

Le Canada en train de devenir une mosaïque ethnique

Des frictions raciales se développent au Canada

par CHARLES J. HANLEY

TORONTO (AP) — Des boutiques chinoises aux journaux grecs en passant par les marchés italiens et les concerts improvisés des Antillais tout, dans les rues de Toronto, montre que le Canada, pays largement ouvert aux immigrants, est en train de devenir une mosaïque ethnique.

Mais les pièces de cette mosaïque commencent à crisser les unes sur les autres. Des frictions raciales apparaissent en même temps que la diversité nouvelle dans ce vaste pays sous-peuplé et dont les habitants ont longtemps été fiers de leur tolérance et de leur non-violence.

Ces frictions ont fait récemment leur apparition sous forme de manifestations organisées par des Indiens contre des lois sur l'immigration considérées comme "racistes". Ces frictions sont également apparues dans des allégations de noirs contre des policiers, accusés de brutalités et de discrimination à leur encontre, dans le domaine de l'emploi et du logement et à l'occasion de l'émergence d'un mouvement de Ku Klux Klan, peu important, mais autour duquel a été fait beaucoup de bruit.

Ces frictions apparaissent le plus souvent dans des épithètes — comme "Paki" pour Pakistanais ou "Chink" pour Chinois — et dans des plaintes que l'on entend à propos de "cette nouvelle population", accusé de venir alourdir le système canadien. La crise économique actuelle et un marché de l'emploi plus qu'incertain ont aggravé ces antagonismes.

"Nous disons que si nous ne faisons rien pour faire face à la situation actuelle, nous risquons d'avoir une situation à l'anglaise", dit le dirigeant noir canadien Wilson Head, en faisant allusion aux émeutes de jeunes noirs de l'année dernière dans les villes britanniques.

Personne ne pense que ça arrivera, du moins pas rapidement. Au Canada, les non-blancs ne vivent pas concentrés dans des bidonvilles et ne souffrent pas d'un chômage massif, comme en Angleterre. Il n'empêche que le gouvernement d'Ottawa est inquiet.

Le ministre fédéral pour le Multiculturalisme, James Fleming, a déclaré, en juin dernier, que le gouvernement allait dépenser l'équivalent de \$2 millions à étudier les causes de l'intolérance raciale et à lancer un programme d'éducation sur le sujet.

Un récent sondage, organisé par le journal Toronto Star, a montré que 62 pour cent des habitants de Toronto estimaient avoir des préjugés racistes à certains égards, chiffre qui est en très forte augmentation. Le sondage indiquait également que 58 pour cent de la population de Toronto estimaient que le gouvernement devrait décourager l'immigration.

Immigrants

Les statistiques officielles canadiennes montrent que ce pays a accueilli, au cours de la période 1974-78, un immigrant pour trente résidents. En 1980, le Canada a reçu 143.117 immigrants.

Les origines de ces immigrants ont radicalement changé. Dans les années 1960, la majorité des immigrants étaient britanniques et 20 pour cent venaient des Antilles et d'Asie. Désormais, la majorité des immigrants viennent du tiers-monde et seulement 11 pour cent sont originaires de Grande-Bretagne.

En 1979-80, le Vietnam constituait le principal pays d'origine des immigrants et quelque 60.000 réfugiés vietnamiens s'installèrent dans les villes canadiennes. Il faut également citer les Indiens, les Philippins, les Haïtiens et les Jamaïcains, parmi les principales nationalités qui constituent les nouvelles immigrations.

La proportion de "nouveaux Canadiens" est difficile à évaluer sur une population totale de 24 millions d'habitants, dans la mesure où les recensements ne sont pas réactualisés. Mais, selon le service d'administration scolaire de Toronto, 27 pour cent des étudiants de cette ville sont non-blancs.

D'après le président de la Coalition nationale noire, M. Head, lui-même originaire de Georgie et installé au Canada depuis plus de 22 ans, les Antillais forment la majorité des 400.000 à 500.000 noirs canadiens.

M. Head, professeur de sociologie à l'Université de York, à Toronto, a déclaré, lors d'une récente interview, que "les préjugés et la ségrégation ne sont pas profondément ancrés au Canada, car vous n'avez pas (au Canada) un passé d'esclavage qui a existé aux États-Unis. Mais la situation économique, depuis la moitié des années 1970, a engendré beaucoup d'étroitesse d'esprit. Et l'on voit apparaître de la discrimination voilée ou non dissimulée".

Le taux de chômage canadien se situe à 8,6 pour cent. Certains mécontents affirment que les immigrants prennent les emplois des natifs canadiens.

Les problèmes raciaux n'ont pas fait la une des journaux avant que, il y a trois ans, la police de Toronto ne tue deux noirs au cours d'affaires différentes, déclenchant contre elle une campagne de protestation dans laquelle furent dénoncées des brutalités policières envers des personnes de couleur.

La Coalition nationale noire demande la création d'une commission civile puissante pour s'occuper des plaintes contre les agissements des membres de la police de Toronto, en grande majorité blancs.

Inquiétudes

Les noirs, les juifs ainsi que d'autres commu-

nautés se montrent inquiet à propos de la montée d'un Ku Klux Klan canadien, au cours des deux dernières années. Selon les autorités, l'organisation pour la suprématie blanche ne compterait que quelques douzaines de membres. En Colombie-Britannique, des domiciles d'Indiens ont été incendiés.

"Avec la crise économique, je pense que les gens cherchent un bouc émissaire et ce sont toujours les nouveaux arrivants, surtout s'ils ne sont pas de la même couleur", a déclaré Audi Dharmalingam, un assistant social, né en Inde et directeur du service d'aide à l'immigration indienne à Toronto.

Les Indiens ont commencé à prendre le chemin du militantisme il y a deux mois, quand le gouvernement fédéral a décidé d'interdire l'entrée du Canada aux Indiens qui ne seraient pas détenteurs de visas délivrés par les autorités consulaires canadiennes. Auparavant, les citoyens indiens pouvaient entrer librement au Canada, mais les autorités canadiennes ont déclaré que

des centaines de Sikhs, membres d'une minorité indienne, avaient abusé de la situation, car une fois arrivés au Canada, ces personnes demandaient l'asile politique.

Le mois dernier, lors d'une réunion à laquelle participait le ministre de l'Immigration, M. Axworthy, un militant indien lui cria: "Vous ne prenez que des réfugiés de pays tels que la Pologne, tandis que des gens meurent de faim dans les rues, en Afghanistan et en Inde".

Les Canadiens font de gros efforts pour que ces points de tension raciale ne viennent pas entacher la réputation du pays. La Commission des droits de l'homme a couvert les murs du métro de Toronto avec des affiches exaltant la diversité ethnique du Canada. La Fédération des Travailleurs de l'Ontario finance une campagne télévisée contre le racisme et le programme du ministre pour le Multiculturalisme dépense environ \$15 millions par an pour préserver l'héritage culturel de la plupart des quelque 70 groupes ethniques du Canada.

La St-Valentin pour lui dire... que votre amour grandit!



Jardinières Flirt avec violettes africaines

VOTRE CHOIX **9.99** ch.



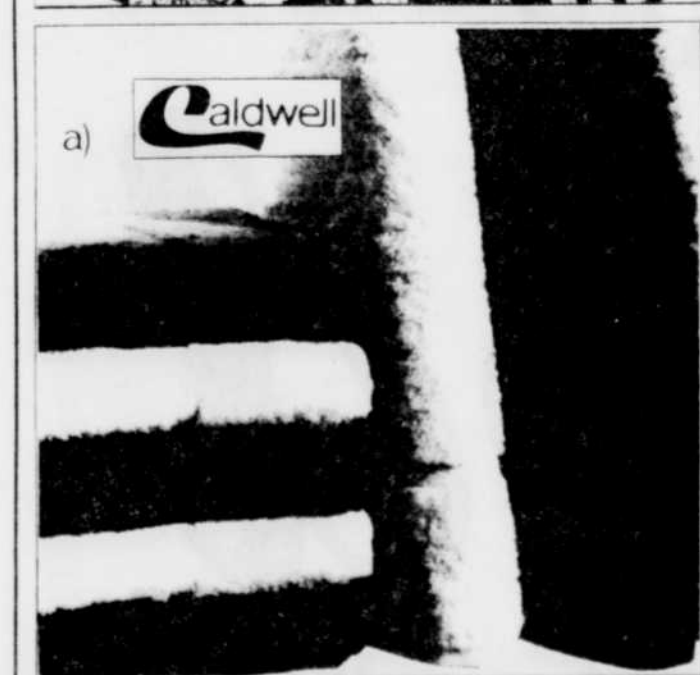
De riches plantes tropicales et des violettes africaines pour la St-Valentin — c'est le parfait cadeau à offrir à maman, grand-maman et même à la personne de votre cœur. Choisissez parmi notre vaste sélection de plantes tropicales à fleurs de couleurs variées. Elles sont offertes en pots de 7". Achetez maintenant pour plus de choix.

Vente DECORAMA DU FOYER du 10 au 27 Février



Ensembles de Douillettes assorties toutes grandeurs **\$69.99**

Enlisez votre décor de chambre à l'aide de ces attrayants ensembles de douillettes. Sélection fabuleuse de styles et couleurs. Chaque ensemble contient une douillette, jupe et taies d'oreiller assorties. Lavable à la machine.



a) Draps de Bain Caldwell \$19.99



b) ÉPARGNEZ \$11 Ensembles de Bain à 5 Pièces \$23.99

c) ÉPARGNEZ \$8 Rideaux de Douche Fairmont \$31.99

Plantes tropicales en pots de 4"

LEFOLIA

VOTRE CHOIX **1.49** ch.

Des pots de dimensions idéales pour rebords de fenêtres, comptoirs, étagères et là où une touche de vert serait agréable. Vaste sélection de belles plantes.

Plantes tropicales en pots de 6"

LEFOLIA

VOTRE CHOIX **5.99** ch.

Faites de votre foyer un jardin tropical frais et accueillant. Choix de dieffenbachia, marginata, schefflera, decora, spathiphyllum et yucca.

Jardinières modernes Flirt de dimensions populaires

A. 4-1/2"	Cour. 1.99	Solde 1.59 ch.
B. 5-1/2"	Cour. 2.99	Solde 2.49 ch.
C. 7"	Cour. 4.79	Solde 3.99 ch.

Jardinières basses ravissantes dans tout décor. Choix de 5 couleurs populaires: amande, rouille, marron, ocre ou brique. No 604-605-607

Vermiculite folia lite

ECONOMISEZ PLUS DE 25%

99¢ le pqt

Folia lite est très utile pour enraciner et mettre en pot. Couvre 300 pou. cu. No 427 Cour. 1.39

Terre d'empotage folia mix

ECONOMISEZ PLUS DE 25%

99¢ le pqt

Terre d'empotage pour les plantes d'intérieur. Pour 300 pouces cubes. No 401 Cour. 1.39

Pulvérisateur en plastique

ECONOMISEZ 20%

Solde **1.99** ch.

Pulvérisateur en plastique de 20 oz. à jet réglable. Cour. 2.49

Indicateur d'humidité

Mask-Rite

ECONOMISEZ PLUS DE 25%

Solde **4.88** ch.

Indique instantanément si vos plantes ont besoin d'arrosage. No 4111 Cour. 6.95

Engrais de qualité pour plantes

ECONOMISEZ 20%

Solde **1.99** la bout.

Engrais Vita-Grow formule "5-4-2" En bouteille de 110 g. Cour. 2.49

25% de Rabais Draperies Prêtes-à-Poser

Choisissez parmi une grande gamme de grandeurs et styles à prix réguliers dans toutes les dernières couleurs décoratives.

CARREFOUR TROIS-RIVIÈRES-OUEST 378-6484

Princesse Draperies · Tissus

Qualité · Valeur · Service · Convenance

IL Y A UNE SUCCURSALE PASCAL PRES DE CHEZ VOUS
4520, boul. ROYAL Tél.: 375- 7366
TROIS-RIVIÈRES-OUEST



CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'AU SAMEDI 20 FEV. LIVRAISON SANS FRAIS AVEC ACHAT DE 100.00\$ OU PLUS

Les communications des ambassades à Ottawa seraient régulièrement surveillées

par BARBARA GUNN
VANCOUVER (PC) — Les systèmes sophistiqués de surveillance électronique décrits dans le roman futuriste de George Orwell, 1984, existaient déjà, il y a une vingtaine d'années, déclare un ancien agent d'espionnage électronique des forces armées canadiennes. M. Larry Clark, qui a intercepté, transcrit et traduit des communications en provenance de Russie alors qu'il faisait partie du Système de radio des forces armées canadiennes à Inuvik, T.-N.-O., dit que les ap-

pareils d'écoute électronique sont tellement sensibles qu'on peut y capter les messages des répartiteurs de taxis en Union soviétique. "Il n'y a plus vraiment de vie privée, a déclaré M. Clark, au cours d'une interview. Quand un enfant (en Union soviétique) envoie un télégramme à sa mère à l'hôpital, nous le captions." M. Clark, âgé de 38 ans, habite maintenant Cloverdale, C.-B. Il a déclaré que les informations recueillies par les centaines d'agents qui travaillent à la base d'I-

nuvik sont envoyées au quartier général américain de l'Agence de sécurité nationale (une organisation super-secrète que très peu de gens connaissent) dans le Maryland, et au service de communications du Conseil national de recherches à Ottawa. M. Clark qui a écrit un roman de ses expériences dans ce domaine, (Doomsday Minus Four) a déclaré que les activités d'espionnage ont surtout de la valeur lors des vols effectués par l'agence américaine

dans l'espace aérien soviétique. Ces missions, effectuées dans des avions Hercules équipés de systèmes électroniques complets, ont pour but de vérifier le temps que les Soviétiques mettent à réagir. Elles ont lieu également quand les décodeurs américains ont de la difficulté à déchiffrer le système de radar soviétique en perpétuel changement. Un jeu mortel M. Clark dit que les vols de ce genre, qui ont lieu

trois ou quatre fois par semaine, sont repérés par le centre de contrôle soviétique, qui éventuellement les identifie comme hostiles et les chasse du territoire russe. "C'est un jeu très dangereux; beaucoup de gens ont perdu la vie de cette façon." Il a dit estimer que plus de 100 pilotes américains ont été tués ou capturés au cours de vols de ce genre, depuis 1960. Il dit que les espions dans chacun des quatre pays appartenant à la Communauté de communications secrètes (Communications Intelligence Community) — le Canada, les Etats-Unis, l'Angleterre et l'Australie — effectuent leur propre surveillance territoriale, et partagent ensuite entre eux le matériel recueilli. Le Canada, pour sa part, est chargé d'espionner l'Union soviétique.

Le phénomène de la "publicité sympathique" s'intensifie de nouveau

par Pierre BEAUREGARD

MONTREAL (PC) — Malgré la dramatisation, il y a quelques années, du phénomène de la publicité sympathique par la Commission d'enquête sur le crime organisé, une poignée d'aigrefins continue de s'enrichir annuellement de quelques millions de dollars grâce à cette fraude. "Cette activité s'accroche comme un véritable cancer", se plaint le capitaine-détective Yvon Labelle, officier commandant de la brigade des crimes contre la personne au Service de police de la Communauté urbaine de Montréal. Même si les menées frauduleuses de leurs dirigeants ont été exposées noir sur blanc par la CECO, insiste le policier, les mêmes organisations ont repris leur activité de plus belle parce que le public manque de la prudence la plus élémentaire et que les lois sont impuissantes.

Le procédé de la "publicité sympathique" consiste à exploiter les commerçants sans méfiance en les invitant à placer des annonces publicitaires dans des revues bidons de caractère philanthropique ou social. Prestige personnel Pour des raisons qui tiennent à la fois du besoin de prestige personnel et de la bonne volonté, les propriétaires d'établissements commerciaux acceptent ainsi de faire paraître leur réclame dans une quelconque publication souvent fausement associée à la police, aux pompiers, aux handicapés, à l'âge d'or, même au fisc. Pour ce faire, ils doivent verser des sommes variant entre \$25 et \$250 selon les dimensions de l'annonce. En apparence, tout est parfaitement en règle. Mais comme dans toute escroquerie, il y a un hic. "Il s'agit souvent de revues qui n'existent pour la forme, — quand elles existent réellement —, et leur tirage souvent insignifiant n'a que pour objectif de justifier la parution des annonces", explique le lieutenant Jacques Montreuil, de la Section des fraudes commerciales. En d'autres occasions, on imprimera réellement quelques milliers d'exemplaires de la publication douteuse, sans toutefois la distribuer comme les annonceurs sont en droit de s'y attendre. Il s'ensuit qu'un commerçant aura littéralement jeté son argent à l'eau en pensant soigner sa publicité ou son image.

Le téléphone Chargé de ce volumineux dossier, le sergent-détective Réal Vermette décrit le modus operandi des fraudeurs: "Leur outil par excellence est le téléphone... C'est aussi leur sauvegarde en ce qui nous concerne. Les fraudeurs savent fort bien qu'en sollicitant leurs clients au téléphone ils ne laissent aucune trace, aucune preuve." "Cette approche verbale et anonyme permet au vendeur d'agir sous de fausses représentations sans se faire coincer. Souvent, aussi, ils sont de véritables maîtres du sous-entendu. Ils s'arrangent pour que leur client lise entre les lignes et tire ses propres conclusions..." Si l'interlocuteur affirme représenter, par exemple, la "Revue sportive de l'impôt", le commerçant sollicité déduira probablement qu'il a affaire à un inspecteur du fisc et sera enclin à être conciliant.

En équipe Le travail s'effectue souvent en équipe: "Dans un premier temps, on vous sollicite par téléphone, puis un collecteur passe prendre l'argent". Le vendeur au téléphone et le collecteur touchent chacun une commission extrêmement généreuse, mais c'est en définitive l'"agence de publicité" qui empoche les gros sous. "Les agences de publicité sympathique incorporent des entreprises fictives et enregistrent le nom d'un journal... Souvent, la même organisation contrôle une dizaine de ces étranges revues". A l'époque de la CECO, le pseudo "Journal sportif de la police" aurait ainsi réalisé plus de \$1 million à lui seul. Aujourd'hui, cette publication existe encore. Les paroles s'envolent, les écrits restent... La police souhaiterait que les commerçants accrochent devant leur téléphone une copie de ce vieux proverbe: "Pour mettre des bâtons dans les roues des escrocs, il est capital de ne prendre aucun engagement par téléphone et d'exiger une rencontre en tête-à-tête." "Au moment d'une transaction, l'acheteur devra réclamer un contrat explicite soit couché sur papier". Il lui sera alors possible d'exercer un recours pour récupérer son argent s'il se croit lésé. Et une simple facture ne constitue pas un contrat...

Reuves légitimes Autre point capital: la police, les pompiers, les fonctionnaires gouvernementaux ou les oeuvres humanitaires ne sollicitent jamais d'annonces publicitaires par téléphone. Si des organismes ou leurs membres publient parfois des revues légitimes, leurs représentants dûment mandatés et identifiés n'ont pas recours à un quasi-anonymat pour rencontrer les commerçants. Dans le doute, il est préférable de s'abstenir ou de ne pas hésiter à communiquer avec la police. Si les policiers semblent devoir repartir à zéro malgré les efforts de la CECO, c'est que la loi est impuissante dans la majorité des cas. "La CECO avait formulé des recommandations, explique le sergent-détective Vermette, mais elles n'ont pas été appliquées par le législateur". Dans son rapport de 1978, la commission avait, entre autres mesures, proposé qu'il soit désormais interdit aux fonctionnaires, aux policiers, aux pompiers et aux membres d'autres corps publics de vendre de la publicité ou d'en faire vendre en leur nom. "La meilleure défense consiste donc encore pour les commerçants à ne pas accepter si facilement les représentations faites au téléphone par un parfait inconnu".



Sessions intensives sur la gestion d'entreprises pour vous

- qui possédez ou dirigez votre entreprise • qui dirigez une entreprise • qui êtes sur le point de vous lancer en affaires
- LA BANQUE FÉDÉRALE DE DÉVELOPPEMENT**
en collaboration avec
LA CHAMBRE DE COMMERCE DE CAP-DE-LA-MADELEINE
organise deux (2) séminaires de gestion sur la petite entreprise pour les propriétaires-dirigeants qui sont de plus en plus conscients de l'importance d'investir de leur temps pour apprendre des techniques administratives afin de réaliser de meilleures affaires.
- Les sujets traités seront les suivants:
24 février 1982: Notions de fiscalité (comment réduire vos impôts)
24 mars 1982: Stratégies de base pour un commerce de détail
- FRAIS D'INSCRIPTION:** 40\$ par personne pour chacun des séminaires. Ce prix comprend les frais d'inscription, café, repas et documentation.
- ENDROIT:** Sapin Bleu, 217 rue Thibreau, Cap-de-la-Madeleine, QC, de 8h15 à 16h30.
- RENSEIGNEMENTS:** Claudette Dessureault 375-1621
Une mini-calculatrice serait pratique pour ces journées.
- P.S.:** Non-remboursement du séminaire à moins d'en être avisé sept jours avant le début de la tenue de l'activité.

FORMULAIRE D'INSCRIPTION (SEMINAIRE A CAP-DE-LA-MADELEINE)

Veuillez remplir et retourner ce coupon, accompagné de votre chèque, à l'adresse ci-dessous. Prière d'établir votre chèque à l'ordre de la Banque Fédérale de Développement.

NOM _____ FONCTION: _____

ENTREPRISE: _____

ADRESSE: _____

CODE POSTAL: _____ TÉLÉPHONE: _____

Je/nous serai/ons présent (s) aux dates suivantes:

24 février 1982: _____ 24 mars 1982: _____

BANQUE FÉDÉRALE DE DÉVELOPPEMENT FEDERAL BUSINESS DEVELOPMENT BANK
1410 Des Cyprès, Trois-Rivières, QC G8Y 4S3 **Canada**

découvrez avec plaisir le **PAIN** original
DE PRÉPARATION SPECIALE

Hollywood



Son goût est excellent

Le pain Hollywood est fait d'un mélange unique de farine provenant de huit légumes différents, de blé concassé, de miel et de mélasse, et il est généreusement garni de graines de sésame. Mais ce qui importe aussi, c'est ce que le pain Hollywood ne contient pas! Le pain Hollywood n'est pas fait avec du sucre cristallisé, ni avec du shortening. Les fabricants du pain Hollywood sont heureux qu'à notre époque, l'on soit aussi conscient de la valeur nutritive des aliments que nous mangeons. Car depuis plus de quarante ans, le pain Hollywood donne ce qu'il a de mieux. Dégustez ce pain de préparation spéciale, finement tranché et délicieusement savoureux. Vous trouverez le pain Hollywood clair ou foncé et merveilleusement frais partout où l'on vend du bon pain.

fait de farine provenant de 8 légumes



Variez votre menu ...tout en économisant!

POUDING
saveurs variées
LAURA SECORD
paquet 4 btes de 142 g

1,29\$

CORNICHONS
pour tartines,
à l'aneth avec ou sans ail, à la polonaise
HABITANT
bocal 750 mL

1,39\$

PÂTES ALIMENTAIRES
macaroni long ou coupé,
spaghetti, spaghettini, vermicelle long,
CATELLI
bte 500 g

59¢



SAUCE POUR SANDWICHS CHAUDS bte 540 mL
SAUCE BARBECUE bte 398 mL
HABITANT

2/1,00\$

PÂTE DE TOMATES
CATELLI
bte 156 mL

2/89¢

SAUCE À LA VIANDE
pour spaghetti
CATELLI
cont. 398 mL

89¢

Les prix annoncés dans cette page sont en vigueur dans tous les magasins de vos maîtres épiciers Métro du lundi 8 février au samedi 13 février 1982 jusqu'à la fermeture des magasins. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Il est possible que certains articles ne soient plus disponibles. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.



OPTION METRO



Les prix c'est de

FESSE DE JAMBON
découennée, sans jarret, prêt-à-servir,
un bout ou l'autre
MARQUE MAISON

3,04 \$/kg
1,38 \$/lb

BROCOLI

Gr. 14
Produit des États-Unis

98¢

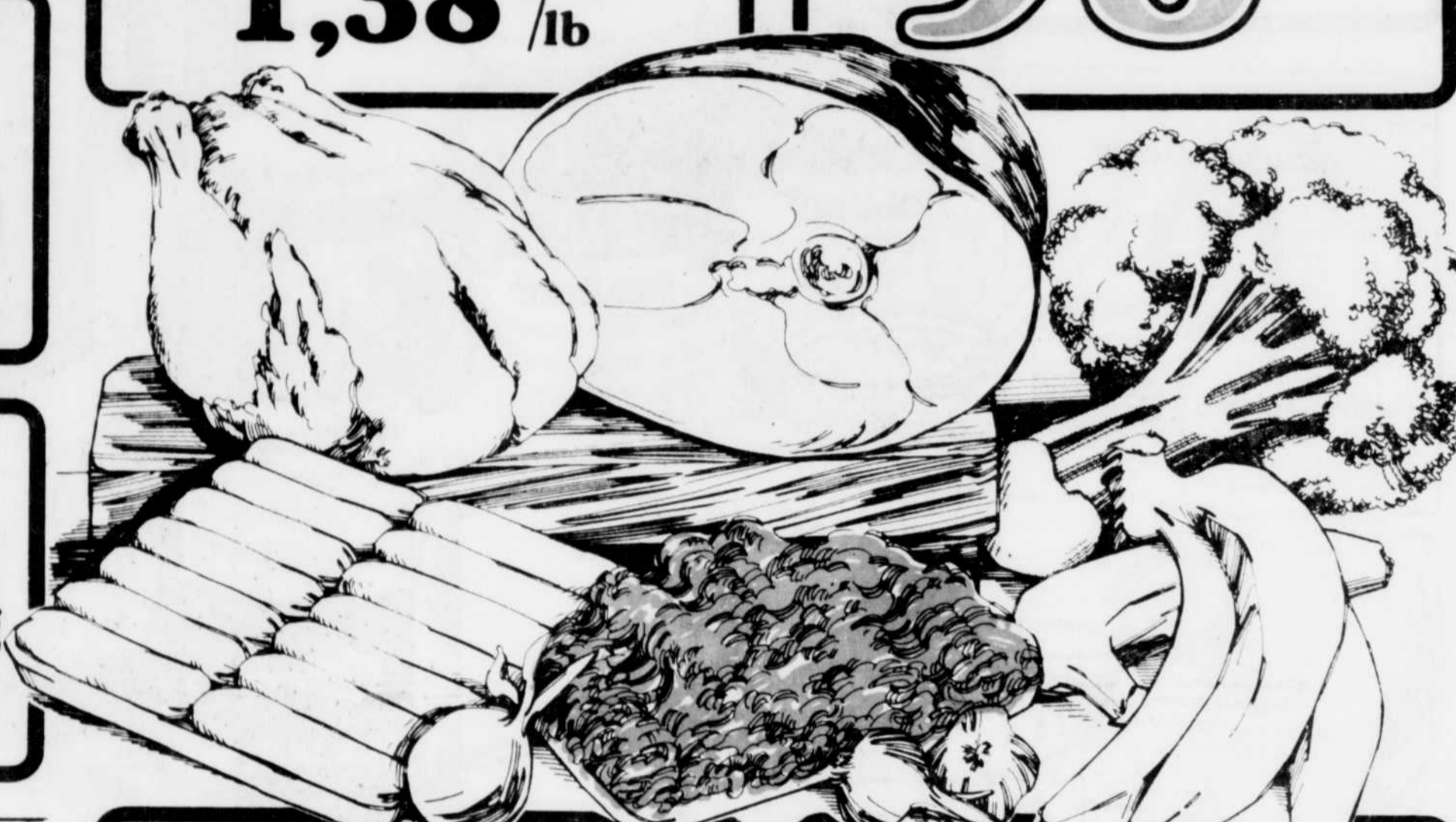
POULET SURGELÉ

Canada, Catégorie "Utilité"
moins de 2 kg (moins de 4 lb)

2,09 \$/kg
95¢/lb

SAUCISSES PORC/BOEUF
surgelées
MÉRITÉ

2,60 \$/kg
1,18 \$/lb



JAMBONNEAU OU CROUPE DE PORC FRAIS

JAMBON DÉOSSÉ
prêt-à-manger
LA FOURNÉE
1-1,5 kg (2-3 lb)

2,82 \$/kg **8,11 \$/kg**
1,28 \$/lb **3,68 \$/lb**

AIGLEFIN OU SOLE EN PÂTE
prêt-à-cuire, surgelé
BOOTH

SAUCISSON DE BOLOGNE
régulier ou ciré,
morceau 1 kg et plus
(2 lb et plus)
MARQUE MAISON

4,81 \$/kg **2,60 \$/kg**
2,18 \$/lb **1,18 \$/lb**

BOUDIN AU LAIT
MÉRITÉ

2,82 \$/kg
1,28 \$/lb

PÂTE AU SAUMON BILOPAGE
surgelé
450 g

2,48 \$

CRETONS BILOPAGE
275 g

1,98 \$

JAMBON CUIT
tranche
HYGRADE
175 g

1,78 \$

BOEUF FUMÉ
tranche
HYGRADE
4 env. de 57 g

2,48 \$

SAUCISSES FUMÉES
régulières ou tout boeuf
HYGRADE
454 g

1,78 \$

POUDING saveurs variées
LAURA SECORD
paquet 4 btes
de 142 g

1,29 \$

CORNICHONS
pour tartines,
à l'aneth avec ou sans ail,
à la polonaise
HABITANT
bocal 750 mL

1,39 \$

BOEUF HACHÉ RÉGULIER

2,82 \$/kg
1,28 \$/lb

SAUCISSON DE PEPPERONI
emballé sous vide
MARQUE MAISON

5,25 \$/kg
2,38 \$/lb

PAIN DE VIANDE DE PORC
morceau ou tranché
MARQUE MAISON

4,36 \$/kg
1,98 \$/lb

JAMBON MIGNON
désossé,
prêt-à-manger
HYGRADE

6,57 \$/kg
2,98 \$/lb

PÂTE EN CROÛTE
saveur pizza ou
à la viande, pré-cuit,
BILOPAGE
surgelé 300 g

1,19 \$

BANANES DOLE

Gros fruits Produit de l'Honduras

64¢/kg
29¢/lb

* La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Soyez assurés, chers clients, que dans le cas de ces denrées, les épiciers Métro ne ménagent aucun effort pour vous offrir variété et qualité à bon prix, tout au long des saisons.

POMMES ROUGES DÉLICIEUSE

Gr. 125
Produit des États-Unis
Cat. Canada
de l'antaisie

1,28 \$/kg
58¢/lb

PAMPLEMOUSSES BLANCS

Produit de la Floride
cello 5 lb (2,27 kg)

1,69 \$

RAISIN VERT PERLETTE
Importé du Chili
Cat. Canada
No 1

3,73 \$/kg
1,69 \$

CAROTTES

Produit du Canada
Cat. Canada
No 1
cello 5 lb (2,27 kg)

1,38 \$

ENDIVES

Produit du Québec

4,36 \$/kg
1,98 \$/lb

ORANGES SANS PÉPIN "NAVEL"

Gr. 88
Produit de la Californie

10/1,99 \$

PLANTES TROPICALES ASSORTIES

Pot 3"

ch 98¢

CRÈME À TARTINER

chocolat aux noisettes
NETELLA
cont. 367 g

2,79 \$

SAUCE À SALADE

MIRACLE WHIP
KRAFT
bocal 1 L

2,09 \$

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur dans tous les magasins de vos maîtres épiciers Métro du lundi 8 février. Il est possible que certains articles ne soient plus disponibles. Si un article venait à manquer.



On connaît not'monde!

de l'Option Métro hors l'ordinaire

OPTION MÉTRO

BOISSON AUX FRUITS
saveurs variées,
FBI
bouteille 1,8 L

98¢

MÉLANGE À GÂTEAU
saveurs variées
DUNCAN HINES
bte 520 g

95¢

EAU DE JAVEL CONCENTRÉE
MÉTRO
cont. 3,6 L

88¢

MARGARINE MOLLE
(disponible au Québec seulement)
MARQUE MAISON
cont. 454 g

59¢



FRITES
surgelées
julienne
régulières
**LÉS FERMES
CAVENDISH**
Sac de 907 g

79¢

«SINGLES»
préparation de fromage fondu
KRAFT
8 tranches
paquet
250 g

1,18\$

MOUTARDE PRÉPARÉE
SCHWARTZ
bocal 682 ml

89¢

BOISSON GAZEUSE
bouteilles consignées
7-UP
6,750 ml

2,99\$

CHOCOLAT
Smarties, Aero, Kit Kat, Coffee Crisp
ROWNTREE
Multipack
paquet
4 tablettes

1,09\$

CAFÉ INSTANTANÉ
**CHASE &
SANBORN**
bocal 283 g

4,69\$

SOUPE
saveurs variées
HABITANT
bte 398 mL

48¢

**ESSUIE-TOUT DE
PAPIER**
blanc, jaune,
KLEENEX

1,29\$

PAPIER HYGIÉNIQUE
blanc, jaune, amande,
FACELLE ROYALE
paquet
8 rouleaux

2,79\$

PURIFICATEUR D'AIR
arômes variés
**DOUBLE
FRAICHEUR**
cont. 25 g

1,19\$

CRÈME POUR LA PEAU
NIVEA
cont. 120 mL

2,09\$

**PURIFICATEUR
LYSOL**
cont. 350 g

2,69\$

BISCUITS
Feuille d'érable 350 g
Caprice 300 g
Social The 450 g
VIAU

1,29\$

PETITS GÂTEAUX
Jos Louis, 1/2 Lune vanille,
Mille-feuilles
VACHON
bte de 6

1,49\$

**MIEL LIQUIDE ou
BARATTE**
KRAFT
cont. 500 g

1,69\$

**SHORTENING
VÉGÉTAL
CRISCO**
bte 1,36 kg

2,49\$

HUILE VÉGÉTALE
CRISCO
bouteille
750 mL

1,39\$

CAFÉ MOULU
mouture à toutes fins
**MAXWELL
HOUSE**
sac 454 g

2,58\$

**FÈVES
AU LARD**
CLARK
cont. 540 mL

79¢

SACS À SANDWICH
GLAD
paquet 100

1,28\$

**DÉBOUCHE CONDUITS
LIQUIDE**
PLUMR
cont. 909 mL

1,59\$

ALIMENTS SURGELÉS

FILETS DE MORUE
BOOTH
Boîte de 454 g

1,98\$

GAUFRES ASSORTIES
AUNT JEMIMA
Boîte de 283 g

98¢

**MAÏS À GRAINS
ENTIERS**
NIBLETS
Boîte de 340 g

2/98¢

**JUS DE POMME
CONCENTRÉ**
ROUEMONT
355 mL

98¢

CÉRÉALES
Booberry, Cocoa
Puffs, Frankenberry
**GENERAL
MILLS**
bte 375 g

1,89\$

**FROMAGE CHEDDAR
FONDU**
VELVEETA KRAFT
paquet
8 tranches
250 g

1,38\$

GÂTEAUX ÉTAGÉS
chocolat, fraise,
citron, vanille
SARA LEE
Boîte de 369 g

99¢

PIZZAS 4 x 5
garnie Bte de 425 g
fromage pepperoni
Bte de 397 g
McCAIN

2,29\$

TARTES
pommes miettes
pommes
MRS SMITH
Boîte de 680 g

1,98\$

VINAIGRETTE
Française, Catalina,
Italienne Gold
KRAFT
bouteille
500 mL

1,59\$

CROUSTILLES
saveur régulière
ou Barbecue
YUM YUM
sac 400 g

1,69\$

FLOCONS DE JAMBON
saveur fumée
PURITAN
cont. 184 g

1,29\$

CÉRÉALES
QUAKER
LIFE
bte 550 g

1,39\$

RAGOUT
boeuf, irlandais,
poulet & dinde
CLARK
bte 425 g

1,19\$

YOGOURT
SILHOUETTE
cont. 500 g

99¢

nature
fruits assortis

1,09\$

**NOURRITURE SEMI-
HUMIDE POUR CHIENS**
KEN L
2 kg

3,69\$

**SERVIETTES
SANITAIRES**
sans ceinture
CONFIDETS
bte 30

3,29\$

**ADOUCISSEUR DE
TISSUS**
BOUNCE
bte 60 l

4,49\$

PÂTE DENTIFRICE
saveur régulière
ou menthe
CREST
tube 100 mL

1,29\$

**SHAMPOOING
HEAD &
SHOULDERS**
cont. 250 mL

2,49\$

PAPIER D'ALUMINIUM
ALCAN
rouleau 12" x
50'

1,89\$

**NOURRITURE POUR
CHATS**
saveurs variées
KAL KAN
bte 170 g

2/69¢

au samedi 13 février 1982 jusqu'à la fermeture des magasins. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.
n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands.





Chère Louise

Adressez votre correspondance à Chère Louise, Le Nouvelliste, 500 Saint-Georges, Trois-Rivières, G5A 5J6

Prothèses pour les seins

Je viens répondre à la dame qui se posait des questions sur les prothèses qui sont utilisées pour augmenter le volume des seins. J'ai subi cette opération, il y a maintenant huit ans. Pour moi, ce fut une réussite. Je n'ai pas trouvé cela douloureux, comme certaines le disent. En arrivant à la maison, après l'opération, j'ai repris ma besogne, un peu plus lentement, mais assez facilement et j'avais trois jeunes enfants. Mes seins sont souples et je n'ai eu aucun problème après l'opération. Ils sont aujourd'hui tels qu'ils étaient après l'opération.

Satisfaite

Je veux donner mon opinion à la dame qui se posait des questions sur les prothèses mammaires. Voici mon cas:

J'avais le cancer du sein et j'avais de petits seins. Il paraît que c'était un cas "idéal". Avec une mastectomie sous-cutanée, j'avais 90% de chances de m'en tirer. Alors, j'ai subi cette opération. On a vidé mes deux seins en me laissant l'enveloppe, on a gratté juste sous les bras. Ceci a été assez dur, mais ça se supporte.

J'étais plate, pire qu'un homme, car on aurait dit que ça faisait un creux. Moi, je n'étais pas bien dans ma peau. Environ huit mois plus tard, on m'a opérée pour me placer des prothèses. Ce n'est pas une grosse opération et ce n'est pas souffrant. Mes seins sont beaux et fermes. Personne ne peut penser que ce sont des prothèses. Vous pouvez y aller sans crainte. Ça va faire un an et je ne regrette rien.

T.B.V.

Merci à vous deux pour ces précieux renseignements. Il est inutile, je pense, de rappeler ici aux lectrices, qu'il n'y a pas deux cas semblables et qu'il vaut mieux se fier à son médecin plutôt qu'à sa voisine, même si des témoignages peuvent encourager les indécises.

Sucre à la crème

J'ai vu que vos lectrices étaient friandes de sucre à la crème, puisqu'elles ont donné dans votre courrier, quelques recettes. En voici une de plus et je vous assure qu'elle est délicieuse: 5 tasses de sucre, 1 tasse de sirop de blé d'Inde, 1/2 tasse de lait Eagle Brand, 1 tasse de lait, 1/2 livre de beurre. Cuire jusqu'à formation de boule molle, ajouter 12 gulguaimes et 1 cuillerée à thé de vanille. Laissez reposer 5 minutes et frottez au malaxeur tout en surveillant bien pour le déposer à temps dans un plat beurré.

Lectrice assidue

Vous me donnez le goût d'en manger! Merci pour cette recette que plusieurs vont sûrement apprécier.

Chef-d'œuvre inapprécié...

J'ai un artiste de trois ans qui a dessiné avec un crayon de cire bleu marine sur deux murs de bois ayant reçu une couche de varathane. Je n'ai pas réussi à effacer le chef-d'œuvre. Quelqu'un a-t-il une bonne recette-miracle?

Héliène

C'est un appel pressant à tous! Qui donnera la recette pour effacer le chef-d'œuvre?

Pour que votre jeune artiste ne recommence plus ces dégâts, pourquoi ne pas lui acheter des crayons de cire dont les traces se lavent facilement à l'eau et qui ne sont pas toxiques? Vous en trouverez dans plusieurs magasins.

Que c'est chouette!

J'ai remarqué que plusieurs de vos lecteurs vous demandaient l'origine de certaines expressions et que vous en donniez une réponse toujours très intéressante. A mon tour, je viens faire appel à vos connaissances pour m'éclairer sur l'origine d'une expression qu'on entend couramment. D'où vient l'expression: "Que c'est chouette"?

Henri

Dans l'ancienne langue, le verbe "choeter" signifiait faire le coquet, la coquette. On a donc parlé d'une femme chouette. Selon Littré, on disait aussi, au jeu de paume et on pourrait le dire au tennis, au ping-pong, etc. faire la chouette, quand on jouait seul contre deux adversaires, car la chouette, si elle sort de jour, est assaillie et poursuivie par les autres oiseaux.

La chouette n'est pas un oiseau anodin. Peut-être à cause de son air insolite et de ses moeurs nocturnes, sa réputation a beaucoup varié, au cours des âges. Naguère, oiseau de malheur, dont le cri étrange annonçait la mort de quelqu'un, elle était volontiers cloquée sur les portes de granges pour effacer les rongeurs. Chez les anciens Grecs, au contraire, elle était le symbole d'Athènes, parce que les chouettes, paraît-il, abondaient dans la ville. Elle fut donc dédiée à la déesse Athéna, Minerve, et à ce titre, tout a fait respectée.

plein air

On a peur de l'hiver?

par Jean-Paul ARSENAULT

Pour plusieurs encore, et c'est malheureux, l'hiver est synonyme d'éloignement du plein air. On s'enca-bane, quoi! Trop froid! Trop de vent! Trop de neige, bref, trop de tout et pas assez de goût de l'hiver pour sortir le goûter comme il le mérite. Car, il le mérite et comment donc!

Il neige à pleins? Eh bien, bravo! c'est le temps de chausser les mocassins ou les bottines de ski pour se gaver d'hiver sur planches ou raquettes. Rien de tel que cette avalanche de flocons pas encore souillés qui nous tombe dessus, recouvre et charge à bloc les arbres autour, teinte en flou les paysages qui défilent, à condition bien sûr de décoller de la maison et d'en profiter.

Une nécrose lui coûte \$13,000

MONTREAL (PC) — Un jeune homme de 27 ans, que ses parents avaient fait opérer une première fois, alors qu'il n'avait que sept ans, parce qu'il avait les oreilles particulièrement décollées, a obtenu des dommages de \$13,000 du spécialiste en chirurgie esthétique qui lui avait conseillé une seconde opération du genre, il y a quatre ans.

Cette fois, cependant, l'intervention chirurgicale avait eu des séquences pour le moins fâcheuses pour le patient qui n'avait pu re-

tourner au travail pendant plusieurs mois, tant la cicatrisation avait été lente et douloureuse, en provoquant par ailleurs diverses complications.

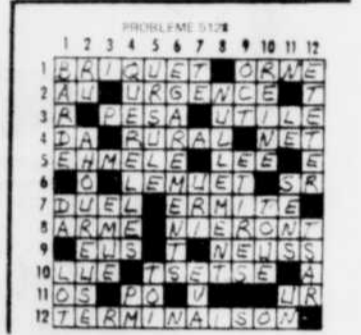
Tout en retenant certains des griefs formulés contre le médecin, auquel on réclamait tout d'abord \$77,000, le juge Yvon Jamin, de la cour supérieure, souligne que, de l'avis des experts, certaines des séquelles subies par le patient étaient excessivement rares et qu'on ne pouvait attribuer directement la faute au médecin. Et qu'elles

pouvaient survenir dans un cas sur 500, 600 ou peut-être même mille.

Par contre, le juge Jamin rejette la prétention de la défense à l'effet que le requérant aurait pu causer certains de ses malaises ou ennuis en "jouant avec ses pansements".

Et d'autant plus que certaines annotations à ce sujet n'ont été ajoutées qu'après coup.

Il en vient finalement à la conclusion que la cause la plus probable de la nécrose constatée a été une



assouplissant deux ou trois fois par semaine et de les imperméabiliser à l'aide d'un vaporisant. Attention cependant de ne pas utiliser seul le vaporisant, car celui-ci, tout comme de la vaseline d'aïllesurs, assèche le cuir et le rend cassant. Quant aux bottes suédées, il faut les nettoyer avec un mélange de trois parties d'eau pour une partie de vinaigre. Les traces de calcium ne résistent pas à ce mélange simple et peu coûteux.

Par ailleurs, qu'on frotte ses bottes consciencieusement toutes les semaines, on n'est pas pour autant assuré d'en prolonger la durée et d'en avoir pour son argent. Car, une semelle se décollera, un talon se cassera, un fermoir se détachera. Si le problème n'est pas plus grave, un bon cordonnier peut facilement redonner bonne allure aux bottes endommagées. La réparation coûtera peut-être entre \$8 et \$14, mais qu'est-ce que c'est à côté des \$100, \$200 et même \$400 que vous paieriez pour du neuf?

— 0 —

Pour la région Mauricie-Bois-Francs et Drummond
Vous avez des plaintes à formuler ou des informations à demander? Vous êtes invités à communiquer avec votre bureau de l'Office de la protection du consommateur, au 100 rue Laviolette, 2e étage, Trois-Rivières. Tél.: 374-2424.

— 0 —

Shawinigan: à CKSM
Tous les vendredis, écoutez notre représentant à l'émission "COMMENTAIRES-CONSOMMATION" de 12h10, qui traite de tous les problèmes de consommation.

HENRI

BLOONNETTE

GIGI

MANDRAKE

LEFANTOME

JULIE

HENRI AIME

QU'EST-CE QUE LE PLAT DU JOUR?

DU BOEUF BOUILLI SURPRISE.

ET AVEC QUOI LE PRÉPAREZ-VOUS?

AVEC DU BOEUF ABATI PAR SURPRISE.

Je vais te raconter tout ce que j'ai entendu.

Et je veux téléphoner une chose qui est vraie.

Personne à la maison, je vais devoir faire mon deuil sur ce pari.

Tangletfoot fut premier un bon moment, mais fatigué et fini, il a dû se contenter de la dernière place.

Maggie m'a sauvé de la ruine.

J'ai oublié que c'était un interurbain, je t'en prie excuse-moi.

Il n'y a rien à pardonner.

Théron, grand maître du collège de magie.

Théron, nous sommes venus aussi vite que nous avons pu. Votre épouse avait l'air urgent.

La première... je pensais que j'allais mourir. C'était vital de te voir avant.

La deuxième... le sort du plus grand pouvoir sur terre... ce cube de cristal.

Je suis content que nous n'ayons pas en tuer un seul.

En tentant d'attendre Héro... ces animaux affamés ont presque mangé cette poule.

Héro... beau garçon... le tont fait passer un mauvais moment. Tout est fini maintenant.

Arrêtés par le bruit des coups de feu... les chiens sauvages s'enfuient.

Où, Olivier, je suis. Presque certain qu'Eves Jones est ma petite-fille et ta cousine. Quoi?

Je suggère que tu réserves la décision sur cette matière, grand-père. J'ai d'autres développements à te raconter dans cette affaire.

Et M. Strawn veut te raconter Julie. Après tout il y a de bonnes chances que TOI AUSSI soit sa petite-fille.

Des bottes d'hiver, ça s'entretient et ça se répare

De nos jours, le prix des bottes d'hiver varie généralement entre \$100 et \$400, dépendamment de leur qualité. A ces prix-là, il vaut mieux essayer de leur faire traverser plusieurs hivers: le portefeuille en sera d'autant soulagé. C'est souvent par négligence ou par ignorance que nos bottes ne durent que le temps de quelques tempêtes. Pourtant, il semble qu'un bon entretien régulier peut venir à bout du tort que leur cause la neige mouillée, le gros sel et le calcium.

consommation

Responsable régional: Jacques Brochu

Pour prolonger l'existence des bottes de cuir, il suffit, selon le magazine PROTÉGEZ-VOUS du mois de novembre dernier, de les "nourrir" en appliquant un

horoscope

BELIER (21 mars - 20 avril) — Profession: Un retournement de situation pourrait vous être très nuisible si vous n'adoptez pas une attitude plus souple et plus ouverte. Attention: Vos rapports sentimentaux prennent une bonne voie. Santé: Bonne.

TAUREAU (21 avril - 20 mai) — Profession: Vous aurez l'impression d'être victime d'injustices diverses, modérez votre ressentiment et interrogez-vous sur votre part de responsabilités. Affection: Bonheur au foyer. Santé: Surveillez votre foie.

GEMEAUX (21 mai - 21 juin) — Profession: La situation est assez confuse et vous hésitez sur le parti à prendre, ne précipitez pas vos décisions, attendez un moment plus favorable. Affection: Ne vous laissez pas entraîner dans une aventure romantique. Santé: Bonne.

CANCER (22 juin - 22 juil.) — Profession: Vos finances bénéficient de certains événements inattendus, mais ne vous lancez pas tête baissée dans n'importe quelle affaire. Affection: Vos amis seront de bon conseil. Santé: Troubles respiratoires.

LION (23 juil. - 23 août) — Profession: Vous aurez l'occasion de prendre des contacts intéressants pour une action future mais vous ne devez rien attendre dans l'immédiat. Affection: Soyez plus tendre avec l'être cher. Santé: Bonne.

VIERGE (23 août - 22 sept.) — Profession: Votre acharnement vous permettra de venir à bout de tous vos problèmes mais n'effectuez pas de changements sans mûre réflexion. Affection: Les rapports de longue date se stabilisent. Santé: Bonne.

BALANCE (23 sept. - 22 oct.) — Profession: Vous éprouverez le besoin d'agir, de donner un nouvel élan à votre activité mais tout exige effort et application. Affection: Vos états d'âme et vos sautes d'humeur compliquent vos amours. Santé: Bonne.

SCORPION (23 oct. - 21 nov.) — Profession: Votre travail ne vous donnera pas toutes les satisfactions comme vous l'attendiez, dominez votre impatience et continuez dans la même voie. Affection: Acceptez les projets de votre partenaire. Santé: Bonne vitalité.

SAGITTAIRE (22 nov. - 20 déc.) — Profession: Ne rêvez pas de grandes conquêtes, gardez les pieds sur terre, votre travail en sera meilleur et plus rentable. Affection: Ne cherchez pas à dominer votre partenaire. Santé: Recherchez le calme.

CAPRICORNE (21 déc. - 19 janv.) — Profession: Vos perspectives sont bonnes mais vous devez vous méfier des alliances insolites, des accords aventureux ou troubles. Affection: Affrontez calmement les problèmes familiaux. Santé: N'abusez pas de vos forces.

VERSEAU (20 janv. - 18 fév.) — Profession: N'hésitez pas à engager le dialogue avec vos collaborateurs si quelque désaccord survient, vous trouverez un terrain d'entente. Affection: Soyez plus conciliant avec l'être cher. Santé: Bonne vitalité.

POISSONS (19 fév. - 20 mars) — Profession: Faites preuve d'application et de précision et ne vous laissez pas distraire par de trop nombreux projets. Affection: Vous vous sentirez désinvolte et plus entreprenant. Santé: Soignez-vous par les plantes.

PROBLEME 5129

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

HORIZONTALLEMENT

- 1-Pren. masc. - Mesure algérienne.
- 2-Année. - Ouvrage de maçonnerie (pl.). - Partie du corps humain.
- 3-Pron. pers. - Recu. - Sorte de siège.
- 4-Consacré. - Vend.
- 5-Inf. - Préfixe. - Manche de pinceau.
- 6-Que l'on prend à table. - Adv. de lieu.
- 7-Commandant en second sous Montcalm. - Différence du pied.
- 8-Récolte du vin. - Oiseau jaune.
- 9-Habitants. - Ecorce du chêne. - Bruit.
- 10-Situé. - Onguent qui a pour base la cire et l'huile. - Poss.
- 11-Conj. - Privées de chaleur.
- 12-Tête d'une tige de blé. - Qui réside actuellement.

VERTICALEMENT

- 1-Outil du barbier. - Boue.
- Sombre. - Borne.
- Préf. priv. - Attachées au mors du cheval.
- Chemin de ville. - Observe secrètement. - Conseil du roi.
- Non cuite. - Aviateur. - Ville d'Asie Mineure.
- Du verbe être. - Événement fortuit. - Maladie des os.
- Ce qui frappe l'oeil. - Pays.
- Troupe de chiens de chasse. - Div (anglais).
- Grande pièce. - Inférieur. - Saint.
- Propre aux oiseaux. - Célèbre paysagiste français.
- Animal domestique. - Propre au matin.

CONSULTEZ
NOTRE CAHIER
PUBLICITAIRE
ENCARTÉ DANS
VOTRE JOURNAL
LOCAL

LES SUPERMARCHÉS
PROVIGO



BACON DÉCOUENNÉ
ÉPAIS, ORDINAIRE OU SOUPÇON D'ÉRABLE,
MAPLE LEAF

EMB. DE 500 g **2²⁸**



SAUCISSES FUMÉES
ORDINAIRES OU TOUT BOEUF
MAPLE LEAF

EMB. DE 1 lb **1⁷⁸**



BOLOGNE MAPLE LEAF
ORDINAIRE OU CIRÉ
EN TRANCHES OU MORCEAUX

2⁸² kg **1²⁸** LB



SOC DE PORC FUMÉ
MAPLE LEAF

5⁹¹ kg **2⁶⁸** LB



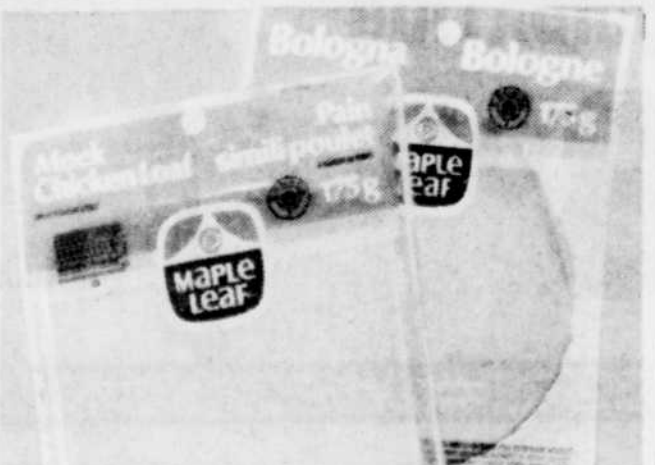
BÂTONNETS MAPLE LEAF
AU CHOIX

EMB. DE 250 g **1⁷⁸**



SAUCISSES PUR PORC
MAPLE LEAF

EMB. DE 500 g **2¹⁸**



VIANDES CUITES
EN TRANCHES, BOLOGNE, SIMILI POULET
VIANDE ET OLIVE, MAPLE LEAF

EMB. DE 175 g **1⁰⁸**



JAMBON CUIT
EN TRANCHES
MAPLE LEAF

EMB. DE 175 g **1⁴⁸**



ÉPAULE DE PORC FUMÉ
DÉOSSÉ
MAPLE LEAF

5⁰³ kg **2²⁸** LB



BOLOGNE EN TRANCHES
ORDINAIRE ET CIRÉ
MAPLE LEAF

EMB. DE 375 g **1⁸⁸**

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS!
SPÉCIAUX EN VIGUEUR JUSQU'AU SAMEDI 13 FÉVRIER 1982.

DANS LES SUPERMARCHÉS DU GRAND MONTRÉAL ET SA BANLIEUE, DES LAURENTIDES, DE TROIS RIVIÈRES ET DE L'ESTRIE,
LES PHOTOS DE CES PAGES NE SERVENT QU'À IDENTIFIER LES MARQUES DÉPOSÉES. LE TEXTE PRÉVAUT EN TOUTE OCCASION.

Les vertus thérapeutiques de l'huile de primevère reconnues par plusieurs hôpitaux

par AUSTIN RAND
TORONTO (PC) — Certains chercheurs, principalement en Grande-Bretagne, laissent entendre qu'un supplément nutritionnel disponible dans les magasins d'aliments naturels pourrait aider à alléger certains problèmes comme l'eczéma, l'arthrite, les niveaux élevés de cholestérol — et la gueule de bois.

Il s'agit d'une huile tirée de la primevère du soir, qui pousse à l'état sauvage dans les provinces maritimes et qu'on cultive dans certaines parties du monde, comme l'Inde.

La plupart des chercheurs nord-américains parlent prudemment des possibles vertus thérapeutiques de cette huile, mais le Dr David Horrobin, de Kentville, N.-E., la préconise énergiquement.

L'automne dernier, il avait organisé un colloque à Londres, pour discuter des résultats cliniques obtenus dans plusieurs hôpitaux britanniques où on a fait l'essai de l'huile de primevère pour un vaste assortiment de maladies.

Le Dr Horrobin, qui a immigré au Canada, de Grande-Bretagne, il y a cinq ans, n'est pas à sa première controverse. En 1980, il avait été congédié de l'université de Montréal où il travaillait à des recherches, pour avoir publié des données indiquant que le diazepam, un tranquillisant mieux connu au Canada sous le nom de Valium, favorisait la croissance de tumeurs chez les animaux de laboratoire.

Sujet à l'étude
 À l'époque, les affirmations du Dr Horrobin avaient été rejetées par le corps médical international, mais elles sont présentement à l'étude au ministère de la Santé et du Bien-être du Canada.

Les recherches sur l'huile de primevère sont basées sur l'hypothèse selon laquelle un grand nombre de personnes, bien nourries en apparence, souffrent possiblement d'une déficience d'un acide gras essentiel, qui peut se manifester par divers désordres et maladies chroniques.

Cependant, l'attitude générale du corps médical, c'est que les déficiences d'acide gras essentiel sont rares parce que ces éléments nutritifs — dont le plus important est l'acide linoléique — se trouvent en abondance dans les huiles végétales et dans beaucoup d'autres aliments.

Le Dr Horrobin a déclaré au cours d'une interview que la principale fonction de l'acide linoléique est de contribuer à la formation d'un autre acide gras essentiel appelé gamma-linolénique, ou GLA.

Le principal rôle de GLA, à son tour, serait de mener à la formation d'un régulateur à court terme de l'activité cellulaire, connu sous le nom de prostaglandine, ou PGE1.

Parmi les nombreuses fonctions du PGE1, il y a l'abaissement de la pression artérielle par la dilatation des vaisseaux sanguins; l'inhibition de la thrombose ou formation de caillots; le ralentissement de la prolifération anormale des cellules; le contrôle de l'inflammation et enfin l'inhibition de la production de cholestérol.

Le régime alimentaire
 Le Dr Horrobin dit que les tests indiquent que la conversion de l'acide linoléique en GLA est peut-être inhibée par la consommation de gras saturés; par l'absorption de gras artificiels qui se produisent quand les huiles végétales sont altérées par la transformation des aliments ou par une exposition prolongée à la chaleur, en enfin par la consommation modérée ou excessive d'alcool.

Il dit que l'inhibition de la production de GLA peut augmenter avec l'âge et peut mener à des troubles provenant d'une déficience d'acides gras essentiels ou de PGE1.

C'est là qu'interviendrait l'huile de primevère du soir. Le Dr Horrobin dit que, contrairement à de nombreux autres acides gras essentiels, le GLA n'existe que très élémentairement dans les aliments, sauf dans le lait humain et l'huile provenant de la graine de primevère du soir. Cette huile contient

environ neuf pour cent de GLA au poids.

Le Dr Horrobin dit que les recherches, qui consistent à ajouter de faibles quantités d'huile de primevère du soir aux régimes alimentaires, ont été centrées principalement dans quatre domaines: les troubles cardiaques qu'on sait être associés à l'insuffisance d'acides gras; les troubles féminins qu'on croit être reliés à un régime à haute teneur en graisses saturées; les maladies cutanées et les troubles du système nerveux central.

On a découvert que le GLA contenu dans l'huile de primevère contribuait à abaisser le niveau de cholestérol et à soulager les douleurs aux jambes résultant d'un flux sanguin insuffisant vers les muscles, a dit le Dr Horrobin.

Autres effets
 Il dit que les études effectuées dans les universités de Dundee et du pays de Galles, de même que celles de l'hôpital St. Thomas à Londres, ont démontré que le GLA a la propriété de réduire les nodules sur les seins, en plus de soulager les douleurs aux seins et autres symptômes physiques et mentaux que beaucoup de femmes connaissent à l'approche des menstruations.

On a également trouvé que l'eczéma pouvait être soulagé avec le GLA, dit le Dr Horrobin.

L'utilisation de GLA provenant de l'huile de primevère du soir, pour traiter les troubles du système nerveux central, comme la sclérose en plaques, a donné lieu à des controverses.

En Grande-Bretagne, un groupe de victimes de la sclérose en plaques a formé un groupe de pression qui préconise que toutes les victimes de cette maladie devraient prendre cette huile.

Aucun test clinique n'a

encore été réalisé sur l'utilisation de cette huile pour mettre fin à la gueule de bois, mais des études faites sur des animaux indiquent qu'elle diminue grandement les effets du manque d'alcool, d'ajouter le Dr Horrobin.

Experts sceptiques
 Le Dr Ralph Holman, professeur de biochimie à l'université du Minnesota et spécialiste des troubles du métabolisme, a déclaré: "L'hypothèse selon laquelle une déficience d'acide gamma-linolénique (PGE1) pourrait causer certains troubles est intéressante; nous avons l'intention de la mettre à l'épreuve dans des cas individuels."

Cependant il a exprimé des doutes sur le fait que l'addition de GLA au régime alimentaire puisse être bénéfique, sauf pour certains troubles spécifiques, et il a ajouté qu'on ne sait pas exactement quels peuvent être exactement

Capsules coûteuses
 L'huile de primevère du soir se vend au Canada sans ordonnance, principalement dans les magasins d'aliments naturels. Une bouteille de 100 capsules coûte plus de \$20.

Pour le moment, l'unique fournisseur de cette huile en quantités commerciales est une compagnie britannique, Bio-Oils.

Le Dr Horrobin dit que la station de recherches d'Agriculture Canada, dans la vallée d'Annapolis en Nouvelle-Écosse, étudie les méthodes qui permettraient d'en fabriquer en Amérique du Nord en quantités commerciales.

Le Dr Horrobin a créé la compagnie Efamol Research Inc. à Kentville, dans le but de distribuer des capsules d'huile de primevère du soir. Les autres distributeurs, entre autres, sont Swiss Herbal Remedies à Toronto et Floradix Products à Vancouver.

Nouveau procédé d'étude des électrocardiogrammes

MONTREAL (PC) — Les médecins de l'Hôpital Royal Victoria peuvent maintenant dépister, chez les patients ayant subi une attaque cardiaque, la possibilité d'une rechute, grâce à un nouveau procédé d'étude des électrocardiogrammes.

Ceux-ci ont longtemps été utilisés, dans le but de déterminer si le patient avait subi une attaque et de savoir affectée.

La nouvelle approche, explique le Dr James Nasmith, cardiologue membre de l'équipe de recherche du Royal Vic, consiste à utiliser les relevés électrocardiographiques pour dépister d'autres blocages artériels ou identifier le risque d'une nouvelle crise cardiaque.

"Nous pouvons maintenant nous occuper différemment du patient, dès son arrivée à l'hôpital," ajoute le Dr Nasmith, étant donné l'existence d'une batterie de traitements avérés, pour

autant que l'on puisse effectuer un diagnostic correct et prévoir d'autres affections possibles.

Le Dr Nasmith estime que cette procédure a été mise au point à la suite de l'analyse des électrocardiogrammes de patients ayant éprouvé une forme assez commune de malaise affectant la membrane inférieure du cœur.

L'électrocardiogramme démontrant presque instantanément que l'attaque a endommagé la membrane inférieure, les médecins tentent de repérer, dans d'autres régions de l'organe, des anomalies pouvant conduire à des problèmes subséquents.

Les malaises affectant la membrane inférieure du cœur sont généralement considérés comme relativement bénins, certains patients dont le cœur ne présente pas d'autres anomalies récupèrent bien.

Par contre, les prévisions sont beaucoup moins opti-

mistes dans le cas de ceux qui présentent également des anomalies à la membrane frontale du cœur.

Système de dépistage
 Grâce à certains signes identifiés par le blocage de différentes artères, les cardiologues du Royal Vic ont pu mettre au point un système de diagnostic fiable, ne requérant pas l'équipement sophistiqué que beaucoup de petits hôpitaux ne sont pas capables de se payer.

"Nous pouvons ainsi anticiper des problèmes, dans certains cas, avant que le patient ne se trouve en situation critique. Nous avons pu jeter un peu de lumière sur le mécanisme des attaques cardiaques. Avec les recherches effectuées dans d'autres centres, nous pourrions peut-être en arriver à déterminer pourquoi les gens subissent une attaque, non pas demain ni hier, mais aujourd'hui," conclut le Dr Nasmith.

SATISFACTION GARANTIE OU ARGENT REMIS

Bonaprix

STATIONNEMENT GRATUIT AUX CLIENTS
Master Charge et Charges

233, ST-ANTOINE TROIS-RIVIÈRES

Les illustrations ne correspondent pas toujours à la marchandise.

Heures d'ouverture: lundi, mardi, mercredi de 9h30 à 17h30; jeudi et vendredi 9h30 à 21h00; samedi de 9h30 à 17h00

LES TISSUS PRINTEMPS-ÉTÉ 1982

LES PLUS EN VOGUE POUR VOS ROBES DE TOILETTE ET TENUES SPORT

D'importants manufacturiers ont liquidé leurs balances de tissus à prix très spéciaux! BONAPRIX Y ÉTAIT! pour vous en faire profiter...

N'avez aucune crainte de comparer avec les tissus à \$4.95 à \$6.95 le mètre

\$2.49

le mètre

Au lieu de \$3.95 le mètre

IMPRIMÉS DE POLYESTER ET COTON ET POLYESTER/COTON SATINÉ POUR TENUES SPORT

45" de largeur. Prix d'économie pour la couturière

\$1.66

le mètre

Au lieu de \$19.95!

COSTUMES PRINTANIERS de tricot de coton-polyester

Choix de couleurs et styles. Offre spéciale pour le solde de février avant saison.

\$9.97

SOLDE AVANT SAISON

MANTEAUX TOUT CLIMAT POUR DAMES JR

Tailles Jr 5 à 13. Tout nouveau pour le printemps 1982. Faites votre choix parmi un ensemble remarquable de nouveaux styles, expressément conçus pour Bonaprix par un manufacturier canadien. Vous pourriez payer \$69 lorsqu'ils seront disponibles ailleurs!

\$47.97

SOLDE FINAL! ROBES POUR DAMES À SACRIFIER

UN SEUL BAS PRIX DE LIQUIDATION

\$8.00

Au lieu de \$8.95

PULLS POUR ADOLESCENTS ET DAMES JR

Acrylique brossé. Style: encolure en V. Produit canadien d'inspiration scandinave.

\$3.47

LIQUIDATION D'UN SURPLUS DE PRODUCTION!

JUPES de PRINTEMPS POUR DAMES

Tailles: 10 à 18. Flanelle de polyester-viscose d'excellente coupe; teintes printanières assorties. Si ce n'est été d'un achat spécial vous auriez payé \$22.

\$10.97