

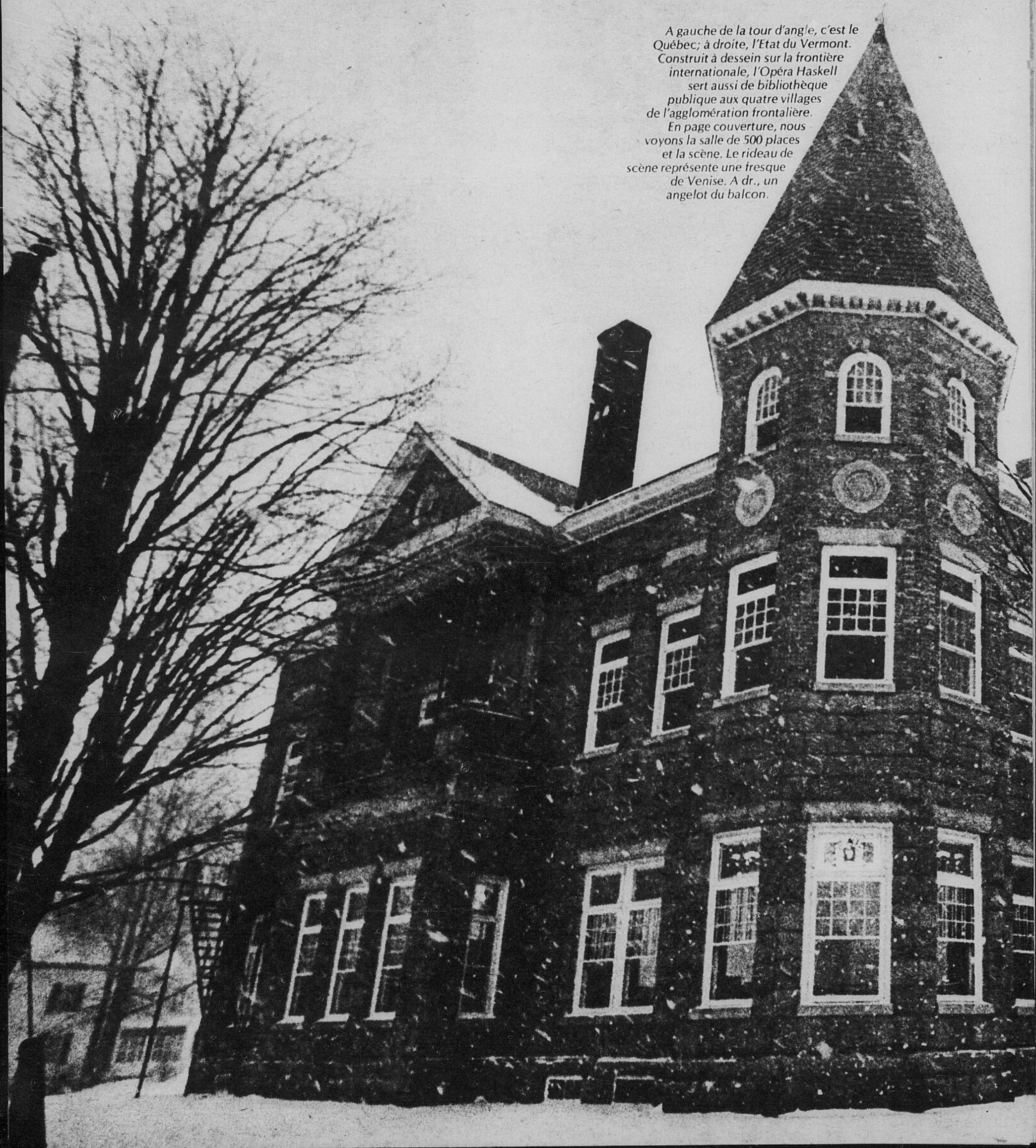
perspectives

LE DROIT



UNE SALLE D'OPÉRA DANS UNE PETITE VILLE DE 2000 HABITANTS PAGE 2

A gauche de la tour d'angle, c'est le Québec; à droite, l'Etat du Vermont. Construit à dessein sur la frontière internationale, l'Opéra Haskell sert aussi de bibliothèque publique aux quatre villages de l'agglomération frontalière. En page couverture, nous voyons la salle de 500 places et la scène. Le rideau de scène représente une fresque de Venise. A dr., un angelot du balcon.



Vestige d'une autre époque, dans un village des Cantons de l'Est
ROCK ISLAND, 2 000 HABITANTS, UN OPÉRA...

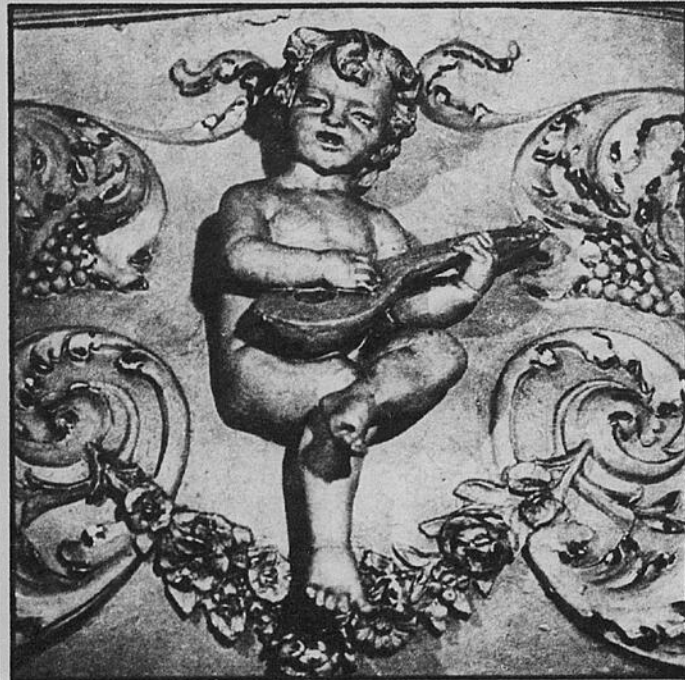
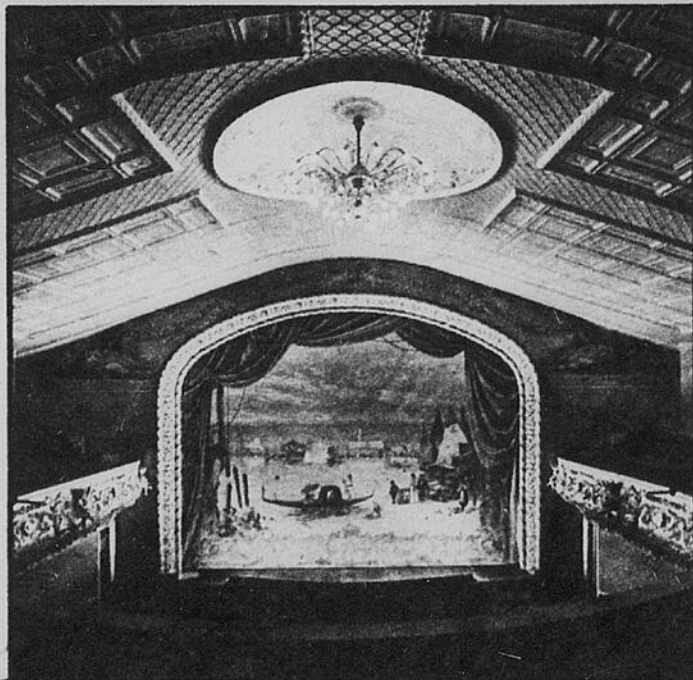
PAR JACQUES COULON

"Voilà bien une dizaine d'années que mon mari, douanier au poste frontière de Rock Island, conseille aux touristes américains d'arrêter un moment pour visiter notre opéra, dit Adelaide Prangley.

Mais personne ne le prend au sérieux."

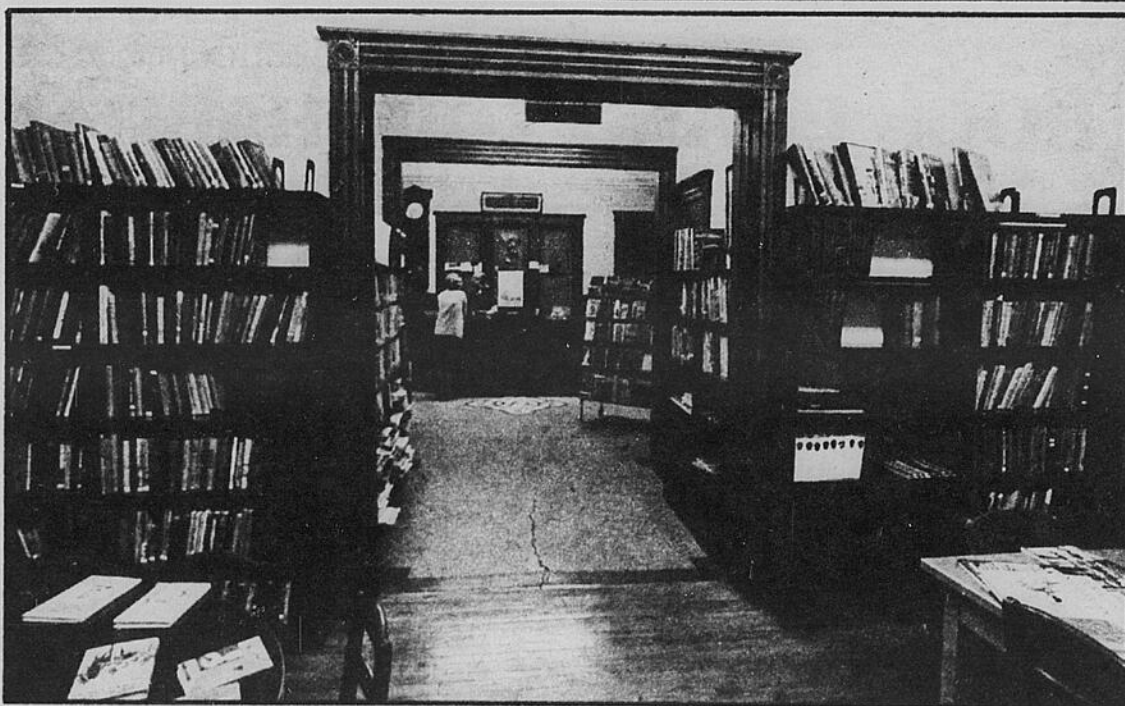
Adelaide Prangley s'occupe de la bibliothèque publique installée au rez-de-chaussée de l'imposant édifice de pierre où se trouve l'Opéra Haskell.

C'est probablement la seule citoyenne de Rock Island qui chaque jour franchit une centaine de fois la frontière canado-américaine simplement en se déplaçant de son bureau à l'une des salles où sont entreposés les livres. L'étonnement des visiteurs américains est bien compréhensible. Suite page 4



ROCK ISLAND, 2000 HABITANTS, UN OPÉRA...

...qui est aussi bibliothèque, dont l'entrée est aux Etats-Unis, les livres au Canada, le comptoir, ci-dessus au fond, aux Etats-Unis, et la pendule au Canada; cela cause certains problèmes lorsque l'heure n'est pas la même dans les deux pays!



Qui donc pourrait croire qu'un village d'à peine 2 000 âmes possède une salle d'opéra de quelque 500 places ressemblant fidèlement, mais en plus petit, à celle de l'Opéra de Boston?

Construit en granit du pays, sur une élévation dominant Rock Island et Stanstead, à deux pas des locaux du *Stanstead Journal* — le plus vieux hebdomadaire anglophone du Québec —, l'Opéra chevauche la frontière. Il ne s'agit pas d'un hasard, mais du voeu symbolique des constructeurs, Martha Haskell et son fils, le colonel Stewart Haskell, deux riches philanthropes de Derby Line, au Vermont, qui passèrent leur vie tant au Canada qu'aux Etats-Unis. L'entrée de l'Opéra, comme celle de la bibliothèque publique, se trouve en territoire américain, mais la scène et une grande partie des sièges d'orchestre et du balcon sont au Canada.

A l'époque de la construction de l'Opéra, au début du siècle, il existait à Beebe, Rock Island, Stanstead et Derby Line, une vie mondaine fort active dont témoignent les maisons de grand luxe qui ont survécu au temps. Ces localités étaient alors des centres d'affaires plus prospères qu'aujourd'hui et groupaient, dans une harmonie relative, Canadiens français, Canadiens anglais et Américains.

La soirée inaugurale du 7 juin 1904 fut un événement mémorable, quasi historique, rapporté avec emphase par le chroniqueur du *Stanstead Journal*. On avait fait venir, pour l'occasion, les musiciens de la fanfare de Coaticook qui donnèrent un concert en plein air. Des élégantes en robe de soirée, des messieurs en haut-de-forme et redingote représentaient non seulement la bonne société locale mais aussi celle de Coaticook, Sherbrooke et Newport, au Vermont. Invitées, les religieuses du couvent des Ursulines de Stanstead refusèrent, à cause de la présence des dignitaires de plusieurs loges maçonniques... Ce soir-là, les Columbia Minstrels, ensemble de 40 choristes et 6 solistes des Etats-Unis, donnèrent un concert accompagné par l'orchestre du Théâtre Clément de Sherbrooke (disparu depuis longtemps). Eugene Cowles, ténor vedette de l'Opéra de Boston, faisait également partie de la distribution.

Les places d'orchestres et celles des deux premiers rangs du balcon coûtaient \$1, mais on pouvait aussi

se procurer des billets de promenoir à 75 cents et des sièges populaires à 50 cents. Pendant plusieurs soirées consécutives, le nouvel Opéra de Rock Island refusa du monde. L'Opéra Haskell fut jusqu'à la veille de la Seconde Guerre mondiale le foyer des activités mondaines et culturelles de la région. Musiciens, artistes lyriques et conférenciers, comédies musicales et spectacles d'opéra s'y succédèrent, avec toutefois une éclipse quasi totale au cours de la Première Guerre mondiale. On y tint même des assemblées politiques et des soirées de caractère privé.

Construit pour un peu plus de 100 000 dollars (il en coûterait aujourd'hui dix ou quinze fois cette somme) par un architecte originaire de Rock Island, l'édifice abritant l'opéra et la bibliothèque publique est administré par une fondation à but non lucratif. A cause de son emplacement singulier, il doit être assuré tant aux Etats-Unis qu'au Canada et, durant la Seconde Guerre mondiale, le gouvernement américain lui accorda un statut de territoire neutre (statut qu'il détient toujours) un peu comme une ambassade. Le public et les artistes qui s'y produisaient pouvaient ainsi franchir la frontière qui le traverse sans formalités spéciales.

L'architecture intérieure est simple, mais l'ensemble ne manque pas d'élégance. La scène, large de 50 pieds, est bordée d'une large frise en plâtre moulé colorée et surmontée d'une fresque de tons pastel représentant des cupidons et deux femmes nues tenant des livres et des fleurs. Les décors mobiles et la machinerie de scène sont en parfait état. Mais l'élément le plus original, sinon le plus précieux, est sans doute le grand rideau de scène offrant une vue du Grand Canal de Venise dans un style très romantique. Il fut peint par E. Lamoss, peintre et décorateur de Boston qui travailla dans plusieurs théâtres et opéras des Etats-Unis et d'Amérique du Sud.

Après les belles années de l'entre-deux-guerres, l'Opéra Haskell ressemble à ces somptueuses résidences de jadis dont on ne sait plus trop quoi faire. Sa coquette salle, vide et froide, a quelque chose d'insolite dans un village d'à peine 2 000 habitants. C'est d'autant plus navrant que nombre de petites localités se plaignent de ne pas avoir de salle convenable où présenter des spectacles. A l'exception de quelques semaines estivales, l'Opéra de Rock Island n'est pas utilisé bien que, depuis 1974, on ait essayé de lui donner un regain de vie. Concerts,

récitais, théâtre d'amateurs donné par des groupes régionaux y sont présentés, mais il y aurait moyen de faire mieux. Lloyd Bliss, éditeur du *Stanstead Journal* qui a pratiquement passé toute sa vie dans la région, se souvient avec nostalgie d'une époque où la vie culturelle était plus active. "Il y a eu la télévision, dit-il, et aussi le fait que bien des familles aisées et cultivées qui soutenaient l'activité artistique ont disparu ou quitté la région. Il est difficile d'intéresser les gens à ce qui se passe ici, ils ont trop l'habitude d'aller se divertir ailleurs. Mais il y aurait moyen de rejoindre les jeunes en présentant des spectacles de qualité avec l'aide du ministère des Affaires culturelles, des municipalités et des universités."

Adelaide Prangley, la bibliothécaire qui veille également à l'entretien de la salle d'opéra, compte bien qu'un programme de spectacles plus important sera offert cet été. Mais qu'est-ce qu'on peut faire pendant l'hiver? Elle admet que les gens sortent peu, "et puis il en coûte \$100 par jour pour chauffer la salle et le balcon. Il faudrait pouvoir attirer un auditoire de l'extérieur", dit-elle. Pour Maxime Doyon, journaliste correspondant de *la Tribune* très impliqué dans le domaine communautaire, le fait que le public éventuel de l'opéra soit composé de trois groupes ethniques assez distincts (Canadiens français, Canadiens anglais et Américains) complique singulièrement la tâche dès qu'il s'agit de choisir les spectacles, d'élaborer un programme. Mais il croit qu'il y a moyen d'organiser des spectacles alternativement dans les deux langues, en particulier pour la clientèle étudiante et grâce à des subventions provinciales, par exemple.

La population de langue française de la région est maintenant suffisamment nombreuse pour constituer un public appréciable. Ce n'est peut-être que grâce à une implication du ministère des Affaires culturelles, voire du gouvernement fédéral, que l'Opéra Haskell de Rock Island pourra être sauvé de la mort lente, voire d'une disparition à brève échéance... ●



Les jeunes filles du Colonel sont heureuses de vous servir, leur sourire en témoigne.

C'est peut-être parce qu'elles savent que le Poulet Frit à la Kentucky est un des plats les plus délicieux et économiques que vous pouvez acheter. Ou peut-être parce que, tout simplement, elles aiment vous voir satisfait.

De toute façon, passez à la Villa du Poulet. Que vous commandiez un casse-croûte ou un repas complet avec des salades pour toute la famille, les jeunes filles du Colonel seront ravies de vous servir.

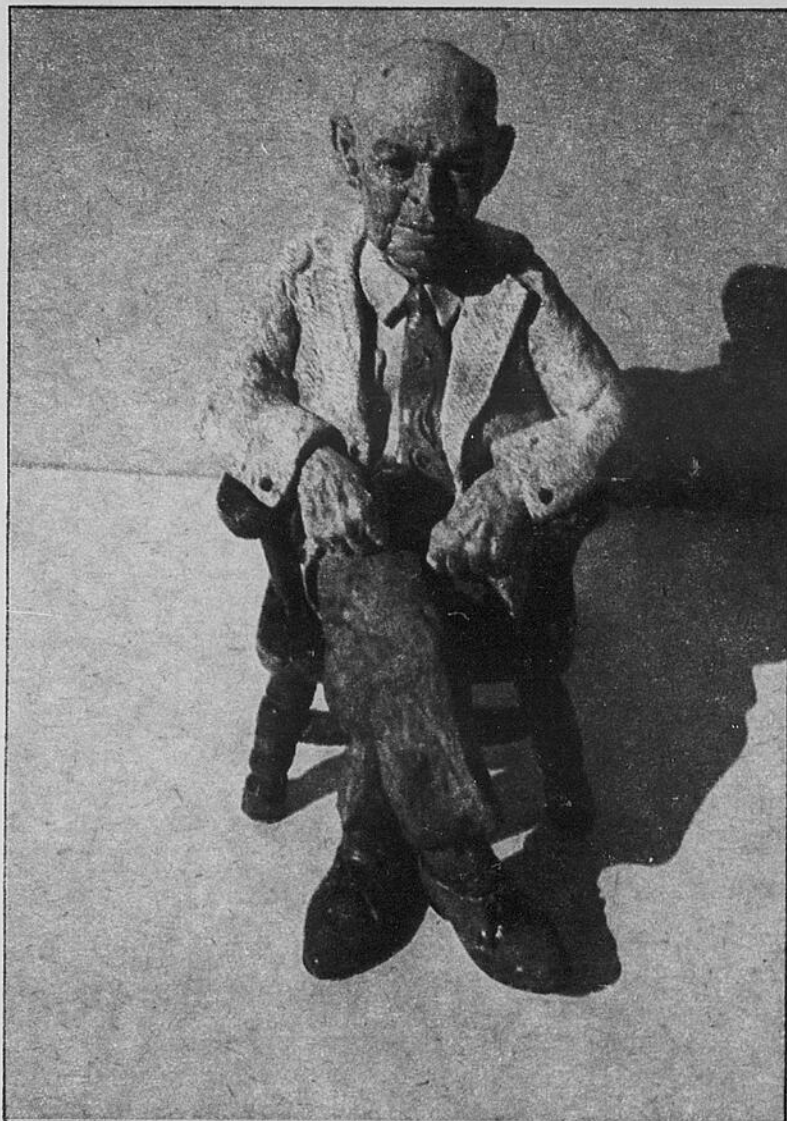
La recette du col. Sanders de

Poulet Frit à la Kentucky

UNE COMPAGNIE CANADIENNE

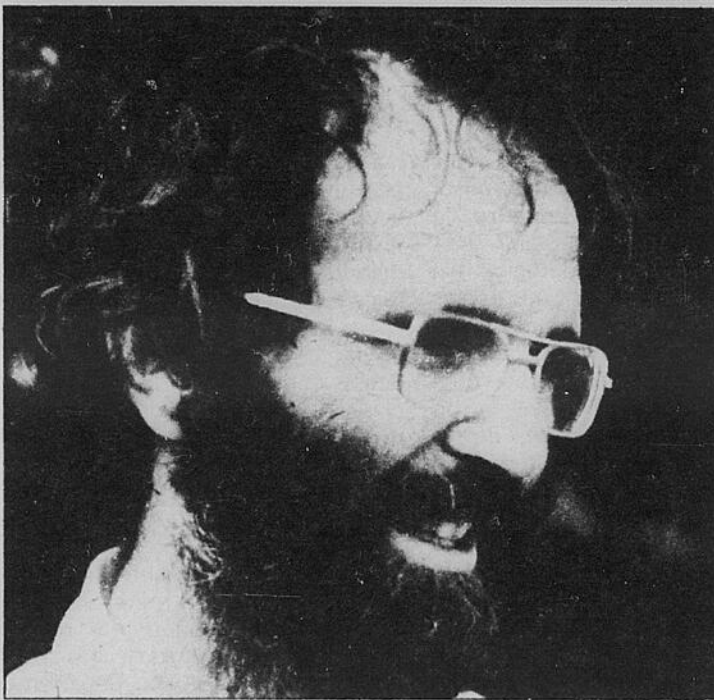
Colonel Sanders et ses aides le font "bon à s'en lécher les doigts"





Ci-dessus, à g., l'ex-chef
de gare de Pense, en
Saskatchewan,
George Smith;
à dr., le joueur
de hockey Henri Richard;
ci-contre, à g.,
un vieil Indien; à dr.,
un fermier de Pense.

Mon ami Joe Fafard



et ses étranges sculptures

PAR LOUIS CARON

Imaginez-vous donc un homme assez fou pour fabriquer un mammoth grandeur nature en papier mâché et l'installer sur le toit d'une école! Ou bien assez farfelu pour faire une femme nue, toujours en papier mâché et toujours grandeur nature et l'allonger sur les pelouses interdites d'un beau parc de Regina! Vous allez me dire tout de suite que nous avons sans doute affaire à un autre illuminé qui veut choquer le monde. Et moi je vous demanderais de réserver votre jugement jusqu'à ce que j'aie eu le temps de vous présenter mon ami Joe Fafard.

L'affaire remonte à l'été dernier. Je sais bien que j'aurais dû vous en parler avant mais j'espérais revoir Joe à Montréal cet automne et je l'ai manqué de quelques jours parce que j'étais moi aussi en voyage à cette époque. Puis les Fêtes sont arrivées, vous comprenez ça! Après j'ai pris le temps de m'en remettre comme tout le monde. En fin de compte les semaines ont passé. Et puis je me suis dit qu'il n'était jamais ni trop tôt ni trop tard pour rencontrer et faire connaître un homme aussi étonnant que mon ami Joe.

L'affaire remonte donc à l'été dernier. L'histoire commence à Pense, petit village bien paisible de Saskatchewan situé à une vingtaine de milles à l'ouest de Regina. Je revenais d'un beau mariage dans le nord de cette province. On s'était arrêtés à Pense

pour se reposer chez des amis de la mariée. Ceux-ci étant en vacances, on jouissait paisiblement à quatre de l'immense maison. Il faut dire aussi qu'en juillet dernier il faisait trop chaud pour penser...même à Pense. On se contentait donc d'être bien ensemble, tout simplement.

Le deuxième jour, Marie me dit: "Il y a un sculpteur ici à Pense, aimerais-tu le voir?" Je dis oui par politesse, bien entendu. Pour un Québécois comme moi, fumeur de pipe par surcroît, la perspective de rencontrer un sculpteur évoque toujours l'image d'un bon vieux "gossant" tranquillement de petits personnages de bois. Intrigué malgré tout, le troisième jour je demande à Marie: "Quand est-ce qu'on va le rencontrer ton vieux sculpteur?" Marie sourit et dit: "Je vais aller voir s'il peut nous recevoir." Et moi je me dis en moi-même: "Il y a toujours quelque chose à apprendre, même d'un vieux sculpteur de Saskatchewan."

Comble d'étonnement: il me ressemblait, en âge et en format. Né en 1942, ce qui lui donnait mes trente-trois ans, il avait l'aisance des gens de petite taille. Et là-dessus un sourire, Monsieur, qui vous aurait attendri le plus irréductible fonctionnaire des Affaires culturelles. Un sculpteur de bonne et belle humeur!

Il parlait avec chaleur comme un homme qui retrouve de vieilles connaissances: "Avez-vous fait bon voyage? Quel temps faisait-il au Québec? En tout cas, nous autres, on a un été chaud pas pour rire!" Sa femme est descendue; elle travaillait depuis une semaine à refaire la décoration d'une chambre à l'étage. Sa femme, Suzan et ses trois beaux enfants, Joël, Misha et Gina étaient avec nous autour de la table de la cuisine. On a bu de

l'orangeade tous ensemble avec le gros chat gris, dans la maison à trois étages du bout du village.

On commençait à faire connaissance. Je voulais le faire parler de son travail de sculpteur. Il me répondit qu'il faisait de la céramique. J'y comprenais moins que rien. Chacun sait que les céramistes font de la poterie, pas de la sculpture. Joe souriait. Il voulait me laisser mijoter encore un peu dans ma curiosité. Il me parlait de son enfance pauvre et heureuse, comme il se doit, sur la ferme paternelle à Sainte-Marthe, en Saskatchewan, près de la frontière du Manitoba. Né de parents francophones en Saskatchewan et n'en gardant ressentiment à personne. Bien au contraire, y puisant constamment la matière d'un humour qui le rendait encore plus attachant.

Et moi je ramenaient toujours la conversation sur le sujet de la sculpture. Pour me mettre la puce à l'oreille, Joe évoquait sa mère qui faisait de petits personnages en papier mâché pour les amuser, lui, ses six soeurs et ses cinq frères. Et pourtant il dira: "C'était une vie rude dans un milieu extrêmement conservateur." Mais on l'a tout de même laissé poursuivre des études d'art à l'université du Manito-

ba. Par ces contrastes, la vérité se dévoilait peu à peu sur le caractère particulier de ces francophones de l'Ouest. Avec ces gens, on pouvait s'attendre à tout. A tout sauf à ce que j'ai vu quand Joe m'a amené dans son atelier au grenier.

Car, tout en ayant l'air de ne pas trop vouloir s'en rendre compte, cet homme-là est en train de faire l'oeuvre la plus personnelle et la plus originale qui soit. Joe Fafard exécute des figurines d'une vingtaine de pouces de hauteur si vivantes qu'on se sent soudain un peu gênés de se trouver en présence de tous ces gens qu'on ne connaît pas et qui vous observent. Ses sculptures sont d'ailleurs d'un réalisme tel qu'il n'a pas pu continuer longtemps à les faire grandeur nature: c'était trop embarrassant pour lui, pour les membres de sa famille, pour les visiteurs et pour les gens dans les galeries. Mais ses personnages n'ont rien perdu de leur vivacité en changeant de format. Malicieux, Joe Fafard en a profité pour accentuer leurs traits, ce qui les rend encore plus éclatants de vie.

La vérité de ses sculptures, Joe la doit surtout au fait qu'il ne représente habituellement que des gens qu'il connaît bien. C'est le cas pour les personnages qui illustrent ce reportage, sauf Henri Richard, bien entendu, en qui Joe a voulu montrer le héros fatigué qui se doit d'être toujours à la hauteur de l'ambition de la foule.

Les personnages de Joe sont vivants, et, pourtant, il ne fait jamais poser ses modèles. Prenons le cas du vieux

Suite page 8

Joe Fafard

George, l'ancien chef de gare. George Smith habite Pense lui aussi. C'est lui-même qui m'a raconté comment ça s'était passé. "Quand Joe est arrivé ici à Pense, dit-il, j'ai commencé à le saluer poliment sur le trottoir comme il se doit. Puis il m'a invité à prendre le thé. Il m'observait d'une manière étrange. Je n'y ai pas trop fait attention. Je me suis dit: c'est un artiste. Puis un matin que je passais devant sa maison, en levant la tête je l'ai aperçu à la fenêtre du grenier qui m'examinait comme si j'avais été un Martien. J'ai continué mon chemin comme si de rien n'était. Une quinzaine de jours plus tard il m'a invité de nouveau. Il m'a amené dans son atelier au grenier. Sur la table il y avait une forme sous un drap. Il a soulevé le drap: c'était moi. J'aurai tout vu! A mon âge il ne peut rien m'arriver de plus étonnant. Et Joe est devenu mon meilleur ami."

Cette amitié, Joe Fafard la confirmera d'ailleurs lui-même à plusieurs reprises au cours de la conversation. "J'ai tout à apprendre d'un homme comme George, dit-il, il a le double de mon âge et il a son idée sur tout. J'aime confronter mon point de vue avec le sien et Dieu sait que nous ne sommes pas toujours d'accord!"

Que Joe Fafard ne soit pas toujours d'accord avec tout le monde, j'en ai eu la preuve en lisant la lettre de démission qu'il a fait parvenir à la direction de l'université de Regina. Joe y enseignait les arts plastiques depuis 6 ans. Sauf qu'il avait un point de vue bien à lui sur la façon dont les arts doivent s'enseigner, c'est-à-dire qu'il ne croyait pas qu'il fallait déverser son savoir dans les têtes attentives de ses étudiants. Il préférerait leur fournir l'occasion de trouver par eux-mêmes. Dans sa classe, il n'y avait jamais de cours théoriques. On se contentait de travailler avec ferveur et dans la bonne humeur. Les conflits qui en ont résulté étaient si grands qu'il a démissionné. Depuis, il gagne sa vie de ses mains. Voici d'ailleurs des extraits de cette lettre de démission:

"Je démissionne. C'est avec dégoût que je démissionne. C'est avec dégoût que je démissionne d'une institution... où on nous demande de donner ce que nous n'avons pas et où ce que nous avons à donner n'est pas pris en considération. Je démissionne d'une institution où aucune règle, même si elle est bête, n'est jamais modifiée, ce qui favorise bien peu l'épanouissement des arts. Je démissionne d'un département d'arts plastiques où on

n'a pas encore compris qu'un artiste enseigne mieux avec ses mains qu'avec ses paroles. Je démissionne d'une institution où mes échecs et mes défaillances sont soigneusement notés mais où on ne prend jamais mes bons coups en considération. Je démissionne parce que je suis fatigué de n'être jamais consulté dans le choix de mes classes et de mes heures d'enseignement. Je démissionne à ce moment-ci de l'année (15 mars), même si j'ai déjà obtenu un permis d'absence pour l'an prochain et que je suis dans l'insécurité au point de vue financier. Je démissionne tout de suite simplement parce que je ne suis plus capable de supporter l'atmosphère qui règne à l'édifice des Beaux-Arts. Je suis certain que les autorités du département sauront trouver quelqu'un de plus soumis que moi pour occuper mon poste et que mes bons étudiants n'en souffriront pas trop."

Vous voyez! Et pourtant Joe Fafard n'est pas le type d'homme à faire des esclandres pour attirer l'attention. Il est même plutôt du genre timide et réservé.

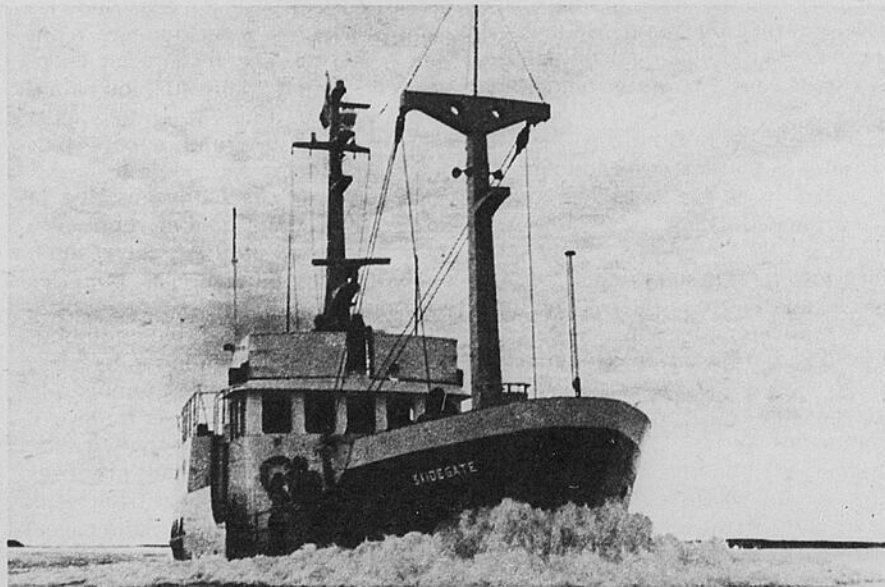
Alors il faut en conclure que cet homme est tout simplement fidèle à ses impulsions profondes qui le poussent à rester le plus honnête possible

en toutes circonstances. On le voit dans son oeuvre où ses sujets sont représentés dans toute leur humanité, en tenant compte de leur grandeur, bien entendu, mais en n'ignorant pas non plus leur profonde mélancolie.

Joe Fafard se sera donc révélé dans toute sa simplicité. J'aurai amplement le temps d'y repenser pendant les interminables heures du retour, au volant de ma voiture. En premier lieu je me réjouirai fortement d'avoir trouvé en lui la confirmation d'une hypothèse qui m'est chère: qu'on peut faire oeuvre universelle en se fondant simplement sur l'observation attentive des gens de son entourage. Ensuite j'aurai découvert que les plus beaux contes peuvent s'écrire avec de la glaise. Car Joe Fafard raconte la vie des gens de son milieu aussi rigoureusement que pourrait le faire le meilleur des écrivains. Enfin je serai étonné de l'évidente parenté de son oeuvre avec celle de certains romanciers québécois comme Marie-Claire Blais et Roch Carrier.

Qu'en conclure? Le sourire de mon ami Joe cacherait-il la souffrance intérieure que portent les "fins connaisseurs de l'âme humaine"? A ce compte-là il faudrait saluer en lui un témoin important de notre époque. ●

Joignez-vous à la Garde côtière canadienne



La Garde côtière canadienne du ministère des Transports offre une excellente formation et de belles carrières aux jeunes gens (hommes et femmes) attirés par la vie en mer et désireux de mieux connaître leur pays.

Les candidats choisis seront formés au Collège de la Garde côtière canadienne à Sydney, Nouvelle-Ecosse.

Pendant l'entraînement, les élèves-officiers en navigation ou en mécanique maritime reçoivent logement et pension, allocation mensuelle, uniformes, manuels et des congés annuels.

Pour être admis au Collège de la Garde côtière canadienne les élèves doivent:

- avoir terminé avec succès des études secondaires en algèbre, géométrie, trigonométrie, physique, et français ou anglais, au niveau du diplôme;
- passer un examen écrit et oral antérieur à l'emploi;
- passer un examen médical antérieur à l'emploi selon les exigences du poste.

Les candidats doivent présenter une attestation d'études avant leur nomination à titre d'élèves-officiers.

La connaissance de l'anglais ou du français est suffisante.

Pour obtenir des formules d'inscription ou de plus amples renseignements sur le Collège de la Garde côtière canadienne, veuillez écrire à l'adresse suivante:

*Agent de dotation en personnel
Collège de la Garde côtière canadienne
Ministère des Transports
Bureau 21E, Tour "C"
Place de Ville
Ottawa (Ontario)
K1A 0N7*

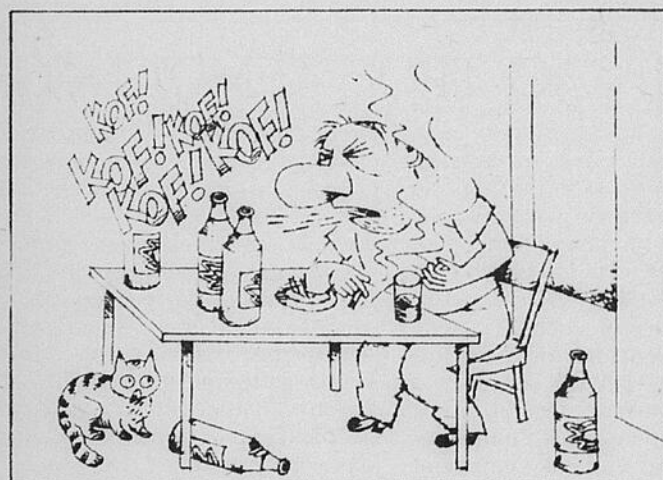
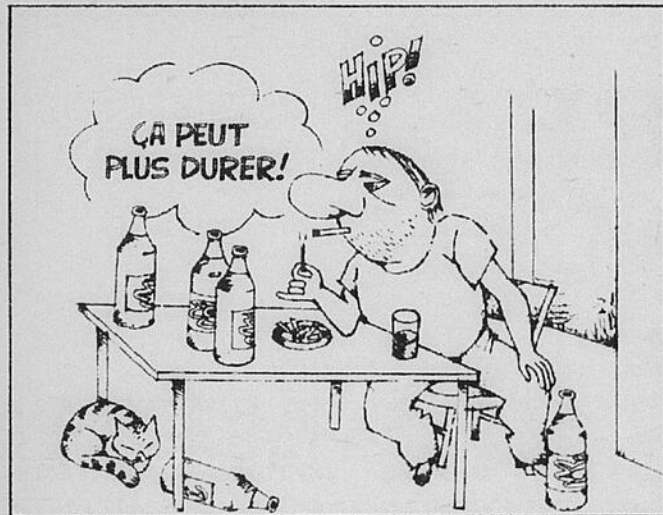
Invitation aux hommes et aux femmes



Fonction publique
Canada

Public Service
Canada

ALLERGIE



LE NOUVEAU LIVRE DE RECETTES de MARGO OLIVER

A: Livres de recettes de Margo Oliver
Les Editions Optimum Ltée
B. P. 1848, place d'Armes
Montréal, Québec
H2Y 1L0

Cochez vis-à-vis le mode de paiement choisi:

- Facturez-moi après (légers frais d'expédition)
 Chèque ou mandat ci-inclus payable à Editions Optimum (l'éditeur assume les frais d'expédition)
 Portez à mon compte ChargeX ou Master Charge No (Légers frais d'expédition)

Je désire essayer Cuisine pour tous les jours dans ma propre cuisine. Je pourrai examiner ce livre — et même l'utiliser — pendant 10 jours et vous le retourner si je n'en suis pas entièrement satisfait. Veuillez m'envoyer également, GRATIS, la Table des coupes — une par exemple commandé, tant qu'il y en aura — que je garderai même si je décidais de retourner le livre de recettes dans un délai de 10 jours contre remboursement. Envoyez-moi dès maintenant _____ exemplaires de Cuisine pour tous les jours à \$8.95 l'exemplaire.

Nom _____

Adresse _____

App _____ Ville _____

Prov _____ Code _____

Signature _____

P021259

GRATUITE!



25 TIMBRES
RUSSES
PLUS
SÉRIE DE
PITTORESQUES

Collection superbe, entièrement GRATUITE! Aussi de beaux timbres de notre service d'approbation, avec liste de nos spéciaux. Ecrivez dès aujourd'hui, inclure 10¢ pour frais.

LAKEVIEW STAMPS

C.P. F888

PIKE RIVER, QUEBEC, CANADA

Blague à part...

Si vous nous envoyez la blague vide du tabac à cigarettes que vous fumez présentement, nous vous retournerons une blague remplie de tabac à cigarettes importé Mélange Spécial Drum.

DRUM
POUR CEUX
QUI PRENNENT
LA PEINE
DE FAIRE
LEURS
ROULEUSES.



Nous aimerions que vous goûtiez au tabac à cigarettes importé Mélange Spécial Drum parce qu'une fois que vous l'aurez fait, nous croyons que vous apprécierez vraiment sa saveur à la fois riche et douce.

Le Mélange Spécial Drum est un mélange de toute première qualité de tabacs blonds de Virginie et du Kentucky, auxquels nous ajoutons un soupçon de tabac d'Orient et Burley. Un mélange à votre goût. De plus, il est maintenant en vente à prix populaire. Il se roule facilement à la machine et à la main. Essayez gratuitement le nouveau tabac à cigarettes Mélange Spécial Drum (blague-verte) dès aujourd'hui!

Retournez-moi la blague.

Je vous envoie la blague vide du tabac à cigarettes _____ que je fume présentement. Ne blaguez pas et retournez-moi, sans frais, une blague remplie du Mélange Spécial Drum.

NOM _____

ADRESSE _____

VILLE _____

PROVINCE _____ CODE POSTAL _____

(Une seule blague par maisonnée s.v.p.)
Cette offre se termine le 29 février 1976

P-3

Adressez ce coupon à: Delpro, B.P. 445, Burlington, Ont. L7R 3Y3



POUR VAINCRE LE CANCER, IL FAUT PARFOIS SE VAINCRE SOI-MÊME!

LE PROBLÈME LE PLUS AIGU QUE POSENT CERTAINES FORMES DE CANCER,
APRÈS INTERVENTION CHIRURGICALE,
C'EST CELUI DE LA RÉHABILITATION. VOICI TROIS TÉMOIGNAGES

PAR MARIE-ODILE VÉZINA

Cancer! A la vue de ce mot, un lecteur sur trois passera à l'article suivant. Vous pensez que c'est une proportion exagérée? Pourtant elle est bien réelle, avancée qu'elle est par ceux-là mêmes qui luttent farouchement contre ce fléau. C'est, en termes populaires, ce qu'on appelle la politique de l'autruche. Le cancer fait peur. Moins qu'il y a dix ou quinze ans, bien sûr, mais il effraie suffisamment encore pour que nous préférions ne pas en entendre parler. Si bien que, selon la Société canadienne du cancer, le problème le plus aigu au sujet de cet ensemble de maladies est la crainte panique que le mot engendre.

Le cancer vient au second rang sur la liste des causes de décès. Au Canada, on lui attribue un sixième des décès. Pour l'année en cours, il est prévu que près de 100 000 Canadiens subiront des

traitements médicaux contre le cancer et que 65 000 nouveaux cas seront dépistés.

Si le cancer frappe peu les jeunes, son incidence augmente avec les années. Ainsi, chez les moins de 25 ans, sur 100 000 personnes, 20 seulement seront atteintes de cancer tandis que, pour le même échantillonnage dans le groupe d'âge de 25 à 39 ans, le nombre de cas passe à 150 pour s'élever jusqu'à 350 chez les 40 à 54 ans. Toujours parmi 100 000 individus, 850 auront un cancer entre 55 et 69 ans. Où la proportion devient alarmante c'est chez les gens de plus de 70 ans pour qui l'incidence monte à 1 900.

On ne connaît rien ou presque des causes du cancer, sinon qu'il existe depuis l'apparition de la vie sur terre. C'est du moins ce que révèlent les fossiles de dinosaures et les momies égyptiennes. On le trouve dans les règnes animal et végétal aussi bien que chez l'espèce humaine.

La meilleure définition du cancer est celle qu'utilise la Société canadienne du cancer: "Le cancer n'est pas une maladie mais un groupe de maladies provoquées par la multiplication désordonnée des cellules de notre organisme."

Pourquoi, dans certaines parties de notre corps, les cellules deviennent-elles anarchiques? Le mystère demeure entier. La science sait comment combattre la croissance désordonnée de ces cellules par des techniques qui s'améliorent de jour en jour et qui augmentent de façon considérable la survie chez les patients. Parmi elles, la chirurgie reste encore le meilleur

traitement de plusieurs cancers inaccessibles; la radiothérapie présente une autre solution très efficace; la chimiothérapie offre de grands espoirs pour l'avenir, bien qu'à ce jour on n'ait pas trouvé de médicament capable de guérir toutes les formes de cancer.

Chaque année qui s'écoule amène cependant de nouvelles découvertes. En fait, on n'a jamais consacré à aucun autre problème médical autant de temps et de ressources financières qu'au cancer. Au Canada, seulement en 1975, la S.C.C., grâce aux fonds qu'elle tire de la publicité et de sa campagne de souscription annuelle, a donné plus de six millions de dollars à des organismes de recherche sur le cancer. Au Québec, les universités de Montréal, de Sherbrooke, Laval, McGill, l'Hôpital général juif, l'Hôpital général de Montréal, l'Hôpital Notre-Dame, l'Hôtel-Dieu de Québec, l'Institut de microbiologie, l'Unité de recherches cliniques sont autant de centres qui reçoivent une aide financière, tant de la Société que du gouvernement pour poursuivre leurs études sur le cancer.

Les recherches effectuées à ce jour ont porté leurs fruits ou, du moins, ont fourni aux experts quelques indices

intéressants. On connaît désormais les types de cancer les plus répandus au Canada tant chez l'homme que chez la femme. Sur 100 cas du cancer, par exemple, on décèle chez l'homme 22 cas de cancer des organes génitaux et des voies urinaires; à la seconde place se classe le cancer de la peau avec 21, à la troisième le cancer du poumon avec 16, à la quatrième le cancer du système digestif. Viennent ensuite le cancer de l'estomac, la leucémie et le cancer de la bouche avec respectivement 5,7 et 6 cas sur 100.

La femme, elle, est plus prédisposée au cancer du sein et à celui des organes génitaux. Il y a vingt-cinq ans, l'incidence des décès attribuables au cancer était à peu près identique pour les deux sexes. Depuis lors, l'accroissement du taux de cas mortels, soit 27 p.c. chez les hommes est attribuable, pour une bonne part, à l'augmentation en flèche du cancer des poumons. La diminution de la mortalité chez la femme, évaluée à 7 p.c., s'explique surtout par la réduction des décès provoqués par le cancer de l'utérus, très facilement maîtrisable aujourd'hui.

On sait que le cancer n'est pas une maladie unique mais une série de maladies. On sait aussi qu'il n'est pas contagieux, que toutes les tumeurs ne sont pas cancéreuses et que l'âge semble entrer en ligne de compte puisque l'incidence augmente avec les années.

D'autre part, la possibilité qu'il y ait dans le système physiologique humain quelque chose qui peut déterminer si oui ou non la première cellule cancéreuse sera tolérée ou rejetée est un facteur dont on doit se préoccuper. La preuve a été faite qu'une personne en bonne santé dispose d'un système d'autodéfense permettant à l'organisme de se débarrasser d'une cellule détraquée, et cela grâce à sa propre immunisation.

Certains autres aspects du cancer laissent les spécialistes songeurs. Bien que le cancer soit un phénomène universel, on note cependant d'étranges différences dans l'incidence et dans les types de cancer selon les pays. Au Japon, par exemple, le taux de cancer de l'estomac est très élevé alors que celui du cancer du sein est assez bas par rapport au Canada. Par ailleurs, on constate une proportion peu élevée de cancer des organes génitaux chez la femme juive, alors qu'elle paraît plus prédisposée au cancer du poumon.

Enfin, on s'est aperçu que quelques substances chimiques sont cancérigènes, c'est-à-dire qu'elles peuvent favoriser l'éclosion du cancer. Un autre point à l'étude: la possibilité que les familles héritent d'une tendance à développer certaines formes de cancer; autrement dit, il s'agit d'un problème de l'hérédité.

R,

DI-MÊME!

AINES FORMES DE CANCER,

ROIS TÈMOIGNAGES

intéressants. On connaît désormais les types de cancer les plus répandus au Canada tant chez l'homme que chez la femme. Sur 100 cas du cancer, par exemple, on décèle chez l'homme 22 cas de cancer des organes génitaux et des voies urinaires; à la seconde place se classe le cancer de la peau avec 21, à la troisième le cancer du poumon avec 16, à la quatrième le cancer du système digestif. Viennent ensuite le cancer de l'estomac, la leucémie et le cancer de la bouche avec respectivement 5,7 et 6 cas sur 100.

La femme, elle, est plus prédisposée au cancer du sein et à celui des organes génitaux. Il y a vingt-cinq ans, l'incidence des décès attribuables au cancer était à peu près identique pour les deux sexes. Depuis lors, l'accroissement du taux de cas mortels, soit 27 p.c. chez les hommes est attribuable, pour une bonne part, à l'augmentation en flèche du cancer des poumons. La diminution de la mortalité chez la femme, évaluée à 7 p.c., s'explique surtout par la réduction des décès provoqués par le cancer de l'utérus, très facilement maîtrisable aujourd'hui.

On sait que le cancer n'est pas une maladie unique mais une série de maladies. On sait aussi qu'il n'est pas contagieux, que toutes les tumeurs ne sont pas cancéreuses et que l'âge semble entrer en ligne de compte puisque l'incidence augmente avec les années.

D'autre part, la possibilité qu'il y ait dans le système physiologique humain quelque chose qui peut déterminer si oui ou non la première cellule cancéreuse sera tolérée ou rejetée est un facteur dont on doit se préoccuper. La preuve a été faite qu'une personne en bonne santé dispose d'un système d'autodéfense permettant à l'organisme de se débarrasser d'une cellule détraquée, et cela grâce à sa propre immunisation.

Certains autres aspects du cancer laissent les spécialistes songeurs. Bien que le cancer soit un phénomène universel, on note cependant d'étranges différences dans l'incidence et dans les types de cancer selon les pays. Au Japon, par exemple, le taux de cancer de l'estomac est très élevé alors que celui du cancer du sein est assez bas par rapport au Canada. Par ailleurs, on constate une proportion peu élevée de cancer des organes génitaux chez la femme juive, alors qu'elle paraît plus prédisposée au cancer du poumon.

Enfin, on s'est aperçu que quelques substances chimiques sont cancérigènes, c'est-à-dire qu'elles peuvent favoriser l'éclosion du cancer. Un autre point à l'étude: la possibilité que les familles héritent d'une tendance à développer certaines formes de cancer; autrement dit, il s'agit d'un problème de l'hérédité.

LES OPÉRÉES DU SEIN



Mme J.-J. Laurence préside l'Association des opérées du sein de Montréal.

Si le cancer tue encore, du moins a-t-on amélioré les chances de survie des malades. D'une part, grâce à des techniques de traitement de plus en plus avancées, d'autre part grâce au dépistage précoce des tumeurs. Plus un cancer est décelé tôt, plus le patient augmente ses chances de surmonter le mal. C'est là un point extrêmement important, le seul peut-être qu'il faille vraiment retenir.

Quand la S.C.C. a lancé, il y a quelques années, son mot d'ordre "On peut vaincre le cancer", ce n'était pas uniquement pour rassurer une population terrorisée: c'était vrai. Pourtant, si on peut surmonter la maladie au point de vue physiologique, le combat psychologique reste capital. Pour guérir, il faut généralement accepter un amoindrissement physique qui peut sérieusement ébranler le psychisme du malade.

Au fil des années, à cause des répercussions sociales que peuvent entraîner certaines opérations, il s'est créé des associations qui favorisent la réhabilitation des patients atteints de diverses formes de cancer. A Montréal, à Québec et dans d'autres coins de la province ainsi qu'à travers le monde entier, trois groupements font particulièrement parler d'eux. Il s'agit de l'Association des opérées du sein qui, à Montréal, a pris naissance grâce à l'appui de l'Hôtel-Dieu, l'Association des laryngectomisés et l'Association des iléostomisés et des colostomisés.

L'Association des opérées du sein de Montréal est plus un service de

bénévoles qu'un groupement structuré. Sa présidente actuelle, Mme Jean-Jacques Laurence, a subi elle-même une mammectomie il y a sept ans.

"Notre association n'est pas un regroupement de femmes à qui il manque un ou deux seins, explique Mme Laurence. C'est un service mis sur pied pour aider celles qui doivent passer à travers une épreuve aussi traumatisante que l'ablation du sein. Nous sommes là pour les reconforter et les informer. De plus, nous ne travaillons pas exclusivement auprès des patientes atteintes de cancer, bien que la majorité des cas que nous voyons le soient."

On sait que le cancer du sein est le cancer le plus fréquent chez la femme. Les techniques de dépistage permettent aujourd'hui de déceler les nodules au sein très rapidement et de prendre ainsi une tumeur à sa phase initiale. Rares sont les femmes qui meurent d'un cancer au sein, bien qu'il reste quelques exemples isolés de femmes qui, malgré les symptômes qu'elles relèvent chez elles, attendent à la dernière minute pour aller passer un examen médical. Plus de la moitié des opérées passent avec succès la phase critique de cinq ans, au bout de laquelle elles sont considérées cliniquement guéries.

"La peur de la maladie elle-même n'est pas tellement ce qui prime chez les opérées. D'ailleurs, 50 p.c. des patientes qui subissent l'ablation d'un ou des deux seins ignorent que c'est à cause du cancer. C'est le médecin qui détermine avec la famille de la malade si elle est en bonne condition psychologique pour affronter la vérité. D'autres patientes préfèrent visiblement ne pas connaître la cause de leur mal et ne posent aucune question sur leur cas. La plus forte réaction est causée par l'amputation elle-même, par tout ce

que cela implique. L'image qu'on donne de la femme, surtout à travers la publicité, est celle d'un être magnifique possédant de beaux atouts qui témoignent de sa féminité. Une femme qui n'a plus qu'un sein, ou même qui n'en a plus du tout, ne correspond plus à l'image que la société s'est forgée d'elle. Nous sommes toutes conditionnées par ces critères et c'est pour cette raison que l'amputation de la poitrine, totale ou partielle, constitue une telle catastrophe aux yeux de la femme qui doit la subir. Peu importe que la santé, que la vie soient en jeu. Ce qui compte avant tout c'est l'aspect psychologique de la question, aux yeux des opérées, bien entendu. En second lieu, naît la crainte des relations futures avec le mari ou l'amant. Plusieurs femmes s'imaginent qu'elles ne pourront plus avoir une existence de femme normale. J'en connais une qui, avant l'opération, avait prévenu son mari qu'il ne

Suite page 12

POUR VAINCRE LE CANCER

Suite de la page 11

devrait plus la toucher après. A ce moment-là le traumatisme touche les deux. Lorsque le mari se montre compréhensif et accepte la situation, 80 p.c. du travail de réhabilitation est déjà fait. C'est si vrai que peu de couples se séparent à la suite d'une mammectomie, et ceux qui en arrivent là avaient des problèmes avant le drame."

Selon Mme Laurence, les points cruciaux après l'opération sont l'acceptation de soi et la volonté de reprendre une activité normale sur tous les plans. Le travail des membres de l'Association des opérées du sein se fait cinq ou six jours après l'opération. Une bénévole se rend voir l'opérée et lui apporte en premier lieu la prothèse fournie par la S.C.C. Elle lui explique les soins qu'elle devra se donner une fois, rentrée à la maison, les exercices physiques qui lui permettront de reprendre son travail sans l'aide de la physiothérapie. La bénévole dispense aussi des conseils sur les différentes marques de prothèses offertes dans le commerce, suggère des endroits où le service est meilleur qu'à d'autres. Elle tente également de faire parler la malade de ses réactions, lui montre qu'elle aussi a subi une mammectomie et prouve par son comportement dynamique qu'il est possible de sortir définitivement du désarroi dans lequel est plongée la toute nouvelle opérée.

"Notre travail s'effectue en grande partie à l'Hôtel-Dieu de Montréal mais nous allons dans d'autres centres hospitaliers sur demande des médecins. Notre vœu le plus vif est que le Collège des chirurgiens donne rapidement son accord à l'établissement de services semblables au nôtre dans tous les autres hôpitaux du Québec. Actuellement, les chirurgiens hésitent à se prononcer sur la question, car elle constitue une arme à deux tranchants. Une bénévole doit nécessairement être opérée du sein, mais son intervention auprès de nouvelles malades peut faire autant de mal que de bien, selon sa préparation personnelle et sa réhabilitation. Si elle n'a pas totalement surmonté sa propre épreuve, elle ne peut que nuire aux autres patientes; c'est d'ailleurs pourquoi, à l'Hôtel-

DISTILLÉE AU CANADA PAR STE PIERRE SMIRNOFF ELS

*As-tu découvert
la vodka Smirnoff?*

Smirnoff
se prête à tout

Dieu, nous prenons beaucoup de précautions avant de permettre à une bénévole de travailler seule auprès des opérées."

L'Association des opérées du sein n'est pas un cercle mondain. Il n'est pas question pour ses membres de se réunir pour parler de leurs problèmes personnels. Les séquelles de l'opération, les séquelles psychologiques du moins, ne nécessitent pas, dans la majorité des cas, de thérapie de groupe mais plutôt la réintégration immédiate des patientes dans leur propre milieu. L'Association a déjà tenté l'expérience en tenant des réunions pour les

anciennes opérées, et cela ne s'est pas révélé un succès.

"Les patientes, poursuit Mme Laurence, n'aiment pas parler des problèmes consécutifs à leur opération, surtout en groupe. Nous intervenons au moment où les patientes sont encore à l'hôpital, après l'ablation. C'est alors qu'elles ont le plus besoin d'être comprises, rassurées, informées. Cependant, leur réhabilitation dépend de chacune d'entre elles et de personne d'autre."



L'Association des laryngectomisés de Montréal travaille sur un plan plus vaste que celle des opérées du sein. Cet organisme a été fondé par son président actuel, M. Pierre Lecault, qui a lui-même subi une laryngectomie il y a dix-sept ans. Le groupe de Montréal fait partie de l'Association internationale des laryngectomisés, qui compte 133 groupements affiliés. Ce service, entièrement composé de bénévoles, répond à un grand besoin puisque la perte de la voix entraîne chez un individu, quel qu'il soit, des handicaps tant au niveau professionnel qu'au niveau personnel.

Le laryngectomisé, généralement à cause d'un cancer, a dû subir l'ablation du larynx ou des cordes vocales, perdant ainsi pour toujours l'usage normal de la parole. Cependant, le cancer du larynx est une des formes de cancer les plus faciles à guérir, les patients ayant environ 90 p.c. de chances de guérison si la tumeur est dépistée à temps.

Au Québec, on compte plus de 4 000 laryngectomisés, dont 12 p.c. seulement sont du sexe féminin. Selon les chiffres fournis par la S.C.C., il y en aurait deux mille à Montréal. On évalue à 300 le nombre d'interventions au larynx effectuées chaque année dans la province; de ce nombre, 90 p.c. sont des cas de cancer.

Même si le cancer du larynx est considéré comme mineur par les spécialistes par rapport à d'autres types de tumeurs malignes, la perte de la parole provoque un traumatisme aussi grand que l'ablation d'un sein, par exemple. La voix est, pour le commun des mortels, leur premier outil de communication, et la perte équivaut à une tragédie. Selon M. Lecault, l'anxiété principale du malade repose sur la perte de la voix et sur les possibilités plus ou moins grandes de pouvoir s'exprimer à nouveau par le son.

"Les laryngectomisés craignent de devenir un fardeau pour la société. Ils ont peur de perdre leur emploi et parfois même l'affection de leur entourage, précise M. Lecault. Ce qui nous frappe le plus, nous visiteurs, c'est le manque d'information des patients. Souvent, le médecin ne leur a pas



CEUX QUI PERDENT LA PAROLE

M. Pierre Lecault, fondateur de l'Association des laryngectomisés, donne lui-même des cours de rééducation de la voix.

expliqué en quoi exactement consiste l'opération et quel sera leur handicap après. C'est donc à nous de les renseigner. C'est pourquoi nous les voyons avant et après l'intervention, et parfois même après leur sortie d'hôpital. L'ablation du larynx ou des cordes vocales nécessite une dizaine de jours d'hospitalisation et environ trois mois de convalescence à la maison. Nous conseillons au nouveau laryngectomisé de venir participer aux réunions de notre association, qui se tiennent le deuxième lundi de chaque mois. Au cours de ces rencontres, nous abordons les différents problèmes que rencontrent les laryngectomisés, et cela peut aider ceux qui viennent tout juste d'être opérés.

Même si le laryngectomisé perd sa voix naturelle après l'opération qui le sauvera du cancer, il peut arriver à maîtriser une nouvelle forme d'expression qui rendra ses relations futures avec autrui plus faciles. Le laryngectomisé devra se familiariser avec une méthode entièrement nouvelle. Puisque les poumons ne peuvent plus pousser l'air dans la bouche, le nouvel opéré doit s'habituer à capter l'air par la bouche et à en forcer l'entrée dans l'oesophage en bloquant celui-ci par la langue. La poussée remontante de l'air fait vibrer les parois de l'oesophage et du pharynx, entraînant une vibration de la colonne d'air qui se trouve dans ces passages, d'où ce son sourd que l'on entend. Cette technique nécessite des efforts de la part du patient qui doit apprendre à articuler ce son en mots à l'aide de la langue, des lèvres, des dents et du palais, tout comme quelqu'un parlant normalement. Certains nouveaux opérés parviennent très facilement à s'exprimer de cette manière au bout de quelques semaines, tandis que d'autres ne réussissent pas à s'adapter à la parole oesophagienne. Cela dépend souvent de l'opération mais c'est surtout psychologiquement que se fait le blocage. Pour ces gens-là, il existe des larynx mécaniques de différents modèles et de différents coûts selon leur perfectionnement. Ces appareils sont relativement simples d'emploi, bien que leur utilisation comporte certains désavantages. Les spécialistes recommandent à leurs patients de n'y avoir recours qu'une fois qu'il est prouvé hors de tout doute qu'ils ne parviendront pas à parler par leurs propres moyens. Certains patients ont également besoin de suivre les cours d'orthophonistes. M. Lecault donne lui-même des cours de rééducation de la voix.

"L'Association des laryngectomisés agit sur plusieurs plans, explique M. Lecault. En premier lieu, nous sommes là pour aider le malade avant l'opération en lui expliquant ce qui va lui arriver. Nous revenons après l'opération pour assister le malade. Nous travaillons aussi, dans certains cas, avec les proches du nouveau laryngectomisé, pour leur faire comprendre qu'une vie familiale normale est encore possible pour eux. Nous leur donnons aussi des conseils sur la manière de se comporter avec le malade et de l'aider à retrouver graduellement la parole. Quant à nos réunions mensuelles, elles sont un peu faites pour donner de la motivation à ceux qui parviennent mal à utiliser la voix oesophagienne. La présence de laryngectomisés qui parlent très bien favorise la réhabilitation des autres. Ce sont les femmes, même si elles sont en minorité, qui ont le plus de mal à accepter leur handicap. Evidemment, la voix du laryngectomisé n'a rien de mélodieux, mais elle est importante puisqu'elle permet la communication. Malheureusement, les femmes s'attendent au côté esthétique de la chose, et cela les déprime. Pourtant, il faut avoir assisté à nos rencontres pour savoir à quel point les laryngectomisés réhabilités apprécient la vie et les joies qu'elle procure. Il nous arrive même de chanter! Vous comprenez, c'est notre deuxième voix; c'est comme pour tout, nous l'apprécions plus encore que la première."

L'Association des laryngectomisés de Montréal est un groupement de gens non seulement positifs face à l'épreuve qu'ils ont eu à surmonter mais aussi très actifs. Ses dirigeants travaillent actuellement à un projet de centre d'accueil pour laryngectomisés qui offrirait à ceux qui, pour diverses raisons, ne peuvent pas rentrer dans leur famille le gîte et des services pendant le temps de leur réadaptation à l'usage de la parole.

"Il y a des gens qui habitent à la campagne et pour qui il est difficile de suivre des cours de rééducation. D'autres préféreraient maîtriser leur nouvelle voix avant de retourner dans leur famille. Pour ces gens-là, il n'existe pas de centre d'accueil à Montréal. Il y en a un à Québec, et on en trouve un peu partout dans le monde. C'est pourquoi nous avons l'espoir d'en voir un s'ouvrir très prochainement à Montréal."

Suite page 14

PRENEZ-VOUS ASSEZ DE REPOS?



Il est très important de prendre suffisamment de repos chaque nuit. Pour la plupart des gens, une moyenne de huit heures de sommeil est une assez

bonne mesure. La lassitude est un facteur qui peut contribuer à l'irrégularité. Il importe donc de prendre beaucoup de repos et de relaxation. En pratiquant un passe-temps favori paisible, il est plus facile de se détendre.

Il n'est pas toujours possible de maintenir une habitude journalière. Ainsi, pour corriger l'irrégularité occasionnelle, prenez du Lait de Magnésie Phillips*. Prenez du Phillips* à l'action douce la veille au soir. **Vous vous sentirez mieux le lendemain matin.**



*Marque déposée

perspectives

est publié chaque semaine par Perspectives Inc.
231, rue Saint-Jacques
Montréal H2Y 1M6
Tél. 282-2224

Directeur de la rédaction

Pierre Gascon

Directeur adjoint

Jean Bouthillier

Directeur artistique

Pierre Legault

Rédaction

Edouard Doucet

Isabelle Lefrançois

Céline Legaré

Adrien Robitaille

Photographe

Denis Plain

Secrétariat

Gisèle Payant

Liliane Galissaires

Service artistique

Michel Brunette

Roger Dion

Marie-Louise Gay-Choquet

Michel Genest

France Lafond

Claude Robinson

Président

Jean Robert Bélanger

Vice-président

Paul-A. Audet

Secrétaire

Charles d'Amour

Trésorier

Guy Pépin

De beaux ongles ...car vous ne les rongerez plus!

Trois petites semaines et vous aurez de beaux ongles, longs et durs. Avec Stop 'n Grow®, jamais plus vous ne les rongerez. De la volonté en bouteille, jusqu'au bout des doigts. Stop 'n Grow est transparent. vous pouvez même l'appliquer sur le vernis. Vous aurez des mains adorables, aux ongles longs et élégants, ce dont vous avez toujours rêvé. Avec Stop 'n Grow, vous ne rongerez plus vos ongles. Satisfaction garantie ou argent remis par Mentholatum, Fort Erie, Ontario.

stop 'n grow®

DANS TOUTES LES PHARMACIES

107 TIMBRES GLOBAL Seulement 10c

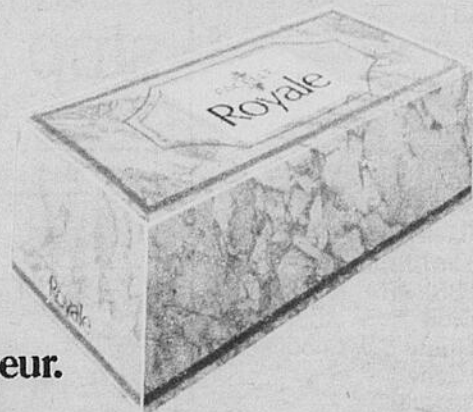


Offre intéressante! 107 timbres, tous différents: timbre rare du Liberia sur le bicentenaire des E.U.; timbre "spatial" à l'effigie du sénateur John Glenn; masque étrange (Hongrie); timbre commémoratif de Churchill; timbres d'Allemagne, Panama, Ruanda, Népal, ainsi que plusieurs autres très pittoresques venant de tous les continents. Séries nouvelles et anciennes: Aussi sérieuses en consignment. Achevez ceux qui vous voient — ou aucun — et retournez le reste. Possibilité d'annuler en tout temps. Envoyez 10c aujourd'hui pour obtenir votre collection par le retour du courrier. WILLIAMS CO. PE-22 ST. STEPHEN, N.B., CANADA



“Je ne pourrais pas soigner son rhume sans les doux mouchoirs Royale...”

“Pauvre François, son petit nez est tellement sensible qu'on ne peut pas y toucher. Les mouchoirs ordinaires et bon marché qu'on trouve n'aident pas du tout. Alors j'utilise les mouchoirs Royale; ils sont beaucoup plus doux et plus délicats pour son petit nez endolori. Et il n'y a pas de danger que la charpie le fasse éternuer; c'est rassurant de savoir...”



**Notre force
c'est la douceur.**



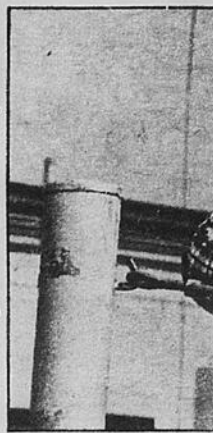
Grâce à leurs trois épaisseurs, les mouchoirs Royale de Facelle sont merveilleusement doux et délicats. De plus, ils sont très résistants et très absorbants.

“FACELLE” “Royale” marques déposées de Facelle Limitée, une filiale de la Compagnie Internationale de Papier du Canada.

POUR VAINCRE LE CANCER

SON PLUS DUR COMBAT

L'ex-lutteur Bob Langevin a appris à lutter contre le goût du suicide avant de devenir président de l'Association locale des stomisés.



La troisième association, qui regroupe les stomisés du Québec, a pour président l'ex-lutteur Bob “Legs” Langevin, aujourd'hui promoteur des Entreprises sportives de l'est. Le courage de cet homme, connu de tout le monde pour son dévouement à la cause des porteurs d'un anus artificiel, est le meilleur exemple qui puisse servir de motivation à ceux qui se trouvent dans le même cas que lui. La stomie est une ouverture pratiquée chirurgicalement à l'abdomen entre la peau et un viscère creux, en vue de la collection du contenu. Elle est faite à des patients qui ne peuvent plus évacuer leurs déchets alimentaires par les voies ordinaires. Cinquante-cinq p.c. des stomisés sont porteurs d'anus artificiels à cause d'un cancer. Les stomisés sont, en termes plus simples, des patients qui ne peuvent plus contrôler leur intestin, ce qui les oblige à porter un appareil spécial.

Le taux de survie dans le cas des stomisés est moins élevé que pour les opérées du sein et les laryngectomisés, mais l'expérience de Bob Langevin prouve qu'il est possible de surmonter la maladie. Au moment de son opération, Langevin était à l'apogée de sa carrière. Il avait livré 5 672 combats, fait trois fois le tour du monde, et on le considérait dans le monde du sport comme une sommité. Pourtant, sa vie avait été parsemée d'embûches, et il avait été marqué dans sa jeunesse par des événements difficiles à accepter. Ainsi, à 4 ans, ses parents mouraient et il devait entrer à l'orphelinat, qu'il a quitté pour aller travailler chez des fermiers. A l'âge où généralement les principales préoccupations d'un enfant sont les jouets et l'affection d'un entourage compréhensif, Bob devait

déjà gagner sa vie. Il n'avait pas 20 ans quand il est entré dans l'arène pour lutter, et jusqu'à 57 ans il n'a jamais cessé de combattre, bien qu'il ait tour à tour occupé les postes de garde du corps, d'agent spécial et de policier. A 18 ans, par la faute d'un spectateur hystérique, il est devenu impuissant, et cet accident a handicapé tout le reste de sa vie. Bob Langevin est toujours resté un être refermé sur lui-même, vivant tel un ermite malgré le prestige que lui procuraient ses victoires sportives. Il était à ce point inhibé qu'il préférerait partir seul plutôt que de voyager avec les autres lutteurs quand un groupe d'entre eux devait aller se battre à l'étranger.

Aussi monstrueux que cela puisse paraître, c'est le cancer du rectum qui a permis à Bob Langevin de s'épanouir et de se réconcilier avec ses semblables. Mais pour cela il lui a fallu passer à travers une crise morale aiguë, qui l'a poussé deux fois à des tentatives de suicide. Comme il l'avoue lui-même, Bob Langevin est l'exemple type de ce qu'il faut surtout ne pas faire. Il a en effet attendu sept mois avant de consulter le médecin qui a décelé sa tumeur, et cela malgré des symptômes alarmants.

“Avant l'opération, dit Langevin, le docteur ne m'avait pas dit que j'avais le cancer mais m'avait fait comprendre qu'il fallait que je sois opéré rapidement, sinon je risquais de voir mes malaises s'aggraver. Quand il est parti, j'ai joué aux cartes avec d'autres patients et leur ai expliqué ce que le chirurgien m'avait dit. L'un d'eux m'a dit: “Surtout, ne te laisse pas faire faire ça! Dans ma chambre, j'en ai eu un qui avait subi cette intervention-là, et il sentait tellement mauvais que je ne pouvais pas le supporter.” Cette remarque m'a ébranlé à tel point que je suis allé voir l'infirmière de garde et lui ai demandé de téléphoner au médecin pour dire que j'avais changé d'avis quant à l'opération. J'ignorais que c'était une question de vie ou de mort et je ne voulais plus passer sur le billard. Johnny Rougeau est arrivé tout de suite à l'hôpital, et c'est lui qui m'a fait revenir sur ma décision.

“Quand je me suis réveillé aux soins intensifs et que j'ai vu que j'étais redevenu comme un enfant avant que sa mère lui apprenne à contrôler ses



intestins, j'ai presque failli sombrer dans la folie. Je voyais l'infirmière me nettoyer et je me sentais si humilié que je pleurais sans arrêt. J'étais si peu préparé à cela que je pense qu'à ce moment-là j'aurais préféré mourir. Personne ne m'avait dit qu'après quelques semaines je pourrais revenir à une vie normale en utilisant un appareil spécial. Je pensais que j'allais être comme ça toute ma vie... Les premiers jours, je pleurais tout le temps puis, finalement, j'ai fait ce que j'avais toujours fait au cours de ma vie: je me suis renfermé en moi-même. Je n'ai plus laissé rien voir de ma douleur, de mes interrogations. Si bien que le chirurgien et le personnel infirmier croyaient que j'acceptais ma stomie alors qu'au contraire je ne pensais qu'à mourir.

"Pendant mon séjour à l'hôpital, j'ai perdu cent livres; c'est dire dans quel état je me trouvais. Rougeau venait me voir avec d'autres amis. Je ne disais rien. Finalement, pour m'aider à en sortir, Johnny m'a proposé de me prendre comme associé. Il disait: "Tu t'occuperas de la promotion, moi je lutterai." J'ai accepté. Mais, pendant que j'étais à la salle de bains, j'ai entendu le chirurgien qui conseillait à Rougeau de faire très attention parce que je n'en avais plus que pour un an à vivre et que mon cancer était pas mal avancé. Il y a dix ans de cela! Cette révélation m'a donné un autre choc. Pendant deux ans, j'ai été au plus profond de la détresse humaine. Puis un jour, on m'a conseillé d'assister à la réunion d'une association de stomisés à Québec. J'y suis allé et cela m'a fait du bien. Après, on m'a demandé d'aller voir un patient qui avait tellement de mal à accepter son handicap qu'il rendait la vie difficile au personnel de l'hôpital. J'y suis allé malgré mon déshonneur personnel. Le gars, c'était un débardeur. Il ne disait pas deux mots sans sacrer et il était tellement révolté! Je lui ai nettoyé sa stomie, et il en a été tellement ému qu'il m'a dit: "Tu dois avoir drôlement souffert, toi! Tu me vois pour la première fois et ça ne te fait rien de jouer dans ma m..." Je n'ai pas répondu, mais cet homme, je l'ai mis tellement en confiance qu'il s'est endormi pendant que je le soignais.

"En rentrant chez moi, je me sentais tout différent, je me disais que je pouvais faire du bien aux autres rien qu'en parlant et alors même que je n'acceptais pas mon anus artificiel. C'est là que j'ai décidé de me mettre au service des stomisés. Par la suite, je suis

devenu président de l'Association et, depuis plusieurs années, je travaille activement pour la Société canadienne du cancer."

Bob Langevin avoue que la lutte contre son état a été le plus dur combat de sa vie, le plus enrichissant aussi. Bien sûr, il ne peut plus lutter maintenant, mais ses activités lui donnent tellement de satisfaction qu'il regrette à peine l'arène.

"J'ai été plusieurs mois avant de remarquer après mon opération. Moi qu'on surnommait "Legs" à cause de mes prises de jambes exceptionnelles, je me retrouvais dans l'incapacité de me servir de ces jambes qui avaient été ma fierté. Heureusement, j'ai réussi à surmonter aussi cela."

Pour Langevin, son rôle dans l'Association des stomisés est primordial. Parce que les matières fécales sont, depuis des siècles, un sujet tabou dans la société, la réhabilitation du stomisé est plus difficile. Elle est possible cependant et le groupe de stomisés déjà réintégrés à la vie normale est là pour appuyer ceux qui traversent des moments difficiles.

"Nos deux points de contestation, explique Langevin, sont les suivants: premièrement, nous luttons pour une meilleure collaboration du personnel médical afin que les patients soient mieux préparés. Deuxièmement, nous voulons que les appareils des stomisés soient payés par le gouvernement. De l'appareil dépend pour beaucoup la réhabilitation du stomisé. S'il peut se payer un appareil tout à fait isolant, il n'aura pas de problème. Par contre, s'il n'a pas d'argent, il est voué à une vie de solitaire."

Au fond, le problème le plus aigu du cancer est un problème psychologique, et il le restera tant que la science n'aura pas progressé dans ce domaine. La médecine assure maintenant la survie dans une proportion très grande, mais l'issue définitive dépend en grande partie de chaque individu. On peut vaincre le cancer mais, pour le vaincre, il faut lutter. Heureusement, il n'y a pas que Bob Langevin qui a des talents de lutteur! ●



"Comment venir à bout de 15 enfants à la garderie? Royale peut vous aider..."

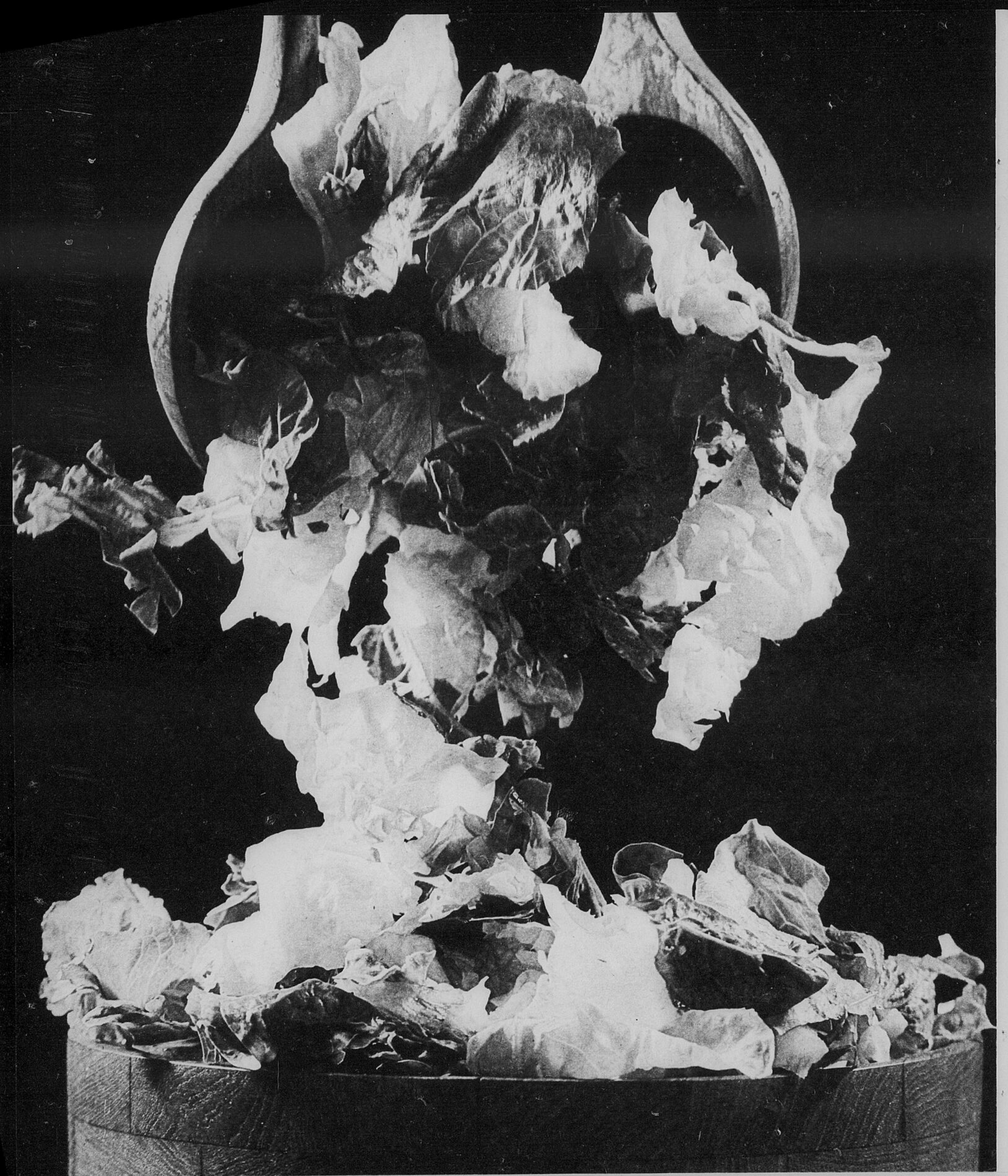
"Dès le premier jour que j'ai aidé à la garderie, j'ai eu toute une leçon. Le deuxième jour, j'ai apporté un paquet d'essuie-tout Royale. Mains collantes...jus renversés...figures sales...l'essuie-tout Royale est assez doux et assez résistant pour en venir à bout. Le tigre connaît ça les enfants..."



...un vrai tigre!

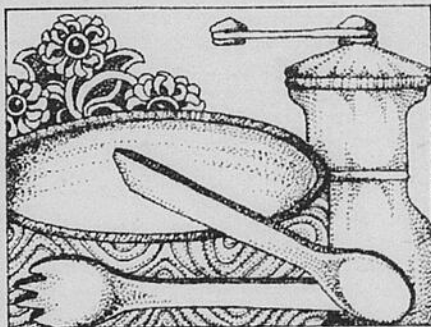
Grâce à des milliers de coussinets épais, l'essuie-tout Royale de Facelle absorbe bien et rapidement; il est à la fois très doux et très résistant.

"FACELLE" "Royale" marques déposées de Facelle Limitée, une filiale de la Compagnie Internationale de Papier du Canada.



L'école de cuisine de Margo Oliver **3^e leçon:** **la salade**

Les légumes, avec leurs vitamines et leurs sels minéraux, sont essentiels à une alimentation équilibrée et il n'y a pas de meilleure façon de les consommer qu'en salade. Une salade réussie est faite de laitues fraîches et croquantes enrobées d'une garniture ou d'une sauce savoureuse; il ne doit surtout pas y avoir au fond du bol une petite mare d'eau ou d'huile. Nous allons faire cette semaine une salade verte de base.



L'ÉQUIPEMENT

Le meilleur bol à salade est fait de bois non verni mais vous pouvez aussi utiliser un bol en verre ou en faïence. Ne trempez jamais un bol de bois dans l'eau. Rincez-le seulement à l'eau claire et essuyez-le immédiatement. L'ail et les autres condiments assaisonneront peu à peu, à la perfection, le bol lui-même. Je recommande aussi, pour le service, cuillère et fourchette en bois. Un moulin à poivre et une essoreuse à salade sont des ustensiles intéressants bien que non essentiels; on trouve ces articles dans les grands magasins à rayons et les boutiques spécialisées.

LES VERDURES

Tâchez d'en utiliser une variété, trois ou quatre au moins pour un meilleur mélange de couleurs, de saveurs et de textures. Voici quelques suggestions; la liste n'est pas exhaustive.

LAITUE ICEBERG — Celle que l'on trouve le plus communément sur le marché. Pomme ferme et lourde, avec un petit cœur. Les feuilles sont croquantes, d'un vert modéré à l'extérieur et plus pâle au centre. Saveur douce.

LAITUE ROMAINE — Forme allongée. Les feuilles ont une côte croquante qui devient blanche près de la racine. Les feuilles sont plutôt grossières et d'un vert prononcé à l'extérieur, plus tendres et plus pâles à l'intérieur. Saveur douce.

CHICORÉE — Plante un peu ébouriffée. Feuilles longues et étroites, frisées

et finement nervurées. D'un vert nuancé mais plutôt foncé. Saveur agréablement amère. N'utiliser, dans une salade, qu'en faible proportion.

LAITUE EN FEUILLES — Non pommée. Les feuilles sont d'un vert plutôt tendres et comme chiffonnées sur les bords. Saveur douce.

LAITUE BOSTON, BIBB ET BUTTER-HEAD — Pommées lâchement. Les feuilles se séparent aisément; elles sont tendres et un peu onctueuses au toucher, d'un vert pâle et d'une apparence cirée. Saveur douce, presque douceuse.

ÉPINARDS — Se présentent en petits bouquets de feuilles reliées à des racines ou en feuilles séparées. Ces dernières sont plus ou moins frisées et d'un vert foncé. Saveur forte et très agréable.

PERSIL — Tiges minces et feuilles minuscules, frisées et finement nervurées. C'est plutôt une herbe qu'on utilise, dans la salade, comme condiment. Saveur douce et plaisante.

CRESSON — Tiges minces et feuilles délicates, d'un vert foncé. Saveur épicée, piquante un peu comme celle du poivre.

Les laitues doivent être croquantes. On peut les préparer à l'avance, même la veille du jour où on les sert. Bien laver les feuilles, à l'eau froide courante, mais ne pas les faire tremper. Les bien assécher, avec une essoreuse à salade ou une serviette de cuisine. (Elles doivent être sèches; l'eau qu'elles retiendraient diluerait la garniture ou la sauce pour former avec elle une petite mare de liquide au fond du bol.) Envelopper les feuilles, lâchement, de papier absorbant ou d'une serviette, les mettre dans un sac de plastique et les garder au réfrigérateur.

LES AUTRES INGRÉDIENTS

L'huile d'olive est la meilleure des huiles à salade; elle a un goût fin mais coûte un peu cher. Le vinaigre de vin a aussi un goût remarquable et le meilleur vient de France. Utilisez de l'ail frais plutôt que du sel d'ail et une bonne qualité de grains de poivre dans votre moulin. Les tomates ne sont pas essentielles dans une salade verte mais elles lui ajoutent de la saveur et lui donnent un bel aspect. Il faut ne les ajouter qu'au dernier moment; autrement, elles ramollissent les légumes et diluent la sauce. Les tomates rendent moins de jus si on les tranche en hauteur plutôt qu'en travers.

Il est cent façons de faire une salade verte. Chacun peut la composer à sa façon et y ajouter une touche différente: de fines herbes, un peu de

parmesan ou de champignons crus, des châtaignes d'eau ou des zuchettes en fines tranches. Voici quand même une recette pour vous servir de guide.

SALADE VERTE

Sel

1 gousse d'ail

8 tasses de laitues et d'autres légumes, déchiquetées

Poivre noir frais moulu

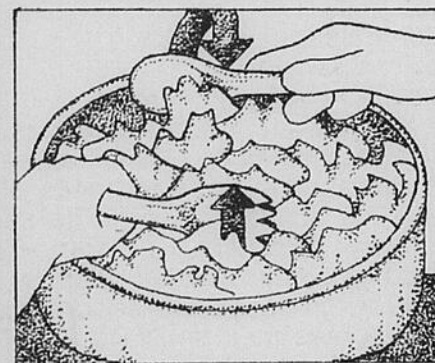
Paprika (facultatif)

Approximativement 1/3 de tasse d'huile d'olive

2 cuil. à table de vinaigre de vin

Saupoudrer généreusement de sel le bol à salade. Couper la gousse d'ail en deux, en passer les côtés coupés dans le sel et en frotter tout l'intérieur du bol. Jeter l'ail.

Mettre laitues et légumes dans le bol. (Ne jamais couper les légumes; les déchiqueter plutôt avec les doigts, en petits morceaux, juste avant d'ajouter la sauce ou la garniture si possible. S'il faut faire ce travail un peu à l'avance, couvrir le bol de papier de cuisine transparent et garder le tout au réfrigérateur jusqu'au moment d'ajouter la sauce et de servir.) Moudre une quantité généreuse de poivre sur la salade. Saupoudrer de paprika, avec prodigalité si on le désire.



Brasser, délicatement. La meilleure façon de brasser la salade est d'exécuter une sorte de mouvement de rotation. Partir du fond du bol, avec la fourchette ou la cuillère, soulever les ingrédients et les faire passer par-dessus l'autre ustensile exécutant le même mouvement. Ajouter l'huile et mélanger de nouveau, délicatement. N'ajouter que juste assez d'huile pour que tous les morceaux de verdure en soient enrobés; il ne doit pas y avoir d'huile dans le fond du bol. Ajouter le vinaigre et brasser de nouveau, délicatement. Goûter et rectifier l'assaisonnement s'il y a lieu. Servir immédiatement. (De 6 à 8 portions)

Note: la semaine prochaine, je vous proposerai des variations intéressantes de cette recette. ●



Guy Fournier

Les dessous de la Super-Série

NOTE DE LA RÉDACTION: Depuis les jours sombres de la crise des missiles cubains, alors que feu le président Kennedy avait fait un pied-de-nez à feu Nikita Khrouchtchev, jamais le monde n'est venu si près de l'abîme qu'en ce calme dimanche après-midi du 11 janvier dernier. Notre chroniqueur Guy Fournier raconte en primeur comment le monde entier fut sauvé de l'hécatombe grâce à la présence d'esprit — bien inconsciente d'ailleurs —, du président des Etats-Unis. C'est pour des raisons de stricte politesse qu'on n'a pas dévoilé jusqu'à ce jour le véritable motif du retour des joueurs de l'Armée rouge sur la patinoire du Spectrum de Philadelphie.

Rappelons brièvement les faits. Le défenseur Ed Van Impe se rue sur un ailier de l'Armée rouge qui s'écroule sur la glace. Comme le jeu va continuer sans que Van Impe ne soit pénalisé, les Russes patinent vers le banc. L'arbitre Lloyd Gilmour inflige une pénalisation à l'Armée rouge pour avoir indûment retardé le match et toute l'équipe, instructeur en tête, quitte le banc. Le président Clarence Campbell de la ligue Nationale se rend à la chambre des joueurs et exige le retour immédiat de l'équipe sur la glace. On lui répond qu'il ne saurait en être question tant que l'arbitre Gilmour n'aura pas ravalé sa malheureuse pénalisation. L'incorruptible Campbell oppose un non catégorique et c'est l'impasse.

A la Maison-Blanche, où le président Ford suivait à la télé la partie en compagnie d'Henry Kissinger, l'atmosphère est d'abord à la blague, jusqu'à ce qu'on dise au président que le Premier ministre Pierre Elliott Trudeau le demande au téléphone.

— *Who is he?* demande Ford

Kissinger explique qu'il s'agit du Premier ministre du Canada et le président s'empare du téléphone. Secoué par l'émotion, Trudeau dit que les Russes doivent reprendre le jeu au plus tôt sans quoi le tournoi mondial du mois de septembre sera annulé.

C'est Kissinger qui est chargé de transmettre l'ultimatum de Trudeau à Leonid Brejnev par le truchement du téléphone rouge présidentiel.

— *Nyet!* répond l'homme fort de Moscou. Qu'on lève d'abord cette honteuse pénalisation et je verrai ensuite...

Ford et Kissinger en viennent à la conclusion qu'en Occident la décision d'un arbitre, c'est sacré. Rien, absolument rien ne saurait prévaloir sur elle.

— Nous allons leur montrer qu'en démocratie nous avons des principes, commente tout haut le président. Dis à Brejnev que nous allons envoyer les Marines en Angola si ses joueurs ne reviennent pas au jeu.

— *Nyet!* répond encore Moscou. De toute façon, le Mouvement Populaire de Libération de l'Angola ne peut

plus perdre la guerre.

— Dis à Brejnev qu'Israël va attaquer la Syrie...

— *Nyet!* Nos amis les Arabes vont riposter par un embargo sur le pétrole.

— Dis à Brejnev que nous allons rappeler dans quelques minutes...

C'est alors que le président demande à Kissinger d'appeler la Pentagone pour déclencher une attaque nucléaire contre la Russie. L'instant est dramatique.

— Il n'y a pas de réponse! laisse tomber Kissinger après avoir vainement attendu au bout de la ligne.

— *Where the hell are they?*

— Ils doivent être à la partie de hockey, opine Kissinger.

Les deux hommes d'Etat se regardent, atterrés. Après un long silence, le président suggère à Kissinger de rejoindre le président Campbell pour qu'il fasse lever cette malencontreuse pénalisation. Comme il fallait s'y attendre, Campbell refuse catégoriquement. Mieux vaut risquer l'holocauste que la mort du hockey.

— Rappelle Moscou tout de suite et dis à Brejnev qu'on lance toutes nos fusées dans deux minutes si leurs joueurs ne reviennent pas sur la glace.

Mis en appétit par le bluff de son président, Kissinger décroche le téléphone rouge et transmet l'ultime message à Brejnev qui pouffe de rire. L'arsenal entier de la Russie est pointé vers les Etats-Unis. Seule la ville de Philadelphie sera épargnée à cause de l'équipe de l'Armée rouge. La main sur le récepteur, Kissinger relaie la terrifiante réponse de Brejnev.

— Attends, j'appelle Soljenitsyne.

Alexandre Soljenitsyne que Ford implore de l'aider répond qu'il l'a déjà prévenu qu'il ne faut pas se fier aux communistes et que la détente est la plus dangereuse des politiques. "Et puis, ajoute l'écrivain, je ne vois pas pourquoi je vous conseillerais puisque vous avez refusé déjà de me recevoir." Fou de rage, le président crie à Soljenitsyne qu'il verra à le retourner dès le lendemain dans son pays d'origine, mais Soljenitsyne a déjà raccroché. A ce moment précis, Kissinger, par inadvertance, vient de lever sa main prudemment posée sur le récepteur du téléphone rouge.

— Allô? Allô? Kissinger? demande Brejnev.

— C'est moi, répond le secrétaire.

— Dites à votre président que nos joueurs retournent tout de suite sur la patinoire. Et pour vous prouver notre bonne foi, nous ordonnons même à Tretiak de laisser pénétrer la première rondelle qu'on lancera contre lui, à la condition que Ford revienne sur sa décision de nous renvoyer Soljenitsyne.

Vous connaissez la suite...

...Y EN A PAS
COMME
LUI...

SOUTHERN
COMFORT



VRAIMENT
INIMITABLE

Southern Comfort est unique en son genre. Goûtez-y pour boire. Tel quel, sur glaçons, avec du tonic, du ginger ale, du Collins, des jus de fruits, c'est tout bonnement sensationnel. Payez-vous un peu de confort. Du vrai: du Southern Comfort. Vous méritez bien ça!



Voici une occasion unique
d'aider vos enfants à
découvrir d'eux mêmes
tout ce que vous auriez
aimé connaître
quand vous aviez
leur âge...



GRATIS
un superbe album
d'une valeur de
\$9.00
...un cadeau
à garder
pour de
bon!

Depuis
un prog
à la port

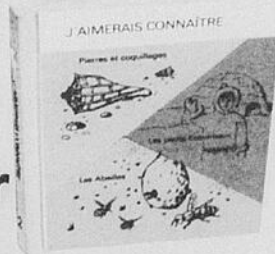
Un programme conçu par des
éducateurs
Voici enfin une collection con
par des éducateurs, pour per
à vos enfants d'apprendre tou
qu'ils peuvent comprendre su
sujets qui les passionnent le p
les avions, les dinosaures, les
automobiles, les poissons tro
caux... en tout, 66 sujets pas
nants, réunis en 22 albums so
ment reliés et abondamment
illustrés.

Adaptés par des Québécois
les petits Québécois
Ces volumes ont été adaptés

GRATIS!

...une valeur
de \$9.00

le premier
album de
trois volumes de la
collection J'AIMERAIS
CONNAÎTRE



BON POUR VOTRE ALBUM GRATUIT

Oui, veuillez faire parvenir à mes enfants *Les Bébés animaux*, *Les Sons que nous entendons* et *La Lune, le soleil et les étoiles*, premier album de trois volumes de la collection J'AIMERAIS CONNAÎTRE. Je pourrai garder cet album sans qu'il m'en coûte un sou et sans obligation de ma part. Si je n'annule pas cette première commande, vous pourrez m'envoyer le deuxième album dans environ un mois, puis, le troisième, le mois suivant et enfin, les autres albums de la collection le mois suivant. Je peux garder n'importe lequel de ces albums au prix spécial de \$3.29 plus quelques sous pour les frais de poste et de manutention; même si je garde toute la collection, je peux ne payer qu'un album par mois. Je peux retourner n'importe quel album dans un délai de 10 jours — à vos frais — et ne rien vous devoir pour les albums retournés. Il est entendu que je peux annuler ce programme éducatif en n'importe quel temps, et même tout de suite après avoir reçu l'album gratuit, après ma demande d'annulation, vous ne me ferez parvenir aucun autre album.

NOM (Lettres moulées, S.V.P.)

ADRESSE APP.

VILLE PROVINCE CODE POSTAL

SIGNATURE DES PARENTS CO-11

postez dès aujourd'hui. N'ENVOYEZ PAS D'ARGENT!

TOU
GRATUIT
UNE VALEUR DE \$9.00

Le premier album de trois volumes: *Les Bébés animaux*, *Les Sons que nous entendons*, *La Lune, le soleil et les étoiles*.

J'AIMERAIS CONNAÎTRE...



Tous les bébés ont une grande
parole aux parents de lait pour vivre.
Parce qu'ils sont petits.
Leur maman leur parle en leur
dans son propre corps à mesure la
mentaire, qu'elle consomme. C'est
lait qu'elle en réserve dans les
de son lait. Les bébés trouvent le lait
de leur mère.



Les jeunes merles n'ont presque
pas de plumes. Ces plumes pousseront
quand ils auront dix ou onze jours.
Leur poitrine n'est pas rouge
comme celle de leurs parents,
mais couverte de taches blanches.

son propre
écriture qu'elle
est gardé en
Les 1

De gros caractères pour les petits yeux!
Échantillon, en grandeur réelle, des gros caractères faciles à
lire utilisés couramment dans la collection.

BON POUR VOTRE ALBUM GRATUIT

Entreprises Grolier, 2405 Chemin Duncan, Montréal, Québec H4P 2A3

OUI, veuillez faire parvenir à mes enfants *Les Bébés animaux*, *Les sons que nous entendons* et *La Lune, le soleil et les étoiles*, premier album de trois volumes de la collection J'AIMERAIS CONNAÎTRE. Je pourrai garder cet album sans qu'il m'en coûte un sou et sans obligation de ma part. Si je n'annule pas cette première commande, vous pourrez m'envoyer le deuxième album dans environ un mois, puis, le troisième, le mois suivant et enfin, les autres albums de la collection le mois suivant. Je peux garder n'importe lequel de ces albums au prix spécial de \$3.29 plus quelques sous pour les frais de poste et de manutention; même si je garde toute la collection, je peux ne payer qu'un album par mois. Je peux retourner n'importe quel album dans un délai de 10 jours — à vos frais — et ne rien vous devoir pour les albums retournés. Il est entendu que je peux annuler ce programme éducatif en n'importe quel temps, et même tout de suite après avoir reçu l'album gratuit; après ma demande d'annulation, vous ne me ferez parvenir aucun autre album.

NOM (Lettres moulées S.V.P.)

ADRESSE APP.

VILLE PROVINCE CODE POSTAL

SIGNATURE DES PARENTS CO-11

Voici une occasion unique
d'aider vos enfants à
découvrir d'eux mêmes
tout ce que vous auriez
aimé connaître
quand vous aviez
leur âge...

GRATIS

un superbe album
d'une valeur de

\$9.00

...un cadeau
à garder
pour de
bon!



Depuis les abeilles jusqu'aux baleines... un programme d'information complet, à la portée de vos enfants: J'AIMERAIS CONNAÎTRE

Un programme conçu par des
éducateurs

Voici enfin une collection conçue
par des éducateurs, pour permettre
à vos enfants d'apprendre tout ce
qu'ils peuvent comprendre sur les
sujets qui les passionnent le plus:
les avions, les dinosaures, les
automobiles, les poissons tropi-
caux... en tout, 66 sujets passion-
nants, réunis en 22 albums solide-
ment reliés et abondamment
illustrés.

Adaptés par des Québécois pour
les petits Québécois
Ces volumes ont été adaptés

ici-même au Québec, par plusieurs
de nos meilleurs auteurs de litté-
rature enfantine. De plus, un Guide
des parents avec index alphabéti-
que vous aidera à mieux guider vos
enfants dans leurs découvertes.

Et le premier album est gratuit!
Pour vous permettre de constater
combien cette collection est à la
portée des tout-petits, nous vous
enverrons le premier album de

trois volumes, une valeur de \$9.00,
tout à fait gratuitement et sans
aucune obligation de votre part.
Vous pourrez le montrer à vos
enfants, voir leurs réactions,
constater jusqu'à quel point il
peut aider vos enfants dans leur
développement intellectuel. Et
vous pourrez conserver cet album
gratuitement, même si vous
n'achetez aucun volume de la
collection!

- Trois volumes, trois sujets,
dans chaque album.
- Plus de 150 illustrations en
couleur ou en noir et blanc.
- Reliure solide et durable,
lavable à l'eau et au savon.
- Format pratique: 8 1/2" x 7 1/4".
- Plus de 140 pages par album.

**TOUT À FAIT
GRATUIT
UNE VALEUR DE \$9.00**

Le premier album de trois volumes: Les Bébés
animaux, Les Sons que nous entendons, La Lune,
le soleil et les étoiles.

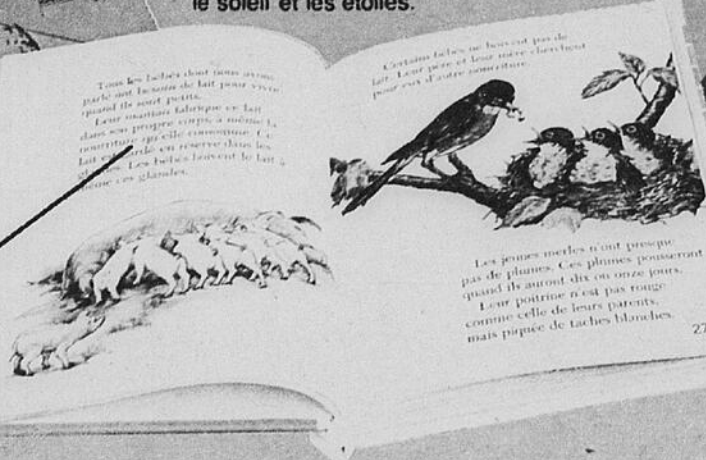
J'AIMERAIS CONNAÎTRE

Pierres et conchalgues

Les petits Écureuils

Les Abeilles

mama
son propre
écriture qu'elle
est gardé en
Les 1



De gros caractères pour les petits yeux!
Échantillon, en grandeur réelle, des gros caractères faciles à
lire utilisés couramment dans la collection.

BON POUR VOTRE ALBUM GRATUIT

Entreprises Grolier, 2405 Chemin Duncan, Montréal, Québec H4P 2A3

OUI, veuillez faire parvenir à mes enfants *Les Bébés animaux*, *Les sons que nous entendons* et *La Lune, le soleil et les étoiles*, premier album de trois volumes de la collection J'AIMERAIS CONNAÎTRE. Je pourrai garder cet album sans qu'il m'en coûte un sou et sans obligation de ma part. Si je n'annule pas cette première commande, vous pourrez m'envoyer le deuxième album dans environ un mois, puis, le troisième, le mois suivant et enfin, les autres albums de la collection le mois suivant. Je peux garder n'importe lequel de ces albums au prix spécial de \$3.29 plus quelques sous pour les frais de poste et de manutention; même si je garde toute la collection, je peux ne payer qu'un album par mois. Je peux retourner n'importe quel album dans un délai de 10 jours — à vos frais — et ne rien vous devoir pour les albums retournés.

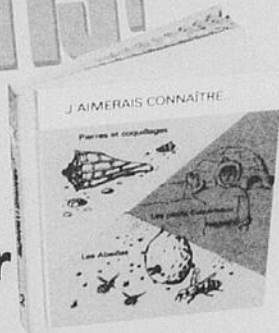
Il est entendu que je peux annuler ce programme éducatif en n'importe quel temps, et même tout de suite après avoir reçu l'album gratuit; après ma demande d'annulation, vous ne me ferez parvenir aucun autre album.

NOM (Lettres mouliées S.V.P.)
ADRESSE APP
VILLE PROVINCE CODE POSTAL
SIGNATURE DES PARENTS CO-11

GRATIS!

...une valeur
de \$9.00

**le premier
album de
trois volumes de la
collection J'AIMERAIS
CONNAÎTRE**



BON POUR VOTRE ALBUM GRATUIT

Oui, veuillez faire parvenir à mes enfants *Les Bébés animaux*, *Les Sons que nous entendons* et *La Lune, le soleil et les étoiles*, premier album de trois volumes de la collection J'AIMERAIS CONNAÎTRE. Je pourrai garder cet album sans qu'il m'en coûte un sou et sans obligation de ma part. Si je n'annule pas cette première commande, vous pourrez m'envoyer le deuxième album dans environ un mois, puis, le troisième, le mois suivant et enfin, les autres albums de la collection le mois suivant. Je peux garder n'importe lequel de ces albums au prix spécial de \$3.29 plus quelques sous pour les frais de poste et de manutention; même si je garde toute la collection, je peux ne payer qu'un album par mois. Je peux retourner n'importe quel album dans un délai de 10 jours — à vos frais — et ne rien vous devoir pour les albums retournés. Il est entendu que je peux annuler ce programme éducatif en n'importe quel temps, et même tout de suite après avoir reçu l'album gratuit; après ma demande d'annulation, vous ne me ferez parvenir aucun autre album.

NOM

(Lettres moulées, S.V.P.)

ADRESSE

APP.

VILLE

PROVINCE

CODE POSTAL

SIGNATURE DES PARENTS

CO-11

postez dès aujourd'hui N'ENVOYEZ PAS D'ARGENT!

Correspondance-réponse d'affaires

Se poste sans timbre au Canada

Le port sera payé par

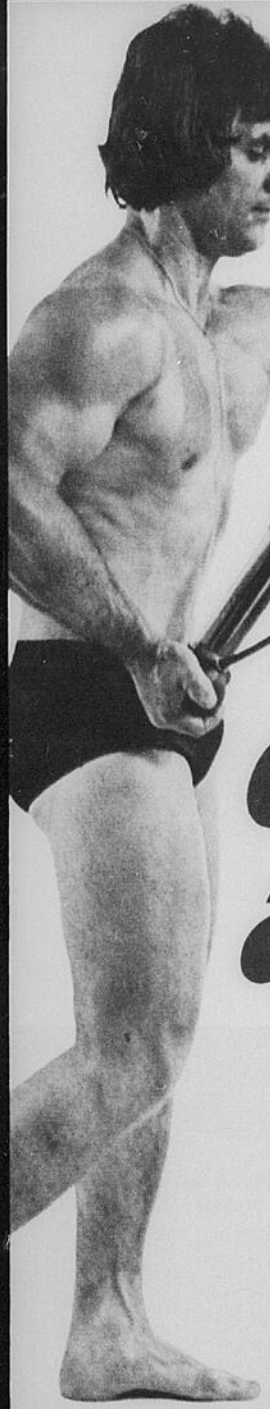


Entreprises Grolier
2405, Chemin Duncan,
Montréal, Québec
H4P 2A3

Gardez ce talon
pour vos dossiers

J'AIMERAIS CONNAÎTRE
66 sujets passionnants...
66 volumes instructifs...
en 23 albums superbes.

Index et guide pour les parents. Les bébés animaux. Les sons que nous entendons. La lune, le soleil et les étoiles. Les saisons. Les maisons des animaux. Les plantes de chez nous. Pierres et coquillages. Les petits esquimaux. Les abeilles. Les nombres. Les automobiles. Les chiens. La santé. Les expériences sur les plantes. Les baleines. Les animaux de la mer. Les expériences météorologiques. Les aéroports et les avions. Les bourgeons. Les éléphants. Les écoles. Les cartes. Les transports. La recherche de roches sur la lune. Les graines des arbres au printemps. Les indiens. Les policiers et les pompiers. Les maisons. Les outils. Le cirque. Les arbres. Les aimants et l'électricité. La protection. Les cours d'eau. La chimie. Les jungles. Les roches et les minéraux. Les animaux du petit étang. Les déserts. Les insectes. Les animaux de la ferme. Les ponts. Les oiseaux. Les bactéries. Ton corps et toi. Les reptiles. Les bateaux et les ports. Les cowboys. Les chevaux. ET BIEN D'AUTRES ENCORE.



- que vous ayez 15 ans ou 50 ans
- que vous soyez maigre ou ayez des pouces à perdre
- même si vous n'avez pas fait d'entraînement depuis des années

Gérald Desfossés
Monsieur Canada,
vous fait

une offre d'homme à homme

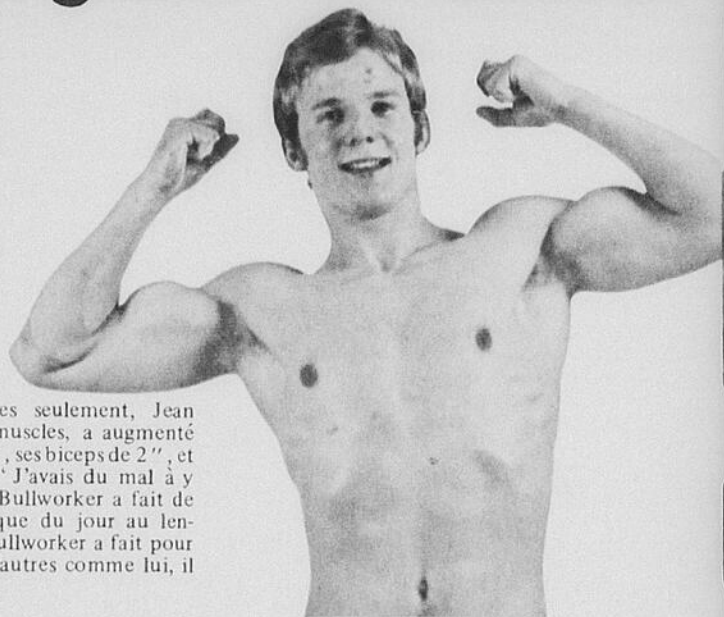
**AVANT PÂQUES, je
garantis vous remettre en
pleine forme - plus fort, plus
dynamique et plus vigou-
reux que jamais...**

sinon vous ne me devrez pas un cent !

le BULLWORKER transforme les "gringalets" en hommes



En quelques semaines seulement, Jean Frelin a pris 12 " de muscles, a augmenté son tour de torse de 4", ses biceps de 2", et ses cuisses de 1 1/2 ". " J'avais du mal à y croire, écrit Jean. Le Bullworker a fait de moi un homme presque du jour au lendemain." Ce que le Bullworker a fait pour Jean et des milliers d'autres comme lui, il peut le faire pour vous.



forgez-vous un corps musclé avant pâques

Entraînement facile, ne prend que 70 secondes par jour. Voyez les détails au verso.

Correspondance-réponse d'affaires

Se poste sans timbre au Canada

Le port sera payé par

SERVICE BULLWORKER

DEPT. FBW 1150
94 CROCKFORD BLVD.,
SCARBOROUGH, ONTARIO
M1R 4Z9

