

PLAZA DE L'HABIT
 La clef de l'élégance
GRANDE VENTE

Voici quelques suggestions

Vestons de ski 50%
 Paletots d'hiver 40%

Cuirs 25%
 Habits et vestons sports 25%

Situé Face au Woolworth

STUDIO BELLE PHOTO INC.
 Laurier Bélanger, photographe [membre A.P.P.Q.]

- Photographies de mariages, commerciales et industrielles.
- Portraitiste
- Papeterie de mariage et pour toutes circonstances.

96, St-Jean-Baptiste.
 L'Isle-Verte. 898-3091

MEMBRE
 CERCLE
 des
 AFFAIRES
 de
 L'ISLE-VERTE

Pour vos
 petites annonces
 classées. Tél.
862-1774

le supplément

DISTRIBUE GRATUITEMENT DANS LE GRAND RIVIERE-DU-LOUP

DU ST-LAURENT-ECHO

11 mars 1981

Pour l'assurance de
 votre manteau de
 fourrure et l'entrepo-
 sage, consultez la
 maison

**Lebouthillier
 Fourrure & Fils Inc.**
 Cacouna
 tél.: 862-4558

Un projet pour la maternelle et le primaire

Mes amis de partout

Le ministre de l'Éducation, M. Camille Laurin, et le ministre de l'Immigration, M. Gérald Godin, ont le projet "Mes amis de partout".

"Mes amis de partout"

est une campagne de sensibilisation à la réalité multi-ethnique et inter-culturelle de la société québécoise, organisée par les ministères de l'Éducation et de l'Immigration. Elle s'adresse à tous

Sud-Est asiatique ou des communautés ethniques établies au Québec depuis plusieurs générations comme la communauté italienne.

Pour soutenir cette campagne de sensibilisation à la réalité multi-ethnique et inter-culturelle, le ministre de l'Éducation a distribué dans toutes les écoles primaires une affiche et un guide pour aider les enseignants à réaliser, avec leurs élèves, des activités de sensibilisation. Sur l'affiche on retrouve les amis de partout, Philippe, Modibo, Christine, Katéri et Chantal qui, main dans la main, invitent les enfants à vivre, à grandir et à partager.

Le choc des ethnies

Saviez-vous qu'en 1700 la population européenne en Nouvelle-France, qui atteint presque 13,000 habitants, n'est pas seulement originaire de France: il y avait aussi des Portugais, comme Pedro da Silva et Joao Rodrigues, des Allemands comme Hans Bernard ou des Suisses comme Pierre Miville-Dechêne de Lévis.

Saviez-vous qu'en 1847, à la suite d'une période de famine dans leur pays, 100,000 Irlandais entrent au Canada, mais 10,000 d'entre eux n'ayant pu survivre sont enterrés à Grosse-Île, près de Montmagny. Environ 6,000 orphelins sont alors adoptés par les familles canadiennes-françaises de la ville de Québec.

Voilà deux exemples extraits du guide de l'enseignant; la première partie de ce guide raconte brièvement l'histoire ethnique du Québec et s'intitule "Le choc des ethnies". La seconde partie explique comment organiser un projet "Mes amis de partout", et suggère des activités réalisables dans toutes les matières.

L'organisation d'un projet

Un projet "Mes amis de partout" peut se faire en 3 phases: tout d'abord, une phase de sensibilisation

au cours de laquelle les élèves choisissent un thème, font des recherches à la bibliothèque, rencontrent des personnes d'origines ethniques diverses, et établissent un plan de leur projet.

La deuxième phase est

celle de la réalisation: les élèves mettent en oeuvre leur projet en produisant des textes, des maquettes, des tableaux, en apprenant une danse ou une chanson, etc...

C'est au moment de la troisième phase que les

élèves présentent leurs réalisations. Ce pourrait être l'occasion d'une fête au cours de laquelle on présentera, à toute l'école, les réalisations des divers groupes. L'école pourrait inviter des représentants des communautés ethniques.



**Ils se connaissaient à peine...
 naufragés au coeur des îles FIDJI,
 ils vivront un véritable roman
 d'amour.**



LE LAGON BLEU
 BROOKE SHIELDS CHRISTOPHER ATKINS



DU 13 AU 19 MARS
Théâtre PRINCESSE Salle 1
 Rivière du Loup 862 3291
 Affiliation: Cine Agence

**Ciné-Club
 du lundi**
 1 soir seulement
 Lundi le 16 mars

**REVE
 DE SINGE**

Le plus beau film de Ferreri

Adm. générale \$2.50.
 Etudiants avec carte,
 \$2.00

Théâtre PRINCESSE Salle 2
 862 3291

les écoliers de la maternelle et du primaire.

Le thème "Mes amis de partout" rappelle à l'enfant qu'il y a dans sa classe, dans son école, dans son quartier ou dans sa ville des gens qui viennent de divers pays, des gens qui sont de culture, de langue ou de religion différentes. Tous ces gens sont des amis, venus de partout au monde. Tous ces gens vivent au Québec et peuvent être "nos amis de partout".

Les francophones pourraient s'ouvrir à la réalité culturelle du groupe anglophone qui vit près d'eux et les élèves des classes anglaises pourraient faire de même à l'égard du milieu francophone. On peut aussi découvrir la réalité culturelle des Amérindiens et celle des nouveaux venus du



OPÉRATION DÉFI

"Parlons boeuf!"



BIENVENUE AU MARCHÉ
ÉLITE ST-JÉRÔME INC.
450, Mgr DUBOIS
ST-JÉRÔME, QUÉBEC

*** ROSBIF DE CÔTES CROISÉES**

lb **1.98**

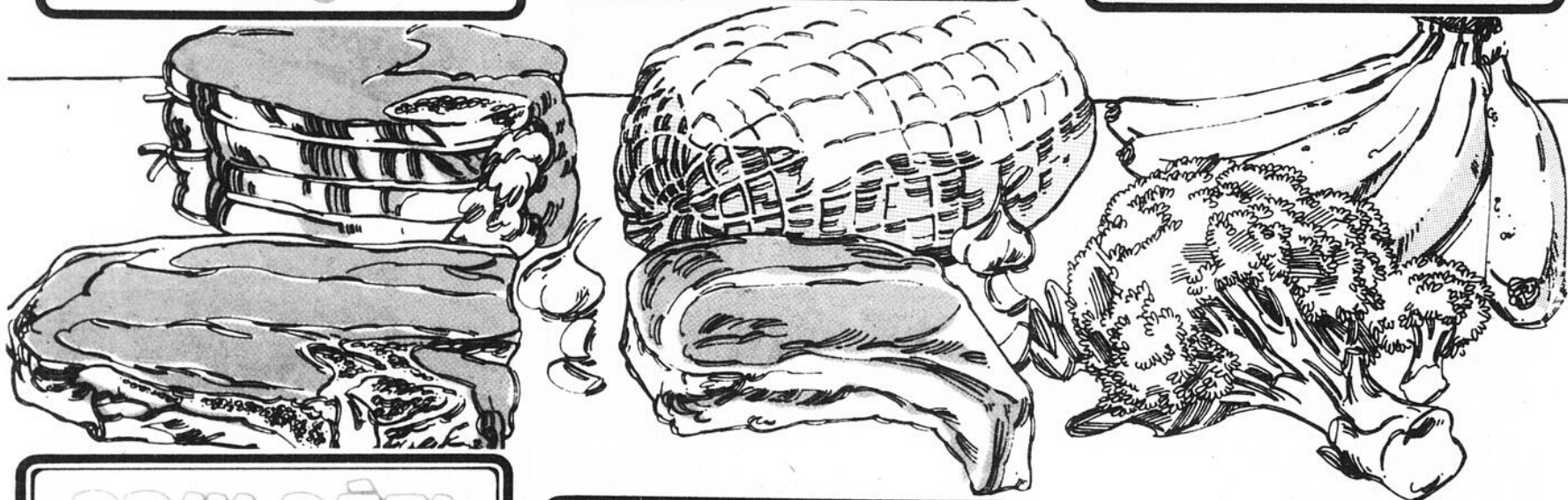
SOC DE PORC FRAIS
désossé roulé

lb **1.38**

PRIX DÉFI

BANANES DÔLE
Gros fruits
Produit du Honduras

lb **.25**



PRIX DÉFI

*** ROSBIF DE PALETTE**
coupe régulière

lb **1.38**

*** BIFTECK DE CÔTES**

lb **3.48**

BROCOLI
Gr. 14
Produit des États-Unis

ch. **1.09**

*COUPE PROVENANT DE BOEUF CANADA CATÉGORIE "A"

*** ROSBIF DE PALETTE DÉSOSSÉ**

lb **1.98**

*** ROSBIF DE CÔTES**
avec os de dos

lb **3.08**

*** BOEUF À RAGOUT**
désossé

lb **2.28**

BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE

lb **1.88**

FILES DE TURBOT surgelés

lb **1.88**

SOC DE PORC ROULÉ
fumé
2-3 lb

lb **1.98**

BACON SANS COUENNE
tranché

500 g **1.58**

SAUCISSES PUR PORC surgelées

500 g **1.98**

MINI PIZZAS
toutes garnies

375 g **2.08**

PAIN DE VIANDE DE PORC
morceau ou tranche

lb **1.88**

SAUCISSON DE PEPPERONI
emballé sous vide

lb **2.18**

PÂTE AU SAUMON surgelée

500 g **2.28**

CRETONS BILOPAGE

283 g **1.78**

SAUCISSES FUMÉES SILHOUETTE

1 livre **1.68**

SAUCISSES FUMÉES HYGRADE

1 lb **1.68**

JAMBON MIGNON DÉSOSSÉ
prêt-à-manger 2-3 lb

lb **2.68**

BOEUF FUMÉ
tranché

4 env. de 57 g **2.48**

JAMBON CUIT
tranche

175 g **1.68**

POMMES JAUNES DÉLICIEUSE
Gr. 125 A.C.

produit des États-Unis
Cat. Canada de fantaisie

lb **.49**

RAISIN VERT SANS PÉPIN
Importé du Chili

Cat. Canada no 1

lb **1.39**

POIRES ANJOU
Produit des États-Unis

Gr. 135
Cat. Canada de fantaisie

lb **.55**

PAMPLEMOUSES BLANCS
Produit de la Floride

cello 5 lb **1.69**

CONCOMBRES SUPER SELECT
Produit du Mexique

Cat. Canada no 1

2.65

ANANAS DÔLE
Produit du Honduras

Gr. 10

ch. **1.29**

ÉPINARDS
Produit des États-Unis

Cello 10 oz

ch. **.79**

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

On connaît not'monde!

LÉGUMES ASSORTIS
Canada de choix
mais en crème
pois verts assortis
pois & carottes
AYLMER
2.89
bte 19 oz

SAUCE À LA VIANDE
pour spaghetti
CATELLI
bte 14 oz
.78

TARTINADE
MAP-O-
SPREAD
cont. 14 oz
.95

FROMAGE
GRUYÈRE
CHAMOIS
cont. 8 oz
1.39

SIROP DE
TABLE
HABITANT
bouteil. 750 ml
1.49

FROMAGE MOZZARELLA
KRAFT
paquet 16 oz
2.69

CHAUSSENS
REFRIGÉRÉS
PILLSBURY
assortis
cont. 383 g
1.19

MARGARINE MOLLE
À L'HUILE DE SOYA
(disponible au
Québec seulement)
LACTANTIA
1 lb
.85

SOUPE AUX
LÉGUMES
CAMPBELL'S
bte 10 oz
.32

CHOCOLAT
INSTANTANÉ
NESTLÉ QUIK
cont. 1 kg
2.79

GRUAU
saveurs variées
QUAKER
bte de 9 à 13 oz
.98

CRISTAUX À SAVEUR
D'ORANGE
TANG
4 env. de 92 g
1.59

CAFÉ
INSTANTANÉ
MAXWELL
HOUSE
bocal de 10 oz
5.49

JUS RÉFRIGÉRÉ
orange pure, pamplemousse
non sucré
KRAFT
bouteil. 32 oz
1.05

BISCUITS
LIDO
GOGLU
bte 800 g
1.69

PAIN AUX RAISINS
METRO
RICHELIEU
12 oz
.68

PÊCHES DEMIES OU
TRANCHÉES
Canada de fantaisie
METRO
RICHELIEU
bte 14 oz
.73

CHAMPIGNONS
tiges et morceaux
ELBEE
bte 10 oz
.83

SIROP CONTRE LE
RHUME
LAMBERT
bouteil. 180 ml
1.39

BONBONS
MM Cables
MM Cochons
MM Balais
VIAU
cello 100 g
1.09

JAVEL CONCENTRÉE
LAVO
bouteil. 3.6 litres
.98

ESSUIE-TOUR DE
PAPIER
blanc, couleurs et
motifs assortis
SCOTTOWELS
paquet de
2 rouleaux
1.27

ASSOUPLISSEUR DE
TISSUS
CLING FREE
paquet 36 f.
2.49

AMPOULES
40, 60 ou
100 Watts
G.E.
BEST BUY
paquet de 2
.99

NOURRITURE
SEMI-HUMIDE
POUR CHIENS
Boeuf, bacon, fromage
TOP CHOICE
cont. 2 kg
2.89

DÉTERGENT POUR
VAISSELLE
format jumelet
MIR
2.750 ml
1.69

DÉSODORISANT
parfumé ou non
SECRET
ULTRA
150 ml
1.58

COUCHES JETABLES
nouveau-né
PAMPERS
paquet de 30 s
2.99

NOURRITURE SÈCHE
POUR CHATS
PURINA
MEOW MIX
bte de 2 kg
2.95

PRIX DÉFI

SACS À ORDURES POUR
L'EXTÉRIEUR
GLAD
10 s.
1.18

PÂTES ALIMENTAIRES
macaroni long ou coupé,
spaghetti, vermicelle, spaghettini
CATELLI
bte 500 g
.67

CROUSTILLES ASSORTIES
HUMPTY DUMPTY
sac 200 g
.95



GÂTEAUX ÉTAGES
ASSORTIS
PEPPERIDGE FARM
Boîte de 13 oz.
1.09

PRIX DÉFI

CAFÉ MOULU
Mouture à toutes fins
CHASE & SANBORN
sac 16 oz
2.38

NOURRITURE POUR CHIENS
boeuf, foie, boeuf & légumes
PEP
bte 25.5 oz
2.79

ALIMENTS SURGELÉS

PÂTES À LA VIANDE
ASSORTIS
ST-HUBERT
Boîte de 8 oz
.99

GAUFRES
ASSORTIES
AUNT JEMIMA
Boîte de 10 oz
.78

TARTE AUX
PACANES
MRS SMITH
Boîte de 21 oz
1.99

JUS D'ORANGE
CONCENTRÉ
KENT
Contenant de 12 1/2 oz
.79

BATONNETS DE
POISSONS
aiglefin
morue
BLUE
WATER
Boîte de 10 oz
1.79

LÉGUMES AU GRATIN
ASSORTIS
brocoli
chou-fleur
STOUFFER'S
bte 10 oz
1.49

MÉLANGE À SOUPE
poulet &
nouilles
LONEY'S
env. 60 g
4.89

BISCOTTES
régulières ou
sans sel
GRISSOL
bte 250 g
1.25

BRIOCHE AU
CITRON
WESTON
bte 8 s.
1.15

SAUCE POUR POULET
CHAUD
ROBERTO
cont. 400 ml
.45

SAUCE CHINOISE
AUX PRUNES
WONG WING
bouteil. 8 oz.
.59

BISCUITS
Venus, Bantam,
Viva
VIAU
bte 350 ou 400 g
1.39

PAPIER-
MOUCHOIRS
SCOTTIES
blanc, 100 f.
.49

PURIFICATEUR
D'AIR
arômes variés
DOUBLE
FRAÎCHEUR
cont. 25 g
1.39

NOURRITURE POUR
CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
bte de 25.5 oz
.59

NOURRITURE TENDRE
POUR CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
bte de 340 g
.89

MENU SPÉCIAL POUR
CHATS
saveurs variées
PUSS N BOOTS
bte de 1 kg
1.49

RINCE-
BOUCHE
LISTERINE
bouteil. 500 ml
1.99

NETTOYANT POUR
DENTIERS
EFFERDENT
32 s.
1.09

LAMES DE
RASOIR
SHICK
ULTRIX
5 s.
1.69

le 14 mars 1981 à 17h. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands.



De la musique endimanchée...



Cette année, les JEUNESSES MUSICALES de Rivière-du-Loup ont voulu innover en offrant au public de petits concerts du dimanche après-midi. Ces derniers ne remplacent pas ceux offerts dans le cadre de l'année régulière, mais viennent s'y ajouter, pour qu'on connaisse la musique avec une autre robe... Non plus celle toute ajustée et aussi un

peu empenée des grandes soirées mais celle, plus ample et plus souple des après-midis en famille.

D'une durée ne dépassant pas une heure, ces concerts se veulent aussi une occasion d'échange et de jasage entre le public et les musiciens. Ces derniers présentent leurs pièces et leurs instruments, en racontent

l'histoire et en expliquent le fonctionnement. Les questions de l'assistance sont les bienvenues et on essaie d'y répondre le mieux possible. Et tout ça dans le cadre intime de la petite salle de spectacle du musée, avec pour finir, un bon café ou un bon jus.

On a donné à cette activité le nom de "MUSIQUE ENDIMANCHEE". Elle a lieu le dimanche après-midi à 15h00 et le prix d'admission est de \$2.00 pour les adultes et de \$1.00 pour les enfants (12 ans et moins).

Cette année, "Musique endimanchée" compte 4 concerts. Le premier a eu lieu l'automne dernier. Deux musiciens de l'ensemble "Claude Gervaise", sont venus y présenter la musique du Moyen-Age. Le deuxième aura lieu le 15 mars prochain.

Le groupe "WAYRA" viendra interpréter de la musique sud-américaine, tout en présentant et expliquant les flûtes et tambours nécessaires à cet effet.

Le groupe "WAYRA" est un ensemble québécois composé de 4 membres. Formé en 1975, il interprète un mélange de la musique traditionnelle des Quechuas (Indiens des Andes), de la musique d'influence espagnole et de la musique contemporaine d'Amérique du Sud.

C'est un groupe excellent, qui saura charmer le public tant par sa simplicité que par l'exotisme de sa musique et la perfection de son interprétation.

Quant aux troisième et quatrième concerts, ils auront respectivement lieu en avril et en mai. L'un sera donné par un joueur de guitare classique, Paul Brian, et l'autre par un quatuor à cordes formé de jeunes étudiants du Conservatoire de Québec.

Mais, auparavant, rendons-nous au MUSÉE de Rivière-du-Loup, le dimanche 15 mars, à 15h00, pour y entendre le groupe "WAYRA" nous interpréter leurs meilleures pièces de musique sud-américaine.

Pour terminer, un petit secret, "Wayra", ça veut dire "vent", en langue indienne.

Bleu, bleu, l'amour est bleu sur le lagon

LE LAGON BLEU, drame réalisé par Randal Kleiser, d'après le roman de Henry De Vere Stacpoole. Photo: Nestor Almendros. Int.: Brooke Shields, Christopher Atkins. Américain, 1980. 102 min. Au Princesse.

Le sexe et la baignade.

Cela raconte un peu ceci. A la suite du naufrage d'un bateau dans le Pacifique, deux enfants, cousin-cousine, Richard et Emmeline, sont sauvés par Paddy, un vieux marin. Ils échouent sur une île déserte, un vrai paradis. Ils s'y installent en espérant du secours. Les enfants grandissent en taille et en sagesse grâce aux enseignements pratiques du vieux Paddy.

Lorsque Paddy mourra d'un excès de rhum, les jeunes apprendront à se débrouiller seuls et découvriront l'amour, la sexualité et les plaisirs de la baignade. A tel point que Emmeline mettra au monde un petit être qui, à leur grande surprise, leur ressemble comme trois gouttes d'eau. La fin est assez joliment réussie comme dans toutes les fables bonnes ou mauvaises.

Randal Kleiser s'est rendu célèbre à Hollywood en réalisant la comédie musicale super rentable: "Grease" que les Français avaient traduit de façon amusante par "Brillantine". "Grease" a connu un tel succès que Kleiser pouvait maintenant tourner ce qui lui plaisait.

DIS-MOI CE QUE TU MANGES

JE TE DIRAI QUI TU ES!

Je ne pense pas qu'à ça.

Mais quand il m'arrive de penser c'est à ça que je pense.



Au Bar Tatugou

"No 1" dans la région

Danseuses aux 1/2 hres

et à votre table si désiré

OUVERT 7 JOURS PAR SEMAINE

5 A 7 AVEC FRIVOLITEES!

"SPECTACLE"

"Strip ou couple érotique"

Trois jours par semaine

Jeudi-Vendredi-Samedi

LUNDI 16 MARS au Bar Tatugou
GOGO-BOYS

gratuit pour les dames

ADM: \$2.00

Centre ville Rivière-du-Loup

409 Lafontaine

Tél: 862-6308

Bienvenue à tous!

Au Centre Culturel de Rivière-du-Loup

Mardi 10 mars à 20H30

Garolou



"Un super spectacle"

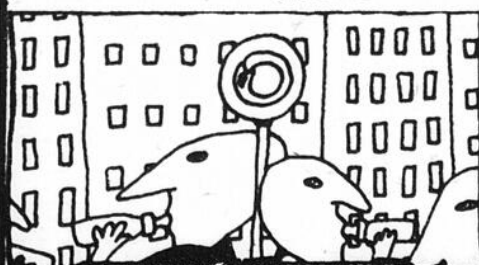
"SON-COULEUR"

A VENIR

le dimanche 22 mars

Ciné-jeunes "West et Soda"

Mardi 24 Mars Moman



de LOUISETTE DUSSAULT
moman

musique
CLAIRE BOURBONNAIS
décors
GUY NEVEU
costumes
L'ATELIER DE FRANÇOIS BARBEAU
production
FRANK FURTADO

avec Louissette Dussault
\$2.00 de réduction aux détenteurs
de la carte spéciale Théâtre
pour moman

Mercredi 1 Avril

Pierre Labelle



"Le spectacle le plus
drole de l'année"

Billets disponibles:

J.A. Boucher

Sonothèque

Coop étudiante

Une première revue littéraire régionale

Le REGROUPEMENT DES AUTEURS DE L'EST DU QUEBEC lancera, en avril prochain, le premier numéro de la première revue littéraire à voir le jour dans l'Est du Québec. Pour plusieurs excellentes raisons, celle-ci s'appellera URGENCES.

URGENCES pour l'urgence réelle de disposer soi-même de sa propre culture, d'en être les véritables dépositaires et d'en faciliter la manifestation. URGENCES pour l'urgence de faire connaître à la population de l'Est du Québec la quantité et la qualité de ses auteurs, ainsi que la variété de leurs intérêts ou de leurs préoccupations. Pour l'urgence dans laquelle se trouve notre région de voir la littérature qui se fait en son sein rayonner vers l'extérieur et d'être alors mieux en mesure de saisir la portée de sa propre voix. URGENCES pour chacun des auteurs de la région qui ressent le besoin d'un "feed back" après son travail de création. URGENCES pour les lecteurs qui trouveront

dans cette revue le miroir littéraire de leur région et, avec le temps, quantité d'informations sur le livre et la littérature en général.

On sait d'ores et déjà que le premier numéro d'URGENCES sera exceptionnel, tant par la qualité des textes que par le nombre d'auteurs avec lesquels le public pourra faire connaissance. C'est ainsi que dix-sept auteurs de chez-nous seront les maîtres d'oeuvre d'un premier numéro extrêmement consistant. Malgré le nombre considérable d'auteurs que présentera ce premier numéro, la tâche du comité de sélection n'a pas été facile, ce qui augure bien, puisque les numéros suivants bénéficieront eux aussi de nouveaux noms dont la qualité des écrits étonnera et enthousiasmera les lecteurs.

On peut dès maintenant souscrire un abonnement à la revue URGENCES. S'adresser au REGROUPEMENT DES AUTEURS DE L'EST DU QUEBEC, C.P. 54, Rimouski, Québec.

Du cinéma au Musée

Musée du Bas St-Laurent. Programmation du cinéma du dimanche, pour les prochains 3 mois. 14 heures. Entrée gratuite, 300 rue St-Pierre.

MARS
08-15-22 mars
Cinéma mexicain. Un complément à l'exposition. "Les autochtones du Mexique".

29 mars
Le pays de la terre sans arbre. Le dernier film de Pierre Perrault.

AVRIL
05 avril
La Place Royale. 1660: Forme définitive de la Place Royale à Québec. Quelque 300 ans plus tard on entreprend la restauration de ses bâtiments. Les artisans retrouvent les outils et techniques anciennes.

12 avril
Un Québécois retrouvé, Joseph Légaré. Un peintre engagé politiquement qui a illustré les "Québécois" de son époque d'une façon impressionnante.

19 avril
Le canot à Renald à Thomas. Une belle construction en bois qui va pouvoir bourlinguer. Un film présenté pour la première fois dans la région.

26 avril
Ici votre musée. Evolution de la chaise ancienne du Québec. Une maison à ma mesure.

MAI
03 mai
Le trésor des Grotocéans. Rêve roulis. Du rêve pour les enfants.

10 mai
La vie commence en janvier
La vie dans les camps de réfugiés Indochinois. Un complément à l'exposition réalisée par les Indochinois de la région de Rivière-du-Loup.

17 mai
Le pain d'habitant. Un film doré qui sent bon.

24 mai
Tel qu'en Lemieux. Un film sur Jean-Paul Lemieux, peinture reconnu du Québec.

25 mai
Le dossier Emile Nelligan
La neige du poète pour accompagner les vastes espaces de Lemieux.

31 mai
Un mois à Woukang.
Un couple d'ouvriers chinois dont nous partageons la vie au foyer et au travail et la vie de leurs enfants à l'école. Une primeur dans la région.

Service jeunesse



Du cinéma érotique au pluriel
DU 13 AU 19 MARS

A comme Adorable

18 ANS
Adultes



B... comme BEATRICE



CHASSEUR de VEUVES

HORAIRE

Béatrice
Sem.: 7.30h., durée 90 min.
Sam.-Dim.: 7.00h.-9.40h.

Chasseur de veuves
Sem.: 9.00h. durée 58 min.
Sam.-Dim.: 8.30h.



VENDEDI \$2.50

862-3419

DÉCEMBRE 1980 LE PORTE-AVIONS
NUCLÉAIRE NIMITZ DISPARAIT DANS
LE PACIFIQUE AVEC SES 6 000 HOMMES.

POUR RÉAPPARAÎTRE
EN 1941

POUR
TOUS

KIRK DOUGLAS
NIMITZ
RETOUR VERS L'ENFER

Que pouvez-vous
faire alors que
vous n'existez
même pas!

Avenger: 7.30 hres.
Nimitz: 9.00 hres.

AUSSI

LE CAPITAINE
AVENGER

DU 13 AU 19 MARS

Théâtre PRINCESSE Salle 2
Rivière du Loup 862 3291
Affiliation: Cine Agence

Pierre Labelle, après 16 ans de métier

Bientôt à Rivière-du-Loup

Né à Windsor, PIERRE LABELLE a connu ses premiers succès au sein du groupe "Les Baronnets", qui vit le jour au début des années 60, et qui fut l'une des formations musicales les plus populaires tout au long de la décennie. C'est pendant ces 10 années que PIERRE LABELLE apprit tous les rouages de notre show-business, non seulement à titre de chanteur, mais aussi en tant que comédien. A la fin des années 60, "Les Baronnets" se séparèrent et PIERRE LABELLE décida de continuer seul sa carrière de comédien.

Il connut alors l'expérience collective de plu-

sieurs revues et fit de nombreuses tournées au Québec. Bien vite la télévision lui proposa plusieurs engagements et ses apparitions furent de plus en plus remarquées par un public qui se prit d'amitié pour les personnages qu'il interprétait. En plus de participer régulièrement à des séries comme "Drôle de monde", "La p'tite semaine", "Jamais deux sans toi", et "Chère Isabelle", PIERRE LABELLE se révélait un acteur de grand talent en interprétant de façon étonnante un premier rôle dans une dramatique écrite par Jean-Pierre Plante, et intitulé "LOTONOMIE".

A la radio, PIERRE

LABELLE assura la continuité des "Insolences" à CKAC. En 1975, ce même poste fit appel à ses talents de comédien et de scripteur pour le "Festival de l'humour" où il apporta sa collaboration pendant près de 3 ans.

PIERRE LABELLE connut sa première expérience solo sur scène en 1978 à la "Boîte à chansons", où pendant deux semaines, un public imposant lui confirma qu'il y avait effectivement une place pour lui au rang des grands comiques du Québec. En 1979, il remontait sur la scène du Patriote pour y présenter "On rit ben mais...c'est drôle pareil", son premier véritable

one-man show, dont il était également l'auteur. En juin de la même année, Pierre reprenait l'essentiel de ce spectacle, plusieurs nouveaux monologues, et quelques chansons qu'il présentait au Centre Culturel du Lac Masson pendant tout l'été, dans le cadre du spectacle LABELLE-LATRAVERSE, qui fit salle comble tous les soirs.

Et tout laisse croire que l'année 80 est bel et bien "l'année de PIERRE LABELLE". De février à avril, il a présenté quarante spectacles dans le cadre d'une tournée qui l'a conduit dans les principaux coins de la province... En mars, il tenait l'un des



principaux rôles dans "POUR ADULTERE, VOTRE HONNEUR", une comédie dramatique de Gilles Richer, présentée à Radio-Canada. Et puis, après avoir passé l'été à travailler à la création d'un nouveau spectacle, PIERRE LABELLE, désormais considéré comme l'un des grands comiques du Québec, s'appête à se produire, après 16 ans de

métier, pour la première fois de sa carrière, dans une grande salle de Montréal.

Un tout nouveau spectacle judicieusement intitulé "PIERRE LABELLE...une farce de la nature".

Au Centre Culturel de Rivière-du-Loup, le 1er avril 1980.

LES PETITES ANNONCES CLASSEES

IL FAUT LES ESSAYER AU MOINS UNE FOIS...

Pour vendre, acheter, louer, échanger

...ET CONSTATER LEUR EFFICACITE

2.25

Pour les annonces payées comptant avant publication

2.50

Après publication

ELLES SONT LUES PAR TOUT LE MONDE

Le St-Laurent Echo



3 conseils pour votre impôt

La femme a le droit de déduire de son revenu aux fins de l'impôt certains frais relatifs à la garde d'enfants. On reconnaît aussi ce droit à l'homme célibataire, veuf, séparé, ou marié à une femme handicapée mentalement ou physiquement.

Si vous avez une résidence partiellement louée ou utilisée par votre entreprise, vous pouvez éviter l'impôt sur le gain en capital lors de l'aliénation de cette résidence si vous n'avez pas réclamé l'allocation du coût en capital et si vous vous êtes prévalu du choix dans l'année de la vente pour que votre résidence soit considérée à titre de résidence principale.

Si, à cause de votre emploi, vous êtes tenu d'exercer certaines de vos fonctions ailleurs qu'à l'endroit où se trouve l'entreprise de votre employeur, il se peut que vous engagiez des frais de déplacement. Si vous devez assumer ces frais en totalité ou en partie, consolez-vous: une déduction correspondant au montant de vos frais de déplacement peut vous être accordée, à certaines conditions, lors du calcul de votre revenu pour fins d'impôt. Dans ce cas, soyez prudent et consultez un expert car certains détails sont prévus dans la loi quant au mode de calcul des frais de déplacement et à la présentation des faits à l'Administration fiscale.

Compte tenu de votre niveau de revenu vous pouvez choisir de déclarer votre revenu d'intérêt d'une source donnée au fur et à mesure qu'il est gagné ou au moment de l'encaissement. La méthode choisie devra être la même d'année en année. Toutefois, nous vous suggérons de déclarer au moins \$1,000 par année pour bénéficier pleinement de la déduction relative au revenu d'intérêt admissible.

de la part des comptables agréés:

UNIPRIX

 <p>MISS CLAIROL Economisez 80c Shampooing colorant teintes assorties Limite 3 par client</p> <p>3.09 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>MITICHUM Bâton 70 g à bille 44.3 ml Economisez 1.50 Antidouleur Limite 3 par client</p> <p>2.89 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>TAMPAX 40 tampons Economisez 50c Tampons hygiéniques Limite 3 par client</p> <p>2.79 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>FACELLE ROYALE Grandes billes Economisez 40c Papier-mouchoir Limite 3 par client</p> <p>69c Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>OIL OF OLAY 100 ml Economisez 1.80 Lotion de beauté Limite 3 par client</p> <p>4.49 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>PAMPERS 30 nouveau-né Economisez 40c Couches jetables Limite 3 par client</p> <p>2.89 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>AGREE 350 ml PLUS 28% bond Economisez 70c Shampooing Aide à prévenir les cheveux gras Limite 3 par client</p> <p>2.19 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>SECRET 150 ml alcool Economisez 54c Limite 3 par client</p> <p>1.55 Avec ce coupon 21-03-81</p>
			 <p>SECRET 50 ml Economisez 56c Déodorisant à bille Limite 3 par client</p> <p>1.33 Avec ce coupon 21-03-81</p>

CENTRE DE PRODUITS NATURELS LALCO

 <p>CARO-SOL 100 capsules Economisez 2.50 Pour bronzer à l'intérieur Limite 3 par client</p> <p>15.49 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>DAISY Paquet de 3 Economisez 30c Rasoirs jetables de Gillette pour dames Limite 3 par client</p> <p>2/88c Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>VIVA 2 rouleaux Economisez 26c Essuie-tout assorti Limite 3 par client</p> <p>1.33 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>OROBRONZE 50 gélules Economisez \$6 Du soleil en capsules Limite 3 par client</p> <p>19.99 Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>LECTHINE 1200 200 capsules Economisez 1.60 Lalco Limite 3 par client</p> <p>6.29 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>HEMAREXIN 24 ampoules Economisez 1.45 Ampoules buvables Limite 3 par client</p> <p>7.44 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>ATRA Economisez 34c Rasoir invitation de Gillette Limite 3 par client</p> <p>1.55 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>SCOPE 500 ml Economisez 41c Rince-bouche Limite 3 par client</p> <p>1.88 Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>GELÉE ROYALE ET GINSENG Economisez 1.70 16 ampoules Limite 3 par client</p> <p>8.89 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>LADY SCOTT 4 rouleaux Economisez 15c Papier hygiénique Couleurs assorties Limite 3 par client</p> <p>1.44 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>FABERGÉ 500 ml Economisez 66c Essence magique huile de bain moussieuse Limite 3 par client</p> <p>2.33 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>CLEARASIL 15 g Economisez 45c Crème Limite 3 par client</p> <p>1.44 Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>MIEL NATUREL 404 g Economisez 50c Lalco Limite 3 par client</p> <p>1.59 Avec ce coupon 21-03-81</p>	<p>CENTRE DE PHOTO UNIPRIX</p> <p>ALBUM-PHOTO GRATUIT avec le développement d'un film négatif couleur 110, 126 et 135</p>		

PROMOTION DU 11 AU 21 MARS 1981
VOUS NE PAYEZ LE PRIX COUPÉ ANNONCÉ QUE SUR REMISE DU COUPON AU COMPTOIR SEULEMENT.
DISPONIBILITÉ GARANTIE
Si nous ne pouvons vous fournir le produit que vous désirez au prix coupé annoncé durant cette promotion, nous vous GARANTISSONS le même bas prix coupé dès que notre stock sera renouvelé, en vous remettant un BON D'ACHAT DIFFÉRÉ.

IMPRESSION DE VOTRE PHOTO FAVORITE
à partir d'un négatif-couleur. Une valeur de 65c pour seulement
39c
6.99
1.59

MINI-POSTER 11" x 14"
à partir d'un négatif-couleur. Une valeur de \$9.95 pour seulement

AGRANDISSEMENT 5" x 7"
de votre photo favorite à partir d'un négatif-couleur. Une valeur de \$2.15 pour seulement

 <p>BENGAY Onguent 25 g Economisez 1.44 Limite 3 par client</p> <p>1.44 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>KLEENEX Serviettes-tout usage, 3 rouleaux Economisez 1.39 Limite 3 par client</p> <p>1.39 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>LIBERTÉ NOUVELLE 20 mini-serviettes Economisez 1.99 Limite 3 par client</p> <p>1.99 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>PHILLIPS Lait de toilette 100 ml Economisez 2.33 Limite 3 par client</p> <p>2.33 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>VASELINE Lait de bain 400 g Economisez 1.89 Limite 3 par client</p> <p>1.89 Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>BIC Cigarettes jetables au tabac Economisez 2/1.49 Limite 3 par client</p> <p>2/1.49 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>BIC 4 serviettes jetables pour hommes Economisez 2/1.44 Limite 3 par client</p> <p>2/1.44 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>CHAPSTICK Baume pour lèvres Economisez 66c Limite 3 par client</p> <p>66c Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>CHLORASEPTIC Vaporisateur Economisez 1.66 Limite 3 par client</p> <p>1.66 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>DR. WEST Gomme pour dentiers Economisez 88c Limite 3 par client</p> <p>88c Avec ce coupon 21-03-81</p>
 <p>CLOSE-UP Shampooing Economisez 1.49 Limite 3 par client</p> <p>1.49 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>CONCEPTROL SUPRÊME 3 crèmes hydratantes Economisez 2.66 Limite 3 par client</p> <p>2.66 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>CONFIDETS 12 mini-serviettes alginate Economisez 1.14 Limite 3 par client</p> <p>1.14 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>DELSEY Papier hygiénique Economisez 77c Limite 3 par client</p> <p>77c Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>MASSEGIL Poudre végétale Economisez 1.13 Limite 3 par client</p> <p>1.13 Avec ce coupon 21-03-81</p>
	 <p>PAMPERS 30 jetables/24 super Economisez 30c Couches jetables Limite 3 par client</p> <p>3.29 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>PAMPERS 24 premiers pas Economisez 40c Couches jetables Limite 3 par client</p> <p>4.09 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>PAMPERS 12 de nuit Economisez 13c Couches jetables Limite 3 par client</p> <p>1.86 Avec ce coupon 21-03-81</p>	 <p>REACH Economisez 26c Brosse à dents Doux, médium Limite 3 par client</p> <p>93c Avec ce coupon 21-03-81</p>
			 <p>REACH pour jeunes Economisez 20c Brosse à dents Limite 3 par client</p> <p>79c Avec ce coupon 21-03-81</p>	

DÉCOUPEZ ET ÉCONOMISEZ AVEC CES COUPONS

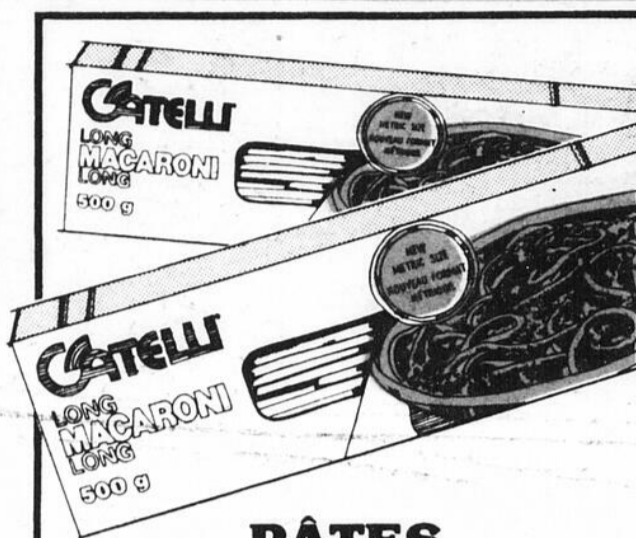
862-7042
298, LAFONTAINE, RIVIERE-DU-LOUP
Denyse Côté,



COUCHES NOUVEAU-NÉS

PAMPERS
pqt 30

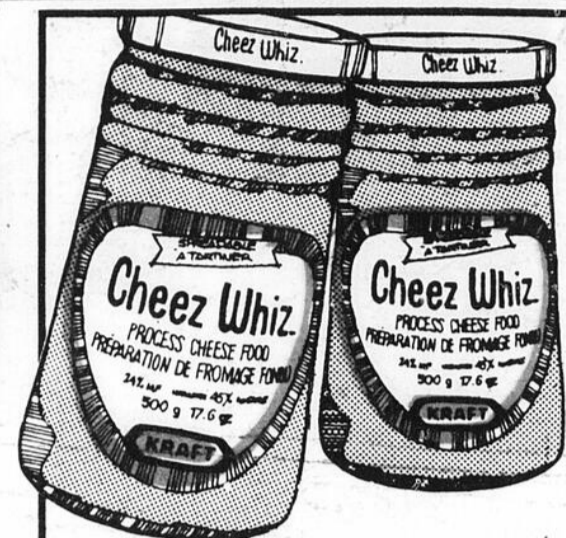
\$2.59



PÂTES ALIMENTAIRES

spaghetti/spaghettini/
macaroni coupé et long/vermicelle long
CATELLI bte 500 g

.57



FROMAGE FONDU

à tartiner
CHEEZ WHIZ bocal 1 kilo

\$3.79

ÉPICIERIS UNIS **CASINO**

GELÉES À DESSERT
saveurs assorties
JELL-O bte 3 oz
3/.89

COCA-COLA
bouteille consignée
750 ml + dépôt
6/2.89

YOGOURT
saveurs assorties
YOPLAIT cont. 175 g
.37

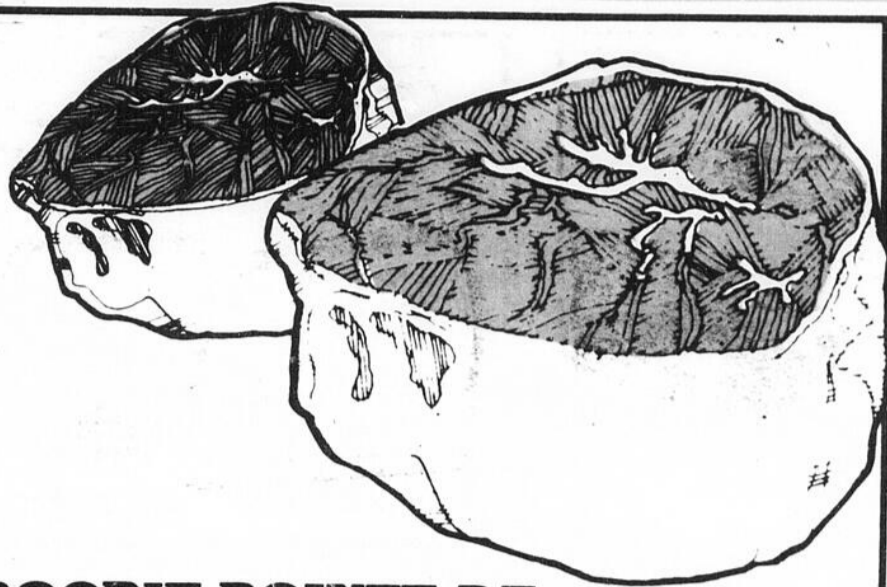
ESSUIE-TOUT
imprimés ou couleurs assorties
VIVA pqt 2 rlx
\$1.09

- MARGARINE MOLLE THIBAUT cont. 1 lb **.95**
- BISCUITS TENDRES assortis Christie bte 250 g **1.29**
- JUS D'ORANGES OU PAMPLEMOUSSES OASIS cont. 1 litre **.83**
- CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ bocal 10 oz **5.25**
- MARMELADE 3 fruits ou orange TRADITION bocal 24 oz **1.49**
- GRIGNOTINES saveurs assorties GENERAL MILLS bte 6 oz **1.21**
- BISCOTTES régulières ou non salées GRISSOL bte 250 g **1.19**

- JUS DE TOMATES Canada de fantaisie LIBBY'S bte 19 oz **2/.89**
- SOUPES crème de céleri/ crème de poulet/ tomates et riz AYLNER bte 10 oz **2/.77**
- GRUAU prêt-à-servir saveurs assorties QUAKER bte 9 oz **1.03**
- COLLATION INSTANTANÉE boeuf ou poulet GATTUSO gobelet 70 g **.73**
- SAUCE B.B.Q. CORDON BLEU bte 14 oz **2/.85**
- TABLETTES DE CHOCOLAT saveurs assorties CADBURY cello 4 barres **.99**
- HUILE DE MAÏS MAZOLA bout. 750 ml **1.77**

- RAGOÛT boulettes/boulettes et patates CORDON BLEU bte 29 oz **\$1.64**
- POIVRE NOIR MOULU SCHWARTZ bte 113 g **1.77**
- MARGARINE DURE ST-CASTIN pqt 1 lb **.59**
- CHAMPIGNONS morceaux et pieds RIVIERA bte 10 oz **.79**
- THÉ EN SACHETS mélange économique RED ROSE cello 100 **1.88**

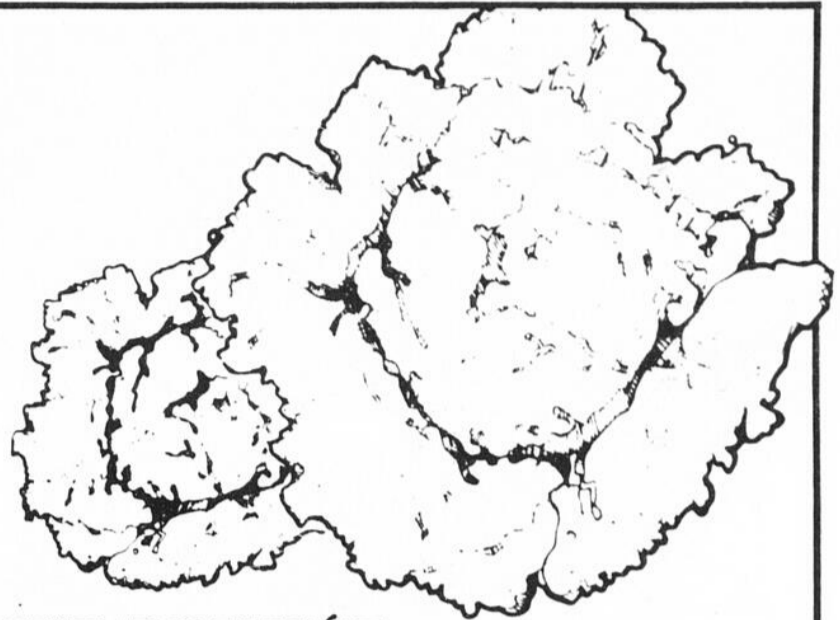
- SAUCE À LA VIANDE pour spaghetti CATELLI bte 14 oz **.83**
- POIS VERTS n° 4 de choix IDÉAL bte 19 oz **2/.89**
- MÉLANGE À GÂTEAUX blanc/chocolat MONARCH env. 278 g **.57**
- RAISINS COLLATION WASCO cello de 10 sacs de 25 g **1.17**
- Produits frais surgelés
- GÂTEAU à étage saveurs assorties PEPPERIDGE FARM 13 oz **1.25**
- TARTE AUX POMMES ST-HUBERT 680 g **1.85**



ROSBIF POINTE DE SURLONGE

importé surgelé complet ou moitié la livre

\$1.98



LAITUE POMMÉE

légumes de la Californie Canada no 1 calibre 24 chaque

.59

C'EST MON BON, BON... BON MARCHÉ!

POULET FRIT

barillet 9 mcx FLAMINGO chaque

\$3.88

SOC DE PORC

frais désossé roulé la livre

\$1.29

DEMI SOC DE PORC FUMÉ

(midget) TAILLEFER env. 2 1/2 lb la livre

\$1.88

BOUDIN

CHARCUTERIE ROY la livre

.98

PÂTÉ À LA VIANDE

frais CHARCUTERIE ROY 500 g

\$1.68

CRETONS

TAILLEFER 300 g

\$1.68

POIRES VERTES

fruits des Etats-Unis variété Anjou Canada de fantaisie la livre

.48

ÉCHALOTES

légumes de la Californie chaque

.20

RUTABAGAS LAVÉS

légumes du Québec Canada no 1 calibre moyen la livre

.12

PRUNES

variété Président fruits du Chili Canada no 1 la livre

\$1.09

ORANGES À JUS

fruits de la Floride sac 5 lb chaque

\$1.69

BETTERAVES MARINÉES

ST-CASTIN bocal 24 oz

.88

GARNITURE À DESSERT

DREAM WHIP bte 6 oz

1.55

FARINE TOUT USAGE

ROBIN HOOD sac 10 kilos + 1 kilo boni

7.77

MAÏS SUR ÉPIS

catégorie de choix ST-CASTIN bte 40 oz

.77

NOURRITURE SÈCHE POUR CHIENS

DOG CHOW sac 8 kilos

6.39

PAPIER DE TOILETTE

couleurs assorties LADY SCOTT 4 rlx

1.33

TAMPONS

assortis TAMPAX bte 40

2.85

DÉTERSIF EN POUDRE

BOLD bte 6 litres

3.69

SEL DE FRUITS

ENO bout. 100 g

1.66

RINCE-BOUCHE

SCOPE bout. 500 ml

1.94

LAVE-VAISSELLE

CASCADE bte 65 oz

3.65

DENTIFRICE

AQUA FRESH tube 150 ml

2.09



Procurez-vous un microsillon des plus belles «CHANSONS D'ICI» de vos auteurs-compositeurs et interprètes préférés. **\$6.99**

A PARTIR DE **6.99** chaque album simple

«La Chanson d'ici» Nom de l'interprète

Lundi _____

Mardi _____

Mercredi _____

Jeudi _____

Vendredi _____

Nom _____

Adresse _____

Tel _____

Courez la chance de gagner cinq microsillons de «LA CHANSON D'ICI» offerts par votre station locale. À chaque jour de la semaine, votre station de radio vous fera entendre un des dix interprètes de «La Chanson d'ici». Découpez le coupon de participation et conservez-le. Notez le nom de l'interprète du concours «La Chanson d'ici» à chaque jour de la semaine, inscrivez-y vos noms, adresse et numéro de téléphone. Postez-le à votre station de radio.

CJFP
1, rue Frontenac
Rivière-du-Loup

LES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'AU 14 MARS 1981. NOUS NOUS RESERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITES.

coop

ÉPICERIE



Essuie-tout Kleenex

blancs ou jaunes

pqt 2 rlx **1.29**

Riz frit Daintv

bte 12 oz ou bte 350 g

.59

Jus d'oranges pur Kraft

bout 1.8 l

1.79

Margarine molle Lactantia

cont 2 lb

1.59

Huile de maïs Mazola

bout 750 ml

1.59

Fromage à tartiner Cheez Whiz

bocal 1 kg

3.99

Papiers-mouchoirs blancs White Swan

bte 200'f

.78

PRODUITS AYLNER



Soupe tomates ou légumes Aylmer

10 oz

4/1.00

Maïs en crème Aylmer

de choix 19 oz

.39

Pois verts Aylmer

de choix 19 oz

.39

Fèves jaunes coupées Aylmer

de choix 19 oz

.39



Lave-vitres Orleans

40°C, cont. 4 litres

1.39

Gateaux Vachon

Mille feuilles Bte 6 s.

1.35

Café Maxwell House

10 oz

4.89

Liqueurs Pepsi

26 oz

6/2.69

Plus dépôt

Pêches demies Aylmer

19 oz

.79

PRODUITS COOP

Tomates de choix Coop

bte 19 oz **.55**

Jus de pommes pur Coop non sucré

bte 48 oz **.83**

Café moulu régulier Coop

sac 1 lb **2.69**

Mélasse pure Coop

cont. 1.3 kg **1.49**

Lait évaporé Coop

bte 385 mL **.52**

Assouplisseur liquide pour tissus Coop

cont. 128 oz **1.39**

Biscuits Breaktime Dare

saveurs assorties sac 500 g **1.17**

Beurre d'arachides Skippy

crèmeux ou croquants bocal 500 g **1.98**

Sauce Catelli

viande ou champignon bte 14 oz **.83**

Fèves blanches St-Arnaud

sac 2 lb **1.05**

Mélange à soupes Loney's

poulet & nouilles 1 enveloppe **.23**

Cordial de poulet Bovril

bout 450 mL **2.98**

Biscuits tendres Christie

saveurs assorties bte 250 g **1.19**

COOP, C'est Où On Pense !

COOPRIX

VOTRE MENU ÉQUILIBRÉ :

DÉJEUNER

Jus de pomme
Fèves au lard
Pain de blé entier rôti
Thé, café, lait

DÎNER

Crème de céleri
Saumon poché, citron
Maïs en crème
Riz vapeur
Croustarde aux pommes

SOUPER

Laitue romaine — vinaigrette
Tranche de jambon froid
* Endives au gratin
Pommes de terre au four
Sections d'orange
Thé, café, lait

* Recette d'« endives au gratin » disponible dans toutes les Coopératives participantes.

L'ENDIVE ?

On reconnaît l'endive à sa tête pointue et compacte, à ses feuilles lisses et longues de couleur crème et à sa forme oblongue.

À l'achat, l'endive doit être fraîche, croustillante et tendre. Si on doit les conserver quelques jours au réfrigérateur, il ne faut pas les empiler, mais les déposer l'une près de l'autre sans trop les serrer ; il faut les couvrir pour les empêcher de faner.

Une fois bien lavées et égouttées, on peut les apprêter en salades, bouillies, farcies, braisées, au gratin...

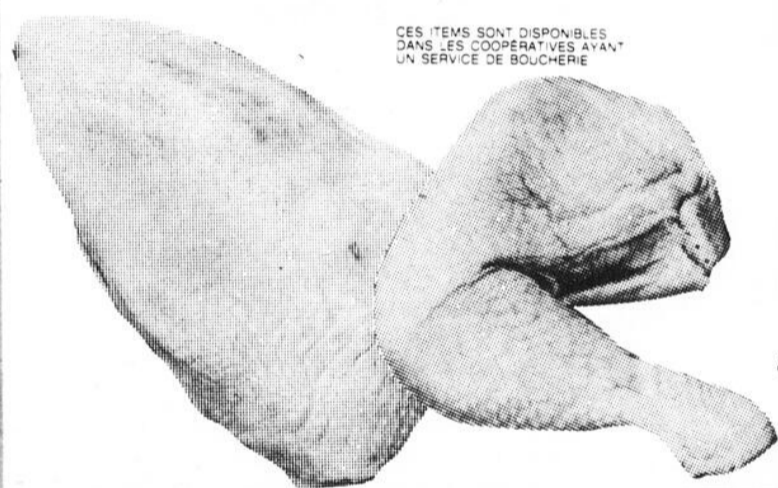
c'est
où
on
pense

(1)(2)

- ○ fruits et légumes
- □ pain et céréales
- ▲ △ viande et substituts
- ○ lait et produits laitiers

- (1) une grande valeur nutritive
- (2) une certaine valeur nutritive
- (3) aucune forme veut dire des aliments qui ont peu ou pas de valeur nutritive

VIANDES



CES ITEMS SONT DISPONIBLES
DANS LES COOPÉRATIVES AYANT
UN SERVICE DE BOUCHERIE

Cuisses de poulet fraîches

avec dos

lb. **.99**

Poitrines de poulet fraîches

avec dos

lb. **1.57**

1 2 soc de porc fumé △
Maple Leaf **2.09**

Pain de simili poulet △
Maple Leaf **1.39**

Bacon Maple Leaf
rég. érable épais pqt 500 g **1.85**

Jambon cuit tranché △
Maple Leaf **1.07**

Pâté de campagne △
La Dijonnaise **1.79**

Timbale au cognac △
La Dijonnaise

lb. **.99**

Pizza garnie 12" △
Davinci

20 oz **2.79**

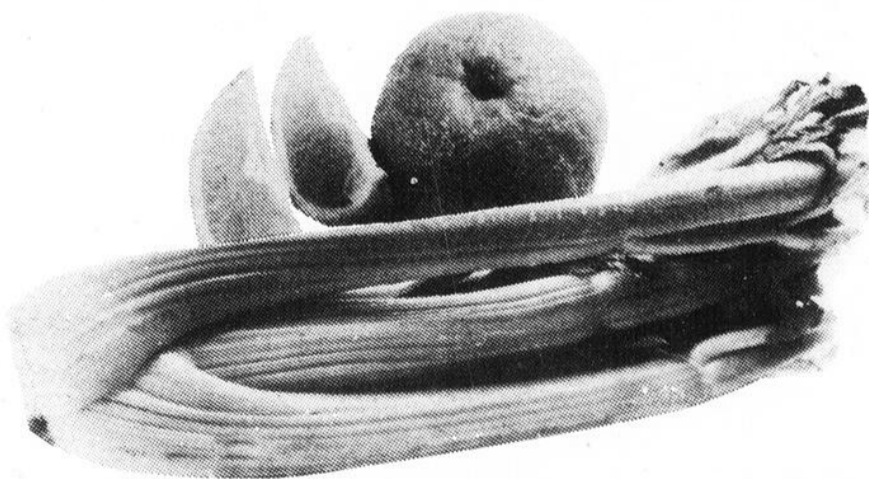
Saumon rose du Pacifique
surgelé

lb. **1.99**

Pattes de crabe des Neiges
surgelées

lb. **1.49**

FRUITS ET LÉGUMES



Oranges Sunkist « Navel »

Produit Californie
gr: 113
emballage de 12

1.18

Salade romaine
Produit Floride
gr: 24

chacune **.59**

Pommes McIntosh
Produit du Canada
catégorie fantaisie
gr: 120

lb. **.39**

Céleri

Produit Floride
Canada no 1
gr: 24

chacun **.49**

Endives
Produit du Québec

lb. **1.99**

Jus d'orange pur Tropicana
Produit Floride

cont 32 oz **1.39**

Magasin Coop Rivière-du-Loup

298 Blvd Thériault



LES SUPERMARCHÉS **PROVIGO**



NOUS NOUS RÉSERVONS
LE DROIT DE LIMITER
LES QUANTITÉS.
SPÉCIAUX EN VIGUEUR
JUSQU'AU SAMEDI 14 MARS



FESSE DE JAMBON
ENTIÈREMENT DÉOSSÉ PROVIGO

TOUPIE
PRÊT À SERVIR
UN BOUT À L'AUTRE
la livre

1 48

PURITY

**FARINE
TOUT USAGE**

PRÉTAMISÉE

**FARINE
TOUT USAGE PURITY**

SAC DE
3,5 kg

2 69



RÔTI D'ÉPAULE
DE PORC FRAIS

la livre **1 78**



QUART DE FESSE
DE JAMBON TOUPIE

ENTIÈREMENT
DÉOSSÉ
PRÊT À SERVIR
la livre **1 58**



LANCIA
Spaghetti
STYLE AL DENTE 1kg

LANCIA
PÂTES SPAGHETTI, SPAGHETTINI,
MAC. COUPÉ
EMB. DE
1 kg **1 97**



KRAFT
SINGLES
PROCESS CHEESE FOOD
RATION DE FROMAGE FONDU

FROMAGE
TRANCHÉ, "SINGLES" KRAFT
EMB. DE
500 g
(16 tranches) **2 27**

SAUCISSES
FUMÉES PROVIGO

la livre **1 38**

CRETONS
ROY

EMB. DE
283 g **1 68**

BOISSON
CHOIX DE SAVEURS ROUGEMONT

CANETTE DE
10 oz
POUR **4 100**

BOISSON
SURGELÉE, À SAVEUR D'ORANGE

SUNNY
BTE DE
12% oz **1 57**

SAUCISSES
PORC ET BOEUF ROY **1 48**

JAMBON CUIT
MAPLE LEAF **1 98**

ROULÉS AUX OEUFS
AVEC SAUCE WONG WING **1 98**

NOUILLES AU PORC
WONG WING **1 98**

CRISTAUX
SAVEUR D'ORANGE TANG **1 59**

SIROP DE MAÏS
CROWN BRAND **1 59**

BISCUITS
ASSORTIS PROVIGO **2 39**

SAUCE À LA VIANDE
BRAVO **1 19**

NOURRITURE
POUR CHATS **1 39**

JAVEL
CONCENTRÉ PROVIGO **69**

HUILE DE BAIN
PARFUMS VARIÉS PROVIGO **1 29**

DENTIFRICE
AQUA FRESH **1 99**

MAÏS EN CRÈME
DE CHOIX IDÉAL **53**

POIS VERTS
ASSORTIS DE FANTAISIE **35**

LAIT ÉVAPORÉ
2% CARNATION **55**

TARTE SANS CUISSON
VANILLE OU CHOCOLAT **1 19**



suivez leur piste chez **provigo**

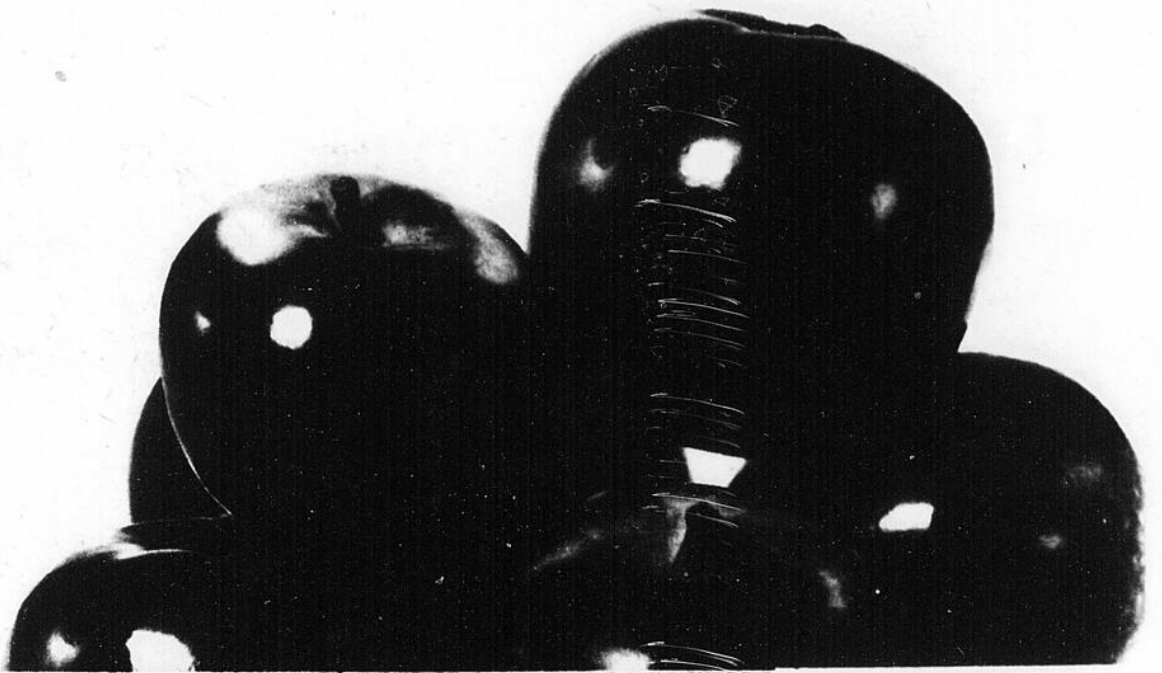
sur les traces du monde animal

une aventure passionnante pour toute la famille
une collection intéressante d'animaux

552 différents animaux, avec toute la documentation pertinente, sur cartes illustrées en couleurs.

Nouveaux jeux en vente chaque semaine.

\$1.00 chacun



MERCREDI LE 11 MARS 1981 - LE SUPPLEMENT 13

ALL VEGETABLE
TOUT VÉGÉTAL

Crisco

SHORTENING

SHORTENING CRISCO

BTE DE 3 lb

2 29

POMMES MC INTOSH DU QUÉBEC CANADA DE FANTAISIE

EMB. DE 5 lb

1 29

MANGEZ EN BEAUTÉ



prix rég. \$10.49
seulement
\$4.49 le couvert plus taxe
avec \$35. d'achat

Chaque \$35. d'achat dans l'un ou l'autre des supermarchés Provigo vous donne l'opportunité de vous procurer un couvert (4 pièces) de cette magnifique coutellerie au prix de \$4.49 le couvert plus la taxe de 8% (prix régulier \$10.49). Les coupons-caisses ne sont pas accumulables.

Ces ustensiles sont fabriqués d'acier inoxydable et de plastique ABS solide blanc; de plus, ils sont lavables à la machine.

L'offre débute le 9 février et se terminera avec l'épuisement de la marchandise.

Collectionnez-les vite!

provigo
Margarine molle Soft margarine
1 lb 454 g

MARGARINE MOLLE PROVIGO

CONT. DE 1 lb

1 67

Mazola
CORN OIL
100% PUR

HUILE DE MAÏS MAZOLA

BOUT. DE 750 ml

1 49

LAITUE BOSTON DE FLORIDE CANADA NO 1

GROSSEUR 24 chacune

1 59

CHAMPIGNONS BLANCS PRODUIT DU QUÉBEC

la livre

1 99

DÉTERSIF POUR LAVE-VAISSELLE PROVIGO

BTE DE 2 L

3 19

ASSOUPLEISSANT POUR TISSUS DOWNY

CONT. DE 3 litres

3 29

KINNOW PRODUIT DE CALIFORNIE

la livre

1 43

AIL DES BOIS PRODUIT DU QUÉBEC

CONT. DE 227 ml

2 99

VINAIGRE BLANC PROVIGO

BOUT. DE 80 oz

1 79

POIRES BARTLETT DE CHOIX PROVIGO

BTE DE 28 oz

1 27

RIZ À GRAIN LONG

PROVIGO EMB. DE 7 lb

1 99

HARICOTS VERTS OU JAUNES, COUPÉS

ALCANTARA PROVIGO BTE DE 14 oz

1 35

CITRONS DE CHOIX DE CALIFORNIE

GROSSEUR 140

8 89

POIRES BARTLETT CANADA DE FANTAISIE

GROSSEUR 135

1 75

CRESSON DE FONTAINE DE FLORIDE

GROSSEUR 12

1 69

VINAIGRETTES RÉFRIGÉRÉES VARIÉES

KRAFT CONT. DE 160 ml

1 09

MARMELADE 3 FRUITS TRADITION

BOUT. DE 24 oz

1 49

MENTHE RITO ÉPAISSE, BLANCHE OU ROSE

EMB. DE 14 oz

1 49

BRIQUETS AU BUTANE BIC

chacun

89

JAMBON CUIT DANS LA FESSE BURNS

BTE DE 11 lb

3 99

CREVETTES MOYENNES MARVELOUS

BTE DE 13 oz

2 99

FILET DE MORUE SURGELÉ BOOTH

EMB. DE 16 oz

1 79

MUFFINS ANGLAIS SURGELÉS GAINSBOROUGH

EMB. DE 11 oz

1 79

TARTES AUX PACANES SURGELÉE MRS SMITH

EMB. DE 600 g

1 99



Supermarché Provigo
342, Chemin Témiscouata
Rivière du Loup

Supermarché Provigo
114, Fraserville
Rivière du Loup

La cuisine aux pommes, pourquoi pas!

Salade de poulet et pommes.

750 ml. de poulet cuit en dés
250 ml. de céleri tranché en diagonale
500 ml. de pommes rouges non pelées, hachées
3ml. de sel
0,5 ml. de poivre
0,5 ml. de cannelle.

25 ml. d'oignon vert haché finement
25 ml. de carotte râpée
125 ml. de mayonnaise ou de sauce à salade
Paprika.

Mélanger tous les ingrédients, sauf le paprika. Remuer délicatement et refroidir. Garnir de paprika. Servir sur des feuilles de laitue, si désiré. 6 portions.

Suggestions à base de la pomme.

Plateaux de pommes et de fromages-Servir des quartiers de pommes (les tremper dans un peu de jus de citron pour prévenir le brunissement) avec diverses variétés de fromages canadiens tels que le cheddar, le camembert et le gouda.

Plateaux de pommes et de légumes-Servir des quartiers ou des bâtonnets de pommes avec les légumes crus, tels que carottes, navets et légumes canadiens saisonniers.

Gouters-Servir des quartiers de pommes avec des sauces-trempettes au yogourt ou au fromage à la crème.

Brochettes de fruits-embrancher des cubes de

pommes en alternant avec d'autres fruits saisonniers.

Lait de poule-Dans un mélangeur, ajouter une pomme pelée et tranchée (1/2 pomme par portion) aux ingrédients de votre recette de lait de poule. Mélanger jusqu'à consistance lisse et garnir de bâtonnets de cannelle.

Pain aux pommes

500 ml. de farine tout usage.
15 ml. de poudre à pâte
175 ml. de sucre
2 ml. de cannelle
5 ml. de sel
2 oeufs
75 ml. de beurre fondu
125 ml. de lait
125ml. de raisins secs
375ml. de pommes pelées, râpées, (environ 2

pommes moyennes)

Tamiser ensemble les ingrédients secs. Combiner oeuf, beurre et lait. Ajouter aux ingrédients secs,

en remuant juste assez pour humecter. Ajouter raisins secs et pommes. Verser dans un moule à pain graissé de 23 x 12 cm. Cuire à 180 degrés C.

jusqu'à ce qu'une tige métallique insérée au centre en ressorte propre (environ 1 1/4 h.). Quantité: 1 pain.

Le lait, un aliment à adopter

Vous avez certainement entendu le message publicitaire portant sur la consommation du lait. Ce message informe les gens qui n'aiment pas le lait des autres formes que cet aliment complet peut prendre, à savoir: le yogourt, la crème glacée, le beurre, le fromage. De cette façon, tous et chacun peuvent choisir « le lait qui leur plaît » et profiter ainsi des bienfaits de cet aliment essentiel.

Mais, les mordus du lait vous diront qu'il n'y a rien de meilleur qu'un grand verre de lait froid... si ce n'est le morceau de gâteau-au-chocolait-maison qui l'accompagne!

À chacun son lait

Signalons d'abord qu'au Québec, la composition du lait est définie par la Loi des produits laitiers et de ses succédanés.

Vous pouvez trouver sur le marché trois catégories de lait: le lait entier qui contient 3,25% de matières grasses (m.g.), le lait partiellement écrémé (1,0% ou 2,0% m.g.) et le lait écrémé (pas plus de 0,1% m.g.). Toutes les catégories de lait sont enrichies de vitamine D, cette vitamine étant quasi inexistante dans l'ensemble de notre alimentation. De plus, on ajoute de la vitamine A au lait écrémé et partiellement écrémé afin de lui redonner sa valeur normale perdue au cours de l'écrémage. Le lait contient aussi des protéines d'excellente qualité: du calcium, du phosphore, de la thiamine, de la niacine et beaucoup de riboflavine.

Le lait, pas à n'importe quel prix

En effet, car le prix du lait est réglementé par la Régie des marchés agricoles du Québec qui en fixe le prix et décide aussi de son augmentation. La Régie est en fait un tribunal administratif qui tient des audiences publiques pendant lesquelles les producteurs de lait, les distributeurs aussi bien que les associations de consommateurs soumettent des mémoires. À la suite de quoi la Régie des marchés agricoles décide si le prix du lait doit être augmenté.



Donc, personne ne peut vendre le lait au-dessus du prix maximum déterminé par la Régie. Pourtant, cela se fait couramment. Il faut donc garder l'oeil ouvert, et le bon...

Si votre commerçant ne respecte pas les prix maxima fixés par la Régie des marchés agricoles, vous pouvez porter plainte à cet organisme en téléphonant ou en écrivant à l'adresse que nous vous donnons plus loin.

Pour économiser

Pour réaliser certaines économies, vous pouvez utiliser le lait en poudre ou le lait partiellement ou totalement écrémé. Débarassé de son surplus de gras, ce lait contient moins de calories ce qui constitue un avantage certain pour ceux qui surveillent leur ligne. Et pour ceux qui surveillent également leur porte-monnaie, le lait en poudre et le lait partiellement ou totalement écrémé sont moins chers que le lait entier.

Cependant, si vous utilisez ce type de lait comme boisson, il est préférable de le laisser quelques heures au réfrigérateur avant de le boire, car il aura alors meilleur goût. Vous pouvez également mélanger le lait en poudre avec le lait frais (moitié-moitié) si vous avez des convives « difficiles ».

Par ailleurs, vous connaissez probablement le lait UHT (ex.: le lait Grand-Pré) dont la particularité est de pouvoir se conserver hors du frigo pendant trois mois. Mais une fois le contenant ouvert, il faut le réfrigérer. Notez cependant que ce lait coûte aussi cher que le lait frais.

Le lait à domicile

Il existe également une réglementation sur le prix du lait livré à domicile. Il coûte deux cents de plus du litre et quatre cents le 4 litres. La livraison à domicile peut quand même vous faire épargner, surtout si vous utilisez votre voiture chaque fois que vous devez aller chercher un litre de lait. Au prix où coûte l'essence!...

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, vous pouvez communiquer avec:

La Régie des marchés agricoles
201, rue Crémazie est
Montréal
H2M 1L2
Téléphone: (514) 873-4024

Cette chronique vous a été présentée par votre journal en collaboration avec le bureau régional de l'Office de la protection du consommateur:

Bas St-Laurent
140, rue de la Cathédrale
Rimouski, G5L 5H8
Tél.: 724-6692

FOIE DE BOEUF LA LIVRE .69	CUISSES DE POULET BTE 10 LBS 9.95	LANGUE DE BOEUF LA LIVRE .99
---	--	---

FONDUE CHINOISE LA LIVRE 3.89	<p>Tél.: 862-3521 3522</p> <p>Boucherie</p> <p>Gendron Enr.</p> <p>201, Lafontaine, Rivière-du-Loup</p> <p>Bière & Porter</p>
--	--

COTELETTES DE PORC DEGRAISSEES LA LB 1.49	BOEUF HACHE frais ordinaire 1.69 10 LBS ET PLUS 15.90
---	--

VEAU ROULE CONGELE, LA LIVRE 2.49	POULET Cat. Utilité, ENVIRON 6 LIVRES 1.09
---	---

COTELETTES DE VEAU TRANCHÉES CONG. LA LB 2.89	JAMBON EPAULE MAIGRE MARQUE LEGRADE .99
--	--

SAUCISSE FRAICHE 3 LIVRES 3.27	BIFTECK DE RONDE RONDE HACHEE CROUPE ROULEE BOEUF CUBES 2.49
---	--



NOUVEAU - NOUVEAU

ROSBIF FRANCAIS
BIFTECK FRANCAIS
TOURNEDOS

LA LIVRE **4.89**

Photo Pierre Lévesque



Messieurs Lionel Côté et Bertrand Bélanger, co-propriétaires de "Décoration M.B.R." au Parc Industriel, se sont associés afin d'offrir à sa très nombreuse clientèle les différents produits d'excellences que seul Décoration M.B.R. peut vous offrir. Que ce soit armoire de cuisine, porte-miroir, plancher de bois franc etc... Messieurs Côté et Bélanger sauront vous conseiller par leurs très nombreuses années d'expérience dans la vente de matériaux de construction.



M. Jacques Côté, gérant chez Côté et Godbout de Rivière-du-Loup, l'homme à consulter. Vous construisez votre maison, vous bricolez, vous redécouvrez? Chez Côté et Godbout vous trouverez tout ce qu'il vous faut et bien plus!



Photo Pierre Lévesque

On commença se spécialisant dans le domaine musical "Disc-O-Charme Enr" sur la Plaza Lafontaine vous offre tout ce que vous désirez soit au point de vue disques ou instruments de musique. M. Armand Ducharme propriétaire invite toute la population à venir faire leur choix car c'est depuis plus de 17 ans que le magasin Disc-O-Charme se classe 1er pour offrir à sa clientèle un excellent produit.



Photo Marthe Paré

Que ça sent bon en entrant à la Pâtisserie Le Marquis située rue Lafontaine. Sur la photo, on reconnaît Madame Micheline Morin, qui vous accueille toujours avec un grand sourire. A cet endroit, le gourmet trouve de délicieuses pâtisseries, croissants et pains de toutes sortes.

DEUX SUPER AUBAINES



Fêtez le départ de l'hiver et l'arrivée du printemps en profitant des 2 offres sensationnelles que vous offrent les aides du Colonel.

Profitez-en, Y'en a pas d pareilles! Du bon Poulet!

La recette du col Sanders de

Poulet Frit à la Kentucky

ÉPARGNEZ \$1.55 sur le SEAU ➔

EXPIRATION: LE 29 MARS 1981

Présentez ce coupon à La Villa du Poulet de votre voisinage et vous obtiendrez un seau de 15 morceaux de bon poulet pour seulement \$6.95 Ord. \$8.50

La Villa du Poulet

52

OFFRE 2 pour 1 ➔
DU DÎNER ÉCONOMIQUE

EXPIRATION: LE 29 MARS 1981

Présentez ce coupon à La Villa du Poulet et vous obtiendrez à l'achat d'un diner économique comprenant 2 mex de Poulet Frit Kentucky, frites dorées, salade de chou et pain à la Grecque au prix régulier de \$2.09, un 2E DÎNER ÉCONOMIQUE GRATUITEMENT

La Villa du Poulet

52

Découpez et épargnez



Découpez et épargnez



Procurez-vous

Le **St-Laurent-Echo**

et courez la chance de gagner un magnifique lapin en chocolat



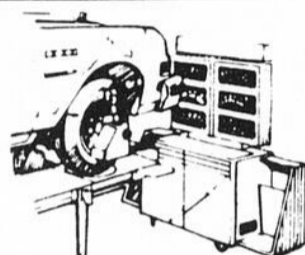
C'est facile de participer. Découpez le coupon de participation, dans l'annonce "Gagnez un lapin géant" publiée dans le St-Laurent-Echo et postez-le au 16 rue du Domaine, Rivière-du-Loup, G5R 4C3. Participez autant de fois que vous le désirez. Un coupon par semaine sera tiré au hasard jusqu'à Pâques.

Nouveau incroyable.....

UNE GARANTIE RISQUES ROUTIERS

vous est accordée sur tous les pneus
automobiles Michelin et General Tire Radial
(achetés chez-nous)

Alignement \$13.95



Un réglage inadéquat du train avant peut entraîner plusieurs problèmes tels l'usure des pneus sur la route, l'accroissement de la consommation d'essence et une mauvaise conduite.

Nos mécaniciens régleront le train avant de votre voiture conformément aux spécifications du manufacturier.

- Ajustement de la chasse, du carrossage et du pincement
- Vérification de la hauteur de la suspension
- Vérification du niveau de liquide de la direction servo-assistée, de la tension des courroies et tuyaux.
- Vérification de la pression des 4

- pneus.
- Vérification des pièces du train avant, des barres d'accouplement, des rotules d'articulation, du bras de renvoi, des supports de coussinets de bielle, des amortisseurs et des ressorts à boudin.

GARANTIE DE 90 JOURS — RENDEZ-VOUS PAR TELEPHONE

**Achetez vos pneus
Michelin maintenant**
Rabais spécial! Un acompte suffira!
ENTREPOSAGE GRATUIT



Lubrification, vidange d'huile, filtre inclus, vérification et entretien de service.

LUBRIFICATION COMPLETE

[sur la plupart des voitures]

11.11

Renseignez-vous à votre Centre de pneus Michelin

AUCUN RENSEIGNEMENTS PAR TELEPHONE

Tout vous sera expliqué par Gaston,
ça c'est le vrai spécialiste!

Alignement Gaston Gagnon Inc.



431 Lafontaine
G5R 3B9

Rivière-du-Loup
Tél: 862-9133



La résiliation du bail

Un des grands principes de la loi créant la Régie du logement est le droit au maintien dans les lieux. Cela veut dire que le propriétaire ne peut pas envoyer à son locataire à la fin du bail, un avis disant qu'il ne veut plus renouveler son bail. Le locataire a droit de continuer d'occuper son logement et de voir son bail prolongé. Mais toute règle ayant ses exceptions, la loi en prévoit deux. Le propriétaire peut en effet envoyer cet avis.

-à son locataire, lorsque celui-ci a sous-loué son logement pendant plus de 12 mois consécutifs. Il doit adresser le même avis au sous-locataire; -à l'héritier ou au légataire lorsque ni l'un ni l'autre n'habite avec le locataire au moment du décès de celui-ci.

Bien sûr, le propriétaire peut évincer un locataire qui ne remplit pas ses obligations mais pour ce faire il doit, lorsqu'il de-

mande la résiliation du bail à la Régie, évoquer des motifs sérieux et fondés. Par exemple, il peut agir quand son locataire a tendance à retarder de plus de trois semaines le paiement du loyer; quand il s'obstine à déranger toute la maisonnée par ses bruits excessifs, en dépit de rappels à l'ordre répétés; quand il abîme les murs, les parquets, etc..

Le propriétaire peut aussi évincer un locataire pour reprendre possession de son logement, mais il ne peut le faire que pour occuper ce logement lui-même ou y loger certains membres autorisés de sa famille. D'ailleurs nous reparlerons de la reprise de possession dans une prochaine chronique.

D'autre part, le locataire qui désire déménager, à la fin du bail, doit envoyer à son propriétaire un avis écrit de non-prolongation

de bail. Si son bail est d'une durée fixe de 12 mois ou plus, il enverra son avis entre trois et six mois avant l'échéance.

Il se peut aussi que ce locataire reçoive de son propriétaire un avis de modification de son bail ou un avis d'augmentation de loyer, alors que, de toute façon, il avait décidé de ne pas renouveler son bail. Que doit-il faire dans ces circonstances?

Dans un avis écrit, il doit prévenir son propriétaire qu'il quittera son logement à l'échéance de son bail. Il veillera à expédier son avis dans le mois qui suit la date de l'oblitération postale que porte l'enveloppe de l'avis reçu du propriétaire. Il est donc très important de conserver l'enveloppe.

Notons pour mémoire que tous les avis doivent être écrits et la Régie recommande vivement de les expédier par courrier recommandé.

Jovi

Super Marché Sénéchal

114 Témiscouata
Rivière-du-Loup - Tél.: 862-7221

Café instantané Nescafé Bocal de 10 oz.	5.39	Liqueurs Pepsi Cola 750 ml. 6 pour	2.29
Champignons tranchés Waterloo, boîte de 10 oz.	.79	Eau minérale Montclair Bouteille de 750 ml.	.67
Biscuits Viau, Viva ou Bantam 350 g.	1.29	Fromage Kraft Mozarella, 16 oz.	2.77
Briquets au butane "Jovi"	.99	Diner Provigo Macaroni fromage, 7 oz.	.35
Détergent Bold familial 2.4 kilos	3.87	Jus d'orange pur Kraft Non sucré, 64 oz.	1.99
Sauce à la viande Kraft 24 oz.	1.29	Mais en crème ou pois verts 14 oz.	.43
Poudre à pâte Magic 450g.	1.43	Menthe épaisse rose Ritho 14 oz.	1.49
Miel clair Doyon 8 oz.	.85	Savon crème Milan Liquide avec pompe, 256g.	1.97
Coffee Mate pour le café 500g.	2.19	Sel de fruits Eno Régulier, bout. de 100g.	1.79
Dream Whip Pour crème fouettée, 6 oz.	1.57	Sirop d'érable Citadelle Bouteille de 375 ml.	2.39
Détergent liquide Palmolive, 500g.	1.19	Nourriture à chats Ballard Pouletou b. & foie 15 oz.	.39
Fruits & légumes		Viandes	
Laitue pommée De Californie, Canada no. 1, gr. 24	.59	Rôti de cuisses de porc frais Un bout ou l'autre, la lb.	.98
Oranges "Sunkist" Navel, gr. 138, la dz.	.89	Epaule d'agneau Surgelé, Nouvelle-Zélande, la lb.	1.68
Carottes U.S.A., Canada no. 1, cello de 2 lbs.	.75	Boeuf haché Mi-maigre, la lb.	2.08
Navets du Québec Canada no. 1, cello de 2 lbs.	.33	Cretons Rochette, 283g.	1.68
		Saucisses porc & boeuf Roy, la lb.	1.48



MARGARINE MOLLE
LACTANTIA
cont. 1 lb

.75



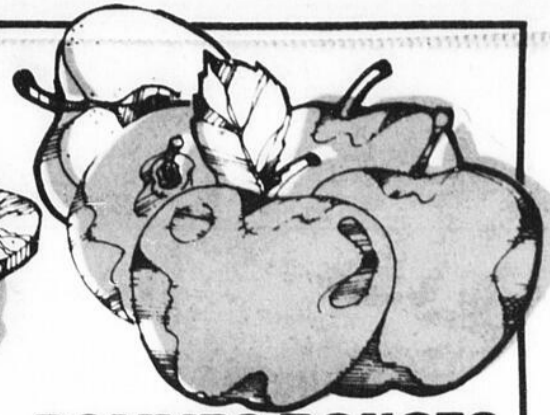
SOUPE
tomates/légumes
AYLMER bte 10 oz

4/ .95



JAMBON
fesse cuite découennée dégraissée
prête à manger
portion de la croupe Taillefer

.98
\$1.28 \$1.68
quart morceau du centre



POMMES ROUGES
du Québec
variété Mc Intosh A.C.
des vergers André Lasnier
Canada de fantaisie
sac 5 lb chaque

\$1.18

FROMAGE TRANCHÉ
(singles)
KRAFT
pqt 500 g
(16 tranches)

\$1.97

POMMES DE TERRE FRITES
régulières
ST-CASTIN
sac 3 1/2 lb

\$1.29

BIFTECK D'ALOYAU
boeuf Canada
catégorie «A»
la livre

\$2.98

CÉLERI
légumes de la Floride
Canada no 1
calibre 24
chaque

.48

DÉTERSIF EN POUDRE
PUNCH bte 3 litres (1.2 kilo)

\$1.59

CHAMPIGNONS
pieds et morceaux
FOUR STARS bte 10 oz

.59

CAFÉ MOULU
MAXWELL HOUSE
sac 1 lb

\$2.65

CUISSES DE POULETS
fraiches avec dos
la livre

\$1.08

PAMPLEMOUSSES
à chair dorée
fruits de la Floride
calibre 48

6/\$1.19

GEM, GEM, GEM
mon p'tit
Supermarché

63 Fraserville, Tél.: 862-8255
Rivière-du-Loup

Épicerie

RINCE-CRÈME baume/normal/gras/protéiné bout. 350 ml	2.08
RIZ FRIT DAINTY saveurs assorties bte 12 oz	.73
BONBONS M.M. cables/M.M. cochons/ M.M. balais VIAU cello 100 g	.99
HARICOTS jaunes ou verts coupés IDÉAL bte 19 oz	2/.89
PÂTÉ DE FOIE CORDON BLEU bte 3 oz	2/.89
BREUVAGE à saveurs de fruits assortis F.B.I. pqt 6 bout. 6 oz	.99
SOUPES pois/légumes/poulet et nouilles tomates et vermicelles HABITANT bte 28 oz	.69
SAUCE pour sandwichs chauds ou B.B.Q. GAZA bte 395 ml	.49
PAPIER DE TOILETTE blanc ou couleurs assorties DELSEY BOUTIQUE pqt 4 rlx	1.49
ESSUIE-TOUT blanc/jaune/orange KLEENEX pqt 2 rlx	1.49
MOUCHOIRS DE PAPIER blancs/couleurs asst. KLEENEX bte 100	.53
MOUCHOIRS DE PAPIER Boutique assortis KLEENEX bte 120	.75

NETTOYEUR TOUT-USAGE ST-CASTIN bout. 32 oz (1 litre)	1.09
LINGES TOUT-USAGE CHIFFON-J bte 10	1.23
LAVE-VAISSELLE CASCADE bte 65 oz	3.33
DÉTERTGENT LIQUIDE pour la vaisselle PALMOLIVE bout. 500 ml	1.15
DENTIFRICE COLGATE tube 150 ml + 50 ml gratuits	1.89
AMPOULES ÉLECTRIQUES 40/60/100 watts G.E. pqt 2	.99
SHAMPOOING pour cheveux doux/gras/ normaux AGREE bout 350 ml + 100 ml bonus	2.08
LAMES TRAC II GILLETTE pqt 5	1.39
BISCUITS Vénus Bantam ou Viva VIAU bte 350 g	1.25
Produits surgelés	
EGG ROLL poulet WONG WING bte 12 oz	1.29
PATATES FRITES régulières ST-CASTIN sac 3 1/2 lb	1.29

LES PRIX SONT EN VIGUEUR JUSQU'AU 14 MARS 1981.
NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS.

TOURTIÈRES TAILLEFER 500 g	\$1.68
SIMILI-POULET TAILLEFER la livre	\$1.28
SAUCISSES FUMÉES TAILLEFER pqt 1 lb	\$1.38

CHOUX VERTS nouvelle récolte de la Floride Canada no 1 la livre	.23
POIRES VERTES variété Anjou fruits de l'Orégon E.-U. Canada de fantaisie la livre	.49

Procurez-vous un microsillon des plus belles
«CHANSONS D'ICI» de vos auteurs-compositeurs
et interprètes préférés. **\$6.99**
à partir de **\$6.99** chaque album simple

«La Chanson d'ici» Nom de l'interprète

Lundi: _____
Mardi: _____
Mercredi: _____
Jeudi: _____
Vendredi: _____

Nom: _____
Adresse: _____
Tél: _____

CJFP
1, rue Frontenac
Rivière-du-Loup

Courrez la chance de
gagner cinq microsillons
de «LA CHANSON D'ICI»
offerts par votre station locale. À chaque jour de la semaine,
votre station de radio vous fera entendre un des dix interprètes
de «La Chanson d'ici». Découpez le coupon de participation et
conservez-le. Notez le nom de l'interprète du concours «La
Chanson d'ici» à chaque jour de la semaine, inscrivez-y vos
noms, adresse et numéro de téléphone.
Postez-le à votre station de radio.

santé mentale

Par Jean-Marie Duval
Psychologue

**L'affection:
un plaisir hautement
désirable mais nullement
indispensable**

Agathe, femme dans la trentaine et mère de deux enfants, est convaincue que l'affection humaine est un besoin indispensable. Elle fréquente depuis quelques mois un homme marié dont elle s'est inconsciemment attachée au point de considérer l'affection qu'elle éprouve pour lui et qu'il éprouve pour elle comme un besoin. Vous imaginez facilement l'état psychologique dans lequel elle se trouve. Elle n'éprouve que peu d'intérêt pour son mari et réagit même avec hostilité à l'occasion de plusieurs de leurs rapports sexuels. Elle prétend avec vigueur qu'elle ne peut jouir sexuellement qu'en compagnie de son amant et que toute autre relation sexuelle ne saurait être satisfaisante. Agathe commet l'erreur largement répandue selon laquelle l'affection humaine est un besoin.

Le travail qu'elle a décidé d'entreprendre depuis peu pour se libérer de ce tourment l'amène à confronter cette perception qui de fait ne résiste pas à une analyse rigoureuse de la réalité. En effet, comment pourrait-on prétendre que l'affection d'une personne soit essentiellement au bonheur alors que tant d'êtres humains

célibataires, veufs ou veuves en sont privés sans pour autant qu'ils en souffrent, tous considérablement. Contester une telle réalité serait l'équivalent de nier l'existence des montagnes rocheuses. Agathe à l'instar de tant d'êtres humains, considère comme équivalents le désir et le besoin. Si l'affection est une chose indispensable au bonheur, comment alors logiquement expliquer que tant d'êtres humains arrivent à s'en dispenser avec sérénité. Une chose indispensable est par définition une chose dont on ne peut se dispenser. Or, beaucoup d'êtres humains s'en dispensent en fait. L'affection ne peut donc pas être considérée comme un besoin. "Mais alors, me réplique spontanément Agathe, il m'est inutile de chercher l'affection si j'en ai pas besoin". Voilà, dans toute sa splendeur, l'erreur que commet Agathe en prétendant qu'il est inutile de chercher une chose dont on peut se passer. Je lui demande si elle considère le magnifique manteau de fourrure qu'elle porte comme indispensable à son bien-être? Sans hésiter elle me répond par la négative. "Pourquoi alors le portes-tu?" lui demandai-je! "Parce qu'il m'est agréable de le faire tout simplement!". "Tu reconnais donc que ce désir est pour toi fort agréable à satisfaire tout en admettant que tu n'en as pas un besoin fondamental et qu'en être privée, pour une raison ou pour une autre, n'entraînerait chez toi sur le plan émotif, qu'une déception tout au plus et non une profonde dépression. "C'est vrai", me dit-elle. "Ne trouves-tu pas avantageux de considérer l'affection avec la même perspective, c'est-à-dire comme un sentiment hautement désirable, à cause du plaisir, qu'il engendre, mais nullement indispensable pour autant?". L'agrément éprouvé au contact d'une chose agréable ne rend pas cette chose indispensable. Croire le contraire entraîne invariablement des perturbations émotives sérieuses lorsque les choses considérées comme indispensables sont absentes. Agathe reconnaît l'à propos de cette démonstration logique. Elle reconnaît néanmoins, qu'y adhérer lui épargnerait probablement un divorce pénible et désavantageux à plusieurs égards. Cette démarche de confrontations d'idées fausses n'est certes pas agréable mais la perspective de ménager le chou et la chèvre ne l'est guère plus. L'avantage à se convaincre que l'affection n'est pas un besoin amènera à long terme une vie affective beaucoup plus stable et par conséquent moins sujette aux relations extra-conjugales longues et nombreuses.

Sansouci



En "Pima" au luxueux fini glacé de ligne simple et svelte, ce manteau vous protégera du mauvais temps sans pour autant négliger les exigences des tendances de la mode printanière. Dans toutes les bonnes boutiques pour \$140.00.

7 conseils pour votre impôt

Avez-vous touché en 1980 une prime en argent comptant sur des obligations d'épargne du Canada? Vous avez le choix de traiter cette prime, en totalité ou en partie, comme un gain en capital et d'inclure ainsi dans votre revenu la moitié du gain seulement.

En 1980, avez-vous réalisé un gain en capital, touché des revenus comme écrivain, artiste, athlète professionnel, ou reçu un montant forfaitaire à la retraite? Songez à acheter d'ici le 1er mars 1981 un contrat de rente d'étalement du revenu afin de répartir l'impôt exigible sur plusieurs années.

Vous détenez des actions d'une compagnie publique. Si elle vous paie des dividendes en actions plutôt que comptant, vous ne serez imposable que sur le gain en capital réalisé lors de l'aliénation des actions.

Avez-vous réalisé un gain en capital en 1980? Si vous n'avez pas reçu le plein montant de la vente, vous pouvez alors réclamer une réserve à l'égard de ce gain. Par exemple, si vous avez réalisé un gain en capital de \$10,000, sur la vente d'un terrain et n'avez reçu que la moitié du prix de vente, vous pouvez réclamer une réserve égale à la moitié

du gain, soit \$5,000.

Peut-être l'ignorez-vous, mais il vous est possible de déduire de vos revenus de placement, aux fins de l'impôt, tout honoraire, à l'exclusion d'une commission, payé à un particulier ou une institution dont l'activité principale consiste à conseiller des clients sur l'achat et la vente de titres et à gérer leur porte-feuille.

Certaines dépenses, comme les frais de déplacement, les cotisations professionnelles ou syndicales, ne peuvent être déduites du revenu que

dans l'année où elles sont payées. Si en 1980 vous avez payé des montants qui ne sont pas exigibles avant 1981, vous devez les déduire en 1980.

Dans le calcul du revenu imposable, vous avez le droit de déduire les frais médicaux payés pour vous-même, votre conjoint ou les personnes à charge pour lesquelles vous réclamez une exemption. Si vous-même et votre conjoint produisez des déclarations d'impôt, celui qui peut tirer le maximum de cette déduction peut réclamer tous les frais. N'oubliez pas que les frais qui vous sont remboursés ou pour lesquels vous avez droit à un remboursement, ne sont pas admissibles et que vous ne pouvez déduire que les frais admissibles en sus de 3% de votre revenu net.

de la part des comptables agréés:



Institut de Beauté

Christine

294 LAFONTAINE, 862-7666
RIVIERE-DU-LOUP

TRAITEMENTS
ET VENTE
DE PRODUITS
DE BEAUTE

NOS PRODUITS

- Edith Serei
- Fernand Aubry
- Anna Pegova
- Maria Galland
- Laboratoire du Dr. Renaud
- Gamme Pupa
- Lancôme
- Oléon
- Margaret Astor
- Jean D'Avèze
- Ligne de maquillage Edition

NOS SOINS

- Modelage Maria Galland, visage, décolleté, mains, corps.
- Soins de visage
- Epilation: jambes, cuisses, bras, aisselles, sourcils, etc...
- Maquillage: jour et soir
- cours de maquillage
- Manucure
- Electrolyse (sans douleur)
- Teinture des cils

SPECIAL POUR ETUDIANTS
CONSULTATIONS GRATUITES

Tirage d'une facture chaque semaine en remboursement d'un traitement.

6 esthéticiennes DIPLOMEES A VOTRE SERVICE

HOMME OU FEMME DEMANDE [E] POUR LA VENTE D'ABONNEMENTS

Recherchons candidat (e) sérieux (se) possédant automobile pour la vente et collection d'abonnements dans la région St-Pascal, et les environs.

Conditions de travail très intéressantes. Très bons revenus. N'hésitez pas à communiquer avec nous. (temps partiel).

Le St-Laurent-Echo

(418) 862-1774.
Demandez Maryse Boucher pour un rendez-vous.

Le St-Laurent-Echo 862-1774

Je m'abonne

nom

adresse

.....

\$17.50 pour 1 an à l'extérieur de Rivière-du-Loup.
payé par chèque ou mandat de poste.
Autres pays \$80.00 pour 1 an.

16, rue du Domaine,
Rivière-du-Loup
G5R 4C3

Programme d'emploi pour étudiants

Le Ministre de l'Emploi et de l'Immigration du Canada a annoncé le lancement d'un Programme d'Emploi pour Étudiants: ETE CANADA 1981. Un montant de 1.8 million sera consacré au financement d'emploi pour é-

tudiants dans le secteur Est du Québec.

Ce programme vise essentiellement à créer des emplois pour les étudiants dans des projets qui leur permettront d'acquies de l'initiative, de

prendre des responsabilités et d'améliorer leurs compétences professionnelles. Les organismes sans but lucratif déjà établis pourront soumettre des projets qui contribueront au mieux être de la communauté. Sont

prioritaires les projets qui suggéreront des plans d'embauche positifs qui contribueront à améliorer les opportunités d'emploi pour les femmes, les autochtones et les handicapés physiques qui sont étudiants.

Quant aux activités, elles devront être sans but lucratif et ne pas servir à rehausser la valeur d'une propriété privée. Les demandes seront évaluées en fonction des critères et l'approbation des demandes revient au Ministre de l'Emploi et de l'Immigration.

contient toutes les informations nécessaires pour la présentation d'une demande.

Ils pourront compter sur l'aide d'un agent de projets de la Direction du Développement de l'Emploi pour les conseiller dans l'élaboration d'une demande et ce, jusqu'au 16 mars 1981, date limite de présentation. Les promoteurs peuvent s'adresser au Centre d'Emploi du Canada le plus près ou à la Direction du Développement de l'Emploi, 70 Est, rue St-Germain, 2e étage, Rimouski, tél.: 722-3327.

Les projets devront créer au moins trois emplois pendant un minimum de six semaines et se dérouler entre le 4 mai 1981 et le 11 septembre 1981, pour une durée maximum de 18 semaines. Le salaire qui devra être versé aux participants des projets est basé sur le taux du salaire minimum.

Lors de la soumission d'une demande de projets, les promoteurs devront détailler leurs objectifs en tenant compte des mesures spéciales d'emplois et des priorités fédérales énoncées. A ce titre, le guide à l'intention des auteurs de demandes

Conseils aux handicapés sur la préparation des repas

Parmi les tâches domestiques, celles qui se rattachent au domaine de l'alimentation sont peut-être les plus importantes en termes d'énergie et de temps. Si vous êtes handicapé, Pauline Vallières-Klosevych, conseillère en alimentation à Agriculture Canada, vous invite à mettre en pratique les conseils suivants en vue de simplifier la préparation des aliments.

Il est parfois plus confortable et plus facile de préparer ses repas, si on est assis. Le fait de s'asseoir empêche les jambes, les hanches et les articulations de se fatiguer inutilement.

Lorsque vous planifiez un repas complet cuit au four c'est déjà une épargne de temps et d'énergie. Il est recommandé d'avoir des plats qui servent à la fois pour la cuisson et le service.

Pour les personnes qui ont l'usage d'une seule main, il est parfois difficile de refermer le sac de certains aliments congelés. Dans ce cas, il est recommandé de plier le sac près de l'ouverture et de le brocher. On peut ensuite l'ouvrir en le coupant simplement avec un couteau.

Placez toujours une serviette de papier sur le comptoir ou la surface de travail pour recueillir les pelures de légumes. Coupez les légumes sur une planche à pain où on y a fixé 2 clous en acier inoxydable. Cette façon de faire garder l'aliment en place et vous empêche de vous blesser les doigts.

Les couteaux sont des ustensiles fréquemment employés en cuisine. Pour hacher, utilisez le couteau français. Assurez-vous que la pointe repose sur la planche afin de faciliter l'opération.

Un linge humide, placé sous un bol, empêche ce dernier de glisser. Le fait de placer le bol dans l'évier, est une façon de

la vie nous concerne
Mars, mois de la Croix-Rouge

ne pas fatiguer le bras.

Un fouet et un batteur d'oeufs sont les meilleurs ustensiles lorsqu'il s'agit de mélanger les ingrédients. Le fouet demande peu d'effort et est indispensable si on a tendance à se fatiguer facilement.

Si vous cuisinez en chaise roulante, les aliments sont toujours au niveau de l'oeil. Soyez prudent, utilisez un couvercle pour empêcher les éclaboussures d'atteindre votre visage et vos yeux. Choisissez aussi des casseroles de bonne qualité, légères et faciles à manipuler.

Des ustensiles à long manche seront une aide précieuse pour éviter de se brûler les mains. Une louche s'avère nécessaire lorsqu'il s'agit de vider ou

transférer les liquides.

Si vous éprouvez des difficultés dans la coordination de vos mouvements, servez-vous du poëlon électrique pour cuire de nombreux aliments. Cet appareil ménager vous épargnera de l'énergie, du temps et éliminera aussi les dangers de transférer les plats de cuisson inutilement.

Si vous n'êtes pas très mobile, redoublez de prudence. Planifiez votre temps de façon à ne pas vous sentir à la course. Ayez toujours à la portée de la main des poignées ininflammables. Puisque l'année 1981 est l'année internationale des handicapés, nous espérons que ces conseils vous faciliteront la tâche de préparer des repas nutritifs.

Revivre pour soi et pour les autres

C'est le mois de mars: une certaine fébrilité s'empare de vous à la pensée que le printemps sera bientôt là.

L'hiver tire à sa fin. Vous vous sentez revivre. Vite que reviennent le beau temps et le soleil! Votre tête bourdonne d'idées et de projets, votre coeur déborde d'enthousiasme et d'énergie!

C'est le mois de mars, mois de la Croix-Rouge. Avez-vous un peu de cette énergie à lui donner, quelques heures à lui consacrer, des talents à lui prêter?

L'oeuvre humanitaire de la Croix-Rouge touche des millions de Canadiens.

Des bénévoles, la Croix-Rouge n'en aura jamais assez. Parce qu'il y a tant à faire. C'est pourquoi elle a besoin de vous, de vos idées, de votre enthousiasme, de votre énergie. Dans le cadre des collectes de sang, vous seriez mis à contribution pour inscrire les donateurs, les escorter du lit de saignée au lit de repos ou encore, pour leur servir un léger goûter une fois leur don de sang terminé.

Au Travail féminin, la Croix-Rouge a besoin de bonnes couturières pour tailler et coudre des vête-

ments et de personnes douées pour le tricot. Les articles confectionnés sont ensuite vendus et les recettes versées à l'aide internationale.

Une infirmière désireuse de donner quelques heures de son temps comme bénévole trouvera sa raison d'être au service de la Santé. En effet, les cours tels que: "Gardiens avertis", "Soins au foyer" et "Joie de Santé", nécessitent des connaissances spécialisées dans le domaine de la santé.

Que peut vous offrir la Croix-Rouge en retour de votre engagement? L'occasion de partager vos compétences, de participer à la planification et à la réalisation de nombreux projets, de rencontrer des gens, de relever des défis, en un mot de vous enrichir sur le plan personnel.

Vous vous sentez revivre à l'approche du printemps? En ce mois de mars, mois de la Croix-Rouge, pourquoi ne pas songer à en faire profiter votre entourage?

Le goût de revivre, ça se communique, ça se partage...pourquoi ne pas le faire par l'entremise de la Croix-Rouge?...Aidez-nous, appelez votre section locale de la Croix-Rouge.

240 LAFONTAINE

RIVIERE-DU-LOUP

862-6326



ESCOMPTE

SERVICE

Spéciaux des 10, 11, 12, 13, 14 mars 1981

en **VEDETTE** cette semaine:

Nutri-Diète
Régime d'amaigrissement
Spécial \$7.99

Pampers
Couches jetables, nouveau-né, format de 30.
Spécial \$2.95

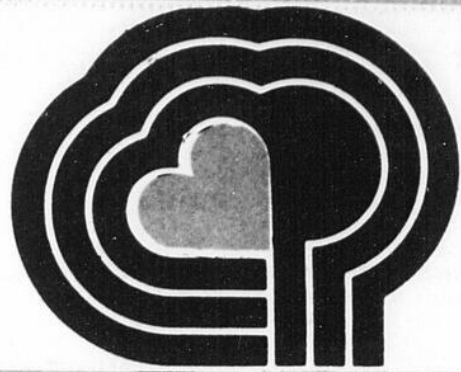
Pampers
Couches jetables, super-absorbantes, format de 60
Spécial \$7.99

ENO
Soulagement rapide des débordements d'estomac des maux de tête après les repas et de l'hyperacidité

Eno, sel de fruits
Antiacide, format de 100g.
Spécial \$1.69

Vicks Vaporub
Onguent vaporisant, format de 100 ml.
Spécial \$1.99

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.



EN VIGUEUR DU 11 AU 21 MARS 1981.

LIMITE 3 PAR CLIENT, JUSQU'A EPUISEMENT DE LA MARCHANDISE

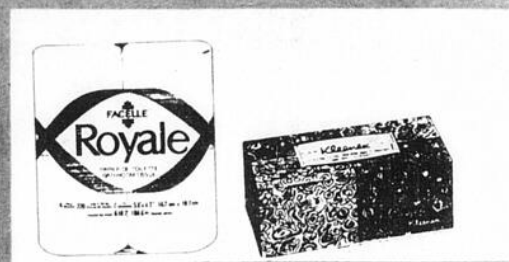
FAMILI-PRIX

IDEAL POUR BEBE.

POUR LA MAISON.



PAMPERS Super-absorbantes 60 \$7.99	ASPIRIN Enfants 24 \$0.49	JOHNSON & JOHNSON Shampooing 350 ml \$2.09	BABY OWN Savon 3 bars \$0.99
\$1.79	PAMPERS Couches jetables Nouveau-né 30 \$2.95	DIAPARENE Débarbouillette pour bébés 70 \$1.55	CROIX BLANCHE Boules ouates 250 \$0.99



ROYALE Papier hygiénique 4 \$1.25	KLEENEX Papier mouchoirs 200 2-\$1.49
---	---

PRODUITS D'HYGIENES.



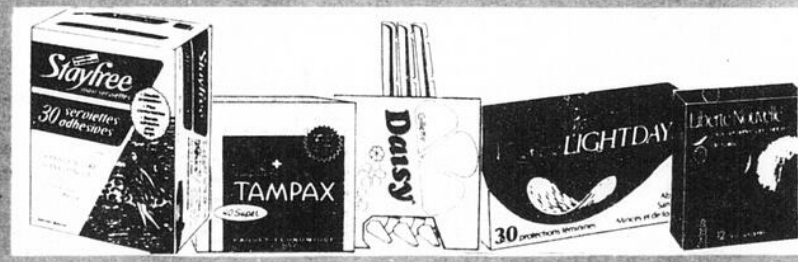
CL. MISS CLAIROL Shampooing colorant \$3.29	SECRET Désodorisant en aérosol 150 ml \$1.55	TONI Permanente \$3.29	SCOPE Rince-bouche 500 ml \$1.89	TAME Crème-riche 450 ml \$2.49
WONDRA Lotion 180 ml \$0.99	WONDRA Lotion 400 ml \$1.89	IRISH SPRING Savon 200 gm 2-\$1.29	BODY ON TAP Shampooing 450 ml \$2.95	MILK PLUS 6 Shampooing 350 ml \$2.19
CROIX BLANCHE Cure-oreilles 180 \$0.89	AGREE Crème-riche 350 ml \$1.89	NOXZEMA Vaporisateur désodorisant 300 ml \$1.55	COAST Savon 3 bars \$1.65	SECRET Désodorisant à bille 50 ml \$1.29

NOTRE COIN DE SANTE.

HYGIENE FEMININE



DRISTAN Vapo-rub 15 ml \$1.49	ANTIPHLOGISTINE RUB A-535 80 ml \$1.49	HEMAREXIN Ampoules buvables 24 \$7.49	SURET Pastilles 24 \$1.24
WAMPOLE Huile foie morue 10 min. 100 \$1.69	ANACIN 100 \$1.99	SERINGUE A INSULINE Micro-fine 100 \$13.99	LINIMENT MINARD 110 ml \$1.19



STAYFREE Maxi-serviettes non-désod. 30 \$2.59	LIGHT DAYS 30 \$1.65
STAYFREE Maxi-serviettes désod. 30 \$2.79	LIBERTE NOUVELLE 12 Maxi-serviettes non-désod. 12 Maxi-serviettes désod. \$1.19
TAMPAX Tampons 40 \$2.89	DAISY Rasoirs pour dames 3 2-\$0.99

VOUS MESSIEURS

HYGIENE DENTAIRE

DIVERS.

NOXZEMA Mousse à raser 350 ml \$1.49	MENNEN Bâton 75 gm. antisudorifique \$1.89	ORAL-B Brosse à dents \$0.89	AMOSAN 20 \$2.59	MONTCLAIR Eau minérale 750 ml 2-\$1.19 OU \$6.59 cse.	VARIETES MICHEL DARIS 240 LAFONTAINE RIVIERE DU LOUP, QUEBEC TEL-862-6326	JEAN ROY & ASS. 564 LAFONTAINE RIVIERE DU LOUP, QUEBEC TEL-862-2176
GILLETTE Lames Super Stainless 10	GILLETTE TRAC 11 Lames 5 \$1.29	LISTERINE Dentifrice 1 lb. \$1.98	CLOSE-UP Dentifrice 150 ml \$1.59	OROBRONZE 80 \$19.99	KILO-PRIVE Sachet 20 \$8.99	

FAMILI-PRIX
PRÉSENTE
SON CONCOURS
FAMILI-VOYAGE

Le voyage comprend:
- Billet aller-retour entre Montréal et Orlando, Florida
- Taxes d'aéroport
- Transferts entre l'aéroport et l'hôtel
- L'entretien des bagages
- Un paiement pour sept (7) nuits à l'hôtel HIDEAWAY INN
- Un passeport familial d'entrée à Disney World
- Un voyage en famille
- Les dépenses personnelles
- Les dépenses d'administration
- Les dépenses de service et taxe d'hôtel

Hideaway Inn