

3 juillet 1976 Vol. 18, No 27

perspectives

LE QUOTIDIEN

DU SAGUENAY-LAC ST-JEAN

LES OLYMPIADES
DE LA FORÊT
DE NULLE-PART
PAGE 8



UNE AMÉRIQUE FRANÇAISE

PENDANT QUE LES AMÉRICAINS FÊTENT LEUR BICENTENAIRE IL NE FAUT PAS OUBLIER QU'IL Y A 300 ANS QUÉBEC ÉTAIT LA CAPITALE D'UN IMMENSE EMPIRE QUI COMPRENAIT TOUT LE CENTRE DES FUTURS ÉTATS-UNIS, SOIT PLUS D'UNE QUINZAINES D'ÉTATS ACTUELS

PAR CLAUDE PAULETTE

Nos voisins américains ont entrepris l'an dernier (et poursuivront jusqu'en 1978) la commémoration des événements qui, il y a deux siècles, ont donné naissance à la république des États-Unis. Nous, Québécois, nous avons été impliqués dans cette histoire. Ceux qui l'ignoraient ont pu le constater, l'automne dernier, quand on a reconstitué l'invasion de Montgomery et d'Arnold. On nous a alors rappelé que tout le territoire, sauf Québec, a été occupé pendant six mois et ce, avec l'accord et même la collaboration non négligeable d'une partie de la population tant francophone qu'anglophone.

Mais savons-nous qu'en cette période de 1770-1780 nous, Québécois, étions en mesure de commémorer le centenaire de notre établissement sur le territoire des États-Unis? C'est, en effet, un siècle avant la guerre d'Indépendance que les habitants de la Nouvelle-France, après s'être assurés d'une base de départ sur les rives du Saint-Laurent, décidaient d'utiliser la grande voie d'eau pour pénétrer au cœur du continent nord-américain. Et, en treize courtes années, malgré des distances immenses, des moyens réduits et des difficultés incroyables, Français établis ici et Québécois de naissance vont reconnaître et cartographier tout le centre de l'Amérique du Nord.

1669 — La Salle construit un fort à Niagara (New York)

1671 — A Sault-Sainte-Marie (Michigan) le sieur de Saint-Lusson prend possession du territoire des Grands Lacs

1673 — Louis Jolliet, né à Québec, avec le jésuite Marquette, explore le lac Michigan puis découvre le Mississippi jusqu'à l'Arkansas

1678 — Du Lhut se rend jusqu'au fond du lac Supérieur

1679 — La Salle établit des forts dont Miami (Saint-Joseph, Michigan) et Crèvecoeur (Peoria, Illinois)

1680 — Le récollet Hennepin atteint la chute Saint-Antoine (Saint-Paul, Minnesota), puis la source du Mississippi

1681 — La Salle descend le Mississippi jusqu'au Golfe du Mexique

1682 — La Salle prend possession de la Louisiane

Toujours plus loin

Pourtant, ces explorateurs n'étaient pas les premiers Français à pénétrer sur le territoire des États-Unis à partir de notre pays. Dès le début du XVIIe siècle — on cherchait le passage vers la mer de Cathay et les pays d'Asie — Champlain avait posé des jalons. Sa première habitation, il l'a d'ailleurs

établie, en 1604, sur un territoire aujourd'hui américain, à l'île Sainte-Croix (Maine), avant de se transporter à Port-Royal (Nouvelle-Ecosse). Et, dans les années suivantes, il a exploré et cartographié la côte atlantique, jusqu'à Cape Cod (Massachusetts); c'est à lui que l'île des Monts Déserts (Bar Harbor, Maine) doit son nom.

Puis, de Québec, en 1609, il est allé découvrir le lac Champlain (New York) et, en 1615, la partie de New York bordant le lac Ontario. La même année, sur ses instructions, Etienne Brûlé a découvert le lac Érié et visité l'Ohio. En 1634, Jean Nicolet, parti de Trois-Rivières, a pénétré jusqu'au fond du lac Michigan et il a été le premier à visiter le territoire du Wisconsin.

Si les années 1669-1682 sont les plus fécondes, la fièvre de la découverte n'abandonne pas les habitants de la vallée du Saint-Laurent.

Nicolas Perrot, en 1684, atterrit à la Baie Verte (Green Bay, Wisconsin). Dans les années suivantes, il construit plusieurs forts et occupe tout le Haut Mississippi. En 1699, le Montréalais Pierre Le Moine d'Iberville retrouve par la mer l'embouchure du Mississippi. En 1718, son frère, de Bienville, fondera La Nouvelle-Orléans.

Dans les décennies suivantes une série d'explorateurs: Saint-Denis, du Tisé, La Harpe, Bourmont, Mallet, Satren, Chapuis vont sillonner le territoire situé entre le Mississippi et les Rocheuses, jusqu'au Mexique. L'épopée sera couronnée par les La Vérendrye, de Trois-Rivières, qui, en 1743, s'enfonceront dans le Dakota du Sud et apercevront les premiers contre-forts des Rocheuses (Une plaque de

plomb, enterrée en 1743 et retrouvée en 1913 près de Pierre, Dakota du Sud, confirme cette expédition et la prise de possession du territoire).

Mais explorer ne suffit pas: si nos ancêtres ont poursuivi avec ténacité ces voyages c'était (encore un peu) pour trouver le passage vers la Chine mais, surtout, pour développer la traite des fourrures. Il fallait consolider la découverte, établir et protéger les routes commerciales. C'est à quoi vont s'employer les gouverneurs de Québec qui veulent organiser cet empire.

C'est ainsi que s'établit la route fortifiée, une chaîne de forts dont les garnisons seront constituées par le premier corps militaire formé au Québec, les Compagnies franches de la marine. On peut nommer facilement cinquante forts français sur le territoire des États-Unis, dont la plupart seront à l'origine de villes américaines.

Simultanément, et depuis les années 1670, les missionnaires, surtout les jésuites, se sont installés chez les Indiens. Auprès des forts, des missions, des postes de traite, les colons vont venir s'établir.

La colonisation

Quand on parle d'émigration vers les États-Unis, les Québécois songent d'abord, c'est évident, à la Nouvelle-Angleterre: c'est la plus importante de nos migrations (nous y avons perdu près de deux millions de citoyens en 100 ans) et elle est d'histoire récente (nous avons tous des cousins dans ces "petits Canadas" qui se sont implantés près des filatures du New-Hampshire, du Massachusetts, du Connecticut ou du Rhode-Island).

Ils songent peut-être ensuite aux Acadiens, arrachés à la Nouvelle-Ecosse en 1755 (environ 7 000) et qui se sont multipliés en Louisiane.

Ce sont, en effet, les deux seuls forts noyaux francophones d'origine canadienne qui subsistent aux États-Unis. Mais ce ne furent pas les premiers:

Suite page 4

Ci-dessous, l'église de Cahokia, dans l'Illinois, bâtie en colombage pierroté; plus bas, la maison Giroux, édiflée à Bonfils, au Missouri, d'après un modèle de France reproduit d'abord à Charlesbourg.





Cette carte de Nouvelle-France, publiée à Paris en 1682 et illustrant les découvertes que venaient tout juste d'accomplir Jolliet et de la Salle, ferait encore bonne figure, par sa précision relative, près des cartes modernes.

UNE AMÉRIQUE FRANÇAISE

c'est vers le centre des Etats-Unis que nos pères se sont d'abord dirigés. Regardez une carte: vous y verrez partout les noms français qu'ils ont donnés aux villages, aux montagnes, aux lacs et aux rivières.

Au début, l'Illinois est la plus importante zone de peuplement. Autour des forts, notamment le fameux fort de Chartres établi en 1718 par le Montréalais Pierre du Gué de Boisbriant, naissent les villages de Gahokia, Saint-Philippe, Prairie-du-Rocher, Kaskaskia. Cette région constitue la charnière entre la vallée du Mississippi et celle du Saint-Laurent. D'où l'importance stratégique du fort de Chartres que le lieutenant François Saucier de La Pocatière, va transformer, en 1753, en une puissante forteresse de pierre avec une garnison de 300 soldats des Compagnies de la marine.

En 1701 Lamothe-Cadillac a fondé Détroit, l'un des postes les plus importants de la Nouvelle-France et a commencé à y concéder des terres de trois arpents de front sur quarante de profondeur, comme le long du Saint-Laurent.

La Louisiane, elle, a plutôt été colonisée à partir de France (et par les Acadiens) mais certains villages sont d'origine québécoise, tel Natchitoches, établi en 1714 par Juchereau de Saint-Denis.

La ville de Vincennes (Indiana) fondée en 1732 a été ainsi nommée en l'honneur du Montréalais François Bissot de Vincennes (à 14 ans, il voyageait déjà avec son père). Elle se développa rapidement car elle commandait un chemin de raccourci entre le Saint-Laurent et le Mississippi.

Au Missouri où on exploite les premières mines en Amérique, c'est surtout autour de Sainte-Geneviève, fondée en 1735, que viennent s'établir les colons québécois au moment où s'épanouit le commerce des fourrures et où les voyageurs trouvent, à l'ouest du Mississippi, un territoire extrêmement favorable à la traite.

Le Michigan et le Wisconsin sont aussi parcourus en tous sens par des voyageurs venus de Montréal, qui finissent par y installer leurs familles.

Partout, les terres sont concédées en longues bandes étroites, à partir des cours d'eau (qui sont les voies de communication) comme dans la vallée du Saint-Laurent; les maisons sont construites en pièce sur pièce ou en colomage pierroté, comme chez nous.

Et c'est Montréal qui est la vraie

métropole de cet empire. Le voyageur est à l'emploi de marchands montréalais. Il est muni d'un billet de congé du gouverneur qui lui donne droit de conduire un canot de marchandises "chez les Sauvages" et d'en ramener des pelleteries. Son embarcation, un "rabaska", grand canot de 25 à 40 pieds de longueur (fabriqué dans la région de Trois-Rivières) peut transporter jusqu'à 3 000 livres. Ces voyages durent jusqu'à cinq mois, aller-retour.

Changement de drapeau

La chute de la Nouvelle-France et le traité de Paris, en 1763, n'arrêteront pas l'essor des colonies de langue

Calixa Lavallée, qui a écrit la musique d'"O Canada", en uniforme de l'armée nordiste des Etats-Unis, où il s'était enrôlé à 19 ans.



française. Parce que les liens avec le Saint-Laurent ne sont pas coupés, les régions limitrophes des Grands Lacs (les Etats d'Ohio, Michigan, Indiana, Illinois, Wisconsin) ne sont pas rattachées aux treize colonies de la Nouvelle-Angleterre. Après l'Acte de Québec, elles font partie de ce que l'Angleterre appellera la province de Québec. Le reste du territoire, l'immense Louisiane, évoluera lui aussi en paix jusqu'à ce que Napoléon le vende aux Etats-Unis en 1803.

Certains colons, pourtant, refusent la domination anglaise; peut-être craignent-ils de subir le sort des Acadiens de 1755. Ainsi Louis Blanchette quitte l'Illinois et va fonder Saint-Charles (Missouri). D'autres, avec la Clède, vont fonder la ville de Saint-Louis (Missouri), car, à l'ouest du Mississippi, c'est la Louisiane.

Le maintien des établissements repose aussi sur des impératifs économiques: Les marchands de Montréal parlent désormais l'anglais mais ils sont tout aussi intéressés que leur prédécesseurs francophones au maintien du commerce des pelleteries. N'est-ce pas pour s'emparer de cette richesse que la Nouvelle-Angleterre a tellement poussé la mère patrie à s'emparer du Saint-Laurent?

Et, sans les Québécois, voyageurs, commandants de postes, coureurs de bois, qui sont les seuls à connaître le pays, les marchands anglais ne peuvent rien. Les Indiens eux-mêmes acceptent mal les Britanniques qu'ils n'aiment pas et avec lesquels ils ne peuvent communiquer, car la langue de la traite, c'est le français (mêlé avec les dialectes indiens, il est vrai, comme le dialecte "Chinook", dans l'Orégon).

L'indépendance

C'est pendant la guerre d'Indépendance, en 1778, que les liens avec le Québec vont être tranchés. Grâce aux habitants francophones de la région qui, inspirés par le curé de Vincennes (Indiana), le Montréalais Pierre Gibault, épousent la cause des rebelles. Les treize colonies vont soudainement s'accroître d'un immense territoire situé entre les Grands Lacs et la Louisiane.

Souignons en passant que des Québécois ont aussi pris une modeste part à la guerre d'indépendance. Recrutés par Montgomery et Arnold pendant l'occupation de 1775, ils avaient suivi les Américains dans leur retraite et, lors de la capitulation des Anglais, à Yorktown, il y avait une brigade québécoise, commandée par le colonel Hazen, dans l'armée franco-américaine de Washington et Rochambeau.

Dans le nord-ouest américain, le commerce va changer de route. Les marchands de New York vont remplacer ceux de Montréal. Mais, eux non

plus, ne pourront pas se passer des spécialistes de la traite, les francophones.

Un historien américain, Burr, estime qu'en 1790, en dehors des treize colonies, il y avait, aux Etats-Unis, environ 70 000 francophones dont 40 000 dans les territoires du nord-ouest et au Vermont et 15 000 aux Illinois et dans les postes de l'Ouest. Ces 55 000 habitants étaient majoritairement de souche québécoise.

En 1797, la population de l'Ohio s'élevait à 5 000 habitants, dont la moitié de langue française.

En 1817, Détroit était une ville à majorité francophone.

Vers 1830, le Missouri vivait encore à la française. La ville de Saint-Louis, comme Sainte-Geneviève et Saint-Charles, n'avait aucunement subi l'influence américaine et la bourgeoisie était formée par les marchands de fourrure francophones.

En 1842, un Américain, Buckingham, décrit Vincennes (Indiana) comme une ville française, autant par son architecture que par les façons de vivre de ses habitants.

Dans le Wisconsin, en 1845, il y a encore 5 000 francophones et l'historienne Louise Kellogg parle d'une culture qui était déjà vieille de 140 ans dans cet Etat, une culture semblable à la nôtre, lorsque les Américains sont arrivés.

Howard Mumford Jones, dans *America and French Culture*, décrit ces petits villages, entourés de fermes d'un arpent sur quarante, alignées le long des cours d'eau. Les colons étaient agriculteurs, forgerons, charpentiers, chasseurs et commerçants. Le mode de vie était patriarcal. Les villages étaient jolis, bien ombragés, chaque maison distante de sa voisine d'environ 200 pieds. Elles étaient bâties en pièce sur pièce, les plus cossues ornées de larges vérandas. Leurs pièces étaient vastes. Les âtres, fenêtres et portes étaient entourés de moulures curieusement sculptées.

Cette civilisation paisible n'avait pas les moyens de résister au choc de la civilisation américaine. Les Américains francophones, au surplus, ne manifestaient généralement aucun intérêt pour les nouvelles façons de vivre qu'imposaient ces vagues de

Suite page 6



Belvedere
KING SIZE

ébleuissant!

Belvedere. Un goût d'aujourd'hui

Avis: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage — éviter d'inhaler.
Moy. par cigarette. Régulier: goudrons 15mg, nicotine 1.1mg. King: goudrons 17mg, nicotine 1.3mg.

colons et de commerçants qui déferlaient de l'est vers les Rocheuses.

Les fondateurs de villes

Mais il y eut de remarquables exceptions, car l'aventure ne s'est pas terminée là. Tout au long du XIXe siècle, dans l'histoire de la marche vers l'ouest, jusqu'au Pacifique, on rencontre à tout moment des noms français. Plusieurs de ces pionniers étaient d'ailleurs venus directement du Québec pour s'inscrire dans l'histoire des Etats-Unis en y fondant une ville (voir tableau ci-dessous).

Pierre Ménard est né à Saint-Antoine-sur-Richelieu. En 1768, il vient à Détroit, puis à Vincennes (Indiana) et à Kaskaskia (Illinois). Il organise le commerce des pelleteries, devient actionnaire de la "Saint-Louis Missouri Fur Company". Il entre en politique, devient juge et joue un rôle éminent dans le développement de l'Illinois: exploitation minière, organisation du transport fluvial et de l'immigration. En 1818, il sera le premier gouverneur de l'Etat de l'Illinois. Il a fait venir du Québec ses deux frères et son neveu,

Michel. Celui-ci va fonder Galveston (Texas).

Julien Dubuque, né en 1762 à Saint-Pierre-les-Becquets, est décrit par l'historien William Peterson comme un personnage exceptionnel, qui a fortement marqué l'histoire de l'Iowa. Mort à 45 ans, il avait notamment découvert et mis en exploitation un important gisement de plomb.

Jean-Baptiste Faribault, parti de Montréal en 1826, donne son nom à une ville au Minnesota; c'était, dit-on, un homme extraordinaire qui possédait un ascendant incroyable sur les Indiens.

Joseph Gervais, né à Maskinongé en 1777, est d'abord chasseur dans le Missouri et l'Arkansas. Puis, il part vers l'ouest et, en 1830, s'établit à Willamette (Ouilmet) dans l'Orégon, un village français ancien poste de la Compagnie de la baie d'Hudson. C'est lui qui planta les premiers pommiers qui font aujourd'hui la richesse de l'Orégon. Son domaine devint le centre d'un établissement français qui comptait 1 200 personnes.

Prudent Beaudry quitte Montréal en 1852 pour s'établir à Los Angeles (Californie). Heureux en affaires, il acquiert une partie des collines entourant la ville où s'élèveront les quartiers élégants comme Beverly Hills. Il crée la Compagnie de l'aqueduc et entreprend la culture d'arbres fruitiers dans ces terres désormais bien irriguées. La petite colonie francophone de Los Angeles est très active et, avec Beaudry, elle contribue fortement à l'amélioration des services et à l'embellissement de la ville. En 1871, Beaudry est élu au conseil municipal. Il jouit d'une très grande popularité et, trois ans plus tard, il sera maire de Los Angeles, pendant que son frère Jean-Louis sera maire de Montréal.

UNE AMÉRIQUE FRANÇAISE

Frémont

On ne peut terminer une histoire comme celle-ci sans parler du plus célèbre, de ce personnage presque légendaire dont au moins onze villes américaines, quatre comtés et un pic des Rocheuses (13 700 pieds) rappellent aujourd'hui le nom. Principal explorateur du centre-ouest des Etats-Unis entre 1840 et 1850, John-Charles Frémont était Américain, bien sûr, né

Le général John-Charles Frémont, le plus illustre des fils de Québécois émigrés outre-45e, conquérant et premier gouverneur de la Californie.



en Georgie en 1813, mais son père était d'origine québécoise. Sa famille avait habité ce magnifique édifice qu'on appelle aujourd'hui maison Chevalier, près de la place Royale, à Québec.

Lieutenant dans l'armée américaine, il entreprend, en 1838, l'exploration des prairies du nord-ouest. En 1842, il découvre la passe sud des Rocheuses qui deviendra la route de la ruée vers l'or. Il fera deux autres voyages d'exploration dans les Rocheuses où il verra la mort de près. Les équipes qui l'accompagnent sont formées d'anciens "voyageurs", presque tous francophones.

En 1846, lorsqu'éclate la guerre entre les Etats-Unis et le Mexique, il commande les troupes qui vont conquérir la Californie, dont il sera gouverneur. Puis, devenu sénateur, sa popularité le fera choisir comme premier candidat du parti républicain à la présidence des Etats-Unis, en 1856, vaincu par le démocrate Buchanan.

Général nordiste pendant la guerre de Sécession, il jouera également un rôle important dans le développement des chemins de fer. En 1878, il sera gouverneur de l'Arizona.

Trois cents ans après

Outre les noms français qui parsèment la géographie américaine, que reste-t-il aujourd'hui de cette passionnante aventure? En dehors des Etats de la Nouvelle-Angleterre et de la Louisiane, à peu près rien que des souvenirs. Beaucoup de monuments, de stèles, de plaques historiques; des institutions, anglophones, mais au vocable français comme les universités Marquette, à Milwaukee et Duquesne à Pittsburgh, Pennsylvanie; beaucoup de vieilles maisons de style québécois que l'on restaure et entretient à grands frais; des musées, d'innombrables sociétés historiques qui se font un point d'honneur de ressusciter le passé français de leur coin de pays.

Et parfois des initiatives touchantes, comme celle de madame Plouffe, maîtresse de poste à Cahokia (Illinois) qui dirige une chorale spécialisée dans le folklore français, les "Guilanneux" (au gui l'an neuf).

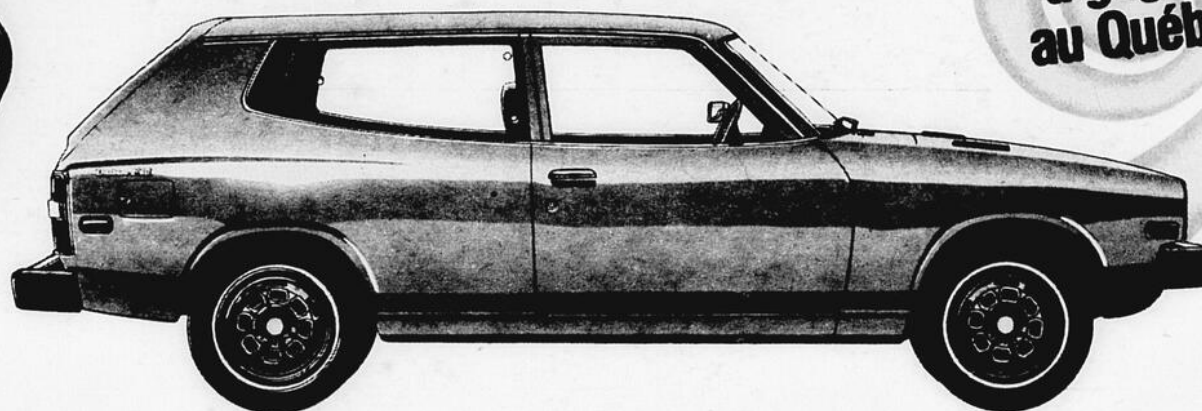
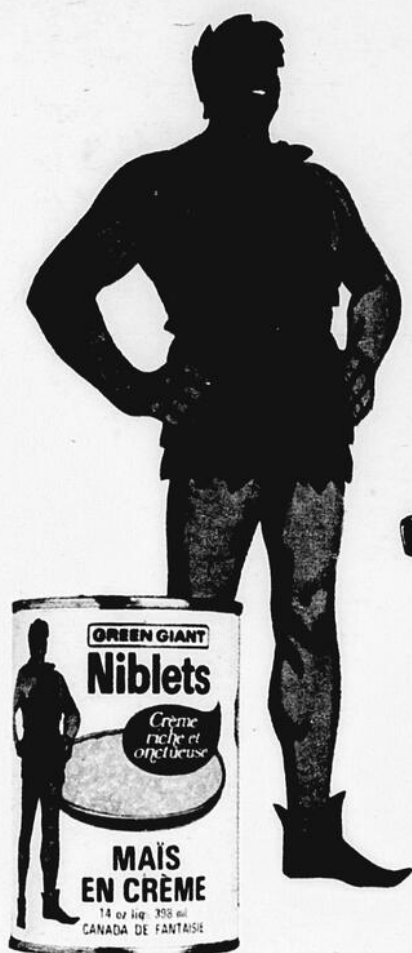
En fait, bien des Américains se souviennent de ce que nous, les Québécois, avons presque complètement oublié. La publication récente d'*Une Amérique française* de Jacques-D. Casanova et Armour Landry, par l'Editeur officiel du Québec et la Documentation française, nous donne l'occasion de nous rafraîchir la mémoire. ●

FONDATEURS DE VILLES VENUS DU QUÉBEC

Date	Nom	Origine	Ville fondée	Etat
1668	Jacques Marquette		Sault-Sainte-Marie	Michigan
1699	Iberville	Montréal	Biloxi	Mississippi
1701	Lamothe-Cadillac	Montréal	Détroit	Michigan
1702	Iberville et Bienville	Montréal	Mobile	Alabama
1713	Juchereau de Saint-Denis	Montréal	Natchitoches	Louisiane
1718	Bienville	Québec	Nouvelle-Orléans	Louisiane
1720	Dugué de Boisbriant	Montréal	Fort de Chartres	Illinois
1731-32	Bissot de Vincennes	Montréal	Vincennes	Indiana
1735	Colons de la Nouvelle-France	Montréal	Sainte-Geneviève	Missouri
1769	Louis Blanchette		Saint-Charles	Missouri
1778	Jean-Baptiste Mallet		Péoria	Illinois
1784	Colons du Québec	Montréal	Monroe	Michigan
1788	Julien Dubuque		Dubuque	Iowa
	Jacques Porlier	Saint-Pierre-les-Becquets	Green Bay	Wisconsin
1818	Salomon Juneau	Montréal	Milwaukee	Wisconsin
1826	Louis Campeau	L'Assomption	Grand Rapids	Michigan
1826	Joseph Robidou	Détroit	Saint-Joseph	Missouri
	Joseph Gervais	Saint-Louis (Miss.)	Gervais	Orégon
	François Payette	Louiseville	Payette	Idaho
1826	Jean-Baptiste Faribault		Faribault	Minnesota
1831	Joseph et Médard Tremblay	Berthier	Bay City	Michigan
1836	Michel Branamour Ménard		Galveston	Texas
1836	Antoine Leclair	Laprairie	Davenport	Iowa
1837	Noël Levasseur		Bourbonnais	Illinois
1843	Joseph Tremblay	Saint-Michel (Yamaska)	Bangor	Michigan

La crème de la crème de maïs

5
familiales
à gagner
au Québec.



Un concours du Géant Vert vous propose de gagner la crème de la crème des familiales la nouvelle F-10 de Datsun

Le Géant Vert (Green Giant*) ne perd jamais une occasion de faire des heureux. Cette fois, il lance le concours «crème de la crème» pour répandre le bon goût de sa crème de maïs Niblets*.

Elle est faite des plus beaux épis de maïs du pays. Et personne d'autre que le Géant ne cultive ces beaux épis aux grains longs, tendres et sucrés. Ils sont récoltés au meilleur de la moisson et cuits le même jour dans l'onctueuse crème

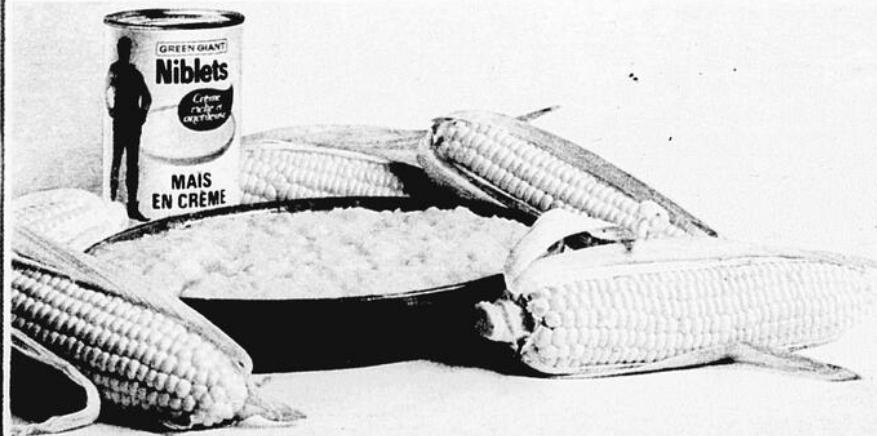
exclusive au Géant Vert.

En achetant la crème de maïs Niblets*, vous avez la chance de gagner la crème de la crème des voitures familiales. Cinq magnifiques F-10 à traction avant, de Datsun, sont offertes en prix à cinq gagnants du Québec. Ces voitures sont peintes en vert, couleur favorite du Géant.

Songez que la F-10 offre plus de 50 pieds cubes d'espace de chargement, et

qu'elle est mue par la nouvelle traction avant signée Datsun. Le vaste espace de chargement de la F-10 en fait le véhicule tout désigné pour le shopping, les excursions de week-end, ou les voyages. Et vous n'aurez pas un cent à dépenser pour les accessoires en option, puisqu'elle en est déjà équipée pour une valeur d'environ \$500*.

* Marques déposées de Green Giant of Canada Ltd., Windsor, Ontario.
* D'après les prix moyens proposés par les concurrents. Les prix peuvent changer sans préavis.

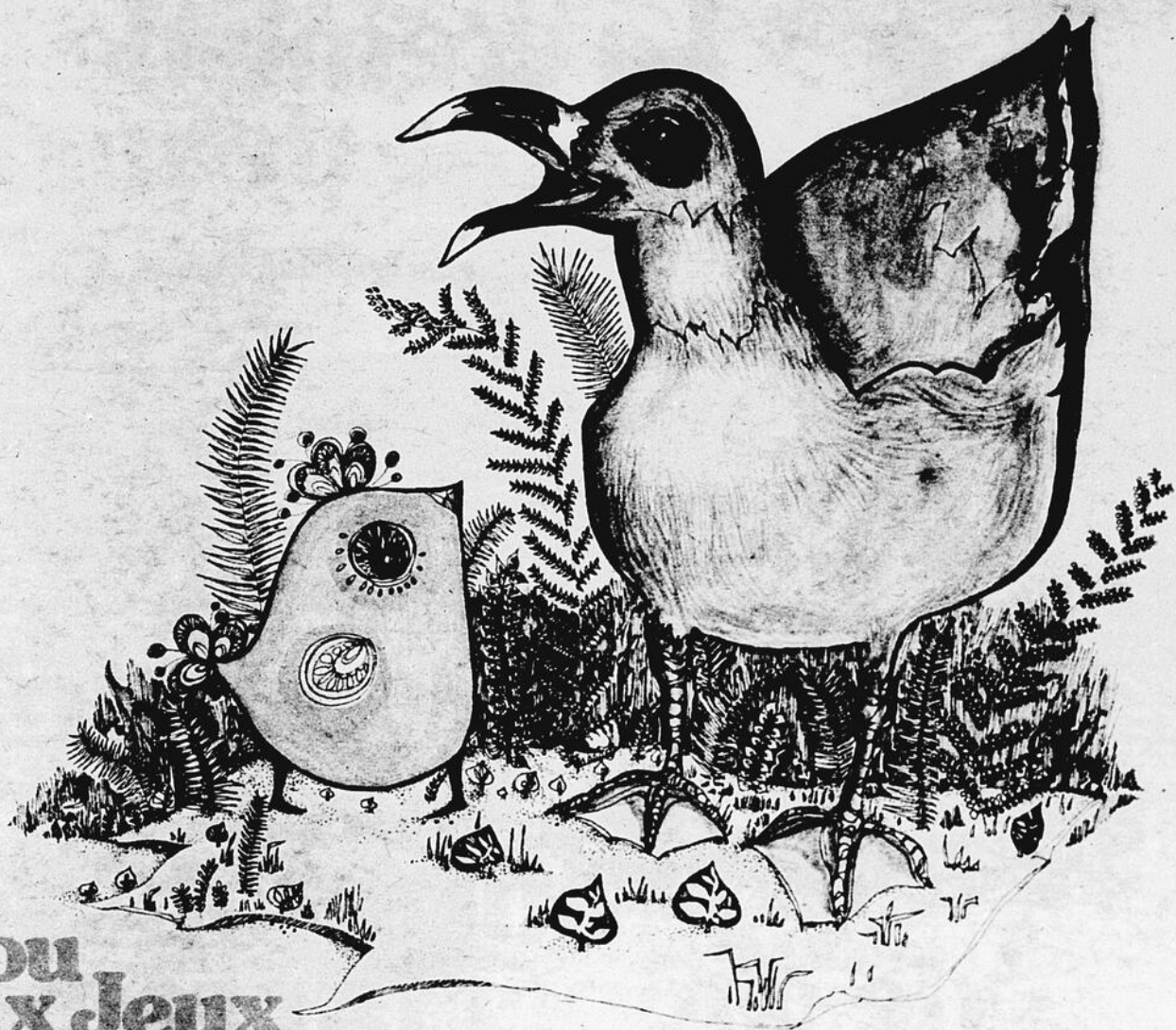


Pour prendre part au concours, vous n'avez qu'à envoyer deux étiquettes entières (ou fac-similés faits à la main, non reproduits à la machine) de maïs en crème Niblets de Green Giant, avec vos nom et adresse, à: **Concours - Crème de la crème - Case postale 9655 Saint-Jean, Nouveau-Brunswick, E2L 3C4**

Lisez toutes les règles du concours au verso des étiquettes, ainsi que sur les formules d'inscription que vous obtiendrez chez votre épicer. Ou faites-nous en la demande en écrivant à l'adresse ci-dessus.

Nom _____
Adresse _____
Ville _____ Province _____
Code postal _____ Telephone _____

Dernier jour d'inscription pour le 1er tirage: 16 juillet 76
Dernier jour d'inscription pour le 2e tirage: 20 août 76
Dernier jour d'inscription pour le 3e tirage: 17 septembre 76 (fin du concours)



Pitatou aux Jeux

Revenu de la visite en Gaspésie qu'il a faite dans le troisième album que lui avaient consacré les Editions Leméac, Pitatou va lui aussi assister à des jeux Olympiques. En effet, «les Merveilleux Oiseaux de la forêt de Nulle-Part» ont invité leurs confrères du monde entier à participer à des rencontres sportives, dans *Pitatou et les sports*, qui vient de paraître.

Et Pitatou est évidemment au premier rang des spectateurs en compagnie de ses amis Pitabelle, Pit-tout-court, Pitaclac, Pitatricot, Pitachouette, Pitapouf, pour ne citer que les principaux.

Grâce au talent de Louise Pomminville, nous assistons avec eux aux exploits de la frégate, le pélican, l'autruche, la sterne royale, le paon, la mouette à queue fourchue, la cane eider, le cormoran, le six-aigrettes, le kiwi (celui-là, il n'a pas d'ailes), la cigogne, la grue, le harle couronné.

Ce sont évidemment les jeux Olympiques de Montréal qui ont inspiré Louise Pomminville. Inutile de dire que les compétitions dans la forêt de Nulle-Part sont plus fantaisistes que celles qui attendent les athlètes au stade olympique.

Jacques de Roussan



Saint-Justin

Si vous ne la jugez pas
la meilleure,
nous vous rembourserons.

Afin d'obtenir un remboursement, postez l'étiquette de Saint-Justin accompagnée de l'étiquette de l'eau minérale que vous buvez habituellement à: l'Eau minérale Saint-Justin, case postale 940, succursale H, Montréal, Québec.
Le remboursement effectué est basé sur le prix de vente au détail maximum suggéré au détaillant. L'offre se termine le 30 juillet 1976.



Saint-Justin Essayez le format
d'un litre de Saint-Justin et épargnez 12¢

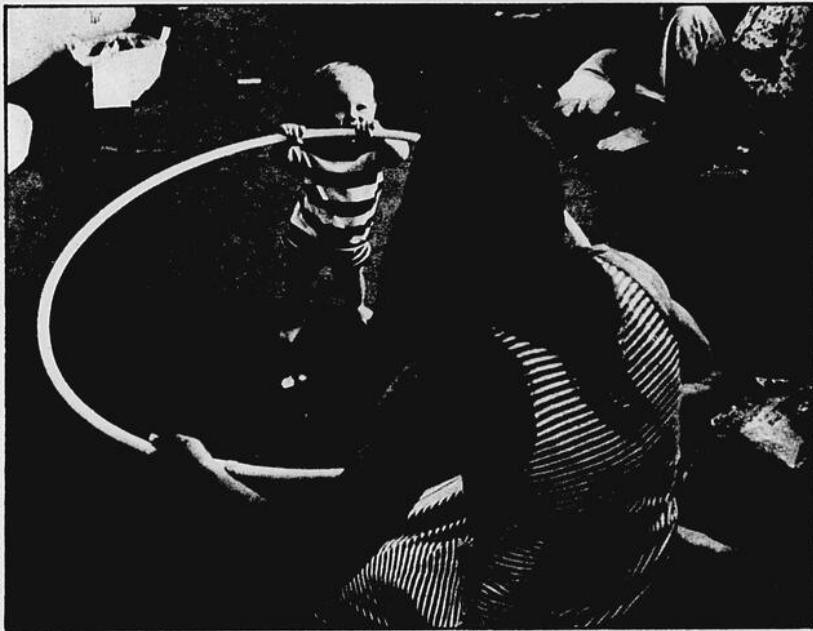


Au marchand: l'Office Général des Eaux Minérales Limitée vous remboursera 12¢ pour ce coupon, plus 5¢ pour frais de manutention. Veuillez le poster à Herbert A. Watts, Ltée., case postale 2140, Toronto, Ontario, M5W 1H1. Veuillez remplir l'espace prévu au no. 110 sur le bordereau de débit pour coupons. Toute autre demande de remboursement constitue une fraude. Les factures qui certifient l'achat d'un approvisionnement suffisant (effectué au cours des 21

derniers jours) pour justifier tous les coupons qui font l'objet d'un remboursement, devront être produites sur demande. Les coupons qui nous parviendront par l'entremise d'agences étrangères, courtiers ou autres n'étant pas distributeurs de Saint-Justin, ne seront pas acceptés et seront annulés, à moins que ces derniers aient reçu notre autorisation expresse de présenter ces demandes de remboursement. Cette offre pour le consommateur prend fin le 30 septembre 1976.

RS

PHOTOS DENIS PLAIN — PERSPECTIVES



Dans la grande photo à dr.,
des mères initient
leurs bébés à la natation,
au YMCA de Westmount; ci-contre,
de haut en bas: au moyen du cerceau,
une mère exerce son petit
à se tenir debout;
le Dr Cantlie (à genoux)
entraîne un poupon
à marcher à quatre pattes;
elle en fait tenir
un autre en équilibre sur
un gros ballon.



Se jeter à l'eau, POUR UN MEILLEUR DÉVELOPPEMENT MOTEUR, AFFECTIF
dès la naissance



Ils sont là, à plat ventre, à quatre pattes ou debout, gigotant, rampant ou esquissant leurs premiers pas. Des cris de joie, des balbutiements, certes, mais, phénomène étrange, je n'entends aucun pleur! D'autres têtent le sein maternel ou, repus, dorment sur les genoux de leur mère. Tandis que Sandra mange une pomme, que Luc tire sur la couche de Mona, que Guy grimpe à un rouleau, des femmes assises à l'indienne sur un immense tapis, un oeil sur leur bébé, écoutent les enseignements et conseils du Dr Hélène Cantlie touchant le développement moteur, affectif et intellectuel de l'enfant de 0 à 1 an.

Nous sommes dans une salle du Y.M.C.A. de Westmount où une quinzaine de mères assistent à ces cours tout à fait inusités. La série de cours comporte sept leçons divisées en quatre parties: une demi-heure de natation et une demi-heure d'exercices (pour les bébés), suivies d'une demi-heure de discussion et finalement d'une rencontre-dialogue entre le professeur et deux mamans. "Avec chacune d'entre elles, dit le Dr Cantlie, je revois l'histoire de la naissance et du développement de son bébé et, ensemble, nous explorons les forces et les faiblesses afin de développer cet enfant à son potentiel maximal. Plus tôt mères et enfants bénéficieront de ce programme, le mieux ce sera." Ainsi, à ma gauche, ce nourrisson qui dort dans un porte-bébé n'a que deux semaines. "Le cerveau se développe à une vitesse phénoménale, continue le Dr Cantlie. La moitié de son développement s'effectue avant que l'enfant ait six mois et on peut dire qu'à un an les deux tiers du développement de son cerveau sont déjà accomplis. D'où l'importance des stimulations — surtout tactiles — chez le bébé.

"Retournons avant la naissance, alors que l'enfant est encore dans le ventre de sa mère, et nous verrons que le mouvement, le toucher et l'ouïe sont les sens les plus stimulés. Chaque fois que la mère bouge, qu'elle se retourne, se penche, se couche, le fœtus est en mouvement et ses oreilles internes l'en avertissent, tandis que chaque fois que ses membres frottent contre la paroi de la matrice, il se touche lui-même. Le sens de l'ouïe est également développé: le fœtus entend constamment le bruit des intestins, celui du sang qui circule dans les gros vaisseaux, et la voix de sa mère. Par contre, les autres sens sont évidemment amoindris."

"Dès que l'enfant vient au monde, on le vêt de la tête aux pieds! C'est une grave erreur que de lui mettre un pyjama qui recouvre, jour et nuit, tout son corps et qui l'empêche de recevoir l'information lui venant de ses pieds, dit encore le Dr Cantlie. Pour que les différentes parties de son corps reçoivent une stimulation maximale, il est important que, lors de ses périodes de veille, l'enfant ne porte qu'une blouse et une couche. Dans les pays chauds où les enfants sont nus contre la mère presque toute la journée, on a remarqué chez eux un développement moteur beaucoup plus rapide que celui des enfants des autres pays." Selon le Dr Cantlie, l'enfant devrait être mis dans un porte-bébé — de préférence en avant du corps de la mère — le plus souvent possible durant les trois premiers mois de sa vie, car les stimulations kinesthésiques semblent être celles qui causent le plus d'intérêt chez le bébé. "Dans un porte-bébé, dit-elle, l'enfant se retrouve un peu comme dans le ventre de sa mère: il entend battre le coeur de sa mère, il sent ses mouvements et il ajuste la position de son corps à ces derniers. De plus, il a le plaisir de voir les différents paysages qui se déroulent devant ses yeux au fur et à mesure que sa mère se déplace. Les parents devraient aussi toucher, caresser le bébé et pianoter sur sa peau le plus souvent possible."

La musique serait par ailleurs un excellent moyen de stimuler le bébé. Le Dr Cantlie parle de ce disque, *Lullaby From The Womb*, actuellement sur le marché et qui reproduit les bruits que l'enfant entend à l'intérieur de la matrice, bruits qui sont ensuite combinés à de la musique. "Ces bruits, dit-elle, semblent calmer le bébé quand il est agité..."

"A partir de l'âge de trois mois, continue le Dr Cantlie, l'enfant devrait être mis à plat ventre (sur un tapis) fréquemment, même s'il proteste un peu. Les parents peuvent alors le flatter, se mettre à son niveau et lui montrer des choses intéressantes afin qu'il apprenne à soulever sa tête et à pousser avec

Suite page 12

Tout le monde y goûte.



Personne n'en revient!

Pas étonnant. Skippy est le beurre d'arachides le plus populaire. Pour faire Skippy, on n'utilise en effet que les meilleures arachides et on n'en prend que le meilleur. Toutes les peaux sont ôtées. On va même jusqu'à enlever la petite queue, au bout, car elle donne un goût aigre à l'arachide. Et le procédé de fabrication est l'un des plus raffinés qui soit. Par exemple, les arachides sont toutes sélectionnées électroniquement, une à une. Résultat? Quand on goûte à Skippy, on n'en revient pas.

Best Foods
Un nom à la hauteur.

SKIPPY
crèmeux et croquant,
le beurre d'arachides qui se vend le plus au monde.

Se jeter à l'eau, dès la naissance

ses mains." Selon elle, les petites chaises dans lesquelles le bébé, moitié assis, moitié-couché, ne fait aucun effort, son dos et sa tête étant supportés, sont à bannir. Le Dr Cantlie est également contre les marchettes et les jolly-jumper qui gardent peut-être les enfants tranquilles mais qui ne leur font aucun bien au point de vue moteur. "Quelle sorte d'apport sensoriel l'enfant reçoit-il dans un jolly-jumper? dit-elle. Peut-être un peu de ses orteils! L'horizon qui monte et qui descend d'une façon continue ne stimule pas tellement l'enfant. Le jolly-jumper ne développe pas les mouvements coordonnés chez le bébé et l'encourage à la station debout. Quant à la marchette, elle n'apprend pas à l'enfant à balancer son tronc et à avoir un bon équilibre de son corps. On devrait plutôt encourager le bébé à ramper, à marcher à quatre pattes, afin qu'il ait un apport sensoriel à la fois de ses mains, de ses jambes et de ses pieds. Lorsqu'un bébé rampe, se frotte les bras, les jambes sur le plancher, sent le tapis, en explore même la poussière, il développe le mouvement coordonné de ses mains et de ses pieds et d'importantes connexions se font alors au niveau de son cerveau. L'apport sensoriel est extraordinaire. Mettre un enfant dans une marchette, c'est le priver de toute l'expérience tactile qu'il aurait, laissé libre, par terre."

Selon le Dr Cantlie, mère et enfant devraient vivre fréquemment la merveilleuse expérience du bain pris en commun, dès que la région ombilicale est sèche. D'ailleurs, la demi-heure d'exercice aquatique au Y.C.M.A. semble être des plus profitables aux bébés. "Je n'essaie pas d'en faire des champions de natation, dit-elle. Tout ce que je souhaite, c'est qu'ils aiment l'eau, qu'ils y bougent librement et qu'ils apprennent à alterner leurs mouvements de pieds et de mains d'une façon coordonnée."

De leur côté, le rouleau et le ballon s'avèrent de merveilleux compléments de l'eau. Si les exercices sur le rouleau — on peut aussi se servir du corps de la mère — permettent des mouvements dans une direction unique tout en apprenant à l'enfant à se pencher en avant et à mettre ses mains devant lui pour parer à sa chute, les exercices sur le gros ballon lui apprennent à répondre d'une façon très flexible et agréable à des changements de direction.

Pour le Dr Cantlie, chaque enfant étant différent de son voisin et évoluant à son propre rythme, il n'y a pas d'exercices appropriés à tel stade de développement. "Je ne peux pas dire à telle mère: "Votre enfant ne rampe pas encore? Mais c'est épouvantable!" explique-t-elle. Elle parle ensuite d'une expérience heureuse tentée auprès d'un enfant dont le diagnostic à l'âge d'un mois révélait des dommages au cerveau. A la suite d'un programme de stimulation intensive, le bébé présente aujourd'hui, à 4 mois, un développement neurologique supérieur à celui d'autres enfants normaux qui n'ont pas bénéficié d'un tel programme. "J'avais suggéré à la mère de faire effectuer à son enfant les exercices décrits par Jeannine Lévis dans un excellent ouvrage: *l'Éveil du tout-petit. Gymnastique du premier âge*. Le neurologue s'est même étonné de la rapidité de développement de ce bébé", déclare toute heureuse le Dr Cantlie.

"En général, reprend-elle, les enfants qui ont fait les exercices dès la naissance sont différents du point de vue moteur et intellectuel des autres enfants. D'après les témoignages que je reçois, ces bébés sont heureux, explorateurs, bien développés aux points de vue musculaire et verbal (ils parlent tôt et bien). Si les enfants qui ont un développement marginal ou qui ont des problèmes neurologiques ont avantage à suivre ce programme de stimulation intense, les enfants normaux en retireront également d'innombrables bienfaits", ajoute-t-elle.

Parmi les sujets à l'étude lors des rencontres au Y.C.M.A., mentionnons le cours sur le conditionnement opérant où l'on apprend les principes de modification du comportement du bébé. Différents problèmes du comportement infantin y sont étudiés (la crise de nerfs, par exemple, ou le refus de dormir) de même que les moyens d'y remédier. On apprend aussi à la mère comment se détendre.

Le Dr Cantlie, médecin de famille, distribue ces leçons gratuitement. Sa seule récompense: le bonheur qu'elle ressent d'avoir contribué au développement de petits Québécois. "Le but de ce programme n'est pas de faire des champions ou des génies, tient-elle à préciser, mais d'amener l'enfant à son plein développement." ●

perspectives

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

Directeur de la rédaction
Pierre Gascon

Directeur adjoint
Jean Bouthillette

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
Michel Genest
France Lafond
Claude Robinson

Président

Jean Robert Bélanger
Vice-président
Paul-A. Audet
Secrétaire
Charles d'Amour
Trésorier
Guy Pépin

Représentant publicitaire

MagnaMedia Limitée
231, rue Saint-Jacques
Montréal H2Y 1M6
Tel. 282-2120

ISSN 0380-6790

La cigarette vous donne-t-elle des remords?



C'est tout probable.
Et au mieux, cela doit
vous arriver au moins
une fois par année.

Mais la conclusion
à laquelle vous arrivez
n'est pas facile à mettre
en pratique.

En ce cas, consolez-
vous: vous n'êtes pas le
seul dans cette situation.
Et c'est pour des milliers
de gens comme vous qu'on

a conçu la cigarette Vantage. La Vantage, c'est la cigarette pour les fumeurs qui prennent beaucoup de plaisir à fumer et un peu de temps pour y penser.

La Vantage vous offre toute la riche saveur des tabacs de Virginie. Et entre nous, c'est pour ça qu'on fume: la saveur. Mais ce qui rend la Vantage encore plus intéressante, c'est son filtre unique. Il laisse passer tout le goût que vous attendez d'une cigarette et ne filtre efficacement que ce qui doit être filtré.

La Vantage se fume bien: même si son filtre est très efficace, vous n'avez pas à faire d'effort à chaque bouffée. Vous n'avez qu'à savourer.

Une saveur riche, un filtre sans pareil et le plaisir de fumer qui reste intact: que demander de plus à une cigarette. Surtout quand on se pose des questions.

Vantage c'est peut-être la solution.

Essayez-en un paquet. Vous verrez bien.

Avis: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage—éviter d'inhaler. "Goudron" 11 mg, nicotine 0.8 mg.

PAR JEAN-MICHEL WYL

Il existe, sur la planète — et particulièrement au Québec — des petits bouts de femmes absolument extraordinaires. Ainsi Juliette Rochon, de Val-d'Or, qui, sans le vouloir, sans trop savoir pourquoi — et vous le comprendrez plus tard — risque fort de rapporter au Canada une médaille olympique en tir à l'arc.

Voilà.

Une légende m'avait toujours fasciné. Après dix ans d'absence, Ulysse rentre chez lui, habillé comme un gueux et seulement reconnu par son chien. Entre-temps, une flopée de prétendants tournent autour de la belle Pénélope et l'un d'entre eux en particulier, Antinoüs, voudrait quand même qu'on cesse de niaiser et qu'on passe aux actes. Pénélope laisse de côté son tricotage, va chercher l'arc de son époux et douze anneaux. Elle suggère que celui qui réussira à bander cet arc et à enfiler une flèche dans les douze anneaux deviendra son époux. Tous s'essaient et échouent, sauf ce mendiant que nul n'avait remarqué et qui, après, les "plante" un à un.

Parer un arc me semblait donc une tâche homérique. Et je regarde avec des yeux élargis — j'allais dire par l'horreur — ce petit bout de femme le faire. D'accord, c'est un arc pour femme: mais quand même!

Elle, elle a commencé comme ça, un beau matin, parce qu'il manquait quelqu'un dans une étiquette de quartier. Je me demande même si elle avait vu un arc avant ce jour-là: "J'ai fait de mon mieux, dit-elle, et j'ai trouvé ça plaisant!"

Cinq ans plus tard elle fait partie de l'Équipe canadienne et est considérée comme la seconde meilleure tireuse à l'arc du Canada, après Lucille Lessard.

Certes, on pourra toujours arguer que des deuxièmes-meilleurs, on en a nécessairement dans toutes les disciplines au Canada, sportives et autres. C'est très vrai. Sauf qu'il y a des deuxièmes-meilleurs qui le sont devenus après s'y être longuement préparés et qui avaient, dès le départ, la vocation de le devenir un jour.

Tandis que Juliette Rochon, sans doute dans la quarantaine, est mariée et mère de huit enfants. Elle fait aussi partie de ce qu'on appelle, au Québec, le monde ordinaire. Et elle me désarme. A cause de sa naïveté. Une vraie naïveté de gamine parvenue à cette étape floue où elle ne sait plus trop si le Père Noël, ça existe encore, ou si ce sont les parents qui mettent les cadeaux sous l'arbre.

Elle me dit, comme si elle me parlait de la pluie, que, l'an dernier, "un magasin de sport de Vancouver — je penserais plutôt qu'il s'agit d'autre chose en rapport avec l'Équipe canadienne — lui a offert toute une belle tenue de sport et que, l'année d'avant, elle

avait également reçu, d'un autre magasin de sport de Montréal, un beau vêtement de pluie et qu'elle était bien contente de tout ça..."

Parce qu'en somme quelque chose me tracassait, moi, grand profane de la chose sportive: devenir membre de l'Équipe canadienne, ça doit coûter des sous? ça doit demander du temps? ça doit grever le budget d'une famille de huit enfants? L'olympisme, au fond, il faut être riche, n'avoir que ça à faire, ou avoir un mécène.

Mais non. Il semble que, de temps en temps, on lui paie son déplacement. Qui? Elle hausse les épaules et me sourit avec ces yeux merveilleux qui sont peut-être les yeux qu'ont les grands champions tout simples. Ça doit être ça, des yeux de champion. Zatopek, Jazy, Doriola ou n'importe quel grand champion tout simple doit avoir ces yeux-là. Ce sont des yeux qui sourient. Mais ceux de Juliette Rochon,



DE VAL-D'OR AUX JEUX DE MONTRÉAL

Une championne toute simple: Juliette Rochon

ils ont quelque chose d'autre: ils sont renforcés au fond d'orbites bien dessinées. Ça leur donne, en plus, un regard perçant et particulier. Et quand elle bande son arc, qu'elle pose la corde sur la pointe de son nez, elle a cette attitude d'amazone, surtout avec ce regard qui, à soixante-dix mètres, se concentre sur une cible. Cible de laquelle dépend le succès ou l'échec.

Zing! La flèche est partie. Juliette Rochon laisse légèrement tomber son arc en avant. Et elle me sourit en haussant les épaules, encore une fois. Je la regarde et elle m'amuse. Je vous l'ai dit: comme une petite fille. La démonstration de tir à l'arc qu'elle fait pour le photographe, on dirait qu'elle nous fait ça, en vitesse, pendant que son souper cuit ou entre deux brassées de linge dans sa machine à laver.

J'en suis tombé à terre: cette petite bonne femme qui doit peser cent livres toute mouillée vient de donner un coup bas à l'idée que je me faisais des grands champions olympiques! S'il y en a des snobs, des compassés — il doit sans doute y en avoir — il y en a des comme elle dont l'art est tellement consommé que ce qu'ils font semble absolument facile.

Dans cinq minutes, deux de ses jeunes rentreront de l'école. Dans quelques semaines elle montera peut-être sur le podium de la gloire olympique.

Je vous l'ai dit: elle est tellement simple qu'elle n'a absolument aucune idée de la raison même des jeux Olympiques. Samothrace, c'est loin de Val-d'Or, et S'lympie encore plus. Et qu'il y avait un type qui s'appelait Zeus et qui était un peu Dieu sur les bords... ça la laisse entièrement froide! "A Cuba, le mois dernier, j'ai pu tirer à l'arc contre des Cubains." Elle m'a dit la même chose en me parlant de Prince-Albert, Oxford, Sacramento, Phoenix, Vancouver, Porto-Rico. Elle a, dans ces compétitions internationales, rencontré des champions de différents pays et même d'U.R.S.S. Elle a quand même gagné et ça ne la dérange pas. Les murs de son salon sont couverts — le mot n'est pas un cliché — de trophées, de médailles.

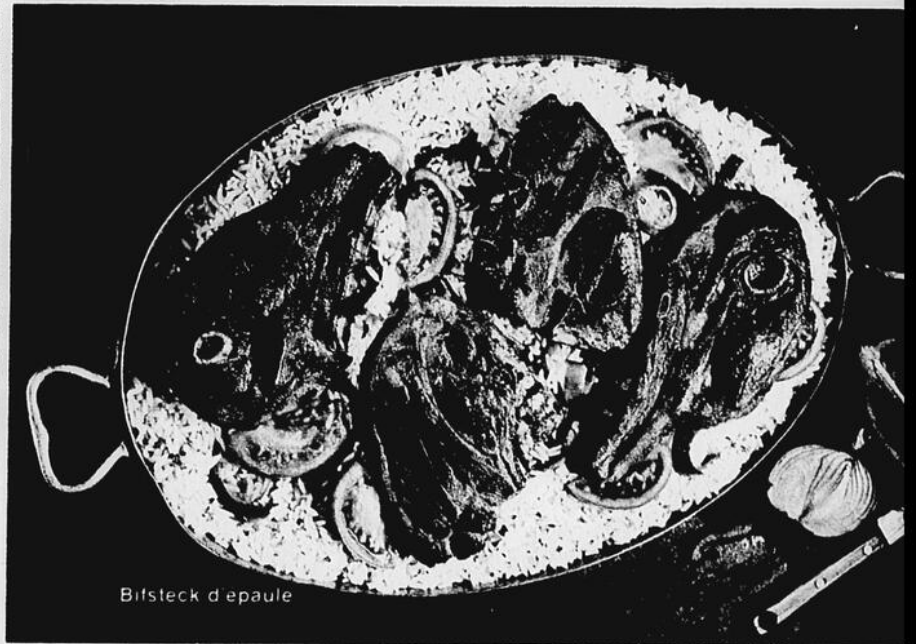
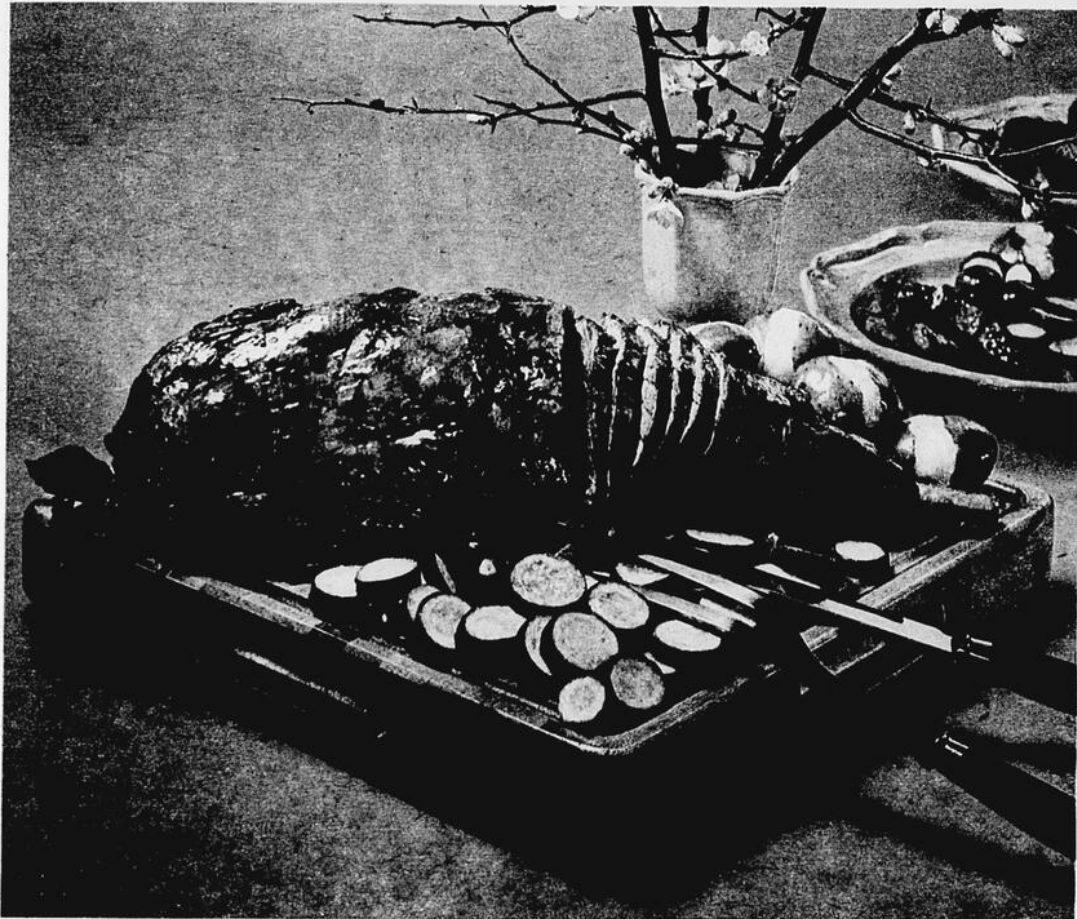
Je me dis: "Quand je pense qu'elle peut aussi bien débarquer, un beau matin, incognito, de l'autobus Montréal-Val-d'Or, avec une médaille d'or pendue au cou, rentrant vite chez elle parce qu'elle aurait un repassage ou une lessive à faire, ça fiche une sale coup aux grands principes: et on fait tant de chichi parce que les Canadiens, payés \$100 000 chacun avec, en plus, un compte de dépenses..."

La rue me semble un peu vide, moi qui n'ai jamais rien fait, moi qui n'ai pas les yeux bleus des champions et même pas une médaille de bonne conduite gagnée à l'école maternelle.

Hum! Quand même: je vous disais qu'il y a, sur la planète, et surtout au Québec, des petits bouts de femme pas mal extraordinaires! ●

AGNEAU du printemps de Nouvelle-Zélande

UNE VIANDE ROUGE TENDRE ET SAVOUREUSE. Congelé pour votre commodité. Facile à apprêter de nombreuses façons. Vous n'avez qu'à le faire rôtir, griller, frire ou au barbecue. Voyez comme c'est simple! Vous avez le choix d'agneau économique: gigot, bifsteck de gigot et d'épaule, côtelettes.



Bifsteck d'épaule



Côtelettes



Bifsteck de gigot

RECETTES D'AGNEAU GRATUITES:

Pour recevoir une brochure en couleur contenant de nombreuses recettes d'agneau, inscrivez vos nom et adresse sur le coupon ci-dessous et postez le au: Centre d'information sur l'agneau de la Nouvelle Zélande C.P. 1005, Succursale B, Toronto, Ontario, M5T 2T8

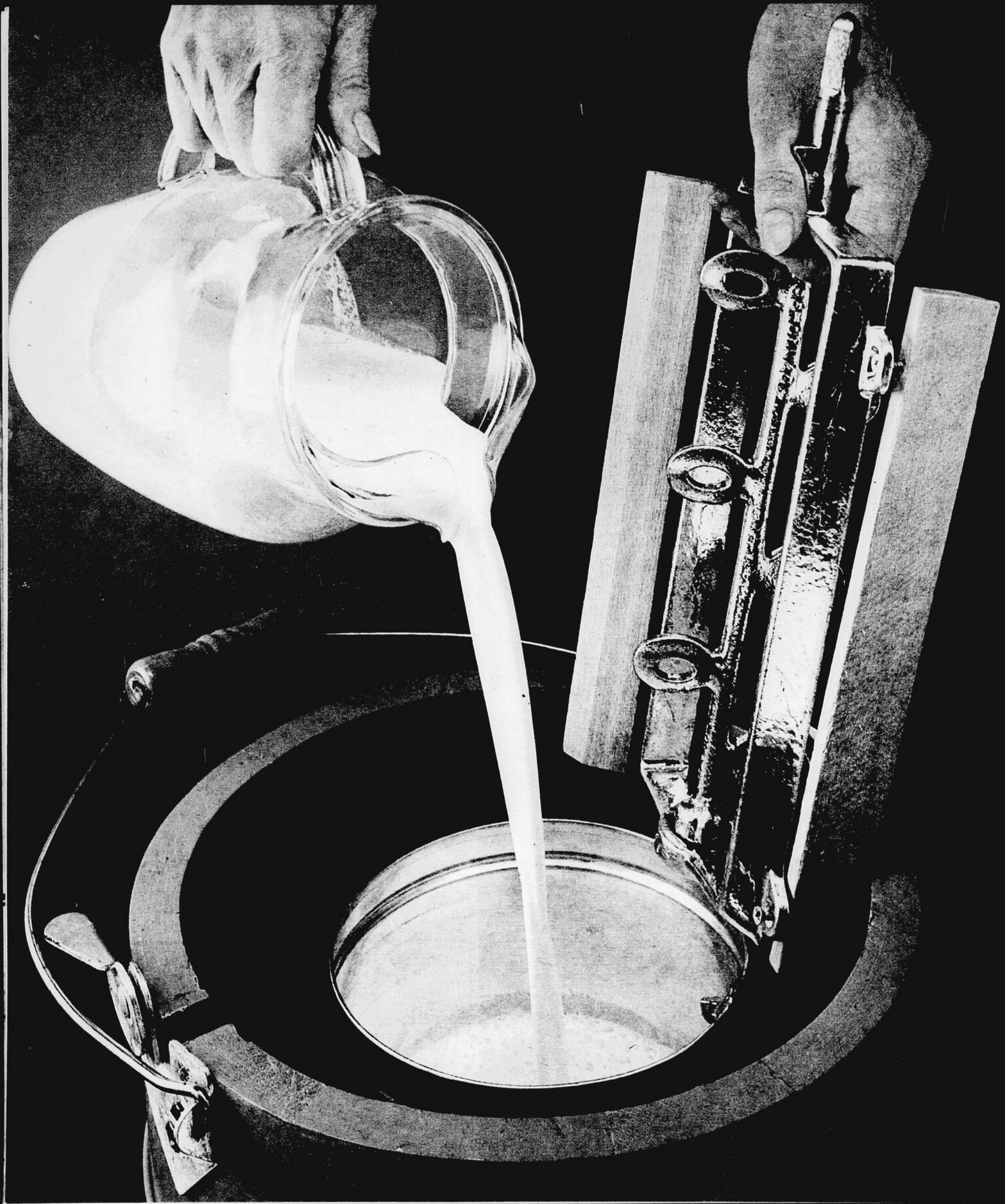
Ceci est votre fiche d'expédition, veuillez inscrire en lettres moulées s.v.p.

Nom _____

Adresse _____

Ville _____ Province _____ Code Postal _____

P.1



13^e leçon: la crème glacée

On peut, d'après les ingrédients qu'elle renferme, classer la crème glacée en trois catégories. La crème glacée à la française contient une riche crème aux jaunes d'œufs. La crème glacée souvent dite à l'américaine, moins riche, a pour base, elle aussi, une crème aux œufs mais celle-ci est habituellement épaissie avec de la farine ou de la fécule de maïs. La troisième catégorie, la crème de Philadelphie, est faite de crème, ou d'un mélange de crème et de lait, mais ne contient pas d'œufs. Mais il est une autre façon de classer les différentes crèmes glacées et c'est par la façon dont on les fait prendre. Il y a d'abord la crème glacée que l'on prépare dans une baratte à manivelle. Si vous n'avez jamais fait de crème glacée de cette façon, je vous conseille d'essayer. C'est facile et la crème obtenue a un goût et une texture extraordinaires. Vous pouvez aussi fabriquer votre crème glacée au congélateur, que celui-ci fasse partie d'un réfrigérateur ou soit un appareil indépendant. Mais elle n'est alors jamais aussi crémeuse que celle faite dans un appareil à manivelle, même si on la brasse bien, à plusieurs reprises, pendant sa congélation. Nous traiterons d'abord de la crème glacée à la française faite dans une baratte à manivelle. La semaine prochaine, je vous offrirai des recettes de plusieurs types de crème glacée, incluant celle faite au réfrigérateur, et de parfums divers.

L'ÉQUIPEMENT

On peut acheter les barattes à crème glacée dans les quincailleries, les boutiques d'ustensiles de cuisine et les rayons d'articles ménagers des grands magasins. Il s'en trouve munies d'un petit moteur, pour ceux qui n'ont pas envie de tourner une manivelle pendant 20 ou 30 minutes et certaines pour lesquelles il n'est nul besoin d'un mélange de glace et de sel car elles travaillent, si l'on peut dire, au congélateur. Tous ces appareils ont un contenant que l'on fait tourner dans un milieu congelant en brassant constamment la crème, à l'aide d'un batteur à palettes, pour lui donner un velouté parfait. Aucun de ces appareils n'est bon marché mais, si vous êtes un véritable amateur et prévoyez faire souvent de la crème glacée, achetez-en un, si vous le pouvez; il vous servira des années.

Il faut aussi de la glace concassée et du sel gemme grossièrement écrasé (excepté pour la sorte de baratte que l'on utilise au congélateur et pour

laquelle il faut suivre les indications du fabricant). Vous trouverez plus bas un tableau des proportions à garder en faisant le mélange glace et sel. Le sel gemme est parfois difficile à trouver. Aussi, j'ai testé mes recettes avec le sel qu'on utilise l'hiver dans les escaliers et sur les trottoirs pour empêcher les gens de glisser (c'est du sel gemme) et du sel à marinades, un gros sel que l'on trouve dans toutes les épiceries. Puisque, de toute façon, il faut prendre de grandes précautions pour que le sel ne touche pas à la crème glacée, il n'y a aucun inconvénient à employer du sel pour les sols. Ces deux sortes de sel donnent d'excellents résultats mais le sel à marinades coûte plus cher. Si vous utilisez le sel "pour contrôle de la glace", comme il est parfois appelé, soyez sûr de le prendre d'un paquet pour petit consommateur. Les contenants de cent livres, en effet, sont plutôt destinés aux grosses entreprises et ont parfois été traités chimiquement. Si vous ne pouvez ou ne voulez acheter la glace déjà concassée, préparez-la vous même. Enfermez, dans un sac solide, un gros morceau de glace grossièrement cassé et martelez-le, avec un marteau ou un maillet, pour le concasser finement; des morceaux trop gros pourraient obstruer le mécanisme de la baratte et empêcher la manivelle de tourner. Il faut aussi du papier d'aluminium, une spatule en caoutchouc, un bain-marie, pour cuire la crème aux œufs, et une couverture épaisse (toile à voile, de tente ou d'emballage, couverture de lit ou journaux) pour bien couvrir la baratte, une fois la crème prise.

LES INGRÉDIENTS

La crème fait la richesse et le velouté du produit, le lait lui donne du corps. Le gras de beurre, dans l'une et dans l'autre, empêche la formation de cristaux. Le lait évaporé peut être utilisé à la place du lait ordinaire; la crème glacée sera plus riche. Le lait condensé sucré peut aussi être utilisé. Les œufs apportent épaisseur, velouté et saveur au mélange tout en le liant et le stabilisant bien. Le sucre lui ajoute de la douceur et contribue à empêcher la formation de cristaux. La gélatine et l'élément épaississant: farine ou fécule de maïs, sont aussi des stabilisants qui empêchent les cristaux de se former. Les fruits et les noix ralentissent le procédé de congélation; aussi, faut-il ne les ajouter à la crème que lorsque celle-ci est partiellement prise.

COMMENT PROCÉDER AVEC UNE BARATTE À MANIVELLE

1. Ebouillanter le contenant de l'appareil, avant chaque usage, et le bien rincer à l'eau froide. Le refroidir au réfrigérateur.

2. Mettre le mélange à la crème bien refroidi dans le contenant, en n'emplissant ce dernier qu'aux deux tiers, toutefois, pour que la préparation ait suffisamment d'espace pour gonfler. Si on emploie un grand contenant, on peut aussi le remplir à moins des deux tiers quand on désire n'y faire qu'une petite quantité de crème glacée.

3. Mettre le batteur et le couvercle du contenant en place (bouger un peu le batteur, directement avec la main, pour s'assurer qu'il tourne librement). Mettre le contenant dans la baratte et fixer la manivelle.

4. Mettre 3 pouces de glace concassée dans l'appareil et la parsemer de 1/2 tasse de sel. Le mélange sel et glace ne doit pas comporter plus d'une partie de sel pour trois de glace et peut ne comporter aussi peu qu'une partie du premier élément pour huit du second. Une faible quantité de sel fait la crème glacée plus crémeuse; trop de sel fait prendre la crème trop rapidement. Continuer ainsi, en alternant les couches de glace et de sel, jusqu'en haut de l'appareil.

Le tableau suivant indique les quantités de sel et de glace nécessaires selon la capacité des contenants.

Pour un contenant de 2 pintes: de 7 à 8 livres ou de 16 à 18 tasses de glace; 1 1/2 livre ou 2 tasses de sel.

Pour un contenant de 4 pintes: de 14 à 16 livres ou de 32 à 36 tasses de glace; 2 1/2 livres ou 3 tasses de sel.

Pour un contenant de 6 pintes: de 18 à 20 livres ou de 40 à 50 tasses de glace; 4 livres ou 5 tasses de sel.

5. Laisser reposer pendant 3 minutes; commencer alors à tourner la manivelle, lentement. Quand la crème glacée commence à prendre (on sent, en tournant, un peu de résistance), tourner aussi vite que possible. Enlever la glace et le sel, sur le dessus du contenant, bien essuyer le couvercle et le pourtour de ce dernier. Retirer alors le couvercle et racler les parois intérieures du contenant, deux ou trois fois, pour empêcher la crème de prendre trop vite sur ces dernières. Replacer le tout et continuer à tourner. On s'en apercevra, la manivelle tourne plus lentement à mesure que la crème prend. S'arrêter quand cette dernière est bien ferme, c'est-à-dire après une période de 20 à 30 minutes. Suivre les indications du fabricant si l'on utilise une baratte à moteur.

6. Bien nettoyer le dessus du récipient de la glace et du sel qui pourraient s'y trouver. Retirer le couvercle et enlever

le batteur, en le raclant un peu pour que toute la crème reste dans le récipient. Boucher le trou au centre du couvercle avec un tampon de papier d'aluminium.

7. Enlever l'eau qui pourrait se trouver dans l'appareil. Remplir de nouveau celui-ci de glace concassée et de sel (une part de sel pour cinq de glace), en couvrant complètement le récipient. Bien couvrir la baratte de journaux ou d'une couverture épaisse et laisser reposer, de 30 minutes à 2 heures, pour laisser la crème glacée se bonifier.

8. Chaque fois qu'on ouvre le contenant, pour racler ses parois, pour retirer le batteur ou pour servir la crème, prendre les précautions nécessaires pour que la crème ne soit jamais en contact avec la glace et le sel.

LA RECETTE

Il y a bien des recettes de base de crème glacée. Elles donnent une crème plus ou moins riche, lisse et savoureuse. Voici une crème glacée à la française; le lait condensé sucré lui confère un goût et une texture que j'aime beaucoup.

CRÈME GLACÉE RICHE

(recette de base)

2 tasses de crème double (35 p.c.)

2 tasses de lait

4 œufs

1/2 tasse de lait condensé sucré (et non de lait évaporé)

1 1/2 tasse de sucre

1/4 de cuil. à thé de sel

6 tasses de crème double (35 p.c.)

2 cuil. à table de vanille

Mettre, dans la casserole supérieure d'un bain-marie, 2 tasses de crème et le lait; chauffer jusqu'au point d'ébullition, en plaçant la casserole directement sur le feu. Mettre la casserole sur sa base contenant de l'eau frissonnante mais qui ne la touche pas. **Battre** les œufs légèrement. Ajouter le lait condensé, le sucre et le sel, en brassant. Ajouter la moitié du mélange crème et lait, très chaud, petit à petit et en mêlant bien. Verser le tout dans la casserole supérieure du bain-marie et brasser pour bien incorporer le mélange à la crème et au lait qui s'y trouve déjà. **Cuire**, au bain-marie frissonnant et en brassant constamment, 10 minutes ou jusqu'à ce que le mélange adhère à une cuillère de métal. Laisser refroidir.

Ajouter 6 tasses de crème et la vanille, en brassant. Bien réfrigérer.

Verser la crème dans un contenant de 6 pintes d'une baratte à crème glacée et procéder comme nous l'indiquons plus haut. (1 gallon)

Note: si on le désire, ranger au congélateur dans des contenants en plastique.

La semaine prochaine: crèmes variées. ●

Vous aimez le soleil?



Moi aussi. Et je n'ai pas l'intention de perdre une seule journée de plage.

C'est principalement pour cette raison que je choisis les tampons Tampax quand vient le temps de mes menstruations.

Parce que les tampons Tampax se portent intérieurement, ils ne sont pas embarrassants. Même en bikini, ils ne sont pas encombrants. Ils ne paraissent pas et vous ne les sentez même pas.

Le soleil... la plage... et les tampons Tampax.

Une association qui marche bien.

La protection interne qui rassure de plus en plus de femmes



FABRIQUÉS EXCLUSIVEMENT PAR CANADIAN TAMPAX CORPORATION LTD., BARRIE, ONTARIO

18 - 3 juillet 1976



Debout les croque-morts!

M. Claude Forget,
Ministre des Affaires sociales,
Québec.

Parce que nous n'avons jamais fait de grève, parce que nous n'avons jamais débrayé, nous avons de plus en plus le sentiment, monsieur le ministre, que nos revendications restent lettre morte. Pourtant Dieu sait que nous aurions eu raison à plus d'une reprise de protester contre le sort injuste dont nous sommes les victimes puisque tout le monde s'acharne à nous retirer, pourrions-nous dire, le pain de la bouche. Il était un temps où nous pouvions affirmer que nous aurions notre heure, où nous osons croire que même les clients les plus récalcitrants finiraient par aboutir entre nos mains, mais tel n'est plus le cas.

On ne compte plus les clients qui nous filent entre les doigts. Au train où vont les choses, il ne serait pas surprenant que la plupart d'entre nous ne trouvions plus de quoi vivre d'ici à quelques années. Lentement mais sûrement, une belle profession s'étirole et ce n'est pas voir l'avenir en noir que de prétendre qu'elle risque de disparaître pour l'éternité.

Songez seulement au nombre de clients que nous perdons depuis que l'Eglise catholique ferme pieusement les yeux sur l'incinération. Il n'y a pas d'argent à faire avec un petit monceau de cendres. Une bonne partie de notre clientèle nous arrive maintenant réduite en cendres, ce qui affecte de la manière la plus terrible notre commerce de cercueils. Nos inventaires sont à leur point le plus haut et nos chances d'écouler le stock ne cessent de diminuer. Nous ne vendons plus la moitié des cercueils que nous écoulions il y a cinq ans. On les a remplacés par de petites urnes, des écrans sans valeur, des potiches et des vases qui ne rapportent rien. Il faut en refiler de la porcelaine chinoise pour réussir à accumuler un maigre profit!

Quand nos clients nous arrivent en cendres, le bénéfice est presque nul, mais c'est zéro quand les clients ne nous parviennent jamais. Je ne sais pas si vous avez déjà songé au tort que nous font les compagnies aériennes et la pègre, pour ne mentionner que ces deux entreprises. C'est la mort dans l'âme que nous apprenons qu'un désastre aérien a fait quelques centaines de victimes. Autant de clients que nous ne verrons pas, autant qui pourront se passer de nos loyaux services! Dans notre commerce, un client perdu une fois est un client perdu pour toujours!

Quant à la pègre, les règlements de compte qu'elle exécute et qui font bien notre affaire sont largement annulés par le nombre de clients qu'elle fait disparaître en les lançant au fond du canal Lachine, en les coulant dans le béton ou en les enterrant elle-même sans cérémonie dans un terrain vague. C'est une concurrence déloyale que nous aurions volontiers dénoncée publiquement devant la Commission d'enquête sur le crime organisé si seulement on nous y avait invités.

Mais voilà, les croque-morts sont des citoyens de seconde zone. On peut affecter leur commerce, leur mesquiner la clientèle, on peut même s'assurer le repos éternel sans frapper à leur porte et personne n'élève jamais la voix pour les défendre. La population entière travaille contre nous et applaudit quand elle réussit à nous arracher un client. Il ne faut pas s'étonner que nous ayons la face longue quand il ne se passe pas une semaine sans qu'un *smatte* annonce une mesure dont la conséquence ultime sera de nous priver de nouveaux clients. Permettez-nous de passer sous silence ce que nous pensons de votre confrère Raymond Mailloux qui a rendu obligatoire le port de la ceinture de sécurité pour les automobilistes. Son geste inconsidéré a peut-être égayé les week-ends de la majorité mais il a assombri nos lundis matin. Avant sa malheureuse décision, nous pouvions au moins nous consoler en pensant que nous allions entreprendre la semaine du bon pied avec une journée de beaux cas difficiles.

Nous pourrions allonger encore la liste de nos récriminations, mais contentons-nous de déplorer amèrement votre négligence à régler le conflit des hôpitaux. Quand on ferme les hôpitaux ou qu'on les laisse fonctionner au ralenti, on nous prive, monsieur le ministre, de notre matière première. Pour des raisons que nous n'avons jamais voulu analyser de crainte de faire du tort à nos meilleurs alliés, les médecins, les hôpitaux qui ont pour mission de nous enlever notre clientèle sont aussi nos principaux pourvoyeurs. A chaque nouveau conflit, nos affaires baissent et nous ne pouvons tolérer plus longtemps cet état de choses.

Laissez-nous vous rappeler humblement que si pour vous la maladie n'est qu'une affaire sociale, elle constitue pour les croque-morts et leurs alliés une affaire tout court. En fait, si nous pouvons nous exprimer ainsi, la mort est pour notre profession une question vitale devant laquelle vous n'avez pas le droit de faire le mort.

Les croque-morts du Québec

Réchauffe et soulage rapidement

- douleurs arthritiques
- douleurs rhumatismales
- courbatures et frissons de la grippe
- muscles endoloris

Restez actifs. Sentez-vous mieux. DEEP HEAT pénètre profondément. Il réchauffe, calme, et détend pendant des heures.

**Mentholatum®
deep heating**

à chaleur pénétrante
onguent ou lotion



CHOISI PAR
L'ÉQUIPE OLYMPIQUE
DU CANADA

LE GUIDE COMPLET DES PLANTES D'INTÉRIEUR

Si vous en cultivez déjà ou si vous songiez à le faire, voici enfin le manuel que vous attendiez.



- Le livre décrit en détail plus de 100 plantes diverses, leur lieu d'origine, la manière de les faire pousser et de les soigner. Il identifie chacune par un dessin en couleur aux traits exacts.
- Il indique pas à pas comment préparer vous-même les mélanges appropriés d'argile, sable et humus nutritif — les mêmes qu'emploient les jardiniers professionnels.
- Plus de 150 vignettes hors-texte, dont plusieurs illustrent des procédés importants: interposition de couches d'air, taille des racines de plantes nouvelles, procédure appropriée de mise en pot.
- Table alphabétique complète et glossaire explicatif des termes techniques employés.
- Au total, 262 pages regorgeant de tout ce qu'il vous faut savoir pour faire pousser chez vous de belles plantes d'intérieur.

GRATIS: TROUSSE DE JARDINAGE

Postez votre commande aujourd'hui et nous vous enverrons LE GUIDE COMPLET DES PLANTES D'INTÉRIEUR, au prix de \$7.95, plus la trousse de jardinage GRATUITE, en remerciement pour avoir mis ce guide à l'essai chez vous durant dix jours sans obligation de votre part.

PERSPECTIVES, P460761
C.P. 4090, PLACE D'ARMES
MONTREAL, QUEBEC H2Y 3M1

Envoyez-moi s.v.p. exemplaire(s) du GUIDE COMPLET DES PLANTES D'INTÉRIEUR, à \$7.95, plus la trousse de jardinage de géraniums GRATUITE, que je pourrai conserver même si je vous retourne le Guide en deçà de dix jours.

- Facturez-moi plus tard (plus de légers frais d'expédition)
- Chèque ou mandat ci-joint (à l'ordre de Perspectives) (L'éditeur acquittera les frais d'expédition)
- Portez à mon compte ChargeX ou Master Charge (plus de légers frais d'expédition)

M. Mme Mlle _____

Adresse _____

App. _____ Ville _____

Province _____ Code _____

Signature _____

**PS
100'S**

Pour plus de plaisir..

*partout
où vous
allez.*



QANTAS



PRÉSENTÉE AUSSI EN
PAQUET RIGIDE DE 25.
LE PREMIER AU CANADA.