

MAGAZINE



Ce que chaque groupe veut



Musulmans

Le gouvernement bosniaque d'obédience musulmane cherche à maintenir une Bosnie unifiée. Avec un pays naturellement divisé, le gouvernement tente d'avoir accès à la mer Adriatique à partir des positions croates et faire ainsi le lien avec des enclaves isolées situées à l'est par-delà les territoires contrôlés par les Serbes. Le gouvernement soutient que l'accès à ces enclaves est la condition minimale essentielle à la viabilité de l'État.



Serbes

Les Serbes de Bosnie, qui détiennent environ 70 % du territoire bosniaque, réclament un État indépendant qui regrouperait les territoires sous contrôle serbe de Croatie et de Serbie.



Croates

Les Croates de Bosnie sont divisés. Il y a ceux de la région sud-ouest d'Herzégovine, carrément sous contrôle croate, qui se réclament d'un seul et même mini-État croate à cet endroit et qui sont pour, à proprement parler, une union éventuelle avec la Croatie. Il y a aussi plus de 300 000 Croates dans le nord et le centre de la Bosnie qui se sentent abandonnés, comme laissés à eux-mêmes. Ceux-ci souhaitent un État unifié, décentralisé. Ils craignent surtout de se retrouver autrement dans un mini-État à prédominance musulmane.

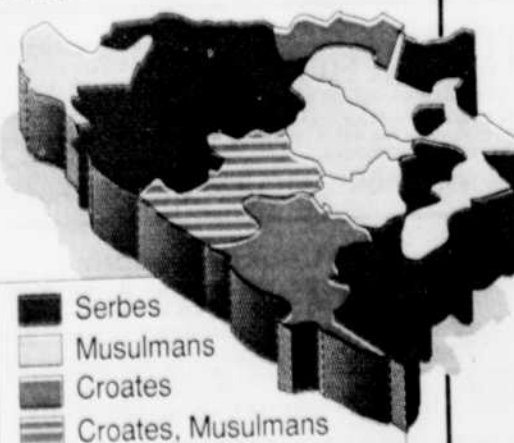
Négociations

Les Serbes de Bosnie ont accepté de retirer leurs pièces d'artillerie lourde autour de Sarajevo et d'en laisser la supervision aux forces des Nations unies dans un effort de la communauté internationale d'en arriver à une solution de paix négociée pour Sarajevo.

Les négociations ont fait peu de progrès quant au projet de partage de la Bosnie en trois mini-États fondés sur l'appartenance ethnique. Le négociateur de la Communauté européenne, Lord Owen, et l'envoyé diplomatique des Nations unies, Thorvald Stoltenberg, ont soumis un plan selon lequel les Serbes accepteraient de céder du territoire au gouvernement musulman. En vertu de ce plan, les Musulmans obtiendraient environ 33 % du territoire, les Serbes un peu plus de 50%, le reste du territoire revenant aux Croates. Mais les pourparlers ont échoué sur les demandes du gouvernement musulman d'avoir accès à la mer Adriatique par l'entremise du territoire croate et d'obtenir encore plus de territoires détenus par les Serbes. Cela permettrait de relier les enclaves musulmanes de l'est aux territoires que détient déjà le gouvernement dans le centre du pays.

Plusieurs autres tentatives de rapprochement et de paix ont échoué jusqu'ici. En août 1992, les trois factions belligères se sont entendues à Londres pour renoncer aux armes lourdes et pour démilitariser les agglomérations urbaines. Mais les combats reprenaient de plus belle. Les pourparlers de paix de Genève commençaient un mois plus tard.

Auparavant, le prédécesseur de Lord Owen et de Thorvald Stoltenberg, Cyrus Vance, avait conçu un plan qui découpait la Bosnie en dix provinces autonomes. Le gouvernement et les Croates ont d'abord accepté la proposition Vance, mais les Serbes de Bosnie la rejetaient en mai 1993. Finalement, en juin, les Serbes et les Croates proposaient une partition ethnique de la Bosnie-Herzégovine.



La Bosnie en sang !

Une guerre qui a détruit la fédération yougoslave et qui éclabousse toute l'Europe

Après 22 mois de conflit en Bosnie-Herzégovine, 200 000 morts et la menace de l'OTAN de bombarder les groupes d'artillerie serbes autour de Sarajevo, la Bosnie-Herzégovine connaît aujourd'hui une période de calme relatif. Bien sûr que les canons continuent de tonner de façon sporadique, laissant ici et là leur cortège de victimes, mais il semble bien que la négociation politique a repris le dessus. À l'origine de cette guerre, plus encore que ne l'avait fait jusqu'ici aucun autre conflit depuis la Deuxième Guerre mondiale, des velléités territoriales inconciliables. Pour aider ses lecteurs à mieux cerner le complexe problème de Bosnie-Herzégovine, LE SOLEIL MAGAZINE présente les principaux acteurs des horreurs commises depuis deux ans dans ce pays et les enjeux poursuivis.



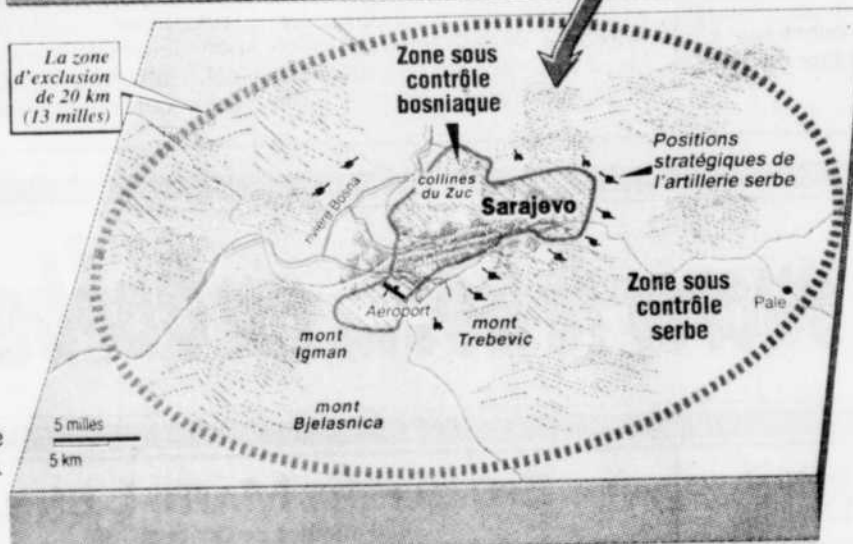
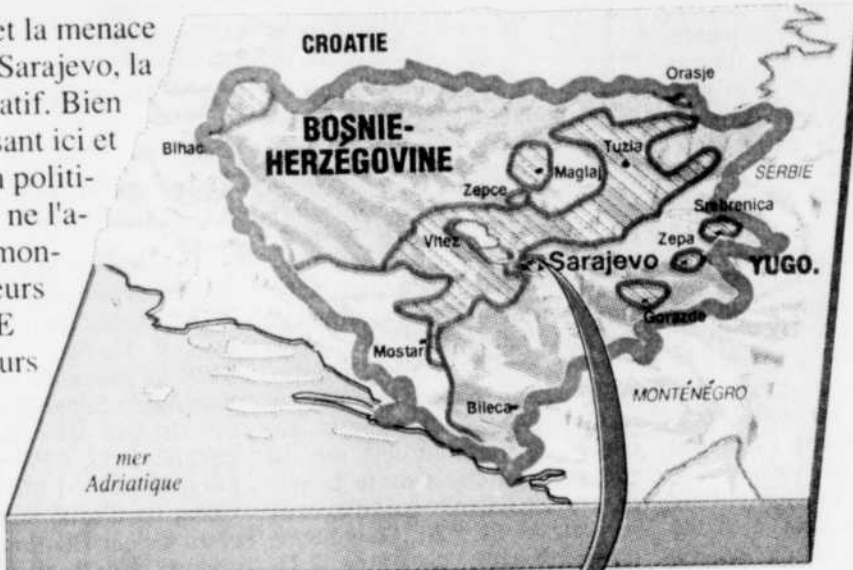
Les joueurs clés

ALIJA IZETBEGOVIC - Élu président de la Bosnie-Herzégovine en 1990, Alija Izetbegovic (musulman) cherche à garder l'unité du pays. Tôt en 1992, les Musulmans, qui forment 43 % de la population, et les Croates, qui en représentent 17 %, votent pour l'indépendance. Les Serbes, qui constituent 33 % de la population, se prononcent contre l'indépendance et s'insurgent. Le président Izetbegovic résiste tant qu'il peut aux pressions internationales en faveur d'un partage par groupe ethnique de la république et écarte toute possibilité d'intervention militaire.

SLOBODAN MILOSEVIC - On considère généralement le redoutable président serbe comme l'instigateur de la guerre bosniaque depuis son appui aux insurgés serbes. On lui prête également une influence considérable auprès du leader serbe de la Bosnie-Herzégovine, Radovan Karadzic. Slobodan Milosevic essaie, par tous les moyens, d'apparaître comme un pacifiste qui tente de convaincre la

communauté internationale de lever les sanctions contre son pays. Récemment, il tentait même un rapprochement avec la Croatie.

RADOVAN KARADZIC - Le leader serbe de la Bosnie-Herzégovine était à la tête de la rébellion contre la décision musulmane-croate, dès avril 1992, de couper les ponts avec la Yougoslavie. C'est lui qui a décrété un État serbe indépendant à l'intérieur même de la Bosnie-Herzégovine sur une portion de territoire contrôlée à 70 % par les Serbes. Radovan Karadzic tient à diviser le pays en trois petits États répartis selon une base ethnique en prévision d'un éventuel amalgame des régions de Bosnie-Herzégovine et de Croatie sous contrôle serbe dans une Serbie élargie. Karadzic a la réputation d'être conciliant face aux pressions internationales, mais en même temps, il fait face à des pressions énormes de la part des orthodoxes serbes de la Bosnie-Herzégovine, à commencer par le chef militaire, le général Ratko Mladic.

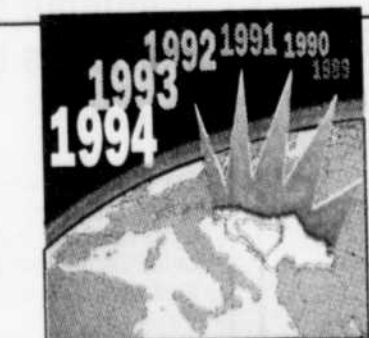


FRANJO TUDJMAN - Le président croate, qui défend du bout des lèvres l'intégrité de la Bosnie-Herzégovine, a d'abord appuyé le gouvernement bosniaque dans ses efforts de préserver une Bosnie-Herzégovine unifiée. Mais dès que l'alliance musulmane-croate dans ce pays s'est effritée, Tudjman a aussitôt appuyé l'idée d'un partage du territoire sur une base ethnique. Le président croate, qui fait maintenant face à la menace de sanctions de la communauté internationale, a offert de coopérer avec le gouvernement bosniaque d'obédience musulmane.

- Les Serbes bosniaques contrôlent environ 70 % du territoire de la Bosnie-Herzégovine.
- Le gouvernement bosniaque (musulman) contrôle la majorité de Sarajevo, la capitale bosniaque, elle-même assiégée par les Serbes. Le gouvernement contrôle aussi une portion de la Bosnie-Herzégovine centrale, un fragment de territoire dans le nord-ouest et quelques enclaves en Bosnie-Herzégovine orientale, pour un total d'environ 10 % du territoire.
- Les Croates détiennent de larges portions de territoires à l'ouest et au sud-ouest de la Bosnie-Herzégovine, ce qui compte pour environ 20 % du territoire total du pays.

L'historique du conflit

- La fièvre nationaliste qui alimente la guerre en Bosnie et qui est à l'origine d'autres conflits plus anciens en Croatie et en Slovénie remonte loin dans l'Histoire.
- Au XVIe siècle, l'empire turc ottoman avait conquis les régions du sud en s'immiscant dans les territoires de la Serbie et de la Croatie. Dans le nord, la Croatie et la Slovénie faisaient alors partie de l'empire austro-hongrois.
- 400 ans de domination turque ont rendu les chrétiens orthodoxes serbes allergiques à leurs conquérants. Au cours de la même période, plusieurs chrétiens slaves de Bosnie se sont convertis à l'Islam.
- Avec le déclin, au XIXe siècle, de l'empire ottoman, les Turcs doivent retraire, et les Serbes commencent alors la conversion de leur pays en un véritable État. L'idée de regrouper toutes les nations slaves du sud en un seul État fait son chemin.
- En 1914, l'archiduc Ferdinand, d'Autriche, est assassiné à Sarajevo par Gavrilo Princip,



nationaliste serbe, ce qui déclenche la Première Guerre mondiale.

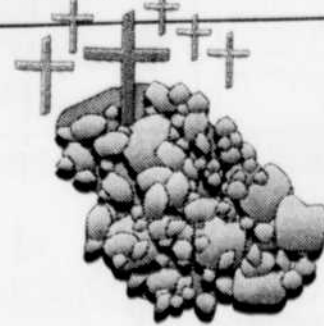
- Après le démembrement de l'empire austro-hongrois et sa défaite au terme du premier grand conflit mondial, le Royaume des Serbes, Croates et Slovènes est créé, qui deviendra par la suite la Yougoslavie.
- Les Allemands nazis envahissent le territoire en 1941, créant un État fasciste en Croatie qui s'étend jusqu'aux banlieues de Belgrade. La guerre civile fait rage entre factions rivales communiste et royaliste. Des centaines de milliers de personnes de tous les groupes ethniques perdent la vie.
- Après la guerre, Josip Broz Tito renverse la monarchie, jette les bases d'un véritable État communiste et bâillonne toute forme de nationalisme dissident.

Mais le Parti communiste et la Yougoslavie commencent à s'effriter à la mort de Tito.

- Les nationalistes prennent le pouvoir aux élections de 1990. Les revendications autonomistes et le mouvement pour l'indépendance prennent de l'ampleur en juin 1991. La Slovénie et la Croatie déclarent l'indépendance. L'armée yougoslave, à prédominance serbe, intervient brièvement en Slovénie, puis décide d'appuyer les insurgés serbes de Croatie. Les insurrections vont faire plus de 10 000 morts en six mois seulement.
- Quand la Bosnie-Herzégovine proclame son indépendance en 1992, les Serbes se révoltent, engendrant le plus sanglant conflit à survenir en Europe depuis la Deuxième Guerre mondiale.

Bilan des morts

Il est difficile d'évaluer correctement le nombre de personnes qui sont mortes au cours des 22 mois de guerre en Bosnie. Le gouvernement à prédominance musulmane estime à 200 000 le nombre des personnes mortes ou portées disparues. Mais ce chiffre fait seulement état des pertes de vie encourues sur les territoires



contrôlés par le gouvernement, une portion qui rétrécit régulièrement depuis le début des hostilités. Les Croates revendiquent, quant à eux, plus de 8000 morts. Un bon nombre de civils, assiégés ou victimes de purification ethnique, comptent parmi les personnes tuées.

Le 5 février, une bombe au mortier a fait 68 morts à Sarajevo, ce qui a amené les puissances occidentales à faire planer la menace d'un bombardement aérien pour mettre fin au carnage. Les Serbes, qui détiennent 70 % du territoire de la Bosnie, n'ont pas chiffré leurs pertes de vie, mais on estime généralement que leur nombre est moins grand puisque les Serbes sont militairement mieux équipés que les forces gouvernementales musulmanes.

ARENA

La disette de jeux sur ordinateur qui durait depuis les Fêtes semble sur le point de prendre fin, plusieurs titres intéressants venant de faire leur apparition sur le marché, dont notamment « Hired Guns » de Ppygnosis, pouvant se jouer jusqu'à quatre personnes et le fabuleux « The Lawnmower Man », sans doute le plus génial programme jamais réalisé pour CD-Rom. Mais le fait à souligner ces jours-ci, c'est l'arrivée de « The Elder Scrolls: Arena », de la compagnie Bethesda Softworks, sans aucun doute le plus gros et le plus complexe jeu de rôles sur ordinateur depuis la série des Ultima. Sébastien Mathieu, nouveau responsable de la section des jeux chez MicroBec, a été l'un des premiers à Québec à mettre la main sur le nouveau programme et, fanatique des JDR, il avoue qu'il a passé quatre nuits blanches pour se familiariser avec « Arena », tellement le jeu est fascinant. Un jeu qui se compare avec « Betrayal at Krondor » pour ce qui est de la complexité et à « Ultima Underworld » pour ce qui est de la « machine » d'interface et des animations en trois dimensions. Arena est effectivement un jeu gigantesque: plus de 8 millions de kilomètres carrés à explorer sur un territoire comportant plus de 400 villes, villages et labyrinthes. Le joueur en a presque pour des mois, s'il veut atteindre le but ultime, ou encore peut se contenter de multiples sous-épisodes. Si les détails des graphismes n'atteignent pas la complexité de Underworld, ils sont néanmoins exceptionnels et, sur les machines rapides, l'animation est presque aussi fluide. Comme tous les nouveaux programmes sur PC, « Arena » est gourmand en espace sur le disque dur (plus de 25 Mo) et en mémoire, capricieux sur la configuration qui en fera sûrement pester plus d'un avant de trouver l'agencement nécessaire.

En fait il est presque souhaitable de créer une disquette de démarrage « ad hoc » ou tout au moins un fichier spécial dans la configuration multiple avec DOS 6.0. Des inconvénients vite oubliés quand on se met à jouer à « Arena » qui deviendra sans l'ombre d'un doute l'un des chefs de file de la nouvelle génération de jeux de rôle.



L'énigme du professeur

Collaboration spéciale

Comme toutes les bonnes choses ont une fin, c'est la dernière semaine que je prépare la chronique au nom de vous-savez-qui. Il a dû revenir un peu plus tôt que prévu à cause de ses ulcères peptiques, et il n'a pas trouvé là-bas de vétérinaire pour le traiter. Quoi qu'il en soit, c'est lui qui a concocté l'énigme du jour, et je serais bien prête à parier mon bikini que ce n'est pas sans avoir fait amplement connaissance avec toutes les petites Dubois. Est-ce que ça vous aiderait si je vous disais que les frères Dupré portent tous des bobettes de même couleur ? Salutations empressées.

Flo pour Jissé

L'énigme des mariages en famille.



Dans un petit village, les cinq sœurs Dubois ont marié, faute de choix, les cinq frères Dupré. On retrouve le même âge pour les deux conjoints au moins chez un couple, mais la différence d'âge entre les conjoints à l'intérieur d'un couple ne dépasse jamais trois ans. Dites-moi alors qui a marié qui.

1. Le mari de Marthe a 29 ans.
2. Michel est marié depuis un an.
3. Pierrette a 32 ans.
4. Michel a deux ans de plus que la cadette Dubois.
5. Celle qui a 28 ans est mariée depuis cinq ans.
6. Marc a 28 ans.
7. Celui qui a 35 ans a courtoisé sa belle pendant trois ans.
8. Pauline s'est mariée un an avant Marthe.
9. Les fréquentations de Rose ont duré deux ans.
10. Micheline n'a pas épousé Rémy, mais elle est plus jeune que son mari.
11. Celle qui a 34 ans a étiré ses fréquentations pendant quatre ans.
12. Paul est marié depuis moins de sept ans, mais pas à celle qui a 24 ans.
13. Celle qui a 26 ans est mariée depuis six ans.
14. Les fréquentations d'un an n'appartiennent pas à celui qui a 26 ans.
15. Pierre est marié depuis neuf ans.

Note aux lecteurs

Si jamais vous ne pouvez trouver par vous-mêmes la solution, lisez la suite de cette chronique en page C-7

Macintosh: le LC 520 est mort, vive le LC 575!

Dans l'incessant tourbillon qui caractérise le monde de l'informatique personnelle en général et la famille Macintosh en particulier, les nouveautés vont et viennent à un rythme effarant, au point que le pauvre néophyte ne doit plus savoir où donner de la tête.

par
MICHEL
TRUCHON
LE SOLEIL



L'automne dernier, Macintosh avait mis sur le marché une superbe petite machine, le LC 520, qui réunissait tous les éléments pour en faire l'ordinateur idéal pour les débutants et tous ceux qui ne veulent pas se compliquer la vie. Mais, quelques semaines après, tout au plus, le LC 520 s'évanouissait en fumée...

Repli stratégique, doit-on aujourd'hui constater, puisque Apple est revenu à la charge avec une version « gonflée », le LC 575. L'attente en valait la peine. Le « moteur » du nouveau venu est un processeur Motorola 68LC040 tournant à 33 MHz. Malgré l'absence du coprocesseur mathématique, cette puce est quatre fois plus rapide que le 68030 à 33MHz du Macintosh LC III, par exemple, explique Jocelyn Corriveau du magasin Compucentre des Galeries de la Capi-

taie qui a reçu le nouveau petit « Mac », la semaine dernière.

Rien pour éblouir les inconditionnels du Macintosh qui, par les temps qui courent ne jurent que par le PowerPC, ce microprocesseur développé conjointement avec IBM et Motorola dont l'architecture repose sur la technologie RISC (circuit à jeu d'instructions réduit) permettant une nouvelle vitesse d'exécution des applications. Mais, précise Jocelyn Corriveau, le LC 575 a de quoi séduire les débutants qui songent à se tourner vers la famille Macintosh mais ne savent pas par quel bout commencer.

Examinons d'abord la « carrosserie » du LC 575: c'est une machine monobloc, de taille modeste, qui hypothèque fort peu de place sur un bureau. Le nouveau venu est équipé d'un moniteur à tube Sony de 14 pouces, à haute définition, qui offre une image superbe. Il possède également un système de haut-parleurs intégrés, avec contrôle du son à l'avant de l'appareil, permettant une reproduction stéréophonique fort honnête, une prise pour un casque stéréo et un microphone intégré dans la partie supérieure du moniteur. Des avantages que l'on trouve sur peu de machines.

Selon la configuration choisie, le LC 575 peut également accueillir un lecteur CD-Rom, le AppleCD 300i Plus, à double vitesse et à plateau motorisé, nettement supérieur au modèle précédent qui utilisait l'agaçant « caddy » pour recevoir le disque. Les deux modèles ont un lecteur de disquettes à haute densité et un disque dur de 160 Mo. La seule chose qu'il leur manque, et c'est dommage, c'est une carte fax-modem en équipement standard.



Le LC 575 est un ordinateur on ne peut plus simple à utiliser, explique Jocelyn Corriveau du magasin Compucentre.

Le LC 575 est un ordinateur on ne peut plus simple à utiliser, du genre « déballez et branchez ». Il n'y a en effet aucun raccordement à effectuer autre que celui du fil d'alimentation de secteur. Autre attrait pour les débutants, note Jocelyn Corriveau, qui ne sont pas confrontés au « choc » des fils. Au premier lancement, l'utilisateur est mis en présence du choix de la langue de travail, détail qui n'existait pas sur le LC 520. Le système d'exploitation (Système 7.1), compressé sur le disque dur, s'installe de lui-même en quelques instants. Aucune disquette à changer, rien d'autre à faire.

Cette formalité passée, le LC 575 est prêt à fonctionner.

Le nouveau Macintosh est offert en deux modèles: le LC 575 4/160, sans lecteur CD-Rom, avec 4 Mo de mémoire vive, 512K de mémoire vidéo, un lecteur Apple SuperDrive 1.4 Mo et un disque dur de 160 Mo (2050\$); le LC 575 8/160, lui, a 8 Mo de « ram », 1 Mo de mémoire vidéo, un disque dur de 160 Mo et un lecteur CD-Rom (2700\$). À ces prix pour les deux modèles, il faut ajouter celui du clavier: 150\$ pour le clavier standard et 270\$ pour le clavier étendu. Et, pour ceux qui s'inquiéteraient de la

pertinence d'acheter un 68040 alors que la technologie s'apprête encore une fois à faire un bond en avant, précisons que le LC 575 pourra être transformé en PowerPC grâce à une carte de mise à jour.

AU SALON DE L'AUTO

Venez me rencontrer, je vous remettrai un GRATTEUX qui vous méritera un **2^e RABAIS** de 100\$ à 1000\$ à l'achat d'une Honda chez Ste-Foy Lallier seulement.

Ste-Foy Lallier

2300, boulevard Charest Ouest
Sainte-Foy (Québec) G1N 2E8
687-2525

Se sucrer le bec... au Québec!

CABANE À SUCRE ÎLE D'ORLÉANS

- 20 min. centre-ville Québec
- Cuisine québécoise dans son décor naturel
- Animation
- Service de bar
- Réceptions de tous genres
- Sur réservation: 829-3455

le Relais Des Pins

3029, chemin Royal
Sainte-Famille
île d'Orléans
829-3455

ÉRABLIÈRE MART-L ENR.
(20 minutes de Québec)

- Salle de 150 personnes
- Repas et tire sur la neige servis à volonté
- Musiciens, service de bar, danse
- Promenade à cheval
- Service de garderie

23, GRAND-CAPSA, PONT-ROUGE, RÉS.: 525-8653 - 873-2164

Ranch Massif du sud inc.

149, route du Massif du Sud, Saint-Philémon
Réservez (418) 469-2900 Fax: (418) 883-2225
Bellechasse (Québec) G0R 4A0

UNE JOURNÉE DE FÊTE AUX SUCRES PAS COMME LES AUTRES!
Vous découvrirez:
— De vraies pépites d'or
— Le Musée sur l'or
— La mine en construction
— La cabane du trappeur
— L'initiation à l'équitation
— Les tours de canoë
— Spectacle du bronco mécanique
— Salle de réception, repas biens garnis
— Salle de réception, repas biens garnis
Réservez à l'avance: 469-2900

ÉRABLIÈRE DU LAC-BEAUPORT

- Repas canadien et tire sur la neige à volonté
- Réceptions de tous genres à l'année
- Méchoui, poulet sur charbon de bois

200, chemin des Lacs
Lac-Beauport
(à 15 min. de Québec)

Pour réservation: 849-0066

CABANE À SUCRE CHEZ JEAN-GUY

La cueillette se fait avec chevaux.

SITUÉE AU BOUT DE LA RUE LAURIER À SAINT-CATHÉRINE-DE-LA-JACQUES-CARTIER
Sur réservation seulement. Faites vite, encore quelques places disponibles.

INFORMATIONS: 875-3704

PRIX
ADULTES 14\$
ENFANTS 9\$
SPÉCIAL pour groupes d'écoliers

Sont inclus dans le prix:
— Repas complet
— Dégustation de tire sur la neige
— Un « sleigh ride »
— Musique, danse et jeux sociaux continus

SALLE DE 175 PERSONNES

- Parties de sucre québécoises avec repas, service à volonté et animation
- Mariages • Anniversaires
- Brunch • Épluchette de bûche d'Inde
- Pique-nique • Party des fêtes, etc.

1142, av. Saint-Louis
Portneuf-Station
J.-G. Cloutier, Prop.

(418) 286-6928 (418) 285-0199

ÉRABLIÈRE BEAUDRY enr.
245, Soumande, Vanier
Halles Fleur de Lys

À notre comptoir, nous présentons à l'année, toute la gamme de produits de l'érable.
De plus, des emballages-cadeaux pour occasions spéciales, telles que Pâques, Noël, etc. Tél.: (418) 683-5966

ÉRABLIÈRE GÉRARD MAROIS ENR.
4194, chemin Notre-Dame, Saint-Augustin

- Venez déguster notre excellent repas et notre tire sur la neige, le tout à volonté.
- Dans un décor chaleureux et familial à 15 minutes du centre-ville.
- Capacité de 150 personnes environ. Réservez dès maintenant!

Tél.: 878-2448 - 878-2173

• Érablière entaillée à la chaudière
• Peut réunir 120 personnes
• Produits de l'érable fabriqués sur place (tire sur neige)
Venez faire un tour... Tu y découvriras peut-être la cabane de tes rêves...

Thérèse et J.-Claude Rochon (propriétaires)
364, 4e Rang Ouest, Saint-Augustin-de-Desmaures
Autoroute 40 (sortie 295)
Tél.: (418) 878-2189

PARTIE DE SUCRE
(même l'été)

Sem.: 12\$ + taxes, serv., animation 16\$
Fin sem.: 13,80\$ + taxes, serv., animation 18\$

Aussi: festin de gibiers, méchoui, hot dog party, épluchette. Animation et jeux. Serveuses en costume d'époque, repas à la chandelle, nappe, porcelaine, couteillerie. Permis bierre et vin.

SUCRERIE VERRET
Saint-Jean, Île d'Orléans
Réservation: (418) 829-3189

L'ÉRABLIÈRE LA BONNE FOURCHETTE
Permis de la Société des alcools
St-Basile-de-Portneuf, à 30 miles de Québec, route 440, sortie 281 Nord, direction route 365 Nord.

• Repas complet, tire sur la neige
• Nourriture à volonté
• Prix imbattables
Communiquez avec nous au plus tôt!

RÉSERVATION: (418) 329-2557 / 329-3150

CABANE À SUCRE DU LAC

- Entreprise familiale
- Repas à volonté servi à table
- Tire sur la neige
- Produits de l'érable (en vente)
- Capacité de 80 personnes pour les repas
- Matériaux d'activités fournis
- Installations d'évaporation centenaires

(À 5 minutes de Sainte-Foy)
153, chemin du Lac, Saint-Augustin-de-Desmaures, Québec
Pour information et réservation: 871-9090

Cabane à sucre L'EN-TAILLEUR

Venez vous régaler à la québécoise sur la terre de nos aïeux.
1447, chemin Royal, St-Pierre, île d'Orléans G0A 4E0

Pour réservations et renseignements: SIMON TAILLEUR ET FILLES
Tél.: (418) 828-1269 Fax: (418) 828-2344

SI VOUS DÉSIREZ ANNONCER DANS CETTE RUBRIQUE, communiquez avec le TÉLÉMARKETING: 647-3378 / 647-3377 / 647-3376 ou sans frais au 1-800-463-4828.

DES GENS

DES ÉVÉNEMENTS

Interdit de fumer au Pentagone

Les films de guerre américains vont prendre un coup de vieux : Hollywood ne pourra bientôt plus montrer des GI's, la cigarette vissée au bec, du moins pas sur leur lieu de travail car le Pentagone interdit désormais de fumer dans toutes les installations militaires. Le plus important employeur fédéral, le département de la Défense, s'est fixé jusqu'au 8 avril pour retirer tous ses cendriers, placarder des avis le long des 28 km de couloirs du Pentagone et convertir les 300 à 1000 \$ d'amende encourue en monnaie locale pour les bases situées à l'étranger.



Pas de danger pour le lapin

Personne ne peut en vouloir au lion Wallace de se pourlécher les babines à la vue de ce pauvre petit lapin. La vérité c'est que ce lionceau de huit mois s'entend très bien avec le lapin et tous les autres animaux du parc Three Hills, en Alberta. (PC)

Les abeilles ne perdent pas le sud

Les abeilles, qui peuvent parcourir des kilomètres et des kilomètres pour aller butiner et se souvenir ensuite suffisamment du parcours effectué pour le décrire à leurs congénères, s'orientent grâce à la faculté particulière qu'elles ont de détecter instantanément le pôle Sud magnétique, ont déclaré mercredi des scientifiques. « Lorsqu'elles mémorisent quelque chose ou recherchent un lieu, elles font toujours face dans la même direction, aidées par le champ magnétique de la Terre », écrivent-ils.



Une petite rafraîchissement

Un pompier arrose un éléphant de mer qui s'est égaré sur la plage de Rio, au Brésil, mercredi. Ces phoques de l'Antarctique s'aventurent rarement dans les eaux calmes du Brésil. On croit que celui-ci a été chassé par un rival et qu'il s'est perdu en mer. Il finira sa vie au Zoo de Rio. (AP)

Arsène dans le réfrigérateur

Lancée sur les traces d'un cambrioleur, la police espagnole a fait irruption, mardi, dans une habitation de Cordoue. Tout d'abord, elle n'a trouvé personne de suspect, mais c'est en ouvrant le réfrigérateur qu'elle a découvert, recroquevillé, un Arsène Lupin de 29 ans. L'homme est bien connu des services de police : il a déjà été arrêté 20 fois dans le passé pour d'autres cambriolages.

Une sortie au restaurant avec Fido ?

C'est la fête de Médor ? L'anniversaire de Minou le chat ? Jacquot-le-Perroquet a fait de gros progrès en allemand ? Tout cela mérite bien une petite sortie au restaurant. Si, si : les Américains, jamais à court d'imagination, ont lancé le premier « Puppy Hut », un restaurant rapide pour animaux, dans une petite ville du Middle West. Chez « Puppy Hut », adieu boulettes, croquettes ou infâmes pâtes : nos amis les bêtes sont traités avec tous les égards et se voient proposer des steaks, des hamburgers ou des côtelettes.

LE SOLEIL
MAGAZINE

Pour toute information relative à la production de ce cahier, veuillez communiquer avec l'un ou l'autre des services suivants :

Rédaction, service des cahiers spéciaux 647-3412
Publicité 647-3435
Tirage 647-3333

À Sarajevo, la presse survit

□ Le seul quotidien de la ville paraît encore même s'il a été privé de radio, d'électricité, coupé de ses correspondants extérieurs, des agences de presse, et que 3 de ses journalistes ont été tués et 20 autres blessés.

SARAJEVO — Une atmosphère de « résistance » règne à Oslobođenje, le quotidien qui, aux heures les plus critiques de la guerre en Bosnie, a empêché Sarajevo d'être complètement coupée du monde. Une demi-douzaine de journalistes, installés autour d'une table, piochent leurs textes sur d'anciennes machines à écrire manuelles. Dans un coin, la flamme d'un poêle à l'huile artisanal donne à la pièce un air de conspiration.

Monique
GIGUÈRE

envoyée spéciale
du Soleil

en ex-Yougoslavie

Personnage clé du combat quotidien d'Oslobođenje pour sortir le journal à travers mille embûches, Gordana Knezevic rejette le titre d'héroïne. « Je n'ai fait que ce que j'avais à faire. Cela n'a rien d'héroïque. Si la guerre vous frappait, vous feriez de même, vous essaieriez désespérément de continuer à paraître », dit l'adjointe à l'éditeur qui se rappelle chaque étape de cette lutte inouïe de deux ans pour survivre.

Rien qui ne soit arrivé à ce journal qui tire à 7000 exemplaires, 3000 de moins qu'avant la guerre. Son système de communications a été détruit, son immeuble incendié, trois de ses journalistes ont été tués et 20 blessés par bombe, grenade ou éclats d'obus.

« J'étais dans mon bureau quand le journal a été attaqué. J'ai eu peur pour mourir. Les tirs portaient d'une distance de 100 mètres. C'est très proche. Le but des Serbes était d'isoler Sarajevo du monde extérieur en prenant le contrôle de la tour de télévision et en détruisant tous les centres de communications », raconte l'éditrice de 44 ans, elle-même Serbe, qui affirme n'avoir jamais eu le moindre malentendu avec le personnel musulman ou croate pendant ces deux années de guerre.

Cible à abattre en tant qu'organe d'information, Oslobođenje se retrouve bientôt sans téléphone, sans radio, sans électricité, coupé de ses correspondants extérieurs, des agences de presse. « Nous sommes retournés à l'époque de Gutenberg », note Gordana. Nous avons sorti nos vieilles machines à écrire manuelles du placard et utilisons la radio amateur pour établir le lien avec Zagreb ».

Gordana Knezevic explique que les dépêches des correspondants étaient lues sur les ondes à Zagreb, reçues par une station correspondante à Sarajevo et enregistrées. La cassette était ensuite acheminée à Oslobođenje par un volontaire qui défiait les balles en prenant ses jambes à son cou.

Oslobođenje devient alors

l'un des endroits les plus dangereux de Sarajevo. Personne ne peut s'en approcher sans risque. Pour ne pas exposer inutilement son personnel, la direction décide de former des équipes de travail qui coucheront au journal et se relaieront aux sept jours.

D'exploit en exploit

Ça marche. Mais le 6 juin 1992, c'est la catastrophe. Les Serbes mettent le feu à l'immeuble qui brûle jusqu'au sol. Seules les presses sont épargnées. « Aux nouvelles du soir, les gens ont vu l'immeuble en flammes, se remémore Gordana. Tout le monde a pensé qu'il n'y aurait pas de journal le lendemain. Mais à 6 h grâce au travail acharné de chacun, le bouton a été pressé, les rotatives mises en marche et, à 9 h, le journal était imprimé. »

Les exploits de ce genre sont monnaie courante à Oslobođenje qui s'est paré, en ces deux ans de misère, de toutes les couleurs de l'arc-en-ciel. Gordana se souvient avec émotion des Sarajéviens qui faisaient la queue pendant des heures pour se procurer un exemplaire du jour. Vingt personnes au moins ont été blessées dans ces files d'attente.

« Chaque fois que le journal s'est trouvé à court de papier, on a ratissé la ville et utilisé jusqu'au papier d'emballage. C'est comme ça qu'on a eu des éditions roses, vertes, bleues », raconte encore le numéro deux du quotidien aujourd'hui connu à travers le monde.

L'éditrice rappelle que le premier journaliste à trouver la mort dans cette guerre a été le correspondant d'Oslobođenje à Zvornik. « C'était le 9 avril 1992. Il était assis à son bureau en train de transmettre un texte. Une balle l'a atteint. » Elle parle aussi de ce photographe émérite abattu en prenant des photos d'une foule faisant la queue à un point d'eau.



Le journal en feu
Atteint par des obus de mortiers, une épaisse fumée se dégage du bâtiment qui abritait le quotidien de Sarajevo « Oslobođenje » (LIBÉRATION) reproduit ci-contre.



Un soldat bosniaque aide une fillette à traverser une rue de Sarajevo en courant pour éviter les balles de tireurs embusqués.

Information manipulée

Gordana Knezevic est étonnée. Elle en a marre de la guerre et marre de la couverture qu'on en fait. Elle dénonce avec vigueur la façon dont la

FORPRONU (Force de protection des Nations unies) manipule l'information. « Les Nations unies triturent les faits, soutient-elle. Elles cachent la vérité. Même quand elles connaissent les vrais coupables ».

d'attentats, elles refusent de les nommer. Cela sous prétexte de ne pas donner prise aux représailles. C'est absurde. »

À Oslobođenje, la politique éditoriale est simple. « Le parti que nous avons pris est celui des gens de Sarajevo, déclare la journaliste. Nous ne dissimulons absolument rien. Nous accumulons le plus grand nombre de faits possibles et nous les exposons. Quand les preuves sont suffisantes, nous publions les noms. »

Un hiver de désespoir

Gordana dit que l'hiver qui s'achève a été le pire à Sarajevo. Un hiver de désespoir et de découragement. Un petit garçon qui jouait dans la neige a été tué devant sa porte et il y a eu le massacre du marché. « C'est tout près du journal. Il y avait du sang partout. Nous en avions jusque sur nos chaussures », raconte-t-elle avec tristesse et dégoût.

L'accord intervenu en début de semaine à Washington, entre Musulmans et Croates, redonne un peu d'espoir à Mme Knezevic. C'est une solution raisonnable, cette confédération, pour nous sortir du merdier. Je pense, oui, que c'est le début de la fin », dit la résistante qui ne rêve que de pouvoir s'asseoir tranquillement à un café-terrasse, un jour, sans craindre les obus et, en rentrant chez elle le soir, de trouver l'eau et l'électricité.

Mais les mitrailleuses refusent de se taire. Cette nuit encore, elles tirent rafales sur rafales pour briser l'espoir de paix et gâter le printemps de Sarajevo.

COMMENTAIRE:

Allonger avant d'évaluer?

Sans surprise, le nouveau ministre de l'Éducation parvient rapidement à de multiples décisions. D'une part, M.

Jacques Chagnon connaissait le monde de l'éducation dès avant sa carrière politique ; d'autre part, M. Chagnon n'a que très peu de temps pour montrer enfin ce qu'il aurait aimé faire dans ce secteur. On n'a pourtant pas le sentiment, malgré la longue réflexion qu'a menée M. Chagnon pendant ses « loisirs » de député, que toutes ses décisions découlent d'une analyse rigoureuse.

Un oeil sur l'université

M. Chagnon adresse d'emblée ses premières exigences aux facultés universitaires qui forment les enseignants. Il rappelle, par sous-ministre interposé, que le ministre de l'Éducation a quelque chose à dire au sujet de la formation offerte aux futurs maîtres : « L'université définit le contenu des cours, mais il incombe au ministre de l'Éducation de décider qui enseignera aux enfants ». Il est permis de voir là, sous une forme à peine feutrée, un reproche du ministère de l'Éducation à l'endroit de l'université. Aux yeux du ministre, quelque chose ne tourne pas rond dans la formation donnée aujourd'hui aux futurs maîtres par les facultés des sciences de l'éducation.

M. Chagnon prononce-t-il le bon verdict ? Je le crois. Non en raison d'un accès direct à la salle de cours où l'université distille son savoir, mais en raison de ce que disent à qui veut les entendre les étudiants et étudiantes qui subissent ces cours. En raison aussi de ce que ressentent les commissions scolaires face au fossé persistant entre la forma-

tion dispensée par l'université et les besoins de l'école.

Responsable, pas coupable

Je ne déduis pourtant pas de ce constat que l'université mérite tous les blâmes. L'université est ce qu'on a voulu qu'elle soit. Puisque la mode incitait à la surspécialisation, l'université a multiplié les spécialistes. Chacune des matières enseignées au cours secondaire réclame aujourd'hui une formation si approfondie et si méticuleuse que trois années d'études universitaires suffisent à peine à en faire le tour. Cela, notre collectivité l'a voulu. Quant à elle, l'université a ajouté, comme il se doit, ses propensions classiques à la sculpture des cheveux et à l'atomisation des concepts. Si, en somme, l'université porte une part de responsabilité dans l'inadéquation actuelle, elle n'a pas démerité pour autant.

Des correctifs adaptés ?

On peut donc comprendre les motifs qui incitent M. Chagnon à exiger de l'université une formation différente : d'une part, la polyvalence redevient nécessaire, d'autre part, trop d'enseignants formés à l'université montrent peu d'aptitudes pédagogiques. Fallait-il, à partir de cette analyse, ajouter une quatrième année à la formation des futurs pédagogues ? Peut-être, mais la preuve n'en a pas été offerte.

Certes, les stages seront plus fournis. Ils répondent d'ailleurs à un besoin. Ainsi, l'idée d'inclure dans la formation 700 heures de stage au lieu de la centaine d'heures exigées aujourd'hui suscite déjà l'approbation. On se réjouit aussi de ce que ces stages mettent à contribution, comme tuteurs ou

conseillers, les enseignants immensément expérimentés que le réseau possède présentement et qu'on regrettera tantôt. A condition que les stages interviennent dès le début des études universitaires, de manière à réorienter d'urgence ceux et celles que terroriserait l'entrée dans une salle peuplée de « petits monstres », ce segment de la réforme montrera vite son utilité. Je n'en conclus pas pour autant qu'il faille allonger les études de un an. Pour parler net, j'ai, en effet, le sentiment que les sciences de l'éducation, comme d'ailleurs les communications ou les sciences politiques, attirent plus que leur part de jeunes qui auraient souhaité s'inscrire ailleurs et ne l'ont pas pu. On trouve donc côte à côte, dans tel ou tel de ces enseignements, des gens « équipés » pour y être et d'autres qui sont la faute d'avoir été acceptés ailleurs. Les « forts » et les motivés y côtoient les « faibles » et les blasés. Cela, qui serait impossible en génie ou en médecine, n'est que trop courant en éducation. D'où une question délicate : avant de décréter que la formation d'un bon maître requiert quatre ans, pourquoi ne pas exiger une meilleure sélection des aspirants ? On verrait bien le résultat.

Si on sait l'importance de l'évaluation en éducation, il faut le montrer.

signé Laurent

LAPLANTE

collaboration spéciale



SIDA

Branle-bas de combat chez les scientifiques

Il y a maintenant plus de 15 ans que les premiers cas du syndrome d'immunodéficience acquise (sida) ont été diagnostiqués. Le virus s'est rapidement propagé. L'Organisation mondiale de la santé (OMS) prévoit que d'ici le tournant du siècle quelque 100 millions de personnes seront séropositives. Au Canada, on en dénombre à l'heure actuelle environ 35 000, dont 12 000 dans la Belle Province et 1200 dans la région de Québec (03). Depuis déjà quelques années, c'est le branle-bas de combat dans la communauté scientifique internationale pour contrer cette maladie dont les ravages ont atteint le stade



de la pandémie. En dépit des milliards de dollars consacrés à la recherche, la découverte d'un vaccin qui pourrait stopper la propagation du virus ne semble pas pour demain. Néanmoins, de nouvelles pistes d'investigation s'ouvrent pour freiner l'infection et améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de ce fléau qui aura marqué le XXe siècle. LE SOLEIL MAGAZINE fait le point.

Le remède du sida pourrait venir de Québec

□ Une importante équipe de chercheurs du CHUL participe activement à l'effort international pour combattre la maladie du siècle

Microbiologiste, directeur du Centre de recherche sur les maladies infectieuses du CHUL, le Dr Michel Bergeron est aux premières loges de la lutte contre le syndrome d'immunodéficience acquise (sida).

textes de ROGER BELLEFLEU
collaboration spéciale

Son premier patient fut nul autre que cet agent de bord d'Air Canada, originaire de la région de Québec, pointé, au début des années 1980, aux États-Unis comme le porteur numéro un du VIH. Une quarantaine d'homosexuels américains séropositifs avaient confié avoir eu des relations sexuelles avec lui. Ce patient est d'ailleurs décédé au CHUL.

Aujourd'hui, le tiers de son équipe d'une centaine de chercheurs et assistants est lancé exclusivement sur la piste du sida.

Tout chercheur, convient-il, entretient secrètement l'espoir d'être à l'origine d'une percée magistrale qui terrasserait cette infection virale. « C'est le défi intime de tout chercheur, quel que soit son champ d'activité. »

Pour les personnes atteintes et leurs proches, les résultats de cet effort international colossal peuvent sembler fort décevants. Or, même si la mise au point d'un vaccin peut prendre encore 10, voire 20 ans, les chercheurs ne croient nullement tourner en rond.

Le Dr Bergeron rappelle que la maladie ne fut officiellement



Le Dr Bergeron signale, par exemple, qu'uniquement dans la lutte aux maladies infectieuses, le National Institute of Health, principal organisme subventionnaire américain, consacre annuellement un milliard \$, soit le dixième de tous les fonds de recherche en santé. De ce montant, la moitié va à la recherche sur le sida. Ce qui revient à cinq pour cent de l'enveloppe globale. Au Canada, les proportions sont les mêmes.

reconnue par les Centers for Disease Control (CDC) d'Atlanta qu'en 1981. À peine deux ans plus tard, le virus était dûment identifié par le professeur Luc Montagnier de l'Institut Pasteur. En 1985, on pouvait compter sur un premier diagnostic rapide grâce au test de séropositivité. Enfin, c'est en 1987 qu'étaient lancées les premières évaluations cliniques de l'AZT, une substance antivirale controversée qui demeure encore de nos jours le principal médicament de base non curatif.

Ce qui brouille les pistes des chercheurs, c'est que dans le cas du VIH, il s'agit d'un virus particulièrement fûté. Et à la différence d'une bactérie, un virus a besoin, pour vivre et se multiplier, d'un milieu intracellulaire.

Plus embêtant encore c'est un virus qui connaît des mutations lui permettant, en quelque sorte, de jouer à cache-cache avec des agents antiviraux.

Les travaux d'une des équipes du CHUL, spécialisée en biologie moléculaire, porte justement sur un capteur, le CD4, qui permettrait l'arrimage du virus à une

cellule et qui constituerait une porte d'entrée. Le hic est de trouver un moyen de décourager ou de bloquer cet arrimage.

À défaut d'un vaccin anti-VIH, entre-temps, on met l'accent sur la prévention. Dans cette veine, une autre équipe du Dr Bergeron tente de mettre au point un microbicide qui, intégré à une crème appliquée sur les muqueuses du vagin, du rectum et du pénis, pourrait empêcher l'infection.

Une autre voie, parmi plusieurs autres, consiste à mieux cibler les cellules atteintes. Le Dr Bergeron travaille ainsi à la fabrication de « véhicules de transport » pour des antibiotiques qui atteindraient directement une telle cellule. L'antibiotique se répandrait mieux dans le système sanguin, d'où la possibilité de réduire le dosage et la fréquence des doses. Ceci atténuerait du même coup la toxicité d'un médicament. Des essais sont actuellement en cours sur des animaux de laboratoire.

Des retombées

C'est un mythe de croire que

les travaux sur le sida accaparent le gros des budgets de recherche. En outre, soutient-il, tous les travaux effectués pour contrôler le sida ont ou auront des répercussions « extraordinaires » dans la lutte contre d'autres infections, dont le cancer, particulièrement dans le domaine de l'immunologie. Non seulement sur le plan thérapeutique, mais aussi en matière d'amélioration de la qualité de vie d'une personne malade.

La prophylaxie

En dépit du tâtonnement apparent de la recherche et des sombres pronostics pour les personnes sidéennes, les approches pour contrôler les infections dites opportunistes évoluent d'une façon positive. L'un des pionniers dans la lutte au sida au Québec, le Dr Michel Morissette, clinicien rattaché au Centre de santé publique de la région de Québec (03), rappelle qu'au début de l'épidémie, l'espérance de vie d'un sidéen, une fois le diagnostic posé, ne dépassait pas 12 mois. Aujourd'hui, cette espérance oscille, en moyenne, entre 24 et 36 mois. Ce résultat, poursuit le Dr Morissette, est dû au diagnos-

tic plus précoce et au traitement plus rapide de diverses infections qui concourent à affaiblir le malade.

Par exemple, aujourd'hui, un sidéen ne meurt plus d'une *Pneumocystis carinii*. « Il est maintenant possible de prévenir une telle infection et d'autres d'une manière relativement efficace. »

Condoms et seringues

Force est de constater que les grandes campagnes médiatiques pour inciter en particulier les jeunes et les utilisateurs de drogues injectables à des pratiques plus sécuritaires, n'ont guère eu d'impact. Exception faite de la population gaie où trois individus sur quatre font usage du condom.

Une étude de l'équipe de recherche sur la prévention des MTS et du sida, rattachée au Centre de santé publique de la région de Québec, qui couvre la rive nord de La Malbaie à Portneuf, est particulièrement préoccupante. Elle a porté sur une population de 152 garçons et filles, âgés entre 15 et 17 ans, placés en centres de réadaptation. Tous les garçons et 80 % des filles avaient eu leur première relation sexuelle avant 14 ans. Or, seulement 15 % des garçons et 30 % des filles avaient l'habitude de recourir au condom. Plus du tiers de ces jeunes ont avoué avoir consommé de l'alcool ou des drogues au moment de leurs relations sexuelles. Plus de 10 % des adolescentes ont partagé des seringues.

Le coordonnateur de cette équipe de chercheurs sur les MTS et le sida, le Dr Christian Fortin, est formel : un coup de barre vigoureux s'impose pour modifier les stratégies d'information et de prévention.

Des « hommes bien », bons travailleurs et bons pères de famille, signale-t-il, n'hésitent pas à payer le gros prix pour avoir un contact sexuel non protégé avec une prostituée. Pourtant, chez celles qui se trouvent ainsi tolérantes, 15 % sont séropositives, signale ce spécialiste en épidémiologie.

Point de Repère, à Québec, distribue 10 000 seringues jetables par mois pour une clientèle annuelle de 9000 utilisateurs. Cette initiative a cependant permis de maintenir la séroprévalence dans ce groupe à 15 %. Sinon, elle aurait grimpé dramatiquement, comme dans d'autres pays où elle est passée à 50 %, indique le Dr Fortin.

DÉCOUVERTE

À LA CLAIRE FONTAINE

Au Québec, en vérité, on a beaucoup plus chanté l'eau de la claire fontaine qu'on ne l'a puisée. Et ça se comprend : avec notre climat, l'eau et le pauvre rossignol devaient être gelés la moitié de l'année... Mais voilà que la technologie moderne vient remettre l'eau de la chanson à la mode.



Charles Tisseyre

Retour aux sources? Non. À l'eau de source. Grâce aux fontaines en plastique...

Les Québécois font de moins en moins confiance à l'eau du robinet, qu'ils accusent de goûter le chlore, d'être brouillée et de contenir toutes sortes de substances toxiques. Aussi, en plus d'acheter cinq fois plus d'eau en bouteille qu'il y a dix ans, ils sont de plus en plus nombreux à se faire installer un système domestique de filtration d'eau.

Mais notre eau est-elle si mauvaise? La crainte qu'on en a est-elle scientifiquement fondée? Pour le savoir, une équipe de DÉCOUVERTE est allée rencontrer des spécialistes en la matière.

LA BANANE

La banane a de gros problèmes : partout dans le monde, des champignons microscopiques ralentissent sa croissance en s'attaquant aux feuilles du bananier.

Jusqu'à maintenant, les planteurs qui voulaient la protéger devaient utiliser des fongicides chimiques, peu écologiques et très coûteux. Mais voilà que des recherches entreprises en 1959 viennent de porter fruit avec la création d'une nouvelle banane capable de résister aux champignons : la Goldfinger!

Un léger goût de pomme, des économies en fongicides, la nouvelle venue devrait peu à peu déclasser la banane d'aujourd'hui.

Changement de régime...

LA MALADIE DES VACHES FOLLES

Même si son nom populaire fait sourire, l'encéphalopathie spongiforme bovine n'a rien de comique. C'est au contraire une maladie inquiétante qui a déjà emporté plus de 120 000 vaches, dont une au Canada.

Ce qui tracasse particulièrement les chercheurs, c'est qu'on n'a toujours pas identifié la cause de cette affection neurologique dégénérative, apparue en Grande-Bretagne en 1986, et transmissible aux autres espèces. Peut-elle s'attaquer aux humains?...

Une équipe de DÉCOUVERTE revient d'Angleterre où cette maladie fait l'objet de recherches intensives.

DIMANCHE 18 h 10

Diffusée en reprise le mardi à 23 h 30

LE SOLEIL
IL BRILLE POUR TOUT LE MONDE

SRC Télévision

Des proies faciles pour de nombreux charlatans

Désespérés, les sidéens dont les jours sont comptés sont à l'affût de toute potion, plus ou moins magique, qui pourrait soulager leur mal. Les médecines douces ou alternatives offrent des pistes intéressantes pour améliorer la condition générale du patient, mais il y a aussi des gourous patentés qui oeuvrent dans l'ombre.

Séropositif diagnostiqué depuis peu, Jean-Luc, 32 ans, est attentif à tout ce qui se dit et s'écrit à cet égard. En entrevue au SOLEIL MAGAZINE, il admet volontiers que des personnes atteintes du sida, surtout si elles sont affaiblies et isolées socialement, sont des proies faciles pour des charlatans.

Il a lui-même flambé un millier de dollars en deux ans, pour se shooter quotidiennement de l'ozone (O3), dérivé du peroxyde à 35 %. « J'ai fait un trip dangereux ! » Il s'agit d'une thérapie susceptible de renforcer le système immunitaire en favorisant l'augmentation des lymphocytes T4, cellules qui sont à l'avant-poste des dispositifs de défense de l'organisme. Les effets seraient cependant de courte durée.

D'autres espèrent mater le sarcome de Kaposi, un cancer de la peau, en appliquant sur la lésion un aimant orienté vers le nord. Le jus de chou fermenté, un « miracle à 50 sous » aurait comme vertu de guérir les désordres de l'intestin liés au sida. Dans la même veine, le cartilage de requin est aussi au menu.

La littérature de santé alternative, d'inspiration californienne et holistique, et de sources homosexuelles en bonne part, foisonne de trucs, diètes, cures.

La thèse sous-jacente est que l'organisme doit constituer un environnement sain, équipé d'un solide système de défense, de manière à faire échec, « à toute maladie » y compris le sida. Les substances chimiques, comme l'AZT, n'y ont généralement pas

bonne presse.

Pour s'y retrouver dans ce dédale de thérapies et échapper à l'emprise de charlatans, Jean-Luc, qui est un asymptotique, donc un « porteur sain », estime que l'information entre pairs permet d'établir des balises prudentes. « Plus la sollicitation est underground, plus la nécessité de bien s'informer est impérieuse. »

Souvent le malade se retrouve déchiré entre les conseils de son médecin et la tentation que soulèvent les « success stories » des approches alternatives. Beaucoup expérimentent de telles thérapies sans en souffler mot à leur médecin. Situation inconfortable, parce qu'un patient doit continuer à le consulter s'il veut avoir accès aux diverses analyses sanguines.

L'engouement pour les médecines douces s'est d'autant plus renforcé qu'une étude rendue publique, l'an dernier, lors d'une conférence internationale sur le sida, à Berlin, a démontré que l'AZT, entre autres substances

antivirales, ne permet pas, à long terme, d'augmenter le taux de survie.

Le Dr Michel Morissette prêche la tolérance envers ces pratiques. « Il s'agit, certes, plus d'une question de foi que de certitude. Ce sont des gens désespérés et, dans la même situation, j'aurais sans doute de la même façon. » L'important, dit-il, est de bien s'assurer que ces thérapies n'occasionnent pas des interactions susceptibles d'hypothéquer davantage la santé d'une personne atteinte du sida.

Le Dr Bergeron, pour sa part, avoue ne pas être très ferré en médecines douces. « Si elles permettent d'améliorer la qualité de vie des malades, par une meilleure alimentation, un apport vitaminique plus grand et un régime de vie plus sain, je n'y vois aucun problème. » Néanmoins, prend-il soin de rappeler, il n'existe encore aucun traitement, alternatif ou non, pour guérir du sida. Et des études scientifiques valables doivent démontrer au préalable l'efficacité de toute drogue.

Cinéma

LES FILMS À L'AFFICHE CETTE SEMAINE

LE SOLEIL

La description des films Nous vous présentons ci-dessous l'horaire de la programmation que proposent jusqu'à jeudi les différents cinémas de Québec. À noter que la description de tous ces films (exemple ci-contre) se retrouve dans l'édition du SOLEIL de samedi.

Abracadabra (4) v.f. de Hocus Pocus Américain 1993. 95 min. Comédie fantastique de Kenneth Branagh. Les trois sœurs Sanderson, trois jeunes filles, un soir d'Halloween, trois jeunes filles s'aventurent dans une vieille maison et tombent sur une charnière décadente 300 ans plus tard.

CLAP (650-CLAP) ★ Le souper (4) Dim. 12h45, 14h40, 19h10, Lun. Mar. 14h50, 19h. Mer. Jeu. 14h30, 21h15. ★ Blanc (3) Dim. 13h, 15h, 17h, 19h20, 21h15. Lun. Mar. 13h, 15h, 17h, 19h15, 21h15. Mer. Jeu. 13h, 15h, 17h, 19h, 21h. Matusalem (4) Dim. 13h15. Deux actrices (4) Dim. 15h20, 17h10. Lun. Mar. 15h10, 19h30. Mer. Jeu. 12h30, 21h40. The Joy Luck Club (1) v.o. Dim. 16h30. L'Univers des ombres (4) v.f. de Shadowlands Dim. 19h. Lun. Mar. 21h30. Mer. Jeu. 16h45. L'affaire Pelican (4) v.f. de The Pelican Brief Dim. 21h. Lun. Mar. 21h. Mer. Jeu. 16h30. ★ Naked (3) v.f. Dim. 21h30. Lun. Mar. 12h45, 17h. Mer. Jeu. 14h20, 19h15. André Mathieu, musicien (4) Lun. Mar. 13h15, 16h45. Mer. Jeu. 12h45, 19h30. Prix d'entrée: 5 \$; 4,25 \$ moins de 14 ans et plus de 50 ans; 8 \$ pour les ★ Super-Primeurs les ven. sam. dim.; 5 \$ du lun. au jeu. Prix d'entrée le mardi: 4 \$.

GALERIES DE LA CAPITALE (628-2455) Salle 1: La leçon de piano (3) Tous les jours 13h, 15h25, 19h10, 21h35. 13 ans. Intersection (5) Tous les jours 12h25, 14h35, 16h45, 19h10, 21h35. Madame Doubtfire (4) Tous les jours 13h15, 16h, 19h, 21h30. G. Philadelphie (4) Tous les jours 15h55, 19h, 21h40. Beethoven 2

(6) v.f. de Beethoven's 2nd. Tous les jours 12h10, 14h05, 16h35. G. Terre interdite (6) v.f. de On Deadly Ground. Tous les jours 12h20, 14h30, 19h05, 21h40. Ace Ventura même l'enquête (5) Tous les jours 12h10, 14h, 15h50, 17h40, 19h30, 21h30. G. Prix d'entrée: 8 \$; 4,99 \$ du lun. au ven. avant 18h et toute la journée du mardi; 4,25 \$ enfants et âge d'or.

LIDO (837-0234) Le parc jurassique (3) v.f. de Jurassic Park Dim. 12h45, 15h15. Prix d'entrée spécial: 5,50 \$; 3 \$ pour les 12 ans et moins. Les aventures de Lightning Jack (1) Tous les jours 19h, 21h15 sauf le lundi 13h, 19h, 21h15. G. L'enfer blanc (6) v.f. de Iron Will Dim. 13h, 15h15. G. Bleu (2) Tous les jours 19h, 21h15. Lun. 13h, 19h, 21h15. G. ★ Programme double en après midi: ★ Batman, le masque du phantôme (5) v.f. de Batman: Mask of the Phantasm. Et nous sommes de retour (4) v.f. de We're Back! A Dinosaur Story. Dim. 13h. Prix d'entrée: 5,50 \$; 3 \$ pour les moins de 12 ans. Madame Doubtfire (4) Tous les jours 18h45. G. Philadelphie (4) Tous les jours 21h15. G. L'été de mes onze ans, la suite (5) v.f. de My Girl # 2 Dim. 13h, 15h15, 19h. Lun. à Jeu. 19h. Terre interdite (6) v.f. de On Deadly Ground. Tous les jours 21h15 sauf le lundi 13h, 21h15. 16 ans. Intersection (5) Dim. 13h, 15h15, 19h, 21h15. Lun. 13h, 19h, 21h14. Mar. au jeu. 19h, 21h15. G. Prix d'entrée: 8 \$; 5,50 \$ pour les 12-20 ans; 3 \$ pour les moins de 12 ans (sauf pour les films cotés 13 ans+) et plus de 65 ans. Lundi au jeudi: Prix d'entrée: 5,50 \$; 3 \$ pour les 12 ans et moins (sauf pour les films cotés 13 ans+) et plus de 65 ans.

MIDI-MINUIT (522-2828) Videos XXX Moon Lusting (1) 12h10, 14h45, 19h05. Hot Rod (1) 13h35, 16h10, 20h30. Commando Léopard (1) 8h45, 21h45. Bleu comme l'enfer (1) 10h30, 17h25, 23h25. 18 ans. Prix d'entrée: 7 \$.

PARIS (694-0891) Les trois mousquetaires (1) v.f. de The Three Musketeers. Tous les jours 14h15, 19h15. G. Malice (1) Tous les jours 16h30, 21h30. 13 ans. Beethoven 2 (6) v.f. de Beethoven's 2nd. Tous les jours 13h, 18h45. G. Les chassés croisés de Robert Altman (1) Tous les jours 15h, 20h40, 13 ans. Le parc jurassique

(3) v.f. de Jurassic Park. Tous les jours 13h45, 16h15, 18h45, 21h15. G. Prix d'entrée: Lun. mer. jeu. 2 \$; Ven. Dim. 3 \$. Les mardis: 1 \$.

SAINT-FOY (656-0592) Latcho Drom (3) Dim. Mar. 13h10, 15h15, 17h20, 19h25, 21h30. Lun. Mer. jeu. 19h25, 21h30. G. Lightning Jack (1) v.f. Dim. Mar. 13h, 15h10, 17h20, 19h30, 21h40. Lun. Mer. Jeu. 19h30, 21h40. G. Louis enfant Roi (5) Dim. Mar. 13h, 15h50, 18h40, 21h30. Lun. Mer. Jeu. 18h40, 21h30. 13 ans. Prix d'entrée: 8 \$; 4,99 \$ toute la journée du mardi; 4,25 \$ enfants et âge d'or.

CINÉ-CLUB DE L'UNIVERSITÉ LAVAL Lundi 19h30. Les fraises sauvages. Salle 1-A, pavillon Charles-De Koninck. Prix d'entrée: 5 \$; 4 \$ pour les étudiants.

CINÉMA DU MERCREDI DU MUSÉE DE LA CIVILISATION 19h. Le temps de l'innocence. Entrée libre. Laissez-passer: 643-2158, poste 389.

CINÉ BISTRO 291, St-Vallier Est. Rens.: 648-6677. Tous les jours 14h, 18h, 21h. Le 7ème voyage de Sinbad. Aussi, présentations continues de Au pays des géants. Perdue dans l'espace. Alfred Hitchcock présente: Buck Rogers. Banana Split. Entrée libre. Ce film étant présenté dans un bar, il est nécessaire d'avoir 18 ans pour s'y rendre. Se termine mardi.

CINÉMA ESPAGNOL offert par le Centre Diffusion International. Mar. 18h30. Crimen Pasional. Entrée libre. Rens.: 682-3617.

12e FESTIVAL INTERNATIONAL DU FILM SUR L'ART Auditorium du Musée du Québec. Au programme: vendredi 19h30: Ousmane Sow, sculpteur d'Afrique; Louvre, le temps d'un musée. Prix d'entrée: 4 \$; 2 \$ pour étud. et amis du Musée.

VIDÉOTHÉÂTRES - Bibliothèque Gabrielle-Roy, 350, rue Saint-Joseph Est. Rens.: (529-0924). Dim. 12h: Aventures en image, vol. 1. 15h: Aventures en image, vol. 2. Lundi 19h: Un monologue nord-sud. Mardi 19h: Une guerre dans mon jardin. Mercredi 19h: Remous. Jeudi 19h: L'histoire des trois. Vendredi 19h: Les événements d'octobre.



Le souper

Claude Rich dans une scène du film « Le souper », un drame historique se déroulant le 6 juillet 1815, alors que s'estompent les fracas de la bataille de Waterloo, que Napoléon a pris la fuite et que les troupes alliées bivouaquent aux portes de Paris.

MARDI

suite

Visite commentée de l'édifice La Fabrique (anciennement Dominion Corset). Tous les mardis 19h30. Prix d'entrée: 5 \$. Rens.: 647-4347.

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Anneau de glace Gaétan-Boucher. Voir dimanche.

Parc de l'Artillerie - Lieu historique national. Voir dimanche.

Cartier-Brébeuf, Lieu historique national. Voir dimanche.

MERCREDI

16 MARS

THÉÂTRE

L'ÉCUME DES JOURS de Boris Vian dans une adaptation de Patrice Saucier. Par le Théâtre O'délie. Avec Nathalie d'Anjou, Andrée Desjardins, Normand Lafleur, Antoine Laprise, Normand Poirier, Patrice Saucier et Caroline Stephenson. Mer. au sam. 20h Salle du théâtre de la bordée, 1143, rue Saint-Jean. Réservations: 694-9631 du mar. au sam. à compter de 15h.

ALBERTINE EN CINQ TEMPS Voir mardi.

LA MÉMOIRE DE RHÉA Voir mardi.

MUSIQUE

MIDI MUSIQUE AU GRAND THÉÂTRE 12h10. Invités: *Musique de chambre*. Foyer de la salle Louis Fréchette. Entrée libre.

OPERA

LES INNOCENTS Voir mardi.

SPECTACLES

TONY BENNETT 20h30. Capitole. Prix d'entrée: 30 \$; 40 \$; 55 \$. Repas-spectacle à 95 \$.

CE SOIR, JE DANSE EN FRANÇAIS. Ce soir 22h30. Stéphane Bass. Beaugart. Entrée libre.



Tony Bennett sera au Capitole, mercredi. Un conflit d'horaires l'ayant obligé à annuler le spectacle de mardi, les détenteurs de billets n'ont qu'à s'adresser à la billetterie du Capitole.

CONCOURS PROSCÈNE '94 AU D'AUTEUIL Invités: Kaspar Osser et Lohengrin. Au 35, rue d'Auteuil.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants: - Benito Trogi et Roberto Verechia. Voir dimanche.

- Super Mario. Voir mardi.

- Bernard Simard. Voir dimanche.

- Gilles Bernard. Voir dimanche.

RÉUNIONS

Mercredi-vert. Atelier d'information et d'échange « L'eau: un bien précieux ». 20h. Invité: Pierre-André Côté. Domaine de Maizerets, 2000,

boul. Montmorency. Entrée libre. Rens.: 691-2385.

Au Relais d'Espérance. Voir lundi.

Association hypoglycémie Québec inc. Rencontre tous les mercredis 19h30 au 5928, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg. Rens.: 622-2908.

Émotifs anonymes. 14h: Groupe Liberté Nouvelle. Carrefour Liberté, 2165, Robert-Giffard, Beaufort. Rens.: 666-0256.

BAIL (Bureau d'animation information logement du Québec métropolitain). Tous les mer. 14h. séance d'information sur le renouvellement du bail. Local 321, rue du Pont. Rens.: 523-6177.

Carrefour Liberté. Ligue de pétanque tous les jours. Au 2165, Robert-Giffard, Beaufort. Rens.: Louis Tremblay au 666-7056.

Chrétiens(nes) homosexuels(les). 19h30: Mon expérience à la maison Marc-Simon. Témoignage de André St-Louis. Salle Newman, pavillon Ernest-Lemieux, Université Laval. Rens.: Marc-André au 524-2686.

CONFÉRENCES

La société de géographie de Québec. 20h: La Syrie du Nord, berceau de la civilisation. Invité: Michel Fortin, directeur de la mission de Tell A-Tij, Syrie, professeur au département d'histoire, Université Laval. Avec diapos. Collège Saint-Charles Garnier, salle Jean-Paul-Tardif, 1150, boul. René-Levesque ouest, entrée par la rue Joffe. Prix d'entrée: 4 \$.

Centre d'harmonie intérieure créatif. 19h30: La communication inter-personnelle? Liberté ou esclavage? Invité: Nicole Vézina, psychothérapeute. Au 804, avenue Joffe, angle Chemin Sainte-Foy. Prix de présence. Prix d'entrée: 8 \$; 6 \$ avec carte-conférences. Rens.: 525-9703.

Fondation Québécoise du cancer. 19h30: Les réactions psychologiques lors de l'annonce d'un cancer. Invités: Johanne Tardif, ergothérapeute et Dr Lyne Gaudet, Md FRCPC, psychiatre. Salle Gladys, pensionnat du Collège Jésus-Marie, 2047, chemin Saint-Louis, Silery. Rens.: 681-9989 ou 1-800-363-0063.

Conférence du mercredi au Centre Psycho-Corporel. 19h30: Lecture et langage du corps. Invité: Jean-Pierre Chartrand, thérapeute psychocorporel. Collège Notre-Dame de Bellevue, 1605, chemin Sainte-Foy. Prix d'entrée: 15 \$; 12 \$ pour les membres. Réservation: 687-1165.

Au Musée du Québec. 14h: L'Égypte, une civilisation de la vie. Invité: Robert Martel, professeur de civilisations anciennes au Cégep de Sainte-Foy, 19h30: Valeur de l'art en relation avec la production artistique contemporaine. Invité: Raymond Moulou, directrice de recherche au Centre de sociologie des Arts à l'École des Hautes Études en sciences sociales de Paris. Auditorium du Musée. Entrée libre.

Société de généalogie de Québec. 19h30: Le nouveau code civil et son impact sur les recherches généalogiques. Invité: Me Dominique Lettre, notaire et conseillère juridique. Salle 3155, pavillon Louis-Jacques-Casault, 1210, avenue du Séminaire, Cité universitaire.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Démonstration de peinture par les Mains d'Art. Invité: Louis Tremblay. 19h30. Bibliothèque Marie-Victorin, 1935, rue Notre-Dame, Ancienne-Lorette. Prix d'entrée: 5 \$; 3 \$ pour les membres. Rens.: 872-1980.

Les VII Merveilles du monde. Voir lundi.

Art et ...Mode. Voir lundi.

Record mondial de productivité par le peintre Dany Cloutier aux Galeries de la Capitale. Voir dimanche.

LOISIRS

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Anneau de glace Gaétan-Boucher. Voir dimanche.

Parc de l'Artillerie - Lieu historique national. Voir dimanche.

Cartier-Brébeuf, Lieu historique national. Voir dimanche.

Visites commentées du Château Frontenac. Voir dimanche.

JEUDI

17 MARS

LOISIRS

Village des Sports. Voir dimanche.

Glissoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Patinoire de la terrasse Dufferin. Voir dimanche.

Ski de randonnée sur les Plaines d'Abraham. Voir dimanche.

Activités de neige au Domaine de Maizerets. Voir dimanche.

Anneau de glace Gaétan-Boucher. Voir dimanche.

Parc de l'Artillerie - Lieu historique national. Voir dimanche.

Cartier-Brébeuf, Lieu historique national. Voir dimanche.

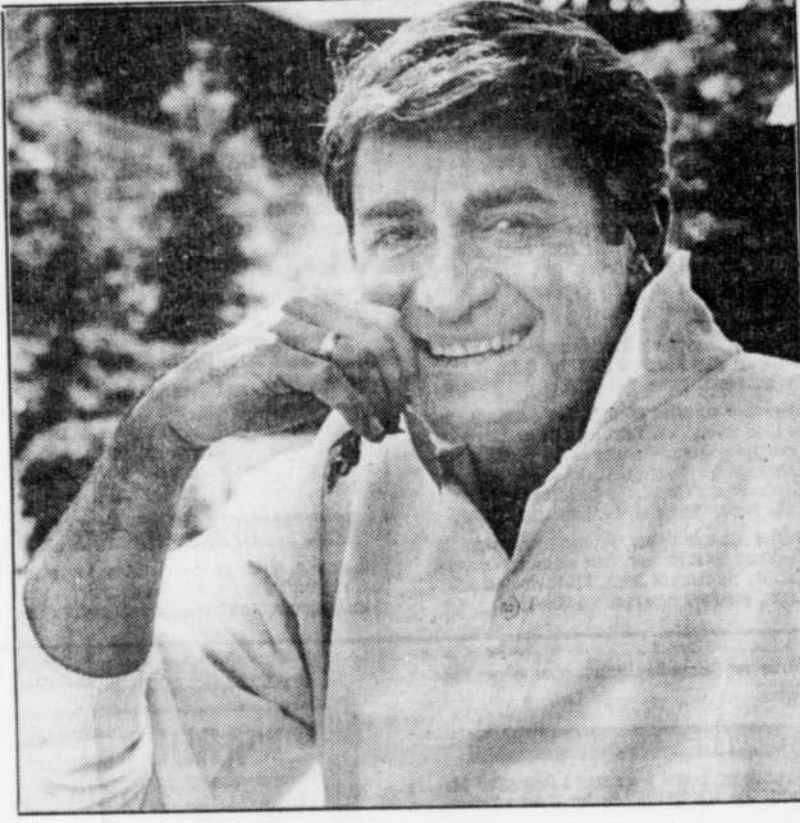
Visites commentées du Château Frontenac. Voir dimanche.

THÉÂTRE

LES GRANDES CHALEURS, comédie de Michel Marc Bouchard. Jeu. au sam. 20h. Avec Marianne Kirovack, Carol Cassistat, Simone Chartrand, Réjean Vallée et Michel Daigle. Manoir

Bar/restaurants:

- Jean-Pierre Piché. Jeu. ven. 20h30. Café des Arts, 432, rue de l'Église, mail Centre ville. Prix d'entrée: 3 \$.



Après sept ans d'absence, Michel Louvain, « Toujours de bonne humeur », remonte sur la scène du Grand Théâtre pour deux soirs.

du Lac Delage. Prix d'entrée: 22 \$; prix spéciaux pour les groupes. Possibilité de forfaits. Réservation: 848-2551.

L'ÉCUME DES JOURS. Voir mercredi.

ALBERTINE EN CINQ TEMPS. Voir mardi.

LA MÉMOIRE DE RHÉA. Voir mardi.

OPERA

LA DAME DE PIQUE de Tchaïkovsky. Opéra en version concert avec mise en espace. Sous la direction de Pascal Verrot. Avec Guy Bélanger, ténor; Elizabeth Muller, soprano; Gabrielle Lavigne, mezzo-soprano; Peter Barcea, baryton; Renée Lapointe, mezzo-soprano; Grégoire Legendre, baryton et le Chœur symphonique de l'OSQ préparé par Bernard Labadie et le Chœur d'enfants de l'École de musique Archange préparé par Louise Deslisle-Bouchard. 20h. Salle Louis-Frédette du Grand Théâtre.

SOIRÉES DANSANTES

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteaue-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en ligne (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Agrimage de Charlesbourg. Prix d'entrée: 3 \$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218.

Tempo Danse sociale. Voir dimanche.

RÉUNIONS

Centre-Femmes d'aujourd'hui. 13h30: la place des femmes dans l'année internationale de la famille. Invité: Huguette Marcoux, repondante de la condition féminine. Entrée libre. Au 1474, boul. René-Levesque Ouest. Rens.: 683-2548.

Au Relais d'Espérance. Voir lundi.

Émotifs anonymes. 20h: Groupe La Source. Église St-Louis-de-France, 1576, route de l'Église, Sainte-Foy. Rens.: 666-0256.

L'Ante Amis. Soirée d'informations pour gens libres. Hôtel le Carillon, 2800, boul. Laurier. Rens.: 653-4010.

Centre la Chrysalide. Atelier pour nouveaux parents animé par Pierrette L'Hérault. 19h30. La Chrysalide, 2721, Général-Tremblay, Sainte-Foy. Réservations: 658-6893.

Centre-Femmes d'aujourd'hui. Café-rencontre à 13h30: la place des femmes dans l'année internationale de la famille. Invité: Huguette Marcoux. Au 1474, boul. René-Levesque Ouest. Entrée libre. Rens.: 683-2548.

Cinquième Monde. Soirée d'information et d'échanges (Burkina Faso et Québec). 19h30: La pratique des sages femmes au Burkina Faso et au Québec: acquis et défis. Invitées: Brigitte Thiombiano de l'Association Burkinabé des sages femmes et Gertrude Lavoie de l'Association des sages femmes du Québec. Édifice de la CSN, 155, boul. Charest Est, salle S-1. Rens.: Nathalie LeFebvre au 647-5655.

CONFÉRENCES

Conférence-rencontre avec Réjean Dziel. 19h30: Le pardon, la culpabilité, la libération. Centre l'Ère du Cristal, 2850, chemin Sainte-Foy. Prix d'entrée: 11 \$. Rens.: 650-6499.

Centre de foresterie des Laurentides. 10h: Reproduction et migration chez la TBE et la TBO. Invités: Dr Michel Cusson et Dr Johanne Delisle. Ressources naturelles Canada. Secteur des forêts, Région du Québec. Au 1055, rue du P.E.P.S., Sainte-Foy. Rens.: Suzanne Doré au 648-3927.

La Société historique de Québec. 20h: Québec vu à travers les stéréogrammes. Invité: Yvan Fortier. Services diocésains, 1073, boul. René-Levesque Ouest. Prix d'entrée: 2 \$; entrée libre pour les membres.

Voyages à l'autre bout du monde. Invité: Robert Paradis. Sujet: La Chine. 19h30. Bibliothèque Félix Leclerc, 1130, boul. Pie XI Nord, Val-Bélair. Prix d'entrée: 2 \$.

SPECTACLES

DANIEL BÉLANGER. Jeu. au sam. 20h30. Capitole.

PAROLES D'AMÉRIQUE. Spectacle latino-américain par l'Association des étudiants latino-américains Bacata. Avec la participation de Mauricio Campos et Jean-Michel Borgeat. 20h. Salle Henri-Gagnon du pavillon Louis-Jacques-Casault. Prix d'entrée: 15 \$; 12 \$ pour étud.

ESPAGNOLS/CATALANS OU VALENCIENS? Deux soirées de performances par cinq artistes de Valence en Espagne. Raúl Galvez, Lucia Peláez, Rafael Santibañez, José Tarragó et Nelo Villar. Jeu. ven. 10h. Aussi, rencontre avec les artistes sam. 14h. Lieu, centre en art actuel, 345, du Pont, angle du Roi. Rens.: 529-9680.

QUÉBEC EXPÉRIENCE. Voir dimanche.

QUÉBEC ET LES GRANDS EXPLORATEURS. Voir dimanche.

LES SIX SIÈGES DE QUÉBEC. Voir dimanche.

Bar/restaurants:

- Jean-Pierre Piché. Jeu. ven. 20h30. Café des Arts, 432, rue de l'Église, mail Centre ville. Prix d'entrée: 3 \$.

DIVERS

Collecte de sang organisée par l'hôpital Hôtel-Dieu de Québec. De 12h30 à 16h30 à l'Auditorium du Pavillon de l'enseignement, 11, Côte du Palais.

Salon des locataires organisé par le Bureau d'Animation Information logement du Québec métropolitain. Kiosques sur le logement, le droit des femmes, l'aménagement, la déficience intellectuelle, l'aide sociale et la santé mentale. Exposition sur Les conditions de vie autour du Port de Québec 1900-1950. Atrium de la Fabrique (anciennement la Dominion Corset), boul. Charest. Se termine sam.

Souper sectoriel des membres, parents et amis de l'Association des retraités du Gouvernement du Québec de Pointe-Levy/Rive-Sud. A compter de 17h30 au restaurant Le Summum, 940, chemin du Sault, Saint-Romuald. Côté: 15 \$. Rens.: 839-7086 ou 837-4157.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Les VII Merveilles du monde.

Art et ...Mode. Voir dimanche.

Record mondial de productivité par le peintre Dany Cloutier aux Galeries de la Capitale. Voir dimanche.



Il avait coûté 1,2 million \$
Le Formule Tag est le seul exemplaire du genre dans le monde. Il fut construit par les usines Canadair de Ville Saint-Laurent en 1983 et assemblé dans un hangar du Vieux-Port de Québec pour la Transat Québec / Saint-Malo. Financé par un consortium arabe, il avait coûté 1,2 million \$.

Québec aura sa frégate sur les mers du monde

QUÉBEC — Le NCSM Ville de Québec est devenu cette semaine le représentant officiel des Nordiques sur les mers du monde. L'alliance a été scellée jeudi lorsque son capitaine, le commandant Pierre J.J. Thiffault, a procédé à la mise en jeu protocolaire du match opposant les Bleus au Tricolore.

par JEAN-MARC SALVET
LE SOLEIL

« Le Ville de Québec veut refléter l'esprit et l'atmosphère de la ville dont il porte le nom », a expliqué le commandant Thiffault, de passage dans la capitale cette semaine avec trois autres membres d'équipage.

Les coursives de la nouvelle frégate, actuellement à l'essai au large d'Halifax, portent déjà le nom de différentes artères de la ville. Même au milieu de l'Atlantique, les marins circulent ainsi sur Grande Allée, les rues du Trésor, des Remparts, Sault-au-Matlot...

En hommage au carnaval, les officiers du Ville de Québec enroulent, de plus, une ceinture flechée autour de la taille lorsqu'ils revêtent leur tenue de soirée.

Le lien qui vient d'être tissé avec les Nordiques était ardemment souhaité par les marins de la frégate. Plusieurs d'entre eux avaient déjà formé une équipe de hockey, explique le commandant.

La formation, aussi à l'aise



**Le NCSM
Ville
de Québec**

Le Ville de Québec est le second navire de la marine canadienne à porter ce nom ainsi que le numéro de coque 332. Le premier était une corvette de classe « Flower ». Elle fut armée en mai 1942 et retirée du service en juin 1945.

sur glace que sur mer, a même remporté les deux derniers tournois annuels de la flotte de l'Atlantique de la marine de guerre !

À 95 % francophone, l'équipage de la frégate est composé de 200 marins, dont 25 femmes. Le travail s'y déroule donc en français, sauf lorsqu'il s'agit de communiquer avec d'autres navires.

« L'anglais est aussi la langue de la mer », confesse le commandant Thiffault.

Un bijou de technologie

Le Ville de Québec est la troisième de 12 frégates à avoir été construite dans le cadre du programme de 10,3 milliards \$ portant sur la modernisation de la marine de guerre canadienne.

Les 12 frégates prennent graduellement la relève des 20 destroyers à vapeur de classe St-Laurent mis à l'eau dans les années 50. La dernière sera li-

vrée en septembre 1996 et portera le nom d'Ottawa.

Livrée aux forces navales le 23 septembre par la MIL-Davie, le Ville de Québec est actuellement soumis à une batterie de tests au large d'Halifax. Réalisés dans des conditions souvent extrêmes, le programme d'essai vise à mesurer la performance et l'efficacité des équipements mécaniques, informatiques et des systèmes de combat hypersophistiqués conçus par Paramax. Le programme devrait être complété en septembre.

« Le Ville de Québec sera ensuite prêt à remplir toute mission qui lui sera confiée », déclare, solennel, le capitaine Pierre J.J. Thiffault.

La frégate, qui « coupe l'eau comme un couteau », selon le mot de Claude Laurendeau, 1er maître de 2e classe, sera amarrée face au Musée de la civilisation, du 11 au 18 juillet.

Le « Formule Tag » de QUÉBEC 84 en train de battre un record mondial

□ Construit au Québec et maintenant propriété de Néo-Zélandais ce bateau révolutionnaire pourrait faire le tour du monde en moins de 80 jours

Qui ne se rappelle l'été Mer et Monde de Québec 84. La plus grande fête de la voile à s'être jamais tenue en eau québécoise. L'histoire aussi d'une mémorable traversée de l'Atlantique, qui pour la première fois, avait lieu d'ouest en est. Le 20 août 1984, 250 000 Québécois, massés sur les deux rives du Saint-Laurent entre Cap-Rouge et l'île d'Orléans, assistaient, éblouis, au départ grandiose des « Formules un » de la Transat Québec—Saint-Malo. Dix ans plus tard, le fleuron québécois de cette course le « Formule Tag » est toujours en piste... Rebaptisé « Enza New Zealand », le super catamaran construit à Ville Saint-Laurent et assemblé dans un hangar du Vieux-Port de Québec est en passe de battre le record de vitesse du tour du monde en 80 jours.

par LISE FOURNIER
LE SOLEIL

Aujourd'hui, l'exploit serait de boucler le tour de la terre en moins de 79 jours—record établi par l'équipage français de Bruno Peyron, le 19 avril 1993—mais le « Enza New Zealand », au train où vont les choses, pourrait bien le fracasser. « En 77 jours », prédisent les experts de la voile si, évidemment le bateau ne subit pas d'avaries.

Dans sa 54e journée de course, l'ancien Formule Tag, coskipé par Peter Blake et Robin Knox-Johnston, naviguait en eaux calmes au-delà du Cap Horn, après avoir parcouru 330 milles en 24 heures. « L'eau est à 21 degrés, nous nous baignons parmi les méduses », ont signalé les navigateurs au cours d'une liaison radio. Mais ils doivent demeurer alertes car un autre concurrent, le trimaran « Lyonnaise des Eaux-Dumetz », parti le même jour, les talonne d'assez près à quelque 241 milles nautiques. Le trophée Jules-Verne est à leur portée à la condition toutefois de boucler le voyage d'ici le 4 avril.

À Québec, les mordus de la voile suivent avec intérêt la course. Pierre Therrien, directeur de la revue l'Escale, parle de l'ex-Formule Tag comme d'un bateau révolutionnaire. « Si on avait réussi à trouver le million \$ pour modifier le super catamaran à la fin des années 80, qui sait... », dit-il nostalgique. « Ce voilier, un prototype construit par Canadair de Ville Saint-Laurent et commandité par les Arabes, avait coûté 1,2 million \$, en 1983, le plus coûteux jamais construit dans sa catégorie. Une véritable bête de course », selon Therrien qui rappelle que le Formule Tag avait établi un record de vitesse sur 24 heures, le 23 août 1984.



Le skipper Michel Birch, qui étreint le Formule Tag en 1983, savait déjà que le catamaran était de la race des champions. Il avait même prédit que le Tag fracasserait des records mondiaux. Des prédictions qui sont en train de se réaliser.

D'ailleurs le skipper canadien du super catamaran de la Transat Québec-Saint-Malo, Mike Birch l'avait prédit : ce catamaran à l'étoffe pour battre des records du monde. Ses prédictions s'avèrent justes. Mais Mike Birch, malheureusement, lui, a « raté le bateau » faute d'avoir pu être commandité. Si bien que le voilier est passé à des Néo-Zélandais en 1991 qui l'ont modifié et rebaptisé « Enza New Zealand ». Dans sa version allongée, le voilier de la course autour du monde a atteint la vitesse prodigieuse de 17 noeuds. « Plus vite que la majorité des bateaux marchands », signale Pierre Therrien.

Même si dans le monde de la voile, un bateau âgé de dix ans est considéré comme un « dinosaure », celui-là demeure exceptionnel, de l'aveu de Réjean Desgagnés qui a eu le bonheur d'être

de l'équipage du Formule Tag pendant deux ans. « Très avant-gardiste de conception, le catamaran était fait de matériaux comme le Kevlar, le carbone et la fibre de verre. » Et avec Mike Birch, il a vu naître ce géant de la mer dans un hangar du Vieux-Port. Car, le « Tag » construit par Canadair était en pièces détachées à son arrivée à Québec.

D'ailleurs avant même sa mise à l'eau, en 1983, il enregistrait dix records dans le livre de la construction navale. Mais si l'ex-Formule Tag veut ajouter un record de plus à son tableau, il devra être rentré à Brest au plus tard le 4 avril sinon Bruno Peyron continuera d'être le seul avec Phileas Fogg, le héros légendaire de « La course autour du monde », du célèbre Jules Verne à avoir réussi l'exploit.

CAMPS D'ÉTÉ



BISHOP'S COLLEGE SCHOOL

Stimulant programme d'apprentissage du français ou de l'anglais, langue seconde

Les cours de langue que nous offrons durant l'été ont rencontré les besoins des filles et des garçons de 11 à 15 ans depuis 33 ans. Des enseignants chevronnés favorisent la pratique intensive de l'anglais et du français écrit tout en se penchant sur les besoins individuels de chaque élève.

Des activités récréatives, sur le campus et hors campus ainsi que des sorties éducatives apportent d'autres occasions d'apprentissage et permettent une meilleure compréhension des différences culturelles entre les étudiants. Cette année, les cours d'été se dérouleront du 26 juin au 23 juillet 1994.

Pour obtenir des informations supplémentaires, veuillez communiquer avec :

Eric Detton, Directeur du cours d'été
Bishop's College School
Lennoxville, Québec J1M 1Z8
Tél. : (819) 566-0227, poste 207
Fax : (819) 822-8917

B.C.S. est un pensionnat mixte situé dans les Cantons de l'Est, à environ 160 km de Montréal

Voyages UNIVERSITÉ

MERVEILLEUX VOYAGES EN EUROPE FRANÇAISE ET IBERIQUE (France, Espagne, Portugal) ou EUROPE ANTIQUE (France, Italie, Grèce)

Pour jeunes de 15 à 17 ans en juillet 1994. Séjours de 30 à 32 jours incluant : avion, transport en minibus guidé (maximum de 8 jeunes), tous les repas, hébergement en camping et hôtel, et de nombreuses activités culturelles, touristiques et sportives.

Tarif "réservez tôt" avant le 31 mars
Rabais de 100 \$

SÉJOURS LINGUISTIQUES D'ANGLAIS EN IMMERSION À LOWESTOFT EN ANGLETERRE

Pour jeunes de 12 à 17 ans
Disponibles en juin, juillet et août à partir de 2, 3 et 4 semaines et plus.
Incluant : avion, transferts, hébergement en famille en occupation double, tous les repas, 15 heures de cours / semaine et de nombreuses activités culturelles, touristiques et sportives.

Tarif "réservez tôt" avant le 31 mars
Rabais de 100 \$

à partir de 1996 \$

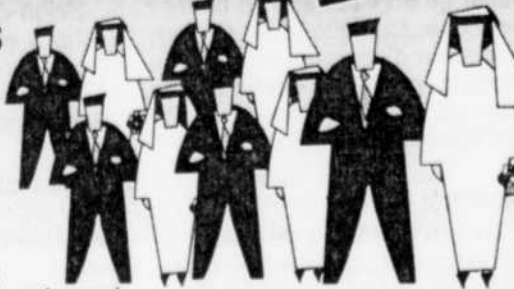
Pour obtenir de plus amples renseignements et recevoir la documentation gratuite.

Téléphonez au (514) 844-2831 ou 1-800-361-5080 du lundi au vendredi de 9 h à 17 h

Permis du Québec

Solution de L'énigme du professeur JISSÉ

L'énigme des mariages en famille



1. La cadette Dubois a 24 ans (indice 2). Et Michel a deux ans de plus (indice 4) ; il a donc 26 ans. Il n'est pas le mari de celle qui a 26 ans (indices 2 et 13). Au moins un couple étant formé par des conjoints de même âge, cet âge est 28 ans, le seul autre qui soit commun aux femmes et aux hommes.
2. La différence d'âge entre les conjoints d'un même couple ne dépassant pas trois ans, Michel est nécessairement le mari de celle qui a 24 ans, et celui de 29 ans, le mari de celle qui a 26 ans, soit Marthe (indice 1).
3. Celle de 34 ans ne pouvant être l'épouse de celui qui a 35 ans (indices 7 et 11), elle est l'épouse de celui qui a 33 ans. Âgée de 32 ans, (indice 3), Pierrette a donc marié celui qui a 35 ans. La seule non encore identifiée qui soit plus jeune que son mari est celle de 24 ans. Il s'agit donc de Micheline (indice 10). Celle de 34 ans ne peut être Rose (indices 9 et 11). C'est donc Pauline qui a 34 ans et Rose a 28 ans.
4. Pauline, mariée depuis 7 ans (indices 8 et 13), ne peut être l'épouse de Paul (indice 12) ni de Pierre (indice 15). Elle a donc épousé Rémy.
5. Marthe, qui a 26 ans, ne peut être la femme de Pierre (indices 13 et 15). Elle a donc épousé Paul, et Pierre ne peut avoir épousé que Pierrette.

VIVRE L'ANGLAIS!

Le Pensionnat des Ursulines de Stanstead, réputé pour la qualité de son enseignement, offre un programme intensif d'IMMERSION ANGLAISE qui te permettra d'améliorer ton anglais tout en profitant des plaisirs de l'été.

Du 3 au 23 juillet pour garçons et filles de 11 à 13 ans

- neuf heures d'activités dirigées par jour
- cours, sports, ateliers, excursions et voyages
- formation de petits groupes homogènes
- site enchanteur aux portes du Vermont

Pour obtenir le feuillet d'informations, communiquez avec :

PENSIONNAT DES URSLINES DE STANSTEAD
16, Dufferin
Stanstead (Québec) J0B 3E0
(819) 876-2180



Ca lui trotte dans la tête CAMP DE VACANCES pour garçons et filles de 7 à 15 ans



Chantal Bélanger ou Christian Dubois

Début juillet à la fin août 1994

- Un camp équestre pour un camp d'été différent
- Un cheval bien à lui pour la durée de son séjour
- Des excursions en forêt
- 250 \$ toutes taxes incluses
- RABAIS PRÉ-INSCRIPTION

JOURNÉE PORTE OUVERTE LE 15 MAI 1994

«Un personnel bien ferré!»

693 Rang 11, St-François de Lotbinière, Québec G0S 2N0

Tél.: (819) 287-5949

CAMP MARIST NEW HAMPSHIRE

LAC OSSIPÉE

GARÇONS DE 6 À 16 ANS À 1 heure d'Old Orchard SAISON: 2,4,6 semaines

Immersion anglaise. Beau terrain de 310 acres sur le lac Ossipee. Bungalows modernes avec accès aux baign.

CAMP APPARTENANT AUX FRÈRES MARISTES ET DIRIGÉ PAR EUX



Équitation, tir, tir à l'arc, tennis, pêche en haute mer, go-karts, ski nautique, voile, crose, football, soccer, basketball, baseball, informatique, natisme, excursion et nuit en montagne avec supervision. Pour tous renseignements écrire Box B, à l'attention du frère Kenneth Robert.

ST MARY'S HIGH SCHOOL, tél.: (516) 627-5734 51, av. Clapham, Manhasset, N.Y. 11030 U.S.A.

LE SOLEIL MAGAZINE Santé

Utilisée avec soin

Phytothérapie, acupuncture, médecine, chirurgie, chiropraxie, homéopathie, phytothérapie, naturopathie, psychologie, physiothérapie, ostéopathie, musicothérapie, etc.

L'aspirine ordinaire est un super héros

De récentes découvertes laissent clairement entendre qu'un comprimé d'aspirine par jour, ou au moins à tous les deux jours, peut s'avérer mieux qu'une pomme pour se passer des services d'un médecin

« Un médicament familier vieux de 100 ans et bon marché, capable de combattre attaques cardiaques, infarctus, cancer, etc. ». Cela ressemble plutôt à une nouvelle de manchette trop bonne pour être vraie.

par JANE E. BRODY
New York Times

Cependant, des douzaines d'études auxquelles ont participé plus d'un million de personnes ont vanté les mérites de ce médicament. Il ne s'agit de rien d'autre que l'aspirine ordinaire, bien connue pour soulager la douleur, faire baisser la fièvre et réduire l'intensité des inflammations.

L'aspirine, concluent ces études, peut réduire les risques d'attaques cardiaques ou d'infarctus et d'apparition de cancer du côlon et autres organes digestifs.

On a observé que l'aspirine pourrait réduire les cas de cancer du côlon, du rectum, de l'estomac et de l'oesophage.

Elle peut également améliorer les fonctions cervicales chez les personnes souffrant de démence

et qui ont été victimes de légers infarctus, éliminer ou réduire la gravité des migraines et aider à prévenir la toujours dangereuse haute pression chez la femme enceinte.

Sont également à l'étude les possibles capacités de l'aspirine à prévenir la formation de cataractes et à empêcher la réapparition de calculs biliaires.

Et, en général, ces performances augmentent avec chaque petite dose additionnelle du médicament, connu chimiquement sous le nom d'acide acétylsalicylique et dérivé d'une substance se trouvant dans l'écorce du saule, dont les valeurs médicinales ont été mises en lumière par le savant grec Hippocrate, au Ve siècle avant Jésus-Christ.

Une nouvelle vie

Lorsque, dans les années 60 et 70, les chercheurs expliquèrent enfin en détail comment l'aspirine se comportait chimiquement dans le corps humain, cette dernière assumait toute une nouvelle vie. On découvrit que le médicament bloquait la production de substances appelées prostaglandines.

Les prostaglandines favorisent, entre autres, le regroupement de cellules sanguines en hématoblastes, une étape cruciale dans la formation de caillots susceptibles de précipiter les attaques cardiaques et infarctus.

Cette découverte venait donner raison à un médecin californien qui avait affirmé dans les années 50, mais sans beaucoup se faire entendre, que des doses régulières d'aspirine semblaient prévenir ces deux types de maladies cardiaques.

Selon une étude qui a duré cinq ans et nécessita la participation de 22 000 médecins d'âge moyen, des sujets qui ont pris un comprimé d'aspirine à tous les deux jours



ont moins souffert d'attaques cardiaques que ceux qui ont pris un placebo, et cela dans une proportion de 40 %. Une enquête similaire est actuellement en cours chez les femmes.

Une précédente étude effectuée sur six ans auprès de 90 000 infirmières avait déjà démontré que celles qui avaient pris un à six comprimés d'aspirine par semaine avaient, dans une proportion de 25 %, subi moins d'attaques que celles qui avaient reçu un placebo.

On savait aussi déjà que ce produit était efficace contre les atta-

ques cardiaques; lorsqu'administré quelques heures après une attaque (le plus tôt, le mieux), il réduit le nombre de morts de 25 %. Et lorsque prise régulièrement par ceux qui souffrent d'attaques, l'aspirine réduit les décès liés aux maladies cardio-vasculaires de 23 % et les risques d'une seconde attaque, mortelle ou non, de 50 %.

Se fondant sur ces données, les experts ont urgemment recommandé qu'un approvisionnement d'aspirine soit disponible partout où une victime d'attaque cardiaque pourrait ne pas recevoir des soins médicaux immédiats. On pense notamment aux avions, aux bateaux, aux voitures, aux sacs à main, aux clubs de santé, aux courts de tennis et, naturellement, aux lieux de résidence.

Plus encourageant encore, on a récemment observé que l'aspirine réduisait les cas de cancer du côlon, du rectum, de l'estomac et de l'oesophage chez les consommateurs réguliers. Ces cancers combinés sont la cause de quelque 81 000 décès par an aux États-Unis. Le cancer du côlon et du rectum arrive au second rang des causes principales de décès par cancer à travers le pays. Il occupe le premier rang chez les non-fumeurs.

30 milliards de comprimés par année

L'aspirine n'a fait son apparition officielle dans l'arsenal médical que dans les années 1890, lorsqu'un chimiste travaillant pour la compagnie pharmaceutique allemande Bayer la fabriqua pour soulager les douleurs d'une arthrite paralysante dont souffrait son père. Saluée comme une panacée presque totale contre la douleur, l'aspirine devint vite l'un des médicaments les plus utilisés à travers le monde. Malgré une concurrence de tous les instants menée ces dernières décennies par d'autres produits similaires accessibles sans ordonnance, l'aspirine est toujours en tête. Les Américains en consomment au rythme de quelque 30 milliards de comprimés par an.

LE SALON CAMPING, PLEIN AIR, CHASSE ET PÊCHE



UNE FOULE D'EXPOSANTS ET DE POURVOIRIES...

LE PLUS IMPORTANT SALON DU GENRE À QUÉBEC!

Des aubaines irrésistibles sur la plus vaste sélection de vêtements et d'articles de camping, plein air, chasse et pêche.

Les plus récents modèles de bateaux de pêche, embarcations de tout genre et véhicules tout terrain.

Un choix incomparable de destinations pour vos voyages de chasse, de pêche et de plein air.

Des spectacles d'oiseaux de proie, un bassin de truites, des démonstrations et essais de lancer léger, des films, et bien plus encore!

HEURES D'OUVERTURE

Jeu	17 h à 22 h
Vend	12 h à 22 h
Samedi	10 h à 22 h
Dimanche	10 h à 18 h

SALON CAMPING, PLEIN AIR, CHASSE ET PÊCHE DE QUÉBEC

TARIFS

Adultes	7,50 \$
Étudiants, âge d'or	5,50 \$
Enfants de 6 à 11 ans	3,00 \$
Passeport-famille (2 adultes, 2 enfants)	17 \$

17 au 20 mars

PARC DE L'EXPOSITION

VENEZ RENCONTRER ANDRÉ-A BELLEMARE AU STAND DU SOLEIL.

RABAIS DE 2 \$ À L'ACHAT D'UN BILLET D'ENTRÉE SUR PRÉSENTATION DE VOTRE COUPON DE STATIONNEMENT.

PARTICIPEZ AU CONCOURS DU SALON PLUS DE **2 000 \$ EN PRIX À GAGNER!**

Un ensemble complet de pêche au saumon offert par Le Coin du Moucheur.

Un voyage de pêche à la truite de 3 jours et 2 nuits en plan européen offert par La Pourvoirie Oscar.

Remplissez ce bulletin de participation et déposez-le dans l'un des boîtes de tirage situées au Salon. Bonne chance!

Nom _____ Ville _____
Adresse _____
Code postal _____ No de téléphone (rés) _____ (com) _____
Pour participer au concours, vous devez répondre correctement à la question d'aptitude suivante:
56-2x3-37+13= _____

Du jus de canneberge contre les infections de la vessie

Il ne s'agit pas d'un remède de « bonnes femmes »

CHICAGO (PC) — Une étude scientifique a enfin démontré ce que de nombreuses femmes soupçonnaient : le jus de canneberge aide à protéger des infections de la vessie.

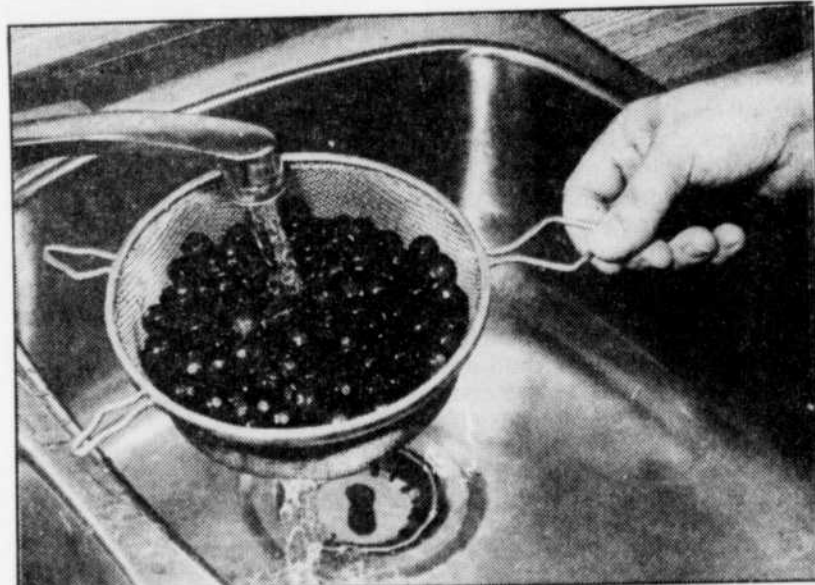
Les chercheurs ont découvert que les femmes âgées qui boivent 10 onces d'une boisson contenant du jus de canneberge, à chaque jour, avaient moins de la moitié des infections des voies urinaires que celles qui absorbaient une boisson semblable ne contenant aucun jus de canneberge.

Les résultats de cette étude ont été publiés dans la dernière livraison du Journal of The American Medical Association. L'étude a elle-même été financée par la fir-

me Ocean Spray Cranberries, qui n'a toutefois joué aucun rôle dans l'élaboration de l'étude, non plus que dans l'analyse et l'interprétation des données recueillies.

« C'est la première fois qu'on démontre que le jus de canneberge peut réduire la faune bactérienne dans l'urine humaine », affirme le principal chercheur ayant participé à cette étude, le Dr Jerry Avorn, spécialiste de la médecine chez les personnes âgées à l'École de médecine de Harvard.

Le Dr Glenn Gerber, de l'Uni-



L'étude a été réalisée en utilisant une boisson contenant 27 % de jus de canneberge. Le Dr Avorn estime que toute boisson contenant une quantité au moins égale de ce jus devrait être efficace.

versité de Chicago, estime que l'étude a été bien réalisée.

On a longtemps affirmé que le jus de canneberge comme palliatif aux infections des voies urinaires n'était qu'un « remède de bonnes femmes », explique le Dr Gerber, professeur d'urologie. « C'est vraiment la première étude à mesurer la question de façon scientifique. »

Le chercheur ajoute que, malgré ces découvertes, les personnes souffrant d'infections doivent continuer à consulter leur médecin et à prendre des antibiotiques.

Selon des études, ce type d'infections est responsable de quelque sept millions de consultations et de plus d'un million d'hospitalisations, aux États-Unis, à chaque année.

Les femmes sont dix fois plus vulnérables que les hommes à ces infections, probablement parce que leurs voies urinaires débouchent plus près du rectum, facilitant d'autant la contamination.

Ces infections sont particulièrement répandues chez les femmes âgées, affirment les chercheurs, qui ont étudié de près le cas de 153 femmes âgées de la région de Boston durant une période de six mois.

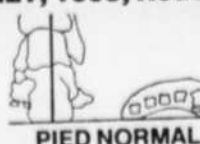
Pourquoi ?

On n'a pu établir de quelle façon le jus de canneberge peut protéger des infections, mais le Dr Avorn croit qu'une substance dans les canneberges, que l'on retrouve également dans les bleuets, pourrait empêcher les bactéries de s'incruster sur les parois des voies urinaires, ce qui a déjà été mis en lumière lors d'études précédentes.

La podiatrie est la seule corporation professionnelle dont l'activité principale concerne la santé des pieds.

PODIATRES

F. MEIWES, 915, boul. René-Lévesque, Sillery 681-3623
L. OUELLET, 1003, Rodolphe-Forget, Sillery 687-1446



• traitements • orthèses podiatriques

CLINIQUE

MÉDECINE
GÉNÉRALE
PSYCHOLOGIE
PHYSIOTHÉRAPIE
DIÉTÉTIQUE
AMAIGRISSEMENT
CELLULITE-OBESITÉ
ORTHOTHÉRAPIE



Clinique Médico-Santé
(Équipe médicale)

CELLULITE-CELLULITE

CULOTTE DE CHEVAL
BOURRELETS DE GRAISSE

657-5996

TÉLÉPHONEZ POUR RENDEZ-VOUS

• MASSO-KINÉSITHÉRAPIE • OTORHINOLARYNGOLOGIE

• DENTAIRE

CLINIQUE MÉDICO-SANTÉ 1200, rue de Germain-des-Prés, bureau 101
SAINT-FIDEL (face au terminus Voyageur)

Cesser de fumer, c'est un peu perdre un ami

□ Mais, si sept millions de Canadiens de 15 ans et plus ont réussi à cesser de fumer depuis le début des années 70, n'importe qui peut y arriver...

Sept millions de Canadiens ont cessé de fumer au cours des 20 dernières années et ils ont probablement réussi à relever ce phénoménal défi de sept millions de façons différentes.

par FELICITY MUNN
de la Presse canadienne

Nancy Wills a à peu près tout tenté, y compris l'acupuncture et l'hypnose, avant d'opter pour les pansements-nicotine. « Ces pastilles adhésives permettent à votre organisme de recevoir sa dose de nicotine et vous n'avez qu'à vous défaire de vos réflexes de fumeur », affirme Mme Wills, qui vit et travaille à Hamilton, en Ontario, et qui a écarté sa dernière cigarette en novembre 1992. « Ce fut un peu difficile, les premiers temps. Mais j'ai coupé le café et constaté que je pouvais résister, un jour après l'autre. J'avais réussi ».

Hal Quinn, un écrivain de Vancouver, a abandonné la cigarette lorsque sa fille de cinq ans lui a promis qu'elle cesserait de sucer son pouce si ce dernier cessait de fumer...

Il a réduit sa consommation à l'aide de Lifesigns, un gadget électronique : il a cessé complètement lorsqu'il a été frappé de pneumonie. Deux ans plus tard, il avoue à la blague que les choses n'ont pas été faciles.

« Ce qui me choque quelque peu, c'est que ma fille m'a escroqué dans toute cette affaire. Lorsque je lui ai demandé pourquoi elle n'avait pas tenu sa part du

pari (le pouce), elle m'a avoué avoir menti et ne pas avoir eu réellement l'intention de mettre fin à cette habitude ».

multiples thérapies

Les médecins affirment que l'accoutumance à la nicotine est aussi difficile à vaincre que celles qu'entraînent l'héroïne, la cocaïne et l'alcool.

La nicotine a une double action en ce qu'elle stimule et détend celui qui en absorbe. En plus, l'accoutumance à cette toxine modifie la composition chimique du cerveau, explique le Dr Pierre Ernst, directeur de l'unité d'épidémiologie de l'université McGill, à Montréal.

« C'est la raison pour laquelle cette accoutumance est si difficile à vaincre : vous devez rétablir la chimie originale pour vous débarrasser réellement de cette habitude. « Le processus est associé à beaucoup de sensations désagréables : vous ne vous sentez pas bien physiquement, tout autant qu'émotivement ».

Certaines personnes, plus chanceuses que d'autres, trouvent qu'il est relativement facile d'abandonner la cigarette. Pourtant, beaucoup d'anciens fumeurs avouent que c'est non seulement extrêmement difficile physiquement, mais que ce l'est aussi psychologiquement. « Vous avez l'im-



Pour se défaire de leurs habitudes de fumeurs et pour se préparer psychologiquement, certaines personnes se fixent un objectif, une date à laquelle elles cesseront de fumer, si bien qu'elles peuvent se préparer à ce « Jour J » en réduisant graduellement leur consommation quotidienne. D'autres préfèrent cesser du jour au lendemain, sans procéder par étapes.

pression d'avoir perdu votre meilleur ami », soutient Sylvie Lavoie, consultante commerciale de Toronto qui a cessé de fumer il y a quatre ans.

Le sevrage

Le sevrage s'accompagne de symptômes tels l'irritabilité, l'insomnie, des étourdissements et la perte d'une partie de vos facultés de concentration. Comme l'explique le Dr Ernst, lui-même un ex-fumeur : « Le désir que vous ressentiez pour la cigarette vous met de mauvaise humeur ».

Plusieurs gadgets sont offerts

et peuvent vous aider à vous sevrer de la nicotine, mais aucun n'est magique. Débarrasser votre organisme de cette dépendance ne représente par ailleurs qu'une demi-victoire. Il peut être tout aussi difficile de vaincre les aspects touchant la psychologie et le comportement des fumeurs.

En réalité, selon les chercheurs, il faut au moins trois mois aux fumeurs pour se considérer comme non-fumeurs, bien après que le besoin purement physique soit disparu.

Pour se débarrasser de leur habitude, les fumeurs doivent identifier tout ce qui alimente leur soif

de tabac et les remplacer par des comportements différents, notamment en pratiquant des exercices respiratoires ou en s'évadant dans la marche.

Le meilleur substitut: l'exercice
Abandonner la cigarette ralentit le métabolisme et un gain de poids de deux kilos est généralement signalé, à moins que vous suiviez une diète ou vous vous soumettiez à un programme d'exercices. Ceux qui prennent beaucoup de poids troquent la cigarette au profit de la nourriture, soutient le Dr Ernst.

Le meilleur substitut, dit-il, est l'exercice, même s'il ne s'agit que d'une marche quotidienne d'une demi-heure. « L'exercice vous permettra de contrôler votre poids et améliorera votre état d'esprit, vous conférera un sentiment de bien-être et calmera même un peu vos nerfs ».

On promet souvent aux fumeurs qu'ils se sentiront physiquement beaucoup mieux après avoir cessé de fumer. Pourtant, certains ex-fumeurs, surtout ceux qui ont cessé après avoir fumé durant 20 ans ou plus, affirment ne pas se sentir mieux, sinon pire dans certains cas.

Le Dr Ernst croit qu'ils ont peut-être attendu trop longtemps avant de cesser de fumer, leur organisme ayant subi des dommages irréversibles ou, encore, ils ont peut-être un problème de santé qui n'a rien à voir avec le tabagisme. « Abandonner la cigarette confère des bienfaits extraordinaires, insiste-t-il. Rien de ce que vous pouvez faire ne peut mieux contribuer à améliorer votre état de santé ».

La moitié des Nord-Américains qui ont déjà fumé ont mis fin à cette habitude, selon l'Addiction Research Foundation. Statistique Canada affirme que 26 % des Canadiens de 15 ans et plus fumaient quotidiennement, en 1991, contre 41 % en 1966.



Moins d'allergies dans les familles nombreuses

LONDRES (AP) — Plus les familles sont nombreuses et moins leurs membres risquent d'être sujets à des allergies, selon une étude allemande parue hier dans le «British Medical Journal».

D'après les chercheurs de l'Université de l'hôpital des enfants à Munich, l'étude confirme l'idée selon laquelle l'exposition à des virus dès le plus jeune âge prévient l'apparition des allergies par la suite. Ainsi, dans les familles nombreuses, frères et sœurs ont beaucoup plus de risques de se transmettre un virus qu'ailleurs. « La plupart des gens pensent que la pollution atmosphérique est la cause de l'augmentation des allergies dans les pays occidentaux, mais il semble que d'autres facteurs soient importants (...) Cela pourrait être la taille de la famille et l'exposition aux infections », explique la Dr Erika von Mutius.

L'étude a porté sur 7653 enfants âgés de 8 à 12 ans et répartis en cinq groupes selon la taille de leur famille. Ceux n'ayant qu'un frère ou sœur ont un risque d'attraper une allergie réduit de 6 % alors que ce taux passe à près de 30 % chez ceux ayant cinq frères ou sœurs par rapport à ceux n'en ayant qu'un seul ou pas du tout. Une étude britannique publiée il y a deux ans avaient rendu pratiquement les mêmes conclusions.

CHRONIQUE MÉDICALE

Je souffre le martyr, que faire ?

● Depuis trois ans, je souffre le martyr. J'ai 50 ans (et plus) et je souffre de sinusite chronique avec comme problème secondaire de l'asthme. Ma vie est pénible malgré la médication. Que faire ?

Vous mentionnez dans votre lettre que vous faites des allergies. Sont-elles contrôlées ? Vous dites avoir beaucoup de sécrétions nasales, avez-vous un bon contrôle de l'environnement et des irritants possibles à l'intérieur de la maison ? Êtes-vous une fumeuse ? Y a-t-il de la pollution dans votre milieu de travail ? Êtes-vous une grande consommatrice de sucre, sel et pâtisseries ? Êtes-vous une personne super stressée ?

Pourquoi votre système immunitaire

vous fait-il autant défaut ? C'est une question importante à laquelle il faut trouver une réponse. Avez-vous des problèmes de poids ? Êtes-vous toujours fatiguée ?

Si tout a été essayé et que les problèmes continuent, je vous suggère de continuer la médication tout en essayant de rencontrer un médecin qui pratique la naturopathie afin de vous aider à stimuler votre système de défense et aussi de regarder ce qui fait défaut chez vous au point de vue alimentation. De plus, je vous suggère des cours de relaxation pour mieux contrôler le stress qui est souvent inconscient.

Ce sont des recommandations, car votre cas n'est pas simple à traiter médicalement et ceci sans du tout mettre en doute les traitements actuels. Un climat plus tempéré vous serait peut-être favorable, mais encore là... Bonne chance, madame !

Insultant pour une femme de 63 ans

● Je fais de l'ostéo-arthrite et il n'existe rien de plus insultant pour moi, une femme de 63 ans, que de me faire dire : « madame, il n'y a rien qu'on peut faire ».

Je comprends votre situation et j'ai l'impression que le premier facteur pouvant contribuer à un mieux-être est celui d'être écouté. Le simple fait de pouvoir exprimer la gravité de ses douleurs et de parler de son arthrite à son médecin est une part importante dans le traitement.

Un autre point important concernant l'ostéo-arthrite est qu'il faut se garder actif. Les gens ont souvent l'impression qu'en bougeant ou en faisant de l'exercice, la douleur sera plus importante alors que le fait de bouger améliore la situation. Mon père de 94 ans fait des exercices de souplesse tous les jours et il porte des chaussures de course avec des bandes de velcro. Les chaussures lui offrent un bon support pour ses pieds, ses jambes et son dos. Il est aussi important d'enseigner aux gens des bonnes habi-

tudes alimentaires afin de maintenir un poids normal.

Il existe, de plus, d'excellentes brochures pour la mise en forme des gens souffrant d'arthrite. Elles sont distribuées par des compagnies pharmaceutiques. Je vous recommande d'en faire la demande à votre médecin ou à votre pharmacien. Une règle d'or s'impose : là où il y a stagnation il n'y a pas d'action et le problème de douleur articulaire s'accroît.

Hormones et effets secondaires

● Je prends des hormones de remplacement depuis six ans. Je n'ai jamais eu de problèmes de poids et voilà que depuis un an (à 58 ans) j'engraisse. Je mesure 4 pieds 10 pouces. C'est ma grande hantise. Est-ce un effet secondaire des hormones ?

Effectivement, madame, le gain ou la perte de poids peut être un effet secondaire de la prise de l'une ou l'autre des hormones de remplacement. Mais les dosages hormonaux qui vous sont donnés sont minimes. Or, il est difficile

dans un tel cas de rendre les hormones responsables de ce gain de poids. C'est possible, mais peu fréquent.

Ce qui me surprend, c'est que vous prenez la médication depuis six ans et que c'est seulement depuis un an que le poids a changé. Avez-vous changé votre alimentation ? Consommez-vous beaucoup de sel ? La tension artérielle est-elle normale ? Est-ce qu'on a vérifié chez vous la glande thyroïde ? Surveillez-vous ce que vous mangez ? Êtes-vous aussi active à 59 ans que vous l'étiez à 54 ans ?

Selon le Dr Jean-Yves Fontaine, gynécologue à l'hôpital Saint-François-d'Assise, ce gain de poids chez vous est plutôt imputable à un changement qui accompagne la ménopause et ce changement serait beaucoup plus responsable du gain de poids que l'effet secondaire des hormones. Il existe chez la femme ménopausée un changement dans le métabolisme et la distribution des graisses. De là l'importance pour la femme de surveiller son alimentation et de se garder en bonne forme physique tout en surveillant sa consommation de gras et de sucre.



Gilles
LAPOINTE MD
collaboration spéciale

les alternatives santé

Les médecines douces... CAPSULE-SANTÉ SUR LA BALNÉOTHÉRAPIE

La balnéothérapie, du latin balneum qui signifie bain, est un traitement médical et de soins du corps par les bains. Ce concept utilise les vertus des produits marins tels les algues et les boues, en association avec l'eau douce. Parmi les différentes techniques utilisées, on note les enveloppements d'algues et les bains thérapeutiques de boue.

BALNÉOTHÉRAPIE

AUBERGE LE FLORÈS : Offrez-vous le rêve à la campagne ! Accueil chaleureux, confort et ambiance exceptionnels. Forfaits Gîte, 129\$/2 pers. (souper - coucher - déjeuner). SPA détente, 148\$/jour/pers. acc. double, incluant déjeuner, dîner, souper, coucher, massage, algothérapie, sauna, pressothérapie, bain thérapeutique, Inverseur DEVA. Réservation : (819) 538-9340.

CENTRES SANTÉ

CENTRE ÉQUILIBRE SANTÉ LES QUATRE-TEMPS LAC-BEAUPORT : Sur la rive du lac Beauport, piscine intérieure, sauna, bain d'algues ou d'huiles essentielles, massage, pressothérapie et massage. Chambres avec foyer et/ou bain turc. Service de navette. Informations : (418) 849-4486; réservation : 1-800-363-0379.

CENTRE LUCIE NOLET : Massages thérapeutiques, phytothérapie, irrigation du colon (cure), suivis en relation d'aide, conférences, 13 ans d'expérience, membre O.N.Q. accrédité par des cie d'assurance. 20 au 28 mars 94 : le jeûne modifié. Tél. : (418) 654-0171.

CENTRES SANTÉ

CENTRES SANTÉ RELAXARIUM : Vivez une expérience inoubliable ! Laissez-vous envahir par un sentiment de bien-être physique et mental extraordinaire. Deux relaxariums pour vous détendre, au Georgesville de St-Georges de Beauce et maintenant à Québec au Château Bonne Entente. Massages, soins aux ongles, drainages, pressothérapie, aqua-massage, alcôve avec balnéothérapie, bain flottant, piscines, bains vapeur et tourbillon, etc. Soins à la carte ou forfaits-santé à partir de 59\$/pers. Hébergement à partir de 69\$/nuit. St-Georges : (418) 227-7127 ou 1-800-463-3003 et Québec : (418) 650-4575 ou 1-800-463-4390.

L'ESTUAIRE DE L'HÔTEL LÉVESQUE : À Rivière-du-Loup, Nouveau, ultrapipe, pressothérapie, soins du corps, du visage, des mains, des pieds, algothérapie, algothérapie. Hôtel 4 étoiles, 100 chambres. Tél. : 1-800-463-1236, (418) 868-1468. Forfaits avec ou sans coucher.

DENTISTERIE

DENTISTERIE HOLISTIQUE : Traitements dentaires sans mercure. Dr Benoit Tangway, 1091, chemin Saint-Louis, bureau 102, Sillery (Québec). Tél. : 681-3366.

LABORATOIRE D'ORTHÈSE

LABORATOIRE POULIOT : (Permis 2103-613-2). Orthèses plantaires et chaussures sur mesure. Spécialiste en chaussures d'enfants et de personnes âgées. Chaussures de marche, sport et travail, toutes pointures et largeurs. 2990, chemin Ste-Foy. Tél. : 652-0100.

LASÉRO-THERAPIE

ARRÊTER DE FUMER : En une seule session au laser doux. Taux de réussite de 95%. Laser-Nico-Thérapie, également traitement pour le stress, l'obésité, l'insomnie. Tél. : 623-0773.

ONDES ÉLECTROMAGNÉTIQUES

ÉLECTRO-SANTÉ : Appareil qui procure une sensation de bien-être, de détente. Diminue l'inflammation, la douleur, améliore votre circulation sanguine et favorise la régénération cellulaire. Vente ou location : Lisette Bertrand (418) 688-1866.

ORTHÉSISTE

MARC BILODEAU : Chaussures, sandales de confort et orthopédiques pour toute la famille, pointures 3 à 15, largeur 4A à 5E. Marchand autorisé des sandales Birkenstock. Service à domicile. Nouvelle adresse : 1360, Champfleury, Québec. Inf. : 660-4959.

PSYCHOLOGIE

Dr NICOLE TREMBLAY : Psychologue, acupunctrice, hypnothérapeute. Prof. cert. du Healing Tao Center de New York. Services intégrés de thérapie, de traitements et d'enseignement pour vous aider à retrouver votre équilibre physique, mental et spirituel. (418) 688-1711.

NICOLE-ANNE CLOUTIER, M.Ps., PSYCHOLOGUE : Membre de la C.P.P.Q. depuis 1975, consultation pour P.A.E. et aide à la carrière, psychothérapie individuelle et de couple, médiation. Bureaux : St-Antoine-de-Tilly et Québec. Reçu d'impôt et assurance. (418) 886-2223.

RELAXATION

CENTRE DE MÉDITATION TRANSCENDANTALE : La technique de MT se pratique 15, 20 minutes deux fois par jour et procure un repos très profond. Inf. : 529-8464.

RELEVAILLES

SUZANNE HÉLÈNE LEMIEUX : Mère, infirmière, sage-femme, massothérapeute. SERVICE PRIVILÉGIÉ de soins à domicile pour la mère et l'enfant pendant les jours qui suivent la naissance; aussi tâches ménagères et repas conséquents. «AUTOUR DU BERCEAU» 640-7491.

SI VOUS DÉSIREZ ANNONCER DANS CETTE RUBRIQUE, communiquez avec le

SERVICE DU TÉLÉMARKETING au :

647-3376-77-88

ou sans frais au : 1 (800) 463-4828

LES B.D. DU SOLEIL

Trouve les 8 erreurs



Solution: 1. Épaule gauche du naufragé; 2. La pierre sous le naufragé; 3. L'île devant les pieds du naufragé; 4. L'eau à droite derrière l'île; 5. Drapeau plus large à droite; 6. Bras gauche du pêcheur déplacé; 7. L'eau sous sa jambe gauche; 8. Manche en haut sur l'épave.

BLONDINETTE



PEANUTS ET LE BON VIEUX Charlie Brown

par SCHULZ



HÄGAR L'HORRIBLE



LES SAPIENS D'ADELBERT



Le coin du minou
Félix, le chat de Martha Loeser boit une tasse de café chaque matin. Mais s'il n'y a pas de crème dans son café, il marche vers le réfrigérateur et attend patiemment!

Baptiste "L'Homme qui vit DANS UNE POUBELLE!"

Scénario et dessin: André Ph. Côté

