers.

## Arbustes

L'amélanchier produit de belles fleurs blanches au printemps, des fruits décoratifs et comestibles à l'été, un feuillage flamboyant à l'automne, et un écorce décoratif à l'année. Les divers gadelliers et groseilliers font de petits arbustes fournis, décoratifs et productifs et peuvent même s'employer en haie. Et il y a aussi des noisetiers

rustiques qui sont aussi très attrayants en toute saison.

## Plantes grimpantes et couvre-sols

Plusieurs légumes

rampants poussent à merveille lorsque supportés par un treillis: concombres, haricots à rames, courges, etc. La vigne fait aussi un ex-

cellent choix pour couvrir de façon permanente une clôture disgracieuse. Il faut cependant faire des recherches pour trouver des cultivars adaptés à notre climat. Enfin, comme couvre-sol pour un endroit mi-ombragé, pensez aux fraisiers remontants qui produisent tout au long de l'été des fleurs blanches et des fruits savoureux.



Les plants de tomate décorent bien un fond de cour.



Plusieurs légumes, comme la tomate-cerise, par exemple, sont à la fois décoratifs et délicieux.

## Plates-bandes

Ce n'est pas le choix qui manque! Plusieurs légumes, comme la tomate-cerise, par exemple, sont à la fois décoratifs et délicieux. Et même ceux qui ont peu d'attrait en soi peuvent se marier avec des fleurs annuelles où leur feuillage vert met en relief les couleurs des fleurs. C'est notamment le cas de la carotte, de la betterave et du persil. De plus, de nombreuses « plantes à fleurs » sont en fait comestibles, comme la capucine (dont les fleurs, feuilles et graines peuvent s'ajouter aux salades estivales), le calendula et l'hémérocalle (fleurs comestibles) et les tourne-sol (graines).

## Bordures

La ciboulette fait une bordure dense et résistante et n'est pas envahissante ni sujette aux maladies ou insectes. Elle produit de belles fleurs durables au début de l'été et un feuillage décoratif du printemps à l'automne. Plusieurs fines herbes - et surtout le thym - font d'excellentes bordures basses. Même la laitue en feuilles, plantée en rangée serrée, fait une bordure très attrayante... et délicieuse! Pensez surtout à la variété « Red Sails », aux feuilles bronzées presque rouges.

Et voilà! La prochaine fois que vous cherchez une plante originale et décorative pour égayer votre terrain, vous n'aurez peut-être pas besoin d'aller chercher plus loin que le bout de votre potager! ●

## ALLUME-TOUT

ATTENTION CAMPEURS, PÊCHEURS, CHASSEURS ET AUTRES...

Voici l'article indispensable pour allumer vos feux de foyer, barbecue, etc. Pratique en toutes saisons.

Également disponible, bois de chauffage préemballé.

DISTRIBUTION LATULIPPE

145, rue André, Beauport  
G1E 5G4 — 664-1250

## ÉQUITATION COURS

Camp d'été



COURS DONNÉS PAR DES INSTRUCTEURS QUALIFIÉS

- Enfants (7 ans et plus)
- Adultes
- Débutants
- Perfectionnement

(desservi par autobus)  
Inscription:

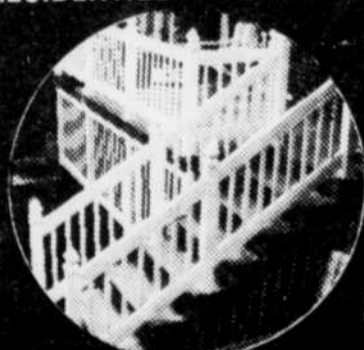
871-0150 872-9568  
1240, St-Ange, Ste-Foy

CENTRE EQUESTRE  
STE-FOY



## Clôture

RÉSIDENTIEL — COMMERCIAL



Estimation gratuite  
Ouvert le samedi

## Clôture Orléans

- Clôture et rampe de balcon en P.V.C.
- Éléance, solidité, durabilité
- Garantie de 15 ans sur les matériaux
- Installation garantie

Salle de montre au  
10, Place des Bourgeois  
Charlesbourg

849-7158

Rive sud:  
836-1401



## CLÔTURE

ESTIMATIONS GRATUITES



- VENTE
- RÉPARATION
- INSTALLATION
- RÉSIDENTIEL
- COMMERCIAL



• CLÔTURES EN MAILLES DE CHAÎNE, BOIS, ACIER, P.V.C.  
C'EST MAINTENANT LE TEMPS DE PENSER À VOTRE CLÔTURE

Camille Lapierre INC.  
8500, boul. de l'Ormière, Neufchâtel

843-5575  
622-0525

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# En certains endroits, les plantes tapissantes remplacent le gazon

◆ Quelle partie de votre terrain exige le plus de temps et d'efforts? Dans bien des cas, ce n'est pas, comme l'on s'y attendrait, le potager ou la plate-bande, mais bel et bien la pelouse. En effet, l'engouement pour les grands espaces verts font en sorte que beaucoup de Québécois passent plusieurs centaines d'heures par année à tondre, désherber, engraisser, aérer, déchaumer et réparer leur gazon. Le pire, c'est que, dans certaines conditions, on n'arrive pas à obtenir un beau gazon, malgré des efforts de géant, car le gazon exige beaucoup de soleil et un sol aéré et bien drainé pour profiter.

par Larry HODGSON  
(collaboration spéciale)

On oublie que le gazon (composé en majeure partie de graminées qui exigent des tontes fréquentes) peut être remplacé par de nombreuses autres plantes tapissantes qui sont naturellement naines et n'exigent qu'un entretien minimal. Ce sont les choix idéaux - voire essentiels - pour les terrains en pente, les coins difficiles d'accès et les endroits ombragés où l'entretien d'un gazon est ardu, mais elles peuvent aussi aider, même dans les conditions qui conviennent au gazon, à réduire sa surface et donc son entretien.

Il existe de nombreuses plantes tapissantes. La plupart sont des vivaces herbacées qui meurent l'hiver pour renaître au printemps, ou encore des arbustes bas et rampants qui ne dépassent pas 30

cm de hauteur. Toutes ont un feuillage décoratif et plusieurs, de plus, offrent de belles fleurs ou des fruits attrayants.

Il ne faut pas s'imaginer que l'emploi de plantes tapissantes élimine tout le travail. En fait, les plantes tapissantes sont généralement plus lentes à s'établir que le gazon et les deux premières années exigent donc beaucoup d'efforts, surtout au niveau du désherbage. Une fois que les plantes sont bien établies, cependant, leur croissance est assez dense pour étouffer les mauvaises herbes et comme elles n'exigent pas de tonte, le travail est ensuite réduit au minimum.

### Plantation

On commence par bien nettoyer l'espace à couvrir et par retourner le sol en enlevant toute plante ou partie de plante qui pourrait devenir éventuellement envahissante, incluant le gazon. On espace les plantes à tous les 15 à 45 cm, selon les recommandations du vendeur et on arrose bien. Pour empêcher la prolifération des mauvaises herbes, on recommande de recouvrir immédiatement le sol entre les plants d'un paillis organique (morceaux d'écorce, paille, etc.). On peut aussi utiliser les paillis non-organiques - un géotextile, par exemple - pour les plantes qui ne s'étalent qu'à partir d'une seule tige centrale.

L'entretien pour les deux premières années consiste surtout à arracher toute mauvaise herbe qui apparaît et d'arroser dès que le sol commence à sécher. Par la suite,

on n'a qu'à enlever les plantes ou branches mortes, s'il y en a.

### Choix

Il existe bon nombre de plantes tapissantes pour différentes situations. Voici quelques suggestions:

**Bugle rampante (Ajuga):** Feuillage rouge ou panaché. Fleurs bleues. Ombre ou soleil.

**Cotonéaster rampant:** Arbuste à feuilles persistantes. Fleurs blanches. Fruits rouges durables. Soleil

**Égopode (herbe aux gout-**

teux): Facile à obtenir et à multiplier mais trop envahissante pour la plupart des terrains. La variété panachée est moins envahissante et plus décorative. Mi-ombre.

**Fraisier remontant:** Fleurs et fruits pendant une bonne partie de l'été. Mi-ombre.

**Genévrier rampant (diverses formes et couleurs):** Feuillage décoratif à l'année. Lent à s'établir. Plein soleil.

Enfin, répondons à notre question du début: les plantes tapissantes peuvent-elles

remplacer le gazon? Dans certains cas, comme nous l'avons constaté, certainement! Cependant, pour une aire de jeux où l'on voudrait courir sans trébucher sur une branche rampante, une cour où l'on se promène beaucoup, un coin où l'on aime prendre des bains de soleil sur l'herbe fraîche, rien ne bat encore le bon vieux gazon à base de graminées! Les plantes tapissantes, donc, aideront à réduire la surface gazonnée, non à l'éliminer complètement. ●

J A R D I N

# Tutti Frutti



Le Grand cocktail de jardin à saveur tropicale:

Fauteuil BAHIA multiposition,	89\$
Table BAHIA 1.60 x 0.95 M	239\$
Tabouret repose pied BAHIA	79\$

Demandez la carte ZIP elle vous fera bénéficier de 90 jours sans intérêts.



Québec, Angle boul. Hamel/Henri IV,  
(418) 871 22 21

Fabrication en résine de synthèse, garantie minimum 3 ans.

## Grosfillex

Lévis, St-David,  
677 route Trans Canada (rte 132),  
(418) 835 15 73



Il existe de nombreuses plantes tapissantes.

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# Vous pouvez faire renaître votre gazon

(PC) - L'un des premiers signes annonciateurs du printemps n'est certainement pas l'un des plus esthétiques. La neige immaculée qui recouvrait la terre il n'y a pas si longtemps a en effet été remplacée par des lambeaux gris sale, sous lesquels on devine ici et là des étendues de pelouse brunâtre.

Inutile de préciser que vous avez du pain sur la planche, surtout si vous avez omis l'automne dernier de préparer votre gazon pour l'hiver en le fertilisant et en l'aérant. Mais consolez-vous, vous pouvez encore rattraper le temps perdu et bénéficier d'une pelouse bien en santé cet été.

La première étape consiste à nettoyer à fond le terrain. Après avoir enlevé les plus gros débris — branches, roches, débris publicitaires qui ne se sont jamais rendus jusqu'à votre boîte aux lettres — ratissez la pelouse avec un râteau à feuilles en forme d'éventail.

Parmi les modèles offerts dans les magasins, le plus efficace est celui qui comporte des fourchons larges. Ceux-ci couvrent une plus grande surface à la fois et permettent un nettoyage rapide et efficace, sans endommager le terrain.

En plus d'enlever les herbes mortes, le râteau soulève les brins d'herbe qui ont été comprimés par le poids de la

neige, permettant ainsi aux substances nutritives d'atteindre les racines. Il aide aussi les nouvelles pousses à percer plus facilement.

### Un bon début

La fertilisation constitue l'étape suivante. Il est important de bien nourrir le sol au printemps afin de permettre à la pelouse de prendre un bon départ. L'application d'un fertilisant renforcera les plantes, rendra la pelouse plus épaisse et plus résistante aux maladies et aux mauvaises herbes, et produira cette teinte vert clair qu'on associe aux parcours de golf et aux climats ensoleillés.

Les racines connaîtront ainsi une croissance normale; le moment venu, elles sauront traverser une surface plus dure en évitant la sécheresse ou une trop grande humidité. Des racines plus robustes préviennent l'érosion et résistent mieux aux insectes et aux maladies.

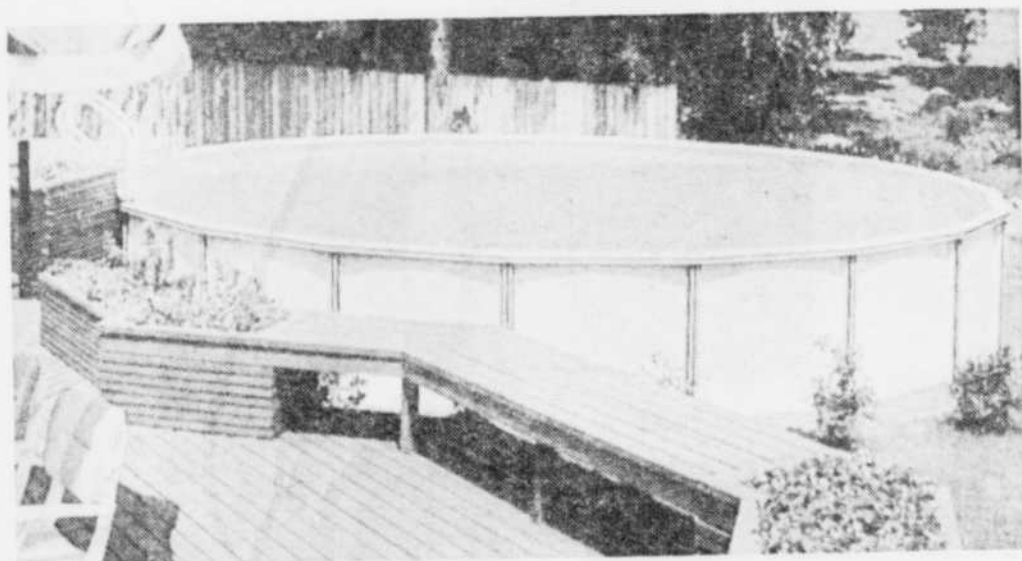
La pelouse située autour d'arbres moyens ou gros devrait bénéficier d'une ration supplémentaire de fertilisant, car ses racines rivalisent avec celles de l'arbre pour aller chercher des substances nutritives dans le sol.



# PISCINES UNIES

## Nouveautés 1988

**NOUVEAU  
PISCINES DAUPHIN  
EN ACIER FINI VINYLE**



**SPÉCIAL**  
*Recevez gratuitement*

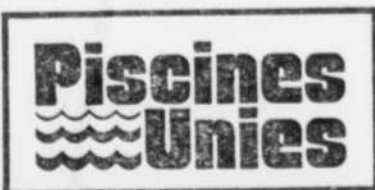
OFFRE VALIDE JUSQU'AU  
30 AVRIL 1988

Y'en a pas comme nous, présents partout, près de chez vous.

Plusieurs autres modèles disponibles.

\* Les articles, dimensions et autres spécifications peuvent différer en magasin.

HEURES D'OUVERTURE: Lundi au mercredi, 9h à 17h30; jeudi et vendredi, 9h à 21h; samedi, 9h à 17h; dimanche, 11h à 17h.



**Piscines Sansouci**, 81, rue Principale, St-Romuald 839-6221

**Piscines Unies**, 3605, boul. Hamel, Québec 871-6111  
(anciennement Appolo)

**Piscines de la Capitale**, 710, rue Bouvier  
Charlesbourg-Ouest 627-4747

**Piscines Unies**, 555, route Trans-Canada, Lévis 833-2173  
(anciennement Appolo)



Ratissez avec un râteau en forme d'éventail.

Il peut être nécessaire d'aérer — ou de ventiler — la pelouse, particulièrement si la densité du sol empêche le bioxyde de carbone, l'eau et les substances nutritives de pénétrer jusqu'aux racines. Il est possible de déterminer cette densité en effectuant ce simple test: faites une marque sur un crayon à 10 centimètres de la pointe, et essayez de faire pénétrer le crayon dans le sol. Si vous pouvez le pousser facilement jusqu'à la marque faite à 10 centimètres, c'est que la terre permettra aux racines de respirer et de s'alimenter.

### Louez un aérateur

Si vous devez ventiler le sol, vous pouvez louer un aérateur dans une boutique d'accessoires de jardinage ou dans un centre de location. Si votre terrain est petit, une fourche suffira peut-être à percer dans le sol des trous espacés d'environ 15 centimètres.

Il existe différentes écoles de pensée en ce qui concerne la nécessité de rouler le sol pour égaliser sa surface, mais en général, les spécialistes sont d'avis qu'il faut éviter de le faire, surtout si votre sol est déjà durci ou contient beaucoup d'argile. Un sol nouvellement semencé doit toutefois être roulé.

Les parcelles de terrain complètement desséchées doivent être semencées au début du printemps, mais ne confondez pas les parties dégarnies avec celles qui sont complètement desséchées. Si elles sont ratisées et bien fertilisées, les premières ont de bonnes chances de connaître une repousse.

Les parties nouvellement semencées doivent être bien arrosées. Pendant toute la saison, vous devrez les arroser tôt en journée ou en soirée; évitez toutefois de le faire lorsque le soleil est à son zénith. ●

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# L'ombre n'est pas toujours un ennemi de vos plantes

(PC) - Certains propriétaires tiennent à profiter de chaque mètre carré du terrain dont ils disposent. Aussi se sentent-ils frustrés lorsqu'une bonne partie de leur propriété est située à l'ombre, où il est souvent difficile de faire pousser autre chose que des mauvaises herbes.

« En général, lorsqu'on parle d'ombre, on pense à ce qui se trouve sous les arbres », dit Geoff Tobiasson, consultant en paysagisme. « L'humidité et les substances nutritives font souvent défaut à cet endroit. Comme les arbres vont chercher de grandes quantités d'eau dans le sol, il faut porter une attention particulière à l'arrosage et à la fertilisation de toute la végétation qui les entoure. »

Des plantes telles que les bégonias et les impatiences constituent un point de départ intéressant pour égayer les parties ombragées du jardin. Selon l'espace disponible, on peut y ajouter de l'érable circilé et certaines variétés d'érable palmé qui à l'automne, prendront des teintes écarlate, jaune et orangée.

Un rang de myosotis ou de muguet pourrait aussi ajouter une note agréable.

### Bien à l'ombre

Des arbustes tels que le kalmia des montagnes ou la gaulthérie commune poussent bien à l'ombre; les vignes parent agréablement murs et clôtures. Aucun jardin n'est complet s'il n'est pas très coloré, et des plantes qui peuvent se passer de soleil, comme certaines variétés de renoncules et de cineraria, peuvent produire un véritable arc-en-ciel de couleurs.

La campanule des montagnes, le cœur-saignant, le sceau-de-Salomon, le pavot de l'Himalaya, la digitale et le phlox poussent tous facilement dans les coins ombragés.

M. Tobiasson conseille aux jardiniers de préparer un plan et de choisir leurs plantes avant de se rendre au centre de jardinage. Si vous avez des doutes concernant la survie d'une plante à l'ombre, un livre spécialisé ou une conversation avec un jardinier averti vous renseignera rapidement. Vous épargnez ainsi, à la longue, du temps et de l'argent.

Certaines plantes, le lys d'un jour, par exemple, poussent mieux au soleil mais peuvent survivre dans un coin semi-ombragé. « Mais elles seront probablement moins vigoureuses, et donc plus vulnérables », explique M. Tobiasson. « Moins les plantes tolèrent l'ombre, plus vous risquez d'avoir des problèmes. Ainsi, elles auront moins tendance à fleurir. »

### Huiles naturelles

Lorsqu'ils plantent des fleurs à l'ombre d'un cèdre, d'un sapin, d'un marronnier ou d'un noyer, les jardiniers doivent faire en sorte que cet endroit soit exempt de tout feuillage. « Ces arbres dégagent tous des huiles qui inhibent la croissance », révèle M. Tobiasson. « Une certaine quantité pénètre dans le sol de toute façon, mais c'est pire lorsqu'il y a du feuillage au sol et qu'il pleut. »

Selon l'abondance du feuillage et la rapidité avec laquelle il est enlevé, certains types de produits destinés à traiter le sol — fertilisant ou chaux, par exemple, selon les conditions qui prévalent dans la région — devront peut-être être ajoutés. Les tulipes, les jonquilles et les jacinthes constituent un bon choix pour garnir la lisière d'un jardin ombragé, là où l'ombre rencontre le soleil. Plantés à l'automne, ces bulbes seront parmi les premiers à fleurir au printemps, présages du magnifique jardin fleuri qui fera bientôt son apparition. ●



Les bulbes des tulipes, des jonquilles et des jacinthes sont les premiers à éclore au printemps.

Chez  
**Caravane Caron**

**PROPANE  
LECLERC**



**GRATUIT**

**BROSSE À RÉCURER  
POUR B.B.Q.**

avec un plein de 20 lb

SERVICE DE LIVRAISON  
POUR CAMPING

**MAINTENANT OUVERT  
7 JOURS / 7 SOIRS**  
de 8h à 21h

**PROPANE LECLERC**  
3955, BOUL. HAMEL, ANC.-LORETTE  
872-3761

**AUSSI À LÉVIS: EKO** 77, route Trans-Canada, Lévis  
833-7788

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# La culture hydroponique, un hobby



**CAMP ÉQUESTRE «88»**

inscription  
Claire Gosselin  
1-926-2059

Ecole  
Équitation  
**CLAIRE  
GOSSSELIN ENR.**



**Tendances 88**

Guyliane Gillet-Cimon  
Micheline Gillet-Desmartis

**UN STYLE CONTEMPORAIN**  
À l'intérieur des maisons, on recherche un décor élégant et une certaine sobriété de style  
À l'extérieur on recherche la beauté et la simplicité de la ligne. Un paysage qui ait de la classe.

**L'ÉCLAIRAGE**  
On travaille tout le jour, on voudrait bien profiter de son jardin le soir et mettre sa résidence en valeur.  
Un système d'éclairage peut offrir une lumière douce, chaleureuse, tamisée, grâce aux ampoules au quartz halogène.

**L'ENTRETIEN FACILITÉ**  
On a peu de temps pour entretenir le terrain.  
Des plantes vivaces, des paillis, des bordures rendent l'entretien plus facile.

**Exigez un aménagement signé**

**LE REGARD VERT INC.**  
MOTOCULTURE MODERNE INC.



623-1455

**ENTREPRENEURS-PAYSAGISTES**  
Une équipe multidisciplinaire se charge de votre aménagement, du plan à la réalisation

- Bachelière en architecture du paysage
- Techniciens en architecture, en horticulture ornementale, en génie civil
- Paysagistes expérimentés

**MÉRITAS 86**  
**1<sup>er</sup> PRIX D'EXCELLENCE**  
conception et réalisation

♦ (PC) - Creuser le sol, le retourner en brisant les mottes avant de semer les graines dans la terre riche et noire, voilà bien un rituel qui rappelle le jardinage. Pourtant, il existe

bon nombre de jardiniers heureux dont les pouces verts ne sont pas terreux, ce qui ne les empêche aucunement de regarder pousser avec bonheur concombres, laitue, carottes et tomates.

Ces gens pratiquent la culture hydroponique — ou jardinage sans terre. Les plantes sont les mêmes que celles que l'on fait pousser de façon traditionnelle mais elles sont cultivées dans des bacs ou dans des pots remplis de boulettes d'argile ou d'une substance rappelant du matériel isolant, ou encore dans une solution liquide nutritive.

Le murmure d'une pompe à eau signale habituellement la présence de ces plantes, qui sont nourries de force avec de l'eau et différentes substances afin d'activer leur croissance. Les plantes de maison et les plantes d'agrément n'ont pas besoin de ce genre d'assistance. Elles ne sont pas cen-

sées pousser rapidement; elles doivent par conséquent trouver elles-mêmes leurs propres substances nutritives dans leur milieu environnant.

La culture hydroponique est parfaite pour les gens qui ont peu ou pas d'espace pour aménager un jardin. Les jardins hydroponiques peuvent être cultivés à l'intérieur toute l'année sans jamais voir la lumière du soleil; ils peuvent aussi être placés dans des pots à l'extérieur pendant l'été, ou sur un balcon d'appartement ou un patio.

On en trouve de petites dimensions — un plateau de laitue qui pousse sur un comptoir de cuisine sous un tube fluorescent, ou un pot ou deux de tomates miniature décorant le bord d'une fenêtre.

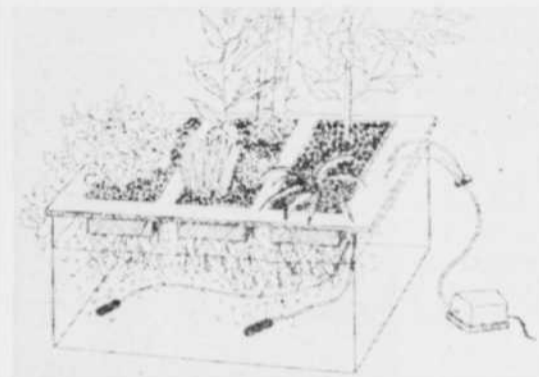
Mais il peut s'agir aussi de plants de tomates et de concombres de deux à trois mètres de hauteur qui poussent au sous-sol dans des « lits de culture » éclairés par une grosse lampe à rayons ultra-violet.

Ce type de jardinage « se pratique surtout comme passe-temps, et non pour épargner de l'argent sur les produits que l'on achèterait au marché », souligne Dan Hamelin de Bumper-Crop Hydroponics, d'Edmonton.

Mais l'un de ses principaux avantages, ajoute-t-il, est que les récoltes de légumes sont exemptes de produits chimiques.

« Au beau milieu de décembre, lorsqu'il y a deux pieds de neige à l'extérieur, il n'y a rien comme de pouvoir descendre au sous-sol pour cueillir tomates, concombres et laitue afin de préparer une salade. »

Don Tercier, de Hobby Green, autre commerce d'Edmonton, cite comme avantages l'absence d'insectes et de maladies propres à la terre. Mais il ajoute que les feuilles restent vulnérables aux pucerons et à certaines autres maladies. ●



Ce dessin illustre un jardin hydroponique ou jardin sans terre. Les plantes y sont nourries avec différentes substances dissoutes dans l'eau. On les installe dans de petits bacs troués entourés d'un gravier spécial. Idéal pour les gens qui vivent en appartement et qui ne possèdent pas de jardin.

## CETTE SAISON, EXIGEZ DES PROFESSIONNELS

Le Groupe  
**Bio-Contrôle**

DIVISION: ENTRETIEN DES ESPACES VERTS

**“LA PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT: NOTRE PRÉOCCUPATION”**

**fertivert**  **entreprises arboricoles**

- Consultation, gestion, inspection
- Entretien des arbres et arbustes
- Contrôle des insectes et maladies
- Programme saisonnier d'entretien des pelouses
- Fertilisation organique naturelle
- Travail d'aération du sol (essentiel à une belle pelouse)
- Taille, élagage et émondage des arbres

**N**OTRE ÉQUIPE MULTI-DISCIPLINAIRE: **UNE ASSURANCE DE QUALITÉ**

L'association paysage Québec




Membre de la Société internationale d'arboriculture Québec

**653-2000** 2600, Dalton, Sainte-Foy

## SPÉCIAL PLEIN AIR

Fausse note du chant du printemps

# Quand la tondeuse est mal entretenue...

♦ (PC) - Ah! le printemps. Les bourgeons des arbres...le doux chant des oiseaux...et les crachotements des tondeuses qui refusent de démarrer.

Les propriétaires qui ont affaire à des tondeuses capricieuses sont probablement ceux qui, l'automne dernier, se sont contentés de fermer le moteur et de pousser sans façon l'appareil au fond de la cabane à outils.

C'est une erreur, dit Jim Henderson, gérant du Mower Shop de Toronto. Avant de ranger la tondeuse, dit-il, il faut faire la vidange d'essence et d'huile, laver l'appareil au complet au boyau d'arrosage, débrancher la bougie d'allumage et nettoyer le réservoir à essence de tout résidu. » Cette dernière étape est particulièrement importante, car la poussière peut pénétrer dans le carburateur et l'obstruer.

M. Henderson conseille aussi de remplacer la bougie d'allumage, qui coûte environ \$3.50. Le magasin pour le-

quel il travaille demande \$55 — pièces en sus — pour une vérification printanière des tondeuses.

### Lavage à fond

Cette vérification comprend un lavage sous pression, une inspection des joints d'étanchéité et de l'arbre du moteur, de même qu'une vidange et un remplissage avec une huile d'une qualité appropriée. Le réservoir d'essence est vidé, lavé et rempli de nouveau.

La lame est aiguisée, équilibrée et redressée, et le filtre à air est nettoyé ou remplacé. S'il s'agit d'un moteur à deux temps — qui demande un mélange essence et huile — le silencieux est examiné et s'il y a lieu, remplacé. Les roues sont graissées et tous les câbles sont vérifiés. Finalement, on fait démarrer l'appareil, on règle le carburateur et on s'assure que les poignées permettent une bonne prise.

Bien des gens peuvent réaliser la plupart de ces opéra-

tions eux-mêmes pour une fraction du coût demandé. Il est toutefois préférable de laisser certaines étapes — le redressage de la lame, par exemple — aux soins de spécialistes.

M. Henderson, qui a souvent vu des tondeuses en piètre état, dit que l'un des problèmes les plus courants est que « les gens ont l'impression qu'ils n'ont qu'à mettre de l'essence dans leur ton-

deuse et à la faire démarrer. »

C'est vrai seulement lorsqu'il s'agit d'un moteur à quatre temps. Le moteur à deux temps a besoin d'un mélange d'essence et d'huile particulier. Trop de gens versent de l'essence dans leur tondeuse et se retrouvent avec un moteur qui cale et des frais de réparations qui

peuvent s'élever jusqu'à \$250.

M. Henderson ajoute que le niveau d'huile de la tondeuse devrait être vérifié avant chaque utilisation. « Souvent, les gens font couper leur gazon par des étudiants, et ceux-ci font démarrer la tondeuse sans même jeter un coup d'œil à l'huile. »

**ALLUME-TOUT**

ATTENTION CAMPEURS, PÊCHEURS, CHASSEURS ET AUTRES...

Voici l'article indispensable pour allumer vos feux de foyer, barbecues, etc. Pratique en toutes saisons.

Également disponible, bois de chauffage préemballé.

**DISTRIBUTION LATULIPPE**

145, rue André, Beauport  
G1E 5G4 — 664-1250

**clôture**

clôture Unique

IL EST GRAND TEMPS D'ACHETER UNE CLÔTURE POUR VOTRE PISCINE

3785, boul. Masson  
871-3477

ESTIMATION GRATUITE

Tous les genres:

- MAILLES DE CHAÎNE
- CLÔTURE D'ACIER
- BOIS
- GRAND PRIX
- P.V.C.
- ENCLOS À CHIEN
- PARTITION INTÉRIEURE

RÉSIDENTIEL COMMERCIAL RÉPARATION INSTALLATION

**FROST**  
Distributeur autorisé



Lorsque votre tondeuse n'est pas flambant neuve comme celle-ci, il est important avant de s'en servir au début du printemps de procéder à une vérification complète et minutieuse des différentes pièces qui la compose: moteur, lame, poignées, bougies, etc.

## PISCINES Montjoie

DEPUIS 1972

La réussite du "look" durable...  
...et agréable!

**DURACRYLIC**

**Montjoie**

Piscines MONTJOIE, les piscines monocoques en fibre de verre avec paroi intérieure en acrylique solide à 100%.

Profitez du spécial Printemps 1988 sur nos **PISCINES HORS TERRE**

Jusqu'au 1er mai 1988

**25% à 40%** de rabais "SPA PORTATIF" et BAINS TOURBILLON

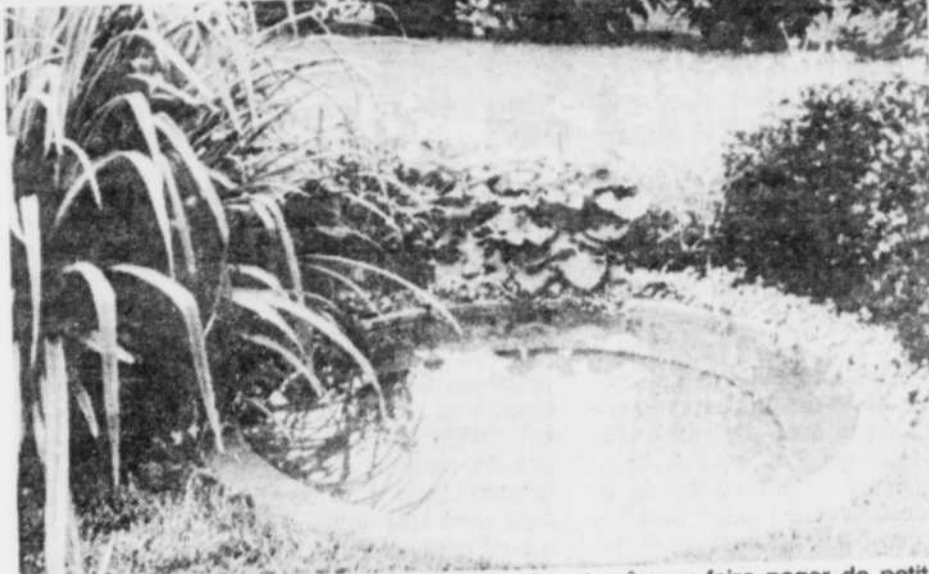
À ne pas manquer! Lancement des modèles 1989 (Modèles 1988 encore disponibles)

1200, Saint-Jean-Baptiste, suite 121 (angle boul. Hamel et Henri-IV)  
**871-3866**

## SPÉCIAL PLEIN AIR



On trouve maintenant de plus en plus d'étangs sur les propriétés privées, mais les spécialistes recommandent de bien choisir l'endroit où on le situera.



Un étang peut embellir un jardin. Certains aiment même y faire nager de petits poissons, ce qui fait bien sûr la joie des enfants.

# Ne placez pas l'étang au petit bonheur

(PC) - Chaque année, c'est la même chose. Dès qu'il commence à faire plus chaud, les tondeuses à gazon, les boyaux d'arrosage et les sacs de fertilisant font leur apparition, et les Canadiens commencent à travailler à l'embellissement de leur jardin.

Après avoir contemplé le même carré de gazon pendant plusieurs années, certains jardiniers amateurs en

viennent à avoir le goût d'avoir un étang pour transformer un peu leur propriété. C'est pourquoi on en trouve maintenant de plus en plus dans les jardins privés, où ils peuvent facilement être installés en un après-midi.

Mais « un étang ne se place pas au petit bonheur, n'importe où », souligne Dawn Brockington de la Société des architectes paysagistes de la Colombie-Britannique.

« Il faut que l'étang convienne à l'endroit où il est placé. Tout dépend du jardin — certains ne conviennent pas du tout aux étangs. »

Les propriétés qui sont très ensoleillées toute la journée sont loin d'être idéales, comme d'ailleurs les endroits rocheux ou accidentés. Exposé au soleil prolongé, l'étang se couvrira bientôt d'algues, alors que l'installation s'avère difficile sur les terrains plus accidentés.

### Préférable à l'ombre

Les étangs conviennent mieux aux parties ombragées du jardin — un coin fait souvent l'affaire — et doivent être aménagés loin des arbres, dont les feuilles risqueraient de brouiller l'eau en y tombant.

Si votre propriété est bien entretenue, l'étang ne nécessitera qu'un nettoyage et des changements d'eau périodiques. Des systèmes de filtres spéciaux sont disponibles et bien qu'ils coûtent un peu plus cher, ils éliminent pratiquement toute nécessité de nettoyage.

Certaines parties de l'étang doivent être peu profondes et d'autres plus creuses. Certaines plantes en pot survivent très bien dans les endroits moins profonds, alors que les poissons rouges trouveront refuge contre la glace de l'hiver et les prédateurs de l'été dans la partie plus profonde.

« Si l'étang est assez creux pour que le fond ne gèle pas, vos poissons rouges survivront à l'hiver », explique le paysagiste Yuki Morimoto. « Autrement, vous devrez les rentrer dans la maison et les placer dans un aquarium. »

L'étang peut comporter une toile en plastique flexible; il peut aussi s'agir d'un bassin en béton soufflé. Offerte dans plusieurs centres de jardinage, la toile de plastique a l'avantage de s'installer facilement et de pouvoir s'adapter à des changements ultérieurs.

### Le sable protecteur

Avant d'étendre la toile de plastique, déposez une généreuse couche de sable dans le creux de l'étang afin d'empêcher que des roches pointues ou des racines d'arbres protubérantes ne percent la toile.

MM. Brockington et Morimoto suggèrent tous deux une bordure en pierre entourée de plantes telles que nénuphars, fougères, iris, plantain d'eau et lis d'un jour.

Les plantes d'étang les plus courantes, les nénuphars et les lotus, devraient être plantés dans des pots de 20 à 30 centimètres de profondeur et submergés pour que la surface du sol se trouve à 20 centimètres sous la surface de l'eau. La plupart des jardiniers optent pour des contenants en plastique faciles d'entretien.

Agrémenté de quelques statues destinées aux jardins, l'étang deviendra rapidement le centre d'attraction de votre propriété, une véritable oasis au cœur de la vie trépidante moderne.

Un étang peut devenir un véritable cours d'histoire naturelle pour les enfants, mais il présente aussi certains dangers. Un grillage placé juste sous la surface de l'eau constituera une mesure de sécurité au cas où les enfants y tomberaient par accident. ●



ROUX  
PAYSAGISTE

## QUAND UN PAYSAGISTE DEVIENT...

*artiste*

On ne s'improvise pas artiste! Il faut être en mesure d'offrir un produit de première qualité et qui suit les tendances d'aujourd'hui.

Il serait facile de créer un paysage simple et sans éclat. Chez « ROUX PAYSAGISTE » nous créons de véritables oeuvres d'art. Le design recherché, la qualité et la beauté de nos aménagements font de nous la meilleure maison à Québec en aménagement extérieur.

- Pour la réalisation et la conception d'un aménagement extérieur, à votre image,
- Pour les huit prix d'excellence « MERITAS 87 » en conception et réalisation,
- Pour la garantie d'un travail réussi et de qualité supérieure.

EXIGEZ LE « MAÎTRE-PAYSAGISTE » À QUÉBEC!

648-1626 648-8636

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# Gare aux herbicides et insecticides

♦(PC) - « On peut toujours faire certaines recommandations, mais on ne peut tout de même pas faire des lois contre la stupidité », dit Roch Parisien, agent d'information pour Agriculture Canada.

Il fait ainsi allusion au fait que chaque année, de nombreux décès et des blessures graves sont causés par une manipulation et un entreposage inadéquats des pesticides et des herbicides.

En 1985, dernière année pour laquelle des statistiques sont disponibles, il y a eu 3,485 empoisonnements du genre au pays, indiquent les compilations effectuées par Santé et Bien-Être social Canada. Plus de la moitié des victimes étaient des enfants de moins de quatre ans.

Le gouvernement exige que les fabricants énumèrent sur l'étiquette de leurs produits les dangers qui y sont inhérents et les directives à suivre pour les manipuler, mais les consommateurs ne tiennent pas toujours compte de ces avertissements et de ces directives. C'est alors qu'il se produit des accidents.

L'empoisonnement peut se produire de quatre ma-

nières: par la peau (exposition dermique); par la bouche (ingestion); par les poumons (inhalation) et par les yeux (exposition oculaire).

Le taux d'absorption varie selon la partie du corps qui est touchée. Ainsi, l'oeil a un taux d'absorption de 100 pour 100.

Voici quelques conseils de sécurité pour l'utilisation des insecticides et des herbicides:

— L'étiquette est la principale source d'information d'un produit. Lisez-la attentivement et suivez les directives avant de l'utiliser. S'il se produit un accident, apportez avec vous le produit ou son étiquette lorsque vous faites appel au médecin.

— Conservez le produit dans son contenant original, en vous assurant que l'étiquette est lisible. Gardez la substance à l'écart de tout aliment, et hors de portée des enfants et des animaux.

— Assurez-vous une protection minimale: des gants, un masque facial et des lunettes de sécurité.

— Manipulez les substances concentrées avec soin et dans un endroit bien aéré.

— Ne mangez, ne buvez ni

ne fumez pendant que vous manipulez des substances toxiques. Ne laissez même pas d'aliments ou de cigarettes tout près. Lavez-vous complètement avant de manger, de boire ou de fumer.

— Assurez-vous que l'équipement utilisé pour vaporiser l'insecticide fonctionne adéquatement. Ne le laissez pas sans surveillance, surtout lorsqu'il y a des enfants ou même d'autres adultes tout près.

— Ne laissez pas trainer de contenants vides. Disposez-en comme il est indiqué sur l'étiquette du produit.

— Ne mélangez pas les insecticides, à moins que ce soit recommandé par le fabricant. Les contenants gradués destinés à mesurer les concentrés doivent être clairement identifiés et utilisés uniquement pour ces substances.

— Une réserve d'eau propre devrait être à portée de

main, de même qu'une trousse de premiers soins.

— Immédiatement après l'application d'une substance toxique, prenez une douche et changez de vêtements. Ne lavez pas les vêtements contaminés avec le reste de la lessive.

— Assurez-vous que le numéro du centre anti-poison situé le plus près de chez vous est placé près du téléphone avec d'autres numéros à rejoindre en cas d'urgence. ●



Il y a eu 3,485 cas d'empoisonnement en 1985 causés par la manipulation des insecticides et pesticides. Il est fortement recommandé de se doucher après avoir été exposé à ces produits durant leur vaporisation.

*Votre chez-vous partout!*  
LE PLUS GROS CENTRE  
DE ROULOTTES ET MOTORISÉS  
DE LA RÉGION



LES ROULOTTES LÉGÈRES  
DE BON AIR 1988



**Bonair**  
88

SPÉCIAL  
MOTORISÉ  
CLASSE C

ENVOY de Glendale  
21,5 pi

Équipé: eau chaude, douche, volant  
ajustable, régulateur de vitesse, radio  
AM/FM cassette, marche-pied, fibre de  
verre, pouvant accommoder jusqu'à 6  
personnes.

34 995\$

LES POPULAIRES 5e ROUE



21 à 34 pi.

LE COTTAGER DE  
GOLDEN FALCON



36 pieds, peut servir avantageusement  
de chalet luxueux avec porte-fenêtre,  
salon et chambre pouvant s'agrandir à  
12 pieds de largeur.

Choix de roulottes Golden Falcon  
de 18 à 40 pieds.

LES ROULOTTES DE VOYAGE  
ET DE PARC BON AIR



**Bonair**  
88 24 à 36  
pieds

LE LUXUEUX  
*Royal '88*



Modèle luxueux de 20 à 28 pieds  
Carrosserie en fibre de verre renforcée  
d'acier. Fonctionne à essence ou au  
diesel.

ATELIER DE SERVICE SPÉCIALISÉ, SERVICE DE PIÈCES DES PLUS COMPLETS  
ROULOTTES

**Rive-Sud** INC.

RTE KENNEDY, SAINT-HENRI DE LÉVIS

Sortie 325 sud de l'autoroute 20 882-2309

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# Comment vous défendre contre les assauts des «bestioles» voraces

(AFP) - Vive le printemps! On va bientôt pouvoir se promener au grand air en tenue plus légère. On va aussi offrir en pâture aux insectes belliqueux quelques parties de notre anatomie. Mais comment se défendre contre ces «bestioles»?

Abeilles, guêpes, frelons, à fuir...

La piqûre de ces insectes provoque une vive douleur, puis un gonflement important centré par le dard. Lorsque les piqûres sont multiples, ou que le venin pos-

sède une toxicité importante, un choc toxique peut survenir, en particulier chez l'enfant et le vieillard. Les piqûres dans la gorge (pendant le sommeil, ou en mangeant un aliment sur lequel l'insecte était posé) provoquent un gonflement qui peut obstruer les voies respiratoires et provoquer une asphyxie.

Chez les sujets allergique au venin, une piqûre peut entraîner un «oedème de Quincke» qui gonfle les parties internes de la gorge et bloque la respiration.

Dans ce dernier cas comme dans celui du choc allergique perturbant la fonction cardiaque, appelez d'urgence un médecin ou les services de secours médicaux.

Dans tous les cas, désinfectez les points de piqûres avec de l'alcool, retirez éventuellement le dard à l'aide d'une pince à épiler et appliquez une pommade contre les démangeaisons. En cas de piqûres multiples, consultez rapidement un médecin.

Nos cousins piquants les moustiques veulent notre peau!

Débordant d'affection, ils nous picotent et nous suçotent, provoquant des démangeaisons. Pour se prémunir contre leurs assauts, on peut commencer par enduire d'essence de citronnelle toutes les surfaces accessibles de la peau. Les moustiques repartiront bredouilles. On peut aussi poser deux ou trois «pots pourris» au chevet du lit, dans une chambre close. Piquez des clous de girofle dans des oranges fraîches. Le mélange des parfums les fera renoncer à franchir le seuil.

Si malgré tout, ils vous ont piqué, frottez avec une branche de persil ou avec un oignon coupé en deux, ou bien une feuille de chou un peu écrasée pour la rendre juteuse: vous éprouverez un soulagement immédiat. Ou bien encore, appliquez une compresse de vinaigre dilué dans l'eau.

Lotions, crèmes, insecticides, eau de Cologne spécial «moustique» et même appareil électrique «refouleur» constituent la gamme des autres produits.●

Découvrez l'aventure !

**CARAVANES**  
**CARON**   
SERVICE COMPLET

➔ GRATUIT  
valeur de 5 000.\$

Générateur 4 kw et air climatisé.  
# A 782, A-832 ou A-924 à  
l'achat d'un Triple «CL A»  
Valable jusqu'au 30 avril 88



NEUVILLE  
Autoroute 40  
sortie 281 nord  
(418) 876-3360

QUÉBEC  
3955, boul. Hamel  
Ancienne-Lorette  
(418) 872-0580



L'entomologiste Geoff Cutten indique l'ouverture d'un nid de guêpes. Les propriétaires qui trouvent un nid de ce genre dans un arbre ou sous un avant-toit aurait intérêt à le faire enlever par des experts. Les guêpes sont très agressives lorsqu'il s'agit de défendre leur colonie.

## Gare aux guêpes

(PC) - Même s'ils ne les ont ni souhaités, ni plantés, de nombreux propriétaires canadiens en trouvent chaque année autour de leur propriété. Et ils sont de loin plus pénibles que les mauvaises herbes.

C'est bien sûr de nids de guêpes qu'il s'agit.

Au mieux, ils ressemblent à d'affreuses cloques pendant des arbres, des avant-toits ou des arbustes, et leurs occupants prennent un malin plaisir à semer la panique le jour où vous offrez une fête ou un barbecue au jardin. Au pire, ces colonies d'insectes nuisibles constituent un véritable danger pour tous, animaux domestiques, enfants et adultes.

Ces bestioles sont très agressives lorsqu'il s'agit de défendre leur colonie, dit Geoff Cutten, scientifique et entomologiste au ministère de l'Environnement de l'Ontario. Lorsqu'elles se sentent menacées, que ce soit par des mouches ou des humains, elles attaquent.

À l'opposé des abeilles dont l'aiguillon se rompt après seulement une attaque, les nombreuses espèces de guêpes qui vivent au Canada peuvent piquer à plusieurs reprises, sécrétant chaque fois une phéromone qui sert de signal aux autres membres de la colonie et les incite à piquer elles aussi.

### Nids gros et petits

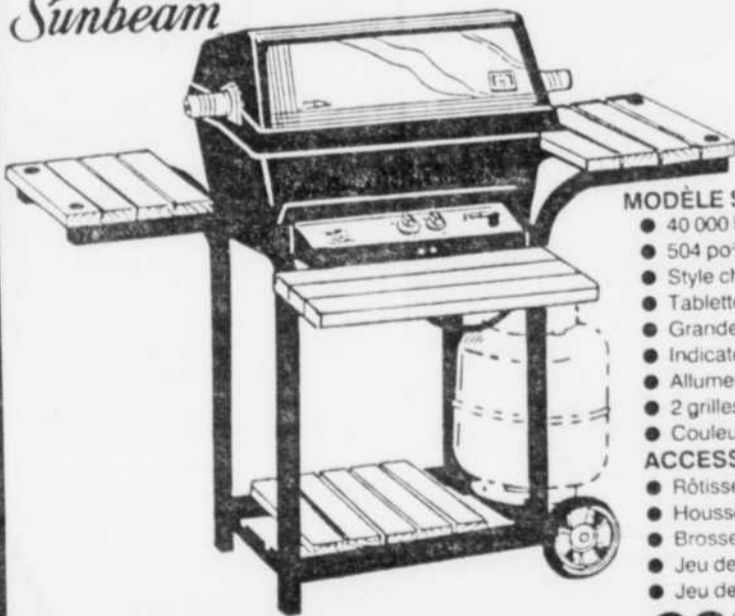
Les nids, dont la substance est aussi mince que du papier, peuvent être petits comme une balle de golf ou gros comme un ballon. Mais lorsqu'ils sont à l'abri — dans un grenier par exemple, ce qui leur permet de traverser l'hiver sans problème — les nids et les colonies de guêpes peuvent devenir beaucoup plus considérables.

Le Dr Dale Blaine, directeur de la recherche chez P C O Canada, importante entreprise d'extermination, se rappelle d'un nid monstrueux « qui faisait 10 pieds sur 20. Pour s'en débarrasser, il a fallu défoncer un mur. »

Les spécialistes conseillent aux propriétaires de faire appel à des professionnels pour détruire les nids. Ce service peut coûter de \$50 à \$100 ou plus, selon le nombre de nids ainsi que leur emplacement et la difficulté d'y avoir accès.●

**L'EXPERT**

Sunbeam



MODÈLE SUN 487-B

- 40 000 B.T.U.
- 504 po" de cuisson
- Style chariot
- Tablette avant pliante
- Grande fenêtre
- Indicateur de chaleur
- Allumeur électronique
- 2 grilles en porcelaine
- Couleurs: noir ou gris

#### ACCESSOIRES

- Rôtisserie électrique
- Housse deluxe longue
- Brosse à recurer
- Jeu de 6 brochettes
- Jeu de 3 ustensiles

69<sup>99</sup>\$

219<sup>99</sup>\$

#### ENSEMBLE

Comprenant le BBQ et les accessoires, réservoir en sus

279<sup>99</sup>\$

**POIRIER** inc.

675, des Rocailles, Québec  
627-5042

**ÉNERGIE SOLUTION**

5237, boul. Hamel ouest  
Québec - 872-8234

**EKO PROPANE**

77, route Trans-Canada, Lévis  
872-3761

## SPÉCIAL PLEIN AIR

# La serre, un abri idéal pour vos plantes

♦ (PC) - La définition que donne le dictionnaire du mot « serres » est la suivante : construction vitrée, parfois chauffée artificiellement, où l'on met les plantes à l'abri pendant l'hiver.

Mais les jardiniers canadiens découvrent depuis quelque temps que les serres ne sont pas nécessairement vitrées. Le plastique et l'acrylique ont en effet aujourd'hui leur place dans la construction de ces abris, et l'horticulteur amateur a le choix entre plusieurs formes, modèles et dimensions.

La serre de base ressemble à une cabane destinée à recevoir les outils de jardin. Les cours à bois et les centres de matériaux de construction offrent des trusses à partir de \$250 pour fabriquer un modèle de 2,4 sur 2,4 mètres, à peu près l'espace d'une grande salle de bain. Ce type de serre a une forme qui rappelle celle d'une grange, mais la partie supérieure est en acrylique translucide.

Il existe également des serres à construire soi-même, en aluminium et verre ou plastique, pour environ \$800.

### Plus complexes

Certains modèles haut de gamme sont offerts à des prix variant de \$5,000 à \$25,000. Ces abris dispendieux sont habituellement munis de chauffage, d'éclairage, de ventilation et d'un brumisateur, et à l'occasion même d'un système de stockage d'eau souterrain.

La plupart des jardiniers ne savent pas de façon précise ce qu'ils recherchent dans une serre, dit Bruce Jones, d'Edmonton, qui construit et installe des serres depuis 14 ans. Lui-même demande à ses clients ce qu'ils veulent cultiver, ce qui lui donne une base pour commencer à travailler.

Beaucoup veulent faire du jardinage un passe-temps qui dure toute l'année. Ils optent généralement pour les

combinaisons d'aluminium et de verre, préférant habituellement les appentis aux autres modèles.

Pour plusieurs, le jardinage constitue un simple passe-temps, mais certains amateurs sont très sérieux, comme le prouvent certains accessoires. Le brumisateur, par exemple, est essentiel à tout jardinier désireux de cultiver des orchidées, « pour permettre à l'humidité de s'élever et pour obtenir un effet rafraîchissant en été », explique M. Jones.

Même si la majorité des jardiniers se préoc-

cupent surtout de protéger leurs plantes contre les intempéries, une chaleur trop abondante constitue un problème encore plus important. C'est ici que la ventilation et l'ombre ont un rôle à jouer.

### Détecteur de chaleur

Don Tercier offre dans sa boutique d'outils de jardinage un détecteur de chaleur qui ouvre et referme au besoin une bouche d'aération; ce dispositif donne son plein rendement dans les petites structures. « Pour les constructions plus grandes, la plupart des gens se procurent des



Pour les retraités, le jardinage en serre peut devenir un passe-temps intéressant.

ventilateurs fonctionnant à l'électricité.»

Il existe aussi une sorte de tissu synthétique qui laisse passer la lumière tout en empêchant la chaleur d'atteindre les plantes. M. Tercier dit que les serres en aluminium et en verre semblent plus populaires auprès de sa clientèle, mais il précise qu'il existe aussi une « serre de jardinier » comprenant deux couches de plastique entre lesquelles de l'air est soufflé. Le plastique peut soutenir des températures de 35 degrés.

La fenêtre-serre est

de plus en plus adoptée, car elle permet d'aménager un petit jardin tout près de la cuisine ou de la salle à manger. « Devenue populaire il y a environ cinq ans, elle ressemble à une baie vitrée miniature et ajoute une dimension nouvelle à une pièce ».

M. Frick dit que certains de ses amis possèdent de ces serres. Au début du printemps, leurs fenêtres sont couvertes de « petits pots remplis de bourgeons. Ils commencent leur jardin dans la fenêtre-serre. »

Le printemps...



la meilleure période pour planter!

### POUR VOTRE PELOUSE



21-3-9

Superturf fournit au gazon les éléments nutritifs nécessaires à sa croissance, maintient l'équilibre du système racinaire. L'azote assure une action prolongée tout en réduisant les risques de brûlures.

Formats: 9 kg ou 18 kg

### POUR VOS ARBRES



14-7-14

L'application annuelle de l'engrais pour arbres, haies et arbustes de Nutrite met toutes les chances de votre côté en fournissant à vos arbres plus d'azote et de potassium.

Formats: 2 kg et 10 kg

### POUR ARBUSTES À FLEURS ET VIVACES



2-11-0

Utilisés depuis des générations, les os moulus constituent un engrais idéal pour les bulbes. Avec leur action prolongée, ils assurent aux racines une nutrition des plus efficaces.

Formats: 2 kg et 10 kg

### POUR VOS ROSIERS



8-6-7

Les rosiers demandent un fort taux de fer. C'est un des éléments incorporés à notre engrais pour rosiers. L'un des petits secrets qu'aiment garder pour eux les jardiniers.

Format: 2 kg



NUTRITE



Que serait la plus belle des maisons sans un écran de verdure pour la mettre en valeur? Si vous ne savez par où commencer, profitez de notre

**SERVICE D'AMÉNAGEMENT PAYSAGER**  
**ESTIMATION GRATUITE**

Locaux réaménagés pour vous offrir choix et espace  
OUVERT 7 JOURS



Grainetier • Fleuriste • Paysagiste • Pépiniériste  
8285, 1<sup>re</sup> AVENUE, CHARLESBOURG 623-5401

## SPÉCIAL PLEIN AIR

Ratissez votre terrain et vivez plus longtemps!

# Le printemps, pour la mise en forme

♦ L'activité physique peut ajouter non seulement de la vie à nos années, comme on a pu l'entendre bien souvent, mais également des années à notre vie. Et le plus merveilleux lorsque l'on parle de longévité, c'est que l'activité physique recommandée peut être aussi bien le ratissage de son terrain qu'une demi-heure de jogging.

par Danielle VALLÉE  
(collaboration spéciale)

C'est d'ailleurs cette première approche que nous conseillons de plus en plus les spécialistes. En fait, des études récentes ont démontré qu'un mode de vie plus actif peut effectivement prolonger la durée de la vie. Déjà cette conclusion a de quoi surprendre. Mais quand, en plus, on nous dit qu'on n'a pas nécessairement à chausser ses espadrilles pour bénéficier des effets mentionnés, il y a de quoi se réjouir! En fait, l'intensité des activités choisies est le facteur le moins important quant au maintien d'une bonne santé.

On a constaté, en effet, que des individus dont la dépense d'énergie dépasse 2,000 calories par semaine, peu importe de quelle façon ils dépensent cette énergie, ont un risque de décès de près de 30 pour 100 inférieur à celui des personnes dites inactives. Ça vous semble beaucoup?



Ratissage son terrain peut être aussi bien recommandable qu'une demi-heure de jogging.

Savez-vous que la marche, par exemple, procure une dépense d'énergie d'environ 300 calories par heure, le ratissage de son terrain 350 et le jardinage 200?

La venue du beau temps et, disons-le, des travaux saisonniers à faire sur le terrain ou la maison procurent des occasions rêvées de nous «activer» un peu plus. Combinez toutes ces nouvelles occasions de bouger à un ensemble de comportements plus dynamiques (prendre l'escalier plutôt que l'ascenseur, marcher plutôt que prendre sa voiture) et vous verrez que vous atteindrez bientôt la dépense énergétique soi-disant idéale pour une meilleure espérance de vie. Le printemps est probablement le bon moment pour adopter de nouveaux comportements que l'on tentera de maintenir toute l'année.

Mais attention! Il est important de partir du bon pied et de ne pas voir ces résolutions entravées par quelque malaise. Un petit conseil donc: comme le disait si bien monsieur de la Fontaine, «Rien ne sert de courir, il faut partir à point».

Fixez-vous des délais raisonnables dans l'exécution de vos tâches. De cette façon, bien des maux et courbatures pourront être évités. Pensez aussi à votre pauvre dos! Un bon réchauffement avant de travailler, une posture adéquate et surtout un rythme qui vous convient, vous aide-

ront à prévenir de nombreux problèmes. Mais surtout, trouvez du plaisir dans ce que vous faites. C'est peut-être ça la recette miracle pour une vie plus active.

**Comment soulever un objet**

Se rapprocher le plus possible de l'objet à soulever.

Fléchir les genoux et placer un pied légèrement en re-

trait par rapport à l'autre (s'accroupir au lieu de se pencher).

Éviter de porter des objets lourds à bout de bras. Garder ceux-ci près du corps.

Redresser les jambes en gardant le dos droit.

Déplacer l'objet en faisant tourner les pieds plutôt qu'en faisant une torsion du tronc.

**Dépense énergétique**

S'étendre ou dormir: 80 kcal/h

Être assis: 100

Conduire une voiture: 120

Être debout: 140

Travaux domestiques: 180

Tondre la pelouse: 250

Scier du bois: 400. ●

À G A G N E R  
À CHAQUE SEMAINE

10000\$  
**LOTO**  
VENTE-ACHAT

DU SOLEIL



CETTE PROMOTION S'ADRESSE À TOUS LES PARTICULIERS

Si vous vendez ou achetez une voiture par l'entremise des annonces classées du Soleil entre le 14 mars et le 24 avril 1988, vous serez admissible à gagner 1000 \$ en argent comptant. Tirage tous les lundis au journal Le Soleil. Un gagnant acheteur et un gagnant vendeur par semaine. Les gagnants doivent fournir une preuve de la transaction et accepter que leur nom et photo soient utilisés par Le Soleil. Règlements disponibles sur demande.

DU 14 MARS AU 24 AVRIL  
LES ANNONCES CLASSÉES 647-3311

COCHEZ UNE CASE SEULEMENT  
ACHETEUR (EUSE)

VENDEUR (EUSE)

DÉCOUPEZ ET POSTEZ À :

"LOTO VENTE-ACHAT"  
JOURNAL LE SOLEIL  
C.P. 15800 Québec G1K 8A8

NOM: \_\_\_\_\_

ADRESSE: \_\_\_\_\_

CODE POSTAL \_\_\_\_\_

TEL. (BUR): \_\_\_\_\_

VILLE: \_\_\_\_\_

MAISON: \_\_\_\_\_