

LE
nouveau

150\$

MAGAZINE

Volume 1, numéro 6
Septembre 1988

LE DOSSIER DU MOIS

LA RENTRÉE

Sa première journée en classe

L'automne, la saison idéale
pour se ressourcer

REPORTAGES

Nicole Leblanc
nous raconte
"Cormoran"



Adopter un enfant

le
saint-laurent-
l'écho

Le Magazine est distribué dans le Saint-Laurent-L'Écho du 31 août 1988

LES CHRONIQUES

PLUS DE 85 MARCHANDS
SOUS UN MÊME TOIT



Centre Commercial
Rivière-du-Loup

S O M M A I R E

LE NOUVEAU MAGAZINE

Volume 1, numéro 6
Septembre 1988

Adieu l'été, vive la rentrée!



Terminées les longues séances de bronzage allongée délicieusement sur la plage! Rangeons maillot de bain et chapeau de paille et ressortons lainage et bérêt puisque c'est l'heure de la rentrée!

Si pour certains il s'agit du retour en classe ou pour d'autres le retour au travail, septembre demeure un moment privilégié, pour la plupart des gens, pour s'inscrire à un cours ou commencer une nouvelle activité, histoire de se ressourcer.

Pour vous permettre d'effectuer une excellente rentrée, le

Magazine a pour vous, préparé quelques textes de circonstance dont un émouvant témoignage d'un professeur qui nous parle de l'importance de la première journée en classe de votre enfant

Au cours de l'été, le Magazine a assisté au tournage, à Kamouraska, de «Cormoran» et a rencontré Nicole Leblanc qui nous raconte ce tout nouveau téléroman de Radio-Canada écrit et réalisé par Pierre Gauvreau et Yvon Trudel qui nous avaient donné le merveilleux Temps d'une paix

Sujet d'actualité, l'adoption d'un enfant. Afin d'en savoir davantage, nous vous proposons un texte sur le sujet

A lire également, les chroniques de nos collaborateurs habituels qui nous parlent de diététique, de santé, de finance, d'automobile, de loisir, de mode, de beauté, etc. Bonne rentrée!

Suzie Brisson
Rédactrice

REPORTAGES

3 Nicole Leblanc nous raconte "Cormoran"

5 Adopter un enfant

LE DOSSIER DU MOIS

La rentrée

7 Sa première journée en classe

10 L'automne, une rentrée réussie

6 Pour une rentrée réussie, le meilleur outil, la planification

11 Une 20e rentrée scolaire pour le Collège de Rivière-du-Loup

9 Automobilistes, prudence! Les autobus scolaires sont de retour!

LES CHRONIQUES

21 Parlons habitation

18 Vivre pleinement sa sexualité

20 Les assurances

25 Métamorphoser vote intérieur

17 Manger mieux

29 Beauté

19 Bonjour doc

26 Consommation

24 Loisir

15 La force de l'âge

14 La mode

13 La mode masculine de l'automne 88

12 La mode de la rentrée 1988

23 Bien dans sa peau

28 Allo les jeunes

32 Les recettes du Magazine

16 Voyage

30 Votre fiscaliste et vous

31 Votre automobile et vous

22 Pour y voir clair

12 Femmes d'ici

27 Plein air

32 L'entretien de votre terrain à l'automne

33 L'eau à la bouche

Nicole Leblanc nous raconte Cormoran

Il est 11h30 et Bella Cormoran, de son kiosque en bordure du Fleuve Saint-Laurent, regarde au loin avec ses jumelles. Tout à coup elle quitte son observatoire pour aller rejoindre sa soeur Angélique qui est occupée à bêcher le jardin. Visiblement Bella est très contrariée de ce qu'elle vient de voir et exige de sa soeur qu'elle aille immédiatement voir ce qui se passe. Cependant cette dernière s'obstine et la discussion est brusquement interrompue par la voix du régisseur qui vient de lancer «Couper». À ce signal, les deux comédiennes Nicole Leblanc et Mireille

été tournées sur 15 sites différents, en février et en août 1989, l'équipe de Radio-Canada reviendra dans notre région enregistrer d'autres séquences. Le Manoir Taché de Kamouraska, le presbytère, l'église, le cimetière de Notre-Dame-du-Portage, quelques endroits situés à Saint-André, le moulin situé dans le rang Paradis et la maison des Labrecque ainsi que la maison du Maire et l'intérieur de l'église de Kamouraska constituent quelques uns des lieux de tournage.

Cette toute nouvelle production de l'auteur Pierre Gauvreau et du

quelque 250 figurants. Et une équipe technique aguerrie, qui avait démontré sa grande maîtrise dans *Le Temps d'une paix*, verra aux costumes, maquillages et à tous les autres préparatifs des scènes et bien sûr au tournage qui comprendra beaucoup plus de scènes extérieures que dans *Le Temps d'une paix*. Il y a aussi beaucoup plus de lieux de tournage et les décorateurs de Radio Canada ont construit de toutes pièces, un village entier qui porte le nom de l'Anse-au-Maudit. Aussi on a érigé derrière la maison des Cormoran, un kiosque et un observatoire. Le fait que "Cormoran" soit tourné sur plusieurs sites différents donnera sûrement un certain rythme à l'émission."

«Cormoran», c'est l'univers du Dr. Cormoran, de ses soeurs Bella et Angélique et de tous les êtres foisonnant de vie qui évoluent dans le village de Baie-d'Esprit et ses environs. Et cette fois-ci l'auteur Pierre Gauvreau et le réalisateur Yvon Trudel ont choisi notre région comme toile de fond pour leur nouvelle production. Si dans «Le Temps d'une paix», ils avaient créé un véritable monde dont les moindres recoins avaient exercé une fascination durable sur le public, ils sauront également rendre les personnages de Cormoran des plus attachants pour les spectateurs.

Pour Cormoran, le réalisateur Yvon Trudel s'est entouré d'excellents comédiens et d'une bonne équipe de production. Formée à 90% des membres de tournage du «Temps d'une paix», l'équipe de production technique Cormoran est de 25 personnes.

Les téléspectateurs de Cormoran auront le plaisir de retrouver Nicole Leblanc camper l'un des rôles principaux, Bella Cormoran. Tout à fait différente de Rosanna Saint-Cyr, le personnage de Bella Cormoran procure beaucoup de plaisir à Nicole Leblanc: "Il n'y a aucun rapport avec l'héroïne du Temps d'une paix qui était une femme du terroir alors que Bella est une vraie dame du monde, hautaine, très fière et qui a sous ses ordres, une servante." Nicole Leblanc avoue que c'est la pre-

Le Magazine / septembre 1988 3



Nicole Leblanc incarne Bella Cormoran dans le téléroman "Cormoran", une production de Radio-Canada, qui prendra l'affiche sur notre petit écran en 1990. On voit à l'arrière-plan, le Manoir Taché de Kamouraska qui servira de résidence à la famille Cormoran.

Thibault font relâche et discutent de la scène qu'elles viennent de jouer pour le nouveau téléroman de Radio-Canada «Cormoran» qui prendra l'affiche sur notre petit écran à l'automne 1990.

Le tournage des extérieurs de ce grand téléroman se fait dans notre région plus précisément dans le Kamouraska. Si au cours de l'été, plus de 200 scènes extérieures ont

réalisé Yvon Trudel qui nous avaient donné le merveilleux Temps d'une paix gagnera sûrement la faveur des téléspectateurs. Rencontré sur les lieux de tournage, le réalisateur Yvon Trudel nous parle de "Cormoran": "Il s'agit d'une très grosse production mobilisant des effectifs considérables. Une trentaine de comédiens se partage la vedette appuyée par

mière fois qu'elle doit incarner un personnage du type de Bella Cormoran: "Cela n'a rien à voir avec ce que j'ai pu faire jusqu'à présent. Bella est très loin de Fifine que je jouais dans "Rue des Pignons". Il faut dire que j'ai toujours joué un rôle de mère un peu protectrice et Bella ne l'est pas du tout".

Être comédien, c'est être capable d'entrer dans la peau de son personnage et de pouvoir le trouver en soi. Pour créer Bella, Nicole Leblanc est allée chercher en elle, le côté élégant et raffiné de la maîtresse du Domaine Cormoran et lorsqu'on la voit jouer, on se rend compte que Nicole Leblanc a su apprivoiser Bella en nous proposant un personnage des plus passionnants.

Même si Bella semble très froide, de l'avis de la comédienne elle n'en demeure pas moins une passionnée: "Bella, c'est avant tout une femme de désir. Si elle avait



Au cours de l'été, s'est déroulé le tournage de Cormoran. On peut voir sur la photographie, Nicole Leblanc et Mireille Thibault jouer une scène.



Le réalisateur Yvon Trudel est un homme qui adore son métier et qui offre des productions de très grandes qualités aux téléspectateurs et ce, par son souci du travail bien fait.

vécu à notre époque, Bella aurait été sûrement une femme de carrière occupant une importante fonction.

Bella Cormoran qui est une célibataire endurcie vit avec son frère qui est médecin. Aimant les voyages, les plaisirs de la bouche et de l'esprit, la pêche à la truite et l'astronomie, Pacifique malgré ces aspects légers masque cependant le caractère têtu et coriace des Cormoran. Il est aussi célibataire. Si Bella ne s'est pas mariée, ce n'est sans doute pas à cause du manque de prétendants mais sûrement parce qu'elle ne les jugeait pas à la hauteur d'un Cormoran. Très perfectionniste, Bella recherche l'idéal ce qui la rend méprisante, tyrannique et chichiteuse.

Véritablement enchantée de retrouver Pierre Gauvreau et Yvon Trudel, Nicole Leblanc dit qu'il s'agit d'un très beau cadeau que de renouer avec les gens avec qui elle a passé de si bons moments lors du tournage du Temps d'une Paix.

RÉDACTION: Suzie Brisson

PRODUCTION: Les Ateliers Grapho

IMPRESSION: Les Presses de l'Est

DISTRIBUTION: Les Messageries du Saint-Laurent

ÉDITEUR: Le Saint-Laurent-L'Écho

16, rue du Domaine, C.P. 1026
Rivière-du-Loup, G5R 4C3 (418) 862-1774

Dépôt légal, 4e trimestre 1987, Bibliothèque nationale du Québec
ISSN: 0835-9954

C'est la première journée en classe pour Mathieu et sur le chemin de l'école, il rencontre Chantal qui vient de terminer sa séance d'entraînement dans le parc. Près d'eux, passe Lyne qui se rend au travail. Sous le soleil radieux de septembre, c'est la rentrée pour Mathieu, Chantal et Lyne.

Les mannequins portent des vêtements qui proviennent du magasin Ernest & Paul. Le Magazine tient à le remercier pour son excellente collaboration.

Adopter un enfant

La plupart d'entre vous croiront, en lisant le titre de ce texte, qu'il traite uniquement d'adoption internationale puisque vous croyez qu'il n'est plus possible d'adopter un enfant au Québec et ce, depuis de nombreuses années. Pourtant nous traiterons de ces deux formes d'adoption puisqu'il est encore possible de le faire dans la province. Cependant il y a certaines nuances à apporter. Il est vrai qu'il est de plus en plus difficile d'adopter un bébé puisque on attribue une attente d'en moyenne douze ans pour les gens qui désirent en adopter un. Par contre, il est beaucoup plus facile d'adopter un enfant âgé de six ans et plus. Afin de faire la lumière sur le sujet, le Magazine a rencontré Monique Carignan, travailleuse sociale au Centre de services sociaux de Québec qui s'occupe d'adoption.

Enfants de dix ans disponibles

"Depuis que la Loi 24 est en vigueur, il est évident qu'il y a beaucoup plus d'enfants qui peuvent être adoptés. Actuellement nous avons plusieurs enfants âgés d'une dizaine d'années et il n'y malheureusement pas beaucoup de demandes pour cette catégorie d'âge. Cependant le couple qui s'engage dans cette démarche doit le faire en ayant au préalable beaucoup réfléchi à la chose car il s'agit d'un geste très engageant. D'ailleurs les parents qui se présentent à notre service et qui désirent adopter un enfant doivent, de concert avec nous, entreprendre une démarche qui leur permettra de définir clairement leur demande et ce, à travers leurs attentes et leurs objectifs. Adopter un enfant âgé de six ans et plus constitue un défi qui nécessite une très grande détermination. Le couple doit avoir une certaine ouverture pour lui permettre de réaliser son projet. Souvent ces enfants ont été victimes de rejet et ont vécu certaines expériences qui les amènent à ne pas avoir confiance à l'adulte. Gagner la confiance de cet enfant, qui a peur d'être encore une fois rejeté, nécessitera beaucoup d'amour, d'affection et de compréhension de la part des parents adoptifs."

Si vous désirez adopter un enfant. Vous devez d'abord adresser votre demande au CSS de Québec qui lui, l'évaluera. Des professionnels vous inviteront à venir discuter de votre projet en leur compagnie et d'y réfléchir en tentant de déterminer quel sorte d'engagement vous prévoyez avoir. Le couple est donc invité à prendre connaissance de son désir d'avoir un enfant et d'évaluer sa capacité parentale. Après cette démarche, le couple a une meilleure compréhension du projet et il est en mesure de savoir s'il veut continuer ou abandonner. La deuxième étape est de définir ses attentes face à l'enfant. On procède par la suite, à la présentation de l'enfant par l'entremise d'un dossier. Si le couple est intéressé, il pourra faire connaissance avec l'enfant et ensuite il l'invitera à faire un séjour chez lui. Suivra ensuite, une période d'adaptation et de connaissance mutuelle. Et dès que l'enfant sera prêt et c'est souvent lui qui indique à quel moment il est prêt- il pourra aller demeurer chez les gens. Il y a bien sûr une période d'adaptation avant l'adoption finale. Rappelons qu'il s'agit d'une adoption ouverte et que les parents adoptifs doivent respecter les liens que l'enfant continue d'avoir avec ses parents naturels.



(Suite page 34)

Il est possible d'adopter un enfant de six ans et plus au Québec.



UNE
BONNE
RENTREE
À TOUS!



Larrivée et Frère Inc.

Embouteilleur autorisé de Seven-Up,
Pepsi, Crush

456, rue Jean-Rioux, Trois-Pistoles
851-1824

Pour une rentrée réussie, le meilleur outil: la planification

Septembre est à nos portes et pour vraiment réussir sa rentrée, il faut planifier judicieusement son temps afin de réussir à tout faire. Entre les courses, les repas, le retour en classe des enfants, le travail et les occupations quotidiennes, il ne reste pas beaucoup de moments libres et c'est pourquoi la planification devient la règle d'or à appliquer.

Très pratique, l'agenda

Si l'été a été propice à la détente et au relâchement, l'automne nous ramène sur le droit chemin en nous imposant ses horaires et ses rendez-vous. C'est pourquoi l'agenda se révèle un excellent allié contre cette véritable course contre la montre. Souvent lorsqu'on ne note pas l'heure du cours de natation de David Junior ou l'horaire de son cours de couture, on risque de ne pas apprendre à nager et à continuer à confectionner des vêtements soit trop grands ou trop petits! Disponible dans plusieurs modèles, l'agenda risque d'être fort utile surtout dans les heures de pointe.

Soyez à l'heure

La ponctualité est toujours de mise si on veut réussir sa rentrée. Et la montre est le bijou le plus indispensable qui se doit. Propo-



sée dans différents modèles et à des prix convenant à tous les bijoux, la montre deviendra le guide parfait qui fera de vous quelqu'un qui n'arrive jamais en retard à ses rendez-vous! Appre-

nez aux enfants l'importance de la ponctualité en leur achetant une montre. Ils découvriront que la gestion du temps est essentielle à quiconque qui veut profiter pleinement de sa vie.

**Le spécialiste
de la montre
à Rivière-du-Loup**

R

S · A · V · A · R · D

488, rue Lafontaine
Rivière-du-Loup
Tél.: 862-2195

Centre Commercial
Rivière-du-Loup
Tél.: 867-2321

**PLUS DE
500
MONTRES**

Sa première journée en classe

Tout comme Gabrielle Roy dans son livre "Ces enfants de ma vie", Jeannette Lizotte parle avec beaucoup d'amour de ses chers petits qui tiennent une grande place dans son cœur. Jeannette qui enseigne maintenant depuis 27 ans connaît bien la nervosité qui envahit aussi bien les parents que l'enfant lors de la première journée en classe: "Ce que les petits ont surtout hâte de voir c'est si leur "maitresse" est fine et les parents, si leur enfant s'adaptera facilement."

Que ce soit au moment où elle enseignait dans une petite école de rang dans les années 60 ou aujourd'hui à l'École Notre-Dame du Sacré-Coeur de Rivière-du-Loup, Jeannette Lizotte a toujours aimé enseigner aux enfants. Et c'est pourquoi elle a accepté gentiment de nous livrer ses impressions.

"Ce qui est important lorsque l'enfant prépare son entrée dans le monde scolaire, c'est que les parents le rassurent en le sécurisant et en lui expliquant que c'est plaisant d'aller à l'école. Aller choisir avec lui les articles scolaires est un moyen de l'intéresser à ce grand moment qu'il vivra. C'est sûr que l'école constitue pour le jeune un milieu de vie complètement inconnu et c'est pourquoi il est un peu anxieux. Mais tout le personnel scolaire est là justement pour faciliter son adaptation afin de lui créer une ambiance agréable qui l'aidera dans ses apprentissages. Et du



Cette photographie a été prise dans les années 60 alors que madame Lizotte enseignait dans une école de rang.

côté des professeurs, l'enfant trouvera beaucoup d'amour et de compréhension car les gens qui exercent cette profession aiment d'abord beaucoup les enfants et veulent aussi les rendre heureux."

Un des plus agréables moments pour Jeannette Lizotte, c'est lorsque ses petits commencent à lire: "Les premières éclosions de lecture de mes élèves sont parmi les plus beaux moments de ma vie. De constater qu'ils en sont arrivés là est fantastique. Conduire les enfants au pays de la connaissance est l'une des plus belles aventures que l'on puisse vivre". Beaucoup

de parents se posent la question suivante: "Est-ce que je dois montrer les lettres à mon enfant avant qu'il fréquente l'école?" Là-dessus, Mme Lizotte répond qu'il est bon de lui en montrer quelques-unes mais pas en entier afin que l'enfant n'ait pas l'impression de déjà vu une fois qu'il est à l'école: "Si votre enfant se montre très intéressé, vous pouvez, à l'aide de jouets éducatifs, poursuivre avec lui une certaine forme d'apprentissage mais s'il se montre désintéressé, vous ne devez pas trop le pousser. Aller à la bibliothèque, lui acheter des

C'est aujourd'hui que les enfants reprennent le chemin de l'école. Conducteurs, conductrices, faites preuve de prudence!
Il en va de leur avenir...



**COMMISSION SCOLAIRE
DE RIVIÈRE-DU-LOUP**



livres, s'amuser avec lui en essayant de lire les noms des magasins, le nom de produits que l'on trouve sur la table sont quel-

ques trucs qui éveilleront l'enfant à la lecture et lui donneront le goût d'apprendre de nouvelles choses. Et une fois que les enfants sont à

l'école, les parents ont un rôle à jouer à la maison en s'intéressant à leurs études ce qui les encouragera."



On peut apercevoir Jeannette Lizotte en compagnie d'une classe de première année à l'école Notre-Dame-du-Sacré-Coeur.

Pour la rentrée Des dictionnaires à prix imbattables

EXEMPLES:

PETIT ROBERT I

Régulier: 62.95\$

SPÉCIAL: **4995\$**



ROBERT ET COLLINS

Régulier: 36.95\$

SPÉCIAL: **2995\$**



PETIT LAROUSSE ILLUSTRÉ 1989, rég.: 49.95\$

SPÉCIAL: **3695\$**

DICTIONNAIRE ROBERT PLUS, rég.: 29.95\$

SPÉCIAL: **2595\$**

LIBRAIRIE

J.A. BOUCHER INC.

Rémi Boucher, propriétaire

230 rue Lafontaine, Rivière-du-Loup, 862-2896



Librairie agréée, service aux bibliothèques, écoles
Très grand choix d'articles scolaires en librairie



Jeannette Lizotte est dans l'enseignement depuis vingt-sept ans.

Automobilistes, prudence! Les autobus scolaires sont de retour

La fin de la saison estivale et l'arrivée de septembre ramènent sur nos routes des milliers d'élèves de tous les âges pour la rentrée scolaire. Il est très important pour tous les conducteurs de véhicules automobiles de respecter les règles élémentaires de sécurité et de courtoisie qui assureront le bien-être de tous.

Message aux parents: Je vais à l'école en autobus!

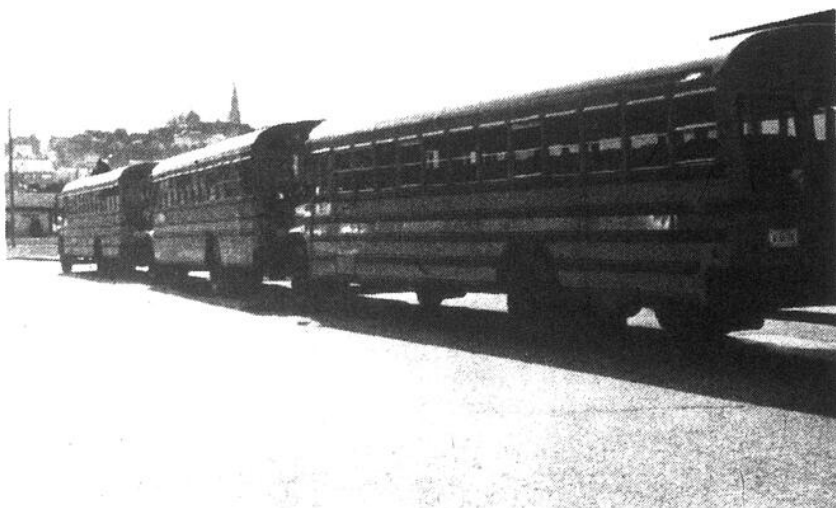
Le début de l'année scolaire est sans doute le moment privilégié pour parler de la sécurité sur le chemin de l'école.

Depuis que votre enfant fréquente la maternelle, il est amené à utiliser un nouveau moyen de transport: l'autobus scolaire.

Dans le but d'assurer la sécurité de votre enfant, nous vous proposons de faire les exercices suivants avec lui:

Trouver avec votre enfant les moyens à prendre pour assurer sa sécurité. Avant l'arrivée de l'autobus scolaire:

- arriver à l'heure à l'endroit indiqué par la commission scolaire;
- attendre l'autobus dans un endroit sûr;
- signaler des moyens de reconnaître son autobus scolaire. À l'arrivée de l'autobus scolaire:



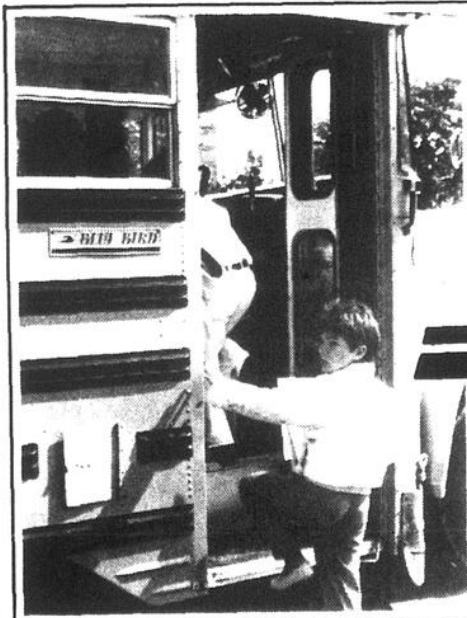
- attendre que l'autobus soit complètement immobilisé avant de s'en approcher;
- monter calmement et tenir la rampe;
- s'asseoir immédiatement. À bord de l'autobus scolaire:

- rester assis;
- éviter de distraire le conducteur;
- éviter de sortir la tête et les bras par la fenêtre. À la descente de l'autobus scolaire:

- attendre que l'autobus soit immobilisé avant de se lever;
- descendre calmement et en file;
- s'éloigner de

l'autobus et se diriger vers un endroit sûr; • s'il y a lieu, traverser la rue seulement devant l'autobus scolaire et s'assurer d'être vu par le conducteur. Arrêter, regarder à gauche puis à droite et de nouveau à gauche, avant de traverser.

-Aider votre enfant à mémoriser son adresse et son numéro de téléphone ainsi que, s'il y a lieu, le numéro de téléphone de la gardienne.



LA SÉCURITÉ DE VOS ENFANTS

C'EST L'AFFAIRE DE TOUS!

Les Autobus Mailloux Rivière-du-Loup Inc.

329, rue Témiscouata
Rivière-du-Loup

862-2898

L'automne, la saison idéale pour se ressourcer

Septembre déferle sur nous sa perpétuelle vague d'activités qui nous entraîne dans un tourbillon incessant. Les enfants qu'il faut habiller, le matériel scolaire qu'il faut acheter et à travers cela, son propre retour au travail qu'il faut hélas préparer. Tout un mois de septembre en perspective, me direz-vous mais il ne faut pas oublier que même si c'est épuisant, l'automne demeure la saison idéale pour se ressourcer et ce, à plusieurs niveaux.

Ce qu'il faut se rappeler, c'est que septembre ne marque pas seulement le retour en classe des élèves puisqu'il constitue une occasion unique de penser à soi en s'inscrivant à des cours qui nous intéressent.

Le nombre d'adultes inscrit à des cours est très impressionnant et leur popularité est due en partie au fait qu'ils permettent aux gens de découvrir de nouveaux



**COMMISSION SCOLAIRE
DE RIVIÈRE-DU-LOUP**

GENS D'ICI

Profitez de la gamme des cours offerte par les services régionalisés d'éducation des adultes de la Commission scolaire de Rivière-du-Loup pour apprendre de nouvelles choses ou pour développer vos points d'intérêt.

Contactez votre commission scolaire

Des Basques	851-3341
Des Frontières	893-5555
De Jean-Chapais	492-9970
Des Montagnes	853-2226
Du Témiscouata	854-2370
De Rivière-du-Loup	862-8201



champs d'intérêt tout en faisant la connaissance de nouvelles personnes. Si vous ne l'avez pas encore fait, faites le tour de la liste des cours qui sont offerts et choisissez ceux qui vous intéressent davantage vous et les membres de votre famille. Que ce soit un cours de photographie, un cours de conditionnement physique ou un cours d'informatique, ils sauront vous procurer d'agréables moments.

Souvent les gens pensent qu'après une journée de travail, ils n'auront plus d'énergie à investir dans la poursuite d'un cours. Pourtant il n'y a rien de plus divertissant que de se consacrer aux choses que l'on aime. Cela nous permet d'oublier les tracas de la journée tout en se divertissant.

Au Collège de Rivière-du-Loup

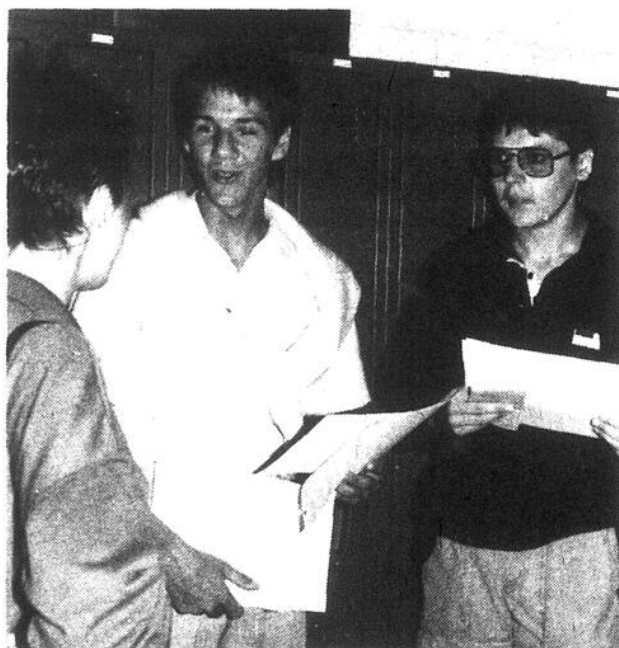
Une 20e rentrée scolaire drôlement vivante

Le Collège de Rivière-du-Loup a vécu une 20e rentrée scolaire drôlement vivante, le 22 août dernier, alors qu'environ 1300 étudiants s'y étaient donnés rendez-vous pour lancer l'année 1988-1989.

Sous le signe de la fête et des retrouvailles, les étudiants se sont retrouvés autour de nombreuses activités d'animation et d'échange empreintes d'une atmosphère de partage et d'amitié. C'est ainsi qu'après l'accueil et la traditionnelle remise des horaires, ils ont été reçus par les représentants et les membres du personnel de chaque concentration, puis conviés à un dîner communautaire, ainsi qu'à des activités sportives et sociales libres. Au cours de la semaine qui a suivi, diverses activités d'intégration et de familiarisation, dont des spectacles humoristiques et de chansonnier, ont été organisées par les organismes étudiants et ont contribué à animer le début des cours qui était prévu le 23 août.

Quelques jours auparavant, le 17 août, c'était au tour des quelque 250 membres du personnel du Collège d'être invités à prendre part à une journée d'accueil ponctuée d'activités sociales et d'animation. Après une rencontre d'orientation réunissant l'ensemble des employés du Collège et la Direction de l'établissement à l'occasion d'un brunch matinal, tous les membres du personnel étaient conviés à des activités de plein air au Centre éducatif forestier de Parke.

Soulignant le début de sa 20e année d'activités au service de la région du Grand-Portage, le Collège de Rivière-du-Loup amorçait ainsi, sous le thème "Drôlement vivant, 20 ans!", l'année 1988-1989 qui marquera son 20e anniversaire. Rayonnant non seulement dans



le KRTB, mais dans toutes les régions du Québec, le Collège de Rivière-du-Loup vibrera d'ailleurs au rythme de plusieurs événements spéciaux au cours des prochains mois.

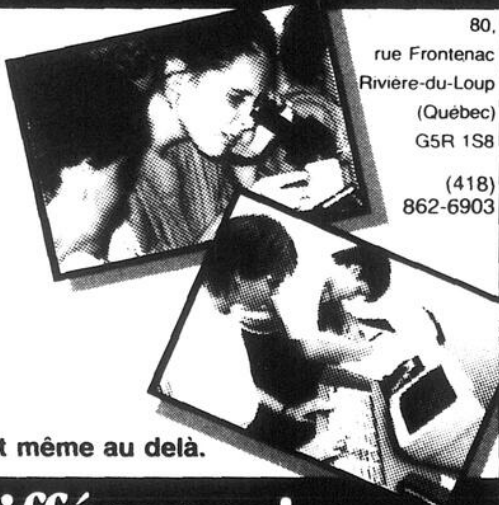
Un programme des activités entourant les célébrations de ce 20e anniversaire, qui rejoindra également la communauté régionale, sera rendu public d'ici quelques semaines.

Le Collège de Rivière-du-Loup...



Depuis 20 ans, le Collège de Rivière-du-Loup dispense une formation de qualité, axée sur la recherche et les technologies de pointe. Une formation qui ouvre les voies de l'avenir à travers cinq programmes généraux et onze programmes professionnels.

Près de 5 000 diplômés en témoignent partout au Québec et même au delà.



80,
rue Frontenac
Rivière-du-Loup
(Québec)
G5R 1S8
(418)
862-6903

pour vivre la différence!

LA MODE

La rentrée 1988

Sacs en bandoulière, le teint basané, les enfants ont repris le chemin de l'école habillés de leurs plus beaux atours. Très colorée, la mode de la rentrée 1988 se caractérise par le retour des tartans qui, confectionnés soit en pantalon, en robe, en jupe ou en blouson produisent le plus joli effet qu'il se doit. On note aussi le retour du vert forêt et du rouge, au grand plaisir des petits!

Même si les petites filles affectionnent particulièrement le pantalon en raison du grand confort qu'il procure, elles aiment bien revêtir la jupe qui les transforme en petite princesse. Portée avec une blouse ou un chandail, elle est toujours de mise. On trouve sur le marché des jupes circulaires qui virevoltent au plus grand plaisir de ces demoiselles! La jolie robe trouve également sa place dans la garde-robe de fillette qui aimera la porter au gré de sa fantaisie et de son humeur.



Les «boys» sont de plus en plus coquets et comme les plus grands, il veulent afficher une allure adaptée à leur personnalité. Et c'est pourquoi ils aiment bien être de la partie quand maman et papa vont magasiner pour lui. Car si jeune homme n'aime pas le chandail que vous avez expressément choisi pour lui, mieux vaut l'offrir à la voisine car il ne le portera jamais! Comme papa ou frerot, les petits garçons porteront les populaires chandails ou cardigans avec écussons.

334, rue Lafontaine
Rivière-du-Loup
867-2645

Propriétaire: Lucille Lévesque 0 À 16 ANS

35% SUR CERTAINS ARTICLES
EN MAGASIN

FEMMES D'ICI

L'Association des femmes d'affaires du Québec

L'Association des femmes d'affaires du Québec regroupe des femmes désireuses de se tailler une place dans le monde des affaires et déterminées à faire leur marque dans leurs milieux respectifs. Ce regroupement propose de nombreuses activités aux femmes propriétaires, dirigeantes d'une entreprise commerciale, manufacturière, de service ou occupant un poste de dirigeante au sein d'entreprise privée, société parapublic, de ministères ou organismes gouvernementaux. De plus, les membres voient leur nom publier dans le populaire Bottin des Femmes qui est consulté par de nombreuses personnes. Si vous désirez devenir membre de l'Association des femmes d'affaires du Québec, veuillez contacter Carole Maltais au no 867-4034.

Le Réseau des Femmes Professionnelles du K.R.T.B.

Afin de donner suite aux différentes demandes et recommandations formulées lors du Carrefour Rendez-Vous Femme et Économie qui s'est déroulé en avril dernier, le Centre-Femme du Grand-Portage décidait de mettre sur pied un comité permanent formé de Danielle Allard, Denise Lévesque et Micheline Lebouthillier, le Réseau des Femmes Professionnelles du K.R.T.B. favorisera la rencontre, l'échange et l'information entre les femmes intéressées à jouer leur rôle de partenaire économique.

C'est donc un dossier à suivre dont on reparlera prochainement. Pour informations 867-2254.

VENTE

40^e ANNIVERSAIRE

20 à 50%

Notre collection 1988-1989 réduite de

20 à 50%

sur toutes nos fourrures en magasin

L. Chisson
FOURRURES • FURS

66, rue Saint-François, Edmundston, N.-B., 735-4738

LA MODE

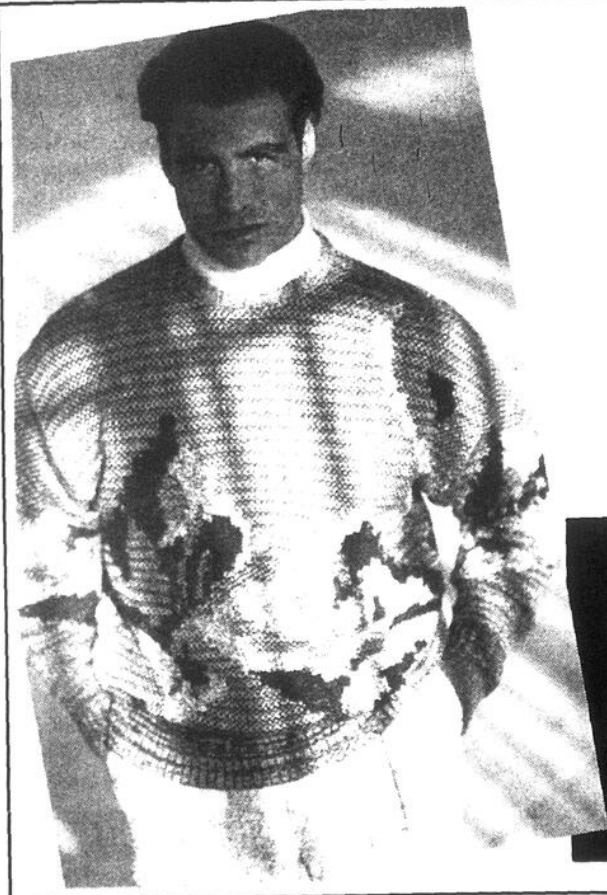
La mode masculine de l'automne 88 tout en subtilité, en confort et en élégance

Sobriété de bon aloi. C'est là le message dominant de la saison. Une mode qui ressemble à l'homme moderne. Une mode tout en subtilité, en confort, en élégance. Les teintes sont sobres, le marine effectuant une percée remarquée de même que le marron et les teintes effacées. Les motifs se font plus discrets. Les matières sont naturelles, riches.

L'après-ski entre en ville avec ses doudounes hyper-légères mais super chaudes; ses pulls colorés et confortables.

La mode des créateurs est adoucie, plus élégante, plus racée, plus intemporelle. On note une approche minimaliste d'où le confort n'est pas absent. Les belles matières - cachemire, tweed, jersey, maille - jouent à la carte de l'élégance sobre et séduisante dans des teintes sombres et des jeux subtils de carreaux.

Si l'automne 88 devrait être qualifié par une seule catégorie, les cuirs l'emporteraient haut la main. Ici aussi pas d'excès. Des traitements cependant - cuirs vieillis, détruits, laqués, suédés. Des peaux lainées à profusion. Des formes généreuses, confortables, légères.



Laissez-vous séduire
par notre collection
automnale...

*Mercerie
l'Héritier Inc.*

Centre Commercial, Rivière-du-Loup
Tél.: 862-7800

Pour une rentrée remarquée!

À l'occasion de la rentrée, on aime bien être élégant. Et dès que les beaux jours de l'été sont définitivement terminés, vivement on feuillette les magazines à la recherche de ce qui caractérisera la mode automnale! Et celle-ci sera le chou-chou des grands et des petits puis-



La mode 1988 est caractérisée par le retour des carreaux si séduisants!

que le look 1988, qui nous propose plusieurs nouveautés, est tout à fait envoûtant! Que ce soit pour le travail ou l'école, vous trouverez parmi les tenues vestimentaires à la mode cette année, les vêtements qu'il vous faut pour vous permettre de faire une rentrée remarquée!

Très prometteuse surtout en ce qui concerne les couleurs soit le rouge franc, le vert forêt, le black navy, le brun antique, du blanc écru, la mode devient en 88, B.C. B.G. Bon chic, bon genre, quoi!

On note que la mode de cette année s'est adoucie en devenant plus élégante, plus racée et plus intemporelle. Jouant la carte de l'élégance sobre et raffinée tout en étant extrêmement séduisante, la mode 1988 est l'une des plus belles qu'il soit. Les couturiers ont fait appel aux matières nobles telles que le cachemire, le tweed, le jersey ou la maille de laine. Le retour du plaid si coloré fera plaisir à celui qui aime bien le charme écossais.

La femme d'aujourd'hui adore être innovatrice et elle veut porter des vêtements qui lui ressemblent et qui bougent bien. Elle apprécie les tenues vestimentaires qui permettent de merveilleux agencements et de se métamorphoser facilement. Si à son travail, elle veut

avoir un style très classique, elle préfère, lors d'un 5 à 7, séduire l'él



Très séducteur, le long manteau de cuir sera le must de l'automne.

de son coeur en portant une tenue ultra féminine telle une chrysalide devenant papillon.



IMAGINEZ L'INIMAGIMODE

Nous vous proposons des coordonnés qui vont merveilleusement bien ensemble.

Agencez-les à votre gré au rythme de votre fantaisie!

Lingerie
Beaulieu INC.

325, rue Témiscouata,
Rivière-du-Loup

862-2160

LA FORCE DE L'ÂGE

Mon premier automne à la retraite

Lorsqu'en septembre, la frénésie de la rentrée est dans l'air, il y a des personnes qui ne partagent pas le même enthousiasme que suscite cette période de l'année. Que ce soit l'inscription à des cours pour les adultes, le retour en classe ou au travail, la plupart des gens entrent dans la ronde des activités que nous propose la saison automnale sauf peut-être quelques personnes. S'il existe une période difficile à traverser pour ceux et celles qui viennent de prendre leur retraite, c'est bien l'automne.

Si au cours de l'été, les activités se succédaient les unes après les autres, entrecoupées par la visite des enfants, de la parenté et des amis, il n'en va pas de même en septembre et souvent la fébrilité fait place à une immense solitude. Et de voir les autres s'activer à en perdre le souffle donne plutôt le cafard nous rappelant sans cesse les années où on était encore actif, c'est-à-dire sur le marché du travail.

Mais plutôt que de vous apitoyer sur votre sort, vous pouvez vous aussi faire partie de la mêlée en effectuant une rentrée spectaculaire. Pourquoi ne pas profiter de vos nouvelles périodes libres pour vous adonner à des activités que vous affectionnez tout particulièrement. On dit souvent lorsqu'on est au travail que si on avait le temps on ferait telle chose. Pourquoi ne pas concrétiser vos vieux rêves et suivre ces fameux cours d'anglais et de bricolage dont vous rêviez depuis des années. La retraite constitue un moment privilégié pour



se faire plaisir et s'accorder du temps à nous et aux choses que l'on aime. Si au cours de votre vie active, vous avez dû cesser de faire partie d'organismes sociaux, faute de temps, c'est le temps de vous impliquer à nouveau. Et cette amie que vous n'avez pas vue depuis douze ans, empresses-vous de renouer contact puisque l'amitié est l'une des choses les plus belles au monde. Le bénévolat est une activité très valorisante, contactez votre Centre d'action bénévole le plus près de chez-vous et vous vous ferez de nouveaux amis tout en rendant service aux autres.

Ce qu'il est important quand on vient de franchir cette étape de

notre vie, c'est de demeurer toujours actif en étant toujours à la recherche de nouveaux défis. Être en développement, c'est être capable d'avoir le goût d'apprendre de nouvelles choses et de pouvoir encore s'émerveiller devant les beautés de ce monde dans lequel nous vivons.

Pour connaître les cours qui se donnent dans votre localité, contactez le service de l'éducation des adultes de votre commission scolaire, le Cégep le plus près et le Service des loisirs de votre municipalité. Il est à noter que l'Université des Aînés de l'UQAR dispense des cours qui s'adressent particulièrement à vous.

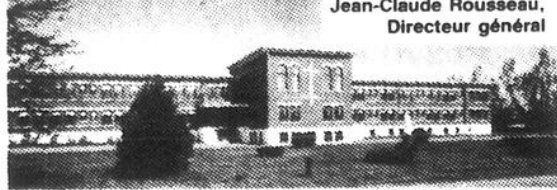
EN COLLABORATION AVEC LE:



Foyer Villa Maria Inc.

404, Avenue du Foyer, Saint-Alexandre
Kamouraska

Jean-Claude Rousseau,
Directeur général



Protéines • Vitamines
• Minéraux • Vita Bar • Céréales

Que manque-t-il à votre régime alimentaire?

Shaklee
naturellement
Pour une bonne santé et une bonne nutrition

EN HARMONIE
AVEC LA NATURE
SUZANNE RICHER
862-4248
Rivière-du-Loup

VOYAGE

L'automne, la saison idéale pour se rendre en Floride



Vous désirez faire durer l'été et faire disparaître la grisaille de l'automne? Rendez-vous en Floride qui se révèle être une destination soleil très populaire à la période automnale. En effet, selon Mme Suzanne Massé du Club Voyages Émerillon, la Floride est idéale et ce, en raison de son climat clément, ni trop chaud ni trop froid et du grand nombre de choses à voir.

La Floride, c'est beaucoup plus qu'un endroit pour se baigner et se faire bronzer sur les plages. Avec les différentes régions qui composent la Floride, le visiteur peut à loisir, découvrir des sites merveilleux. Fort Lauderdale, Tampa, Miami, Fort Myers, Orlando et West Palm Beach proposent aux vacanciers des activités et des attractions qui sauront rendre leur séjour des plus agréables.

Fort Lauderdale

Destination chérie des Québécois, Fort Lauderdale offre, en plus de ses plages spectaculaires, toute une

série de divertissements sportifs et culturels de grande classe. Hollywood, Pompano Beach, Palm Beach et sa fameuse avenue Worth, l'artère des plus luxueux magasins de toute l'Amérique du Nord sont très appréciés des touristes.

Tampa

La région de Tampa-St-Petersburg permet aux vacanciers de profiter des plages tout en ayant accès aux plaisirs organisés de Disney World, du secteur d'Orlando et de celui de Kissimmee. Le Golfe du Mexique, qui baigne cette partie du centre-ouest floridien, en fait un pays de cocagne. L'eau y est plus chaude qu'ailleurs et les fruits se cueillent aux arbres.

Miami

Miami représente pour des milliers de Québécois l'image idéale du paradis terrestre. Mille raisons justifient un tel enthousiasme. La dimension de ses plages est proverbiale. La qualité de sa vie nocturne légendaire: 12 compagnies théâtrales, 10 compagnies de danse, 10 salles de concert. Un nombre incalculable de boîtes de nuit où l'on retrouve les plus grands noms de la scène internationale.

Fort Myers

Pour les amateurs de coquillages, d'oiseaux exotiques et de spectacles d'alligators, Fort Myers est sans aucun doute la destination idéale. Proposant des croisières dans la jungle des Everglades, sur le Golfe du Mexique ou au lac Okeechobee Shell Factory. À visiter aussi, la maison de Thomas Edison, l'inventeur de l'électricité!

Orlando

Orlando est la capitale mondiale du tourisme. Il y passe plus de visiteurs, au pied carré, chaque année, que partout ailleurs dans le monde. Bien-sûr, le pivot central de cet engouement est le fameux Disney World. Surtout depuis qu'Epcot Center a ajouté le fascinant Showcase of the world, véritable carrefour international des régions les plus attirantes du globe et sa conception du monde du futur. Cypress Garden, Kennedy Space Center, Gator Land Zoo, Seaworld of Florida vous proposent aussi de passer d'agréables moments.

LA FLORIDE VOUS ATTEND!

SOYEZ DES NÔTRES À BORD DE NOTRE AUTOCAR POUR UN SÉJOUR DE 16 JOURS

Départ de Rivière-du-Loup

19 novembre

Arrivée à Rivière-du-Loup

4 décembre

Vous serez logé au "THE PALM OF THE OCEAN" directement sur la plage

Profitez de la plage de Miami pendant 7 jours. Visitez Disney World, Epcot Center, Saint-Augustin et Cap Canaveral.

* Une inscription de 15 personnes minimum est requise pour la réalisation de ce voyage de Rivière-du-Loup

Occupation simple:

1,299\$

Occupation double:

899\$

Occupation triple:

799\$

Occupation quadruple:

699\$



CLUB
VOYAGES
EMERILLON

193 rue
Lalontaine
Rivière-du-Loup
862-0655



MANGEZ MIEUX

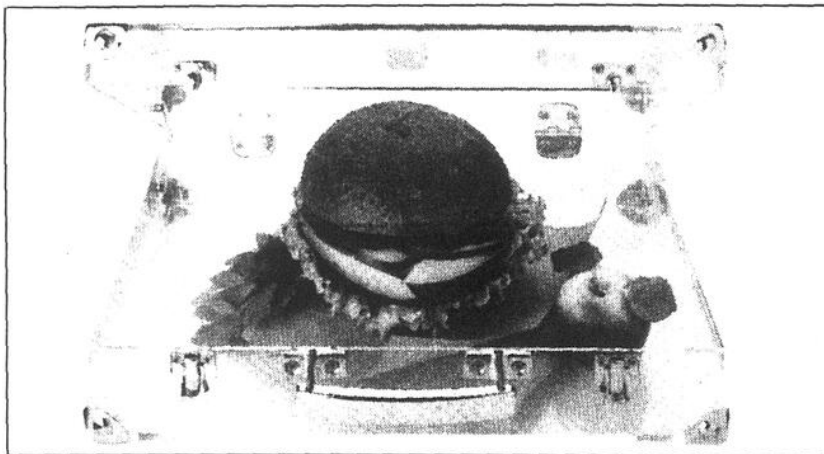
Avec Hélène Dumais, diététiste-conseil

La boîte à lunch de la rentrée

Les vacances s'achèvent et déjà on parle de retour en classe. Horaire de cours chargé, matins échevelés, repas pris à l'extérieur, c'est dans cette réalité que des milliers d'étudiants se retrouvent. Cette situation n'est pas toujours idéale puisque les repas pris au resto du coin ou à la cafétéria ne correspondent pas toujours à vous. Comme solution, plusieurs iront vers les lunchs, pour d'autres, cette possibilité est plutôt considérée comme un casse-tête. À ce sujet, ces derniers invoquent plusieurs raisons comme le manque de temps, le manque d'idées ou d'inspiration matinale, les provisions plus ou moins adéquates, pour finalement se tourner vers des solutions faciles, des lunchs vites faits monotones sans valeur nutritive.

Mais rassurez-vous, ce qui peut souvent sembler comme une corvée peut devenir une tâche agréable, il s'agit d'un peu d'imagination et de quelques moyens pratiques pour arriver à rendre le lunch du midi appétissant et surtout lui connaître son "statut" de repas... car en fait, il en est un.

Un lunch équilibré doit comprendre une combinaison d'aliments retrouvés dans le "Guide Alimentaire Canadien (pains et céréales, produits laitiers, viandes et substituts, fruits et légumes). Par exemple, vous pouvez très bien commencer le repas par un jus de légumes accompagné par une salade de riz au poulet et au persil et ter-



miner avec un yogourt aux fruits et voilà le tour est joué!

Préparer une boîte à lunch ne présente pas de difficulté quand on a tous les aliments à portée de la main. Il suffit de planifier ses achats en fonction des lunchs, en faisant une bonne provision d'aliments-étés faciles à apprêter et qui se transportent bien.

En plus, pour gagner du temps et de l'argent, vous pouvez préparer une ou deux portions supplémentaires lors du repas du soir (par exemple une salade) afin d'obtenir la base du lunch du lendemain, ou pour compléter avec ce qui est servi à la cafétéria.

Pour les appétits plus coriaces, les salades à base de pâtes alimentaires comme le macaroni ou le riz aux quilles, vous ajoutez maïs en grains, pois verts, piments et

viande, poisson, fromage et oeufs pourront certainement combler le vide.

Les sandwich en sont pas à rejeter non plus mais leur contenu pourrait varier. Pour changer de l'éternel sandwich au jambon pour quoi ne pas les garnir de saumon, fromage cottage, beurre d'arachides, tofu, oeufs, bananes, de restes de viande, etc. Ou encore, variez tout simplement la sorte de pain; blé entier, seigle, aux raisins, au fromage, pain pita, croissant, etc...! Quelques bâtonnets de céleris et de carottes compléteront très bien ce menu... et en peu de temps.

Comme vous voyez, il suffit que de quelques trucs pour confectionner votre lunch d'une façon nutritive et agréable et ce, matin après matin, 300 matins par année!

Bonne année!

POUR UN MIEUX VIVRE



Choisir un menu "mieux vivre" signifie que vous limitez votre consommation de gras à 30 g et que vous coupez également les calories. Prendre l'habitude de consommer moins de gras est un atout pour la prévention des maladies de l'appareil circulatoire.

Département de santé communautaire du Grand-Portage
Programme de prévention des maladies de l'appareil circulatoire

LE MENU "MIEUX VIVRE" DU SABLONNET

Entrées: Salade "César" vinaigrette	4.25\$
Mousseline de zuchinis et crevettes	5.25\$
Crème de légumes, jus de légumes	
Omelette "Florentine"	9.95\$
Morue pochée à la tomate	13.95\$
L'escalope de veau Marsala	14.95\$
Le sorbet aux fruits	
Le pain aux courgettes	
Le yogourt maison aromatisé	

Au
Sablonnet

50, boulevard Cartier
Rivière-du-Loup
862-6338

VIVRE PLEINEMENT SA SEXUALITÉ

Avec Lise Côté, sexologue-éducatrice



La crise adolescente et la sexualité

À l'heure où l'autorité scolaire implante un solide programme d'éducation sexuelle dans toutes les écoles québécoises, c'est un temps opportun pour venir réfléchir quelques instants sur la sexualité de nos jeunes adolescents et adolescentes. Bien sûr, nous gardons toujours en tête que la sexualité n'est pas que génitalité, mais se présente dans toutes ses dimensions (physique, psycho-affective, sociale et spirituelle). Elle exprime chaque être vivant dans son unicité. La sexualité est un concept vaste - un continuum de la naissance à la mort.

L'adolescence qualifiée de période de "crise" s'avère aussi une période riche en découvertes de toutes sortes. Cette étape de vie se caractérise entre autres par de grands changements physiques et psychologiques - qui, depuis quelques années, surviennent de plus en plus tôt. Les jeunes sont souvent effrayés et se sentent parfois impuissants devant toutes ces transformations. Ils veulent savoir, comprendre, communiquer leur insécurité et se rassurer en apprenant que "l'autre" vit aussi la même chose. L'émotivité est à fleur de peau. C'est le temps du "Qui suis-je"? Plus un enfant, mais pas un adulte... C'est une période transitoire entre les douceurs du monde de l'enfance et l'attrait du monde adulte. Ils ne sont plus ce qu'ils étaient et n'ont pas de certitude face à ce qu'ils seront. On voudrait être libre mais pour faire quoi? On voudrait recevoir de l'amour mais souvent on ne s'aime pas soi-même. On voudrait l'aide des parents; mais comment demander de l'aide et en même temps plus d'autonomie?

Les jeunes ont besoin d'apprivoiser tout ce "chaos" qu'ils ressentent de l'intérieur, de sorte qu'ils puissent vivre sereinement et de façon positive cette tranche de leur développement psycho-sexuel.

C'est aussi que nous, adultes, pouvons les aider en étant récep-

tifs à ce qu'ils vivent. Pour faire l'éducation sexuelle, il n'y a pas de recettes magiques. Il s'agit tout simplement d'être soi-même, honnête, authentique, pouvoir dire ce que l'on pense et pourquoi, pouvoir avouer qu'on n'a pas toutes les réponses dans ce domaine, comme dans bien d'autres d'ailleurs, et pouvoir parler de notre malaise devant tel ou tel sujet. Le jeune appréciera davantage votre franchise que les menaces, la morale ou encore le silence. Ce dernier a longtemps entretenu la confusion, l'ignorance, les peurs et devient parfois source de conflits. On entend souvent: "Si on leur en dit trop, ils vont vouloir tout essayer tout de suite". Eh bien, toutes les recherches tendent à démontrer le contraire, plus le milieu familial est ouvert à la libre discussion sur la sexualité, plus les jeunes attendent d'être mûrs pour avoir des relations sexuelles, plus ils attendent un climat d'affection réciproque et par

conséquent, plus ils pensent aux conséquences possibles de leurs gestes et plus ils sont responsables.

Les livres peuvent être une source de références, mais ne remplacent pas le contact humain. Les livres n'ont pas d'émotions. Bien sûr, il est important de connaître la biologie du corps humain, la contraception, les MTS, mais ils ont surtout besoin d'être rassurés sur ce qu'ils vivent et être accompagnés dans cet apprentissage à la vie.

Il n'existe pas de modèle unique en sexualité, mais plutôt un ensemble de comportements suivant la personnalité de chacun et chacune. Pour faire l'éducation sexuelle de nos jeunes, il ne s'agit pas d'encourager ou pas - mais plutôt de permettre une réflexion et ce, à la lumière des valeurs de respect, responsabilité et authenticité.

Alors, à tous nos jeunes de la région, "Bonne rentrée" et comme je dis souvent lors de mes interventions: "Apprendre à dire NON en 88 est aussi acceptable qu'un OUI. Prendre sa place, s'affirmer, croire en ses propres convictions, c'est en quelque sorte devenir adulte"...



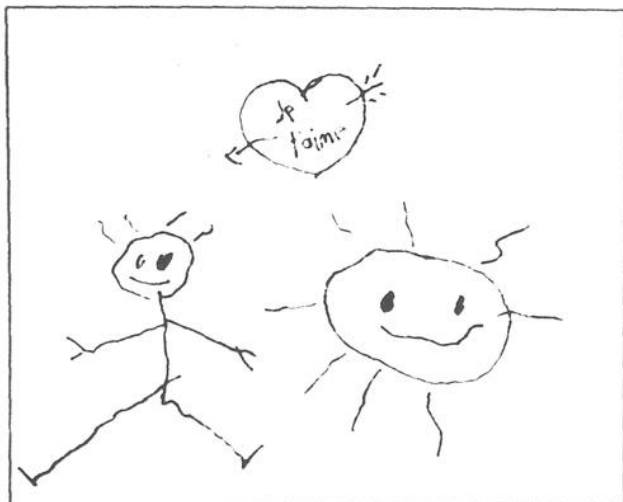


BONJOUR DOC!

Avec le docteur Yvon Boilard

Des rumeurs... M.T.S. s'explique

Ça se peut-tu! Tout ce qu'on peut entendre sur notre dos... d'abord, je me présente, on me nomme Maladies Transmises Sexuellement, M.T.S. pour les intimes... j'en ai encore les cheveux droits sur la tête suite à toutes ces fausses rumeurs qui circulent. Je profite de cette page pour corriger, haut et fort, toutes ces médisances... En 1988, encore oser douter de mon existence. Moi qui mets tant d'efforts pour être le plus souvent possible dans votre intimité, j'ai même 40 représentants, toute une succursale pour satisfaire la demande... d'accord, d'accord! C'est pas toujours facile de se faire remarquer... quand on travaille fort comme moi, faut bien se reposer de temps à autre... ma convention collective de travail m'accorde au moins 50% de présence "silencieuse ou sans symptômes", donc je suis là mais vous ne le savez pas, je prends des vacances à vos frais... j'attends juste que vous m'aidiez à trouver la personne idéale pour déployer



tous mes talents d'infection... ça fait que... arrêtez de dire que je n'existe pas, que je suis une espèce en voie de disparition, une marginalité, que je dérange toujours mon hôte... c'est tout le contraire, vous savez! Malgré toutes les caricatures, les farces auxquelles on m'associe, je suis un être simple, peu exigeant, moi... du moment où une relation sexuelle active s'installe entre deux individus, sans égard de l'orientation sexuelle, vous devenez intéressant pour moi... d'accord! des fois, je me paie un extra si vous avez plusieurs partenaires sexuels dans une même période de temps ou changer, après un long moment, de partenaires sexuels... ça me donne de l'envergure, plus de chance d'être là, mais surtout n'allez pas croire que je suis si exigeant... ce sont les gens ordinaires qui m'intéressent...

Moi, je rigole quand je vous vois inattentif à ma présence. Votre spontanéité, votre jeunesse, votre manque d'information, c'est ma force!... Je me dis toujours... s'ils connaissaient mes faiblesses et ma hantise, mon avenir ne serait pas si prospère et assuré...

Parfois, je fais de terribles cauchemars et je m'imaginais que vous connaissez mes faiblesses:

- Limitation du nombre de vos partenaires sexuels... moi qui aime tout le monde.
- Connaissance de la santé sexuelle et des habitudes sexuelles de son (ses) partenaire(s)... moi qui aime tant le silence, l'anonymat... c'est un peu comme m'obliger à laisser ma carte de visite au cas où... moi si discret...
- Soupçonner ma présence, avec ou sans malaise, et venir me déranger en vacances par un "test de dépistage" et m'expédier, pieds devant, par un traitement efficace.
- Aviser par la suite son (ses) partenaire(s) sexuel(s) de ma présence possible afin de briser la transmission, mes destinations de vacances futures... c'est respecter l'autre... moi, si habitué à la gêne, au malaise, à la colère, à la honte.

Mon plus terrible cauchemar, ma hantise, celui qui me fait "capoter", c'est de vous voir:

- Utiliser des condoms lors de vos relations sexuelles, un vrai mur pour un bon nombre de mes représentants M.T.S... l'utiliser avec un nouveau partenaire, avec un partenaire d'occasion, avec un partenaire régulier... c'est plus efficace que la monogamie. Bien utiliser avec un agent spermicide (gelée, crème, mousse) vaginal cela rend la tâche plus difficile à mon cousin SPERMO, vous savez celui qui est fou des ovules... qui fait à l'occasion des "mises enceintes"... angoissantes... PSTT... La pilule du lendemain, ça existe en cas de problèmes avec le condom (déchirure, perte).

Voilà les faits rétablis! Maintenant que vous me connaissez un peu mieux, qu'on le dise HAUT, FORT et SOUVENT que M.T.S. devrait signifier Mieux Tout Savoir, que M.T.S. gagne beaucoup à être mieux connu car il devient vulnérable... c'est une question de responsabilité et non seulement de feeling...

Signé: M.T.S.
pour **Yvon Boilard**
m.d., C.L.S.C.
Rivières et Marées



SERGE JULES ALAIN
MALENFANT - GAGNON - COURBRON
PHARMACIENS

564, La Fontaine, Rivière Du Loup, P.Q. G5R 3Y9 862-2176
Rue Principale, St-Alexandre, P.Q. G0L 2G0 495-2358
114, rue Collin, St-Cyprien, P.Q. G0L 2P0 963-3306
45 Taché Est, St-Hubert, P.Q. G0L 3L0 497-3925



FAMILI-PRIX



ASSURANCES

Avec Roland Ouellet de la Société Mutuelle d'assurance générale du comté de Rivière-du-Loup

L'assurance habitation

L'assurance habitation a pour objet de vous mettre à l'abri des conséquences pécuniaires des dommages pouvant être occasionnés à votre demeure et aux objets qui s'y trouvent habituellement du fait de risques tels que l'incendie, les ouragans et le vol. Elle peut aussi vous protéger contre les pertes financières découlant de dommages corporels ou matériels occa-



sionnés à autrui. Ces pertes, qu'à défaut d'assurance vous seriez obligé de supporter vous-même, sont réglées au moyen du fonds commun que constituent les primes afférentes à ce genre d'assurance.

Vous avez déjà investi beaucoup d'argent dans vos biens et meubles: ameublements, vêtements, objets de valeur, etc. Si vous êtes propriétaire, vous avez investi des sommes considérables dans votre maison et vous avez probablement une hypothèque à acquitter. L'assurance habitation est indispensable pour protéger les placements que vous avez ainsi constitués; elle seule peut vous apporter la sécurité et la tranquillité d'esprit dont vous avez besoin.

Dès que vous possédez des biens coûteux à remplacer. Vous pouvez avoir un seul article à faire assurer, ou plusieurs; vous pouvez habiter un appartement, un étage ou toute une maison, vous pouvez être en pension ou en voyage.

Même s'il existe des contrats pouvant couvrir à peu près toutes les éventualités, les quatre principaux sont les suivants: le contrat incendie, le contrat multirisque standard des propriétaires occupants, le contrat multirisque des locataires, équivalent du précédent mais destiné aux locataires, enfin le contrat multirisque des copropriétaires.

L'assurance incendie couvre les dommages occasionnés à votre habitation ou à vos biens meubles non seulement du fait d'un incendie, mais aussi contre les explosions, le choc d'objets, le choc de véhicules, la foudre, les émeutes, les fuites d'eau, le vandalisme, les ouragans et la fumée, le tout sous réserve des définitions qui y sont données.

L'assurance multirisque des propriétaires occupants protège votre habitation et son contenu contre les mêmes risques que ceux du contrat de l'assurance incendie. Elle comporte également une assurance contre le vol et contre la Responsabilité Civile. Une seule prime suffit pour toutes ces garanties. Moyennant une surprime, vous pouvez aussi faire assurer votre maison de campagne, modifier les limitations spéciales pour vos bateaux, vos moteurs hors-bord ainsi que vos objets de valeur, notamment vos bijoux.

Le contrat d'assurance multirisque des locataires est destiné aux personnes qui prennent des logements à loyer. Les garanties sont semblables à celles du contrat d'assurance des propriétaires occupants, sauf que le bâtiment d'habitation n'est pas couvert puisqu'il appartient au propriétaire. À noter cependant que ce contrat peut couvrir la Responsabilité Civile incombant à l'assuré du fait des dommages occasionnés par l'incendie, les explosions ou la fumée aux locaux qu'il occupe en tant que locataire.



PROMUTUEL

LA SOCIÉTÉ MUTUELLE D'ASSURANCE GÉNÉRALE DU COMTÉ DE RIVIÈRE-DU-LOUP

Roland Ouellet, dir. gén.

135, rue St-Jean-Baptiste
Isle-Verte, Cté Rivière-du-Loup Tél.: 898-2311

Guérin Lajoie Rivière-du-Loup 862-1885	Renaud Dionne Cacouna 862-7805
Alain Lepage Trois-Pistoles 851-1588	André J. Côté Isle-Verte 898-2522

VOTRE POLICE ARRIVE À ÉCHÉANCE. CONTACTEZ-NOUS!

Il nous fera plaisir de vous offrir les services de nos représentants et de répondre à vos besoins d'assurance-générale. Vous constaterez la gamme de nos produits de haute qualité et nos prix avantageux.
Nous vous offrons tous les services d'assurances:

RESPONSABILITÉ AUTOMOBILE RÉSIDENTIEL AGRICOLE COMMERCIAL

PARLONS HABITATION

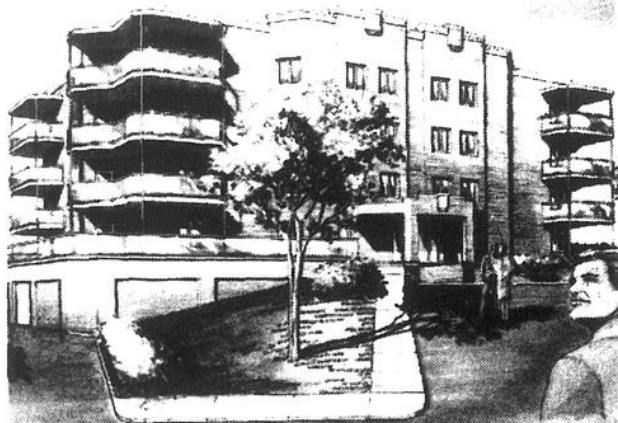
Avec Jean Beaumont de Construction Goscobec



La tour d'habitation

Les fervents admirateurs de la beauté sauvage du Fleuve-Saint-Laurent seront heureux d'apprendre que Goscobec met à leur disposition une tour d'habitation très luxueuse qui sera située sur la colline du site Les Jardins du Seigneur Fraser. Dominant le paysage, chaque condominium aura une splendide vue. Orienté de façon à assurer le maximum d'ensoleillement et aussi pour que chaque appartement jouisse d'une vue sur le Fleuve et également sur la ville de Rivière-du-Loup, le Manoir Alexandre Fraser, comprenant cinq étages, constituera un merveilleux cadre de vie pour les occupants. La structure en acier et le plancher en béton offrent la plus grande sécurité en étant à l'épreuve du feu et une parfaite insonorisation. Fait important à noter, même si l'édifice est situé en plein cœur du centre-ville, il ne sera pas possible pour les habitants du Manoir Alexandre Fraser d'entendre les bruits de la ville. Entouré d'un merveilleux boisé qui sera propice à de belles promenades, ce projet offrira la meilleure qualité de vie qui soit.

Afin de réaliser ce projet, Goscobec a fait appel à un professionnel dans le domaine soit l'architecte Jules



Le tout nouveau projet de Goscobec, le Manoir Alexandre Fraser qui abrite des condominiums de luxe.

Marcoux qui a à son actif plus de 1 000 condominiums notamment "Le Boisé des Augustines" situé à Québec qui représente l'une des conceptions les plus prestigieuses dans le domaine.

D'influence post-moderniste, l'architecture du Manoir Alexandre Fraser est l'une des plus raffinées qui soit. D'allure rétro, l'édifice propose ce qui se fait de plus actuel. Les appartements possèdent aussi tout le confort moderne que l'on puisse souhaiter que ce soit les dimensions luxueuses, le système d'intercom, l'accès à un garage souterrain chauffé, la grande terrasse vitrée, l'ascenseur, etc. De plus c'est une entrée privée qui mènera au Manoir Alexandre Fraser, assurant le maximum d'intimité.

Les condominiums Manoir Alexandre Fraser ont été très populaires auprès des gens puisque seulement quelques condominiums sont encore disponibles. Les personnes ont expliqué leur engouement du fait de l'excellente situation géographique de l'endroit, sa merveilleuse vue, l'allure du bloc et le fait que le condominium leur offrait la qualité de services qu'ils recherchaient. Si le condominium est offert à partir de 79 000\$, le penthouse (appartement luxueux situé au 4^e étage) est de 108 500\$. C'est au cours de l'été prochain que les travaux de construction devraient être complétés.

CONDOMINIUMS

MANOIR ALEXANDRE FRASER

DÉJÀ VENDU
À
75%
RÉSERVEZ LE VÔTRE
RAPIDEMENT

Un Constructeur Constructif

 **GOSCOBEC**

BUREAU DES VENTES
Boulevard Hôtel-de-Ville 862-9985
SANS FRAIS 1-800-463-1377
163, rue Lebrun, Parc Industriel
Rivière-du-Loup, 862-8628



POUR Y VOIR CLAIR

Avec Michel Rouleau, opticien d'ordonnances

Qu'il est mignon avec des lunettes

Terminée l'époque où l'enfant qui portait des lunettes était pointé du doigt! Maintenant les jolies frimousses affichent fièrement leur nouveau look qui les rend irrésistibles. Il faut dire aussi que le choix des montures pour nos chérubins est impressionnant et qu'ils ont accès à de très beaux modèles comme ceux de papa et de maman. Comme les vêtements, les enfants apprécient de donner leur opinion sur le style de lunettes qu'ils porteront. En les choisissant, il aura du plaisir à les porter.

Selon l'opticien d'ordonnances, Michel Rouleau, les enfants aiment bien porter les lunettes: "Ce sont surtout les parents qui sont déçus parce que leurs enfants sont obligés de porter des verres. Quant aux petits, cela ne les dérange absolument pas. Il est important que les parents ne dramatisent pas car il ne faut pas que les enfants se sentent à part des autres en portant des verres. Il faut penser à tous les effets positifs que procurent le port des lunettes, on n'a qu'à penser du point



de vue académique. Un enfant qui éprouve certains problèmes de vision aura peut-être certaines difficultés à l'école. Lorsque sa vue sera rétablie à l'aide de verres, il sera plus en mesure de suivre en classe. Dès que l'enfant est à l'âge de fréquenter la maternelle, les parents devraient consulter un spécialiste de la vue comme moyen de prévention. Le port des lunettes peut dans certains cas éviter d'autres problèmes".

De nos jours, les montures réservées aux enfants sont très solides en étant de meilleure qualité qu'auparavant. M. Michel Rouleau conseille fortement aussi de faire durcir les verres qui sont destinées aux enfants. Cela a pour effet de protéger les enfants. Cependant les verres teintés ne sont pas recommandés pour les enfants. S'ils aiment porter des lunettes-jouets pour s'amuser, ils ne doivent pas le faire en tout temps.



michel rouleau

opticien d'ordonnances

24, rue Frontenac, Rivière-du-Loup 862-0220

PLUS DE 100 MODÈLES À PRIX VARIÉS
POUR ENFANTS DE 1 AN À...

2 OPTICIENS À VOTRE SERVICE



BIEN DANS SA PEAU

Avec Marie-Josée Pomerleau du Centre Silhouette Beauté

Une rentrée en beauté

La période estivale étant propice à un certain relâchement, il n'est pas rare que les belles délaissent crèmes et lotions parce que, diront-elles, le temps leur manquait pour accorder à leur peau le minimum de soin. Heureusement l'été ne dure que quelques mois et à l'automne, ces insouciantes reprennent leurs bonnes habitudes en prenant du temps pour elle en soignant leur alimentation, en faisant de l'exercice et en prenant soin de leur visage et de leur corps. Et prises de remords, elles décident de traiter enfin leur peau

comme il se doit en la confiant à leur esthéticienne. Cette visite est très importante car elle nous permet de véritablement effectuer une rentrée en beauté. Faire nettoyer notre peau en profondeur est essentiel après avoir fait subir à notre épiderme les traumatismes causés par le soleil. Notre peau qui est déshydratée a besoin de minéraux qu'elle a perdus et c'est pourquoi il faut la traiter adéquatement. Par temps plus froid, il faut aussi modifier les crèmes afin de protéger efficacement sa peau.

L'acné chez les adolescents

Même si l'acné est un phénomène naturel chez les adolescents, il n'en demeure pas moins que certains traitements peuvent prévenir des problèmes comme par exemple, une mauvaise cicatrisation. Par l'emploi de produits adéquats, l'esthéticienne peut ralentir le processus en rétablissant le PH de la peau. Les produits qui sont suggérés à l'adolescent n'ont rien de compliqué puisqu'un savon dermatologique et une crème acide font l'affaire. Cela ne sert à rien d'employer des crèmes trop compliquées.

La première visite chez l'esthéticienne

Dès que l'adolescent est âgé de 12 ou 13 ans, il peut commencer à fréquenter un salon d'esthétique. S'il prend cette bonne habitude, il partira donc du bon pied en accordant à sa peau les soins nécessaires. Lors des premières visites, l'esthéticienne traite doucement la peau avec des huiles essentielles. L'argile aussi est excellente en hydratant et les algues également en oxygénant la peau. Elle peut aussi procéder à l'extraction des points noirs qui s'effectue en douceur à l'aide de produits dissolvant les gras.

Les adolescents ont tendance à l'automne à constater une recrudescence de leur acné car si au soleil, la glande sébacée semblait sèche en superficie, elle était quand même active en profondeur. Et c'est pourquoi l'acné réapparaît aussitôt que le soleil n'est plus de la partie.



— Pour la rentrée —
Spécial étudiant

soins du visage **20⁰⁰\$**



CENTRE SILHOUETTE BEAUTÉ

Clinique de Soins Esthétiques

Marie-Josée Pomerleau, propriétaire

267, rue Lafontaine, Rivière-du-Loup

862-0754

Pourquoi pas les quilles



Jouer aux quilles est un sport très apprécié des Québécois.

Une des plus agréables façons de se recréer en famille ou entre amis est sans doute une bonne partie de quilles. En pouvant être pratiqué par la plupart des gens, ce sport se révèle être très populaire dans notre région. En effet la Salle de Quilles Salon 600 située au 600 de la rue Lafontaine à Rivière-du-Loup est le lieu de rendez-vous de plusieurs fervents. 12 allées de quilles sont à la disposition des quilleurs.



La Salle de Quilles Le Salon 600 est dotée d'un Bar Salon permettant aux gens de se détendre après la partie.

Il existe plusieurs façons de pratiquer cette activité. On peut le faire régulièrement ou de façon occasionnelle. Une agréable façon de fraterniser est de former une ligue qui réunit des compagnons de travail ou des amis. Si vous désirez vous former un groupe, il est encore temps, vous n'avez qu'à vous informer au Salon 600. Le «déjeuner-quilles» est une formule très populaire auprès des gens. Elle permet à un groupe au travail ou entre amis de s'amuser tous ensemble en déjeunant et en jouant trois parties de quilles. Le déjeuner-quilles est disponible le samedi et le dimanche et également sur semaine. Parlez-en à vos compagnons de travail et inscrivez votre groupe!



Chacune des salles de quilles est dotée d'un casse-croûte où il fait bon venir se restaurer entre les parties de quilles.

Les Salles de quilles Le Salon 600 est le lieu de tournois très prestigieux réunissant les meilleurs joueurs. L'an dernier, 10 tournois ont eu lieu et un montant de 60 000\$ a été distribué en bourses. Le 30 septembre prochain se déroulera le tournoi de l'association des quilles de l'Est du Québec qui regroupera 200 quilleurs en provenance de tout l'Est du Québec. Plus de 6,000\$ sera attribués en bourses.

Les enfants aussi peuvent venir jouer aux quilles au Salon 600 puisqu'on a prévu pour eux des boules ne pesant que 6 livres.

Le plaisir de jouer aux quilles entre amis

Formez-vous un groupe au travail et venez participer à notre

“DÉJEUNER-QUILLES”



600, rue Lafontaine
Rivière-du-Loup
Réservation : 867-2480

3 parties de quilles
Chaussure
Oeuf, toast, café

675\$





MÉTAMORPHOSER VOTRE INTÉRIEUR

Avec Nicole Tardif, décoratrice chez Intérieur Décor

Le coin destiné à l'étude

La rentrée évoque pour certains des souvenirs, pour d'autres elle suscite la crainte ou encore elle signifie de nombreux préparatifs et plusieurs dépenses comme les articles scolaires, les chaussures et vêtements. Cependant peu de gens prévoient un endroit à la maison pour que l'étudiant effectue son travail scolaire. Pourtant cet espace est nécessaire pour qu'il puisse retrouver assez rapidement les objets et références

nécessaires à l'accomplissement de ses obligations scolaires et également pour retrouver la stimulation nécessaire qui l'amènera à se dépasser.

Une table de travail suffisamment grande et une bibliothèque peuvent constituer ce coin destiné au travail scolaire. Il serait aussi très pertinent de prévoir un espace de rangement fermé pouvant dissimuler les trésors ou encore le léger désordre de notre génie en herbe.

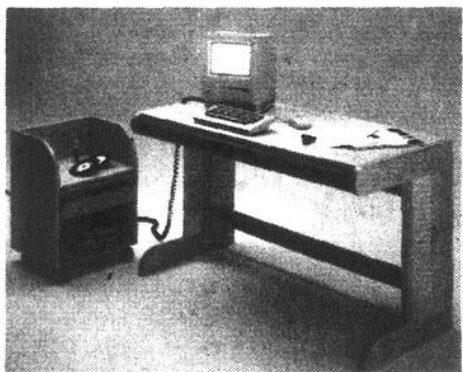
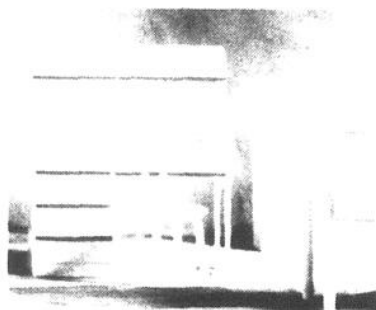
La chambre à coucher demeure l'endroit idéal pour installer ce coin prévu pour l'étude. Cependant si vous disposez d'une pièce libre, cela serait très pratique surtout si l'étudiant réalise des travaux de longue haleine. Cela lui permettrait de laisser ses livres ouverts et de vaquer à ses autres occupations en attendant de les reprendre le lendemain.

Mais avant de penser à localiser le coin d'étude, il est très important de bien connaître l'enfant ou l'adolescent. Car si votre enfant ne supporte pas l'isolement, il serait superflu de songer à localiser son coin dans sa chambre loin de l'activité familiale. Il faudrait plutôt l'installer dans la salle familiale où il serait beaucoup plus à l'aise avec tout le monde. Souvent les enfants qui aiment la compagnie délaissent leur coin d'étude dans leur chambre pour la table de la salle à manger.

De la même façon qu'un décorateur se doit de guider son client, il est essentiel que l'étudiant puisse exprimer ses goûts et ses besoins. Que ce soit l'endroit, le style des meubles, les teintes, le choix des accessoires, la décoration, il est essentiel qu'il puisse donner son avis. Car l'influence de l'environnement sur l'individu est peut-être ce qui fait la différence entre l'étudiant qui réussit facilement et celui qui éprouve de la difficulté en classe?

LORSQUE LES PETITS DÉTAILS FONT LA DIFFÉRENCE...

POUR LA RÉUSSITE DES ÉTUDES



MEUBLES

Y. Simard Inc.

164, RUE LAFONTAINE
RIVIÈRE-DU-LOUP 862-2887

Intérieur



- Service de décoratrice
 - Conception et dessins d'aménagement
- 82, rue Lafontaine, Rivière-du-Loup
862-1116

CONSOMMATION

EN COLLABORATION AVEC: L'office de la protection du consommateur
Région Bas-Saint-Laurent

La rentrée scolaire

Pour bien des parents, la venue de l'automne annonce également la rentrée scolaire. Ce n'est pas une sinécure, surtout lorsqu'on pense au coût des articles scolaires et des vêtements. C'est pourquoi il est important de faire un choix judicieux à l'achat de ces produits.

Parlons tout d'abord des articles scolaires. Il est préférable de bien définir ses besoins en fournitures scolaires pour toute l'année et de profiter des soldes organisés à l'occasion de la rentrée scolaire plutôt que de se les procurer au fur et à mesure, au prix régulier. De plus, il est sage d'attendre de connaître les exigences des professeurs avant de faire l'achat de certains articles. Cela vous évitera de vous retrouver avec une pile de fournitures dont vous ne sauriez que faire.

Il existe de nombreux types de feuilles de papier, de cahiers et de reliures sur le marché. Souvent, on se laisse influencer par leur aspect et leurs couleurs. En choisissant, on devrait cependant prendre aussi en considération le prix, la durabilité, la facilité d'utilisation, de classement et de transport.

Les vedettes qui ornent les couvertures flamboyantes de certaines reliures ou cahiers exigent des redevances pour que soit reproduite leur photo, ce qui peut expliquer leurs prix généralement plus élevés d'environ 20%. S'ils valent le même prix que d'autres articles comptables, vérifiez alors s'ils ont le même nombre de pages ou s'ils sont d'aussi bonne qualité que ces derniers.

Voyons maintenant le côté vestimentaire. Avant toute chose, faites un bilan de la garde-robe de vos enfants. Vous allez sans doute vous apercevoir qu'ils n'ont pas besoin d'autant de nouveaux vêtements que vous l'auriez cru. Faites ensuite la liste des vêtements dont ils ont vraiment besoin et tenez-vous en à cette liste.

Choisissez d'abord des vête-

ments robustes qui auront des chances de résister de leur mieux à toutes les batailles et à tous les jeux, surtout si vous avez des plus jeunes qui pourront éventuellement porter les vêtements de leurs aînés. Ne lésinez donc pas sur la qualité des vêtements de tous les jours. Si votre budget est limité, il vous faudra vous méfier des pièges de la mode enfantine. Elle est bien séduisante, mais elle coûte très cher.

Un autre facteur très important à considérer dans l'achat de vêtements d'enfants est celui de l'entretien. Lisez attentivement sur l'étiquette les symboles d'entretien

res. Contrairement aux vêtements, il n'est pas recommandé de passer les souliers d'un enfant plus âgé à un cadet, car chaque enfant a une forme de pied et une démarche qui lui est propre. De plus, il est essentiel que les enfants portent des chaussures bien ajustées, qui ne soient ni trop grandes, ni trop petites; vous devez donc les vérifier régulièrement. Il est préférable d'acheter moins de chaussures, mais d'en acheter de solides, avec de bonnes semelles qui résisteront mieux à l'usure. Un bon entretien contribuera également à maintenir les chaussures plus longtemps en bon état.



qui y apparaissent. Achetez de préférence des vêtements qui sont lavables, car s'il vous faut dépenser des fortunes en produits nettoyants ou en frais de buanderie, cela augmentera d'autant le prix du vêtement.

Enfin, un mot sur les chaussu-

Bonne rentrée à vous,

Micheline Côté
Office de la
protection du
consommateur
(418) 722-3775 - frais
virés acceptés

L'automne en couleurs

Lorsque nous songeons à l'automne, des réalités nous saisissent. Celle de l'été qui nous quitte, celle de la rentrée. L'automne, c'est plus que l'été qui se sauve, c'est la nature en pleine mutation. L'automne possède un charme particulier, voire très agréable quand on y pense. Avez-vous déjà préparé votre automne? Avez-vous songé à la quantité d'amusantes journées que vous aurez l'occasion de vivre d'ici quelques temps?

La nature offre d'innombrables possibilités. Située dans une nature éblouissante, la base plein air POHÉNÉGAMOOK offre elle aussi un spectacle d'une grande beauté: des couleurs à admirer, à peindre, à capturer à travers l'objectif de votre appareil photo ou de votre caméra, à conserver par le montage d'un herbier ou par la cueillette de fleurs à sécher.

À pied, à vélo, en charette, en canot, en rabaska, tous les moyens sont bons pour se laisser transporter par la beauté magique du site.

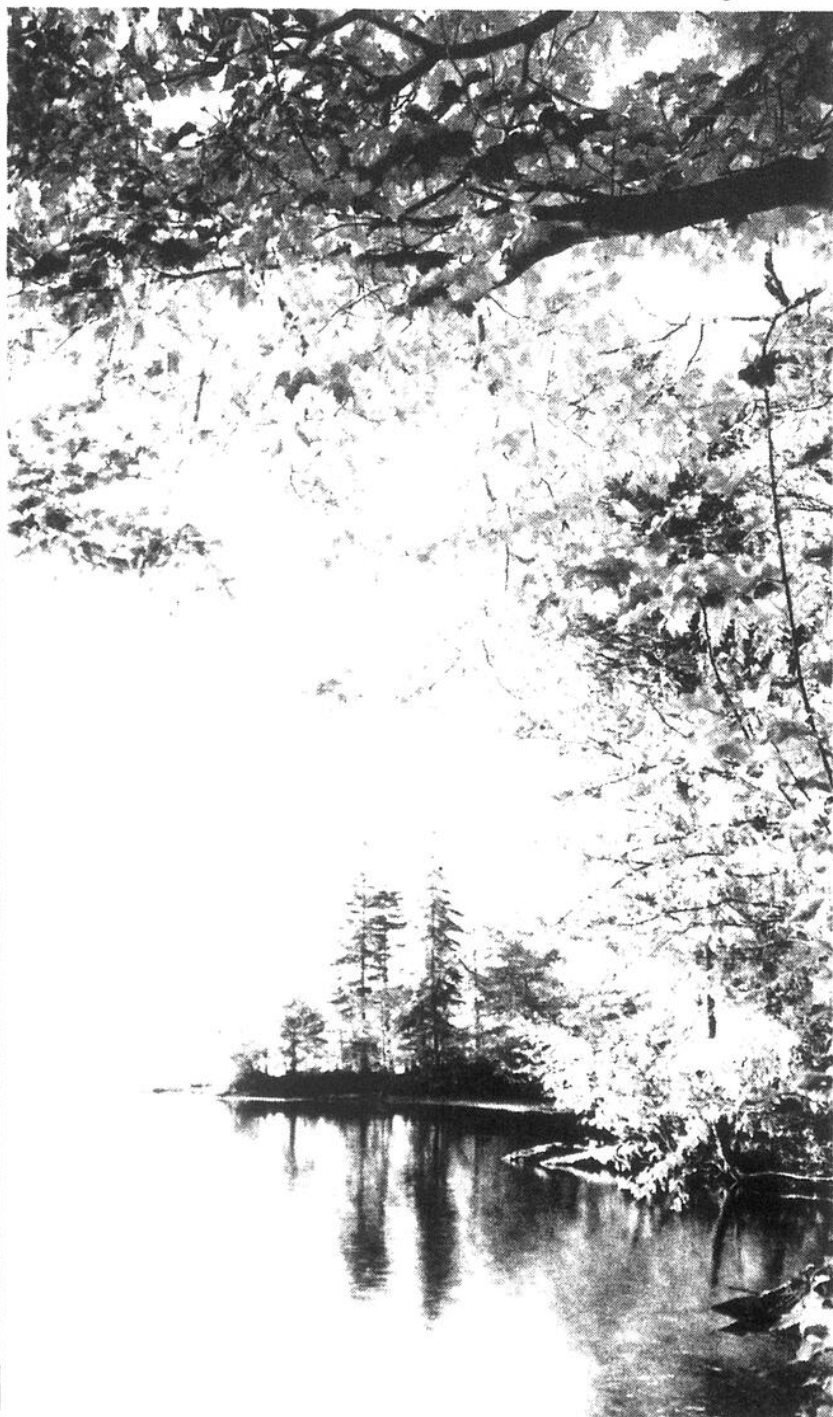
Après avoir jauni, les feuilles ne souffrant point d'éreuthophobie, rougissent, au grand plaisir des yeux. Du haut de ses 450 mètres, le sentier des sommets, long de 6.3 km offre un fascinant panorama de la région de même que de surprenants points de vue pour de romantiques observations de couchers de soleil.

En plus d'accueillir de nombreux chasseurs, la base offrira à l'automne d'intéressants séjours spécifiques tel "plein air, bonne chère", un week-end de relaxation pour adulte avec excellente cuisine rehaussée d'activités douces et exotiques (16 au 18 septembre et Action de Grâce 7 au 10 octobre), "La forêt ancestrale et la révélation de soi", séjour qui vous permettra de découvrir ou redécouvrir ce que la forêt peut offrir de pouvoir régénérateur et de révélation sur soi-même (18 au 25 septembre), de même que des séjours artistiques (huile ou aquarelle) soit "Étude du paysage sur papier" et "Initiation à la peinture de la nature" (23 au 25

septembre) ainsi que "Peinture de paysage" (25 au 30 septembre).

Pour plus de détails sur ces différents forfaits, composez sans frais le 1-800-463-1364.

Cet automne, faites plaisir à vos yeux et laissez-vous séduire par la nature harmonieusement parée de ses plus belles couleurs. Cet automne visitez Pohénégamook.



ALLO LES JEUNES!

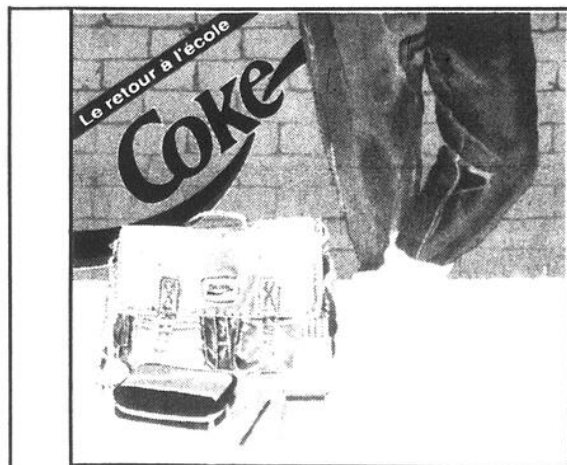
La musique qu'ils aiment

Les adolescents ont un style de musique bien à eux et écouter leurs chanteurs et chanteuses préférés est l'une de leurs activités favorites. Qualifiés par les magasins de disques d'assez gros consommateurs, ils achètent toutefois les cassettes plutôt que les disques. Walkman sur les oreilles, les jeunes parcourent les événements de leur vie en ayant toujours comme toile de fond, un fond sonore.

Souvent lorsque les parents s'impatientent dans le salon en entendant la musique en provenance de la chambre de leurs enfants, ils devraient plutôt faire un petit tour du côté de l'adolescence et ils se souviendraient des vedettes qu'ils aimaient tant entendre, eux aussi. Rappelez-vous et vous serez peut-être plus indulgents face aux goûts musicaux de votre fille ou de votre garçon.

Les vedettes de l'heure

Les vedettes de l'heure qui font tant vibrer les jeu-



Vous pourriez gagner

**UN SAC D'ÉCOLE
EN DENIM DÉLAVÉ**

Vas-y pour la vague de goût léger

TOUS LES DÉTAILS DANS LES MAGASINS PARTICIPANTS



JEAN-JACQUES ROY LTÉE

Distributeur autorisé
des produits COCA-COLA

Tél.: 867-2059

nes ont pour nom, Des Leppard, Europe, Georges Michael, Asteley, Debbie Gibson du côté anglophone et Marie-Denise Pelletier, Marjo, Michel Rivard, Daniel Lavoie, Martine Saint-Clair et Mitsou du côté francophone. Les jeunes sont aussi très friands de la musique de style Heavy Metal et Metallica fait partie de leurs groupes préférés.

Vous vous demandiez ce que les jeunes écoutaient cet été et bien leurs chansons fétiches étaient Foolish Beat de Debbie Gibson et By By mon Cowboy de Mitsou.

La rentrée musicale

L'arrivée de l'automne coïncide avec quelques nouveautés musicales. Si Europe vient de lancer un tout nouvel album, Madonna et Bonjovi le feront à leur tour prochainement.

BEAUTÉ

Pour franchir le cap de l'automne en beauté

Pour franchir le cap de l'automne en beauté, après les abus d'un soleil intensif, il faut se procurer des produits plus spécifiques. La première étape à franchir c'est d'utiliser un gommage, ceci a pour effet de retirer les cellules mortes et rugosités, ainsi que diminuer les plaques brunes causées par le soleil.

Compléments indispensables, un masque hydratant ou nourrissant (Garraud), masque bienfaisant (Lancôme).

Le gommage doit s'utiliser 1 fois par mois, le masque, à toutes les semaines. À ne pas négliger quotidiennement le lait de beauté et la lotion tonique (peaux mixtes), lait bio-milk, lotion hydratante peaux sèches (Garraud).

La crème de jour hydratante redonnera beauté et souplesse à votre peau, hydrothermal (Biotherm), Nio-sôme (Lancôme) hydratante de jour (Garraud) equalia triple action (Vichy). Indispensable pour la femme active, la crème de nuit Lanovita tilleul, gelée royale, complexe rééquilibrant (Garraud) amino hydratante (Roc).

Et pour celles qui ont véritablement besoin de coup de fouet, la cure carissime de Garraud. Crème et ampoule en alternance pendant 14 jours, du 15e jour au 40e on utilise la crème. Le résultat est spectaculaire, les rides deviennent moins profondes, le teint



s'éclaircit, les taches brunes diminuent et la peau devient plus ferme.

Pour compléter, le lait de corps carissime à base d'élastine et de collagène vous aidera à garder votre bronzage. Et vous voilà toute resplendissante pour venir choisir vos coloris automnaux au comptoir des cosmétiques chez Jean Coutu.

À bientôt,

Micheline Raymond,
cosméticienne

AU COMPTOIR

COSMÉTIQUES

DEMANDEZ VOTRE CARTE DE RABAIS PRIME À NOTRE COMPTOIR

Les grands noms à meilleurs prix

Laissez-vous séduire par notre choix



Micheline Raymond, chef cosméticienne, Marie-Josée Vaillancourt, Maryse Rousseau et Rachelle Perreault, cosméticiennes vous attendent pour vous prodiguer de précieux conseils.

JEAN COUTU

On trouve de tout... même un ami

240, rue Lafontaine, Rivière-du-Loup, 862-6326

VOTRE FISCALITÉ ET VOUS

Par Pierre Murray, C.A., M. Fisc., Responsable du Service de fiscalité
du Groupe Mallette - Région Est du Québec

La nouvelle déclaration d'impôt 1988

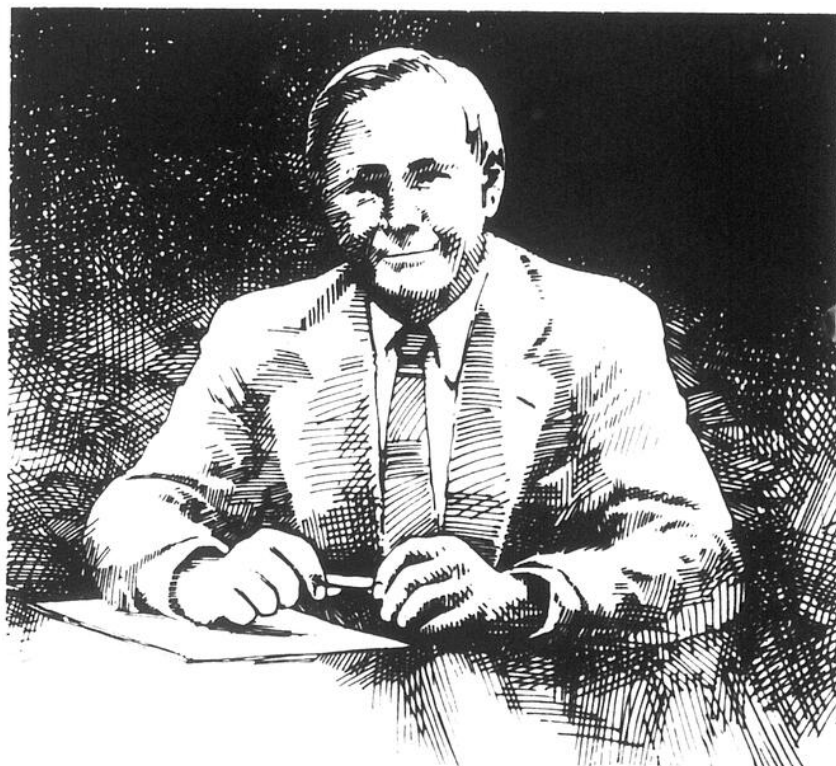
La réforme fiscale a mis en oeuvre un train de modifications importantes qui feront en sorte que la déclaration d'impôt 1988 ne ressemblera d'aucune façon à ce que nous avons connu les années antérieures.

Les modifications ont été mises en application pour améliorer l'équité du système fiscal au Canada. La principale mesure qui rend l'impôt des particuliers plus équitable est le remplacement des exemptions personnelles et d'un grand nombre de déductions par des crédits d'impôt.

Pourquoi les crédits sont-ils plus équitables que les exemptions? Toutes les exemptions et déductions réduisent le revenu imposable, plus celui-ci est élevé, plus le taux d'imposition est élevé et donc, plus l'économie d'impôt que procurent les exemptions et déductions est importante.

Par exemple, une déduction de 100\$ représente une économie d'impôt de 6\$ pour un particulier imposé au taux le moins élevé, par contre cette déduction représente une économie d'impôt de 34\$ pour un particulier imposé au taux le plus élevé.

Les crédits sont effectivement plus justes et plus faciles à comprendre. Ils réduisent directement l'impôt à payer. Les crédits ont la même valeur et représentent la même économie d'impôt pour tous les particuliers, peu importe le



revenu et le taux d'imposition.

La préparation des déclarations d'impôt pour 1988 demandera sûrement une attention spéciale pour les particuliers afin d'une part, de s'assurer que tous les crédits sont convenablement bien réclamés et d'autre part, s'assurer que tous les crédits auxquels le particulier a droit sont également tous réclamés.

Crédits d'impôt

Valeur du crédit fédéral

Personnel de base	1 020\$
Personne mariée (ou équivalent)	850\$
Personne âgée	550\$
Enfants de moins de 18 ans	
• le premier	65\$
• le second	65\$
• le troisième et autres	130\$

Le Groupe
Mallette



Mallette Benoit Boulanger Rondeau

Comptables agréés

Des conseillers et partenaires pour gens d'affaires

470, avenue Chapleau
Saint-Pascal
492-2912, 492-3515

1000, 6e avenue,
suite 206
La Pocatière
856-2690

107, rue Hôtel-de-Ville
Rivière-du-Loup
862-0495

41, rue Notre-Dame
est
Trois-Pistoles
851-2060

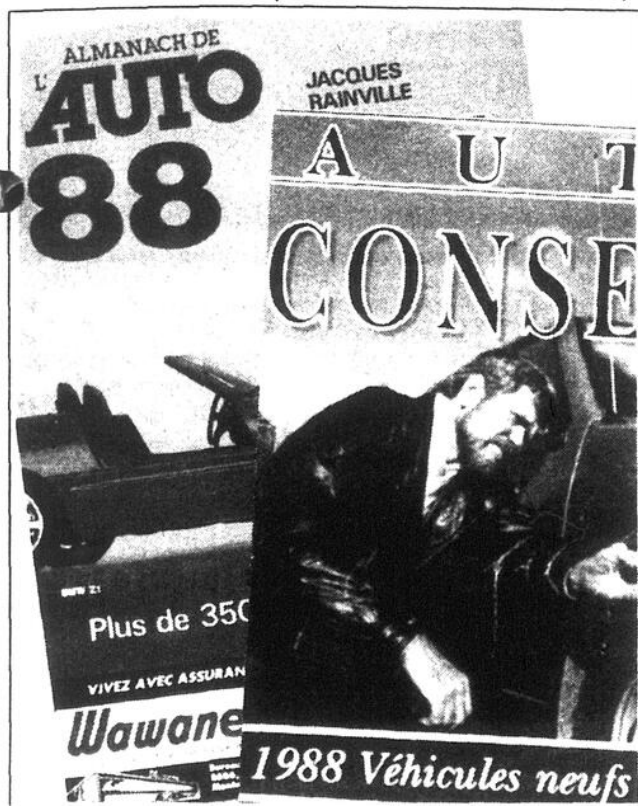


VOTRE AUTOMOBILE ET VOUS

Avec Richard Pelletier de Côte Sud Toyota

Les soldes de l'automne

Avec l'arrivée de l'automne coïncide l'apparition des messages publicitaires parlant des rabais accordés sur les modèles 88 qui doivent céder leur place aux nouveaux modèles 89. Si pour certains consommateurs,



Les différents guides automobiles disponibles sur le marché permettent au consommateur de choisir le modèle réunissant les caractéristiques qu'il recherche.

cette période de l'année est propice à l'achat d'une nouvelle voiture, d'autres diront que cela n'est pas très avantageux. Afin de savoir s'il s'agit d'une bonne décision que d'attendre les rabais de l'automne pour se procurer une voiture, nous allons faire le point là dessus. Première chose à faire remarquer c'est qu'on ne peut pas dire que c'est bon ou mauvais puisque cela dépend du genre de consommateur et de la façon qu'il a d'acheter. En effet si votre voisin trouve les spéciaux de l'automne très avantageux, peut-être n'en est-il pas de même pour vous.

Quel genre de consommateur êtes-vous?

Changez-vous de voiture à tous les 24 à 30 mois ou à tous les 5 ans? Si vous avez l'habitude de le faire régulièrement, peut-être devriez-vous attendre les nouveaux modèles pour obtenir le meilleur prix lors de l'échange plutôt que de vous procurer un modèle 88. La question de la garantie est aussi à prendre en considération. En ayant accès à un très grand choix, vous pouvez vous commander le genre de voiture comprenant les options que vous désirez.

Si par contre, vous êtes le genre de personne qui conserve la même voiture pendant plusieurs années en prenant la garantie la plus complète qui soit, les soldes de l'automne sont peut être intéressantes pour vous si votre concessionnaire possède encore le modèle que vous recherchez. De plus, lorsqu'on se procure un modèle à la fin de la saison, on bénéficie des essais sur route effectués au cours de l'année par les différents chroniqueurs automobiles ce qui permet de connaître leurs commentaires sur le modèle qui nous intéresse. Les différents guides d'auto disponibles sur le marché et les chroniques automobiles que l'on peut écouter à la radio et télévision ou lire dans les journaux constituent d'excellentes références afin d'aider le consommateur à choisir le modèle qui lui convient. Il faut cependant choisir les guides qui sont écrits par des personnes totalement indépendantes des compagnies afin que les informations soient impartiales.

Côte Sud Toyota

... Vous a à cœur

Vos conseillers: Pierre Guérette
Jocelyne Landry
Réginald Drapeau
Régis Pelletier
Directeur des ventes
Richard Pelletier
Directeur général

159A, rue Fraser, Rivière-du-Loup, 862-3222

C'est la saison des marinades

Marinades aux concombres tranchés (Bread and butter pickles)

6 pintes (6 litres) de petits concombres de 1 à 1 1/2 pouce (2,5 à 4 cm) de diamètre
1 pinte de petits oignons blancs
4 piments verts
1 piment rouge doux
1 tasse de sel de table ou 1 1/2 tasse de gros sel
9 tasses d'eau
8 tasses de vinaigre
4 tasses de sucre
1 c. à table de curcuma
1 c. à thé de graines de moutarde
1 c. à thé de graines de céleri

Laver tous les légumes. Trancher mince les concombres et les oignons. Enlever les graines des piments et couper en dés. Faire une saumure avec le sel et l'eau. Faire refroidir et verser sur les légumes. Laisser reposer toute la nuit. Égoutter parfaitement. Mêler le vinaigre, le sucre et les épices. Amener à ébullition et ajouter les légumes. Lorsque les marinades sont entièrement chaudes, les mettre dans des bocaux chauds stérilisés. Sceller.

Quantité: environ 6 pintes (6 litres).

Betteraves entières marinées

40 à 50 petites betteraves de 1 à 1 1/2 pouce (2,5 à 4 cm) de diamètre
4 tasses de vinaigre (vinaigre de cidre de préférence)
1 1/2 tasse d'eau
1 tasse de sucre
1 1/2 c. à thé de sel
3 c. à table d'épices à marinade enveloppées dans une mousseline.

Choisir de petites betteraves. Laisser 2 pouces (5 cm) de tige et toutes les racines; faire cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Plonger dans l'eau froide, puis enlever la pelure. Placer dans des bocaux propres. Faire bouillir 5 minutes le vinaigre, l'eau, le sucre, le sel et les épices; enlever le sac contenant les épices. Verser sur les betteraves les couvrant complètement. Sceller. Conserver dans un endroit frais et sec.

Quantité: environ 4 chopines (1,8 L).

Note: Pour cette quantité, ne pas employer plus d'un petit piment chili dans le mélange d'épices.

L'entretien de votre terrain à l'automne

Malgré la fin de l'été, vous ne devez pas pour autant négliger votre terrain qui requiert certains soins avant l'arrivée de la saison froide.

Le potager

Lorsque vous aurez procédé à la récolte, vous devrez ramasser les plants et préparer le terrain en le labourant. Vous avez le choix de laisser les feuilles mortes sur le sol qui en se décomposant feront un très bon engrais. Vous pouvez aussi les enlever avant de retourner la terre.

Les arbres et les arbustes

Si votre haie et vos arbres se trouvent à proximité de la rue, vous avez intérêt à bien les protéger afin qu'ils ne soient pas endommagés par le calcium et le sable rejetés par la souffleuse. Les petits arbres et arbustes devront avoir un cône protecteur contre la neige. Vous devez aussi suivre les instructions de votre pépiniériste qui diffèrent selon les espèces. Tant qu'aux rosiers, la mousse de tourbe constitue un excellent isolant. Prenez bien soin de protéger la greffe du rosier.

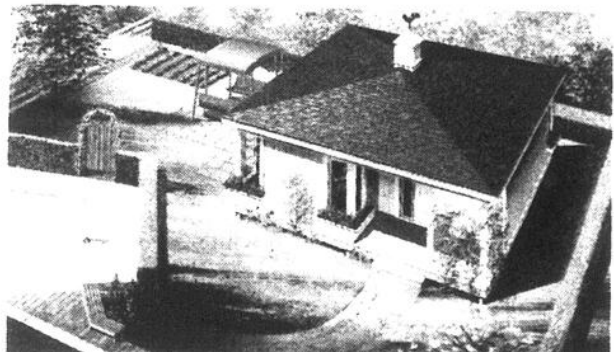
La pelouse

Si votre pelouse n'a pas belle apparence, traitez là avec un engrais approprié et un herbicide s'il y a des mauvaises herbes.

Les fleurs

Après avoir enlevé les fleurs annuelles, vous pouvez planter les vivaces et les bulbes qui écloreont au printemps. Pour vous assurer d'un très beau jardin en

32 Le Magazine / septembre 1988



mai, plantez tout de suite vos espèces préférées que ce soit les tulipes, jonquilles, perce-neiges, etc.

Service complet d'entretien et d'aménagement paysagiste



embellissement
rivière-du-loup inc.

ESTIMATION GRATUITE

Placide Caron, prop.

127, Rang 1, Saint-Antonin
862-0203

L'eau à la bouche

Quoi de plus agréable que de se laisser séduire par des mets exquis et une ambiance des plus chaleureuses! Le Magazine vous propose de savourer l'excellente cuisine de 3 tables régionales.

Très agréable et facilitant le choix, l'Auberge Marie Blanc propose à sa clientèle différentes tables d'hôte qui changent selon les arrivages. Réunissant plusieurs spécialités, cette formule plaît à tous les goûts.

Inspirée par l'automne, l'Auberge Marie-Blanc a préparé à l'intention des amateurs, un menu mettant en vedette perdrix, faisan, etc.

L'Auberge Marie-Blanc de Notre-Dame-du-Lac

S'asseoir à la table de l'Auberge Marie Blanc située à Notre-Dame-du-

Lac, c'est vivre une expérience gastronomique qui restera gravée longtemps dans la mémoire. Que ce soit dehors, sur la terrasse

une architecture exceptionnelle, vous serez vite séduit par le romantisme de l'endroit, l'accueil de Jeannine Bard et les mets



surplombant le majestueux lac Témiscouata, ou à l'intérieur de l'ancien pavillon de chasse qui possède

soigneusement préparés par Guy Sirois et Sylvain Paradis.

(PUBLI-REPORTAGE)

RESTAURANT
PARTAGRUEL

Enr. (Le)
Licencié
274, rue
Lafontaine
Rivière-du-Loup
862-2833

Mario Roy, propriétaire

Spécialités:

- Spéciaux du midi
- Cuisine végétarienne
- Les salades
- Les croques
- Crêpes aux fruits de mer
- Desserts maison
- Café expresso

Auberge
Marie Blanc
inc.

VOS HÔTES:
Jeannine Bard et Guy Sirois
1112, RUE COMMERCIALE
NOTRE-DAME-DU-LAC
(418) 899-6747

- Salle à manger Tables d'hôte
- Produits régionaux
(Agneau, lapin, truite, corégone, etc.)
- Pain et pâtisseries maison
- 14 chambres de motel
- Plage et quai sur le lac Témiscouata



RESTAURANT
LE
• SAINT •
PATRICE

169, rue Fraser, Rivière-du-Loup
862-9895

À l'image du Bas St-Laurent
Mets régionaux



Monique Carignan, travailleuse sociale au Centre de services sociaux de Québec.

(Suite de la page 5)

L'adoption internationale

Pour ceux qui désirent un bébé, l'adoption internationale constitue un excellent moyen. L'adoption internationale, c'est la possibilité, pour des enfants nés hors du Québec, d'être adoptés par des personnes du Québec qui désirent leur donner une famille. C'est le ministère de la Santé et des Services sociaux par l'entremise de son secrétariat à l'adoption internationale qui agit comme coordonnateur.

La période d'attente pour adopter un enfant d'un autre pays est d'une durée de 4 à 5 ans et il faut prévoir des coûts d'au moins 6 000\$ couvrant les dépenses reliées aux billets d'avions, aux honoraires d'avocats, et aux frais reliés à la traduction du dossier dans la langue du pays. Et même dans certains pays, le pays exige que les parents adoptifs effectuent un séjour dans le pays. L'adoption internationale permet d'adopter des enfants en provenance des pays suivants: Brésil, Colombie, Corée, Costa Rica, Guatemala, Haiti, Indes, Mexique, Philippines, Taiwan et Thaïlande. Il est à noter qu'il peut survenir des changements.

Vous pouvez vous adresser au CSS de Québec qui vous indiquera la démarche à entreprendre. Pour informations: Monique Carignan, CSS de Québec, 862-6335.



Plusieurs adoptions internationales ont été réalisées dans la région. On voit ici quelques photos des enfants.

Les Fourrures Lebouthillier de Cacouna

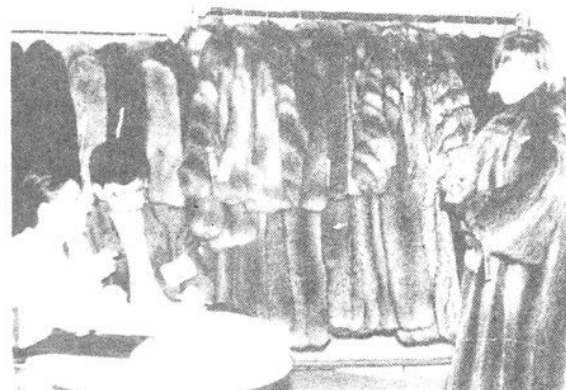
Pour une fourrure à la fine pointe de la mode

Se rendre chez Les Fourrures Lebouthillier pour choisir ou se faire confectionner le manteau de ses rêves est un pur plaisir et ce, en raison du chaleureux accueil que l'on reçoit de la part de toute l'équipe. Très professionnels et possédant de solides connaissances dans le domaine de la fourrure, Charles Lebouthillier, son épouse, Hélène et tout le personnel mettent à la disposition de la clientèle, leur expertise et leur savoir-faire en proposant ce qui se fait de plus actuel dans le domaine. Membre du prestigieux Conseil des détaillants en fourrure au Canada, Les Fourrures Lebouthillier sont présents régulièrement aux différentes expositions dont l'importante exposition internationale de fourrure de Montréal qui se déroule à tous les printemps.

Les pelisses toujours très populaires

Si vous avez dans votre garde-robe un manteau de fourrure que vous jugez trop démodé pour être porté, vous pouvez le faire transformer en une élégante pelisse. De plus en plus populaire, la pelisse, proposée dans de très beaux tissus, est de mise en toute saison car vous pourrez la transformer, au retour des beaux jours, en imperméable en enlevant la doublure de fourrure. Chez Les Fourrures Lebouthillier, on peut vous confectionner une pelisse avec votre manteau de fourrure.

Vous trouverez également un très grand choix de pelisses prêt-à-porter doublées en lapin rasé, opposum, nutria rasé, rat musqué ou vison.



Soucieux d'offrir à leur clientèle ce qui se fait de plus actuel dans le domaine de la fourrure, Charles Lebouthillier et Hélène Côté Lebouthillier se rendent effectuer leurs achats à l'Exposition internationale de fourrure de Montréal qui regroupe plus de 260 exposants en provenance du monde entier.

Place aux fourrures teintes!

Pour celles qui désirent porter ce qui se fait de plus actuel dans le domaine de la fourrure, Les Fourrures Lebouthillier leur propose sa collection de fourrures teintes. En effet le dernier cri en matière de fourrure est sans aucun doute un manteau de fourrure marine, vert émeraude ou même bourgogne! Le castor rasé est offert dans plusieurs coloris et

malgré le fait qu'il soit teint, cela n'enlève rien à ses qualités de durabilité, de confort et de légèreté. Il est à noter que les fourrures rasées seront très en vogue pour 1988-89.



M. Charles Lebouthillier, président de la compagnie propose les plus beaux manteaux qui se doit. Il nous présente un magnifique renard qui saura sûrement rehausser votre beauté, madame.

Des fourrures décontractées

Cette année, les manteaux de fourrure sont offerts dans des coupes très décontractées. Portées très amples au niveau de l'épaule, les manches retrécissent cependant au poignet. Légèrement ample, la jupe au design assez carré rétrécit un peu. La longueur varie entre 46 et 50 pouces de longueur. Cette année les manteaux sont garnis avec du mouton de perse ou de l'astrakan qui devient martingale, épaulettes, etc. Apposées sur des castors ou des visons, ces garnitures qui sont proposées dans des couleurs différentes font le plus joli effet qui se doit! L'élégante aimera porter la toque en mouton de perse assortie aux garnitures de son manteau.

Apposées sur des castors ou des visons, ces garnitures qui sont proposées dans des couleurs différentes font le plus joli effet qui se doit! L'élégante aimera porter la toque en mouton de perse assortie aux garnitures de son manteau.

L'année du vison

Si vous envisagez un jour de posséder un manteau de vison, vous devriez concrétiser votre rêve cette année puisque le vison affiche une baisse de 25 % par rapport au prix de l'an dernier. On se rappellera que le prix du vison avait grimpé en 1987-88. Le favori des dames et même des messieurs en raison de son grand confort et de sa durabilité sera donc le chouchou de l'année. Il est à noter que la plupart des fourrures ont vu également leur prix diminuer.

leur alimentation
nous tient
à cœur



*Automobilistes, arrêtez lorsque
les autobus clignotent...
la vie de nos enfants en dépend*

coop

CLAUDE GAGNON, GÉRANT

298, boul. Thériault
Rivière-du-Loup

C'est à vous...

BONNE ANNÉE SCOLAIRE!