

LE SKI DE RANDONNÉE

Ça vous dit quelque chose?

par SYLVIE BELLAVANCE



(suite)

PAS ALTERNATIFS:

Le pas alternatif, c'est le "pain et le beurre" du ski de fond. C'est le geste technique le plus couramment utilisé dans la locomotion à ski sur le plat et, avec quelques variantes, dans les montées. L'exécution de ce mouvement repose sur le travail alternatif des bras et des jambes; c'est un peu comme la marche, sauf que les bras ont une part active à jouer dans la locomotion.

Exemples de techniques employées lors des montées:

A) La montée directe: est utilisée sur les pentes relativement peu accentuées;

B) Le pas en ciseaux: efficace sur une pente dont l'inclinaison est fortement accentuée;

C) Le pas en escalier: pente excessivement raide et si le fartage ou la condition physique ne sont pas à la hauteur de la situation ou, encore, si on ne maîtrise pas suffisamment la technique du pas en escalier. Il n'est pas très rapide, mais il est simple, facile et sûr.

Et des descentes:

A) La position stable: assure le meilleur équilibre; utilisé lorsqu'on ne

possède pas le contrôle parfait de ses skis;

B) La position de l'oeuf: appelée aussi: "recherche de vitesse", est utilisée dans les descentes, lorsque les conditions de la neige et de la piste rendent possible le contrôle absolu des skis;

C) La position du chasseur: garantit le meilleur contrôle des skis en tout temps et face à toutes les éventualités.

Enfin, quelques recommandations au sujet des derniers départs; ceux-ci doivent s'effectuer à 15 heures, au plus tard pour ne pas être surpris par la nuit.

Pour une randonnée prolongée, les articles suivants sont recommandés: allumette, papier ou copeaux de bois, briquettes pour allumer le feu, fart et grattoir, carte et boussole, couteau de poche, trousse servant à réparer les fixations, nourriture, trousse de premiers soins, anorak supplémentaire, lampe de poche.

De retour la semaine prochaine avec les soins apportés lors de blessures occasionnées en ski de randonnée.

par Sylvie Bellavance

Réf.: Le ski de randonnée & Le ski de fond.

Hockey Junior C

Lac-Etchemin devient la bête noire du Royal

... Lutte chaude pour la deuxième position
... Dimanche, Lac-Etchemin nous visite

par Richard Vigneault

Dans la Ligue de hockey Junior C Mégantic-Frontenac la saison actuelle a pris une toute autre tournure sur l'an dernier. On constate qu'une lutte vive entre les quatre positions se dessinent en vue de la préparation des séries semi-finales.

Pour le Royal, le bilan s'avère positif à domicile; jusqu'à présent, un total de 19 matchs ont été disputés. Sur sa glace, le Royal a remporté huit victoires contre une défaite et un seul match nul. Notre équipe occupe toujours le troisième rang.

Mathématiquement, le Royal a encore l'opportu-

rité de franchir la deuxième position, mais ce ne sera pas chose facile. Pourquoi? Simplement que Lac-Etchemin a aussi les mêmes ambitions et suit de très près notre équipe. Une lutte sans merci risque de s'installer entre ces deux équipes pour convoiter cette position, occupée par le Junie de Coleraine. Toutefois, il est facilement prévisible que Lac-Etchemin ou Lac-Mégantic occupera cette

deuxième place d'ici la fin de la saison. Coleraine a en effet 22 joutes de disputées et de par l'allure que les deux équipes envieuses peuvent prendre, Coleraine pourrait fort bien se retrouver au quatrième rang.

Malgré tout, cette année c'est une lutte à finir entre quatre clubs. Beauceville, Lac-Etchemin, Coleraine et Lac-Mégantic, chacun tentant de prendre la meilleure place en vue des

séries. Les rencontres à venir seront toutes d'une importance capitale pour chacune d'elles. Le Royal devra obtenir le maximum de victoires avec le maximum de points. Le travail ne sera pas facile, particulièrement face à Beauceville et aussi les costauds de Lac-Etchemin. D'ailleurs, dimanche après-midi à 14 heures, au Centre Mgr Bonin, nos porte-couleurs accueillent une fois de plus les Caribous de Lac-Etchemin.

S'il veut, il peut...

Quand nos hockeyeurs y mettent toute l'énergie nécessaire, ils accomplissent des exploits extraordinaires. Les supporteurs ont pu facilement le constater dimanche le 23 décembre, alors que notre équipe a fait match nul face à Lac-Etchemin. On se rappellera que la première période n'a été guère intéressante pour les nôtres d'autant plus qu'ils tiraient de l'arrière 4-1. On se demandait bien comment ils remonteraient la

penne. Mais la période médiane a resaisi nos joueurs et les spectateurs et voilà que les Therrien, Fillion et Lamontagne décident d'égaliser le pointage.

L'espoir naissait. Aussi, le dernier vingt a laissé place à une belle performance et beaucoup d'émotions jusqu'à la dernière minute. Le Royal a repris les devants avec Denis Isabel, mais le sort a décidé que l'adversaire égaliserait le pointage.

Compte final, 6-6. Mais quel match! Quand nos joueurs veulent y mettre un peu de coeur, ils sont capables de bien des choses. Au cours de cette rencontre, Bernard Fillion, Sylvio Therrien, Denis Isabel, Alain Lamontagne ainsi que les performances de Marco et Alain Jacques nous ont rappelé les moments excitants de l'an dernier. Souhaitons en connaître autant jusqu'à la fin.

Le club Nautique vous informe

Bonjour amis lecteurs,

Disons d'abord que la direction du Club Nautique tient à vous souhaiter une bonne et heureuse année, remplie de santé, de bonheur et de prospérité.

Cette semaine, je vous parlerai du milieu humain, de la densité de la population et de la population limotrophe au lac. On dit que globalement, la densité de population au lac Mégantic est très faible soit environ de un à neuf habitants au mille carré pour la majorité des municipalités. La seule exception réside dans la ville de Lac-Mégantic où dit-on la densité atteint plus de 300 habitants au mille carré.

On compte neuf (9) unités de recensement dans le bassin et sur ce nombre, cinq (5) touchent directement au lac Mégantic c'est-à-dire Lac-Mégantic, Marston, Frontenac, Piopolis et Nantes. Cependant, nous avons éliminé Nantes parce que cette dernière municipalité occupe une portion négligeable du périmètre du lac.

L'enquête effectuée auprès des municipalités limitrophes au lac durant l'été de 1973, a révélé que le fait marquant est la forte population de Lac-

Mégantic qui comptait à elle seule aux environs de 6,902 habitants pour l'année 1972. En dehors de cette ville, le seul autre foyer important de population est la municipalité de Piopolis qui dénombre environ 310 habitants en 1972.

Le total de la population permanente s'élève à environ 8,618 habitants. Quant à la population saisonnière, elle atteint environ 1,700 personnes. Sauf pour le cas de la ville de Lac-Mégantic et la municipalité de Piopolis, les résidences permanentes sont situées le long des axes routiers. Le total des résidences permanentes s'élève à environ 1,538 tandis que celui des chalets atteint approximativement 351.

La semaine prochaine, je poursuivrai avec la suite no 8. Ceux qui désirent formuler des commentaires, ils n'ont qu'à le faire par écrit et les faire parvenir à l'adresse suivante: Club Nautique de Lac-Mégantic, 4995 rue du Moulin, Lac-Mégantic, P. Qué., G6B 2E9.

Marc Campeau
publiciste

Tournoi de Hockey

"Petit Poêle" à Lambton

Dans le cadre du Carnaval de Lambton qui se déroulera du 1 au 10 février 85 le comité organisateur est fier de vous présenter son troisième tournoi "Petit Poêle" qui se veut d'envergure régionale avec la participation de 16 équipes masculines et de 8 équipes féminines maximum, alors les premières équipes qui nous feront parvenir leur alignement seront les premières inscrites. La date limite pour l'inscription est le 25 janvier 1985. De magnifiques

bourses et trophées seront remis lors de ce tournoi qui se déroulera dans le cadre du Carnaval Ti-Cube. L'inscription est de 65\$ et pour avoir de plus amples informations, appelez Pierre Dostie 486-2692, Mario Bélanger 486-2633, Florent Bernier 486-7867 qui se feront un grand plaisir de vous donner toutes les informations nécessaires et qui pourront vous fournir la formule d'inscription pour le tournoi.



CLUB
MÉGANSKI
INC.

À compter du mercredi 9 janvier, et ce à tous les mercredis, les skieurs de

fond de la région pourront s'adonner à des randonnées en groupe à la belle

Roger Lessard, resp.
R. Leblond, publ.

Pêche d'hiver ouverte du 20 décembre 1984 au 31 mars 1985

La Direction régionale du Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche rappelle aux intéressés que la pêche d'hiver à toutes les espèces sera ouverte aux dates précitées dans les lacs ci-dessous indiqués. Selon l'espèce, il faudra toujours tenir compte des limites permises dans chacune des zones.

ZONE 4: Les lacs suivants: Barbotte, Bolduc, à la Truite (Frontenac); Aylmer, Saint-François (Frontenac, Mégantic-Compton); Drolet Elgin, Lambton, Louise, Moffat, Mégantic (Mégantic-Compton).

ZONE 5: Les lacs suivants: Miroir, Wallace, (Mégantic-Compton); Lo-

vering, Magog, Massawippi (Orford); Memphrémagog (Orford, Bromemissisquoi); d'Argent, Gilbert, Libby, Long, Malaga, Nick, Orford, Parker, Peasley, Trouser, Trouserleg, Webster (Bromemissisquoi); Brompton (grand lac) (Orford, Johnson); Monjoie, Saint-François-Xavier (étang Tomcod), Stoke (Johnson); la rivière Magog, du lac Magog à la rivière Saint-François; Brome, d'Avignon.

ZONE 6: Les lacs suivants: William (Frontenac); Clair, Erle (Mégantic-Compton); Richmond (Trois Lacs) (Richmond); Roxton.



LE COIN ARAMIS
RAYMOND POULIOT
publiciste

ORCHESTRE - L'ensemble de Jacques Beaudoin vous fera passer d'agréables moments au Club Aramis chaque samedi du mois de janvier.

CARTES DE MEMBRE - Nous avons présentement 305 membres en règle pour 1985. Les cartes de membres sont disponibles au coût de trente-cinq dollars (35,00\$) au Club Aramis et auprès des membres de la direction.

TOURNOI DE WHISKY - On rappelle la tenue de nos tournois de whisky, de "2" et de "500" chaque dimanche après-midi. Nous avons également des tournois de "8" au billard.

TOURNOI DE HOCKEY - Il y aura un tournoi de hockey à St-Georges de Beauce pour tous les Clubs Aramis de la province les 23 et 24 février 1985. Allez encourager votre club local.

TOURNOI DE BALLE-MOLLE - Il y aura un tournoi de balle-molle en raquettes dimanche le 24 mars 1985 au Club Aramis de Lac-Mégantic. Pour de plus amples informations, veuillez contacter Raymond Pouliot au numéro 583-3460 ou 583-3161.

VOEUX DU NOUVEL AN - La direction du Club Aramis désire transmettre à ses membres ses meilleurs voeux à l'occasion du Nouvel An.

Club de Conservation de la Faune de Nantes

Le club de Conservation de Faune de Nantes félicite M. Roméo Doyon qui s'est mérité notre trophée pour un magnifique chevreuil "Panache 7 points, 208 lb", il était accompagné de M. Hervé Bouffard et de M. Daniel

Isabel. Notre assemblée générale aura lieu le 13 janvier 1985 à la salle du Conseil de Nantes à 7h30 p.m.

Bienvenue à tous.

Bruno Trépanier
secrétaire-trésorier

Tournoi "mi-saison" de badminton

Lucie Couture et Réjean Roy se signalent

C'est le 12 décembre dernier qu'a pris fin le tournoi mi-saison du club de badminton. Plus de 35 participants se sont disputés les honneurs dans les différentes classes et catégories. Voici dans l'ordre les gagnants(es), les finalistes ainsi que les pointages:

CLASSE A

Simple féminin: Lucie Couture vs Chantale Lessard (11-9) (11-3).

Simple masculin: Réjean Roy vs Alain Vachon (15-10) (15-12).

Double féminin: Édith Vachon et Lucie Couture vs Lili Tremblay et Danielle Vallières (15-5) (13-15) (15-10).

Double masculin: Alain Vachon et Jean Blondeau

vs Martial Dumas et Alain Perreault (15-9) (15-9).

Double mixte: Danielle Vallières et Raymond Baillargeon vs Lucie Couture et Martial Dumas (15-12) (15-6).

CLASSE B

Simple féminin: Guylaine Fecteau vs Guylaine Boulanger (11-1) (11-0).

Simple masculin: Michel St-Amant vs Serge Beaudoin (15-3) (15-3).

Double féminin: Louise Roy et Suzanne Boulanger vs Ginette Isabel et Guylaine Fecteau (15-9) (12-15) (15-7).

Double masculin: André Lefebvre et Denis Grondin vs Michel St-Amant et Benoit Roy (4-15) (15-5) (18-14).

Double mixte: Lynda

Isabel et Michel St-Amant vs Guylaine Fecteau et André Lefebvre (15-12) (15-8).

De magnifiques trophées commandités par la brasserie "Labatt" ont été remis aux vainqueurs à l'issue du tournoi. Malgré l'heure tardive, Réal Blais, représentant de la Brasserie 50, a fait la remise des trophées à la polyvalente Montignac.

Immédiatement après, avait lieu au bar "Le Foyer" le tirage de quelques prix de participation. Je profite de l'occasion

pour remercier d'abord notre généreux commanditaire, Pierre Bédard, et Réal Blais de la Brasserie Labatt 50, ainsi que François Lavallée qui nous a autorisés à faire quelques tirages au bar "Le Foyer" où l'on a été très bien reçus.

Notre prochaine soirée de badminton, mercredi le 9 janvier 1985. À bientôt.

La direction

INFO-LOISIRS LAC-MÉGANTIC

TOURNOI DE GROSSES QUILLES "TÉLÉ-QUILLES À LA RELÈVE"

une commandite de

Brevages Mégantic Ltée

PEPSI-COLA, SEVEN-UP ET CANADA DRY

583-1790

Choisissez PEPSI OUI!

RS

Le Relais du Sportif

CARREFOUR LAC-MÉGANTIC

Ferlus SPORT

583-2363

OÙ: À la salle de quilles du Centre Mgr Bonin
QUAND: le 3 février 1985
HEURE: de 19h00 à 22h00
COÛT: \$20.00 par équipe
FONCTIONNEMENT:

CLASSEMENT: Entre le 10 décembre 1984 et le 26 janvier 1985, les équipes intéressées devront jouer 5 parties à La Relève, sous la surveillance de Denis Lacroix. Classement selon la moyenne établie.

TOURNOI: Il y a 13 équipes qui participent au tournoi, l'équipe gagnante de chaque partie joue la partie suivante et ce, jusqu'à ce qu'elle perde; l'équipe perdante se retire pour ne revenir qu'en finale si elle se classe.

FINALE: Les 7 équipes qui ont obtenu les 7 meilleures parties participent à la finale, sauf si la 13ième équipe qui participe au tournoi gagne. À ce moment, cette dernière entre en finale avec les 6 autres ayant réussi les meilleures parties.

ENREGISTREMENT: Lors de l'enregistrement, nous filmerons 2 émissions. Chaque émission sera composée de 3 parties. Les dates d'enregistrement sont: pour le tournoi: 3 février et 17 février 1985 -- pour la finale: 3 mars 1985.

RÈGLEMENTATION: Un maximum de 13 équipes de 2 joueurs est accepté, le classement au tournoi est déterminé par les parties les plus fortes et non par la moyenne des parties jouées. La moyenne ne devra pas dépasser 320, vérification selon les moyennes au 24 novembre 1984.

BOURSE: Plus de 300,00\$ en prix. Gagnant de chaque partie, lors du tournoi: 6,00\$ - lors des finales: 10,00\$. Perdant de chaque partie, lors du tournoi: 3,00\$ - lors des finales: 5,00\$. Gagnant des finales: 1er: 50,00\$ - 2e: 30,00\$ - 3e: 20,00\$.

DENIS LACROIX
responsable Salle de Quilles
Lac-Mégantic - 583-3242

INFO-MESSAGE

Télé-Quilles individuel

Enregistrement des finales le 6 janvier à 19h00.

Le Royal Junior "C"

Lac Etchemin visite le Royal dimanche le 6 janvier à 13h30.

Ateliers culturels et d'activités physiques

Date limite d'inscription le 18 janvier 1985. Téléphonnez le plus rapidement possible au Centre Mgr Bonin à 583-0630.

MICHEL TARDIF
Directeur des Loisirs
Ville de Lac-Mégantic - 583-0630

MD. POUR MÉDECINS DEPRIMÉS

(SRS) Attention, futurs médecins, car vous êtes davantage sujets à la dépression, à l'alcoolisme, aux toxicomanies et aux problèmes psychiatriques que la moyenne des gens.

C'est la dévotion que lance la psychiatre Carole Ratté.



du Centre hospitalier de l'Université Laval. Selon elle, la cause première réside dans la personnalité même du médecin: c'est une personne super cool qui veut donner aux autres les soins et l'amour dont elle se sent frustrée et qui refuse de demander de l'aide lorsqu'elle a des problèmes. Ces problèmes, le médecin essaie de les traiter lui-même, mais s'il ne réussit pas parfaitement, il doute de ses capacités... et la déprime augmente. D'après Mme Ratté, une autre cause de problèmes est l'écart entre les soins idéaux que le médecin voudrait apporter à ses patients et la dure réalité des conditions hospitalières ou sociale difficiles... d'où la dépression et la dépression.

Chronique Méganquestre



Samedi le 2 février 1985, se tiendra au Bar Le Relais du Club d'Équitation Méganquestre Inc. un concours de LIPSING, sous la responsabilité de Mme Manon Lapierre. Ce concours s'adresse à toute la population et comprendra différentes catégories. Pour de plus amples informations ou pour vous inscrire, vous pouvez contacter Manon le jour à 549-2833 ou le soir à 549-2276. Bienvenue à tous.

"PRO-KIT"



POWERBLOC

SUPER SPÉCIAL DE DÉCEMBRE ET DE JANVIER

- 1 EMBRAYAGE "ALT" POWERBLOC (REG. 194.95\$)
- + 1 COURROIE "KEVLAR" POWERBLOC (REG. 18.50\$)
- + 1 CASQUETTE POWERBLOC (REG. 6.50\$)

* VALEUR TOTALE DE 219.95\$ *

SUPER SPÉCIAL \$179.95 (+TAXE)

UN RABAIS ADDITIONNEL DE \$4.95 SUR PRÉSENTATION DE CETTE ANNONCE.

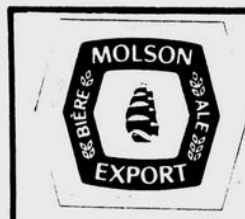


EMBRAYAGE GARANTI 1 AN
COURROIE GARANTIE PAR
SECURISTAT INTERNATIONAL (CANADA) LTÉE

MOTO-MÉGANTIC INC.

J. Marc Therrien, propriétaire
4976 Dollard Lac-Mégantic 583-1445





Molson est là avec vous!



Pour le plaisir et l'enrichissement de vos enfants

Pourquoi pas des jouets scientifiques?

Pas besoin d'investir 150\$ dans un super kit de chimie pour transformer vos enfants en scientifiques en herbe. Pas besoin non plus d'attendre leur adolescence.

La science, un jeu d'enfants

Dès quatre ans, de simples aimants, offerts par plusieurs fabricants pour environ 5\$ (tous les prix mentionnés dans cet article sont approximatifs), les initieront au phénomène du magnétisme. À cinq ans, *La boîte verte* de la compagnie Sculpture-Jeux les transformera en jardiniers pour 20\$. Une fois les graines germées, les enfants apprendront à prendre soin d'une plante en surveillant l'arrosage, l'ensoleillement et la température ambiante. Beau complément à

ce cadeau, un microscope (Battatco, 10\$) leur donnera un regard neuf sur leur environnement. Et peut-être, une fois les beaux jours arrivés, voudrez-vous les initier au monde des insectes en les équipant de la *Cloche à insectes* (Reliable Toy, 4\$). Faite de plastique transparent, elle est beaucoup plus sécuritaire que les contenants de verre.

Des jeux pour les yeux

Aux sept ans et plus, la compagnie Battat offre pour 7\$ son Oeil à double fonction, un microscope/télescope qui servira d'initiation avant l'achat d'un appareil plus sophistiqué. Ce pourra être le *Fun Optic* (Thomas Salter Toys, 10\$) qui permet de réaliser 16 expériences d'optique ou l'*Astronomie* (Laffont, 60\$) qui familiarisera

les adolescents avec les planètes et les galaxies.

Si votre enfant de huit ans ne cesse de vous questionner sur le corps humain, peut-être voudrez-vous lui répondre avec le squelette à assembler de la compagnie Battatco (10\$). S'il est du genre vraiment curieux, alors il lui faut *The visible human body* (Lindberg, 24\$) qui lui apprendra (en français) à assembler les os et à placer les organes et à recouvrir le tout d'une peau. Pour développer la dextérité des neuf ans et plus tout en augmentant leur connaissance en physique, le *Manège* (Ravensburger, 20\$) s'impose. Il s'agit d'un carrousel en carton à assembler qui tourne grâce à une pile solaire.

La science en société

Du côté des jeux de

société, la version jeunesse du célèbre *Quelques arpents de pièges* intéressera les 10 ans et plus. À condition cependant qu'ils soient accompagnés d'adultes bilingues car seule la version anglaise est pour l'instant disponible.

Mentionnons que l'âge minimum indiqué par le fabricant, sept ans, est vraiment trop bas.

Les unilingues peuvent se rabattre sans regret sur le *Quiz des jeunes* (Waddingtons, 15\$) dont les centaines de cartes question-réponse mettront à l'épreuve leurs connaissances aussi bien en science qu'en orthographe. Pour les 12 ans et plus, le *Jeu de la cellule* (Technica, 16\$), qui consiste à assurer la survie d'une cellule, constitue une bonne introduction à la biologie. Une fois ces connaissances de base acquises, les adolescents pourront les mettre à l'épreuve dans le tout nouveau *Metropolis* (Ravensburger, 30\$), un jeu qui demande d'ériger des ouvrages tout en respectant l'écologie.

Si la santé de votre portefeuille vous permet une folie, pensez au mini ordinateur *Ordimini* (Nathan). Pour 140\$, il parle, joue de la musique et initiera vos enfants (5 à 12 ans) aux mathématiques, à l'orthographe, à la différenciation des couleurs et des formes, etc.

D'excellents guides

Peut-être ne cherchez-vous pas un jouet scientifique mais seulement un objet bien conçu qui saura favoriser le développement de votre enfant tout en l'amusant? Des centaines de jeux s'offrent alors à vous. Lesquels choisir? Trois guides sérieux sont disponibles.

Conçu à l'origine pour épauler les éducateurs de garderies et de ludothèques dans leur choix, le guide *Jeux et jouets 85** de la Centrale des bibliothèques est cette année disponible en librairie et dans les boutiques de jouets pour 6,50\$. 250 jouets y sont analysés par des spécialistes en fonction de leur apport au développement de l'enfant.

Depuis une trentaine d'années, le Conseil canadien d'expérimentation des jouets, à Ottawa, établit sa liste an-



Il y a sur le marché de nombreux jouets qui aident les enfants à trouver réponse aux questions qu'ils se posent sur tous les sujets, du corps humain à l'univers. (Photo Louis Pépin, SHS)

nuelle de jouets. *Information jouets 1985*** répertorie cette année 1400 jeux et coûte 6,50\$. Beaucoup plus complet que le guide précédent, l'analyse y est plus superficielle. Par contre, on y trouve un remarquable chapitre sur les jeux pour les jeunes handicapés.

L'Association des consommateurs du Québec publie elle aussi sa liste annuelle, *Jouets 85****, disponible au prix de 2,50\$. Plus de 250 jeux et, alternative intéressante, une soixantaine de livres pour enfants y sont évalués.

Martin Paquet

Service Hebdo-science
Centrales des bibliothèques, 1685, rue Fleury est, Montréal, H2C 1T1. Tél. : (514) 382-0895.
** Information-Jouets 1985 est distribuée par l'Association des consommateurs du Canada, 10, rue Notre-Dame est, Montréal H2Y 1B7. Tél. : (514) 866-2344.
*** Association des consommateurs du Québec, 45, rue Jarry est, Montréal, H2P 1S9. Tél. : (514) 381-8866.

MOINS DE CALORIES ET PLUS DE TEMPS PENDANT LES FÊTES!

Au temps des Fêtes, la table joue un rôle de premier plan. Mais avec la cuisine élaborée, il y a bien des ustensiles et des casseroles à recurer... et le risque de consommer trop de calories.

Afin de simplifier la corvée de nettoyage et, en même temps, réduire au minimum ou éliminer l'usage de matières grasses dans la cuisson, utilisez donc PAM, enduit végétal pur hypocalorique pour la cuisine.

PAM est un enduit naturel de lécithine, un extrait de la fève de soja. Unique en son genre, il empêche les aliments de coller et facilite la préparation de n'importe quel plat. Sans goût et sans odeur, il ne contient pas d'huile à frire et n'ajoute ni graisse, ni calories à vos mets.

PAM rend aussi de précieux services en pâtisserie: un jet de PAM et le rouleau, les bols à mélanger, les batteurs, le fouet et les moules ne collent pas. Résultat: un lavage rapide, pas de moules à graisser et moins de calories!

Et, pour raviver la tradition des Fêtes, voici justement une succulente recette de gâteau aux fruits.

Gâteau aux fruits des Fêtes

Enduit végétal pur PAM
225 g d'abricots déshydratés
255 g de noix du Brésil
140 g d'ananas confits, rouges et verts
225 g de cerises au marasquin, rouges et vertes
170 g de farine tout usage
170 g de sucre
3 œufs
15 g de vanille
5 g de levure artificielle
5 g de sel

1. Vaporiser un peu de PAM sur le moule à couronne. Mélanger tous les ingrédients, sauf le sirop des fruits. Étendre dans le moule.
2. Cuire au four environ 1 h 45, à 150°C (300°F). Vérifier la cuisson avec un cure-dent. Si nécessaire, couvrir d'une feuille d'aluminium pendant les 30 dernières minutes pour éviter que la surface du gâteau ne brûle.
3. Rensover et démouler sur une plaque et laisser refroidir. Arroser avec le sirop des fruits et décorer au goût. Envelopper dans un sac de plastique et garder au réfrigérateur.

Donne de 10 à 12 portions.



En utilisant PAM régulièrement, vous ne pouvez qu'augmenter votre plaisir de cuisiner et de bien manger... tout en vous sentant agréablement plus léger. PAM, enduit végétal pur pour la cuisine: un bon truc à découvrir!

PRÉSERVER LE BOIS, OU LA SANTÉ?

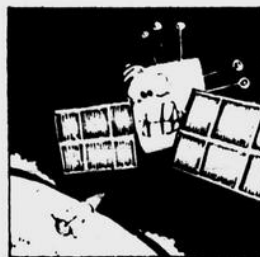
(SHS) De nombreux produits utilisés pour préserver le bois sont considérés comme très dangereux pour la santé par l'Agence américaine de protection de l'environnement, qui vient de resserrer les contrôles régissant leur utilisation. Même si plusieurs de ces agents de conservation sont utilisés au Canada, le gouvernement fédéral n'envisage pas pour l'instant d'imiter les Américains. Deux substances sont particulièrement en cause. D'abord le créosote, susceptible de provoquer cancer de la peau, brûlures, et irritation de la peau et des yeux. Ensuite le pentachlorophénol, qui entre dans la fabrication des produits suivants: Timberlox, Duro-Tec et Solignum. Cette substance pourrait provoquer des tumeurs au foie, des malformations congénitales en plus d'irriter la peau, les yeux et la gorge. Dès février, aux États-Unis, seules les compagnies possédant un permis les soumettant à des mesures de sécurité sévères pourront utiliser le créosote et le pentachlorophénol. Quant aux préservatifs vendus au grand public, ils porteront un avis expliquant leurs dangers.

LES P'TITES PAS POSSIBLES DE L'ESPACE

(SHS) La concurrence devient de plus en plus dure dans l'espace pour l'Oncle Sam. Après l'Europe et sa fusée Ariane, voici que le Japon annonce la construction de ses propres lanceurs. D'abord la petite H-1, seulement capable de placer en orbite des charges ne dépassant pas 135 kilos. Son premier vol est prévu pour 1986. Suivra en 1992 le premier lancement de H-2, une fusée de trois étages et 36,5 mètres, qui pourra amener dans l'espace des satellites de 450 kilos. Le Japon devra cependant recourir à l'expertise des fabricants... américains, comme Hughes Aircraft et McDonnell Douglas. Une fois la technologie acquise, les Nippons referont-ils aux Américains le coup des téléviseurs et des automobiles? À quand les p'tites pas possibles... spatiales?

VERS LA GUERRE DE L'ESPACE

(SHS) Les États-Unis ont procédé à la mi-novembre au deuxième essai de leur arme antisatellite «Asat». Il s'agit d'un petit missile lancé d'un avion F-15 qui peut atteindre et détruire par impact sa cible en une dizaine de minutes. Environ 75% des 2000 satellites en orbite autour du globe sont militaires, en grande majorité américains et soviétiques. Le missile américain atteint sa cible grâce à un système de guidage par infrarouge sensible à la chaleur émise par un satellite. Il peut frapper jusqu'à 16 000 km. Les Soviétiques possèdent eux aussi une arme antisatellite mais les experts la considèrent moins efficace. Nombreux sont les pays à s'opposer à cette militarisation de l'espace et à demander l'élaboration d'un traité interdisant le déploiement d'armes antisatellite.



Quelques photos des dernières activités chez les Lions de St-Romain



Au souper mensuel de novembre, nous avons reçu la visite de l'agent Pierre Leblond de la S.Q. Celui-ci a expliqué le fonctionnement du test d'ivresse et plusieurs membres en ont profité pour l'utiliser. Plusieurs questions ont été posées et les gens ont bien apprécié l'information de l'agent Pierre Leblond qu'on aperçoit photographié en compagnie du président Lions Marc Lapointe.

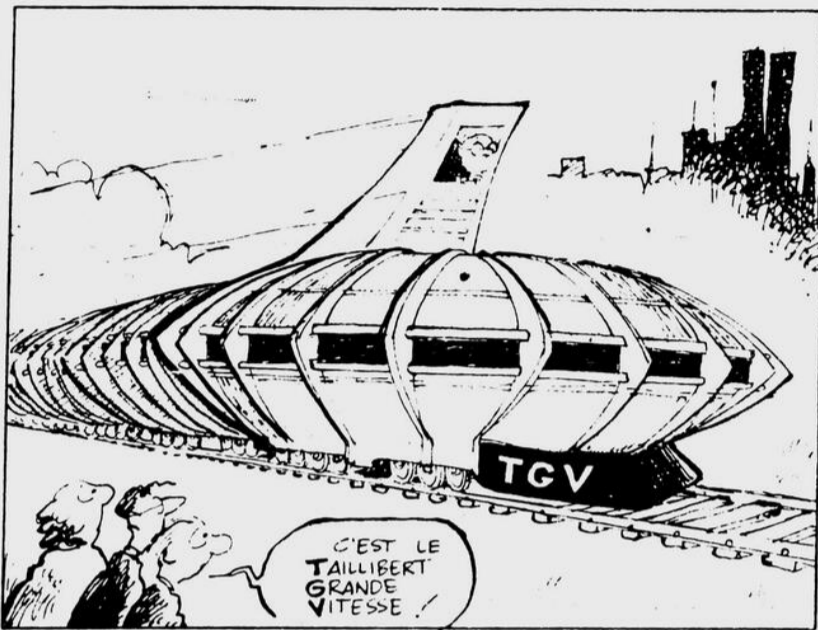


Le 6 décembre dernier se tenait à St-Romain une clinique sur le dépistage du "glaucome" maladie de l'oeil qui peut être détectée par un examen. Plus de soixante personnes ont été examinées. Sur la photo, on voit le président du club Lions remettant une plaque-souvenir au Dr Louise GrosLouis en guise de remerciement pour le travail fait auprès de la population de St-Romain. Nous espérons vous offrir une autre clinique en janvier prochain pour les gens n'ayant pu passer l'examen.



Le soir de la clinique du dépistage du "glaucome" se tenait au motel Source Argentée, le souper mensuel des Lions de St-Romain. M. Michel Coulombe, pharmacien a présenté en vidéo traitant de la maladie du glaucome. Il a donné les explications pertinentes concernant cette maladie. On le voit sur la photo en compagnie du président Marc Lapointe.

Transport sur rails : les experts sont divisés sur l'avenir des trains à très grande vitesse



TGV, Shinkansen, Maglev : ce ne sont pas des maladies rares, mais bien des trains sophistiqués et ultra-rapides qui pourraient concurrencer l'avion sur de moyennes distances. Via Rail envisage déjà l'utilisation des trains à grande vitesse dans sa planification et le maire Jean Drapeau rêve toujours de son TGV Montréal-New York, dont une étude récente semblerait confirmer la rentabilité.

Des villes trop éloignées

Le faible nombre de grands centres urbains pourrait toutefois limiter l'expansion d'un réseau de transport ferroviaire ultra-rapide au Canada. Selon une étude de faisabilité de Via Rail, dont les détails ont été dévoilés lors du dernier congrès international des transports à Montréal, seul l'axe Montréal-Ottawa-Toronto serait rentable. Un TGV assurerait cette liaison en trois heures; il pourrait s'accrocher de 40% du marché des voyageurs, alors que ce taux n'est que de 13% aujourd'hui.

M. Régean Béchamp, vice-président au développement chez Via, estime qu'un tel TGV pourrait transporter quelque 7 millions de voyageurs par an (soit plus que le total actuel des passagers de Via Rail) et réaliser des profits de 173 millions dès la première année (possiblement 1994). Une autre étude menée sur un éventuel TGV Montréal-New York par des consultants américains et québécois arrivait à des conclusions tout aussi optimistes : on y parle de 3,5 millions de passagers par année vers l'an 2000, et de revenus annuels frôlant les 100 millions \$.

Le rêve de Jean Drapeau

Cette étude préliminaire évaluait à 2,3 milliards \$ le coût d'aménagement d'un tel service. On devra toutefois attendre les résultats d'une étude plus complète pour qu'une décision soit prise. La société américaine Amtrak aura sans doute le dernier mot dans cette affaire puisque ce TGV circulera en grande partie sur son territoire.

Beaucoup d'experts, dont Jean-Marc Rousseau, directeur du Centre de recherche sur les transports de l'Université de Montréal, contestent les prévisions trop optimistes : «C'est de la foutaise! On ne peut pas prévoir la demande en l'an 2000.» Les prévisions faites il y a 15 ou 30 ans pour 1984-1985, a poursuivi M. Rousseau, se révèlent inexactes. Comment alors prévoir la demande en l'an 2000, se demande-t-il, tout en soulignant les préférences des gens pour les transports individuels.

Chiffres gonflés ou pas, les trains ultra-rapides représentent le seul espoir de rentabilité pour le transport ferroviaire canadien, dont l'Etat subventionne chaque année les lourds déficits.

Toujours plus vite

«La vitesse est un élément essentiel de la qualité des transports de voyageurs», soutient Alain Lévy, ingénieur à la Société nationale des chemins de fer français. Les critères de vitesse ont toutefois évolué avec l'arrivée de nouvelles technologies. Il y a quelques années, on visait les 200 km/h comme vitesse de pointe. Aujourd'hui, la cible se situe autour de 300 km/h

pour les trains compatibles avec le réseau de rails actuel. Des prototypes à sustentation magnétique, comme le Maglev allemand, sont cependant capables de vitesses supérieures à 450 km/h.

Dès les années 60, les Japonais ont mis en service le fameux Shinkansen-Tokaido, qui file aujourd'hui à 250 km/h. Malgré certains problèmes causés par le bruit (ce train traverse des zones à forte densité de population), le Shinkansen s'est attiré l'admiration mondiale pour sa remarquable rentabilité.

C'est toutefois le TGV français qui retient surtout l'attention des sociétés ferroviaires nord-américaines. Ce train assure présentement la liaison entre Paris et Lyon à une vitesse de 270 km/h (son record de vitesse est toutefois de 380 km/h). Une deuxième ligne de TGV est actuellement en construction en France; vitesse prévue : 300 km/h.

LRC et Maglev

Au Canada, on a limité la vitesse à 155 km/h, bien que le LRC (léger, rapide, confortable) de Bombardier soit capable dans des conditions idéales de rouler à 200 km/h. Cette limite provient en partie du fait que les trains de voyageurs partagent les voies avec les trains de marchandises. Les experts de Via croient pouvoir améliorer le rendement de plusieurs lignes simplement par une meilleure coordination des deux types de service.

En Allemagne et au Japon, on poursuit également de nombreuses expériences sur les trains à sustentation magnétique. Ces systèmes monorails élimi-

nent toute friction (le train flotte au-dessus du rail) et permettraient des vitesses de croisière de 500 km/h. Ils nécessitent toutefois l'installation de nouveaux types de rail et entraînent donc des coûts astronomiques. Les experts s'entendent à dire

que cette technologie de pointe nécessite encore plusieurs années d'études et qu'elle ne pourra pas être commercialisée avant un demi-siècle.

Michel Marsolais
Service Hebdo-science

CAPSULES

LA FAMILLE ET L'ORDINATEUR

(SHS) L'ordinateur domestique intéresse beaucoup les sociologues, qui essaient de comprendre s'il va changer bien des choses... Selon Joseph Giacquinta, de l'Université de New York, qui étudie de près 20 familles, l'ordinateur n'affecte pas la structure familiale, il renforce celle existante : une famille unie, où abondent les activités de groupe, le restera, même chose pour une famille plus individualiste. Dans 17 des 20 familles étudiées, il y a au moins un mordu de l'ordinateur, généralement un enfant; pas surprenant alors qu'une majorité de parents édictent des règles pour limiter le temps d'utilisation. Enfin, M. Giac-

pérons qu'Hollywood a bien reçu le message.

LE TAPIS CHAUFFANT

(SHS) Vous n'aimez pas les plinthes chauffantes? Alors, vous pourrez peut-être bientôt les remplacer par des tapis chauffants. Une firme israélienne a en effet conçu un tel système, où des réseaux de résistances électriques placées sous un tapis mur à mur permettent de chauffer rapidement une pièce.



Sous le réseau de fils, une couche isolante évite les pertes de chaleur dans le plancher et assure la sécurité du système. La firme Marvad Electrotexil a également mis au point le Minimat, un petit tapis de 40 x 55 cm, qui vous réchauffe les pieds économiquement.



NE PARTEZ PAS SANS LUI

(SHS) La vogue est aux petits ordinateurs portatifs, pas plus gros qu'une petite machine à écrire, et complètement autonomes (ils ont leur propre source d'énergie). On prévoit en vendre près d'un demi-million en Amérique du Nord cette année, contre seulement 10 000 il y a deux ans. Qui sont les acheteurs? Des médecins, des astronautes, mais surtout des journalistes : près de 50% de modèles portatifs de Radio Shack auraient été vendus à des membres de la presse.

DONNEZ UNE FOIS POUR TOUS



AIDER C'EST AGIR

St-Sébastien

Fin de semaine d'activités chez les membres du mouvement des Femmes Chrétiennes

Les samedi et dimanche 10 et 11 novembre en l'église de St-Sébastien participaient activement un groupe de femmes du Mouvement des Femmes Chrétiennes afin d'y faire de la promotion.

Mmes Yolande Boulanger, Liliane Rosa, Jeanette Roy, Alice Hallé, Suzette Boulet, Anne-Marie Roy, Simone Royet Simone Dion prenaient part à l'accueil, tandis que Mmes Irène Rosa, Thérèse Rosa et Marielle Isabel remplaçaient les marguilliers pour recueillir les offrandes.

Mme Simone Dion faisait les lectures tandis que Mmes Hermance Bernier et Marie-Paule Roy servaient la messe.

L'homélie fut prononcée par une dame très active dans le mouvement, Mme Thérèse Pépin Boulanger de St-Ludger, responsable de notre secteur.

À la messe du dimanche matin, il y eut aussi participation de la part des femmes du mouvement. À la quête: Mmes Noëlla Bernier, Margot Audet et Cécile Blouin; Mme Mariette Richard faisait les lectures et Mmes Ginette

Therrien et Danielle Richard servaient la messe. Mme Thérèse Pépin Boulanger répéta son homélie.

SOIRÉE RÉCRÉATIVE SAMEDI SOIR

Aussitôt après la messe du samedi soir, l'équipe du Mouvement a organisé une soirée récréative au Centre Paul VI de St-Sébastien. Notre thème de la soirée: "Célébrons notre foi" afin de donner suite à la venue du Pape. Nous avions lors de cette soirée tout un programme pour divertir nos gens et aussi les sensibiliser sur certaines idées.

Le mot de bienvenue et la présentation de chaque numéro furent faits par Louiselle Rosa, responsable du mouvement de St-Sébastien.

Comme premier numéro: 3e et 4e années nous interprétèrent la chanson "La Colombe" de Céline Dion.

Et 1ère et 2e années nous présentèrent en chorégraphie, quelques gestes symboliques de ce chant. Nos élèves ont été préparés par nos dévoués professeurs de l'École soit: Louiselle Lacroix, Lisette

Paradis et Hélène Poulin. Ensuite deux élèves de la maternelle: Dominique Lacroix et Nathalie Rosa nous révélèrent leurs talents en chantant quelques contines de leur choix suivi d'une danse (Polka Mixer) par les petits de 1ère et 2e années; puis pour varier, Chantal Paradis et Véronique Quirion nous firent un lipsing la chanson de Cindy Loper "Girl Just want have fun" qui fut suivi d'un autre lipsing par Véronique Paradis dans la chanson "Je suis fidèle" de Véronique Béliveau.

Histoire de rire un peu, voici un sketch acté par: Éric Gaulin, Pascal Dion, Francis Therrien, Steeve Nadeau, Serge Bernier et Simon Lacroix. Comme thème l'Halloween et l'Unicef. Ensuite la 2e année nous fit la danse du Continental.

Les 5e et 6e années ont aussi beaucoup de talents, ils ont chanté en groupe la chanson "Fais pas la gueule au Bon Dieu" de Nathalie et René Simard; merci à leur professeur Andrée Michaud pour l'aide apportée à cette réalisation. Puis dans un style un peu différent, un mime nous fut présenté sur la chanson "Une vie" de Isabelle Aubrey.

M. et Mme Clermont Rosa ont bien voulu accepter ce rôle magnifique qu'est l'attente d'un enfant. Un sketch humoristique nous fut présenté par: Régine Lacroix, Jean Dion, Rose Bernier et Robert Roy sur une situation nouvelle que certains couples ont à vivre de nos jours. Cette situation nouvelle est: le renversement

des rôles hommes et femmes.

Nous continuons la soirée avec un lipsing de France Bernier qui nous fit "Y'a de l'Amour dans l'air" de Martine St-Clair.

Puis quelques morceaux de musique canadienne entrecoupés d'histoires racontées par M. Gérard Rosa et Mme Michèle Fillion.

Nos musiciens étaient: Mme Louiselle Fillion à l'accordéon, M. Donald Hallé à l'harmonica, M. Roger Bernier à la guitare et M. Gaetan Fillion à la cuillère.

M. Henri-Paul Rosa enchaîna avec une chanson à répondre et M. Roger Bernier avec une chanson populaire.

Un sketch a eu lieu un peu plus tôt dans la soirée sous le titre "J'ai pas le temps".

Ce sketch démontrait la vie d'un couple très à l'aise, travaillant tous les deux à l'extérieur qui refusait de prendre conscience des problèmes de la société soit le chômage chez les jeunes, soit la pauvreté dans le tiers-monde et même de ne pas encourager ceux qui veulent se réintégrer à la société en vendant quelques articles.

Nos acteurs: Mmes Isabella Lapiere, Irène Rosa et Guylaine Dion.

Dans un autre sketch Mariette Richard et Réal Rosa faisaient le lavage pour d'autres. Ils défilèrent des vêtements un à un

qui appartenaient supposément à certaines gens de la paroisse. Ceci s'est fait dans l'humour bien entendu et les gens se sont bien amusés.

Et pour terminer notre spectacle, une chanson qui convenait très bien avec notre thème de la soirée, Mado Lacroix nous interpréta "Vivre et donner" de Céline Dion.

Mot de la fin par notre dynamique abbé Félix Lessard, curé de la paroisse. Merci Félix pour tes bons mots.

Pour terminer tirage des deux paniers de provisions et de \$10.00 en argent.

Les gagnants sont: MM. Bertrand Audet, de St-Sébastien, André Bilo-deau de Lambton et M. Donald Hallé de St-Sébastien.

Louiselle, animatrice de la soirée, remercia tous les gens qui se sont impliqués de près ou de loin dans notre spectacle et ceux aussi qui se sont déplacés pour nous encourager. Merci à tous!

Un goûter délicieux fut servi à la toute fin, celui-ci a été préparé par les membres de l'équipe M.F.C.

Votre secrétaire
Mado Lacroix
St-Sébastien



Histoire de St-Hubert de Audet

par GASTON GRENIER



Voici l'imposante résidence de M. Floi-Alphonse Grenier, maire de Audet, de 1917 à 1918. Construite en 1910-11, cette demeure familiale qui avait l'allure d'un petit hôtel, a été érigée par une parcelle des lots 28 à 32, du rang 1, canton de Spaulding. Cette confortable maison construite avec de bons matériaux, avec le concours d'ouvriers spécialisés, a coûté 2,000\$, finition incluse, ceci au témoignage de M. Grenier. Cela donne une idée de la valeur de l'argent de cette époque, il faut accepter l'évidence qu'il y a eu une forte évolution depuis ce temps. Cette vaste demeure a aussi abrité une classe privée, pour les nombreux enfants de M. et Mme E.-A. Grenier, trop éloignés des écoles publiques pour se prévaloir de ce privilège.

Cette très belle ferme a ensuite appartenu à M. Henri-Louis Roy, marié à Juliette Grenier (fille de Floi-Alphonse), de 1934 à 1937. Ensuite, cette ferme très fertile est devenue la propriété de M. Alfred Savoie, antérieurement de Frontenac. Comme ses devanciers, M. Savoie, a cultivé cette ferme de valeur avec attention et succès, jusqu'au moment de l'érection du fameux barrage, par la ville de Lac-Mégantic, forcée d'acheter ces terrains, pour les inonder en forte partie, une fois les travaux terminés. Ces lots sont inhabités depuis. Cette superbe maison fut déménagée dans la municipalité de Frontenac, par M. Léon Roy. Le fils de M. Léon Roy, Bertrand, est aujourd'hui propriétaire de cette maison toujours aussi hospitalière, mais pas très ressemblante, même si elle est toujours solide et fort bien entretenue.

NOUVEAU MÉNA-TECH

Maintenant dépositaire autorisé des ASPIRATEURS de marque TRENDVAC "1985 l'année TRENDVAC"

Aspirateur de qualité supérieure à toutes les autres marques sur le marché. POURQUOI?

- Son moteur à double roulement à billes, donc succion supérieure
- Fabrication entièrement en acier
- Son prix de 35% à 50% inférieur à Electrolux
- Sa garantie 5 ans - Une valeur sûre
- Venez comparer et vous comprendrez

MENA-TECH
Lac-Mégantic - 583-5123

3528 Stearns
(sous-sol G & G Lunch)

FUTURES MARIÉES

85

Mariées 85 et mères des mariées, obtenez une remise d'un bon d'achat de \$25 à l'achat de votre robe, valeur de \$150 et plus

FUTURES MARIÉES vous apprécierez notre SPLENDIDE COLLECTION car vous trouverez la ROBE DE VOTRE RÊVE, chapeau à vollette, couronne, diadème, bouquet etc... pour ce grand jour.

LES MÈRES DES MARIÉES seront, elles aussi, conquises par le choix de robes, de tenues élégantes que vous offre



Boutique Marie Antoinette

Le plus grand magasin de nouveautés pour dames de la région de Lac-Mégantic

5371 rue Frontenac

Tél.: 583-0667



La Régie des rentes du Québec

vous invite

à venir poser des questions à son représentant. Si vous voulez des renseignements sur les prestations payables au décès, les prestations payables en cas d'invalidité, la rente de retraite, les régimes supplémentaires de rentes (fonds de pension), et les allocations familiales du Québec dont l'allocation supplémentaire pour l'enfant handicapé, venez nous rencontrer.

Où?

Centre Travail-Québec
Édifice Hôtel de ville
5527, rue Frontenac
LAC MÉGANTIC
Tél.: 583-0565

Quand?

8 janvier (mardi)
de 9h00 à 12h00
de 13h00 à 16h00



Régie des rentes
du Québec

Au conseil de la municipalité de Frontenac

A la session spéciale pour l'adoption du budget, tenue au lieu et heure des séances du conseil municipal, ce lundi 17 décembre 1984 à 19h30, sont présents MM. Pierre Philippon, Gaëtan Blais et Normand Carrier sous la présidence de son honneur le maire M. Léon Ducharme. Les conseillers Mme Jeanne Bédard et M. Armand Royer avaient motivé leur absence.

Monsieur le maire a présenté aux contribuables présents les prévisions budgétaires pour l'année 1985. Suite à cette présentation, les personnes présentes ont été invitées à poser des questions en rapport aux prévisions budgétaires.

La période de questions terminée, il a été proposé par M. Pierre Philippon, appuyé par M. Normand Carrier et résolu unanimement que le budget pour l'année 1985 soit adopté

tel que présenté, et que les prévisions budgétaires pour 1985 soient publiées dans le journal L'Écho de Frontenac.

X X X
Suite à l'adoption de ce budget, il a été proposé par M. Gaëtan Blais, appuyé par M. Pierre Philippon et résolu unanimement que les taux des taxes pour l'année 1985 soient:

- Taxe foncière: 70¢ par 100\$ d'évaluation

- Taxe foncière spéciale (règlement no 168) .10¢ du 100\$ d'évaluation

Les autres taxes telles que: Spéciale aqueduc et Vidanges sont fixées par les règlements les décrétant soient:

- Taxe spéciale aqueduc: 8,95\$ du mètre linéaire

- Vidanges: 35,00\$ pour les logements, chalets, commerces et maison unifamiliale, et 20,00\$ pour un chalet à condition d'avoir une maison et/ou un logement dans la muni-

L'Encan Promotion de Noël des marchands du Centre-Ville



ADJUGÉ... de crier l'encan. C'est en présence de quelque 1,500 personnes que s'est déroulé l'encan des marchands du centre-ville à l'occasion de la promotion de Noël. Plus de 4,000\$ en prix ont été adjugés aux plus offrants et de nombreux prix de présence ont été attribués. L'argent utilisé à cet encan était des chèques de la valeur des achats effectués chez les marchands participants au cours des semaines avant Noël. On reconnaît aux côtés de l'encan MM. Claude Charron et Gérard Théberge qui avaient la tâche de diriger la vente; ils étaient entourés de tous les marchands participants de cette promotion.

COIFFURE ELLE

SALON DE COIFFURE POUR DAME

Spécialités: coupes avant-gardistes - brushing - reflet - permanentes - traitement - coloration



Maryse Lacroix
Maître coiffeur

153 Principale
Lac-Drolet

Tél. 549-2288

ESTIMATION GRATUITE

CGSB
Qué 1022

LES ISOLATIONS GRENIER ENR.

913 Rue Colette
ST LUDGER (Beauce-Sud)

819-548-5397
TRAIS VIREES ACCEPTES



POLYURÉTHANE. Reconnissons et utilisons la laine minérale «RED TOP»

CONSTRUCTION JACQUES BOLDUC inc.

Route 204, ST-LUDGER



Spécialiste en tous genres de fondations: résidentielles, commerciales, et industrielles ainsi que citernes à purain

• Polissage de planchers de ciment

Nous désirons vous assurer en tout temps votre entière satisfaction

tél. (819) 548-5106

cipalité et de payer les vidanges de 35,00\$ pour cette maison et/ou ce logement.

La taxe d'aqueduc prévue à 70,00\$ sera fixée lors de l'adoption du projet de règlement no 201-85 à la session régulière du conseil municipal, jeudi 3 janvier 1985.

X X X
Proposé par M. Normand Carrier, appuyé par M. Pierre Philippon et résolu unanimement que la session spéciale pour l'adoption du budget soit levée, 20h20.

Bruno Turmel
secrétaire-trésorier

N'est-il pas temps de remonter autre chose que votre montre?



Futurs Mariés

Demandez nos catalogues de Faire-part 1984

PAPETERIE de MARIAGE

10% d'escompte

L'Écho de Frontenac

5040 boulevard des Vétérans
(aux heures de bureau ou sur rendez-vous)

Composez: 583-1630 ou 583-2217



La
Vente

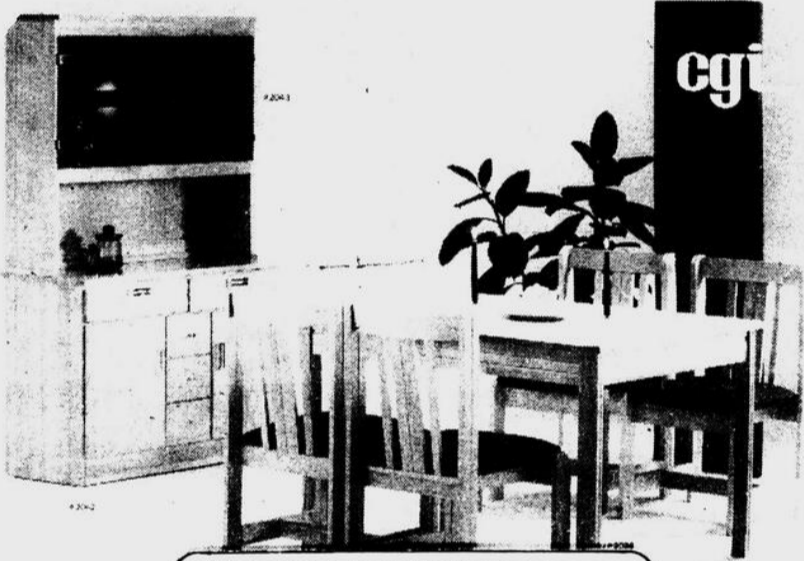


des
Amoureux

Débutant le 3 janvier 1985

AMEUBLEMENT COMPLET

COMPRENANT

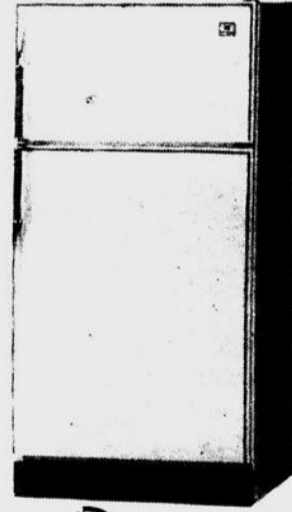


SET DE CUISINE 5 pièces



SET DE SALON 2 pièces

RÉFRIGÉRATEUR
XD15K



CUISINIÈRE
30 pouces
automatique



SET DE CHAMBRE 4 pièces

Kelvinator

LAVEUSE-
SÈCHEUSE



WA458083

DE858083

SPECIAL
\$3,594

LE
CENTRE
DU
MATELAS
PAR
EXCELLENCE

Paul Poulin Meubles

SERVMEUBLES
La Guadeloupe
Tél.: (418) 459-6741

Notre devise: SERVICE - QUALITÉ - CHOIX
ENTREPOSAGE GRATUIT
Livraison à la date désirée
PLAN MISE DE CÔTÉ



Élèves du samedi au P.C.P. et
Élèves du PCP

Bronze - Mélanie Poulin; argent - Marie-Josée Demers; or - Jolyanne Giroux. Remises par Bernard Perron.



Bronze - Guylaine Couture; argent - Marylène Giroux; or - Anne-Marie Guay. Remises par Louise Carlevaris.



Au P.C.P.A.
Argent - Isabelle Dubé; or - Geneviève Bernier. Remise par Chantal Nadeau.



Or - Cynthia Roy; seule participante dans cette catégorie. Remise par Denise Blais.



Or - Manon Charrier; seule participante dans sa catégorie. Remise par Lise Perron.



Bronze - Sarah Carlevaris; argent - Josée Therrien; or - Marie-Josée Pilotte. Remises par France Bisson.



Compétitions évaluation - Élèves au professionnel
Catégorie "aucun test" - style libre: Bronze - Annie Fortin; argent - Nancy Couture; or - Renée Longchamps. Remises par Pierrette Couture.



Junior Bronze style libre: Bronze - Isabelle Fortier; argent - France Piché; or - Caroline Perron. Remises par Josée Lévesque.



Élèves du samedi
Catégorie Mini-patineurs: Des certificats de participation ont été remis à Paul Jr Turcotte, Geneviève Lacroix, Julie Veilleux, Josée-Anne Champagne, Karine Boulet, Michel Demers, Vincent Gobeil, Josée Orichowski, Marie-Claude Breton, Isabelle Desloges, Mélanie Lacroix, Jonathan Breton, Jasmin Baillargeon, Chantal Nadeau instructrice (à l'arrière-plan).

Amis Patineurs Bonjour,

Les activités vont bon train, notre vente annuelle de pâtisseries s'est tenue le 15 décembre dernier, le tout a été un succès. Nous remercions les parents et toutes les personnes qui nous ont donné des pâtisseries. La qualité, le choix et les belles présentations primaient. Nous remercions également toutes les personnes qui se sont procurées des pâtisseries et qui nous ont encouragés par l'achat des billets pour les magnifiques prix qui nous avaient été remis gracieusement par des marchands. Voici les noms des gagnants:

1er prix: Gâteau Forêt Noire dont du Restaurant la Chapelle; Laurier Fillion Lac-Mégantic.

2e Prix: Jardin Chinois don de Odette Fleuriste; Michel Byrns de Lac-Mégantic.

3e prix: Poinsettia don de Martin Fleuriste; Jean-Marc Dupont de Lac-Mégantic.

4e Prix: 1 bon d'achat de \$10.00 de Uniprix Claude Charron; Germaine Couture - Hébert de Lac-Mégantic.

Dans les prochaines semaines vous verrez en photos cette vente de pâtisseries.

Mardi dernier le 19 décembre, une session de tests pour les élèves au pro avait lieu. Au cours des prochaines semaines nous vous fournirons les résultats.

Samedi le 22 décembre c'était la fête de Noël pour tous les membres. Chaque enfant a reçu un petit sac de surprises en plus de participer au tirage de plusieurs prix de présence. Tous se sont bien amusés et le père Noël était parmi nous. Les vacances des fêtes sont arrivées. Pendant la période des fêtes les élèves qui voudront aller patiner pourront le

faire sous la surveillance d'un adulte. La direction des Lames Argentées ne s'engage pas à faire la garde pendant les vacances des fêtes. Donc ceux et celles qui voudront aller patiner devront s'assurer avant de s'y rendre que quelqu'un de responsable est là pour la surveillance. Les activités et les cours en patinage reprendront samedi le 5 janvier pour les élèves du samedi et mardi le 8 janvier pour les élèves du mardi.

Bonnes vacances des fêtes à tous.

L. Fillion, publiciste



Or - Jacinthe Laflamme, seule participante dans sa catégorie. Remise par Francine Demers.

Or - Patricia Mercier, seule participante dans sa catégorie. Remise par Carole Bolduc.



Bronze - Anne-Josée Philippon; argent - Nathalie Arguin; or - Dominique Blais. Remises par Lise Longchamps.



Bronze - Catherine Guay; argent - Claudine Boire; or - Hélène Philippon. Remises par Lucie Bilodeau.



Catégorie Junior Bronze:

Style libre - (Née avant le 01-01-72). Bronze - Sylvie Pouliot; argent - Julie Piché; or - Marie-Josée Morin. Remises par Sylvie Bédard.

Senior Bronze style libre.
Or - Lily Cloutier, seule participante dans cette catégorie. Remise par Denis Beaudoin.



Catégorie "préliminaire" - style libre: Bronze - Chantal Nogue; argent - Annick Bastarache; or - Isabelle Forest. Remises par Louise Poirier.

La chronique financière

par François Brulotte



Cette semaine nous poursuivons et allons conclure notre article avec d'autres différents types de véhicules de placement offert chez votre courtier.

ACTIONS ORDINAIRES SPÉCULATIVES:

- Rendement provient du gain de capital
- Prix fluctue en fonction de la performance de la compagnie.
- Elles possèdent certains des attributs suivants:
 - société à ses débuts
 - un ou deux produits prometteurs
 - prospectus miniers ou pétroliers intéressants
 - dette très élevée
 - très très faible visibilité

de performance
- réussite de la compagnie centrée sur un seul homme.

DROITS D'ACHAT D'ACTIONS (très agressif):

- Donnent droit à son détenteur d'acheter un nombre déterminé d'actions ordinaires d'une compagnie et ce, pour une période donnée (normalement quelques années)
- Le prix fluctue selon la performance en bourse de l'action ordinaire.
- Effet de levier important dans les deux sens (petite sortie de fonds par rapport à la valeur des titres contrôlés).

DROITS DE SOUSCRIPTION

(très agressif):

- Donnent le droit à son détenteur d'acheter un nombre déterminé d'actions ordinaires d'une compagnie et ce, pour une période donnée (normalement quelques semaines)
- Le prix fluctue selon la performance en bourse de l'action ordinaire.
- Effet de levier important dans les deux sens.

OPTIONS D'ACHAT ET DE VENTE (très agressif):

- Donnent le droit à son détenteur d'acheter ou de vendre un nombre déterminé d'actions ordinaires d'une compagnie et ce, pour une période donnée (durée de vie maximale de 9 mois)
- Le prix fluctue selon la performance en bourse de l'action ordinaire
- Effet de levier important dans les deux sens.

CONTRATS BOURSIERS À TERME

- Dépendamment du côté du marché où l'on se trouve, ils permettent de vendre ou d'acheter une "commodité" à un prix donné pour une période donnée.
- Le prix fluctue selon les variations du prix de la "commodité" en question (ex.: sucre)
- L'effet de levier est très important.
- Tous ces véhicules de placement varient avec différents cycles économiques d'où l'importance de diversifier vos actions selon vos besoins ainsi que vos objectifs.

François Brulotte
Lévesque, Beaubien Inc.
Courtier en valeurs mobilières

N.B.: Si vous désirez traiter de sujets particuliers, écrivez-nous. Nous serons heureux d'en faire un sujet de chronique.



Le soldat Chantal Roy, fille de Mme Solange Roy, résidant au 4236 Baie des Sables, Lac-Mégantic (Qué.) s'est mérité le trophée du Général Gutknecht décerné au meilleur tireur. Le trophée est présenté au Soldat Chantal Roy par l'Adjudant-chef J.L. Bisson, CD, Adjudant-chef de l'École de Recrues des Forces canadiennes, St-Jean (Qué.).

cette correction suscite souvent.

Disons donc que le patient, quel que soit le problème dont il souffre, tirera toujours du traitement chiropratique le rendement maximum que son organisme pourra donner, en considérant les facteurs qui le limitent.

En résumé, l'on devrait toujours se faire examiner par un chiropraticien

parce que le mauvais fonctionnement de son organisme peut provenir d'une subluxation. De fait, il en provient le plus souvent. Deuxièmement, le chiropraticien corrige les subluxations, au niveau de la colonne vertébrale, indépendamment de site apparent de la maladie pour laquelle on requiert ses services. Troisièmement, cette forme de traitement, lorsqu'elle est jugée néces-

saire, est bonne pour le fonctionnement de tout l'organisme et, par conséquent, convient toujours à ceux dont le milieu biologique ne donne pas son rendement maximum.

Alors, peut-on se permettre le risque d'attendre?

Dr Guy Lajeunesse

Claude Béchard

C'est maintenant le moment d'acheter le manteau de fourrure dont vous avez besoin car **CLAUDE BÉCHARD, FOURRURES** vous offre un choix excellent de diverses fourrures à **BAS PRIX EXCEPTIONNELS** durant sa vente d'inventaire **VENTE - RÉPARATION**

LAC-MÉGANTIC - 3024 rue Agnès - 583-3737

Santé et chiropratique

Dr Guy Lajeunesse chiropraticien

Pourquoi hésiter?

La personne qui se demande si, oui ou non, elle devrait aller voir un chiropraticien a besoin d'être éclairée.

Il est bien évident que le grand public ne connaît pas encore suffisamment les principes qui sont à la base du travail accompli par le chiropraticien. Il ne faut pas l'en blâmer; la chiropratique demeure un sujet encore nouveau pour la majorité des gens et, pour cela, tous ne peuvent pas la connaître à fond. Ce manque de connaissances, cependant, incite plusieurs à s'interroger, quand vient le temps de se faire soigner. Dois-je aller voir un chiropraticien? Quel genre de travail le chiropraticien fait-il exactement? Le traitement qu'il peut donner est-il exactement ce qu'il me faut? Voilà toutes des questions dont les réponses demeurent imprécises dans l'esprit du profane et qui le privent, parce qu'elles le rendent indécis, des services professionnels dont il a besoin. Car il faut le dire, le grand public a un besoin pressant des soins chiropratiques; ce besoin il l'éprouve dans la réalité de son corps et cela sans qu'il en soit lui-même conscient. C'est bien ce qu'il y a de plus grave.

Le découvreur de la chiropratique, D.D. Palmer, écrivait que la chiropratique est une méthode de déceler et de corriger les désordres de la transmission de l'influx nerveux dans et autour de la colonne vertébrale, désordres qui sont la cause du mauvais fonctionnement de l'organisme dans son tout ou dans ces parties.

La chiropraticienne ne travaille donc pas à guérir la maladie, il travaille à corriger la subluxation vertébrale qui est elle-même une cause de désordres dans le fonctionnement de l'organisme. Et la correction de la subluxation apporte toujours des effets salutaires sur le fonctionnement d'un organisme donne quelles que soient les réactions que

KIS. POUR TOUS!

5 RETIRAGES GRATUITS

de votre photo préférée en quelques minutes pour chaque film couleur développé et tiré chez votre détaillant PHOTO KIS

JUSQU'AU 31 JANVIER

Studio Pierre Tétrault

CARREFOUR LAC-MÉGANTIC 583-4466

Départ de RICHARD DUMAS du magasin CANADIAN TIRE

Le propriétaire du magasin CANADIAN TIRE de Lac-Mégantic, M. Richard Dumas, annonçait récemment son départ pour Ste-Agathe, où il continuera d'opérer un même magasin, mais d'un volume d'affaires plus important.

Monsieur Dumas et son épouse nous soulignent que c'est avec un serrement de cœur qu'ils ont pris cette décision, suite à une offre de Canadian Tire, pour l'acquisition du magasin de Ste-Agathe.

Ils nous prient de transmettre à leur distinguée clientèle, leurs plus sincères remerciements pour l'encouragement reçu. Leur gratitude s'adresse également envers leurs employés pour leur bon travail, leur intérêt soutenu et pour tous les efforts déployés.

Ils souhaitent à leur successeur, M. YVES GAGNÉ le même support du personnel et le même encouragement de la population, qu'ils ont reçus depuis leur arrivée à Lac-Mégantic en août 1981.

PRIX ANNUEL DES JARDINS

1975  1985

10 000 \$

APPEL DE CANDIDATURES

Tout groupe ou association du Québec sans but lucratif, constitué depuis au moins trois ans et ayant réalisé une activité à caractère communautaire, novatrice et susceptible de servir d'inspiration à d'autres groupes, peut poser sa candidature.

Le Prix annuel Desjardins vise à reconnaître le mérite d'initiatives répondant à certains besoins de la population et à mettre en valeur le bénévolat ou l'action volontaire.

L'activité que vous avez réalisée en 1984 satisfait peut-être aux exigences du PAD et qui sait si elle ne mérite pas le Prix annuel Desjardins 1985 ou encore une mention?

De plus cette année, dans le cadre du 10e anniversaire, le jury pourra accorder un prix spécial de 5 000\$ à un organisme ayant particulièrement fait preuve de ténacité dans la poursuite de ses objectifs face à des circonstances exceptionnelles tout au long de son existence.

Si votre organisme n'a jamais obtenu le PAD, vous pouvez soumettre à nouveau votre candidature.

Pour en connaître davantage, procurez-vous un formulaire d'inscription à votre caisse populaire ou à votre caisse d'économie Desjardins ou encore au CLSC. Toute candidature doit parvenir, avant le 31 janvier 1985, à l'adresse suivante:

PRIX ANNUEL DESJARDINS
La Fondation Girardin-Vaillancourt
1, Complexe Desjardins, Tour du Sud
Bureau 1622
Case postale 7, Succursale Desjardins
Montréal, QC
H5B 1B2

Pour renseignements supplémentaires: (514) 281-5921

Une institution de Desjardins



Le 1er septembre 1984 en l'église Notre-Dame du Bon Conseil de Nantes a été béni le mariage de Sylvie Isabel fille de M. et Mme Gaston Isabel (Bertha Lachance) de Nantes à Réjean Talbot, fils de M. et Mme Robert Talbot (Marguerite Beaudet) de Sherbrooke. Les nouveaux époux demeurent au Cap-de-la-Madeleine. Félicitations!

TURCOTTE - GOSSELIN



(Lambton J.C.) En l'église de Lambton le 30 juin 1984 fut béni le mariage de Julie Turcotte fille de M. et Mme Eudore Turcotte de Lambton à Rock Gosselin fils de M. et Mme André Gosselin de St-Victor de Beauce. Les nouveaux époux demeurent à St-Victor. Félicitations!

Un détecteur qui a le nez long

Le nez de deux chercheurs torontois fait jaser bien du monde. Cette merveille peut détecter des traces infimes de gaz dans l'air et de produits chimiques dans l'eau. Et peut-être même ce nez pourra-t-il, d'ici quelques années, contrôler le taux d'insuline dans le sang des diabétiques.

Les Drs Michael Thompson et Ulrich Krull, du département de chimie de l'Université de Toronto, ont en effet mis au point un nez artificiel. Celui-ci ne ressemble en rien à l'appendice nasal de ses inventeurs. Il tient plutôt de la cellule.

Des protéines renifleuses
Toutes les cellules

des organismes vivants sont entourées d'une membrane. À l'intérieur de celle-ci se trouvent des protéines qui réagissent avec les substances entourant la cellule. Ainsi, lorsque les protéines de la membrane des cellules du nez entrent en contact avec des gaz dans l'air, elles envoient un signal au cerveau qui identifie ces gaz.

Les membranes artificielles des chercheurs torontois fonctionnent de la même façon. Il suffit de leur ajouter différentes protéines pour les rendre sensibles à divers produits chimiques.

Ces membranes sont montées sur une électrode reliée à un ordi-

Carnet Social

60 ANS DE VIE A DEUX



(St-Sébastien A.M.) Nous ne pouvions laisser passer sous silence les noces de diamants de M. et Mme Napoléon Lapiere (Zélia Fortin) de St-Sébastien. A cette occasion, une messe fut célébrée le 2 septembre par M. l'abbé Joseph Lapiere neveu des jubilaires assisté de M. le curé Félix Lessard, suivi d'un souper au Centre Paul de St-Sébastien où était réuni leurs enfants, petits-enfants et arrière petits-enfants. Nous leur souhaitons encore longue vie. Félicitations!

ROUSSEAU - LAROCHELLE



Le 30 juin 1984, en l'église St-Alphonse de Stormoway était célébré le mariage de Ginette Rousseau fille de M. et Mme Gaston Rousseau de Stormoway à Robert Larochelle, fils de M. et Mme Gérard Larochelle de St-Georges de Beauce. Les nouveaux époux demeurent à St-Jean de la Lande. Félicitations!

nateur. Lorsqu'une protéine rencontre un produit chimique, elle actionne l'électrode et l'ordinateur mesure la concentration du produit. Les chercheurs ont ainsi fabriqué un détecteur d'ammoniac 10 000 fois plus sensible que les appareils traditionnels.

Un ordinateur sous la peau
Cette première étape

accomplie, les Drs Thompson et Krull tentent maintenant de relever un défi plus complexe : fixer leurs membranes artificielles sur un ordinateur miniature avec l'espoir de l'implanter dans le corps humain.

Un tel détecteur pourrait ainsi mesurer le taux d'insuline dans le sang des diabétiques et le maintenir à une concentration constan-

LAFRENIERE - BOUFFARD



Le 7 juillet 1984 en l'église de Chartierville était célébré le mariage de Berthe Lafrenière fille de M. et Mme Félicien Lafrenière de Chartierville à Mario Bouffard fils de M. et Mme Armand Bouffard de Notre-Dame des Bois. Les nouveaux époux demeurent à Lac-Mégantic. Félicitations!

te en ouvrant ou en fermant une pompe à insuline.

Il pourrait aussi contrôler des organes artificiels, tout comme dans certaines voitures un ordinateur contrôle le moteur afin d'en ti-

rer l'efficacité maximale.

Un mariage canado-américain

Les chercheurs torontois collaborent présentement avec les spécialistes en bio-ingé-

rie de l'Université de l'Utah, ceux-là mêmes qui ont mis au point le cœur artificiel implanté l'an dernier à l'Américain Barney Clark. Comme les experts de l'Utah disposaient déjà d'un ordinateur miniature, il s'agit donc d'un mariage entre la biochimie canadienne et la micro-électronique américaine.

Moins de 100\$

Les essais cliniques devraient débuter dans deux ans, espère le Dr Krull, qui évalue à moins de 100\$ le coût du futur appareil.

Une réussite serait une première. En effet, toutes les tentatives précédentes d'implantation d'un détecteur dans le corps humain se sont soldées par le rejet de l'appareil.

Les chercheurs canadiens croient cependant disposer d'un as dans leur manche : leurs membranes artificielles sont faites des mêmes substances que le corps utilise pour fabriquer les siennes.

Pamela Tames
Canadian Science News
adaptation
Service Hebdo-science

+
GRÂCE À VOUS NOUS AIDERONS SOYEZ GÉNÉREUX

PROTÉGER SA PEAU DES RAVAGES DE L'HIVER 10 CONSEILS À SUIVRE

Afin d'éviter les ravages causés par le froid de l'hiver, la peau a besoin d'une protection et de soins spéciaux, aussi bien à l'intérieur qu'à l'extérieur, sinon des dommages permanents et un vieillissement prématuré peuvent survenir.

- Après le nettoyage, utiliser un tonifiant doux ou un produit rafraichissant sans alcool, parce que l'alcool peut nuire à l'équilibre fragile de la peau en hiver.
- Appliquer un bon hydratant contenant de la vitamine E, de l'huile de tortue, du collagène ou de l'aloès vera.
- Soigner la peau deux fois par jour.
- Adopter une crème de nuit plus riche et plus épaisse; masser les coudes, les genoux et les talons avec l'excédent.
- Utiliser un masque facial chaque semaine, celui à base de miel ou d'amande est particulièrement lénifiant.
- Éviter l'eau chaude pour les bains et la douche. Une exposition prolongée favorise l'évaporation de l'hydratation des cellules.
- Ajouter de l'huile ou de l'hydratant au bain et n'y rester pas plus de 10 minutes.
- Utiliser un humidificateur à la maison et au travail afin d'enrayer la sécheresse.
- Protéger sa peau avant de sortir à l'extérieur.

Pour un nettoyage de la peau qui n'enlèvera pas toutes les huiles natu-



relles en surface. Marie-Josée Trempe, esthéticienne de Montréal, propose un pain ou un lait nettoyant non alcalin, comme le savon de beauté DOVE.

Les résultats d'études cliniques sur le potentiel d'irritabilité des savons menés par une équipe de dermatologues de l'Université de Pennsylvanie (publiés dans *Protégez-vous*, janvier 1984), révèlent que le pain de beauté DOVE, comparé à 17 autres produits nettoyants populaires, s'avère être le plus efficace et le plus doux pour la peau.

Pour plus de renseignements sur les soins saisonniers de la peau, écrivez pour recevoir un exemplaire gratuit, intitulé «Les soins de votre peau», au Centre des soins de la peau DOVE, P.O. Box 490, Station A, Scarborough, Ontario, M1K 2N0.

La qualité de l'éducation et le régime pédagogique

Rapport du congrès tenu par la Fédération des Comités de Parents

QUESTIONS:

- Que faire pour les enfants qui ont du potentiel mais qui n'ont pas encore établi des performances?

- Y a-t-il un danger qu'avec le minimum obligatoire des nouveaux programmes, l'enseignant s'arrête à ce niveau seulement?

- Est-ce que la douance est un problème soulevé par les parents seulement ou par les enseignants, et quelles sont les attentes?

- Est-ce qu'on a demandé aux élèves surdoués plus âgés ce qu'ils veulent vivre à l'école?

COMMENTAIRES:

Il serait souhaitable d'utiliser un instrument adéquat de détection de la douance dès le début du primaire, sans cependant marginaliser l'élève; l'élève doué doit vivre avec les autres, il a besoin d'être motivé, gratifié comme les autres. Il est important d'assurer l'équité et l'excellence à tous les enfants et il faut viser une compétition individuelle plutôt que de groupe. Il faut se donner les services pour assurer à l'enfant le développement dont il a besoin.

Il est souhaitable que l'enseignant ait le goût d'enseigner aux doués, qu'il soit favorable à l'enrichissement des programmes et qu'il soit stimulé face au changement.

Il est recommandé:
- Que le M.E.Q. ressorte le dossier de la douance.
- Que la F.C.P.P.Q. mette sur pied un comité spécial qui prépare un dossier et fasse des représentations au M.E.Q.

- Que la population soit sensibilisée au droit à la douance.

- De sensibiliser les enseignants à l'importance des parents dans ce dossier.

- Qu'un colloque provincial sur le sujet réunisse les différents intervenants.

Charles Gosselin, prés. Comité des parents de la Commission scolaire Lac-Mégantic

CONCOMBRE AQUATIQUE

(SHS) Cinquante cm d'estomac recouverts de muscle : voici le concombre de mer. C'est un petit animal qui vit accroché au sol sous 13 mètres d'eau salée, un genre de ver de terre géant sous-marin. Le détroit de Georgia en Colombie Britannique est le seul endroit au Canada où on le pêche : 380 tonnes en 1983, valant cent mille \$. Une pêche faite à la main par des plongeurs, et pas toujours agréable : le concombre a la détestable habitude de vomir quand il se sent menacé! Une pêche exportée en presque totalité : les Orientaux l'aiment bien dans leur assiette, où il prendrait le goût du calmar. D'où l'idée de l'exploiter à grande échelle. Mais pour l'instant, on ignore presque tout du concombre de mer. Des chercheurs de l'Université Simon-Fraser, en Colombie Britannique, se penchent sur la question. Leurs travaux nous diront si le steak de concombre de mer sera bientôt une réalité.

L'oursin de mer sur vos rôties

Comme Terre-Neuve, l'Est du Québec veut lui aussi exploiter une ressource naturelle négligée, les oursins de mer.

Aussi, profitant d'une recherche parrainée par l'Université du Québec à Rimouski, un scientifique, un biologiste et un pêcheur de la région ont-ils dé-

cidé de mettre sur pied une entreprise spécialisée dans la capture, la transformation et la mise en marché de l'oursin de mer; c'est une importante source de protéines avec, selon certains, un petit côté aphrodisiaque...

Le marché japonais a d'abord été testé, mais des problèmes de

L'Écho de Frontenac, mardi, 1er janvier 1985 - B-11 transport et de conservation ont amené l'entreprise rimouskoise à se tourner vers le marché nord-américain, rapporte le bulletin *Réseau*, de l'Université du Québec.

Le ministre de l'Agriculture, M. Jean Garon, aurait parait-il eu beaucoup de succès auprès du Conseil des ministres en y tenant une dégustation d'oursins de mer. À cause des protéines ou de l'effet aphrodisiaque ?

Service Hebdo-science



Les oursins de mer de Rimouski : on tente présentement d'en faire un produit à tartiner, de quoi remplacer le beurre d'arachides sur vos rôties! (Photo Rolland Morin, UQAR).

La mort programmée (SHS) Notre mort est-elle programmée? Les partisans de la théorie de l'horloge biologique le croient. Selon eux, rendu à un certain stade de la vie, un mécanisme se déclenche et indique aux cellules qu'il est temps de mourir. Pour certains, cette horloge se trouve au cœur même des cellules. D'autres la voient plutôt dans le cerveau.



Sabrina Roy souhaite une Bonne Année à ses grands-parents, son papa, sa maman, Marie-Claude, Pascal, Jesika et à tous ses amis.



Bonjour, je me nomme Steve Morin, je suis né le 18 avril, mes parents sont M. et Mme Daniel Morin, mes grands-parents M. et Mme Évariste Morin et M. et Mme Réal Desloges, mon parrain et marraine Suzanne et Carol Morin; à tous je souhaite une Bonne Heureuse Année ainsi qu'à tous les autres membres de la famille.

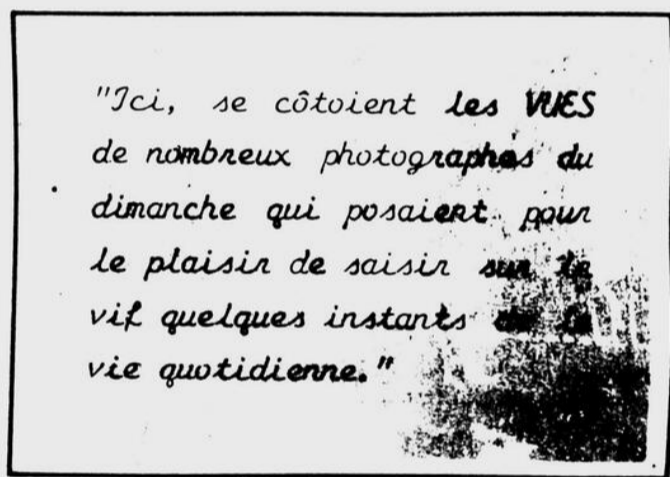
FAMILLE ALBUM-SOUVENIR



"L'IMAGE jaunie par le temps, évoque en soi des souvenirs profondément enfouis dans sa mémoire"



"La PHOTO de zinc oubliée, sur laquelle les personnages sont figés dans le décor d'un vieux studio"



"Ici, se côtoient les VIES de nombreux photographes du dimanche qui posaient pour le plaisir de saisir sur le vif quelques instants de la vie quotidienne."

LA SOCIÉTÉ D'HISTOIRE DE LAC-MÉGANTIC s'apprête, à l'occasion du 100^{ème} anniversaire de la ville, à faire l'impression d'un ALBUM-SOUVENIR où les citoyens seront les maîtres d'œuvres.

Un peu comme les pièces d'un casse-tête la FAMILLE constitue l'essence même de notre PETITE HISTOIRE VÉRITABLE.

L'ALBUM-SOUVENIR consiste en une série de biographies, histoires de familles, généalogies, anecdotes, légendes et témoignages : le tout ponctué d'événements jugés dignes de mémoire au cours des 100 ans passés.

La famille, étant l'auteur de son histoire, est invitée à soumettre le récit qu'elle veut publier. Un maximum de 5 photos ou illustrations et un maximum de 45 lignes de textes seront permis par page. Le retour des photos dans la famille est garantie.

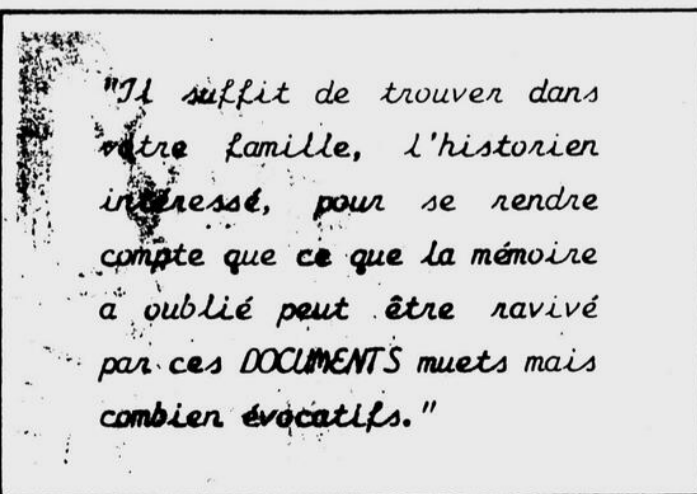
Le coût de réservation d'une page est fixé à 125\$, incluant la réception gratuite d'un exemplaire de l'ALBUM-SOUVENIR ainsi que le livre : "L'HISTOIRE DE LAC-MÉGANTIC" par l'historien Jean-Pierre Kesteman. Chacun est présenté sous reliure de haute qualité.

Les 2 volumes, seuls, se vendront 35\$ sur réservation, et ce jusqu'au 31 mars 1985. A compter de cette date, le coût de ces 2 œuvres sera haussé.


Il importe donc de RESERVER MAINTENANT votre page d'histoire et de recueillir vos textes et images, témoins de votre présence à Lac-Mégantic, et cela avant le 20 janvier 1985.

JAMAIS ce temps ne reviendra, n'attendez pas qu'il soit perdu.

Informations : 819-583-2441
HOTEL DE VILLE
LAC-MÉGANTIC.



"Il suffit de trouver dans votre famille, l'historien intéressé, pour se rendre compte que ce que la mémoire a oublié peut être ravivé par ces DOCUMENTS muets mais combien évocateurs."



Studio d'esthétique
"Coup d'oeil"

153 Principale
(local du Salon de Coiffure Elle)
LAC-DROLET
NATHALIE HALLÉE, prop.
549-2288

- ÉLECTROLYSE
- MANUCURE
- PÉDICURE
- MAQUILLAGE
- COURS de MAQUILLAGE
- FACIALE
- KÉRALOLYSE
- BULB MASK
- ÉPILATION (cire, pince)

HEURES D'OUVERTURE:
Du MERCREDI au VENDREDI
de 1 heure à 9 heures p.m.
le SAMEDI:
de 8 heures a.m. à 2 heures p.m.

LAC-MÉGANTIC 1885 - 1985

BURY

À tous les amis de Bury,

(DNC - L.B.) - Il est à noter que depuis le 1er octobre 84, M. Réal Bilodeau de l'agence de Petro Canada est intégrée à notre Compagnie associée: Les Pétroles Sherbrooke inc., 124 Quatre Pins (Sherbrooke).

M. Daniel Dubé, président de Les Pétroles de Sherbrooke Inc. est très heureux d'accueillir Réal Bilodeau dans son équipe.

Félicitations à M. Réal Bilodeau et beaucoup de succès dans son nouveau travail.

DIMANCHE DE LA JOIE, FÊTE DE LA JOIE À BURY

Dimanche, le 16 décembre ce fut grande fête au Centre de Loisirs de Bury, les dames Fermières ont accueilli leur famille. Pendant la réunion mensuelle, les jeunes et les maris s'amuseront dans la salle de jeu, les hommes parlaient à qui mieux mieux tout en s'amusant tandis que les enfants intéressés à divers jeux nous lançaient de temps en temps des cris de joie.

Vers 3 heures les enfants furent invités à monter

dans le local décoré pour cette circonstance. Tout à coup, la cloche se mit à sonner, le Père Noël, le Père Noël faisait son entrée. Les yeux brillants ne sont jamais assez grands pour tout voir.

Le Père Noël prit place dans une berceuse tout près du sapin de Noël, la fête commença, chaque enfant était "fou de joie".

Le Père Noël appela les enfants et leur parla en posant certaines questions, c'était vraiment vivant, très vivant, les enfants étaient très heureux; nous entendions ici et là des petites autos rouler sur le plancher, c'est beau de voir l'émerveillement des jeunes et pour les adultes, de goûter la joie de faire plaisir.

Nous avons eu le bonheur d'avoir avec nous notre bon curé Gilles Gingras qui a su mettre du piquant à la fête; en cette circonstance les dames Fermières remirent \$25.00 à Sr Lucille Bellavance pour aider le Centre des Loisirs.

M. le Curé prit la parole pour féliciter les dames Fermières pour cette belle fête si bien organisée. Il les félicita pour l'attention manifestée aux jeunes. "En ce dimanche de la joie, continuez à être des Témoins de la joie", dit-il.

Sr Lucille remercia aussi les dames Fermières de leur collaboration et de leur support pour mener à bonne foi notre organisme du Centre des Loisirs.

Le tout se termina par un délicieux goûter partagé.

Merci à tous et à chacun pour le succès d'une si belle fête.

CÉLÉBRATION PÉNITENTIELLE

Jésus va bientôt venir, préparons-nous à le bien recevoir.

La célébration pénitentielle est l'exercice bienfaisant qui peut nous aider à ouvrir nos cœurs pour nous permettre d'accueillir Jésus.

À Bury, il y a tout un éventail de possibilité de recevoir le sacrement du pardon. Dimanche le 16, célébration pénitentielle avec aveu individuel au confessionnal.

M. le curé Gilles Gingras était accompagné de M. l'abbé Eugène Hudon, curé de Sawyerville.

Le tout débuta par la lecture de la Parole de Dieu, suivie d'une réflexion, Proclamation de l'Évangile et d'un sérieux examen de conscience.

Un peu d'obscurité avec musique douce facilitaient l'atmosphère de prière et de calme. Ce fut un moment heureux et précieux à vivre.

En cette même circonstance M. le curé Gingras a présenté à la communauté chrétienne 3 nouveaux jeunes qui ont participé pour la première fois au sacrement du Pardon, Mélanie Girard, Véroni-

que Nault et Marc Bélanger.

Félicitations et bienvenue à ces 3 jeunes.

Après la célébration tous les gens furent invités à un café au Centre des Loisirs, ce geste permit de mieux nous connaître, pour mieux fraterniser.

Merci à notre bon curé qui nous facilita une si belle rencontre spirituelle et fraternelle.

Merci aussi à tous ceux et celles qui ont accepté de prendre part à ces rencontres.

COIFFUR'HOMME enr.

SALON de COIFFURE POUR HOMMES

Coupes Modes - Permanentes, etc...
MARDI au JEUDI de 8h30 à 5h30
VENDREDI: 8h30 à 9h00
SAMEDI: 8h30 à 1h00

5057 FRONTENAC
(Édifice Bijouterie Bernard Boulet)

583-5313 Lac-Mégantic



MANON ROY
COIFFEUSE

Claude Bécharde

C'est maintenant le moment d'acheter le manteau de fourrure dont vous avez besoin car **CLAUDE BECHARDE, FOURRURES** vous offre un choix excellent de diverses fourrures à **BAS PRIX EXCEPTIONNELS** durant sa vente d'inventaire **VENTE RÉPARATION**

LAC-MEGANTIC - 3024 rue Agnès - 583-3737

ACAPULCO AVEC JULES

DEPART **26** JANVIER

POUR **2** SEMAINES

Jules Huard - Rés. 567-0356

809\$ base 4 pers. **899\$** base 2 pers.

PRIX COMPREND: transport aérien - taxes aéroport + hôtel + frais service - hôtel Impala 14 nuits - transports Sherbrooke aller-retour - services de notre accompagnateur

Hotel au bord de la mer, chambres (condo) avec cuisinette, patio etc... Occupation double. Avantages monétaires \$1 Can. vaut 1.50 pesos.

Non-inclus: ass. annulation + voyages 37\$

Renseignements: **CARREFOUR VOYAGES** 563-7131 Sherbrooke 849-6329 Coaticook.

ATTENTION — ÉTUDIANTS

Transport de fin de semaine par autobus Lac-Mégantic - Sherbrooke

TARIF SPÉCIAL 150.00\$

14 janvier au 17 mai 1985

VOYAGEZ par AUTOBUS ULTRA MODERNE

34 passages DÉPARTS

- SHERBROOKE: 1er autobus: du C.E.G.E.P. rue du Parc vendredi soir à 17h00 et au TERMINUS d'AUTOBUS à 17h15 2e autobus: au TERMINUS d'AUTOBUS vendredi soir à 18h15
- LAC-MÉGANTIC: au G. & G. LUNCH dimanche soir à 17h45

Procurez-vous vos billets aux endroits suivants:

G & G LUNCH — tél. 583-0133

RESERVEZ-TOT — QUANTITE LIMITEE

AUTOBUS DOSTIE inc. 6957 Rue Wolfe — Lac-Mégantic **583-0112**

GRANDE VENTE DE FIN D'ANNÉE

BOXING day

MICROSILLONS ET CASSETTES À PARTIR DE \$2.99

C. AZNAVOUR Chez Poly-Yon seulement 3.99	BALLROOM ORCHESTRA Chez Poly-Yon seulement 3.99	BALLROOM ORCHESTRA Chez Poly-Yon seulement 3.99
BANDE SONORE - STAYING ALIVE Chez Poly-Yon seulement 3.99	ENNIO MORRICONE (bande sonore) Chez Poly-Yon seulement 3.99	ROBERTO DELGADO Chez Poly-Yon seulement 3.99

chez le

poly & sons

de votre région

FRANK SINATRA Chez Poly-Yon seulement 3.99	JERMAINE JACKSON Chez Poly-Yon seulement 3.99	THE SENSATIONNAL FISCHER CHOIR Chez Poly-Yon seulement 3.99	N. PEYRAC Chez Poly-Yon seulement 3.99

Prix en vigueur du 27 décembre 1984 au 29 janvier 1985 ou jusqu'à épuisement des "stocks"

DES NOMS TELS QUE: ROD STEWART THE CARS QUEEN LED ZEPPELIN YES AC DC ELTON JOHN ROLLING STONES	DOOBIE BROTHERS CHEAP TRICK CHICAGO SANTANA E.L.O. PAUL McCARTNEY ELVIS COSTELLO FRANK ZAPPA	JAMES LAST ENNIO MORRICONE BONEY M ABBA OLIVIA NEWTON JOHN JACKSONS WILLIE NELSON JOHNNY CASH, ETC.
--	---	--

AUSSI DISPONIBLES: VALISES À CASSETTES \$8.99 (contient 24 cassettes)