

L'Hydro: plus de pénalités injustes mais...



robert fleury
à l'écoute du consommateur

Le cas de la semaine

Les pratiques d'affaires de l'Hydro sont parfois douteuses lorsqu'il s'agit de réclamations de la part d'abonnés, comme en fait foi le cas suivant.

Mme Gisèle Lacombe, de Montmagny, réclame des frais de réparations de \$102,39 à l'Hydro-Québec pour le survoltage de trois téléviseurs et d'une enregistreuse survenu le dimanche 3 avril 1977. Elle s'interroge en outre sur la responsabilité de l'Hydro vis-à-vis d'une pièce défectueuse dans sa Zénith couleur, le "flyback". Sa première réclamation date du 5 avril, et le 13 mai, l'abonnée fournit ses pièces justificatives. Le 11 novembre 1977, soit six mois plus tard, le service des réclamations de l'Hydro-Québec répond ce qui suit:

"Votre réclamation nous a été transmise et après avoir complété notre enquête, nous constatons que le trouble survenu est tout à fait hors de notre contrôle. Par conséquent, nous regrettons de ne pouvoir accepter votre demande." Début et fin de la lettre. Cas réglé pour l'Hydro.

La foudre

Selon le service des Relations publiques, c'est la foudre qui est responsable du bris. Et comme c'est un "act of God", une action de la Mère Nature, on ne paie pas. La jurispruden-

ce reconnaît ce droit à l'Hydro, qui ne peut être tenue responsable de dommages causés par une tierce partie. Si c'est la foudre qui est responsable...

Or, selon notre enquête, même s'il pleuvait à Montmagny ce dimanche-là, et que des orages ont été signalés sur toute la région de Québec, il n'est pas du tout prouvé que la foudre soit tombée sur le poteau abritant les transformateurs défectueux. Des voisins interrogés affirment qu'il n'y a pas eu de foudre: on aurait vu au contraire trois boules de feu suivies de courtes détonations. Le rapport de la Sécurité municipale fait également état d'un incendie du poteau, mais pas de foudre, comme l'explique un constable: "Il pleuvait et ventait mais pas de foudre à notre connaissance."

Bris mécanique

L'Hydro base son argumentation sur le rapport de l'ingénieur qui affirme que "la foudre qui est la cause du bris des parafoudres et à l'origine de la panne a pu provoquer chez l'abonné des surtensions pouvant endommager ses appareils en même temps que notre équipement". A noter qu'elle "a pu" le faire.

Interrogé par LE SOLEIL, un res-

pensable technique du bureau de Montmagny pour l'Hydro, affirmait que le bris de ces parafoudres était dû à "un bris purement mécanique" attribuable à d'autres causes vraisemblablement le gel, l'eau... que l'équipement se serait détérioré ainsi, et il rejetait la foudre comme cause possible. "Dans la plupart des cas de bris de parafoudres, les causes sont d'ailleurs mécaniques."

Les parafoudres absorbent la foudre et en dirigent l'énergie vers le sol. Même s'ils éclatent devant une foudre particulièrement puissante, les transformateurs des appareils des usagers n'en sont pas nécessairement endommagés.

Le survoltage des appareils semble évident si l'on examine les factures de réparations des appareils de Mme Lacombe, cette cause étant inscrite en toutes lettres sur chaque facture. Une voisine, Mme Masson, aurait subi les mêmes préjudices sur son téléviseur couleur et n'a pas non plus obtenu remboursement de l'Hydro. Quant au "flyback" défectueux, Mme Lacombe pourrait difficilement le réclamer en plus, comme elle en avait manifesté le désir puisqu'il n'est pas évident que le survoltage en soit la cause, selon un technicien Zénith. Le porte parole de l'Hydro s'est montré fort courtois mais

refuse obstinément de se rendre à l'évidence. L'Hydro refuse toujours de rembourser l'abonné. Si cette dernière veut obtenir satisfaction, il ne lui reste donc que le recours au tribunal des Petites créances vu qu'aucune entente de bonne foi ne peut être négociée. Sans présumer d'un jugement en sa faveur, la cliente semble disposer de preuves suffisamment troublantes pour tenter d'obtenir satisfaction.

Quant à l'Hydro, on ne peut que déplorer certaines pratiques commerciales quand, six mois après une réclamation, on répond que l'on n'est pas responsable sans autre mot d'explication. Le Service des Relations publiques était d'ailleurs le premier à reconnaître l'attitude cavalière du service des réclamations dans cette affaire, l'aspect juridique ayant primé sur l'aspect humain. Or, comme il s'agissait d'une réponse juridique, on ne peut qu'espérer un règlement du même type. Une attitude malheureusement trop facile et courante de l'Hydro-Québec pour ne pas saisir l'occasion de la remettre en question.

C'est à suivre.

Depuis le 1er avril 1978, la pénalité de 10 pour 100 imposée aux consommateurs d'électricité, lorsque leur facture n'est pas acquittée à temps, a été abolie pour céder le pas à une pratique commerciale plus courante, celle des frais d'administration de 1.5 pour 100 par mois après échéance.

L'ancienne pratique de l'Hydro avait été longtemps décriée comme une pratique rétrograde, voire usuaire, et avait suscité la réprobation générale des Québécois. C'est maintenant révolu; pénalité: 1.5 pour 100 par mois, 20 jours pour payer. C'est le taux pratiqué par la plupart des établissements commerciaux. Plus de dépôt non plus, sauf si l'on dispose d'un mauvais dossier de crédit avec l'Hydro. Cela vaut pour les abonnés commerciaux surtout.

Lecture du compteur

La consommation "estimée" a souvent soulevé l'ire des consommateurs. Voici quelles sont les nouvelles pratiques de l'Hydro à ce sujet pour la plupart des abonnés du Québec métropolitain: la lecture est faite par un employé de l'Hydro à tous les deux mois. Si l'abonné n'est pas là et que le compteur ne lui est pas accessible, l'employé laisse une carte auto-relève que remplira l'abonné.

Les abonnés de l'extérieur des grandes régions métropolitaines de Québec et Montréal en général sont "lus" par un employé à tous les quatre mois, mais reçoivent leur facture aux deux mois comme tout le monde. A tous les quatre mois, on fait un relevé, et entre-temps, on estime la consommation. Le relevé qui suit un estimé ajuste la consommation à sa dépense réelle. Ceux qui chauffent leur maison à l'électricité sont "lus" à tous les deux mois. Il peut être avantageux de déclarer un tel chauffage, si on veut éviter des mauvaises surprises. L'Hydro nous incite à le faire. Pour ces

abonnés, d'ailleurs, on peut se prévaloir du mode de paiements égaux répartis sur 12 mois. On prévoit ainsi \$50 par mois et c'est ce que l'on paie. Le 12e mois vient ajuster le compte. Si la différence dans l'ajustement est plus de \$100, on corrige le mode de paiement en conséquence. Cela évite les coûts astronomiques des mois d'hiver comparativement aux mois d'été.

Les tarifs

Contrairement à ce que l'on croit en général, les consommateurs résidentiels ne sont pas ceux qui paient le plus cher leur électricité, mais ils ne sont pas non plus ceux qui la paient le moins cher. Les industries bénéficient de tarifs préférentiels vu qu'elles en font une dépense de fabrication et de transformation. Les petites entreprises, les commerces, paient le plus haut tarif. Les abonnés résidentiels, pour leur part, paient \$7,20 d'abonnement pour deux mois, plus 1.8 cent de kilowatt heure pour les 900 premiers kwh, et 1.9 cent pour les suivants. 66 pour 100 des abonnés consomment moins de 900 kwh. Les abonnés ruraux qui habitent sur leur ferme ont avantage à ne disposer que d'un compteur unique, à la maison; ils bénéficient alors du tarif résidentiel. Avis aux intéressés.

Ecrivez-nous...

LE SOLEIL vous invite à soumettre vos problèmes par écrit sur tout sujet d'intérêt général, qu'il s'agisse de non respect de garanties, de réparations insatisfaisantes ou de toute autre démarche qui ne vous a pas permis d'obtenir satisfaction par vos propres moyens. Si la livraison postale devenait difficile, veuillez déposer votre courrier à la réception du SOLEIL. Adressez-le comme suit: A l'Écoute du Consommateur LE SOLEIL 390, Saint-Vallier est Québec, Qué. G1K 7J6.

Spécial!

Anti-Inflation



A l'achat d'une paire de bottes, de souliers ou d'un sac à main durant le mois d'octobre vous recevrez une carte d'escompte-mystère d'une valeur de \$1, \$2,50, \$5, \$10 ou \$25. Le montant indiqué sur la carte sera déduit de votre achat... immédiatement. Cette offre prend fin le 4 novembre 1978. Illustré: botte habillée en cuir doux à bout ajusté et talon bottier en cuir. Élargisseur élastique au côté. Faite au Brésil. Dames 5 1/2-9 pleines et demies et 10. Largeur moyenne. Noir.

Prix Cour. \$59.99
\$20.99 de Rabais
\$39



Bata
Chaussures
LE MAGASIN DE CHAUSSURE POUR LA FAMILLE CANADIENNE

Le solde prend fin samedi, le 14 octobre 1978

boiteau luminaire



A-166736
Lampe collège
conçue spécialement
pour le travail prolongé.
Ampoule incluse.
Quantité limitée.
SPECIAL
\$24⁹⁵

B-171629
Lampe de bureau
moderne. Ampoule
en sus. Quantité
limitée.
SPECIAL
\$15⁹⁵

N'oubliez pas
de visiter notre
département
de cadeaux.

boiteau luminaire / Embellit la lumière

1295 ouest, boul. Charest, Québec - Tel: 683-2271
Les Galeries Chagnon, Lévis, Tel: 837-5135

Ouvert de 9:00 A.M. à 5:30 P.M. du lundi au mercredi; de 9:00 A.M. à 9:00 P.M. le jeudi et le vendredi; et de 9:00 A.M. à 5:00 P.M. le samedi.

consommation

Le Dr Moreau fait le point sur le nitrite Le bacon cancérigène... en ration de 46,000 livres!

par Marie CAQUETTE

On aura tout lu ou entendu des propos plus ou moins alarmants sur la présence de nitrite cancérigène dans le bacon, ces dernières semaines. Au point de passer à côté du comptoir des viandes préparées et d'hésiter... ou de se demander comment il se fait qu'on en vende encore!

Le danger, dont on n'a pas encore de preuve, est très minime, déclarait au SOLEIL le Dr Jean Raymond Moreau, professeur au département de génie chimique et spécialiste des viandes, au cours d'une longue entrevue destinée à faire un peu de lumière sur la question.

Les tumeurs constatées au foie des rats de laboratoire auxquels on avait fait avaler du nitrite, rapporte le Dr Moreau, sont apparues après une consommation hors du commun qui, chez l'humain, équivaldrait à une ration quotidienne de 46,000 livres de bacon tous les jours de sa vie!

Cela explique peut-être la position canadienne que Mme Bégin, ministre fédéral de la Santé, résumait en juillet dernier: on ne prévoit pas modifier immédiatement les normes canadiennes relatives à l'usage du nitrite à moins de trouver un substitut sûr et efficace.

Cette attitude de "wait and see" est aussi celle du gouvernement américain, du moins du ministère de l'Agriculture. L'assistante secrétaire à l'Agriculture, Mme Tucker Foreman, annonçait toutefois, le 26 septembre, devant les membres du Congrès, une intensification des recherches pour découvrir d'autres méthodes de préservation. Car si la pression publique est suffisamment forte, il semble que le produit sera retiré du marché, sans étude supplémentaire sur ses effets cancérigènes.

Car rien n'a été prouvé encore en dépit de recherches intenses, rapporte

le Dr Moreau. Une autre étude que celle du Massachusetts Institute of Technology (MIT), citée plus haut, a établi en effet que des rats nourris avec une diète contenant 25 pour 100 de bacon traité au nitrite ne présentaient pas de différences significatives au niveau de l'incidence de cancer avec un autre groupe nourri avec une diète de bacon sans nitrite.

Cancer ou botulisme

La décision de retirer le nitrite du marché à ce moment-ci est difficile à prendre finalement parce que, face au danger assez restreint de causer le cancer, le nitrite est essentiel pour écarter le danger très réel de botulisme, empoisonnement mortel causé par une bactérie qui se développe dans la viande (et divers aliments!) non-traitée.

A l'heure actuelle, le cœur du dilemme est celui-ci: est-il préférable de risquer (faiblement?) le cancer en consommant du nitrite ou un empoisonnement mortel plutôt certain (dans 65 pour 100 des cas) en mangeant des viandes qui n'ont pas été traitées au nitrite pour prévenir l'apparition de la bactérie du botulisme?

Car on n'a pas, affirme le Dr Moreau, encore trouvé de substitut au nitrite pour combattre cette bactérie. Une cuisson prolongée des viandes, 10 fois plus longue que la normale, stériliserait définitivement, de façon tout aussi efficace que le nitrite, concède-t-il... mais le bacon ou le jambon ne seraient plus ce qu'ils sont!

Si l'on découvre un préservatif qui remplace le nitrite, ajoute encore le Dr Moreau, celui-ci devra, à l'instar du nitrite, développer la couleur, la saveur et empêcher l'oxydation et le rancissement de la viande. A défaut, il faudra ajouter quatre additifs à la viande... et évidemment, vérifier encore s'ils sont nuisibles ou non à la santé et s'ils sont compatibles entre eux.

Vieux problème

Le problème du nitrite n'est pas né d'hier, malgré ce qu'on pourrait croire. Cela fait des années qu'on étudie la question en laboratoire, de dire le Dr Moreau. Cela a permis de trouver du nitrite et son sous-produit, la nitrosamine, un peu partout, dans toutes les viandes traitées, dans les boissons, la volaille, le fromage, les engrais chimiques... Aux États-Unis seulement, on estime qu'on ajoute du nitrite à 9.1 milliards de livres de viande par année: porc, poisson, volaille, etc.

A mesure que les connaissances sur le sujet s'amélioraient, continue le spécialiste, on est devenu prudent: on a ainsi découvert que le nitrate qu'on ajoute aux viandes pour les conserver, selon une technique qui date du temps des Romains ou plus loin encore, produit lui aussi, naturellement, du nitrite (l'agent actif de la préservation des viandes). On a donc interdit la présence de nitrate là où on ajoutait aussi du nitrite. Il a aussi été interdit d'en mêler aux épices, et les quantités introduites dans le bacon ont elles aussi été réduites au minimum nécessaire

pour que les effets voulus (préservation, couleur, etc.) se produisent. Même obligation pour d'autres aliments.

Si l'on s'affole tout particulièrement au sujet de la présence de nitrite dans le bacon, plutôt que dans toutes les autres viandes transformées qui en contiennent parfois plus, cela tient à deux facteurs, selon le Dr Moreau: la minceur du bacon et la haute température à laquelle on le fait cuire.

Le nitrite, sous l'effet de la chaleur, se combine à des amines de la viande pour former des nitrosamines. Ce sont ces nitrosamines qu'on soupçonne de pouvoir être cancérigènes à très forte dose. Vu la minceur de la tranche de bacon et la température élevée de cuisson, la réaction entre nitrite et amines est, en un sens, particulièrement "réussie" dans le bacon: toute la viande chauffe!

Pour plus de sûreté, si l'on continue d'en consommer, il est possible de se débarrasser d'une partie de ces nitrosamines en épongeant le bacon après cuisson. Les nitrosamines sont en effet solubles dans les corps gras.

Le nitrite ressemble tout bêtement à... du sel de table.

L'individu moyen, a-t-on établi, semble en absorber 11 milligrammes par jour, dont 77 pour 100 proviennent de sa salive. La présence et l'utilité du nitrite dans la salive sont encore un mystère pour les chercheurs. Les 23 pour 100 restants proviennent de la viande et d'autres sources alimentaires.

Seul et concentré, le nitrite est aussi employé en médecine comme vaso-dilatateur. En quantités trop fortes, cependant, il devient toxique et provoque une sorte de gonflement sanguin.



Le Soleil, Jacques Deschênes

Le docteur Jean R. Moreau est professeur en sciences alimentaires et génie biochimique à l'université Laval. Le docteur Moreau a obtenu son doctorat en sciences alimentaires du MIT. Il a travaillé, au début de sa carrière, comme chercheur pour l'industrie alimentaire, avant de se consacrer à l'enseignement universitaire. Il est, cette année encore, président de divers comités consultatifs gouvernementaux et agissait, jusqu'à l'an dernier, à titre de témoin expert des gouvernements provincial et fédéral en ce qui concerne les viandes.

MONTREAL DRAPERIES

GRATUIT!
SERVICE D'ACHAT À DOMICILE SUR
LES DRAPERIES FAITES SUR MESURE

529-9008

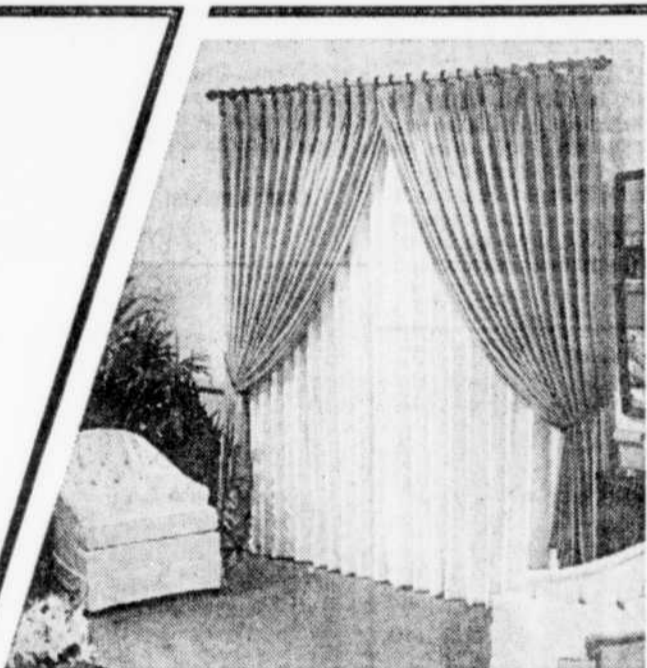
CONFECTION GRATUITE

SUR TENTURES FAITES SUR MESURE

DOUBLÉES OU NON DOUBLÉES

HAUTEUR MINIMUM 54"

CETTE OFFRE NE S'APPLIQUE
PAS AUX VELOURS,
PLAFONDS EN PENTE
OU CATHÉDRALE.



MONTREAL
DRAPERIES

734 ST. JOSEPH EST
QUÉBEC — 529-9008
CENTRE D'ACHATS PLACE LAURIER
Ste-Foy - 653-4069

CENTRE D'ACHATS FLEUR DE LYS
QUÉBEC 529-0288
LES GALERIES CHAGNON
Lévis - 833-4420

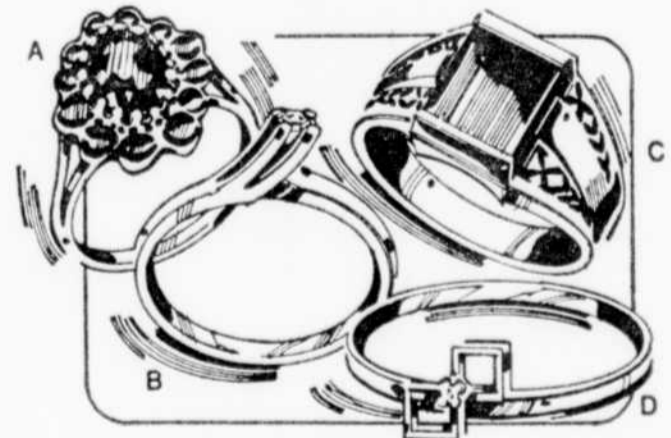
CHARGEX

master charge

Sears

• Place Fleur de Lys • Place Laurier • Galeries Chagnon

Un petit coin avec un grand coeur... le rayon des bijoux



Le rayon des bagues chez Sears a quelque chose pour satisfaire tous les goûts et tous les budgets. Nos employés sont là et n'attendent que votre visite pour vous aider. Notre marchandise est munie d'un plan de garantie. Nous avons un vaste assortiment pour les hommes, les dames et même les enfants.

a- Bague pour dames avec véritable pierre en or jaune 10K. Tailles: 5 à 8 (aussi demi-taille). # 34 951 \$40.

b- Bague pour dames avec véritable rubis en or jaune 10K. Tailles: 5 à 8 (aussi demi-taille). # 34 765 \$45.

c- Bague pour homme avec véritable oeil de tigre brun en or jaune 10K. Tailles: 7 à 12. # 31 279 \$64

d- Bague pour dames avec véritable mini-diamant en or jaune 10K. Tailles: 5 à 8. # 34 516 \$59.98

Bijoux - Rayon 4

Simpsons-Sears Limitée

La pomme de terre s'entreposera mieux mais son prix variera peu

Textes de Robert FLEURY

Vendues au détail à \$2,25 et \$2,50 au marché central de Montréal, les pommes de terre s'avèrent un achat discutable à \$3 le 50 livres aux Halles du Palais, surtout pour l'entreposage. Pour consommer rapidement, cela demeure un bon achat, en dépit de la différence de prix. Parfois, on peut s'attendre à payer \$2,75.

"Les producteurs de l'île d'Orléans, surtout du côté sud, ont été très éprouvés par la sécheresse, commente un négociant en gros de Saint-Romuald, le plus grand producteur de l'Est du pays. Ils ont vu leurs récoltes réduites jusqu'à 50 pour 100. La production canadienne a d'ailleurs diminué dans son ensemble d'environ 15 pour 100, soit 20 pour 100 au Québec et autant dans les Maritimes. Mais il n'y aura pas de pénurie pour autant cet hiver et les prix n'augmenteront guère plus que l'an dernier."

L'an dernier, les patates se conservaient mal et leur prix a été stable au cours de l'hiver. Ce n'était pas une bonne idée d'en acheter en grande quantité pour les entreposer, tant pour le producteur que pour le consommateur, car elles se conservaient mal, à cause des pluies abondantes du mois d'août. D'autant plus que le prix restait le même jusqu'en février.

Cette année, les pommes de terre se conserveront mieux, les producteurs sont unanimes. Aux Halles du Palais, nous en avons rencontré quelques-uns.

Jean Gagnon, de Notre-Dame de Pierreville, a décidé pour sa part de rompre avec la tradition et de vendre ses pommes de terre en sacs de jute ajourés, aux 50 livres. Elles se présentent moins bien mais elles se conserveraient mieux, selon lui.

"On peut les garder plus facilement parce que l'air circule mieux. On n'a pas besoin de garder les sacs debout comme avec les sacs de papier".

Il conseille une température très fraîche si on veut les garder tout l'hiver, car autrement elles germent et ramollissent.

Pour Théodore Turcotte, de Sainte-Famille, île d'Orléans, la pomme de terre se gardera mieux si elle est traitée contre les germes. Comme il vend en sacs de papier, parce que ça fait plus propre et que ça se vend mieux, il conseille d'ouvrir le sac une fois rangé debout dans la chambre froide. Ce sera suffisant pour aérer les pommes de

terre et bien les conserver. Attention à la lumière toutefois.

"Si vous voulez vous assurer que la pomme de terre est à maturité et qu'elle se gardera mieux, frottez-la ainsi, dit-il en appuyant fortement de ses mains rugueuses: si la pelure reste en place, ce n'est pas une pomme de terre nouvelle. N'ayez pas peur de ce qui vous semble être des petites gales, ce n'en sont pas: ce sont des brûlures causées par l'engrais chimique et ça part tout de suite si vous l'enlevez avec votre ongle. Si c'était de la gale, ça ne partirait pas".

La pomme de terre lavée

"La pomme de terre lavée ne se conserve pas", disaient unanimement tous les producteurs interrogés aux Halles du Palais.

Pour la directrice du département de diététique de l'université Laval, Mme Monique Raymond, c'est possible compte tenu que les légumes débarrassés de leur pellicule protectrice ne se conservent pas. Elle considère d'ailleurs que tous les légumes que l'on entend entreposer, que ce soit au réfrigérateur ou dans une chambre froide, devraient être seulement brossés pour enlever l'excédent de terre, et non lavés.

"Nous garantissons 90 jours de garde, explique le directeur général d'une grande entreprise de production de pommes de terre lavées, qui préfère taire son nom: c'est deux fois moins de temps que pour une pomme de terre non lavée, laquelle peut se conserver six mois dans de bonnes conditions."

Pour lui, ça ne vaut pas vraiment la peine de stocker si on est un consommateur à moins d'avoir vraiment les facilités d'entreposage. "Évidemment, ce n'est pas dans notre intérêt," avoue-t-il honnêtement. Selon lui, le prix des pommes de terre restera stable autour de \$2,50 et \$3,00 les 50 livres pour les prochaines semaines, et il n'excèdera pas \$4,00 d'ici janvier. A ce prix ce n'est pas la peine d'entreposer. Il conseille même d'acheter aux 10 livres au fur et à mesure au cours de l'hiver. C'est moins de troubles pour le consommateur.

Au consommateur de faire son choix. En grande quantité, avec des facilités adéquates, l'achat peut en valoir la peine. Sinon, pourquoi s'embarrasser!



M. Turcotte conseille de frotter la pomme de terre pour s'assurer qu'il ne s'agit pas d'une "nouvelle", si on veut faire de l'entreposage.



Jean Gagnon est l'un des rares producteurs à vendre ses pommes de terre en sacs de jute. Selon lui, elles se conservent mieux ainsi.

Les producteurs de lait québécois et l'éducation

La Fédération des producteurs de lait du Québec vient de dévoiler les grandes lignes du premier programme véritablement québécois de nutrition destiné aux enfants qui fréquentent le deuxième cycle de l'école élémentaire.

Distribué par le biais des départements de santé communautaire (DSC) et des Centres locaux de services communautaires (CLSC), le programme de nutrition est mis à la disposition des enseignants qui le désirent par le biais d'ateliers pédagogiques. S'il n'est pas obligatoire, il s'intégrera facilement, par contre, à l'intérieur des programmes-cadres existants, soit en français, mathématiques ou en sciences de la nature.

Depuis deux ou trois ans, selon les régions, un premier programme de nutrition, adapté au programme ontarien "Big Idea", la Boîte à Idées, connaît un certain succès auprès des enseignants du premier cycle de l'élémentaire, soit la maternelle, la première année, la deuxième et la troisième année. Le programme vise à enseigner les rudiments d'une bonne alimentation.

Le nouveau programme vient continuer et compléter le programme amorcé ces dernières années, lequel continue d'être en vigueur au premier cycle: il identifie d'avantage les éléments nutritifs parmi les aliments, le processus de la digestion, les facteurs d'énergie, et vise à donner à l'enfant de saines habitudes alimentaires.

Abondamment illustré et doté d'exercices de mise en situation, le cahier de l'élève ne sera disponible, toutefois, qu'à un seul exemplaire par enseignant, ce dernier devant en tirer les photocopies nécessaires aux élèves concernés. Un cahier du maître suggère diverses activités possibles et fournit évidemment les réponses aux exercices de l'élève.

Chaque année du deuxième cycle dispose d'un programme distinct. C'est ainsi que la quatrième année se familiarisera avec la composition des aliments en lipides, protéines et glucides par de faciles expériences de physique et des mises en situation dans la vie courante, le tout compris à l'intérieur du processus digestif.

Par le jeu
Des jeux-mystères, de détectives, d'échelles et autres agrément

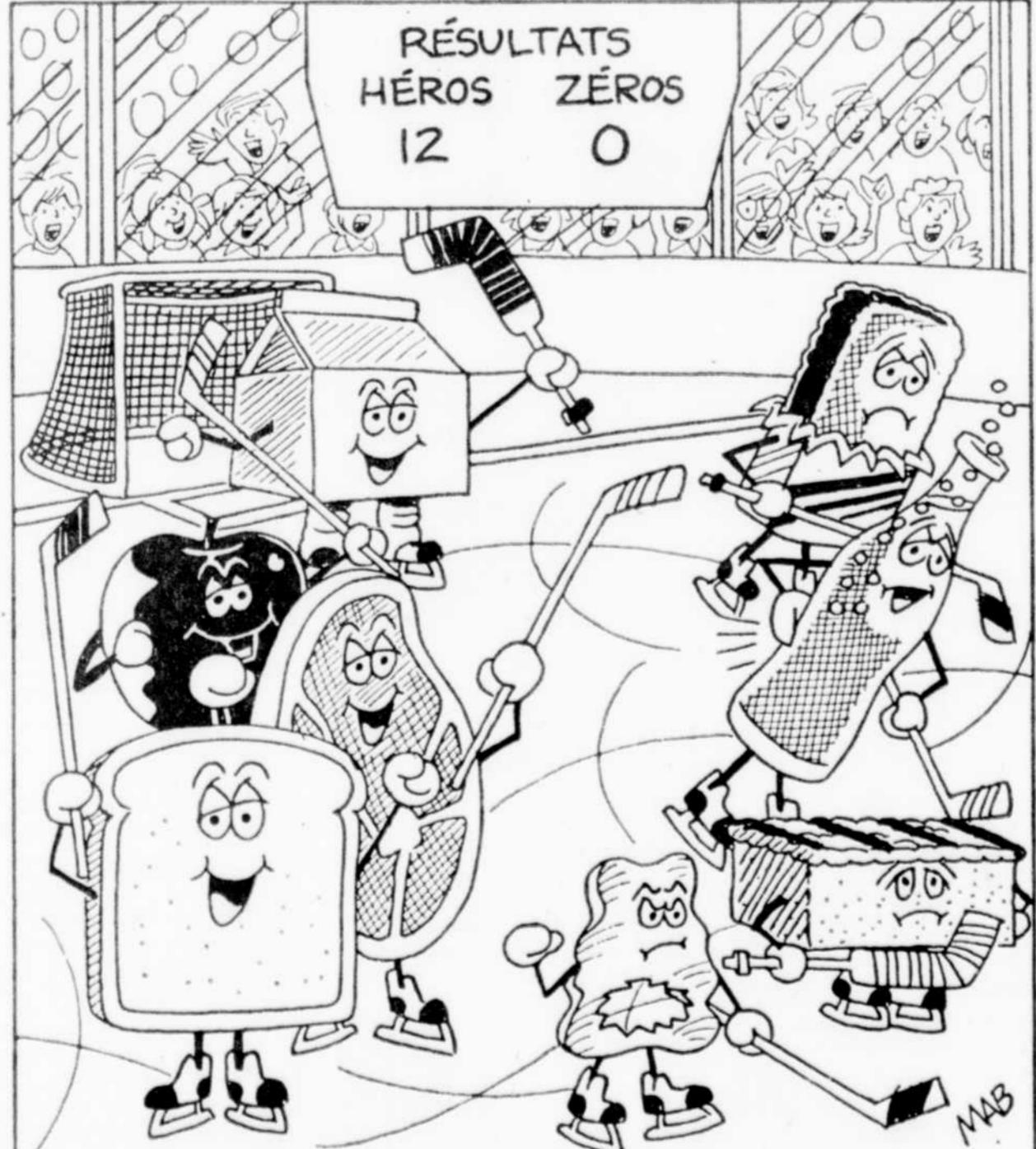
l'enseignement du programme. Le chef-d'œuvre réside sans doute dans le match de hockey opposant les

Héros aux Zéros. Les Héros, on s'en doute, sont constitués de bons aliments à énergie active (viandes et

substitués, lait, légumes...) alors que les Zéros sont les pâtisseries, chocolats, eaux gazeuses et autres sucres.

ries, sources d'énergie vide. Une pédagogie bien imagée qui se prête à une foule d'activités.

dans la vulgarisation de la nutrition dans la Vieille Capitale, avait participé à l'élaboration du premier programme en vigueur dans les écoles, il y a trois ans. Elle est de plus en plus consciente que c'est dans l'industrie, surtout maintenant, que les nutritionnistes auront un rôle à jouer.



Les écoliers apprendront par le jeu, entre autres, à mieux connaître les éléments qui constituent la base d'une saine alimentation

Les diététistes et les infirmières des DSC et des CLSC dispensent les informations et la documentation nécessaires aux enseignants qui le désirent, et l'on se servira de rencontres pédagogiques, des réunions de parents et de commissions scolaires pour en assurer la diffusion. "Des parents membres de comités d'école s'offrent même pour remplacer le professeur durant la session de trois heures nécessaires à la sensibilisation de ce dernier," d'expliquer Mme Suzanne Rigaud, conseillère en nutrition auprès de la Fédération des producteurs de lait du Québec. "Ce n'est qu'après avoir suivi un tel atelier que la documentation leur est remise."

Approche contestée

Une certaine approche du programme a cependant été contestée par plusieurs diététistes présentes lors du lancement, alors que l'on reprochait l'importance accordée à la viande (symbolisée par un bifteck) par rapport à ses substitués.

"C'est perpétuer le mythe du gros steak dans la composition du menu de la journée", s'est objectée Andrée Beaulieu, diététiste-nutritionniste du Département de santé communautaire Saint-Sacrement de Québec. On continue l'impression qu'il faut deux repas de viandes dans la journée alors qu'un seul suffit, et on n'insiste pas assez sur le poisson, les viandes blanches, les oeufs et substitués comme le sont les légumineuses".

La remarque des diététistes a fait ressortir une lacune du programme, mais on pourrait y remédier assez facilement si les enseignants sont sensibilisés à ce danger d'avantage à une illustration inadéquate qu'à une lacune pédagogique.

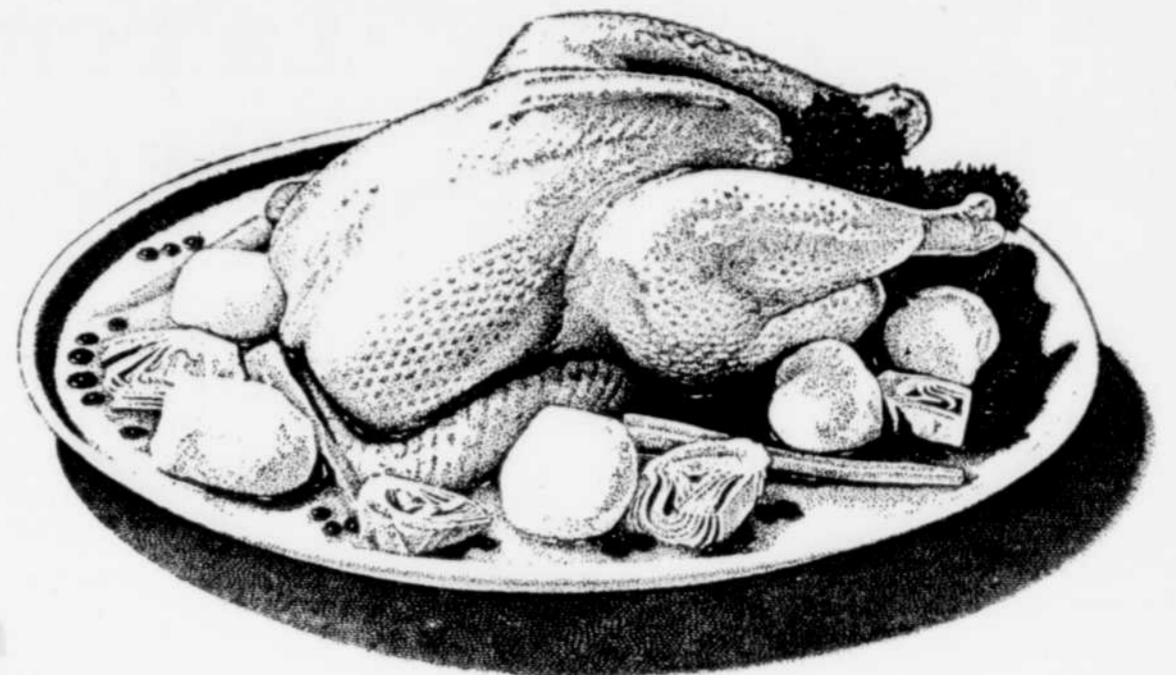
"Il faudra 20 ans pour transformer les habitudes alimentaires de notre société", a confié Andrée Beaulieu.

Mlle Beaulieu, une pionnière

Un participant de l'industrie alimentaire, M. Réjean Labonté, vice-président de la Laiterie de Chez-Nous, de Saint-Raymond de Portneuf, est d'avis que l'industrie ne fait que commencer à s'intéresser à la nutrition comme telle. Qualifiant de négatives les récentes déclarations de Roger Néron, du groupe Culinar, lesquelles témoignent du désarroi de l'industrie face aux changements apportés par l'effort gouvernemental, l'industrie alimentaire en général voulant contrer la publicité destinée à améliorer la nutrition des Québécois, M. Labonté a déclaré que l'industrie laitière était évidemment dans une situation privilégiée face à ce problème, le lait et ses sous-produits étant des aliments nutritifs de premier choix face aux petits gâteaux xy.

Si l'industrie laitière semble apte à tirer les marrons du feu, elle n'en semble pas moins démunie face à une véritable mise en marché du lait qui rendrait à ce produit la place qu'il devrait occuper dans les distributeurs des écoles, des bureaux, des hôpitaux et des usines.

On peut déjà entendre le tintamarre que provoquera la sortie des eaux gazeuses des écoles, comme cela a commencé à se faire déjà depuis plusieurs années, si cette industrie ne réussissait pas à diversifier sa production suffisamment rapidement et à sortir des sentiers battus pour offrir des aliments et boissons plus nutritifs.



JEUNES DINDONS

éviscérés congelés
catégorie "A" Canada

8 à 16 lb

89

lb

"Octobre
c'est le mois
que j'aime à cause
des spéciaux

JAMBON 1/4 FESSE (Dinner Ham) Env. 2 1/2 lb	2.69 lb	SALAMI Maple Leaf Pqt 8 oz	1.19 lb
SAUCISSES PUR PORC Belle Fermière Pqt 1 lb	1.69	SAUCISSON EN MORCEAU Maple Leaf	.89 lb
PATE CHINOIS Belle Fermière 10 oz	1.09	GRAISSE DE ROTI Cont. 6 oz	.63

ESSUIE-TOUT
blanc
Royale
pqt 2 rlx **.95**

CONFITURES
de fraises ou framboises
avec pectine
Vachon
Bocal 24 oz **.99**

DINER AU FROMAGE
Kraft
Bte 7 1/4 oz **.55**

alimentation
GEN

le grand tirage instantané	par CHRYSLER et Kellogg Salada
Céréales Spécial K Kellog Bte 475 oz 1.31	Mini-Wheat Régulier ou cassonade Kellog Bte 375 gr. .82
Thé Salada Orange péhoé Bte 60 sachets 1.69	Marmelade Good Morning Bocal 24 oz 1.15
Gaufres congelées Régulier ou bleuets Eggo Bte 11 oz .68	Céréales Cracklin Bran Kellog Bte 550 gr. 1.19

Biscuits Royal ou Village Viau Bte 2 lb. 1.19	Biscuits Ritz "Empilés" Bte 350 gr.
Papiers-mouchoirs Couleurs assorties Royale Bte 60 - 3 plis .35	Fèves jaunes ou vert Coupees Canada de choix Aylmer Bte 14 oz
Savon pour lave-vaisselle All Bte 50 oz 2.10	Papier toilette Couleurs assorties Royale Pqt 4 rlx
Détersif en poudre Lessiveuse automatique All Bte 2 M 2.47	Dentifrice Aim Tube 100 ml.
Nettoyeur liquide Lestoil Bout. 28 oz 1.19	Savon toilette Bain, blanc et rose Dove Pqt 2
Sauce canneberges Aylmer Bte 9 oz .55	Groupe de menthe assorties Henri Cello 200 gr.
Rince-bouche Listerimint Bout. 18 oz 1.79	Margarine dure Monarch pqt 3 lb

CAROTTES

culture du Québec
Canada no 1
cello 5 lb

49

BANANES

DOLE
 mûries à point
 produit importé

.25

lb

OIGNONS JAUNES

à bouillir
 culture du Québec
 Canada no 1
 sac 10 lb

.99

CHOUX BRUXELLES

culture du Québec
 Canada no 1
 cont. 10 oz

.59



Eau minérale Bout. 30 oz	.41
Sirop de table Bout. 32 oz	.85
Fèves blanches Sac 2 lb	.85
Sacs à poubelles extérieur 26" x 36" pqt 10	.77
Alcool à friction Bout. 16 oz	.54
Asperges coupées Canada de choix Bte 12 oz	.64
Moutarde Préparée Bocal 24 oz	.54
Pois à soupe Sac 2 lb	.85
Bonbons saveurs assorties Cello	.59
Pansements adhésifs Bte 60	.96

MAIS SUR EPIS Canada de choix Bte 40 oz .63	MARGARINE MOLLE Monarch Cont. 1 lb .79	CROUSTILLES régulier ou ondulées Dulac Sac 225 gr. .69	JUS DE TOMATES Canada de fantaisie Bright Bte 19 oz .55	MARINADES SUCRÉES Bocal 24 oz .73
--	---	--	---	---

.99 Champignons morceaux et pieds Riviera Bte 10 oz	.75 Farine tout-usage 5-Roses Sac 3.5 K	1.59 Yogourt Saveurs de fruits frais assortis Yoplait Cont. 175 gr.	3/.89 Café pour cafetière filtre Trend Bte 1 lb
2/.59 Sacs à sandwichs Glad Bte 50	.55 Sauce à la viande pour spaghetti Kraft Bocal 16 oz	.69 Tablettes de chocolat Jr. (Caramilk, Dairy Milk) Cadbury Cello familial 20	1.99 Fromage Brick Kraft Pqt 1 lb
1.15 Assouplisseurs de tissus en feuilles Fleecy Bte 30	1.69 Rincage All Bout. 4 oz	.89 Biscuits à la guimauve (sundaes) Weston Cello 350 gr.	3.59 Jambon pique-nique Cordon Bleu Bte 1 1/2 lb
1.09 Pois verts assortis Canada de choix Aylmer Bte 14 oz	.35 Antigel Prestone Gal.	6.19 Nourritures pour chiens Top Dr. Ballard Bte 25 oz	1.00 Maxi-serviettes sanitaires Liberté Nouvelle Bte 12
.99 Tomates Canada de choix Aylmer Bte 19 oz	.54 Crème glacée Saveurs assorties Laval Cont. 2 litres, plastique	1.99 Détergent liquide pour vaisselle Sunlight Bout. 32 oz	1.56 Fromage fondu à tartiner Cheez Whiz Bocal 1 lb
.55 Maïs en crème Canada de choix Aylmer Bte 14 oz	.44 Breuvage de fruits assortis Allen Bte 48 oz	.53 Couches Pampers pour le jour, pqt 30 super absorbantes, pqt 24	4.19 Fromage Mozzarella Kraft Pqt 907 gr.
1.99 Cristaux à saveur de fruits assortis Quench Env. 92 gr.	4/.99 Pois et carottes Canada de choix Aylmer Bte 14 oz	.38 Soupe poulet et nouilles Loney Env. 2 1/2 oz	2/.69 Pâte de tomates Hunt Bte 5 1/2 oz
		.59 Ananas tranchés Tropic Bte 19 oz	.59 Soupe Legumes ou pois Habitant Bte 28 oz

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités

Syndicat DE QUÉBEC

• Mail St-Roch • Place Laurier • Place Fleur de Lys



Festival du Disque



STARMANIA

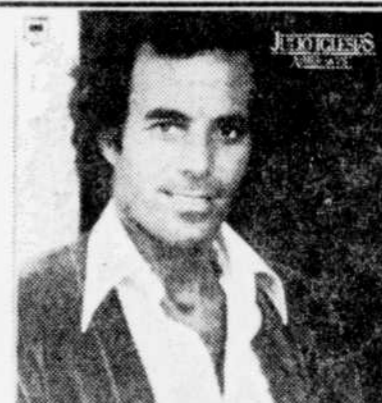
KF-8001/2

Spécial

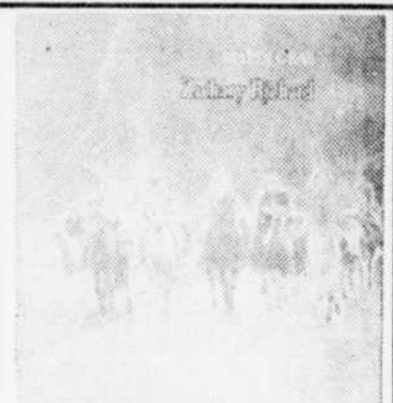
7.⁷⁹



PFC-90509
Joe Dassin



PFC-90497
Julio Iglesias



PFS-90443
Zachary Richard

Spécial 4.⁴⁷

PFS-90452 Marie-Claire Séguin	PC-35375 Barbra Streisand	2371-656 The Fischer Choir	2371-473 Bouzouki
PFS-90456 Fion-Séguin	AB-4164 Barry Manilow	KS-32550 Neil Diamond	KFS-90387 Joe Dassin
PFS-90398 Joe Dassin	SRM-1-3741 Conquistador	PFS-90419 Joe Dassin	JS-34403 Streisand-Kristofferson

Spécial 4.⁹⁹

RC-811 Symphonie Pathétique	RC-748 Suites pour Orchestre #1 et #2	ANTONIO VIVALDI Concerti pour Flûte et Cordes
RC-634 Récital Frédéric Chopin	BEETHOVEN Symphonie Pastorale	RC-722 Mozart, Messe du Couronnement (NON ILLUSTRÉ)

Spécial 1.⁷⁹

SPAM-67364 Bimbo Jet	ST-11578 George Harrison
SW-11525 Wings	ST-70045 Julie Arel

Spécial 3.³⁹

RS-2-4001 Saturday Night Fever	RS-2-4002 Grease
-----------------------------------	---------------------

Spécial 8.⁹⁹

ACL-7064 Elvis Presley	CASX-2567 Elvis Presley
CAS-2595 Elvis Presley	

Spécial 2.⁹⁹

CGP-374 Il était une fois dans l'Ouest	KF-135 Claude Valade	DB-8 Guy Lemaire
DB-9 Guy Lemaire	DB-7 Guy Lemaire	DB-4 Guy Lemaire

Spécial 2.⁹⁹

Spécial de .89
sur les longs-jeux discontinués

SA-32550 Neil Diamond	JFSA-90455 Joe Dassin	PFS-90452 Marie-Claire Séguin	3021-170 Frank Mills	3811-881 The Fischer Choir	KFS-90443 Zachary Richard	PFC-90509 Joe Dassin	PEB-7509 Sylvain Lévesque	TAMB-27013 La Bottine Souriante	PFS-90456 Fion-Séguin	JSA-34403 Barbra Streisand
--------------------------	--------------------------	----------------------------------	-------------------------	-------------------------------	------------------------------	-------------------------	------------------------------	------------------------------------	--------------------------	-------------------------------

Spécial 6.⁹⁹

SUPER VENTE

Syndicat DE QUÉBEC

• MAIL ST-ROCH • PLACE LAURIER • PLACE FLEUR DE LYS.



Confiez vos réparations de fourrure à nos spécialistes

Le Syndicat a le plaisir de vous offrir les services de fourreurs modélistes pour toute transformation ou réparation de vos fourrures. Pour rendez-vous, communiquez avec Madame Thérèse Mercier, au numéro 529-7351, local 210.

Choisissez votre manteau parmi notre vaste collection avant la hausse certaine de la fourrure, et n'oubliez pas qu'il n'y a plus la taxe de 8% pour cette saison-ci.

- Magnifique choix de fourrures luxueuses, dans une grande variété de styles et de teintes, à des prix défiant toutes compétitions.
- Un personnel courtois et expérimenté saura vous aider à faire votre choix.
- Les manches et les bas de manteaux seront réparés gratuitement.

<p>Pour Lui. Paletot d'agneau rasé brun. Pour Elle. Manteaux d'agneau rasé teint ocelot. Deux styles au choix. Grands jusqu'à 20 ans.</p> <p>Super prix 499.00</p>	<p>Rat musqué naturel garni d'un col de renard bleu. Castor à longs poils retouchés. Chat pleine peaux naturels ou retouchés.</p> <p>Super prix 999.00</p>	<p>Chat sauvage naturel à peaux allongées.</p> <p>Super prix 1,499.00</p>	<p>Jaquette réversible en lapin noir (soie imprimée).</p> <p>Super prix 219.00</p>	<p>Manteaux de têtes de chat sauvage naturel ou roux, garni d'un col de chat sauvage.</p> <p>Super prix 599.00</p>	<p>Rat musqué trois tons dégradés. Chat sauvage argenté ou coupe chevron. Manteau de loup naturel ou coupe chevron.</p> <p>Super prix 1,099.00</p>	<p>Vison peaux allongées "Ranch" ou "Buff".</p> <p>Super prix 1,599.00</p>	<p>Jaquette courte de mouton frisé blanc, garni d'une bande de laine ainsi que poignets de laine.</p> <p>Super prix 269.00</p>
<p>Manteaux de mouton frisé blanc languette. Opossum naturel à peaux horizontales.</p> <p>Super prix 699.00</p>	<p>Castor à longs poils ou beige. Opossum naturel à peaux allongées.</p> <p>Super prix 1,199.00</p>	<p>Manteaux de patentes d'agneau garni d'un capuchon.</p> <p>Super prix 399.00</p>	<p>Loup naturel à peaux allongées. Pour elle. Manteau de castor naturel à long poil. Pour lui. Paletot de chat sauvage pour hommes. Loup naturel pour hommes.</p> <p>Super prix 1,399.00</p>	<p>Manteaux de vison à peaux allongées styles de fantaisie. Pastel foncé ou "Buff" et "Ranch".</p> <p>Super prix 1,999.00</p>	<p>Vison noir pleines peaux garni d'un col de renard bleu ou noir. Renard à peaux allongées ou chevonnées teint lynx, bleu ou teint zibeline. Sivakara teint brun ou noir. Pour lui. Paletot de loup canadien. Manteau de loup naturel à peaux allongées très pâles. Chat sauvage à peaux naturelles allongées.</p> <p>Super prix 1,699.00</p>	<p>Pour hommes. Paletot de loutre naturelle. Pour dames. Loutre naturelle coupée pyramide, droite ou sautée. Vison à peaux allongées "Buff" foncé ou pastel. Grands jusqu'à 44. Vison à peaux allongées (Canada Majestic) de coupe semi-juste ou Pyramide. Noir majestic ou "Ranch" naturel.</p> <p>Super prix 2,699.00</p>	<p>Plusieurs autres fourrures non annoncées sont aussi en spécial à nos magasins.</p>