



20c

# le bulletin

MERCREDI, 24 DECEMBRE 1975 BUCKINGHAM, QUE.

Spécial  
**NOËL**

'75



*Joyeux Noël  
et Bonne Année  
à tous nos annonceurs,  
lecteurs et  
précieux collaborateurs.*



# AGENT IMMEUBLES - TRUST UNI

986-3187

986-6353

84 MACLAREN, MASSON, QUE.

DORVAL CHARTRAND  
ALINE BOURBONNAIS FILLION

*Joyeux  
Noël*



## TOURTIÈRES, CRÈME FOUETTÉE ET ESTOMAC DÉRANGÉ

par Francine Gagnon

Plus que toute autre, la période des fêtes constitue une épreuve de force pour le système digestif: repas à heures irrégulières, menus chargés, heures de sommeil réduites, boissons alcooliques en grande quantité. Il n'est pas surprenant que votre estomac lance un signal d'alarme ou manifeste de façon très claire son refus de fonctionner à un tel rythme.

D'une année à l'autre, vous vous dites que l'on ne vous y reprendra plus, mais devant un mets que vous appréciez, vos bonnes ré-

solutions tombent. La meilleure attitude à adopter pendant cette quinzaine de la boustifaille est d'éviter les excès autant dans le boire que dans le manger. Facile, direz-vous? Peut-être pas si facile, mais réalisable avec un peu de bonne volonté et d'imagination.

Durant cette période de réjouissance, nombreuses sont les invitations à manger chez les parents et les amis. Chacun veut bien vous recevoir, mais vous n'êtes pas obligé de manger tout ce qu'on vous offre sous prétexte d'être poli. Demandez à votre hôte de réduire les portions ou abs-

tenez-vous de certains aliments s'ils vous causent des ennuis.

Quand vous recevez vous-mêmes, portez une attention spéciale à ceux qui passent quelques jours dans le même cercle d'amis ou de parents et à qui on offre des menus semblables d'une table à l'autre, dinde et tourtières par exemple. Sans négliger les mets rattachés par la présentation de vos repas. Servez des crustacés par exemple; offrez du vin et des fromages si vos invités les apprécient. Et pourquoi pas un buffet froid où les invités choisiront salades,

viandes froides, poissons, fromages et hors-d'oeuvre selon leur appétit. Comme dessert, des fruits, une salade de fruits ou une pâtisserie légère conviendront à vos invités et à leur estomac.

Si ces repas sont précédés, accompagnés et suivis de boissons alcooliques, la prudence est de mise. Il n'est pas nécessaire de vous infliger un mal de coeur sous prétexte que vous devez faire la fête à tout prix. De toute façon, cela gâcherait votre plaisir et celui de votre entourage.

Quand vous prévoyez un souper copieux, mangez plus légèrement à l'heure du midi. De même, si vous faites la grasse matinée, prenez un déjeuner plus substantiel qui vous permettra d'attendre jusqu'au soir. Ou alors offrez-vous, plus tard en après-midi, un potage consistant et réparateur.

Si, malgré vos efforts, votre estomac fait encore des siennes, profitez de toutes les occasions pour marcher. L'air frais vous fera le plus grand bien... surtout si vous avez été gourmand plutôt que gourmet.



*Meilleurs Voeux  
à l'occasion des Fêtes \**

**Garage G. St-Louis**

Vendeur autorisé Volkswagen



436 Charles, Buckingham, P.Q.

986-2733



*Joyeux Noël!  
Heureuse Année!*



**Bijouterie Lucien Houle**

486 Principale, Buckingham, P.Q.  
986-2100

*Joyeux Noël  
et  
Heureuse Année*

*Théo Mineault Mfg. Inc.*

986-3190

Route 8, Angers, P.Q.



MEILLEURS.

SOUHAITS

A L'OCCASION

DES FETES



**HOTEL**

**AMBASSADOR**

663-5363

641 Boul. Maloney, Gatineau, Qué.

SOIREE DU NOUVEL AN

Artiste invité: PATRICK NORMAN

Prix de présence, Adm.: \$1.00  
casques, flûtes, serpentins...

**JOYEUX  
NOEL**



**SAVIEZ-VOUS QUE**

- Prenez garde, à l'épicerie, de bien choisir les boîtes de conserve que vous achetez. Le contenu de certaines, qui sont rouillées, embossées ou bombées, présente un danger de contamination. Évitez-les.

- En choisissant les cadeaux que vous offrirez à vos enfants pour les Fêtes, méfiez-vous des jouets à encoller. Certains s'accompagnent d'une colle plastique dont les effets, si elle est inhalée fortement, ou avalée, peuvent être mortels. Si vous achetez de tels produits, mettez à tout le moins vos enfants en garde contre ce danger.

- Réfrigérer les restes de nourriture le plus tôt possible après le repas, au plus tard une heure après la fin de celui-ci, afin de protéger les aliments des risques de contamination que présente leur exposition à l'air libre.

- Si vous faites appel aux services d'une gardienne d'enfant, prenez soin de lui laisser le numéro de téléphone de l'endroit où vous vous trouvez, de même que celui d'un voisin fiable ou des contacts à établir en cas d'urgences diverses. Vous partirez ainsi en toute confiance.

- Si vous rencontrez quelqu'un qui n'est pas en état de conduire, convainquez-le de laisser le volant à quelqu'un d'autre, ou rendez-lui service en allant le reconduire ou en lui faisant venir un taxi. À jeun, il vous en remerciera.

*Joyeux  
Noël*

# Les festins d'antant

par Léila Lecorps

A Montréal, deux restaurants exploitent la richesse d'un passé historique et l'excellence d'une table déjà renommée.

Tous deux emmènent leurs hôtes dans un voyage à travers le temps. Le Festin du gouverneur vous transporte en 1691 à l'époque où Frontenac était gouverneur de la Nouvelle-France. Le Festin du colonel ressuscite l'ambiance de la vie sociale à Montréal au terme de la guerre de 1812.

La formule est la même pour les deux restaurants: ils offrent des banquets chantants, seuls le menu et le décor changent.

La formule de restaurant historique

est née de l'association de quatre membres du comité du Musée maritime militaire de Montréal. Ensemble ils ont créé Les Banquets Historiques de Montréal Inc. Les Festins du gouverneur et du colonel sont à l'image de cette nouvelle tendance dans la restauration déjà populaire en Irlande, en Angleterre et en Colombie Britannique. En effet, les banquets historiques à l'hôtel Gore de Londres et au château Bunnratty de Shannon nécessitent parfois des réservations faites deux ans à l'avance.

Le Festin du gouverneur, ouvert déjà depuis 1974 dans le Vieux Fort du 16e siècle de l'île Sainte-Hélène, connaît une vogue extraordinaire.

Au son de la harpe,

du clavecin et de la cornemuse, un banquet chantant du 17e siècle est servi dans un décor authentique du Québec de l'époque de Frontenac, dans une salle voûtée, éclairée au flambeau et à la chandelle, du grand château de pierre du gouverneur de la Nouvelle-France.

Le Festin du colonel, pour sa part, n'a ouvert ses portes qu'en mars 1975. Il est situé au-dessus du Café Martin, 2175, rue de la Montagne.

C'est dans une salle haute en boiseries sombres d'où pendent de beaux lustres en cristal que chaque banquet chantant est

donné en l'honneur du "Traité de paix et d'amitié" signé en 1814 avec les Américains après la victoire du colonel Charles-Michel de Salaberry, commandant en chef de la bataille de Chateauguay.

Malgré le changement de période dans l'histoire, la mise en scène est semblable pour les deux restaurants.

Les deux Festins sont cependant uniques par leur saveur canadienne-française. Le cocktail de bienvenue est le caribou, un mélange canadien-français de Saint-Raphael, d'alcool fort, de clou de girofle, de fines herbes et de citron.

Au Festin du gouverneur, lorsqu'enfin vous êtes prêts à reprendre votre joy-

eux chemin pour la maison, vous partez avec un verre de sapinette, une concoction de bière d'épinette, de fines herbes et de vodka (ce dernier élément constituant une légère entorse à la recette habituelle qui nécessite de l'alcool pur.)

Au Festin du colonel, un porto velouté, que l'on pouvait déjà importer à l'époque de Salaberry, est servi en guise de digestif.

Entre-temps, vous festoyez sur un menu soigneusement conçu pour en assurer l'authenticité.

Au Festin du gouverneur, le repas commence avec la tourtière, pâté de viande à la croûte légère accompagné de sauce piquante; suit la crème de légumes.

Les poussins canadiens au sirop d'érable, servis avec de petites carottes et des épis de maïs miniatures sont le plat de résistance. Les chaussons aux pommes et aux bleuets font un dessert typique.

Le Festin du colonel débute avec la tête de fromage, délicieuse espèce de terrine régionale accompagnée de pain français croustillant et de beurre avec quelques tranches de tomates et des cornichons. Suit un consommé au xérès qui précède un plateau individuel orné de rôti de veau en tranches avec des pommes de terre nouvelles risolées et des légumes en saison. Un croquen-bouche (petit éclair au chocolat rond) est tout ce qu'on a l'ap-

(suite page 5)

**J**OYEUX  
NOËL

**Silver Lodge Hotel**

R.R.1, Poltimore, Qué.



Meilleurs Voeux  
et  
Souhaits sincères

**Lafleur Fleuriste**

152 St-Joseph, Buckingham, Qué.  
986-5824



**G. L. Grandmaison**

Notre-Dame de la Salette, P.Q.  
766-2200



Voeux de bonheur,  
de gaieté,  
pour ce Noël  
et toute l'année.



**J. D. Berthel (1965) Inc.**

400 Main St. Buckingham, P.Q.  
Bus: 986-3314  
Res: 986-2707

JEAN-PAUL BERTHEL

Joyeux  
Noël!



**SERVICES  
FINANCIERS**

"Nous croyons en vous"

530 Principale  
BUCKINGHAM

819 986-8501

Meilleurs Souhaits  
de Joyeux Noël  
et Bonne et Heureuse Année



**Laiterie Château Dairy**

625 GEORGES, BUCKINGHAM

986-3805



*Meilleurs Souhait*

**Le Centre d'Economie  
du Tissu**

Mme Françoise Laviolette  
135 Church, Buckingham, P.Q.

*Bons  
Souhait*



**Ray-Mond Hair Designer**

Spécialiste en coupe de style  
986-8382

119 St-Joseph, Buckingham, Qué.

*Gai Noël*



**Household Finance Corp.**

101 rue St-Joseph, Buckingham, Qué.

986-3327



*Meilleurs Voeux  
et  
Souhait sincères*



**JOSEPH ÉLIE LTÉE**

Armand Lafleur, agent

184 Maclaren, Buckingham, P.Q. 986-8238

*Beaucoup de  
Bonheur  
à l'occasion des  
Fêtes*



**Marcel Chénier**

**ÉPICERIE**

421 Principale, Buckingham, P.Q. 986-3227



**Beamish**

**444 Principale, Buckingham**



**JOYEUX NOEL  
A TOUS NOS CLIENTS  
ET AMIS**

**Jules Haspect Enrg.**

986-3625

377 Principale, Buckingham, P.Q.

*Voeux de bonheur,  
de gaieté,  
pour ce Noël  
et toute l'année*



**Lievre  
Materiel**

**Lievre Fuel**

986-8111

241 Principale,  
Buckingham, P.Q.



*Joyeux Noël*

986-6461 **Napoleon** 986-9005

**Pizzeria et Restaurant**

Dim à Jeudi: 11.30 a.m. à 2.00 p.m.

Vendredi-Sam: 11.30 a.m. à 3.00 a.m.

Ouvert jusqu'à 5 hres a.m.  
la Veille du Jour de l'An

495 Principale, Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Voeux  
à l'occasion des Fêtes \**



**Lucien Houle**

486 Main St.,

Buckingham



*Meilleurs  
Souhait*

**Restaurant**

**Cosy Tea Room**

488 Principale, Buckingham, P.Q. 986-5161

*Joyeux  
Noël*



**Les Courtiers d'assurance  
de la ville de Buckingham**

A.E. FOURNIER INC.

LAWRENCE RABY

PATRICK RYAN INC.

*Joyeux  
Noël!*



**Ronald Charette**

**Construction**

986-3208

697 Belmont, Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Voeux  
à l'occasion des Fêtes \**



**Marché Brazeau**

**PROVIBEC**

Angers, P.Q.

986-3825

**JOYEUX NOEL A TOUS**



**Len's Radiator**

776-1122

20 Boul. Gréber, Pte-Gatineau, Qué.





Bons Souhaits  
à l'occasion de  
Noël

**Maurice Beaulne C.A.**  
Comptable Agréé

517 Gauthier, Buckingham, P.Q.

986-8023



Meilleurs Vœux  
et  
Souhaits sincères

**Ambulance Brunet**

BUCKINGHAM 986-3426 MASSON

Meilleurs Vœux  
de Bonheur



Sealtest

**Leo Giroux Sealtest**

986-3443

986-2237

381 Charles, Buckingham, P.Q.

Joyeux Noël

et

Heureuse Année



**John Cameron Fuel Oil**

986-3708

564 David, Buckingham, Qué,

# prendre un p'tit coup...

par Monique Langlois

L'agréable sensation que produit un « p'tit verre derrière la cravate » contribue sans aucun doute à vous mettre dans l'esprit des Fêtes. Mais peut-être ne buvez-vous pas assez pour savoir que la consommation inconsidérée d'alcool peut comporter des effets forts déplaisants, voire dangereux. L'intoxication en est un exemple.

Supposons qu'une personne ait bu 3 onces de whisky, la concentration d'alcool dans son sang sera d'environ 0.04%, quantité déjà suffisante pour diminuer le jugement. À mesure qu'elle boit, le contrôle de ses muscles est moins assurée et elle pourra tituber. Finalement, si la personne a absorbé une quantité d'alcool donnant une concentration de 0.40% (une vingtaine de consommations), elle deviendra inconsciente ou, si vous voulez, tombera dans les pommes.

Cet exemple vaut pour un homme de poids moyen, soit environ 150 livres. L'intoxication se produit plus ou moins rapidement, selon le poids de la personne et la capacité qu'a son organisme d'éliminer l'alcool.

Certaines boissons, soit celles qui contiennent le plus d'alcool « tapent » plus facilement que d'autres. Les bières contiennent en-

viron 6% d'alcool, les vins 12% et les spiritueux (gin, vodka, liqueurs) 40% et parfois plus.

**ALCOOL + MÉDICAMENTS = DANGER SUR LA ROUTE**

Lorsque, encore tout joyeux, vous prenez le volant pour retourner chez-vous après le réveillon, n'oubliez pas que la loi fixe à 0.08% de concentration d'alcool dans le sang la limite pour juger de la responsabilité criminelle d'un automobiliste présumé incapable de conduire. Vous atteindrez ce taux si vous prenez plus de cinq consommations en une soirée. Cependant, les effets de l'alcool se feront moins sentir si vous prenez la précaution de manger au cours de la réception.

Vous n'êtes pas sans savoir que la consommation de quelques petits verres peut souvent nous rendre un peu « fanfarons ». Nous pensons alors que nous pourrions encore très facilement tenir le volant, même si, en réalité nos réflexes sont considérablement diminués. C'est pourquoi il faut toujours compter le nombre de verres consommés et non se fier sur l'impression qu'on peut avoir d'être capable de conduire.

Sachez aussi que la quantité « raisonnable » d'alcool que vous pensez avoir absorbé peut affaiblir beau-

coup vos facultés si vous prenez en même temps des médicaments. Méfiez-vous particulièrement des sirops à la codéine, des somnifères et des tranquillisants.

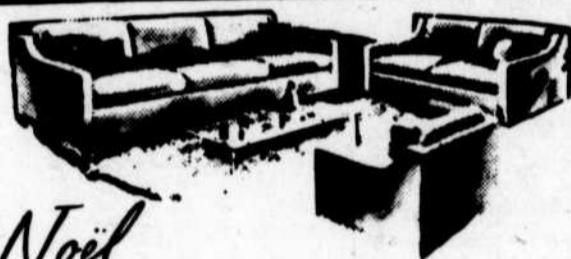
**UNE PENTE DANGEREUSE: CELLE DE L'ALCOOLISME**

Il va sans dire que le simple fait de prendre un verre (et même plusieurs) pour accompagner vos amis lors des réceptions des Fêtes ne fait pas de vous un alcoolique. Il y a une façon de boire qui témoigne d'une bonne jouissance des petits plaisirs de la vie, et une autre qui est le symptôme d'une maladie chronique: l'alcoolisme.

Les signaux d'alarme précurseurs de l'alcoolisme sont: les trous de mémoire, le tremblement des mains, la peur de manquer d'alcool, le sentiment de culpabilité. Peu à peu, la tolérance à l'alcool augmente (il faut en prendre de plus en plus pour sentir un « feeling ») et le buveur entre dans la phase cruciale: il a besoin de boire, principalement pour faire face à ses difficultés.

De toutes façons, même si le danger de l'alcoolisme ne guette qu'une minorité d'entre nous, on a toujours avantage à se rappeler qu'il n'est pas nécessaire d'être alcoolique pour perdre un peu la « carte » après quelques verres.

Un vrai  
Joyeux Noël  
et une Heureuse  
Année aussi!



986-6761 ESTIMATION GRATUITE

**Paul's Deep Steam Cleaning**

NETTOYAGE DE TAPIS ET DIVANS  
À LA VAPEUR SÉCHAGE RAPIDE.  
EXTRACTION DE TOUTES SALETÉS  
SERVICE DE 24 HEURES

(suite de page 3)

pétit de consommer après ce repas copieux. Un énorme carafon de vin contenant au moins une bouteille et demie de vin rouge aide à faire passer les délices culinaires. Une pincée d'un tabac spécial est distribuée à tous ceux qui désirent priser; vieille coutume destinée à dégager les humeurs et nettoyer le cerveau.

Peu de temps avant, un coup de canon symbolique est tiré qui produit un roulement de tonnerre épouvantable et crée une fumée romantique digne de l'atmosphère.

Les billets sont en vente à \$17.50 pour les deux restaurants, le tout compris.

Ils sont disponibles aux comptoirs T.R.S. au Miracle Mart chez Simpsons, au Montreal Trust de la Place Ville-Marie et au guichet Le Festin, 1155, rue Peel, Montréal. Pour réservations, appelez: (514) 866-1834.

Pour de plus amples renseignements, sur LE FESTIN DU GOUVERNEUR et LE FESTIN DU COLONEL, veuillez communiquer avec l'Office de tourisme du Canada, 150, rue Kent, Ottawa K1A 0H6.

NOËL



# Avez-vous reçu votre copie ?

Le Cri de guerre de Noël, revue publiée par l'Armée du Salut, peut s'obtenir dès maintenant auprès des membres de l'Ar-

mée. Cette revue abonde en histoires et illustrations intéressantes sur la saison des fêtes de Noël.

Tradition de Noël

dans de nombreuses familles, le numéro de Noël du Cri de guerre contient des histoires, des poèmes, des faits divers et des illustrations en couleur qui font


la joie des petits et des grands. En harmonie avec la tradition de l'Armée du Salut, c'est la signification spirituelle de Noël qui y domine.

L'Armée du Salut, fondée en 1865 en Angleterre par le général William Booth, sert au Canada depuis 1882; et le doit sa création à un intérêt profond pour le bien-être matériel

et spirituel de ceux qui sont dans l'adversité. De nos jours, l'Armée du Salut a un réseau étendu d'institutions et de services; c'est une organisation internationale représentée dans quatre-vingt pays. Ses officiers poursuivent leur ministère spirituel et humanitaire dans plus d'une centaine de langues. L'Armée de la main secourable sert les hommes, les fem-

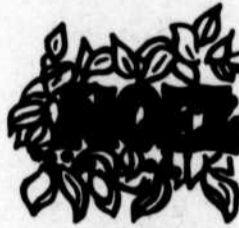
mes et les enfants sans souci de race, croyance, couleur ou origine. L'Armée du Salut au Canada dirige une chaîne d'hôpitaux généraux et de maternités, des villages d'enfants, des résidences pour les personnes âgées, des maisons de correction pour garçons, des foyers et des centres de réhabilitation pour hommes, et s'occupe de maintes autres activités sociales.

*Joyeux Noël!  
Heureuse Année!*



**Epicerie Guy Patry**  
986-5403  
540 Paul, Buckingham, Qué.

JOYEUX



A TOUS

**Bob Cantine**  
ARENA DE BUCKINGHAM



*Joyeux Noël!*

**Raoul Clément** 

Masson, P.Q. 986-5300

*Un Joyeux Noël.  
Une Heureuse Année*

à tous nos clients et amis

**Jean-Marc Comtois**  
"Agent Château Dairy"  
986-5451  
408 Principale, Buckingham, Qué

Vicux  
Sincères




**CANADIAN TIRE**  
MAGASIN ASSOCIÉ

GASTON LAUZON LIMITEE, PROP.  
986-3338  
381 Principale, Buckingham, Qué.



*Meilleurs  
Souhaitz*




**Hotel Central, Masson**  
Jules St-Amour, prop.  
986-5311

*Gai Noël*

MENUISERIE  
**Raymond Gosselin Enrg.**  
92 Maclaren, Masson, Qué.  
986-8142





**Leo-Paul Girouard**  
TEXACO  
33 Notre-Dame, Masson, Qué.  
986-8023



*Gai Noël*


**Quevillon Provibec**  
986-3011  
21 Notre-Dame, Masson, Qué.



*Meilleurs  
Souhaitz*

**Ulysse Tremblay & Fils**  
159 Lorrain, Buckingham, P.Q. 986-3808

*Joyeux  
Noël*



Tél.: (819) 986-8794  
Moteurs Hors-Bord "MERCURY"  
**Jacques Poirier & Fils Ltée**  
Autos-Neige - Scies à Chaîne  
VENTES & SERVICE - PIECES  
173 Georges, Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Souhaitz*



**D'Arcy Carriere M. EL.**  
986-2802  
184 Jean XXIII, Buckingham, Qué.  
Spécialiste en chauffage électrique.

*Bons Souhaits  
à l'occasion de Noël*



**Roger Parent**  
EPICIER - BOUCHER

LIVRAISON GRATUITE

623 Bélanger, Buckingham

BIERE ET CIDRE

986-2042

**JOYEUX  
NOËL**



**Association du Hockey Mineur  
de Buckingham**

LA DIRECTION

Jacques Simard, Prés; Donald Thibeault  
Vice-prés.; Mme Dawn Lavergne, trés.;  
Mme Helen Whitehouse, sec.; Directeurs:  
Bernard Lavergne, Percy Whitehouse,  
Gilles Leduc, Pierre Pilotte, Roland La-  
belle, David Hayes, André Carrière,  
Claude Bourassa.

# L'urgence, c'est pour les cas graves

par Maurice Arguin

C'est là une indication que l'on abuse des cliniques d'urgence.

**LA CLINIQUE  
D'URGENCE.  
C'EST POURQUOI?**

Avant de prendre ses résolutions du Jour de l'An, on se permet quelques excès, dans le boire et le manger. Parfois même, on oublie de dormir. Il en résulte des indispositions, des maux de tête pénibles, des estomacs dérangés. Et, très souvent, sans y penser, on se précipite à la clinique d'urgence de l'hôpital, au détriment de grands malades qui ont besoin, eux, d'un traitement d'urgence.

L'urgence, c'est pour les cas urgents. Pour les accidents graves, les fractures, les intoxications par la drogue et l'alcool, les maux soudains accompagnés de douleurs aiguës. Pas pour les malaises que l'on endure depuis des semaines et des mois.

**QUE FAIRE?**

Ainsi, dans les hôpitaux de Montréal, en 1973, sur trois personnes qui se présentaient à l'urgence, deux n'avaient pas besoin d'un traitement d'urgence. Une personne sur cent était dans un état critique et seulement sept avaient besoin d'un traitement immédiat.

S'il s'agit d'un ongle incarné, d'un rhume qu'on traîne depuis une semaine, d'une éraflure, d'une consultation, on peut s'adresser à son médecin. S'il est difficile d'obtenir un rendez-vous, il y a la clinique de consultation externe. En

Ces services sont en place, il reste à les utiliser. La plupart du temps, on y est traité rapidement et l'attente communautaire (C.L.S.C.) est moins longue qu'à l'urgence. Et c'est gratuit. Il suffit d'y penser. L'urgence pour les cas urgents: une bonne résolution pour l'année qui vient.



*Meilleurs Voeux à l'occasion des Fêtes \**

**BEUPARLAND & JUNEAU**

B.A., LL.L., - NOTAIRES

123 Maclaren est, Buckingham, Qué.

Me. François Beuparland  
Me. Pierre Paul Juneau

Fermé pour la période des Fêtes du 24 /12/75 à midi jusqu' au 4/01/76



*Joyeux Noël  
Beaucoup de bonheur  
pour la nouvelle Année*

RESTAURANT - SALLE A MANGER (SALON-BAR)

**Chez Léo**

663-4715

761 BOUL. MALONEY EST, GATINEAU, QUE.

*Joyeux  
Noël!*



NETTOYEURS  
**Buckingham/Gatineau**

CLEANERS

Robert Chalifoux, prop.

986-2662  
BUCKINGHAM, QUE.



*Joyeux  
Noël*

**Salon de coiffure "Jouvence"**

Mlle Agathe Comtois, prop.  
408 Principale, Buckingham, Qué.  
986-5451

**CHEVROLET  
OLDSMOBILE**

BÉLISLE



Merci pour votre encouragement

à tous nos clients et amis,

les employés et la direction de

**Jacques Bélisle Automobiles Ltée.**

109 LORRAIN, BUCKINGHAM

986-3311

VOUS

offrent leurs meilleurs voeux

à l'occasion des Fêtes.

Meilleurs  
Souhaits



**Price Service Station**

VENDEUR SNOW-JET

417 Principale, Buckingham, P.Q. 986-3661



Vœux  
Sincères

**Tabagie Buckingham**

986-8159

463 Principale, Buckingham, Qué.

Meilleurs  
Souhaits



**TRUDEL TEXACO**

Maurice Trudel

660 Principale, Buckingham, P.Q.

Souhaits sincères



**Bob Laroche Esso**

170 J.F. Kennedy, Buckingham, P.Q.

MEILLEURS VŒUX  
et HEUREUSE ANNEE



**Ferronnerie Landry**

530 Principale, Buckingham, P.Q.

986-3712

VIATEUR LANDRY, ECHEVIN



Gai Noël

**Ameublement Delisle**

986-8217

436 Principale, Buckingham, Qué.

Meilleurs Souhaits  
de Joyeux Noël



**Jocelyn Haspect**

986-3850

519 Principale, Buckingham, P.Q.

NOËL



**Meuble Ro-Ger**

791 Boul. Maloney, Gatineau, Qué.

Un Noël épatant.  
Et le plus beau  
Des Jours de l'An.

**Portelance - Mercier**

986-5821

162 Louisa, Buckingham, Qué.

Meilleurs Souhaits



**Station de Service**

**Cameron**

389 PRINCIPALE, BUCKINGHAM 986-3286

**JOYEUX  
NOEL**



**Deschambeault Body Shop**

peinture- Débossage

Réparation de radiateurs

986-8895

220 McPike, Buckingham, Qué.

JOYEUX NOEL

A TOUS

NOS CLIENTS ET AMIS



**Lemac Service**

986-5300



Masson, P.Q.

JOYEUX NOEL



Meilleurs  
Souhaits



**Jean-Pierre Lacroix**

**Aluminium Ltée.**

R.R. NO. 1 - BUCKINGHAM

POUR INFORMATIONS, COMPOSEZ:

Bureau  
Résidence

986-5663

Résidence  
d'été

986-6127



Joyeux  
Noël

**Jacques Foucault**

BARBIER

114 St-Joseph, Buckingham, Qué.



La pratique d'un, ou de plusieurs, sports d'hiver, rien de tel pour réconcilier un Québécois avec cette saison, la plus longue de l'année. Nombreux sont les avantages du ski, de la raquette, du patin, du ballon-balai, ou simplement de la marche et du jogging: votre santé ne s'en trouvera que mieux, quel que soit votre âge, et la plus longue saison de l'année vous paraîtra plus courte. Qui sait, peut-être serez vous désolé en avril que ce soit déjà le printemps!




Meilleurs Souhails  
Que la Vierge et l'Enfant Jésus  
remplissent votre coeur  
de paix, de joie et de bonheur.

*Clinique d'Esthétique  
Du Charme*

986-5664

793 Georges, Buckingham, Qué

\*\*\*\*\*  

 La famille Mark Assad s'unit à toutes les familles du Comté de Papineau pour la célébration des Fêtes de Noël et du Jour de l'An.  
 Un vrai  
*Joyeux Noël  
 et une Heureuse Année*  
 \*\*\*\*\*



Meilleurs  
Voeux  
à l'occasion  
des Fêtes




**Fillion  
Provibec**

791 Georges, Buckingham, P.Q.

986-2515




*Gai Noël*  
  
**Restaurant Lacroix**  
 986-8986  
 1100 Principale, Buckingham, Qué.



*Voeux  
Sincères*  
  
**Salon Marie-Antoinette**  
 986-8843  
 241 Maclaren est, Buckingham, Qué.

M. André Bédard,  
 président de  
**Baurora Pontiac-Buick Ltee**  
 986-2835 663-7434  
 ROUTE 148, ANGERS, QUE.  
 ainsi que son personnel désire  
 exprimer à tous ses clients et amis  
 leurs Meilleurs Voeux à l'occasion des Fêtes  
 Heures d'ouverture: Lundi au vendredi: 9 a.m. à 9 p.m.  
 Samedi: 9 a.m. à 5 p.m.



La direction et le personnel de vos hebdomadaires



**POST**

**LA PETITE N**

souhaitent à tous leurs abonnés, annonceurs, clients et amis.

un Joyeux Noël et une année 1976 débordante de joie, santé et bonheur

\*\*\*\*\*



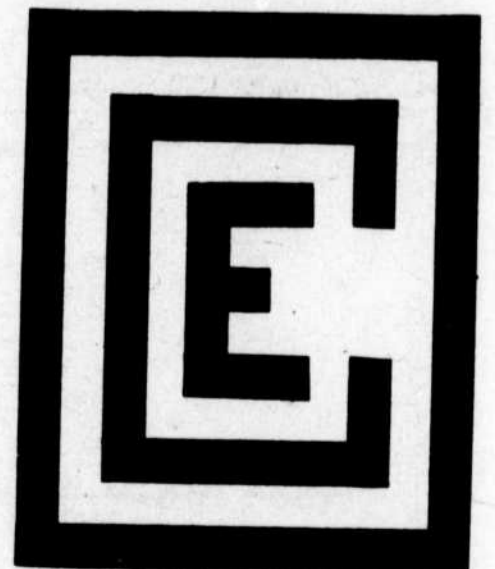
Nous désirons remercier tous nos clients et amis qui ont contribué à la réussite de notre entreprise en 1975.

Notre devise 1976 est de vous donner un service impeccable sur tous nos produits.

Location - Vente - Service des machines de bureau Olympia.

Dépositaire des produits 3M.

Meubles Cole Steel et Artopex.



**ATION**



SUCCURSALE: St-André-Avellin 983-2616

Tél.: (819)986-5082

986-8557

(613)663-0131

# Les Entreprises Commerciales Outaouais Inc.

● Editeur - Imprimeur

● Mobilier et machines de bureau

585 James, Buckingham, Qué. J8L 2R7

Editeur: Le Bulletin - The Post - La Petite-Nation

**NOËL**



**Ameublement  
Jacques Lefebvre Inc.**

391 Principale, Buckingham, P.Q. 986-3200

*Meilleurs Souhairs*



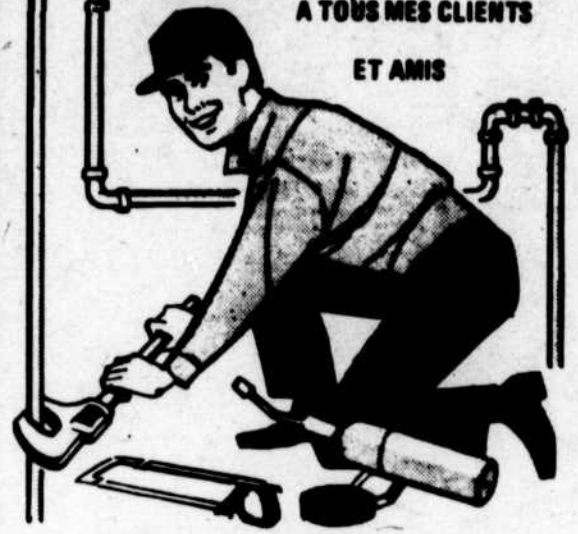
LORENZO CADIEUX  J.B. VILLENEUVE  
AMBULANCE

**Honoré Cadieux**

MAISON FUNÉRAIRE - FUNERAL HOME  
322 MAIN, BUCKINGHAM, QUE. 986-3834

*Joyeux Noël*

A TOUS MES CLIENTS  
ET AMIS



986-3693  
PLOMBERIE B.L. 7V9  
**BOURASSA**  
PLUMBING  
587 Boul. Cité des Jeunes, Buckingham, Qué.  
CLAUDE BOURASSA PROP.

*Meilleurs Souhairs  
de Joyeux  
Noël*



**Construction  
Claude Clément & Fils Ltée**

986-5801 526 Bélanger, Buckingham, P.Q.



**JOYEUX  
NOËL  
et heureuse année**



**RESTAURANT MOROCCO**

Jacques et Raymond Hotte, props.  
986-9001

427 Principale, Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Souhairs*



P. RENAUD } L. PH. PHARMACIENS  
R. LORRAIN } PHARMACISTS  
B. LORRAIN }

Buckingham  
473, rue Principale  
986-3316

Thurso  
335, rue Victoria  
986-2283

*Heureux  
Noël*



**Motel  
BUCKINGHAM  
Motor Inn**

Route 309  
Buckingham

986-6858



*Voeux de bonheur  
pour ce Noël*



**Construction  
Claude Clément & Fils Ltée**

986-5801 526 Bélanger, Buckingham, P.Q.

*Voeux sincères  
Pour Noël et l'An Nouveau!*



**Boileau & Associés**

Ingénieurs conseil

360 Boul. Maloney, Gatineau, Qué.

663-9294

*Des joies bien grandes à tous moments, pour Noël et le Nouvel An*



JOYEUX NOEL

A TOUS NOS CLIENTS ET AMIS

**Marché Jean Renaud Inc.**

Route 148, Masson, Qué.

986-6286



*Bons Souhaits  
à l'occasion de  
Noël*

986-5484

**Larose Gas Bar**

"Richard Larose"

Heures: Lundi au samedi.:

7 a.m. à 7 p.m.

187 Georges, Buckingham, Qué.

JOYEUX NOËL

A TOUS



986-3123

**Studio Jean Bastien**

Photographie professionnelle

Vente d'équipement

441 Principale, Buckingham, Qué.

## l'engelure: un des maux de l'hiver

par  
**Raymonde Saint-Germain**

Quoi de mieux pour gâcher une activité de plein air que des pieds transis, des mains glacées ou encore un nez qui brûle... à force d'avoir froid! Surtout que si l'exposition au froid se prolonge vous risquez une engelure.

**PICOTEMENT,  
DÉMANGEAISON,  
ENGOURDISSEMENT**

Tels sont les trois principaux symptômes de l'engelure, qui survient surtout aux extrémités (mains et pieds) et au visage. Le froid et le gel causent l'engelure, mais le vent et l'humidité contribuent à en augmenter la gravité. Les personnes âgées, les jeunes enfants et ceux qui souffrent de troubles vasculaires (mauvaise circulation du sang surtout) sont plus vulnérables.

Les cas bénins, ceux où ne se présentent que les trois symptômes mentionnés, se traitent facilement. Aucun médicament n'est requis. Il importe en premier lieu d'enlever dès que possible

les vêtements mouillés et humides et de les remplacer par d'autres, chauds et secs. Il faut ensuite réchauffer les parties gelées sans

frictionner, sans gratter et sans exercer de pression sur la peau. Contrairement à la croyance populaire, il ne faut pas appliquer de neige ou d'eau glacée sur l'engelure.

Si celle-ci se situe à la figure ou encore à l'oreille, vous pouvez les recouvrir avec vos mains chaudement gantées, jusqu'à ce que la peau retrouve sa sensibilité normale. Quant

aux pieds, recouvrez-les d'un veston, d'une couverture ou de bas chauds, mais pas trop serrés. Dans tous les cas, un bain chaud (environ 44 C — 112 F) vous soulagera. Attention que l'eau ne soit pas bouillante cependant.

Afin de prévenir les effets secondaires, surtout l'irritation et la desquamation

(suite page 17)

*Meilleurs  
Souhaits*



**Buckingham Body Works**

986-6210

Réparation de châssis et radiateurs

Peinture

Mayo Rd., Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Souhaits*



*Fleurs Cadeaux* **Bisson** *Flowers Gifts*

Telephone  
986-8261

126 est, MacLaren - east  
Buckingham, P.Q.



*Voeux de bonheur, de gaieté,  
pour ce Noël et toute l'année*



**Larocque et Lanoie Faracentre**

RUE PRINCIPALE

986-9043

*Meilleurs  
voeux*



**Banque Provinciale  
du Canada**

500 Principale Buckingham

986-8525

35 Notre-Dame, Masson

986-2075

M. Rémi Plante, directeur M. Jean Guillette, directeur

**JOYEUX  
NOËL**



**J. G. R. BOULAIS**  
MANAGER - DIRECTEUR

THE BANK OF NOVA SCOTIA  
LA BANQUE DE NOUVELLE-ÉCOSSE  
BUCKINGHAM, QUE.

986-3386

# Message de Noël du chef de l'Armée du Salut

Le commandant national de l'Armée du Salut au Canada, le commissaire Arnold Brown, dit que les Canadiens devraient consacrer moins de temps à penser au prochain Noël et plus de temps à réfléchir au premier Noël.

S'ils le faisaient, le commissaire est sûr que le message émouvant des églises chrétiennes s'avérerait être en harmonie complète avec la situation de l'homme moderne, et que, dû sans doute à la force d'âme qui en résulterait, les services sociaux de l'Armée du Salut et d'autres mouvements, perdraient de leur importance.

Ce qui fait le plus défaut, dit le commissaire Brown, ce ne sont pas l'amélioration de l'environnement, les salaires plus élevés et les standards de vie plus raffinés, quelle que soit leur attraction dans certains cas. C'est de changement ingérier que les hommes ont le plus besoin. C'est la nature de l'homme elle-même qui a besoin d'être changée.

Le commissaire croit que ce changement intérieur ne peut venir que d'une connaissance personnelle de Jésus-Christ, dont la naissance perd sa signification dans l'abondance de bonne chère, des cartes et des cadeaux de nos fêtes de Noël commerciales. Ce n'est pas qu'il faille se sentir coupable d'être sentimental à Noël, dit le commissaire. L'échange de cartes et de cadeaux qui représente souvent un véritable sacrifice d'argent et de temps, sert à cimenter les amitiés et à emplir de la joie les enfants. Jésus-Christ ne mépriserait pas nos dons.

Mais la population toujours grandissante de nos prisons, l'effrayante recrudescence de la violence, de l'alcoolisme et de l'usage illicite de la drogue qui sape la force du pays, pour ne citer que certains des maux de la nation, prouve la nécessité du véritable message de Noël.

Au lieu de porter leurs regards sur Vénus, les hommes devraient peut-être faire une pause pour réfléchir à cette étoile de Noël brillant au-dessus d'une étable de Bethléem, témoin de la naissance du Christ, seul espoir de l'humanité, dont l'amour seul peut opérer ce changement pour le bien dans la vie et le caractère des hommes. En d'autres termes, dit le commissaire, les hommes doivent contempler le passé pour mieux envisager l'avenir.

Un Noël épatant.  
Et le plus beau  
Des Jours de l'An.



RESTAURANT CHINESE FOODS



**CHUNG'S**

RESTAURANT  
CHINESE FOODS

986-3518

986-8612



550 MAIN ST., BUCKINGHAM, QUE.

Ouvert 11 a.m. à 3.30 a.m. la Veille du Jour de l'An



JOYEUX NOEL

A TOUS NOS CLIENTS

ET AMIS

**Epicerie Pinto**

RUE LAMENNAIS, BUCKINGHAM, QUE.

Meilleurs Voeux de Bonheur  
à l'occasion de Noël et du Nouvel An



**Coopérative Agricole  
Régionale  
de Papineau**

PLAISANCE, QUE.

REMI LAJEUNESSE, DIR. GEN.

GABRIEL LAJEUNESSE, DIR. GEN.

Meilleurs Souhaits de Joyeux Noël  
et Bonne et Heureuse Année



**Les Industries  
ERCO  
Limitee**

BUCKINGHAM, QUE.



### Lajeunesse & Associés

INGENIEURS CONSEIL

770-9085

200 Chemin de la Savane, Gatineau, Qué.

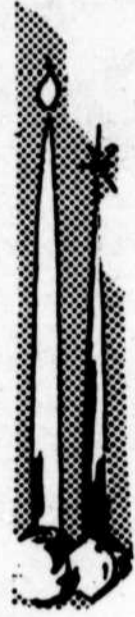
DESIRE EXPRIMER A LA POPULATION

LES MEILLEURS SOUHAITS

A L'OCCASION DES FETES

*De nouveau C'EST NOEL  
que ce message de joie*

vous apporte  
du bonheur pour  
l'an nouveau.



### Hotel Alexandra

Paul Nadon, prop. 428 PRINCIPALE, BUCKINGHAM 986-3450

31 déc. - janvier 2-3 A la DISCO : TOBY FOSS

Dans LE GRILL: VEILLEE DU JOUR DE L'AN  
avec DANNY RYAN

### Hotel Windsor

Norm MacMillan, prop. 556 PRINCIPALE, BUCKINGHAM 986-5681

### Hotel Palace

Andy Nadon, prop. 104 MacLAREN EST, BUCKINGHAM 986-3375

*Un vrai  
Joyeux Noel  
et une Heureuse  
Année aussi!*



Nous avons beaucoup apprécié  
votre encouragement durant  
l'année qui s'achève.  
Nous vous souhaitons en no-  
tre nom et en celui de notre  
personnel



### LIBRAIRIE BUCKINGHAM

986-5913

533 PRINCIPALE BUCKINGHAM

### La Boutique Bleue Fleuriste

986-5136



JOYEUX NOEL  
A TOUS NOS CLIENTS  
ET AMIS

**S.C. Automobiles Ltée**

Dépositaire TOYOTA  
Serge Rondeau, gérant des ventes  
771-7384/85  
93 boul. Greber,  
Pointe-Gatineau, Qué.



*Joyeux Noël!*

**Traverse  
Masson/Cumberland**

Maurice Bourbonnais, prop  
Masson, Qué.

*Joyeux Noël!*



**Marche  
Gérald Stooke Provipop**

986-8108  
310 Bélanger, Buckingham, Qué.  
Boucher d'expérience à votre service  
Grocerie Bière froide  
Livraison gratuite à votre domicile



*Meilleurs Souhaits*

**Soucy MERCURY**

VENTE & SERVICE  
427-6255, Plaisance, Qué. 233-8017, Hull et région



*Joyeux Noël et  
Bonne Année*

**J.-V. Thibault**

DENTUROLOGISTE  
986-2864

621 Eddy, Buckingham, Qué.



Vente & réparation machines à coudre  
Bernina-Omega-Necchi-Husqvarna  
Brother - White  
aussi petits appareils ménagers  
Grille-pain fer à repasser

**CENTRE 663-6074  
BERNINA OMEGA**

396 MAIN ST., GATINEAU, P.Q.

JOYEUX NOEL  
A TOUS



NOS CLIENTS ET AMIS

**Salon de coiffure Audette**

Audette Bastien, prop.  
986-8212

155 Lorrain, Buckingham, Qué.

*Bons Souhaits  
à l'occasion de  
Noël*

**Salon de coiffure Thérèse**

986-2316

171 J. f Kennedy, Buckingham, Qué.

*Meilleurs  
Voeux*



*a l'occasion des Fêtes \**

**Templeton  
Sport & Equipment Ltd.**

663-2603

48 Boul. Lorrain, Templeton, Qué.

*Souhaits sincères*



**Buckingham Welding Shop**

Arnold Cheslock, prop.  
986-2896

125 Jean XXIII, Buckingham, Qué.

*Joyeux  
Noël*



**B. Potvin Ltée**

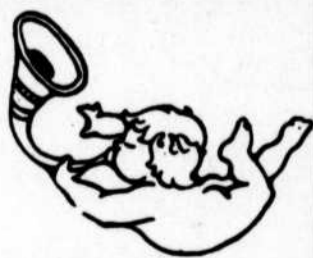
Portes et chassis  
986-5232  
MASSON, QUE.

*Voeux de bonheur, de gaieté,  
pour ce Noël et toute l'année.*

**Hotel National**

Conrad Lanthier, prop.  
986-5112 Masson, P.Q.

*Meilleurs  
voeux*



**Foyer du Tissu**

420 Principale, Buckingham, P.Q.

986-2501



*Voeux de bonheur  
pour ce Noël*

à tous  
mes clients et amis

**Fern's Esso Service Station**

ROUTE 8, MASSON, QUE.

*Meilleurs  
voeux*



**J.M. Bertrand et associés**

Comptables agréés  
986-3393

164 Maclaren est, Buckingham, Qué.

(suite de page 13)

(la peau pèle), appliquez ensuite sur les parties auparavant gelées une lotion adoucissante, de préférence non parfumée ou un onguent antiseptique, du type de ceux que l'on recommande pour les brûlures. Si une sensation de brûlure persiste, l'application de bicarbonate de sodium (soda à pâte) vous soulagera aussi.

**LES CAS LES PLUS GRAVES**

Certaines complications peuvent se présenter dans le cas d'une engelure. Les indices sont la couleur jaune ou violacée persistante et surtout, la formation d'ampoules ou d'oedèmes et l'insensibilité grandissante de la partie gelée. Dans ce cas, il faut consulter un médecin. En attendant, les conseils que nous venons de prodiguer peuvent apporter un certain soulagement.

**ET LA PROCHAINE FOIS...**

Lors de sorties à basse température, il faut prendre soin de porter des vêtements chauds (plusieurs épaisseurs si le froid est humide) et d'apporter des rechanges (bas et mitaines surtout) si vous partez pour plusieurs heures. Il faut éviter de porter des vêtements trop serrés et de demeurer sur place pendant une longue période, surtout sur un sol humide ou mouillé. Afin de maintenir régulière la circulation du sang, si vous demeurez immobile, faites de l'exercice, soit en sautant sur place ou en bougeant tour à tour les mains, les bras, les jambes et les pieds. Et joyeux hiver!



*Meilleurs Souhairs*  
à l'occasion des Fêtes \*

**on est 6 millions  
faut se parler.**

**Le personnel R. Chalut Inc.** 134 rue Portelance, Thurston.

"Votre distributeur Labatt"

985-2721

BRASSÉE AU QUÉBEC PAR LA BRASSERIE **Labatt** LIMITÉE — Y'A RIEN Q'ATT



*Voeux  
Sincères*



*Meilleurs Voeux  
de Bonheur*



**MUNN & MU notaires**

Roger M  
Michelin

130 Maclaren-est, Igham, P.Q.

986-6

*Meilleurs Souhairs*  
à l'occasion des  
Fêtes



TEL.: 986-5469

**JEAN DESLAURIERS**

Nettoyeur de tapis à la vapeur Peintre décorateur Painter decor.  
Deep Steam Carpet Cleaning Tapissierie vinyle - Vinyl tapes  
Textures

BUCKINGHAM, QUE.



*Gai Noël*

**Omer Cadieux** Camionage

364 Principale, Buckingham

986-2342



*Meilleurs Voeux  
et  
Souhairs sincères*

**Salon Michelle Enrg.**

Michelle Maisonneuve, prop.

19 Toulon, ANGERS, QUE.

*Beaucoup de  
Bonheur*

à l'occasion des Fêtes



**rouin**

Opticiens  
Ltd  
Ottawa

O'Connor  
137-7270  
11 Carling  
25-3351  
Montreal rd  
46-4472  
Bridge Plaza  
31-8897  
Cochats Bayshore  
29-4057  
Bel Medical Centre  
Hefford rd  
15-9186



Meilleurs Souhaits

Meilleurs Souhaits



CHEVALIERS DE COLOMB DE BUCKINGHAM

Exécutif du Conseil 2056

GILLES RENAUD GRAND CHEVALIER

- |                  |                        |
|------------------|------------------------|
| Jean Miner       | Député Grand Chevalier |
| Yvon Tourangeau  | Chancelier             |
| Maurice Plouffe  | Aumônier               |
| Réjean Séguin    | Sec.-Financier         |
| Eric. Tourangeau | Sec.-Trésorier         |
| Jean-Guy Bisson  | Sec.-Archiviste        |
| Gilles Plouffe   | Cérémoniaire           |
| Roger Cyr        | Ass.-Cérémoniaire      |
| Ephrem Lanthier  | Avocat                 |
| Richard Lafleur  | Garde Int.             |
| Jean Lafleur     | Garde Ext.             |
| Rosario Hamelin  | Porte-Drapeau          |

- |                  |          |     |
|------------------|----------|-----|
| J.C. Bisson      | Syndique | 1er |
| René Séguin      | Syndique | 2e  |
| Adolphe Bourassa | Syndique | 3e  |

à l'occasion

de Noël



NOËL

Joyeux Noël  
Beaucoup de bonheur pour la nouvelle Année



Bendwell & Associés Ltée.

Urbaniste-Aménagement

770-8680

131 St-Joseph Hull, Qué.

Joyeux Noël



Sutton & Perry Ltée.

Bureau d'ajustement d'assurance

CLAUDE RICHARD

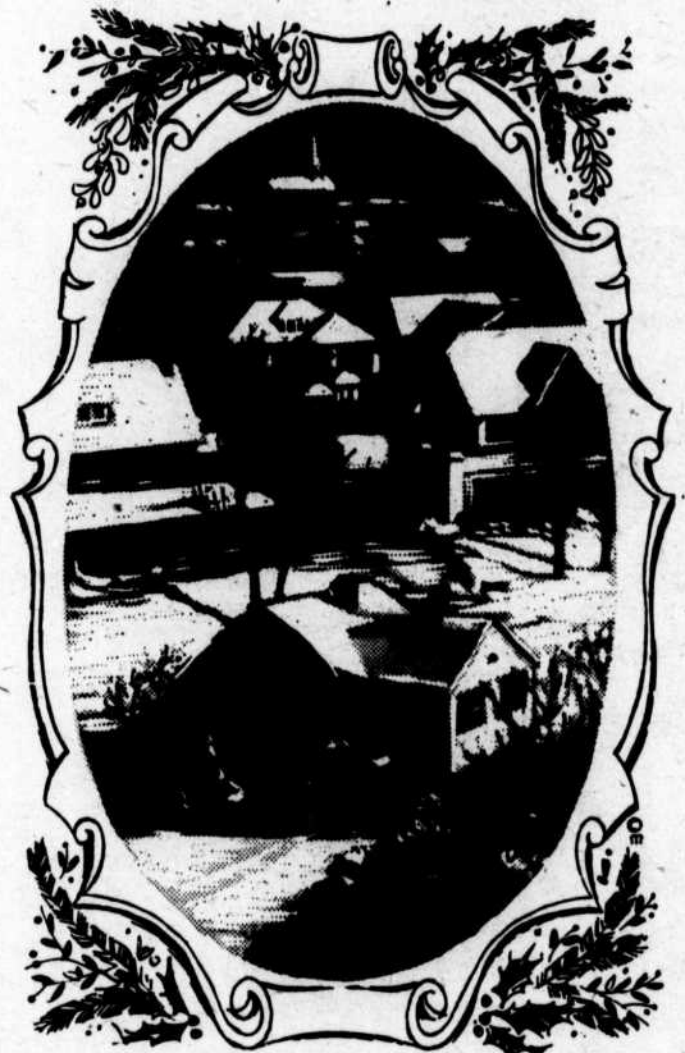
585 James, Buckingham, Qué.

986-8004

Le conseil d'Administration par la voie de son président, M. Jean-Marc Comtois, le personnel et les médecins du Centre Hospitalier de Buckingham souhaitent à toutes les personnes qui ont séjourné chez-nous en 1975 et à la population locale et régionale qui a témoigné une précieuse collaboration à la bonne marche du système hospitalier, leurs vœux les plus sincères d'un Noël inoubliable et d'une année 1976 remplie de joie, prospérité et santé.

CENTRE HOSPITALIER DE BUCKINGHAM

155 MACLAREN est, BUCKINGHAM, QUE.



*Un  
Joyeux Noël.  
Une Heureuse  
Année*



**Mercier Matériaux Inc.**  
MARCHAND PAL

Route 309, Masson, P.Q.

986-3361

JOYEUX NOEL A TOUS



**Laurent Bertrand, C.A.**

986-6422

585 James, Buckingham, P.Q.



*Joyeux Noël et  
Bonne Année*

**J. N. Landry**

ENRG.

TEL: 986-3121

467, RUE PRINCIPALE

BUCKINGHAM, QUE.

*Joyeux  
Noël*



**J.B. McClelland  
& Sons Co. Ltée.**

457-2211

POLTIMORE, QUE.

JOYEUX NOEL

A TOUS



**Nadon & Fils Inc.**

TUILES - TAPIS

137 St-Joseph, Buckingham, P.Q. 986-5962

*Meilleurs  
Souhaits*

**Ferronnerie Gauthier**

986-2800

"Distributeur des produits Benjamin  
Moore"

460 Principale, Buckingham, Que.

JOYEUX NOEL



A TOUS NOS CLIENTS ET AMIS

**Epicerie Dupuis**

641 Bélanger, Buckingham, P.Q. 986-2060



*Voeux de bonheur,  
de gaieté,  
pour ce Noël  
et toute l'année*

**Articles de sport Mitch**

490 Principale, Buckingham, P.Q. 986-5718



*Vœux  
Sincères*

**ELI ASSAD INC.**

986-3810

470 Principale, Buckingham, P.Q.

*Bons Souhaits*



**Studio J.A. Demers**

540 Principale, Buckingham, P.Q. 986-3164

*Un vrai  
Joyeux Noël*



**Nettoyeurs  
Town & Country  
Cleaners**

103 St-Joseph, Buckingham, P.Q. 986-2811



**Lorenzo Néon**

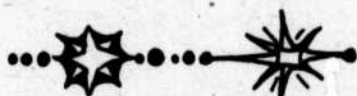
986-5977

**Plastic Sings**

705 Bel Air, Buckingham, Qué.

JOYEUX NOEL & BONNE ET  
HEUREUSE ANNEE

à tous nos clients et amis de la  
région.



**Marc Sports**

663-0281 355 Notre-Dame

Gatineau, Qué.

**NOEL**



**J. J. Boileau**

766-2204

Notre-Dame de la Salette, P.Q.

JOYEUX NOEL

A TOUS

NOS CLIENTS

ET AMIS



**Bouladier  
& Frères**

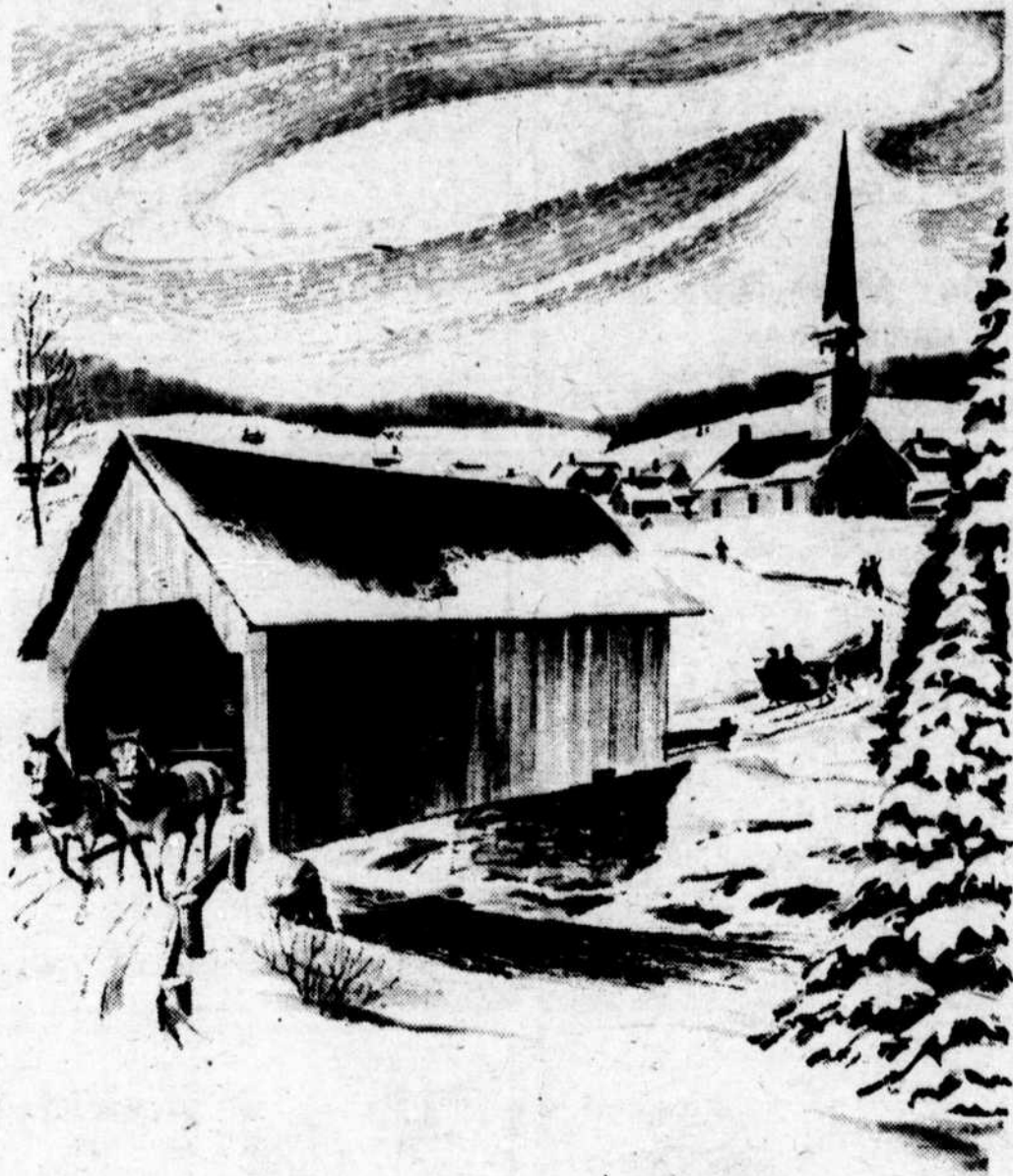
Entrepreneurs  
généralux

675 Maple,  
Buckingham, P.Q.

986-3913



Meilleurs vœux  
de bonheur  
à l'occasion de Noël  
et du Nouvel An



## Les Caisses Populaires de la Zone Papineau

### HEURES D'OUVERTURE

#### POUR LA PERIODE

#### DES FETES

**CAISSE POPULAIRE DE BUCKINGHAM**  
107 rue St-Joseph,  
Buckingham, Que.

#### NOEL

Lundi - mardi - mercredi : 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
22 - 23 - 24

#### JOUR DE L'AN

Lundi - Mardi - Mercredi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
29 30 31  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE ST-ANDRE-AVELLIN**  
St-Andre-Avellin, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi - Mardi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
Mercredi: 10.00 a.m. à 6.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE PAPINEAUVILLE**  
Papineauville, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
Mardi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m. SOIR: 7.00 à 8.00  
Mercredi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.

**CAISSE POPULAIRE**  
**ST-JEAN-L'EVANGELISTE**  
**DE THURSO**

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi : 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
Mardi - Mercredi: 10.00 a.m. à 5.30 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE CHENEVILLE**  
Cheneville, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi - mardi : 9.00 à 4.00 p.m.  
22 23  
Mercredi: 9.00 a.m. à 6.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE PLAISANCE**  
Plaisance, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi-Mardi-Mercredi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE RIPON**  
Ripon, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi-Mardi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
Mercredi: 10.00 a.m. à 7.00 p.m.

**CAISSE POPULAIRE DE NOTRE-DAME**  
**DE LA SALETTE**  
Notre-Dame de la Salette, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi-Mardi-Mercredi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE MASSON**  
63 Chemin de Montreal,  
Masson, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi-Mardi-Mercredi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

**CAISSE POPULAIRE DE MONTEBELLO**  
Montebello, Que.

NOEL et JOUR DE L'AN:  
Lundi-Mardi: 10.00 a.m. à 3.00 p.m.  
Mercredi: 10.00 a.m. à 5.00 p.m.  
(pas d'ouverture le soir)

Resume: Ouvert lundi - mardi - mercredi " FERME" Jeudi (25) - Vendredi (26) - Samedi (27) - Dimanche (28)