

Le chef Raynald Ferland propose de bien manger tout en restant svelte
Page A-2

Le Bipède Benoît Dugal nous suggère de faire du camping en français
Page A-7

La fièvre du printemps arrive! Préparez-vous à jardiner avec Louis-C. Angers
Page A-17

Pour certains c'est le pain quotidien, pour d'autres, c'est **LE QUOTIDIEN**

LE QUOTIDIEN

Un mode d'épargne supérieur Nos certificats de dépôt garantis **14 1/4%**
TRUST GENERAL DU CANADA

Le cahier du mercredi

18 mars 1981

A-1



Huguette Simard doit créer sa propre banque de sang

CHICOUTIMI — Que diriez-vous d'avoir un sang d'une particularité si rare qu'à peine plus de cinq personnes au monde le possèdent? C'est le cas d'Huguette Simard, de Chicoutimi. Pour prévoir une transfusion, elle doit trois à quatre fois par an, emmagasiner son propre sang. Lequel est congelé par la Croix-Rouge et conservé à Ottawa.

Huguette Simard ne s'en fait pas pour autant. Elle s'amuse plus de la réaction que provoque sa situation que d'imaginer les dangers de ce que cela comporte.

Elle avait, au départ, un sang du groupe A Rh positif. Rien d'exceptionnel en soi. Mais voilà qu'à sa deuxième grossesse, son organisme, à l'insu de tous, modifie le sang et Huguette se retrouve sans antigènes SM, dont l'absence rend son sang incompatible avec son groupe sanguin.

Elle était la troisième personne connue au monde à vivre ce phénomène. Depuis, deux autres cas se sont ajoutés. "Toutes des femmes", confirme le Dr Hervé Simard, hematologiste de Chicoutimi, qui explique que cette réaction se passe en cours de gros-

sesse. Les hommes, même ayant une déficience en anti-SM, ne courent pas le même risque.

En cas de besoin de transfusion, Mme Simard peut recevoir son propre sang n'importe où. Advenant qu'une femme ait besoin également de ce type de sang, un échange est possible avec la banque de sang d'Ottawa.

En cas d'extrême urgence, son

frère pourrait donner son sang, ayant, en partie, les mêmes particularités.

Que serait-il advenu en cas de perte abondante lors de son second accouchement? Une expertise aurait certes démontré la modification survenue dans son groupe sanguin. Alors, comment compenser? "Cela aurait pu être fatal", répond-elle calmement.

confirmant une absence totale d'inquiétude.

Pour elle, il s'agit d'un détail, même si elle n'est pas indifférente à ce qui pourrait survenir pour une autre femme dans sa situation. Elle n'hésitera pas à donner son sang, convaincue que cette solidarité sera réciproque. Elle n'ignore pas non plus que, si elle le souhaitait, elle pourrait monnayer ses dons de sang aux Etats-Unis. Choix qui ne la tente guère, sensible au slogan de la Croix-Rouge "Don de sang, don de vie", lequel supporte difficilement une attitude mercantile.

Actuellement, dans le monde entier, il n'y aurait donc que cinq femmes à posséder un sang identique à celui d'Huguette Simard. Par contre, le Dr Simard, confiant au Quotidien, qu'il existe d'autres femmes qui connaissent un phénomène semblable, c'est-à-dire où le sang est modifié en cours de grossesse. A Chicoutimi seulement, il y en aurait deux à trois fois par année et même si leur particularité est moins rare, par précaution, on congèle régulièrement une quantité de sang pour prévoir tout besoin de transfusion.



Christiane Laforge

A chaque année, la Croix-Rouge tient une campagne de financement. Derrière les dons anonymes, il y a des personnes qui, finalement, bénéficient des services de cet organisme.

Le Quotidien a tenu à vous faire connaître trois personnes un peu particulières. Une femme au sang rare, un donneur plutôt généreux et un receveur qui se sent aujourd'hui bien vivant. A travers leur témoignage, on comprend mieux l'utilité de la Croix-Rouge.

SANG RARE — Huguette Simard de Chicoutimi ne s'inquiète pas du tout d'avoir un sang particulièrement rare.

Des donateurs lui ont sauvé la vie



CHICOUTIMI — "Le jour où recevoir le sang des autres nous sauve la vie, on réalise l'importance du geste des donateurs". Claude Fortier, de Chicoutimi, en sait quelque chose. Après une opération à cœur ouvert, il a reçu 20 unités de sang.

En 1973, les premiers signes de difficultés cardiaques se manifestent. Des examens révèlent l'urgence d'une intervention et Claude Fortier est immédiatement admis à l'Institut de cardiologie de Montréal. Une opération à cœur ouvert s'impose. Elle sera longue, plus de 7 heures au cours de laquelle il lui faudra beaucoup de sang, du type O rh négatif.

En même temps, l'épouse de Claude contacte l'employeur de son mari, à Chicoutimi, M. Roger Lévesque, pour que ce dernier trouve quatre donateurs de sang du groupe correspondant, ceci à la demande de l'Hôpital de Montréal et destiné à assurer une réserve.

De retour à Chicoutimi, Claude Fortier mit peu de temps à reprendre le travail et même, six mois plus tard, à devenir propriétaire de sa boucherie. Avec son épouse, ils ont été foyer d'accueil pour une petite fille pendant trois ans. Aujourd'hui, ils sont parents adoptifs d'une fillette née au Pérou, pour laquelle ils attendent impatiemment la démarche finale de l'adoption.

"De quoi prouver qu'il est bien en vie", remarque Mme Fortier. Claude, pour sa part, se dit désormais très sensible à toute campagne de la Croix-Rouge, ne pouvant s'empêcher de penser à tous les donateurs à qui il doit les 20 unités de sang reçues.

Actuellement, il suit le programme de réhabilitation des cardiaques à Chicoutimi.

OPERE A COEUR OUVERT, Claude Fortier de Chicoutimi, a reçu au cours d'une opération, 20 unités de sang. Un don de vie pense-t-il et qu'il partage avec sa famille.

112 dons

René Gal demeure un grand champion

ALMA — Assuré que donner son sang régénère le corps humain, René Gal d'Alma ne s'est pas privé. La dernière fois qu'il a participé à la collecte de sang de la Croix-Rouge, il en était à son 112ième don.

Plutôt fier de ce record, M. Gal, qui fait l'élevage de veaux, raconte que son aventure de donneur émérite a débuté au cours de la Dernière Guerre mondiale. Un légionnaire blessé a été son premier bénéficiaire, ensuite, ce fut une femme au cours d'une opération. Dans ce cas, le sang du donneur coulait directement dans les veines du receveur. L'impact humain d'une telle expérience avait une intensité avec laquelle les petites poches de plastique, suspendues au bord du lit des donateurs, peut difficilement rivaliser.

Après la guerre, de retour en Algérie, son pays d'origine, M. Gal donna du sang tous les 40 jours pendant dix ans. Cela lui assurait, en même temps une surveillance médicale continue. Du groupe AB rhésus positif (il y aurait 7 pour cent de la population de ce groupe), M. Gal a fait du don de sang une habitude de vie.

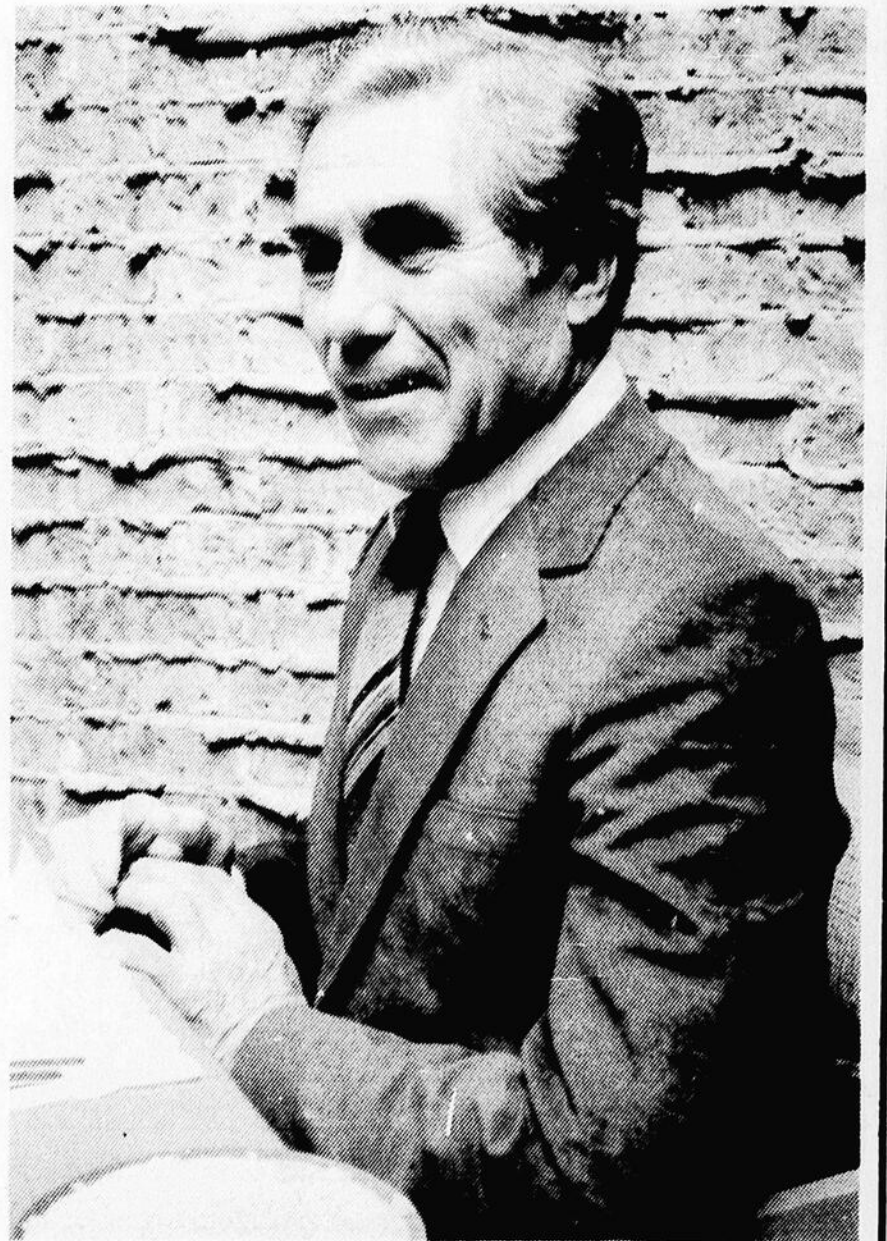
Se rendant en France plusieurs années, il continua ses dons à raison d'une fois par trois mois. Le gouvernement français inscrivit une assurance-vie à tous les donateurs et limite l'âge de ceux-ci à 60 ans.

Cela n'a pas mis fin au don de René Gal, qui émigre au Canada où, depuis six ans, il a repris le chemin de la Croix-Rouge. C'est ainsi qu'il a atteint 112 dons et qu'il envisage de continuer.

Se sentant en pleine forme, il ne doute pas un instant que de

donner son sang régulièrement retarde le vieillissement.

Lui-même n'a jamais eu besoin de transfusion.



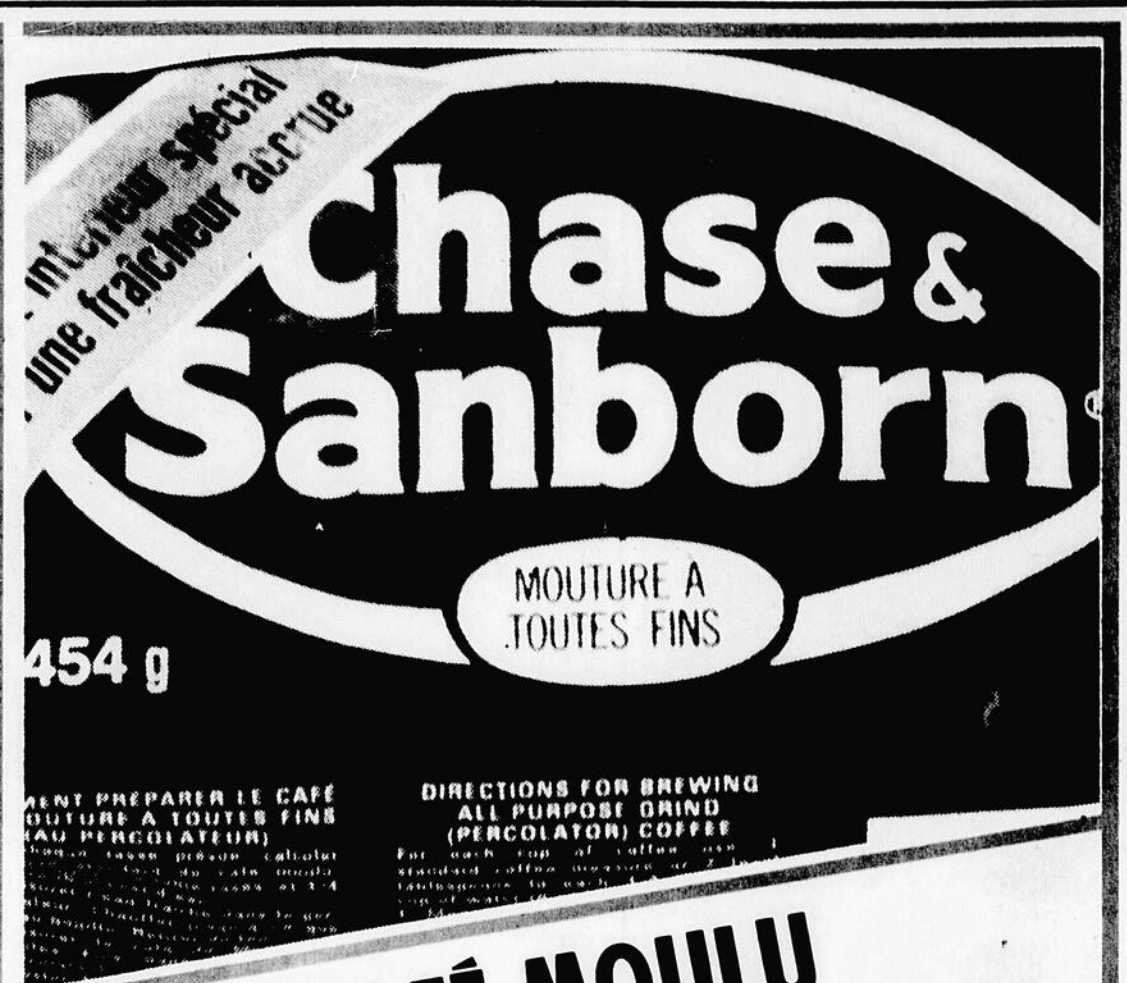
DONNER SON SANG, c'est devenu une habitude pour M. Gal d'Alma qui en est à son 112ième don.

Les gens de chez nous...

DÉCOUPEZ CE COUPON ET PRESENTEZ LE A VOTRE CAISSIERE PROYIGO ELLE SE FERA UN PLAISIR D'ÉCHANGER CE COUPON, RABAIS DE 0.30¢ À L'ACHAT DE N'IMPORTE QUEL FORMAT DE LA NOUVELLE MARGARINE FLEISCHMANN'S FAITE PRINCIPALEMENT D'HUILE DE TOURNESOL.

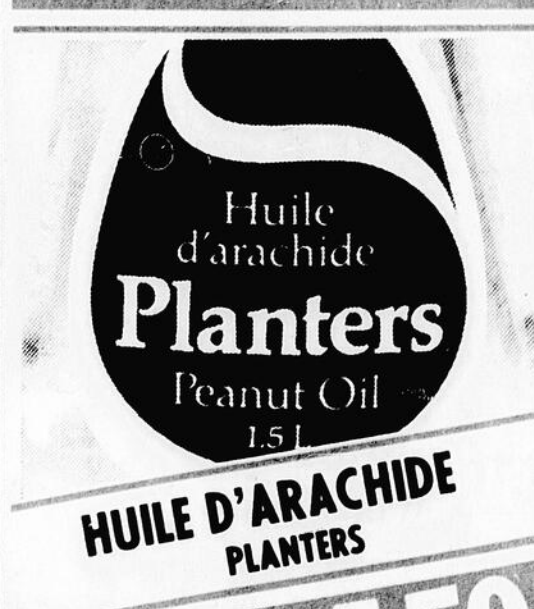
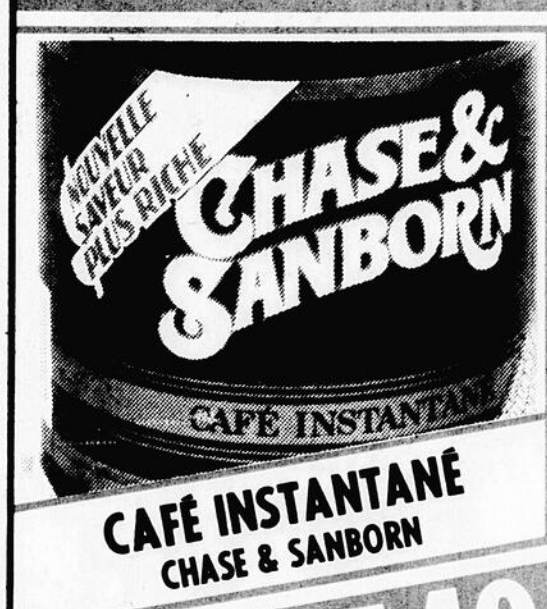


LES SUPERMARCHÉS
PROYIGO



CARTON 2 x 227 g **109**

SAC 454 g **235**

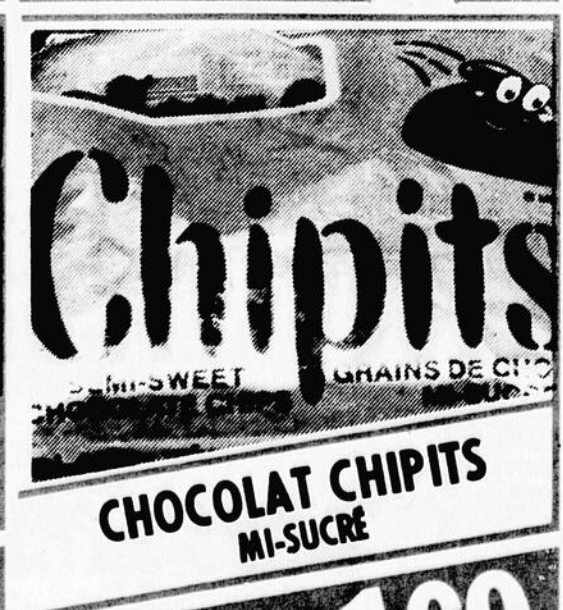


JARRE 283 g **449**

FORMAT 1.36 kilo **197**

BOUT. 1.5 litre **459**

BOITE 113 g **45**



BOITE 450 g **139**

SAC 340 g **169**

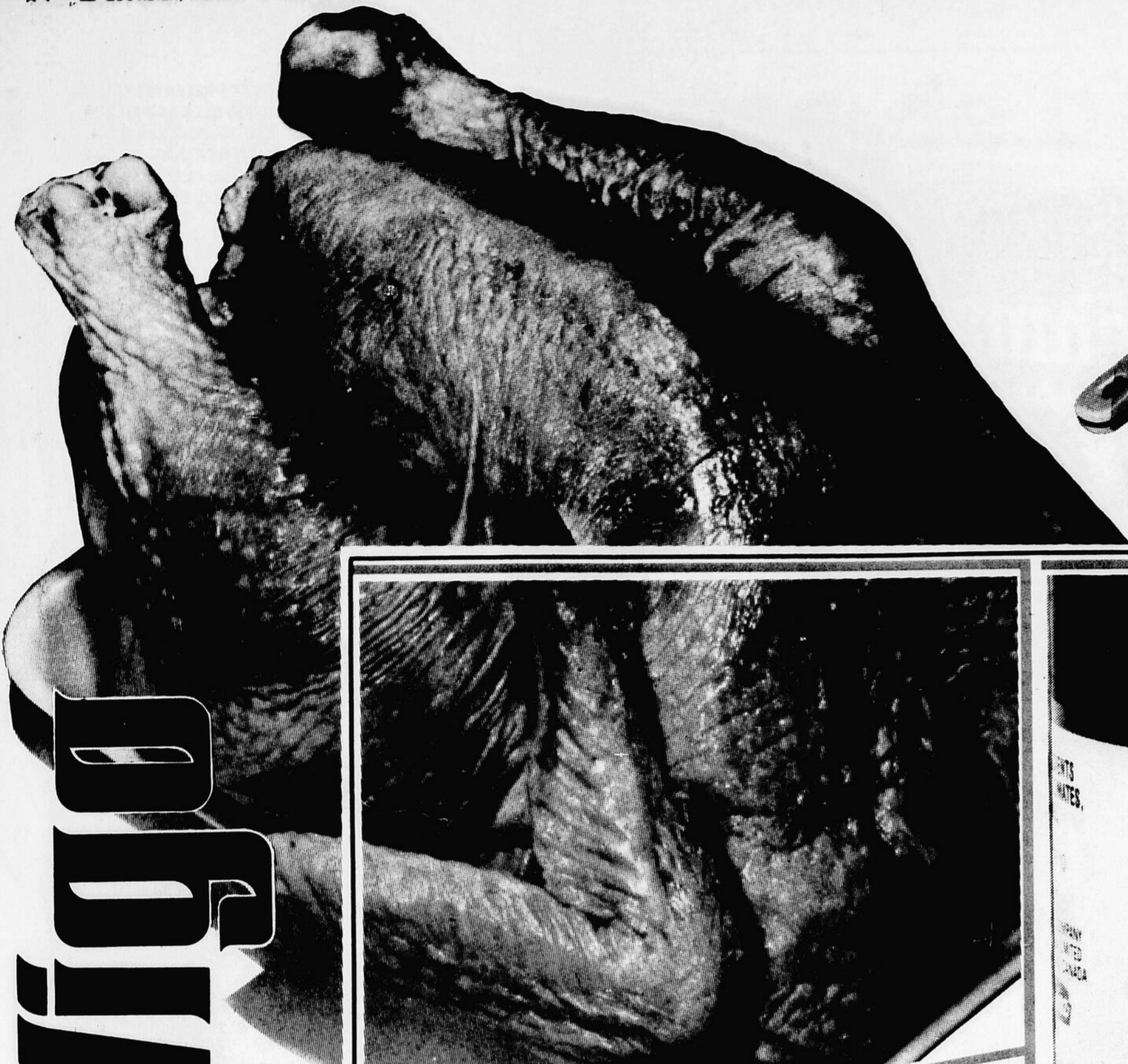
BOITE 312 g **129**

BOITE 113 g **139**

CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'À L'HEURE DE FERMETURE SAMEDI LE 21 MARS 1981.

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS.

MANGEZ



LES SUPERMARCHÉS
PROVIGO



CES PRIX SONT EN VIGUEUR
JUSQU'À L'HEURE DE FERMETURE
SAMEDI LE 21 MARS 1981.

LES PRIX DES DENRÉES
FRÂCHES SONT SUJETS AUX
FLUCTUATIONS DU MARCHÉ.

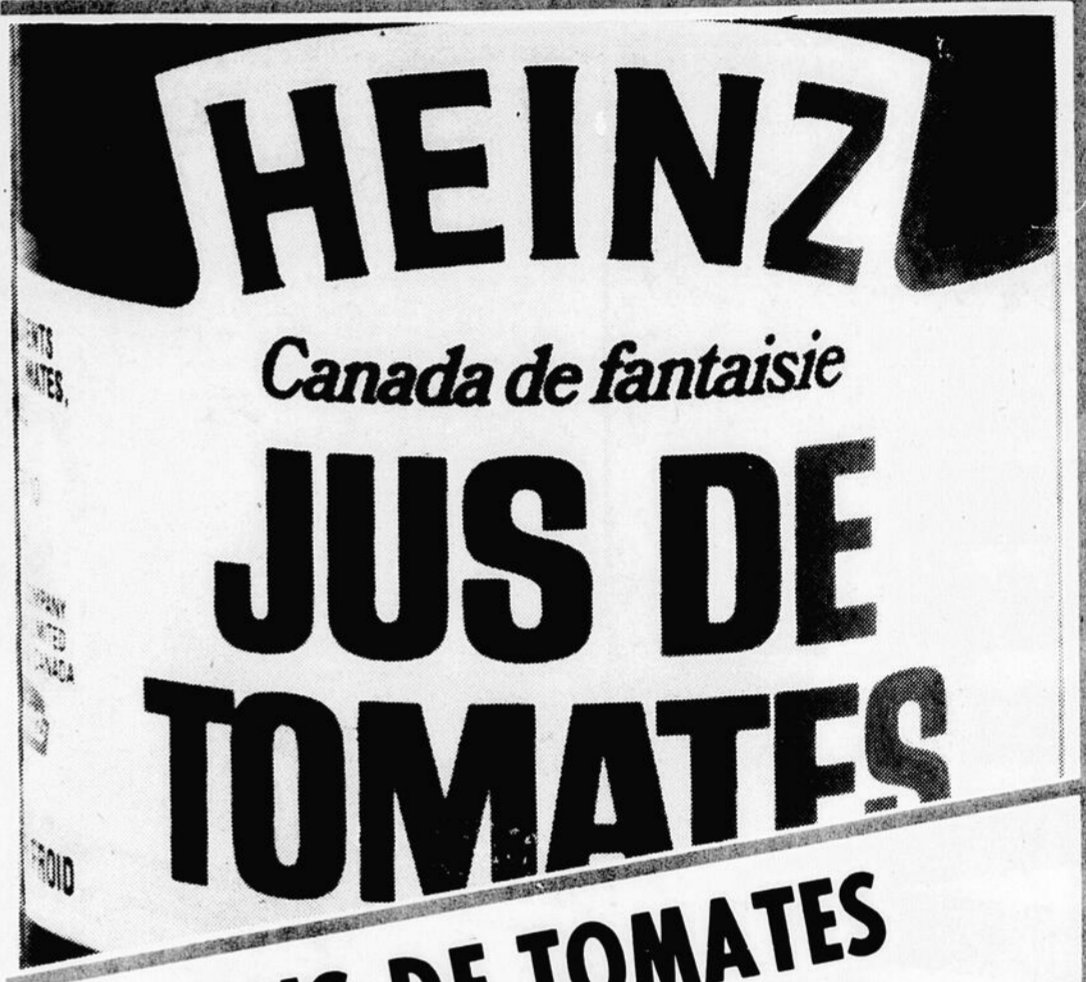
NOUS NOUS RÉSERVONS LE
DROIT DE LIMITER LES
QUANTITÉS.



POULET SURGELÉ
CATÉGORIE A, PESANT 3 À 4 LIVRES

la livre

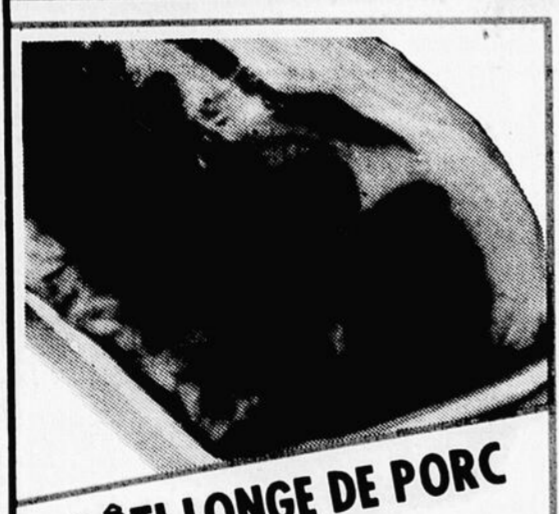
92



Canada de fantaisie
JUS DE TOMATES
JUS DE TOMATES
DE FANTAISIE HEINZ

BOITE
1,36 litres

69



RÔTI LONGE DE PORC
BOUT DES CÔTES

la livre

119



RÔTI LONGE DE PORC
BOUT DU FILET

la livre

139



SHORTENING
CRISCO

CONTENANT
3 LIVRES

239



POIS VERTS DE CHOIX
ASSORTIMENT, IDEAL

BOITE
14 onces

35



CÔTELETTES DE PORC
MÉLANGÉES

la livre

179



PORC HACHÉ
MAIGRE DÉCONGELÉ

la livre

129



BISCUITS BREAKTIME
ASSORTIMENT, DARE

FORMAT
500 g

109



COCA-COLA
EN BOUTEILLE

750
millilitres

49



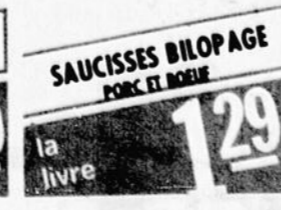
SAUCISSES FUMÉES
TOUT BOUILLI, COOBSH
PAQUET
16 onces

179



SALADE DE CHOUX
COOBSH
CONT.
500 g

109



SAUCISSES BILOPAGE
PORC ET BOEUF
la livre

129



CRETONS FRAIS
MAISON
BOITE
280 g

129



COLORANT À CAFÉ
CAFÉ-MILK
JARRE
500 g

222



DÉJEUNER INSTANTANÉ
CHOC. OU VANILLE, CARAMELISÉ
BOITE
6 env.

189



MARMELADE 3 FRUITS
TRADITION
JARRE
24 onces

154



CUP-A-SOUP LIPTON
POULET ET NOUILLES
BOITE
4 env.

72



BISCUITS TENDRES
ASSORTIMENT, CHOCOLAT
FORMAT
250 g

177



BARRES DE CHOCOLAT
ASSORTIMENT, MAISON
PQT. FAM.
4 barres

137



FROMAGE PROVIGO
16 TRANCHES
FORMAT
500 g

235



LAIT ÉVAPORÉ
COMÉ
BOITE
385 ml

58



CÉRÉALES ALPHABITS
POST
BOITE
450 g

149



CHOCOLAT INSTANTANÉ
PROVIGO
BOITE
750 g

239



THE ORANGE PEKOE
100% BOEUF, EN SACHETS
BOITE
DE 60

193



MAIS EN CRÈME
DE CHOCOL. PROVIGO
BOITE
19 onces

53

EN BEAUTÉ

prix rég. \$10.49

SEULEMENT

\$4.49
le couvert
plus taxe

avec \$35. d'achat

L'OFFRE SE TERMINE AVEC
L'ÉPUISEMENT DE LA MARCHANDISE.
TOUS LES DETAILS A VOTRE
SUPERMARCHÉ PROVIGO.



**BISCUITS SODA CHRISTIE
PREMIUM PLUS**

BOITE
450 g

99



**ORANGES À JUS
DE FLORIDE**

CELLO
5 livres

149



**BREUVAGE ALLENS
ASSORTIMENT DE SAVEURS**

BOITE
1,36 litre

59



**CHAUSSENS AUX POMMES
PROVI-D'OR**

PAQUET
DE 4

129



**CAROTTES FRAÎCHES
ÉTATS-UNIS**

CELLO
5 livres

119



**CONCOMBRE FRAIS
ONTARIO, GR. MEDIUM SANS PEPINS**

CHACUN

99

**FARINE TOUT USAGE
ROBIN-HOOD**

SAC
3,5 kilos

259

**BAIN DE MOUSSE
WALT DISNEY**

BOUT.
750 ml

199

**POMMES SPARTAN
DE FANTAISIE, GR. 125**
Colombie
Britannique

la
livre

39

**CHOUX DE BRUXELLES
ÉTATS-UNIS**

CELLO
8 onces

89

**CHAMPIGNONS
TIGES & MORCEAUX, PROVIGO**

BOITE
10 onces

99

**MÉLANGE À GÂTEAUX
DES ANGES, BETTY CROCKER**

BOITE
16 onces

174

**SAUCE AUX TOMATES
PROVIGO**

BOITE
7,5 onces

33

**KETCHUP AUX TOMATES
HEINZ**

BOUT.
20 onces

124

**MÉLASSE
GRANDMA**

CARTON
1,35 kilo

195

**SACS À SANDWICH
PROVIGO**

ROUL.
DE 50

65

**SAVON DE TOILETTE
BOUQUET CASCHIMERE**

LA BARRE
90 g

24

**COUCHES PAMPERS
NOUVEAU-NE, 6 À 11 LIVRES**

BOITE
DE 30

325

**FEVES VERTES
OU JAUNES LONGUES, PROVIGO**

BOITE
19 onces

61

**HUILE VÉGÉTALE
PROVIGO**

BOUT.
750 ml

148

**SAUCE HOT-CHICKEN
PROVIGO**

BOITE
7 onces

23

**RAGÔT CORDON-BLEU
ASSORTIMENT**

BOITE
30 onces

214

**TARTE AUX PACANES
SURGELÉE, MRS SMITH**

FORMAT
600 g

211

**SACS À DÉCHETS
INT. KITCHEN CATCHER DE GLAD**

PAQUET
DE 12

78

**DENTIFRICE
Pepsodent**

TUBE
150 ml

203

**DETERGENT EN POUDRE
BOLD, 6 litres**

BOITE
2,4 kilos

384

collectionnez dès maintenant!
sur les traces
du monde animal

une aventure passionnante pour toute la famille...
552 différents animaux, avec toute la documentation pertinente, sur cartes illustrées en couleurs.
Nouveaux jeux en vente chaque semaine.

EN VENTE CETTE
SEMAINE JEU No. 7 ET 8

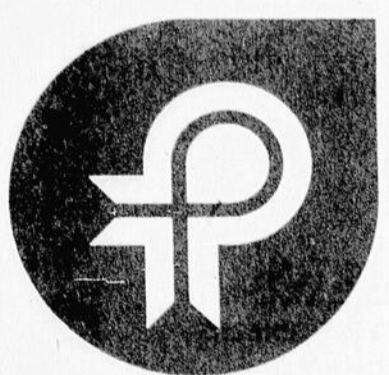


\$1.00
CHACUN



CHICOUTIMI
394 DES SAGUENEENS
404 RACINE EST
(SECTEUR NORD)
467 BL STE-GENEVIEVE
2120 RUE ROUSSEL
VILLE DE LA BAIE
(SECTEUR BAGOTVILLE)
1500 RUE BAGOT
(SECTEUR PORT-ALFRED)
2951 BL DE LA BAIE
JONQUIERE
691 BOUL. ST-FRANCOIS
45 RUE DU VIEUX PONT
(SECTEUR KENOAGAMI)
211 STE-FAMILLE
(SECTEUR ARVIDA)
400 RUE MELLON
ALMA
460 SACRE-COEUR
ROBERVAL
845 BOUL. ST-JOSEPH
ST-FELICIE
1023 SACRE-COEUR
DOLBEAU
GALERIE DES ERABLES
NORMANDIN
CENTRE D'ACHAT
PLACE LE GERBIER.

LES SUPERMARCHÉS
WALMART



CES PRIX SONT EN VIGUEUR
JUSQU'À L'HEURE DE FERMETURE
SAMEDI LE 21 MARS 1981.

NOUS NOUS RÉSERVONS LE
DROIT DE LIMITER LES
QUANTITÉS.



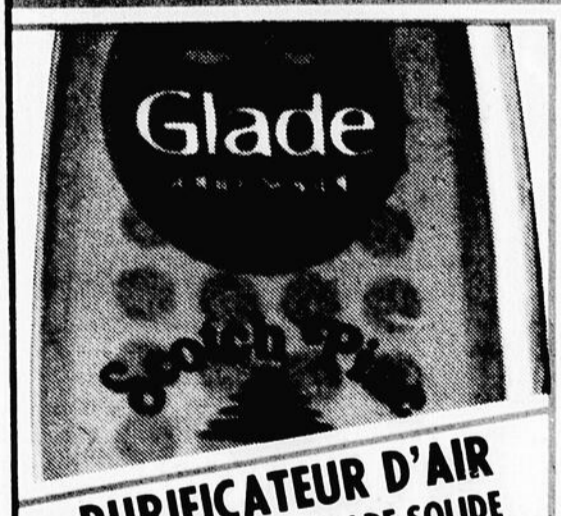
**SHAMPOOING AGREE
POUR CHEVEUX ASSORTIMENT**

BOUT. 350 ml **209**



**RINCE-CRÈME AGREE
POUR CHEVEUX ASSORTIMENT**

BOUT. 350 ml **169**



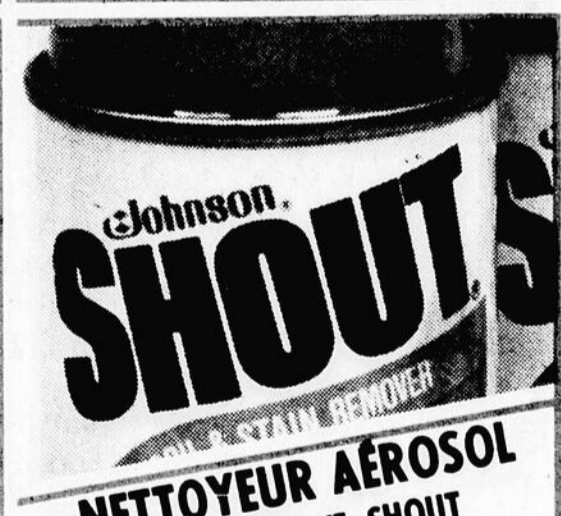
**PURIFICATEUR D'AIR
ASSORTIMENT, GLADE SOLIDE**

FORMAT 170 g **79**



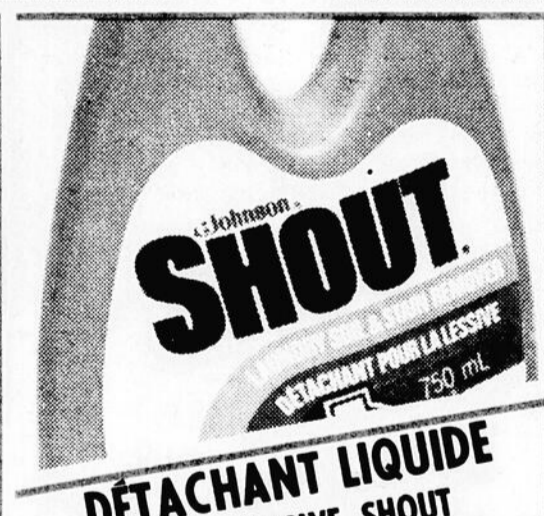
**NETTOYEUR POUR VITRES
AÉROSOL, BON AMI**

CONT. 570 g **129**



**NETTOYEUR AÉROSOL
POUR LESSIVE, SHOUT**

CONT. 275 g **149**



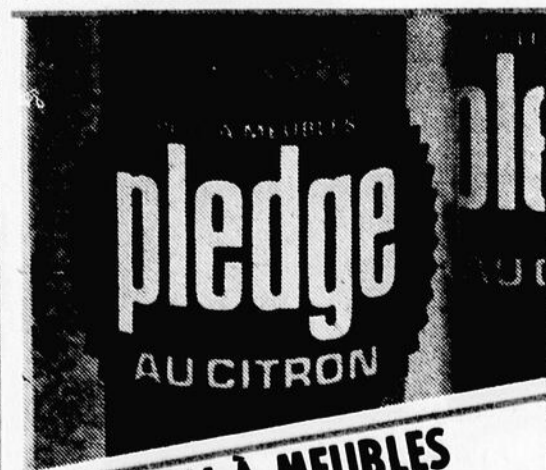
**DÉTACHANT LIQUIDE
POUR LESSIVE, SHOUT**

BOUT. 750 ml **169**



**NETTOYEUR
POUR PLANCHER, FREEDOM**

CONT. 450 ml **129**



**POLI À MEUBLES
ASSORTIMENT, PLEDGE**

FORMAT 350 g ou ml **279**



**POLI POUR PLANCHER
FUTURE**

BOUT. 750 ml **269**



**CIRE POUR PLANCHER
LIQUIDE CLAIR, JOHNSON**

BOUT. 1.25 litre **399**

Plein air

Faites du camping en français

Après une période de silence, où j'ai eu le temps de refaire le plein d'énergie et d'idées nouvelles, je reviens avec une chronique élargie. Au delà de la chasse et de la pêche, je vous entretiendrai du plein air.

Loin des moustiques et de la pluie le vent de plein air jouit en hiver et au printemps d'occasions exceptionnelles de prendre du bon temps en forêt. Equipé de façon adéquate, il n'y a aucun problème pour affronter le froid.

A cette époque de la saison, même si la neige a disparu bien vite dans les agglomérations urbaines, la forêt offre encore aux skieurs et aux raquetteurs d'intéressantes randonnées. Le camping d'hiver demeure intéressant durant le printemps. Pour des renseignements concernant les activités de plein air et les facilités, le meilleur moyen est encore de communiquer avec les responsables des Services des loisirs de vos municipalités.

Le programme

En dehors de la chasse l'automne et la pêche l'été j'ai bien l'intention de vous entretenir de camping. Comme j'ai visité les différents ZEC au cours de la dernière saison, je me propose de visiter les différents terrains



Benoit Dugal

de camping de la région. Au fait, saviez-vous que plusieurs ZEC offrent des terrains de camping tout à fait convenable où la tranquillité règne en plein cœur de la nature.

Il y a également des terrains de camping à caractère familial comme ceux que l'on retrouve sur le bord du magnifique lac Saint-Jean: la plage Saint-Joseph où l'on retrouve d'originaux petits chalets visités autant l'hiver que l'été; la plage Hébertville, la plage des Pères à Dolbeau, les terrains de camping de Saint-Henri-de-Taillon et celle de Saint-Coeur-de-Marie où pullule le doré, ce poisson trop peu connu à chair tendre, délice des fins gourmets.

Equipement de camping

Et puisqu'il faut se préparer dès maintenant aux activités de camping et caravanning je vous souligne qu'avec les années on a développé de l'équipement fort adéquat pour plaire à tous les goûts et à toutes les bourses.

Rien qu'un exemple pour les toiles de tentes que l'on doit souvent rapiécer au printemps. On trouve désormais sur le marché une colle spéciale permettant de réparer les fibres usées ou les coutures déchirées. La "Waldobonn" se retrouve dans les quincailleries du genre "Canadian Tire" où chez des dépositaires d'équipement de camping.

Et pour terminer cette première chroni-

M. Soit tout

Des clous en Floride

Q. Je n'ai pas l'intention, pour le moment, de m'acheter des pneus d'été et mon ensemble remis l'automne dernier est vraiment trop usé pour que j'entreprenne, en toute sécurité, un voyage en Floride. Puis-je, pour ce voyage, utiliser mes pneus d'hiver munis de clous?

R. Absolument pas! Car certains Etats américains interdisent définitivement ce genre de pneus. De plus, les clous sur des pneus peuvent causer certains dérapages ou prolonger votre distance de freinage lorsque la chaussée est chaude, comme le permet le climat que vous retrouverez dans les Etats du sud-est américain.

De toute façon, si vous avez le moyen de vous rendre en Floride, vous avez certainement celui de vous défrayer l'achat de bons pneus d'été; la conduite de votre véhicule n'en sera plus que sécuritaire.

Quand va-t-on pêcher?

Q. Un peu avant Noël, vous avez publié la date de pêche sur les différentes zones d'exploitation contrôlée; malheureusement, j'ai perdu la coupure de journal. Pourriez-vous les répéter?

R. En gros, il n'y a pas de pêche possible avant le mois de mai, quoique sur la ZEC Kiskissing, elle sera permise à compter du 24 avril.

Voici la liste des dates sur les diverses ZEC: Bréboeuf et des Passes, 1er mai; La lièvre, 8 mai; Rivière-aux-Rats, Anse-Saint-Jean, Chauvin et Mars-Moulin, 15 mai; Martin-Valin, Onatchiway et La Boiteuse, 22 mai.

En ce qui concerne la pêche sur la rivière Sainte-Marguerite, on pourra s'y adonner à compter du 1er juin. Quand à la pêche à l'ouaniche, on l'avait annoncée pour le 8 mai, mais elle est devancée au 24 avril.

N'oubliez pas que, sur toutes ces ZECs, le cota (limite permise de pêche) est de 20 truites par personne et qu'une famille ne peut pas avoir plus de 40 truites en sa possession, si le permis de pêche est "familial".

Quand je dis "plus de 40 truites en sa possession", cela ne signifie pas qu'on a le droit de prendre par jour 40 truites par famille; si vous en rapportez 40 en sortant de la ZEC et que vous en avez déjà une dizaine dans votre réfrigérateur, vous êtes, selon la loi, dans l'il-légalité.

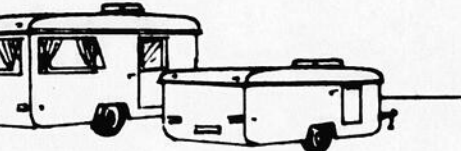
que voici quelques exemples de véhicules employés pour le camping-caravanning et surtout les termes exacts francisés. On devra choisir en considérant les besoins et l'utilisation que l'on veut en faire.



AUTOCARAVANE (motor Home, maison motorisée):
n.f. Véhicule autotracteur dont l'intérieur est aménagé de façon à servir de logement.

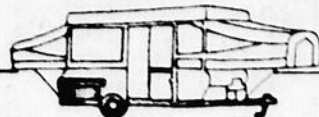


CARAVANE (roulotte):
n.f. Véhicule tractable aménagé pour servir de logement de camping (communément appelé "roulotte" au Québec).



CARAVANE PLIANTE
n.f. Véhicule tractable aménagé en logement

de camping constitué soit de deux coques rigides superposables soit de panneaux que l'on déplie sur une coque rigide.



TENTE-CARAVANE (tente-roulotte):
n.f. (des tentes-caravanes). Type de caravane pliante dont les parois et parfois le toit sont en toile.



SEMI-CARAVANE (fifth-wheel):
n.f. Caravane dont le dispositif d'attelage est identique à celui d'une semi-remorque.

La Fédération québécoise de camping et caravanning souhaite que tous les campeurs intègrent ces termes dans leur vocabulaire afin que nous sortions une fois pour toutes de cette Tour de Babel où chacun parlait de la même chose avec une appellation différente.

Une chaise, c'est une chaise.
Une caravane, c'est une CARAVANE.

CARAVANEZ EN FRANCAIS!



Ce n'est pas terminé: Même si dans les agglomérations urbaines la neige a disparu rapidement, la forêt offre encore d'immenses possibilités aux fervents de ski de randonnée et de raquettes. Les centres de ski de fond demeurent ouverts et les récentes bordées de neiges offrent d'excellentes conditions de ski et de raquettes.

QU'EST-CE QUE C'EST? UN CONCOURS C'EST OÙ? DANS LE QUOTIDIEN



L'abonnabilité

+ de \$10,000.00 en prix

Chaque semaine GAGNEZ un BON D'ACHAT de \$100, applicable sur votre marché d'épicerie au SUPERMARCHÉ DE VOTRE CHOIX

À la fin du concours, **ADEMCO LOCATION** offre une voiture de marque Oldsmobile Cutlass 1981, entièrement équipée, V-8, servofreins, servodirection, vitres électriques, transmission automatique, couleur deux tons, prêtée gratuitement pour une période de 24 mois.

LE DERNIER TIRAGE AURA LIEU LE 25 SEPTEMBRE 1981

Pour le tirage de l'automobile, ce tirage est automatique, pas besoin d'envoyer des coupons de participation. Le gagnant sera tiré de la façon suivante: Lors de la dernière pige, vendredi, le 25 septembre 1981, les personnes qui feront le tirage DU BON D'ACHAT DE \$100, procéderont à la pige d'un numéro de route d'un camelot du QUOTIDIEN et le mercredi suivant, tous les abonnés faisant partie du parcours de ce petit camelot, seront réunis à la Maison de la presse où le gagnant de l'automobile pour une période de deux (2) ans sera pigé.

RÈGLEMENTS DU CONCOURS:

- 1- Le concours débutera le 16 mars 1981 pour une période de 28 semaines se terminant le 25 septembre 1981.
- 2- Vous devez être abonné au journal LE QUOTIDIEN.
- 3- Inscrire votre nom, adresse et numéro de téléphone sur le bulletin de participation qui paraîtra tous les jours dans Le Quotidien, et faire parvenir au journal à l'adresse suivante: 1051, boulevard Talbot, Chicoutimi, G7H 5C1 en ayant soin d'inscrire sur l'enveloppe le mot CONCOURS. Les bulletins faits à la maison non-mécaniquement sont acceptés.
- 4- Il n'est pas nécessaire d'être présent lors du tirage, pour mériter son prix.
- 5- Les tirages auront lieu le vendredi après-midi, à 16h00, de chaque semaine, à la Maison de la presse et les personnes qui désirent y assister seront les bienvenues.
- 6- Les coupons de participation seront détruits après chaque tirage hebdomadaire.
- 7- Ademco Location prêtera à la personne gagnante, une automobile de marque Oldsmobile Cutlass 1981, pour une période de 24 mois, à partir de la date de livraison. Le gagnant devra assumer les frais de gazoline, d'assurance et de réparations durant toute la durée de la location gratuite.
- 8- Le nom de la personne gagnante de chaque semaine sera publié dans LE QUOTIDIEN.
- 9- Pour être déclarées gagnantes les personnes devront être abonnées au QUOTIDIEN et devront répondre à une question faisant appel à leurs connaissances.
- 10- Le concours s'adresse exclusivement aux résidents des régions Saguenay et Lac-Saint-Jean à l'exception des employés du Progrès du Saguenay Limitée et de leur famille immédiate.
- 11- Un prix doit être accepté comme tel et ne pourra être échangé contre une somme d'argent.
- 12- Une personne qui se mérite un prix doit consentir à ce que son nom et/ou sa photo soient utilisés à des fins publicitaires relatives à ce concours.
- 13- LE QUOTIDIEN a payé les droits exigibles à ce concours en vertu de la loi sur les loteries, les courses, les concours publicitaires et les appareils d'amusement.
- 14- Un litige quant à la conduite de ce concours peut être soumis à la Régie des loteries et courses du Québec.

C'EST COMMENT? FORMIDABLE C'EST OÙ? DANS LE QUOTIDIEN

DANS LE QUOTIDIEN C'EST QUAND? DU 16 MARS AU 25 SEPT 1981

Pour participer il faut être abonné au journal **Le QUOTIDIEN**
L'abonnabilité c'est l'habitude d'être abonné au **QUOTIDIEN**
Remplir le coupon de participation qui apparaît chaque jour dans **Le QUOTIDIEN**
C'EST POUR QUI? LES ABONNÉS DU QUOTIDIEN

Vie mondaine...



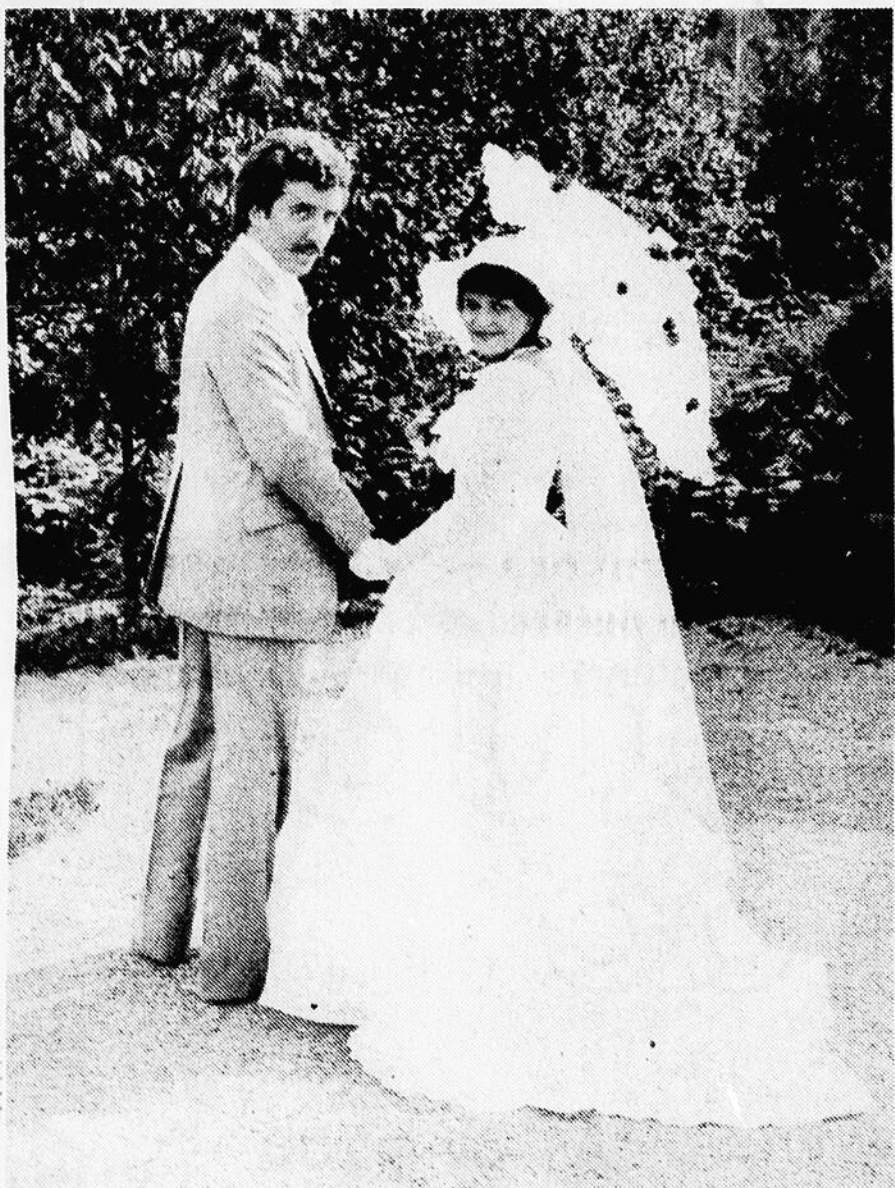
M. et Mme Raoul Gilbert, 268, Rang 3, St-Henri-de-Taillon, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Lucie avec Doris Simard. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Laurent Ménard, St-Coeur-de-Marie. La cérémonie religieuse a eu lieu le 26 décembre 1980, en l'église St-Henri-de-Taillon, suivie d'une réception à la salle Bellevue. (Photo: Fernande Dionne)



M. et Mme Alidor Ouellet, 38-A, Laurier, Kénogami, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Linda avec Michel Jean. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Armand-Ls Jean, 639, St-Hubert, Jonquière. La cérémonie a eu lieu le 11 octobre 1980, à l'église Ste-Famille, Kénogami, suivie d'une réception au Manoir du Saguenay. (Photo: Wilfrid Lafrance)



M. et Mme Gustave Jean, 243, Labrecque, Arvida, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Mona avec Denis Girard. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Alonzo Girard, 212, Marquette, Arvida. La cérémonie a eu lieu le 11 octobre 1980, à l'église St-Mathias, suivie d'une réception aux Chevaliers de Colomb d'Arvida. (Photo: Wilfrid Lafrance)



M. et Mme Régis Gauthier, 190, Régina, Arvida, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Edith avec Denis Lalancette. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Roméo Lalancette, 256, Bergeron, Arvida. La cérémonie a eu lieu le 13 septembre 1980, à l'église Ste-Thérèse d'Arvida, suivie d'une réception aux Chevaliers de Colomb d'Arvida. (Photo: Wilfrid Lafrance)

Noissances...

M. Jacques Labrecque et Mme (Huguette Dubois), 161, Lawrie, Arvida, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 25 février 1981, à l'Hôpital de Jonquière.

Le nouveau-né portera le nom d'Alexandre, alors que le parrain sera Denys Dubois et la marraine, Diane Dubois. La porteuse: Mme Jacques Labrecque.

M. Martin Langlois et Mme (Sylvie Pelletier), 265, St-François, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 23 février 1981, à l'Hôpital de Chicoutimi.

Le nouveau-né portera le nom de Jérôme, alors que le parrain sera M. Claude Pelletier et la marraine, Mme Jeannine Pelletier. La porteuse: Mme Martin Langlois.

M. Marc Rajotte et Mme (Nicole Gilbert), 181, Ste-Marie, St-Coeur-de-Marie, sont heureux d'annoncer la naissance d'une fille, née le 27 février 1981, à l'Hôpital d'Alma.

Le nouveau-née portera le nom d'Isabelle, alors que le parrain sera Clément Gilbert et la marraine, Lisette Gilbert.

M. Bruno Simard et Mme (Hélène Gauvreau), 219, Taschereau, Jonquière, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 1er mars 1981, à l'Hôpital de Jonquière.

Le nouveau-né portera le nom de Jean-Luc, alors que le parrain sera M. Harold Simard et la marraine, Michelle Simard-Girard.

M. Roger Talbot et Mme (Andrée Lafleur), 566, Genest, Arvida, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 11 février 1981, à Arvida.

Le nouveau-né portera le nom de Hugues, alors que le parrain sera Jacques Talbot et la marraine, Ginette Caron.

M. Jean-Yves Côté et Mme (Eliette

Girard), 110, Principale, Ascension, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 3 mars 1981, à l'Hôtel-Dieu d'Alma.

Le nouveau-né portera le nom de Jocelyn, alors que le parrain sera Claude Côté et la marraine, Noëlla Bergeron. La porteuse: Mme Jean-Yves Côté.

M. Olivier Gagnon et Mme (Lucie Emond), 602, Morin, Notre-Dame d'Hébertville, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 4 mars 1981, à l'Hôtel-Dieu d'Alma.

Le nouveau-né portera le nom de Jean-François, alors que le parrain sera Michel Boilar et la marraine, Monelle Emond. La porteuse: Mme Olivier Gagnon.

M. Germain Morel et Mme (Paulette Lachance), 1849, Melançon O., Alma, sont heureux d'annoncer la naissance d'une fille, née le 4 mars 1981, à l'Hôtel-Dieu d'Alma.

Le nouveau-née portera le nom de Susie, alors que le parrain sera Gilles Morel et la marraine, Sonya Tremblay. La porteuse: Mme Germain Morel.

M. Marcel Duchesne et Mme (Suzanne Hamel), 104, Wilfrid-Simard, St-Gédéon, sont heureux d'annoncer la naissance d'un garçon, né le 2 mars 1981, à Alma.

Le nouveau-né portera le nom de Jonathan, alors que le parrain sera Sylvain Duchesne et la marraine, Rachelle Duchesne. La porteuse: Mme Marcel Duchesne.

M. Pierre Dorval et Mme (Christiane McNicoll), 236, ave Gagnon S., Alma, sont heureux d'annoncer la naissance d'une fille, née le 2 mars 1981, à l'Hôpital d'Alma.

Le nouveau-née portera le nom de Mirreille, alors que le parrain sera Serge McNicoll et la marraine, Francine Martel.



Mme Martin Martin, 291, St-Hubert, Jonquière, est heureuse de faire part du mariage de sa fille Francine avec Dominique Tremblay. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Léon-Georges Tremblay, 84, Fontaine, Jonquière. La cérémonie a eu lieu le 13 septembre 1980, à l'église Ste-Marie, Jonquière, suivie d'une réception aux Chevaliers de Colomb d'Arvida. (Photo: Wilfrid Lafrance)



M. et Mme Yves Girard, 649, Monfort, Jonquière, sont heureux de faire part du mariage de leur fille France avec Régis Veilleux. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Fernand Veilleux, 224, Salaberry, Jonquière. La cérémonie religieuse a eu lieu le 20 septembre 1980, à l'église Notre-Dame-de-Fatima, suivie d'une réception au Club Horizon de Jonquière. (Photo: Wilfrid Lafrance)



M. et Mme Gilbert St-Gelais, 63, Mgr-Bégin, Jonquière, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Francine avec Jocelyn Tremblay. L'heureux époux est le fils de Mme Rita Tremblay, 449, Ste-Berthe, Jonquière. La cérémonie religieuse a eu lieu le 27 septembre 1980, à l'église St-Dominique, Jonquière, suivie d'une réception aux Chevaliers de Colomb de Jonquière. (Photo: Wilfrid Lafrance)



M. et Mme Josaphat Tremblay, 284, St-Henri, Chicoutimi, sont heureux de faire part du mariage de leur fille Guylaine avec Jean Rousseau. L'heureux époux est le fils de M. et Mme Jean-Marie Rousseau, 695, Lapointe, Chicoutimi. La cérémonie a eu lieu le 20 septembre 1980, à l'église Sacré-Coeur, Chicoutimi, suivie d'une réception aux Chevaliers de Colomb. (Photo: Wilfrid Lafrance)

**POUR D'AUTRES SPECIAUX
VOYEZ VOTRE CAHIER
PUBLICITAIRE COULEURS**

DISTRIBUE DANS VOTRE FOYER
PAR LES HEBDOS SUIVANTS: **LE 18
MARS 1981**

- Le Point de Dolbeau
- Le Réveil de Jonquière
- Le Réveil de Chicoutimi
- Le Réveil de La Bale
- Le Plein Jour de Sacré-Coeur à Berthier
- Le Lac-St-Jean d'Alma
- L'Etoile du Lac de Roberval

provibec



RÔTI DE PALETTE DE BOEUF LA LIVRE

1.18

RÔTI CÔTES CROISÉES

DE BOEUF
LA LIVRE **1.78**

BACON TRANCHE

PROVIGO
PAQUET
500 grammes **1.38**



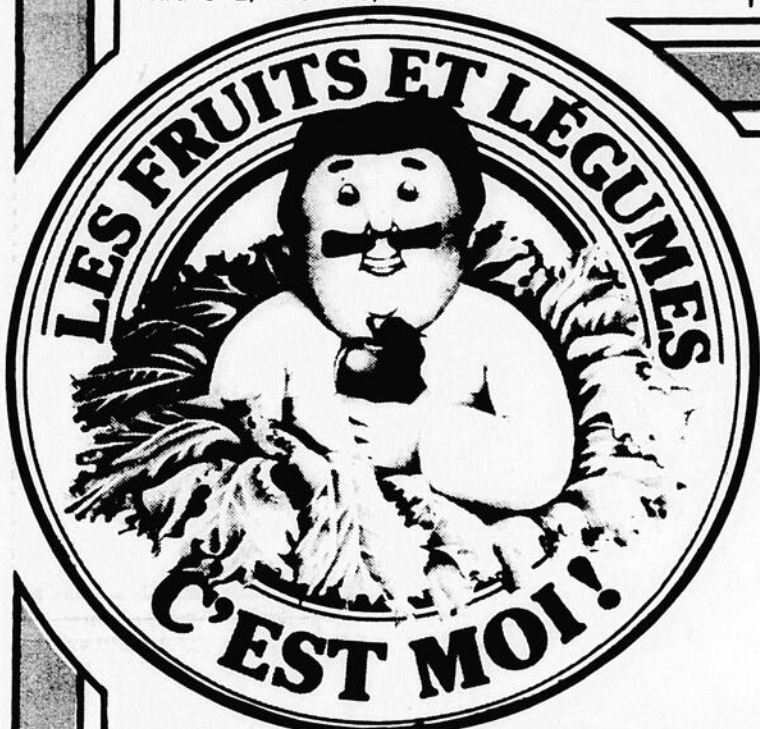
JAMBON CUIT
TRANCHE, PROVIGO, LA LIVRE

2.18

SAUCISSES FUMÉES
HYGRADE, PAQUET 16 ONCES **1.48**

BOLOGNE BLANC OU FUMÉ
TRANCHE OU EN MORCEAU, MAPLE LEAF, LA LIVRE **.98**

BOEUF FUMÉ
COORSH, PAQUET 2 x 50 grammes **1.08**



POMMES McINTOSH, DE FANTAISIE ATMOSPHERE CONTRÔLÉ DU QUÉBEC, CELLO 5 LIVRES

1.29

ORANGES SUNKIST

NAVEL
DE CALIFORNIE
GROSSEUR 113
LA DOUZAINE **1.09**

CHAMPIGNONS

BLANCS, FRAIS
DU QUÉBEC
LA LIVRE **.99**

RAISINS VERTS

SANS PEPIN
DU CHILI
CELLO 8 ONCES **1.19**

FÈVES GERMÉES

FRAÎCHES
DU QUÉBEC
16 ONCES POUR **2.88**

JUS DE TOMATES
DE FANTAISIE, HEINZ
BOITE 19 ONCES

3.00

POUR

PÂTES ALIMENTAIRES
ASSORTIMENT, CATELLI
BOITE 500 grammes

.65

THÉ SALADE
ORANGE PEKOE, ENSACHETS
BOITE DE 60

1.79

TISSUS MOUCHOIRS
ROYALE, BLANCS OU ASST. DE COULEURS

3 ÉPAISSEURS
BOITE DE 100 **.59**

PEPSI-COLA
RÉGULIER OU DIET

BOUTEILLE
750 millilitres **2.29**
POUR

FROMAGE KRAFT
SINGLE 16 TRANCHES INDIVIDUELLES

PAQUET
500 grammes **2.29**



CAFÉ MOULU
MAXWELL-HOUSE
SAC 1 LIVRE

2.79

MAXI-SERVIETTES
LIBERTÉ NOUVELLE, BOITE DE 30 **2.79**

TOAST MELBA PLAIN
OLD LONDON, BOITE 369 g **1.39**

MARGARINE MOLLE
THIBAUT, FORMAT 1 LIVRE **.79**

CRISTAUX TANG
SAVEUR D'ORANGE, PQT. 4 x 92 g **1.49**

JUS DE LÉGUMES
GARDEN COCKTAIL, ED SMITH, 48 OZ **1.39**

PÊCHES TRANCHEES
RÉGULIÈRES, CLARITA, BOITE 28 OZ **.99**

MAÏS EN CRÈME
DE CHOIX, IDÉAL, BOITE 19 OZ **2.89**
POUR

DÎNER KRAFT
MACARONI FROMAGE, 225 g **3.00**
POUR

SOUPE LIPTON
POULET et NOUILLES,
4 PLUS 1 ENVELOPPE GRATIS **1.19**

RIZ FRIT DAINTY
ASST. DE SAVEURS, BOITE 350 grammes **.69**

FARINE ROBIN-HOOD
SAC DE PAPIER 2,5 kilos **1.99**

GELÉE JELL-O
ASST. DE SAVEURS, 85 grammes **2.79**
POUR

CONFITURE
VACHON FRAISES OU
FRAMBOISES, PECTIN, 24 ONCES **1.95**

CROQUE NATURE
EN TABLETTES de QUAKER, 200 g **1.09**

NOURRITURE CHATS
PUSS'N BOOT, ASST. de BOUCHÉES, 340 g **.75**

PAPIER DE TOILETTE
WHITE SWAN
ASST. de COULEURS, PQT. 4 ROUL. **1.09**

ESSUIE-TOUT
KLEENEX BLANC OU
JAUNE, PAQUET 2 ROULEAUX **1.09**

SACS À ORDURES
GLAD (26" x 36") PAQUET DE 10 **1.39**

SACS À ORDURES BLANCS
GLAD (20" x 22") PAQUET DE 12 **.79**

DÉTÉRGENT MIR
LIQUIDE, CARTON 2 x 750 millilitres **1.29**

BISCUITS DAVID
ASSORTIMENT, FORMAT 400 ou 450 g **1.39**

CHOCOLAT
INSTANTANÉ, NESTLÉ QUIK
BOITE 1 kilogrammes

2.69

CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'À L'HEURE
DE FERMETURE SAMEDI, LE 21 MARS 1981.
LES PRIX DES DENRÉES FRAÎCHES SONT SU-
JETS AUX FLUCTUATIONS DU MARCHÉ. NOUS
NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES
QUANTITÉS.

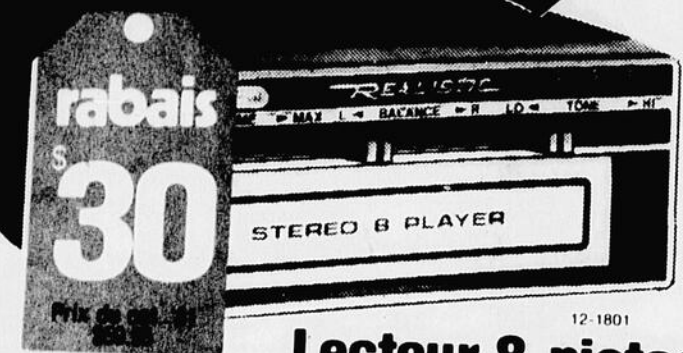
Radio Shack®

ERS
DIVISION
TANDY
ELECTRONICS
LIMITED

Les jours
"Étiquette Rouge" sont
de retour chez
Radio Shack
et les économies plus
intéressantes que jamais!
Passez à votre magasin
Radio Shack pour
découvrir la sélection
complète d'articles à
"Étiquette Rouge".

Les prix sont en vigueur
du 16 au 28 mars

vente "étiquette rouge"



2995
Liquidation

Lecteur 8-pistes pour l'auto
• Ampli stéréo 8 W.
• Fixation sous le tableau



4495
Liquidation

Radio AM/FM d'auto à fixation sous le tableau
• Avec fixations
• Poussoirs pour AM/FM



9995
Liquidation

Le TAD-15... Pratique répondeur téléphonique
• Prend jusqu'à 30 appels
• Requiert CA et 3 piles "D"



1747
Cour. 34,95

Casque NOVA®-40



28995
Liquidation

Le SCR-1800, récepteur AM/FM et magnétocassette

- Dolby[†] incorporé pour large gamme dynamique
- 16 watts par canal
- Fini similinoyer

† Marque déposée de Dolby Laboratories

Obtenez de la qualité à un bon prix!

- MC-1400 de Realistic
- Woofer 8" aux graves profondes
- Tweeter 4-1/4" aux aigües cristallines
- Placage noyer
- PAR^{**}: 55 watts

4997
chac.
Liquidation

** Puissance admissible recommandée



1695
chac.
Cour. 28,95 chac.



Kit à souder complet



695
Cour. 8,95

2

Magnétocassette AM/FM portatif MINISSETTE-VII

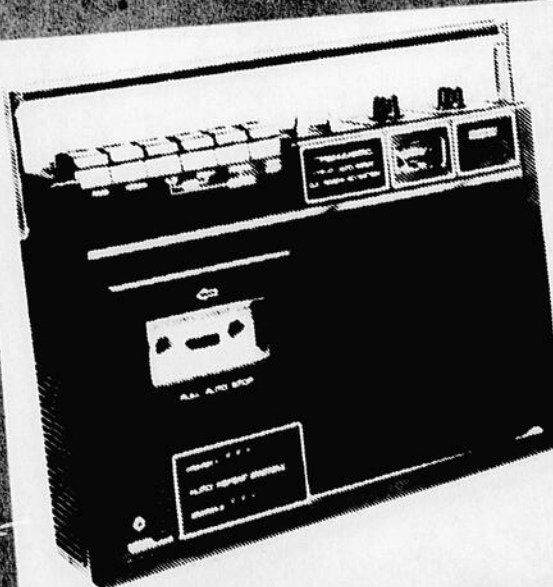
- Vous suit partout
- Piles, CA ou CC*
- Très complet!

6995
Liquidation



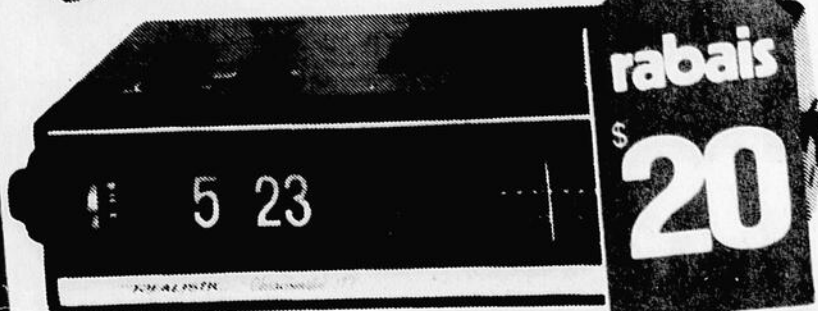
* Les piles et adaptateurs ne sont pas fournis

rabais



Magnétocassette CTR-47 à alimentation CA, CC ou piles*

8995
Cour. 139,95



Chronomatic-117

- Compact radio-réveil AM/FM numérique à volets
- Arrêt retardé de 2 h.
- Réveil en musique ou tonalité

3495
Cour. 54,95

1/2 prix

Épargnez sur jeux et jouets!



1997
Cour. 39,95

897
Cour. 17,95

1997
Cour. 39,95

3497
Cour. 69,95

rabais

Calculatrice EC-267 à LCD avec étui

- Portatif • Mémoire 4 touches
- Pourcent, racine carrée

1295
Cour. 18,95

6



T-shirts de Realistic rouges ou noirs

299
chac.

Radio Shack

Consultez votre annuaire téléphonique pour le magasin Radio Shack près de chez vous



Les animaux ne doivent pas servir de cobayes

VANCOUVER (PC) — La fenêtre aux carreaux brisés est entourée, du plancher au plafond, d'un barbouillage de suie. Le plancher est rempli de débris et l'eau des extincteurs automatiques a détrempé le tapis et les chaises.

M. John Gregg, coordonnateur du soin des animaux à l'Université de Colombie britannique, regarde autour de lui les dommages causés à son bureau. "Cela semble tellement stérile. Qu'espèrent-ils accomplir de cette façon?" L'étonnement de M. Gregg et les dommages à son bureau sont les résultats d'une violente controverse au sujet de l'utilisa-

tion des animaux pour fins de recherches scientifiques.

Dans le classeur inondé de M. Gregg il y a une chemise remplie de lettres haïeuses, dont la plupart ne sont pas signées, de la part de gens qui aiment les animaux et croient qu'il est coupable de la mort inutile de créatures sans défense.

Dans l'appartement de M. Peter Hamilton, en banlieue, il y a une autre collection de messages hostiles, écrits par des gens qui croient qu'il bloque délibérément les recherches médicales qui pourraient sauver la vie aux êtres humains.

M. Hamilton est président de la Société anti-vivisection pour la défense des animaux. Au cours de leurs investigations dans l'incendie à l'Université de Colombie britannique, les policiers ont accusé le secrétaire-trésorier de la société d'avoir mis lui-même le feu.

Cependant M. Hamilton nie que les membres de son organisation aient quoi que ce soit à voir avec l'incendie, ni avec le vandalisme perpétré au centre où se font les expériences sur des animaux.

M. Hamilton, un artiste commercial qui a mis de côté sa carrière pour consacrer tout son temps à la

défense des animaux, a décoré son bureau d'affiches proclamant qu'il est contre la vivisection. Des livres et des fascicules sur le bien-être des animaux remplissent les rayons de la bibliothèque.

Il dit que la recherche sur les animaux, au Canada, n'est pas surveillée, et c'est pourquoi il passe une bonne partie de son temps à "inspecter" les laboratoires.

M. Gregg dit qu'il n'aime pas ces visites, mais qu'il ne veut pas donner aux anti-vivisectionnistes une victoire facile en tentant de les empêcher de venir.

Après avoir étudié la médecine vétérinaire à Glasgow, en Ecosse,

M. Gregg a pratiqué son métier à la campagne en Grande-Bretagne, avant de venir en 1965 à l'Université de Colombie britannique pour diriger la clinique de soin des animaux. Il a démissionné deux ans plus tard, désenchanté de la qualité médiocre des installations, et n'est revenu qu'au moment où on lui a promis une nouvelle clinique de \$3 millions, qui fut achevée en 1975.

Il trouve encore difficile, admet-il, de parcourir les allées, lorsque 40 chiens essaient d'attirer son attention, mais ne recevront en retour que la mort, même si cette mort est administrée avec

humanité.

"Je suis un vétérinaire, dit-il. J'ai pratiqué pendant de nombreuses années et j'ai souvent aidé à sauver des animaux. Ce changement de carrière n'a pas été facile pour moi. Par ailleurs, j'ai peut-être fait autant pour les animaux de cette façon, en m'assurant qu'ils sont bien traités. Mais il m'a fallu y penser beaucoup."

"Il est indispensable d'utiliser des animaux dans divers domaines de la recherche médicale. C'est vrai que parfois il y a de la souffrance, mais elle est toujours réduite au minimum."



GUISSES DE POULET FRAÎCHES, SANS DOS

\$1.09

LA LIVRE

LAITUE ICEBERG DE CALIFORNIE GROSSEUR 24

59¢

LA POMME

POITRINES DE POULET FRAÎCHES SANS DOS, LA LIVRE	1.69	SMOKED-MEAT HYGRADE PAQUET 4 x 57 grammes	2.09
FILET DE MORUE SURGELÉ LA LIVRE	1.59	BOLOGNE EN MORCEAUX HYGRADE, LA LIVRE	1.09

POIRES BARTLETT DU CHILI GROSSEUR 135, LA LIVRE	.69	POIREAU FRAIS CULTURE DU QUÉBEC CHACUN	.49
CHOUX VERTS DES ÉTATS-UNIS LA LIVRE	.27	PANAI FRAIS DES ÉTATS-UNIS CELLO 2 LIVRES	.69

EN VIGUEUR SEULEMENT, CHEZ LES ÉPICERIES QUI OFFRENT DES VIANDES FROIDES

SAUCE HOT-CHICKEN ESTA, BOITE 400 ml

29¢

CAFÉ MOULU CHASE & SANBORN SAC 454 grammes

\$2.49

CONFITURE FRAISES OU FRAMBOISES PURES TRADITION, JARRE 9 ONCES	1.13
SIROP D'ÉRABLE PUR, CITADELLE BOITE 540 millilitres	3.19
CAFÉ INSTANTANÉ MAXWELL-HOUSE JARRE 10 ONCES	5.51
PAPIER DE TOILETTE FACELLE ROYALE, BLANC OU JAUNE, PAQUET 8 ROULEAUX	3.34

TISSUS MOUCHOIRS WHITE SWAN, BLANC OU JAUNE, BOITE DE 200	.77
FANTASTIK POUR SALLE DE BAIN BOUTEILLE 500 millilitres	1.46
DÉTERGENT ALL POUR LAYEUSE AUTOMATIQUE 3 litres, BOITE 2,1 kilogrammes	3.53
RINCE-AGENT ALL, POUR LAYEUSE VAISSELLE BOUTEILLE 500 millilitres	1.92

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS.

MAÏS EN CRÈME DE CHOIX IDÉAL BOITE 19 ONCES POUR

289¢

SAUCE SPAGHETTI À LA VIANDE CATELLI BOITE 14 ONCES

75¢

BISCUITS SALTINES MFCORMICK FORMAT 450 grammes	.89	MARGARINE MOLLE PARKAY, CONTENANT PLASTIQUE 454 grammes	1.04
BISCUITS VIAU VENUS, BANTAM 350 grammes OU VIVA 400 grammes	1.19	PAIN DE VIANDE KLIK, MAPLE LEAF BOITE 12 ONCES	1.49
SHAMPOOING AGREE, ASSORTIMENT BOUTEILLE 225 millilitres	1.85	JAMBON CUIT PICNIC, MAPLE LEAF BOITE 1 LIVRE	3.17
DENTIFRICE PEPSODENT TUBE 150 millilitres	2.05	SOUPE LONEY POULET ET NOUILLES ENVELOPPE 60 grammes	.24
BONBONS PROVIGO ASSORTIMENT FORMAT 250 grammes	1.09	PRUNEAUX MOYENS DEL MONTÉ CELLO 375 grammes	1.44

LISTE DES ÉPICERIES JOVI AUTREFOIS PROVIPOP

ALBANEL François Lavoie Albanel Co. Roberval Marché d'Alimentation Bricolage 242 route 373	MISTASSINI Alimentation Richard Côté 186 De l'Église Jean-Marie Tremblay 134 boul. St-Michel	BÉGIN Gaston Pilote boul. Parent CHICOUTIMI Arthur Beaulieu & Fils Ltée. 522 rue Ste-Anne A. Blackburn & Fils Inc. 469 St-Philippe Lucien Blackburn 455 rue Manicoum P.A. Gagné 590 Côte Reserve Xavier Larouche Enr. 68 rue Jacques-Cartier Ouest Henri Munger 14 rue Larne C.A. Desmeules 2700 Roussel Secteur Nord	ST-GÉDEON J. Ulysse Néron Inc. 221 rue Dequen Alimentation St-Gédéon 543 rue Dequen St-Gédéon STE-HEDWIDGE Benoit Lizotte 213 rue Principale ST-HENRI TAILLON Jacques Pilote St-Henri Taillon ST-HONORÉ Marché Bédard Inc. boul. Martel ST-MÉTODE Roger Savard 709 chemin Principale STE-MONIQUE Marché Ste-Monique Inc. 137 St-Jean ST-NAZAIRE Pierre Paul Tremblay 209 rue Principale STE-ROSE DU NORD Marché Ste-Rose 159 Du Quai ST-THOMAS DIDYME Patricia Tremblay 367 rue Principale RIVIÈRE ÉTERNITÉ Alimentation BCGS 118 rue Principale
ALMA Adrien Boudreault 1800 rue Melancon Epicierie Moderne 254 Ste-Cécile Georges Fortin 105 rue Laurier Marché Dequen 1020 avenue Du Parc ANSE ST-JEAN L.H. Boudreault & Fils Ltée. 213 St-Jean Baptiste	NORMANDIN Élie Bernard 903 St-Cyrille NOTRE-DAME DE LA DORE Michel Fortin 156 Des Peupliers ROBERVAL Epicierie Jacques Larouche 1155 boul. Marcotte J. R. Néron 193 rue Menard ST-AMROISE Philippe Bouchard 1997 Rang des Chutes Aime Pilote 352 rue Simard ST-ANDRÉ Lours-Joseph Boudreault St-André ST-DAVID FALARDEAU Jean-Joseph Hudon 71 boul. St-David ST-EDMOND LES PLAINES Lionel Tremblay 61 rue Principale ST-FÉLICIEN Bertrand Boudreault 2031 route Notre-Dame Marché Boily 1279 boul. Sacré-Coeur	DESBIENS Arthur Girard 1152 Hébert Jules Renaud 1108 Hébert DOLBEAU Irene Trotter 1483 boul. Wallberg GIRARDVILLE Marché Girardville Girardville HÉBERTVILLE Alimentation Chez Nous Ltée. 103 rue St-Wilbrod H. Station Tremblay & Freres 15 rue Turgeon H. Village ST-FULGENCE Achille Tremblay 244 Saguenay	

CES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'À L'HEURE DE FERMETURE SAMEDI LE 21 MARS 1981. LES PRIX DES DENRÉES FRAÎCHES SONT SUJETS AUX FLUCTUATIONS DU MARCHÉ.

Le mini-marché où tout est super!

Evitez l'habitude des analgésiques

Elles le pensent sans doute, mais ne le disent jamais tout haut. Les compagnies de produits pharmaceutiques annoncent une panoplie de remèdes contre la douleur à la télévision, mais leur message au fond, suggère de rester assis devant le tube et de se soigner tranquillement soi-même.

Chaque produit évidemment se vante d'être plus fort que le concurrent et il est vrai que certains soient très puissants, mais jamais n'avons-nous entendu un commercial qui mette la population en garde contre les risques que comporte l'habitude de ces analgésiques. Pareilles réclames publicitaires devraient être bannies des ondes à moins d'apporter de sérieuses modifications à leur présentation. Lorsqu'ils prescrivent des médicaments, les médecins sont tenus de prévenir leurs patients des réactions possibles au traitement; pourquoi ne pas exiger, de façon similaire, des vendeurs de calmants contre la douleur, qu'ils avertissent le public des dangers de l'utilisation massive de leurs produits, au niveau des reins notamment.

Le drame australien devrait pourtant suffire. Reconnus comme les plus grands consommateurs de pilules au monde, les Australiens payent aujourd'hui le prix de leur bêtise: 25% des patients dépendant d'un appareil à dialyse le sont à cause de surconsommation d'analgésiques.

Dans le passé, on avait toujours réalisé par le Dr W. Gifford-Jones.

jours attribué les lésions rénales à des maladies systémiques, le diabète notamment accélère la destruction de la fonction rénale, mais en 1953, deux médecins, Spuhler et Zollinger, firent une découverte étonnante. Ils observèrent chez plusieurs femmes dans la quarantaine des défaillances rénales non explicables. Seul indice commun: elles avaient toutes pris de fortes quantités de calmants contre la douleur pendant les dernières années.

La première blâmée fut la phénacétine que l'on retrouvait dans maints calmants, mais en dépit de son retrait du marché australien en 1967, suivi par le Canada en 1971, il n'y a pas eu de régression significative des maladies du rein, en Australie notamment. La conclusion s'impose d'elle-même: n'importe quel analgésique pris à grandes doses endommage les reins.

Vente de plusieurs milliers de tonnes de comprimés

Combien consommons-nous individuellement de ces pilules pour engourdir le mal? Difficile à dire, mais au cours de 1979, nous en avons avalé collectivement plusieurs milliers de tonnes en Amérique du Nord. A l'instar de l'alcool, plusieurs sous-estiment leur action insidieuse.

D'astucieux chercheurs suisses élaborent un plan peu orthodoxe afin d'évaluer la consommation de comprimés anti-douleur chez un groupe d'ouvrières d'une manufacture. Ils fouillèrent quotidiennement les poubelles à la recherche des contenants vides. Ils en vinrent à la conclusion que 30 p.c. de ces femmes prenaient au moins cinq comprimés par jour.

En général les tablettes sont de 300 mg, mais les dernières annonces à la télévision parlent de doses de 500 mg et de 800 mg. Selon le Dr. Kincaid-

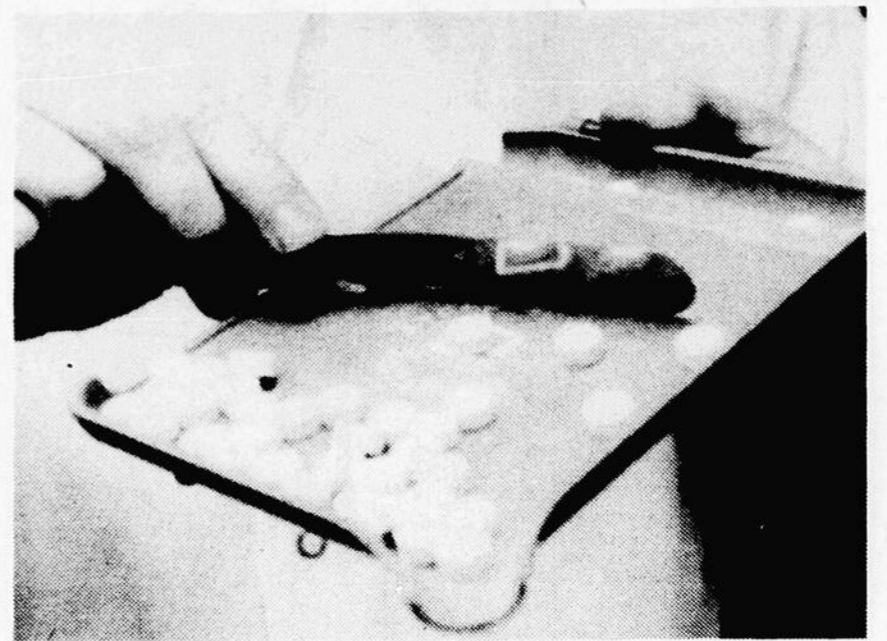
Smith, spécialiste des maladies du rein, il ne faut pas plus de trois ans, à ce rythme, pour endommager les reins. Par ailleurs, on ne sort généralement pas vivant d'une dose de 20.000 mg.

Ne soyez pas dupes de publicité

Pour mieux comprendre, mettez-vous à la place des fabricants de produits pharmaceutiques. Que feriez-vous si vous aviez un produit à vendre? Vous engageriez les meilleurs publicistes en ville en leur donnant pour mission de prouver à un public déjà facile à dupes, que votre aspirine, votre entrophène, votre anacine ou instantane est le remède le plus puissant sur le marché, bien qu'ils soient tous de l'acide acétylsalicylique, parce qu'il se dissout cinq secondes plus vite que les autres dans l'estomac!

Ne soyez donc plus de ces consommateurs qui se laissent bernés sans discernement! Dans le monde des affaires, nul n'est tenu d'être le gardien de son frère, seul le profit compte, pas la morale!

Quant à l'avenir on viendra



vous vendre de l'aide pour soulager vos petits maux, déclinez donc l'offre de ces marchands. Ne les laissez pas insulter votre intelligence avec pareille sottise: "Ce médicament est plus efficace parce qu'il se dissout plus rapidement."

N'optez jamais pour un remède simplement parce qu'il est extra-fort, les risques d'endommager les reins vont de pair. En outre, n'achetez que de petites quantités à la fois, à moins de souffrir d'arthrite

chronique. La facilité avec laquelle on peut se les procurer donne parfois l'impression qu'ils sont aussi inoffensifs que des petits bonbons à la menthe!

S'il revient à l'Association médicale canadienne de mettre le gouvernement fédéral en garde contre les dangers que comporte l'abus de ces médicaments, la population devrait, elle, tourner le bouton du téléviseur quand on les annonce sur les ondes...



ENCORE UNE FOIS — Karen Rogers jette un oeil plutôt amusé à la pièce d'équipement qui lui a fait faire une chute de cheval il y a quelques jours. Blessée au dos, Karen est hospitalisée au Long Island Jewish Hospital.

C'est la seconde fois qu'elle subit pareille blessure puisque l'an dernier elle avait été au rancart pour six mois. (AP Laserphoto)

L'hôpital Sainte-Justine présente un bilan positif de ses recherches sur la leucémie

MONTREAL (CP) — Parmi toutes les maladies dont les enfants peuvent être atteints, le cancer est la principale cause de mortalité, tant au Québec que partout au Canada. La forme la plus fréquente de cancer chez l'enfant est la leucémie, ou cancer des globules blancs du sang. La prolifération incontrôlée des cellules leucémiques empêche la croissance, d'une part des hématies qui transportent l'oxygène, d'autre part des plaquettes nécessaires à la prévention des hémorragies et finalement des leucocytes normaux permettant de lutter contre les infections. Les enfants leucémiques présentent les symptômes suivants: pâleur, faiblesse, hémorragie, fièvre et infection.

Depuis 1950

Avant 1950, l'espérance de vie d'un enfant atteint de leucémie n'était que de quelques semaines. Depuis 1950, plusieurs médicaments efficaces furent découverts permettant ainsi un traitement adéquat pour plusieurs d'entre eux. Aujourd'hui, 50% des enfants leucémiques ont une espérance de vie de plus de 5 ans. La plupart de ces enfants continuent à vivre normalement (école, activités sportives, et sociales...), bien qu'ils doivent subir un examen médical périodique. Quelques-uns de ces enfants sont même guéris. Malheureuse-

ment, suite à de nombreux traitements, les cellules leucémiques de certains enfants deviennent résistantes aux médicaments conventionnels. Ces cellules se multiplient rapidement et la maladie devient incontrôlable.

Au début de la thérapie, les médicaments conventionnels sont capables de tuer plus de 99,9% des cellules leucémiques. Mais moins de 0,1% des cellules leucémiques échappent à l'action des médicaments parce qu'elles sont résistantes. Avec le temps, ces cellules leucémiques vont se multiplier jusqu'au moment où 100% des cellules leucémiques de l'enfant seront résistantes au traitement. Aujourd'hui, le principal obstacle à la guérison des enfants leucémiques est le problème de la résistance aux médicaments.

En 1977 une équipe de chercheurs spécialisés dans la chimiothérapie de la leucémie et du cancer est venue s'établir à l'hôpital Sainte-Justine pour les enfants. La recherche clinique est sous la direction du docteur Georges E. Rivard, pédiatre, spécialiste en hématologie-oncologie. La recherche de laboratoire est sous la direction du docteur Richard L. Mompalier, pharmacologue, spécialisé dans les médicaments anti-leucémiques et anticancéreux. Cette équipe de recherche est composée de douze personnes, dont 6 consacrent tout leur temps à la recherche seulement.

Résultats

Depuis ce temps ce groupe de recherche a produit les résultats suivants:

Cette étude fut la première, afin d'aider à essayer le nouveau médicament 5-AZA-Desoxycytidine, afin d'aider les enfants leucémiques devenus résistants à la thérapie conventionnelle. Ce nouveau médicament semble être plus efficace que plusieurs autres médicaments conventionnels. En effet, il peut détruire certaines cellules résistantes à d'autres médicaments. Ces résultats furent présentés dans le cadre du Congrès international d'hématologie, tenu à Montréal au mois d'août 1980.

Cette équipe a développé des tests qui peuvent être faits avec différents médicaments pour déterminer s'ils sont actifs ou non contre les cellules leucémiques d'un patient. De tels tests permettent la sélection des meilleurs médicaments à employer. Ce laboratoire est présentement le seul au Canada à faire ces tests de sensibilité.

Cette équipe travaille présentement à trouver d'autres médicaments efficaces qui pourront détruire les cellules leucémiques résistantes. Le laboratoire possède des lignées de cellules leucémiques résistantes (provenant de modèle animal) qui servent à sélectionner les meilleurs médicaments à employer contre ce type de cellules.

LEUCAN

Ce groupe de chercheurs croit que la plupart des travaux accomplis sur la leucémie peuvent éventuellement s'appliquer aussi au traitement des tumeurs solides de l'enfant et de l'adulte. LEUCAN a joué un rôle très important dans le développement du groupe de recherche. Par exemple, LEUCAN a acheté de nouveaux médicaments anti-leucémiques très dispendieux fabriqués en très petite quantité par des chimistes affiliés à d'autres instituts de recherches. De plus, LEUCAN a défrayé le coût d'achat de plus de \$20.000 d'équipements de laboratoire nécessaires au travail de l'équipe. Cette équipe de recherche est très reconnaissante de l'aide fournie par LEUCAN.

LEUCAN a également joué un rôle important dans le développement de la recherche sur la leucémie et le cancer à l'hôpital Sainte-Justine. LEUCAN désire continuer à supporter la recherche puisque les fonds alloués par les gouvernements fédéral et provincial ne suffisent pas à assurer un financement adéquat qui permettrait à l'équipe de recherche de progresser aussi rapidement qu'elle le voudrait et d'atteindre son objectif, c'est-à-dire la guérison de tous les enfants atteints de leucémie et de cancer.

Contrôle plus efficace des médicaments amaigrissants

NATIONS UNIES, Genève (AFP) — Quatre médicaments amaigrissants seront placés sous contrôle international à la suite des recommandations formulées par l'Organisation mondiale de la santé, annonce un communiqué de l'OMS.

Ces médicaments, ajoute le communiqué, sont connus sous les dénominations de benzphétamine, mazin-

dol, phendimétrazine et phentermine.

L'un des moyens de perdre du poids en effet consiste à prendre des substances anorexiques de type amphetaminique qui peuvent engendrer la dépendance et entraîner en outre des effets secondaires indésirables.

Deux autres médicaments anorexiques, l'amfepramone et la phénétrazine, sont déjà sous contrôle.

La promotion de vaisselle Mountain Wood

STEINBERG

UN FRANC SUCCES!

La demande de notre clientèle pour le service de vaisselle Mountain Wood est phénoménale et nous l'en remercions.

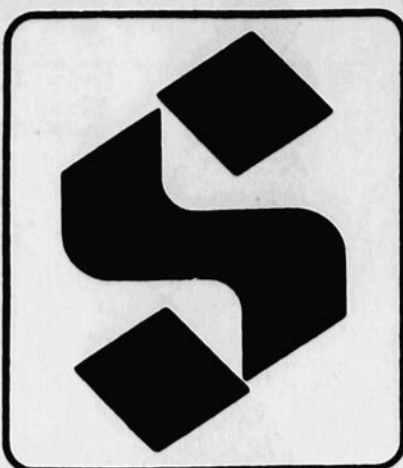
Malheureusement ce succès dépasse nos prévisions et certaines pièces du service de vaisselle pourraient être temporairement à court dans nos supermarchés.

Soyez assurés que dès le 15 avril, des stocks suffisants seront en magasin et que notre promotion se poursuivra jusqu'à ce que toutes vos demandes soient remplies.

Merci de votre compréhension.

**G
R
E
N
E
T
S**

**VOUS FEREZ SÛREMENT
BON MÉNAGE AVEC EUX!**



**DÉTERSIF
EN POUDRE
FAB
BTE DE 6 LITRES**

2.99

NETTOYANT
POUR CUVETTES
DE CABINETS
DAINTY BOL
RÉGULIER OU PIN
BOUT DE 341 mL

.99

NETTOYANT
DÉSINFECTANT
LYSOL
POUR ÉVIER, BAIGNOIRE
ET TUILES
BOMBE AÉROSOL DE 425 g

1.77

Plus résistant
que la cire

CIRE
ACRYLIQUE
POUR
PLANCHERS
FUTURE
BOUT DE 750 mL

2.89

NETTOYANT
LIQUIDE
M. NET
BOUT. DE 1.5 LITRE

2.49

NETTOYANT
À VITRES
WINDEX
AVEC VAPORISATEUR
À GÂCHETTE
BOUT DE 600 mL

1.47

ÉPONGES
PAQUET BONI DE 8

.99

NETTOYANT
TOUT USAGE
STEINBERG
AVEC VAPORISATEUR
BOUT DE 500 mL

1.47

RÉCURANT
EN POUDRE
DUTCH
BTE DE 400 g

.39

NETTOYANT
DÉSODORISANT
SPIC & SPAN
BTE DE 2 LITRES

3.09

NETTOYANT
TOUT USAGE
STEINBERG
BOUT. DE RECHARGE
DE 900 mL

1.38

POLI À
MEUBLES
PLEDGE
JOHNSON
ORDINAIRE OU
CITRON
BOMBE AÉROSOL
DE 350 g

2.89

Les prix indiqués dans ces pages sont valables jusqu'à la fermeture des supermarchés mardi prochain 18 h. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands. Si un article en réclame venait à manquer en rayon, demandez un bon de garantie de prix au comptoir d'information.

GRANDS
PRIX
S

LES SUPER-SPÉCIAUX SONT LÀ!

Utilisez notre ligne **TÉLÉ-MARCHÉ**
pour connaître toutes nos bonnes nouvelles.

SUPER-SPECIAL!



**JAMBONNEAU
OU CROUPE
DE PORC FRAIS**
LA LB

.95

SUPER-SPECIAL!



**POITRINE
DE POULET
SURGELÉES
INDIVIDUEL-
LEMENT
SANS DOS**
STEINBERG
LA LB

1.59

SUPER-SPECIAL!



**CUISSES DE
POULETS
SURGELÉES
INDIVIDUEL-
LEMENT
SANS DOS**
STEINBERG
LA LB

1.19

SUPER-SPECIAL!



**SAUCISSES
FUMÉES
FRANKFURTERS**
HYGRADE
CUIRE 10 MINUTES À 180°C

**SAUCISSES
FUMÉES
SANS PEAU**
HYGRADE
POT DE 454 g

1.69


SUPER-SPECIAL!



**SOC DE
PORC FUMÉ**
C.C.S.
LA LB

1.59

SUPER-SPECIAL!



**JAMBON
DÉOSSÉ
STYLE
PAYSAN**
STEINBERG
LA LB

3.59

SUPER-SPECIAL!



**FRAISES
DE FLORIDE
CANADA NO 1
BOÎTE BIEN
REMPLIE DE
1 CHOPINE**

.89

SUPER-SPECIAL!



**LAITUE
ICEBERG
DE CALIFORNIE
CANADA NO 1
FORMAT 24
PIÈCE**

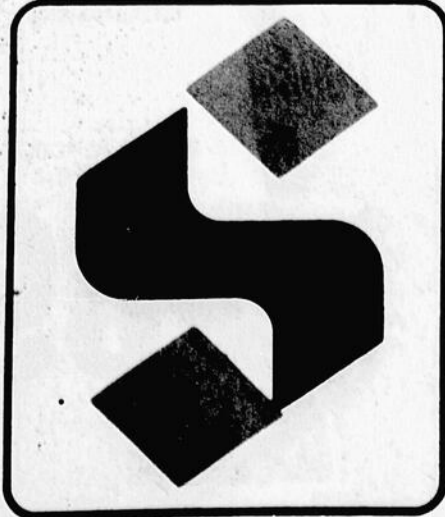
.49

SUPER-SPECIAL!



**BROCOLI
DE CALIFORNIE
FORMAT 14
LA BOTTE**

1.09



SUPER-SPECIAL!



FRIANDISES CHOCOLATÉES MARS
PQT DE 129 g - 3 TABLETTES

.49

Pour connaître les meilleurs achats de la semaine, utilisez sans frais de tous les coins du Saguenay-Lac St-Jean la ligne

TELE-MARCHE STEINBERG
1-800-463-9647



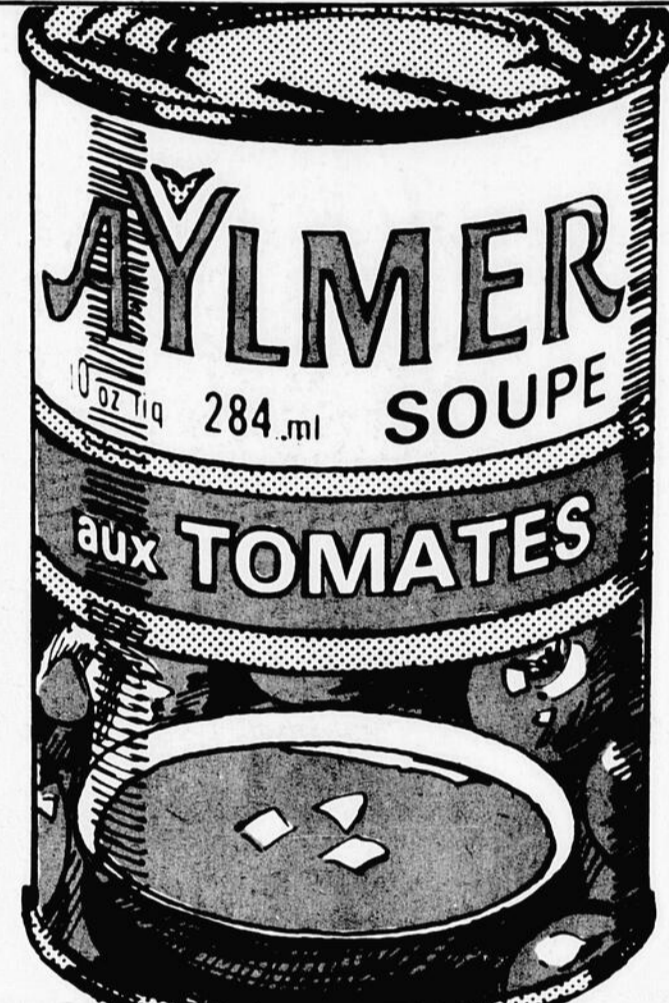
Tele-marche
1-800-463-9647

Qualité, choix et service

...Toujours au meilleur prix!

Les articles annoncés dans ces pages sont en réclame aux supermarchés du Saguenay/Lac St-Jean seulement jusqu'à la fermeture samedi prochain. Il est possible que certains articles, particulièrement les articles non-alimentaires ne soient pas offerts dans l'un de nos supermarchés ou offerts dans un format différent de celui annoncé. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article en réclame venait à manquer en rayon, demandez un bon de garantie de prix au comptoir d'information.

SUPER-SPECIAL!



SOUPE AUX TOMATES OU AUX LÉGUMES AYLMER
BTE DE 284 mL

.19

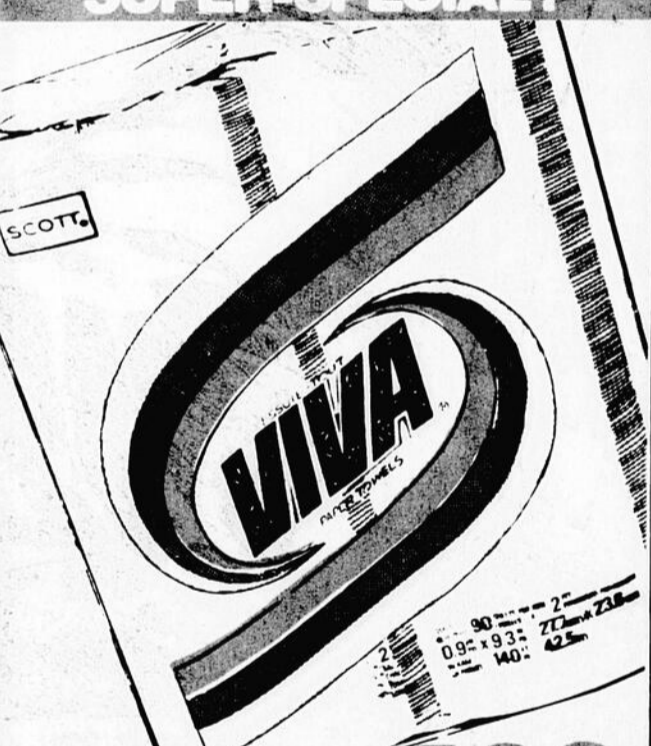
SUPER-SPECIAL!



RIZ FRIT INSTANTANÉ DAINTY
SAVEURS AU CHOIX
BTE DE 350 g

.55

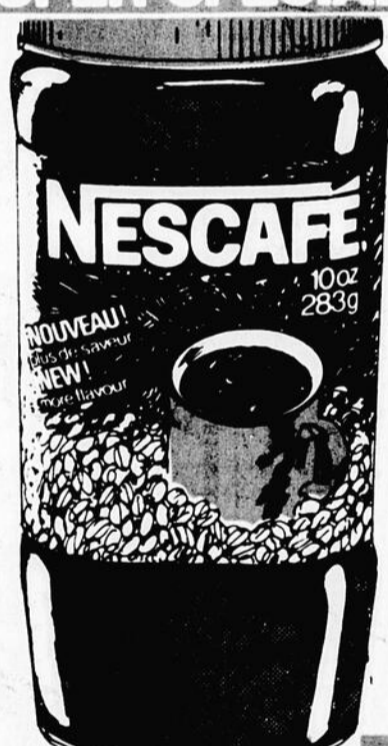
SUPER-SPECIAL!



ESSUIE-TOUIT VIVA
COULEURS AU CHOIX
POT DE 2 ROUL.

1.09

SUPER-SPECIAL!



CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
BOCAL DE 283 g

4.77


SUPER-SPECIAL!



SPAGHETTI, SPAGHETTINI OU MACARONI COUPÉ CATELLI
BTE DE 1 kg

1.15

SUPER-SPECIAL!



BISCUITS SANDWICHS AU FONDANT AU CHOCOLAT, SANDWICHS À LA CRÈME OU SANDWICHS VARIÉS
STEINBERG
SAC CELLO DE 400 g
FEUILLE D'ÉRABLE
SAC DE 350 g
OU GAUFRETTES VARIÉES
SAC DE 250 g

.88

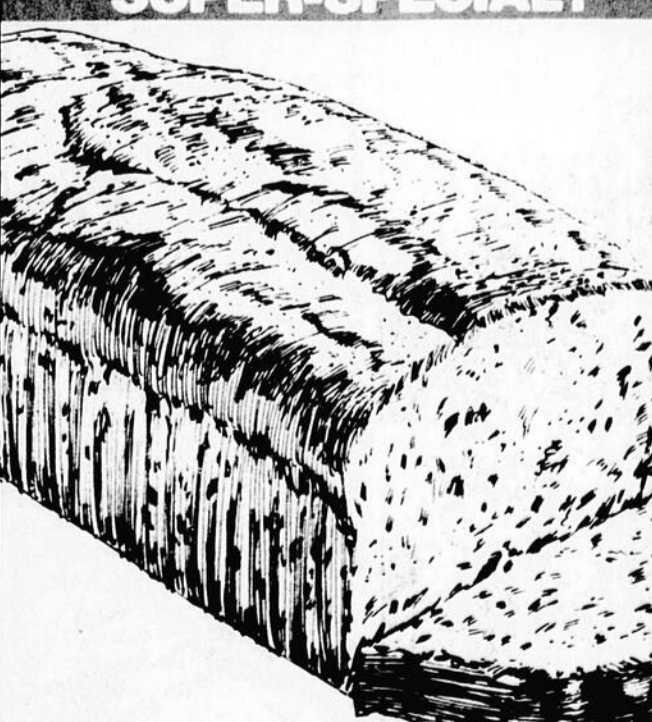
SUPER-SPECIAL!



MARGARINE MOLLE LACTANTIA
CONT. DE 454 g

.79

SUPER-SPECIAL!



GÂTEAU AUX DATTES STEINBERG
425 g

.79

SUPER-SPECIAL!



BALAI EN FIBRES DE MAÏS
5 CORDES
PIECE

2.99

SUPER-SPECIAL!



BAS-CULOTTE STEINBERG
TAILLE UNIVERSELLE
POT DE 4

2.25

ce qu'il faut savoir avant d'acheter sa publicité

il faut savoir

déterminer son budget en fonction des objectifs visés

il faut savoir

fixer des objectifs précis et réalistes

il faut savoir

rédiger des messages directs et simples

il faut savoir

miser sur la qualité de l'annonce autant que la répétition

il faut savoir

donner aux vignettes ou photos la place qui leur revient. Ne dit-on pas "qu'une image vaut mille mots"

il faut savoir

que l'argent dépensé en publicité est un investissement

il faut savoir

choisir les bons médias publicitaires

il faut savoir

faire la différence entre un journal vendu certifié ABC et un journal gratuit

il faut savoir

éviter d'acheter n'importe où, dans n'importe quoi, et, de croire n'importe qui parler de chiffres de circulations incontrôlables

il faut savoir

que L'ABC (Audit Bureau of Circulation) est le seul organisme de vérification de tirage de journaux vendus, reconnu en Amérique par les agences de publicité et par les grandes chaînes de magasins, multinationales.

il faut savoir

que les deux journaux les plus vendus avec des chiffres vérifiés par l'ABC au Saguenay-Lac-Saint-Jean sont le PROGRES-DIMANCHE et LE QUOTIDIEN DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

il faut savoir

que les spécialistes en publicité du PROGRES-DIMANCHE et du QUOTIDIEN DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN, sont à votre disposition n'importe quand pour vous aider à réaliser vos objectifs publicitaires. Chacun d'entre eux peut vous fournir le pamphlet des caractéristiques socio-démographiques du Saguenay et un agenda de la programmation des ventes et de la publicité pour l'année.

DEMANDEZ A L'UN D'ENTRE NOUS D'ALLER VOUS RENCONTRER

NOUS SAVONS COMMENT FAIRE
POUR AUGMENTER VOS VENTES

progrès-dimanche

Le QUOTIDIEN
DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

Vos plantes...

Assurez-vous d'une récolte!

Chaque mercredi, j'aurai le privilège, par le biais du QUOTIDIEN, de venir vous entretenir des plantes et des soins à leur donner. En plus, il me fera plaisir de répondre à toutes les questions que vous me ferez parvenir



Louis-C. Angers

concernant la culture des fleurs, des plantes d'intérieur, des légumes, des soins à donner à votre pelouse, vos arbres et arbustes, de l'emploi judicieux des insecticides, herbicides et engrais chimiques.

La fièvre du printemps arrive! La période où il faut choisir ses semences, faire ses semis intérieurs et penser aux récoltes futures. Ce réveil de la nature coïncide avec les premiers pas de cette chronique.

Tu récolteras ce que tu as semé... dit un proverbe. L'utilisation de semences de qualité représente le premier facteur de la réussite des cultures ornementales et potagères. Donc, le choix des variétés et l'achat des sachets de graines demandent une attention spéciale de la part du jardinier amateur. Les inconvénients présentés par des semences de variétés mal sélectionnées (pour notre région) peuvent être graves pour la récolte future, allant de l'inefficacité à une production insignifiante ou presque nulle.

Les grainetiers, dans la description des variétés qu'ils vous

offrent, vous indiquent le nombre requis de jours de culture pour obtenir la maturité du légume ou la floraison d'une variété de fleurs. Il faut noter que ce nombre de jours requis peut être influencé par les conditions

de votre sol, de la température estivale, de l'arrosage et des soins donnés à vos plants; ce n'est qu'un guide pratique pour vous aider à choisir judicieusement vos variétés. De plus, il est très important de retenir que pour l'aubergine, le brocoli, le chou, le chou-fleur, le piment et la tomate, le nombre de jours indique le temps requis de culture en pleine terre et non du semis à la récolte.

Lors de l'achat des semences, il ne faut pas se fier uniquement à l'illustration qui enjolive le sachet. On doit lire attentivement les informations données au verso du sachet ou celles données dans les catalogues des marchands-grainetiers.

Le mode de croissance est un de ces renseignements utiles et essentiels. Les termes nains, grimpants, erecta (croissance érigée), pendula (tiges pendantes) donnent une idée assez précise de ce mode de croissance. Ici, c'est l'utilisation désirée de vos plants qui déterminera le choix des variétés.

Vous serez peut-être fascinés par la description de nouvelles

inédites ou quasi miraculeuses. Faites attention à ces nouveautés. Vous pouvez les essayer, mais ne remplacez pas entièrement de vieilles variétés qui vous ont donné de bons résultats par les années passées. Ces nouveaux cultivars ne produisent peut-être pas adéquatement dans notre région.

Dans l'achat des graines de semences, la question du prix importe peu à mon sens. Ce prix représente d'ailleurs une très faible partie de la récolte future.

La production des graines de semences, véritable science, demeure l'apanage des généticiens et des spécialistes. Sauf en rares occasions et en toutes connaissances de causes, le jardinier amateur ne récolte pas ses semences lui-même; la plupart des variétés cultivées sont des hybrides et leurs qualités génétiques ne sont pas fixées. C'est ainsi que, parmi des graines récoltées sur le même plant, on y trouvera des différences de précocité, de rendement, de forme, de hauteur, de couleur, etc.

La fraîcheur des graines semées est aussi de toute première importance. Avec les semis, ce sera le sujet traité lors de notre prochaine chronique.

Si vous désirez une réponse à vos questions concernant un problème horticole, je vous invite à communiquer avec moi en écrivant à: Le QUOTIDIEN, als Louis-Claude Angers, 1051, boulevard Talbot, Chicoutimi, G7H 4B5.



Un jardin miniature dans votre maison

(CP) Quand vous commencez à craindre que l'hiver ne finira jamais, reprenez courage en aménageant un jardin printanier intérieur. Il suffit de quelques pots de bulbes à floraison printanière transplantée dans un grand contenant décoratif pour créer un jardin miniature.

Les plants de tulipes, narcisses, jacinthes, crocus et d'iris, qui ont été forcés à l'intérieur par les centres de jardin et les fleuristes sont prêts à fleurir. Choisissez des plants dont les fleurons sont bien

serrés dans le bourgeon et vous aurez la joie de voir les fleurs s'épanouir graduellement dans votre demeure.

Voici la liste des matériaux nécessaires pour créer un jardin printanier à l'intérieur: un joli contenant ou plat (muni d'un orifice de drainage) assez grand pour loger plusieurs plantes; au moins trois espèces de bulbes rustiques et chacun d'une hauteur différente (les tulipes, les jacinthes, et les crocus, qui sont respectivement

hautes, moyennes et courtes); quelques plantes vertes; des graviers pour le fond du contenant; du terreau et de la mousse de tourbe. N'oubliez pas de bien laver le contenant dans une solution savonneuse tiède. Les graviers épanchés sur le fond du contenant empêchent le sol de bloquer le trou de drainage.

Remplissez le plat jusqu'à la moitié de sa hauteur avec du terreau. Sortez les plants de bulbes de leurs pots et placez-les dans le contenant.

L'aménagement du jardin sur plat doit être bien planifié en tenant compte surtout de l'espace et de la hauteur.

Il faut qu'il y ait suffisamment de distance entre les plantes pour que leurs racines ne s'entremêlent pas.

Si le jardin doit être vu de l'avant, il est essentiel que les plantes les plus hautes soient à l'arrière-plan. Par contre, lorsqu'il s'agit de jardins qui seront observés de tous les côtés, il est essentiel que les plantes les plus hautes soient installées au centre et entourées des plus courtes.

D'autre part, si votre intention est d'employer des plantes retombantes, tels les philodendrons ou les lierres, disposez-les sur les côtés du plat.

Le principal avantage de se servir des plantes vertes en même temps que les bulbes à floraison printanière, c'est que les plantes tropicales combinent les vides lorsque les bulbes se fanent.

Une fois les plantes bien installées, ajoutez du terreau de qualité, que vous tasserez par un bon arrosage.

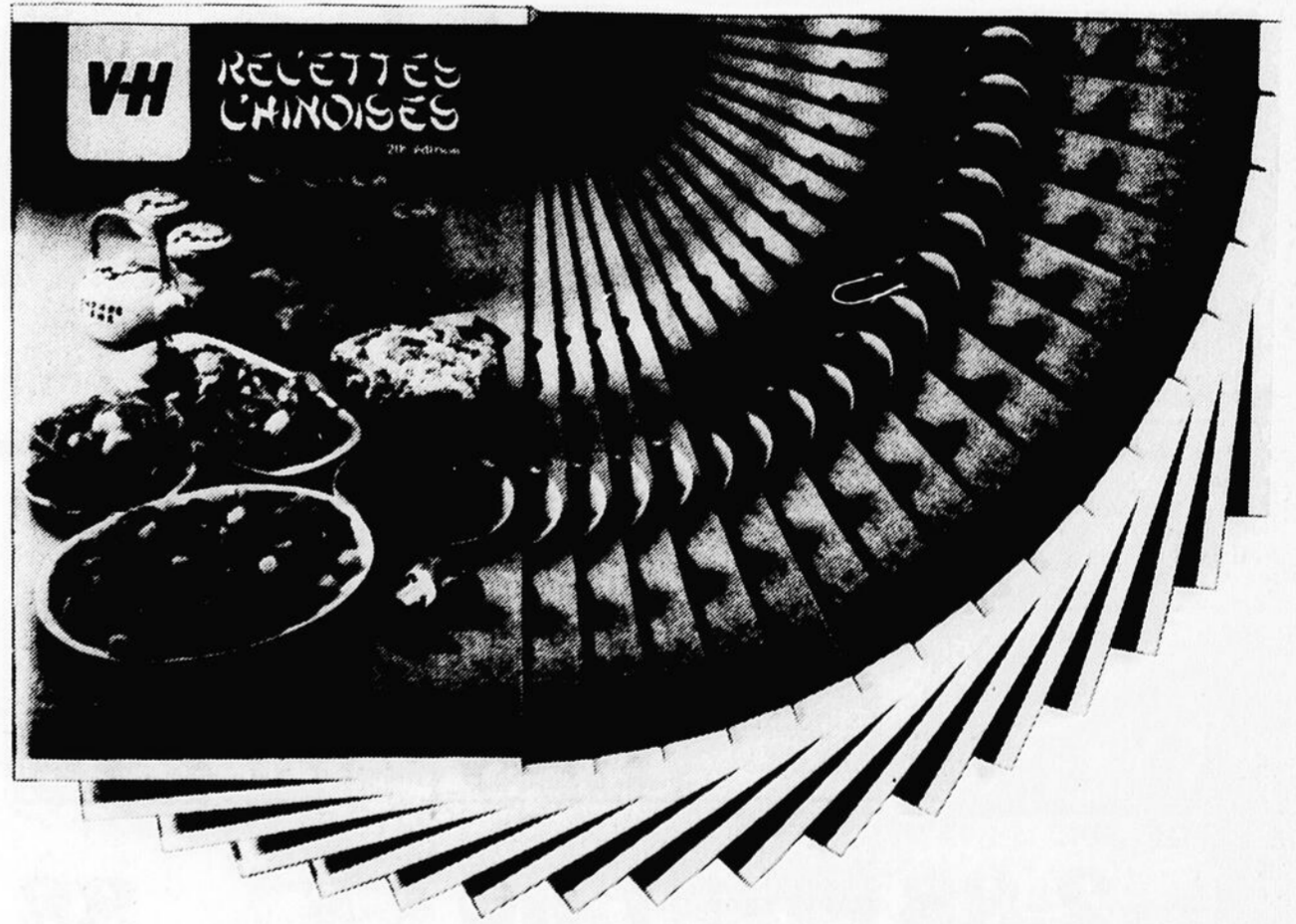
Une mince couche de tourbe horticole non moulue ou de petits fragments d'écorce de conifères donne un aspect rustique, une impression de sous-bois très agréable. Par ailleurs, ces matériaux constituent un excellent paillis qui retient l'humidité du sol dont les bulbes ont grand besoin pour leur développement normal.

Contrairement aux autres plantes à fleurs cultivées à l'intérieur durant l'hiver et qui exigent beaucoup de chaleur, les bulbes à floraison printanière préfèrent une température fraîche (15 à 18 degrés C). Ainsi, en diminuant le chauffage de votre demeure cet hiver, vous conserverez l'énergie, économiserez de l'argent et prolongerez la durée de votre jardin printanier d'intérieur.



Un jardin printanier miniature dans votre demeure. C'est très simple à confectionner. Tout ce qu'il vous faut, c'est quelques tulipes, des jacinthes et des narcisses, ainsi que des plantes de maison, un contenant décoratif et un terreau approprié.

Un éventail de nouvelles recettes préparées par



Ajoutez une note d'exotisme à vos menus de tous les jours. Plus de 70 nouvelles recettes chinoises économiques faciles à préparer. Aussi, V-H offre un cours d'art culinaire aux associations du Québec qui en font la demande. Les groupes doivent être composés de plus de 400 personnes.

Postez ce coupon à: V-H Aliments de Qualité, 1700, Montée Masson, Laval, Qué. H7E 4P2

Veillez me faire parvenir votre nouveau livre de recettes chinoises V-H, 20^e édition. Ci-joint \$1.00 pour frais de manutention et d'acheminement.

Nom: _____
 Adresse: _____
 Ville: _____ Prov.: _____ Code postal: _____



**OPÉRATION
DÉFI**

COMPAREZ
*la chaleur
de l'accueil*



**JEUNES DINDONS
SURGELÉS**
Canada, Catégorie "A"
moins de 16 lb

1.08
lb

PRIX DÉFI

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

1.08
lb

LAITUE ICEBERG
Gr. 24
Produit de la Californie
Cat. Canada no 1

ch. **.49**



**BOEUF HACHÉ
MI-MAIGRE**

1.88
lb

JARRETS DE PORC
surgelés

.39
lb

PRIX DÉFI

POMMES McINTOSH
A.C.
Produit du
Québec
Cat. Québec
de fantaisie

1.08
Cello 4 lb

DIND-O-JUS
surgelées
Canada,
Catégorie "A"
FLAMINGO
moins de 16 lb

1.28
lb

**SAUCISSON DE
BOLOGNE**
morceau
2 lb et plus

1.38
lb

**BACON RÉGULIER OU
SOUPÇON D'ÉRABLE**
tranché
sans couenne
MAPLE LEAF

1.88
500 g

TOURTIÈRE
surgelée

**LA BELLE
FERMIÈRE** 450 g

1.78

FOIE DE BOEUF
de choix pelé,
déveiné,
tranché,
produit
décongelé

.98
lb

**SAUCISSES
FUMÉES**

1.68
1 lb

**SAUCISSES
surgelées**

**LA BELLE
FERMIÈRE** 500 g

2.18

BOEUF FUMÉ
tranché
COORSH
2 env. de 50 g

1.38

CANTALOUPE
Gr. 56
Produit du Mexique
Cat. Canada no 1

ch. **.79**

**CONCOMBRE ANGLAIS
MOYEN**
Gr. 12
Produit de
l'Ontario
Cat.
Canada no 1

ch. **1.19**

**FILETS DE
SOLE**
surgelés

2.88
lb

**JAMBON
CUIT**
tranché
MAPLE LEAF

1.09
175 g

**PÂTE DE
VIANDE**
surgelée au choix
**LA BELLE
FERMIÈRE**

.88
175 g

**SAUCISSES
FUMÉES**
tout boeuf
COORSH

1.98
1 lb

RAISIN NOIR RIBIER
Importé
du Chili

lb **1.29**

CITRONS
Gr. 140
Produit des
États-Unis

6/.69

**JAMBON CUIT ULTRA
MAIGRE**
tranché

2.88
lb

**SAUCISSON DE
PEPPERONI**
en bâtonnet
MAPLE LEAF

1.68
250 g

**SAUCISSES EN
COIFFE**
surgelées

**LA BELLE
FERMIÈRE** 375 g

1.78

**POINTE DE POITRINE
DE BOEUF
SALÉ**
COORSH

2.78
lb

ÉCHALOTES
Produit des
États-Unis

3/.65

RADIS
Cello 1 lb
Produit des États-Unis

ch. **.49**

ORANGES
Produit de
la Floride

Cello 5 lb **1.89**

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur jusqu'à la fermeture des magasins de vos maîtres épiciers Métro samedi prochain

On connaît not'monde!

SALADE DE FRUITS OU POIRES EN DEMIES BARTLETT
Canada de choix
AYLMER
bte 14 oz

.69

FROMAGE NATUREL KRAFT BRICK
paquet 16 oz

2.49

THON BLANC ÉMIETTÉ CLOVER LEAF
bte 184 g

1.69

JUS DE TOMATES
Canada de fantaisie
AYLMER
bte 19 oz

.45

HARICOTS COUPÉS
verts ou jaunes
POIS VERTS
MAÏS EN CRÈME
Canada de fantaisie
DEL MONTE
bte 14 oz

2/89

CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
bocal 10 oz

5.29

LAIT ÉVAPORÉ ÉCRÉMÉ
2%
CARNATION
cont. 385 ml

.55

CONFITURE AVEC PECTINE
fraises, framboises
HABITANT
cont. 24 oz

2.19

MARGARINE DURE
(disponible au Québec seulement)
CRÈME MEX
cont. 1 lb

.59

JUS PUR RÉFRIGÉRÉ
orange, pamplemousse
non sucré
KRAFT
cont. 64 oz

1.99

BISCUITS
breaktime
chocolaterie
noix de coco
raisins & arachides
fondant
gingembre
avoine
beurre d'arachides,
DARE
bte 500 g

1.09

MÉLASSE GRANDMA
cont. 1 kg

1.39

POULET DÉOSSÉ
avec bouillon
ROBERTO
cont. 400 g

2.89

MÉLANGE POUR CROÛTE À TARTE
feuilletée
ROBIN HOOD
bte 19 oz

.99

GÂTEAUX
1 2 lune vanille
pique
1 2 Jos Louis
mille feuille
VACHON
bte 6 ou 10

1.59

BREUVAGE
saveurs de pommes,
raisin, orange, punch,
cerises
FBI
6 bout. 6 oz

.99

OLIVES MANZANILLA
OU REINE
NATURE
HABITANT
bocal 625 ml

2.49

CAFÉ INSTANTANÉ
avec chicorée
ENCORE
NESTLÉ
bocal 8 oz

4.89

MÉLANGE À SOUPE
poulet & légumes
oignon
boeuf & nouilles
ST-HUBERT
paquet de 2 env. de 92 à 114 g

.59

PAPIER-MOUCHOIRS
blanc, rose, jaune, lilas
FACELLE ROYALE
bte 100 l

.79

DÉTERSIF EN POUDRE ALL
bte 3 litres

3.09

FARINE TOUT-USAGE FIVE ROSES
sac 5 kg

4.75

MARGARINE MOLLE
(disponible au Québec seulement)
THIBAUT
cont. 1 lb

.95

SAUCE TOMATES À L'ITALIENNE HUNT'S
bte 14 oz

.75

BOISSON GAZEUSE
régulière ou diète
bouteilles consignées
PEPSI-COLA
6 bout. de 750 ml

2.28

PRIX DÉFI

JUS PUR
fait de concentré
orange,
pamplemousse,
pomme/
non sucrés
OASIS
cont. 1 l

.69

ESSUIE-TOUT DE PAPIER
blanc, couleurs assorties, motifs
VIVA
paquet de 2 rouleaux

1.19



FILETS D'AIGLEFIN
surgelés
HIGH LINER
Boîte de 16 oz

1.99

NOURRITURE POUR CHATS
saveurs variées
MILLE MEU
bte 6 oz

3.79

PRIX DÉFI

THÉ EN SACHETS
SALADA
ORANGE PEKOE
bte de 60 s

1.68

ALIMENTS SURGELÉS

JUS D'ORANGE CONCENTRÉ MINUTE MAID
Contenant de 12 1/2 oz

.99

GÂTEAUX ÉTAGES ASSORTIS SARA LEE
Boîte de 13 oz

1.19

SAUCE À LA VIANDE PIAZZA TOMASSO
Boîte de 13 oz

1.69

TARTE ASSORTIES ST-HUBERT
Boîte de 680 g

1.99

FRUITS ASSORTIS
fraises
tranchées
framboises
FRASER VALE
Boîte de 14 oz

1.09

ENTRÉES ASSORTIES
SWANSO
macaroni/ fromage
macaroni/ boeuf
Boîte de 8 oz

.59

PORTIONS DE POISSONS PANÉES ASSORTIS
aiglefin
gobierge
morue
BLUE WATER
Boîte de 12 oz

1.69

RAGOÛT DE BOULETTES
régulier ou
avec patates
rondes
CORDON BLEU
bte 29 oz

2.19

ASSOULISSEUR DE TISSUS FLEECY
cont. 5 litres

3.29

DÉTERGENT POUR VAISSELLE SUNLIGHT
bouteille 1 litre

1.89

PÂTE DENTIFRICE AQUA FRESH
tube 150 ml

1.75

LITIÈRE SANITAIRE SAULAR
sac 2 kg

.83

LAMES DE RASOIR GILLETTE
5 s

1.29

RINCE CRÈME
régulier ou gras
SILKIENCE
cont. 200 ml

1.79

LINGES TOUT-USAGE CHIFFON-J
bleu ou rose
10s

1.29

MINI SERVIETTES SANITAIRES STAY FREE
bte 10s

.99

SHAMPOOING
régulier,
extra doux, gras,
protéines henné
AGREE
bouteille 350 ml

2.59

RINCE CRÈME
AGREE 350 ml

2.59

SAVON DE BEAUTE
blanc, rose,
DOVE
format bain
2 pains

1.39

NOURRITURE SEMI-HUMIDE POUR CHIENS TOP BREED
cont. 2 kg

2.49

PAPIER CIRÉ RAP RITE
rouleau 100 pi.

.99

MOUSSE LIQUIDE
pour le bain
WALT DISNEY
750 ml

2.49

le 21 mars 1981 à 17h. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands.



LA GRANDE PROMOTION

RICHELIEU

Gagnez double!

Profitez des bas prix très-très spéciaux et participez au grand concours Richelieu-Rue des Pignons.



VIANDES

LONGE DE PORC FRAIS bout de filet environ 3 lb	LONGE DE PORC FRAIS bout de côte environ 3 lb	ÉPAULE DE PORC FUMÉ genre picnic 5-7 lb
1.28	1.08	98c
lb	lb	lb

AIDE-BUDGET

FILETS DE TURBOT surgelés	PÂTE DE FOIE TOUR EIFFEL
1.88	1.68
lb	lb
FOIE DE PORC tranché, produit décongelé	LONGE DE PORC FRAIS morceau de centre
48c	1.68
lb	lb
CÔTES DE FLANC DE PORC surgelées	SALADE DE CHOUX TAILLÉ 16 oz
1.28	1.09
lb	lb
TÊTE FROMAGÉE TAILLÉE 300 g	BACON SANS COUENNE tranché 500 g
1.48	1.58
300 g	500 g
JAMBON CUIT MAPLE LEAF tranché 175 g	SAUCISSES PORC/BOEUF BOEUF MÉRITÉ surgelées
1.09	1.48
175 g	lb
SAUCISSON DE BOLOGNE MAPLE LEAF tranché 500 g	PAIN DE VIANDE simili poulet
2.28	1.58
500 g	morceau ou tranché lb
SAUCISSES FUMÉES TAILLÉ 1 lb	SAUCISSON DE SALAMI tout boeuf
1.68	1.98
1 lb	morceau ou tranché lb
CRETONS TAILLÉ 300 g	
1.78	
300 g	

POUDING EN COUPE
saveurs variées
DEL MONTE
paquet 4 btes/5 oz

AIDE-BUDGET

PÂTES ALIMENTAIRES
spaghetti, macaroni coupé, spaghettini, rotini
GATTUSO
cello 1 kg

99c

CAFÉ MOULU
mouture à toutes fins
CHASE & SANBORN
sac 16 oz

AIDE-BUDGET

JAVEL CONCENTRÉ
JAVEX
cont. 1.8 litre

2.38

79c

FRUITS ET LÉGUMES

AIDE-BUDGET

CÉLÉRI PASCAL
Gr. 24
Produit des États-Unis
Cat. Canada no 1

39c

ch.

ANANAS DÔLE
Gr. 10
Produit du Honduras

1.29

ch.

RAISIN VERT SANS PÉPIN
Importé du Chili
Cat. Canada no 1

1.49

lb

POIRES ANJOU
Gr. 120
Produit des États-Unis
Cat. Canada de fantaisie

55c

lb

CHOU VERT NOUVEAU
Produit des États-Unis
Cat. Canada no 1

29c

lb

POMMES JAUNES DÉLICIEUSE
A.C. 125
Produit des États-Unis
Cat. Canada de fantaisie

55c

lb

BISCUITS
brisures de chocolat, princesses, gelée à la guimauve
DAVID
sac 400 g et 450 g

1.29

ch

PAIN DE VIANDE KAM
bte 12 oz

1.39

PÂTE DE TOMATES GATTUSO
bte 13 oz

79c

SAUCE POUR POULET CHAUD
ESTA
bte 14 oz

3/1.00

SHORTENING CRISCO
cont. 3 lb

2.49

BISCUITS SODA
saupoudrés de sel ou non
CHRISTIE PREMIUM PLUS
bte 450 g

1.09

BOISSON GAZEUSE
régulière ou diète
bouteilles consignées
PEPSI-COLA
6 bout. 750 ml

2.28

NOURRITURE SEMI-HUMIDE POUR CHIENS
boeuf, bacon, fromage
TOP CHOICE
cont. 2 kg

2.89

PAPIER-MOUCHOIRS
blancs
KLEENEX
bte de 100 f

49c

ALIMENTS SURGÉLÉS

JUS D'ORANGE CONCENTRÉ

79c

KENT
Contenant de 12 1/2 oz

HOT-DOG SUR BÂTON
POGO
Boite de 12 oz

1.59

PÂTES À LA VIANDE ASSORTIS
ST-HUBERT
Boite de 8 oz

99c

AGLEFIN ASSORTIS
frites
BLUE WATER
Boite de 8 oz

1.39

JAMBON CUIT EN CONSERVE
MAPLE LEAF
cont. 16 oz

3.59

JUS PUR RÉFRIGÉRÉ
orange, pamplemousse
non sucré
KRAFT
bout. 32 oz

1.05

SOUPE
Boeuf & nouilles,
boeuf & légumes,
asperges
AYLMER
bte 10 oz

57c

MARGARINE DURE À L'HUILE VÉGÉTALE
(disponible au Québec seulement)
MONARCH
3 lb

2.49

PRÉPARATION DE FROMAGE À TARTINER
CHEEZ WHIZ
KRAFT
cont. 1 kg

4.39

BOISSON GAZEUSE
régulière ou ondulée
DILAC
sac 200 g

99c

CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ
bocal 10 oz

5.29

CROUSTILLES
régulières ou ondulées
BULAC
sac 200 g

99c

BISCUITES
régulières ou sans sel
GRISSOL
bte 250 g

1.25

MÉLANGE À SOUPE INSTANTANÉ
saveurs variées
LIPTON
CUP-A-SOUP
4 env.

69c

SIROP CONTRE LE RHUME
LAMBERT
bout. 180 ml

1.39

NETTOYEUR À VITRES
avec gachette
WINDEX
bout. 600 ml

1.59

PÂTE DENTIFRICE
gel au fluorure
AIM
tube 100 ml

1.19

BAUME POUR LÈVRES
GERCEES
LYPSYL
ch

59c

ESSUIE-TOUT DE PAPIER
blanc ou jaune
KLEENEX
paquet de 2 rouleaux

1.59

SERVIETTES SANITAIRES
super maxi, maxi
régulières ou désodorisant
LIBERTE
NOUVELLE
10s et 12s

1.39

NOURRITURE TENDRE POUR CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
bte 340 g

89c

NOURRITURE POUR CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
cont. 1 kg

59c

MENU SPÉCIAL POUR CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
cont. 1 kg

1.49

DETERGENT POUR VAISSELLE
JOY
cont. 500 ml

99c

LES PRIX ANNONCÉS DANS CES PAGES SONT EN VIGUEUR JUSQU'À LA FERMETURE DES MAGASINS DE VOS ÉPICIERIS RICHELIEU SAMEDI PROCHAIN LE 21 MARS 1981 À 17H. NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS. PAS DE VENTE AUX MARCHANDS

Concours
Richelieu-Rue des Pignons

Plus de **\$75,000** en prix!

Participez au grand tirage.

Vous aurez ainsi la chance de gagner une superbe maison usinée Trivico-Delvista, modèle Richelieu, d'une valeur de \$38,000.

Formule de participation au tirage d'une maison usinée Trivico-Delvista "Richelieu":

NOM _____

ADRESSE _____

TÉL _____

CODE POSTAL _____

Tentez votre chance en magasin avec les prix instantanés.

Vous vous mériterez peut-être le livre de Mia Riddez "Rue des Pignons", d'une valeur de \$3.75 qui vous sera remis instantanément par votre épicerie Richelieu.

Un épicier attentionné

- LATERRIERE**
Alimentation Munger Inc.
6302, Notre-Dame, 678-2235
- ST-COEUR-DE-MARIE**
Marché B.A.N.C.O.
37, St-Joseph, 347-3194
- ALMA**
Marché Benoit Lavoie
455, boul. St-Jude, 662-3202
- LA BAIE**
Benoit Simard Ltée
3671, boul. Grande-Baie, 544-3336
- CHICOUTIMI**
Alimentation Imbeault & Fils
618, Ste-Anne, 549-7504
- CHICOUTIMI-NORD**
Marché Ste-Claire
247, Ste-Marie, Tél.: 543-3372
- CHICOUTIMI**
Epicierie Martin Hudon
452, rue Fradette, 549-1430
- ST-AMBROISE**
Marché B.A.N.C.O.
477, Simard, 672-4791
- CHAMBORD**
Dion & Frères Enr.
132, rue Principale, 342-6555
- ALMA**
Truchon & Larouche Ltée
142, Sacré-Coeur est, 662-2390
- METABETCHOUAN**
Epicierie Charles Régnier Enr.
33, St-Georges, 349-2164