

# ECHO-NOMIE

sommaire



Studio Gosselin  
- Petro-Canada



Kmart

progrès  
écho

## guide du consommateur

SUPPLEMENT GRATUIT DU JOURNAL PROGRES-ECHO

Début  
cette semaine  
dans le journal  
Progrès-Echo  
Cours sur



Cours d'une durée de 9 semaines.

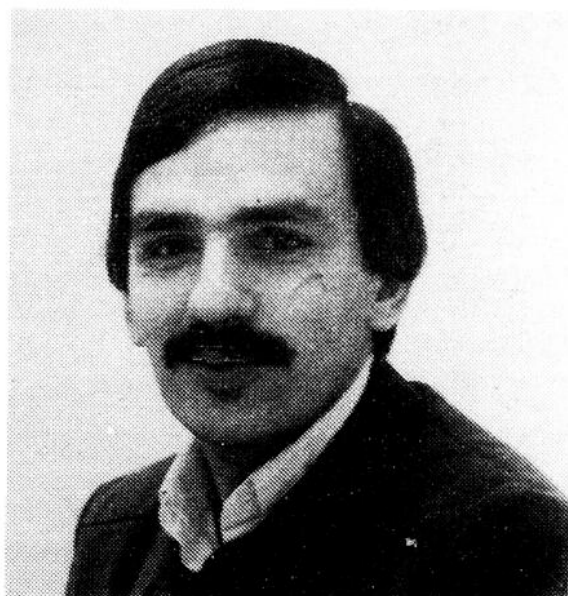
Tous ceux qui s'y inscriront auront droit aux privilèges suivants:

- Dès l'inscription, vous recevrez une revue sur la planche à voile.
- Avec 60% de réussite à l'examen, vous obtiendrez une attestation du collège Marie-Victorin de Montréal.
- Avec 80% et plus de réussite à l'examen, vous recevrez gracieusement un tiré à part du cours de planche à voile.

Progrès-Echo en vente chez les dépanneurs, dans les kiosques à journaux, de Rivière-du-Loup à Ste-Anne-des-Monts. Il est aussi disponible par camelots et par abonnement.

## 80 kiosques à visiter à l'Exposition Commerciale et Industrielle de Mont-Joli

Après une absence de 20 ans, l'Exposition Commerciale et Industrielle de Mont-Joli revient en force du 21 au 24 juin prochain. Plus de 60 exposants réunis dans 80 kiosques différents seront au Stade du Centenaire pour ces quatre jours d'activités. De l'animation avec spectacles variés tous les soirs en plus de l'attraction spéciale qu'est la voiture de courses des années 2000 où il sera possible pour les visiteurs de se faire photographier à l'intérieur de ce super bolide. Plus de 5 000 visiteurs sont attendus à cette grande Exposition Commerciale et Industrielle de Mont-Joli. C'est un rendez-vous du 21 au 24 juin. Les adultes seront admis au coût de 2,00 \$ et de 1,00 \$ pour les moins de 16 ans.  
Ernie Wells



Le président de l'Exposition Industrielle et Commerciale de Mont-Joli, M. Gilles Desjardins. (Photo, Progrès-Echo; E.W.)



M. Magella Dube, vice-président du comité organisateur de l'Exposition Industrielle et Commerciale de Mont-Joli. (Photo, Progrès-Echo; E.W.)

### SOMMAIRE

- \*Offres d'emploi
- \*Musée de la mer
- \*Echo-bail
- \*Monde agricole
- \*Cours sur l'environnement

### A lire cette semaine dans le Progrès-Echo

- La Fête Nationale célébrée partout dans la région
- L'arrivée des grands voiliers à Gaspé
- On baptise dans la piscine du Paul-Hubert
- Une centaine d'étudiants de l'Ecole Saint-Jean honorés

#### Sport

- Le Progrès-Echo au Grand Prix du Canada
- On produit des mini-voitures au Paul-Hubert

**Progrès-Echo est en vente partout, chez les dépanneurs, dans les kiosques à journaux de Rivière-du-Loup à Sainte-Anne-des-Monts. Il est aussi disponible par camelots et par abonnement.**

METRO

SIROIS

Consultez notre circulaire spécial de 16 pages

## L'Ordre des Architectes et le Groupe Ro-Na sont réunis

L'Ordre des architectes du Québec et le Groupe Ro-Na ont conclu une entente visant à créer une banque de plans de maisons et à rendre plus accessibles les services de l'architecte.

Annonce dans le cadre de la Semaine nationale de l'architecture L'Archifête, le projet s'inscrit également dans le vaste programme d'autoconstruction mis au point par le Groupe Ro-na en vue d'inciter et d'aider les Québécois à construire leur maison.

L'Ordre et le Groupe Ro-Na tiendront un grand concours parmi les archi-

tectes en vue de susciter la création de nouveaux modèles de maisons. Les plans des modèles primés, qui seront choisis par un jury et qui devront respecter les normes du Code du bâtiment, seront ensuite disponibles à prix populaires dans les quincailleries Ro-Na et les Renovateurs Ro-Na.

Autant les entrepreneurs en construction que les autoconstructeurs pourront se procurer les plans. Ils pourront ensuite, s'ils le désirent, recevoir les services de l'architecte pour adapter les plans à des besoins spécifiques ou encore pour as-

surer la surveillance des travaux de construction.

Pour l'Ordre des architectes du Québec, dont la mission est de protéger le public, l'objectif vise par un tel projet est de rapprocher l'architecte du consommateur. «On associe généralement l'architecte aux grands travaux publics ou à la construction de gratte-ciel, oubliant le rôle qu'il joue pour la construction de maisons», a souligné M. Chamberland.

M. Dion a déclaré pour sa part que l'entente signée avec l'Ordre vise à inciter les architectes à créer des modèles de

maison adaptées au milieu québécois et à assurer les autoconstructions d'un choix judicieux de modèles tout en leur donnant accès à un suivi des travaux de construction.

Il a souligné que cette entente constitue une des dernières étapes dans l'élaboration du vaste programme d'autoconstruction mis au point pour le Groupe Ro-Na. Les modalités du concours parmi les membres de l'Ordre seront mises au point durant l'été et le concours aura lieu à l'automne de sorte que les plans devraient être disponibles

dans les établissements Ro-Na au début de 1985.

En plus des plans de maison, le constructeur pourra se procurer un devis des matériaux requis et de leurs coûts dans les établissements Ro-Na.

Grace à la telematique, tous les marchands Ro-na sont reliés à l'ordinateur central du Groupe et auront accès à toute l'information désirée quant à la disponibilité et aux prix courants des matériaux.

C'est ainsi que les détaillants du Groupe Ro-Na sont de plus en plus appelés à devenir les conseillers des autocons-

tructeurs. Le Groupe dispense actuellement des cours aux marchands et à leurs employés pour répondre aux besoins de cette nouvelle clientèle. Le programme d'autoconstruction ne vise pas nécessairement à faire de chacun un menuisier ou un plombier mais bien à encourager celui qui entend s'impliquer dans la conception de sa maison et gérer lui-même sa construction. Le degré d'implication personnelle de chaque autoconstruction variera suivant ses disponibilités et ses talents.

Le programme vise à relancer la demande dans le domaine de la construction domiciliaire tout en donnant aux Québécois des moyens pratiques de devenir propriétaires de leurs propres maisons. On prévoit qu'il donnera lieu à 2 000 mises en chantier la première année et jusqu'à 20 000 dans les années ultérieures.

Renseignements: Luc Beauregard / Gilles Catefard / Beauregard, Hutchinson, McCoy, Capistrant et Associes (514) 937-7771

### Après 20 ans, c'est la relance

## L'Exposition commerciale de Mont-Joli revient du 21 au 24 juin prochain

Presque tous les espaces de kiosques ont déjà été vendus en vue de l'exposition commerciale de Mont-Joli qui se déroulera au Stade du Centenaire du 21 au 24 juin prochain.

Majoritairement, ce sont des marchands locaux qui ont loués un espace bien qu'on en compte quelques uns de l'extérieur dont un de Québec ayant attiré aux Grands Voiliers.

Cette exposition sera beaucoup plus commerciale qu'industrielle et nous voulons surtout donner priorité à nos groupes locaux.

Dans le but d'intéresser plus les visiteurs, nous y avons inclus diverses attractions dont la voiture de course Gasbec des années 2000 et la présence des Pompiers locaux avec explications et démonstrations des Machoires de Vie qui saura intéresser plusieurs visiteurs.

Pour animer les visiteurs, des groupes comme Couleur, Survol,

les Villageois et pour terminer dimanche, nous organisons un super concours d'imitations et sosies de Mickael Jackson, Boy George et autres. Nombreux prix en argent à gagner.

De plus, l'animateur Ghislain Desjardins sera présent tout au long de l'exposition pour faire l'animation et la promotion des marchands exposants. Il sera aussi le commentateur des Para-

Mode présentées vendredi, samedi et dimanche.

Le comité organisateur est formé de Messieurs Mario Dionne et Marc Deschenes de la Chambre de Commerce, Magella Dubé du Centre Commercial Les Galeries Mont-Joli et Gilles Desjardins de l'Association des Marchands Mont-Joli Centre-Ville.

Après une absence de 20 ans, nous croyons fortement faire de cette ex-

position un franc succès compte tenu qu'il y aura une activité estivale à Mont-Joli.

Il est également bon de souligner que la fête nationale sera incluse à l'intérieur des activités de l'exposition ce qui devrait nous permettre d'attirer un plus grand nombre de visiteurs. Bref, l'affaire est très bien engagée et l'exposition commerciale prendra place du 21 au 24 juin prochain.

Viens voir... c'est reparti.

## progrès **eCHO** Vous guide sur le MARCHÉ DU TRAVAIL

Si un emploi vous intéresse, communiquez avec le Centre d'Emploi du Canada à Rimouski au numéro: **722-3200**

### Rimouski / 722-3200

**Offre #436: Pharmacien(ne)**  
Salaire: \$10.00 de l'heure. Conditions: permanent, de 32 à 40 heures par semaine. Exigences: BAC, faire partie de l'Ordre des pharmaciens du Québec

**Offre #475: Boucher**  
Salaire \$4.62 à \$5.40 de l'heure. Conditions: permanent, temps partiel (9 à 12 h par semaine). Exigence: formation obligatoire comme boucher.

**Offre #528: Livreur(euse)**  
Salaire: 23% de commission sur les ventes. Conditions: permanent, plein temps. Exigences: posséder petite automobile, connaissance de la ville de Rimouski

**Offre #447: Surintendant d'usine**  
Salaire: \$25,000.00 par année. Conditions: permanent, plein temps. Exigences: 5 années d'expérience dans la supervision d'une usine de fabrication, connaissance approfondie en soudure, lecture de plans, contrôle de la qualité et en opération d'une usine de fabrication d'acier, capacité à diriger une cinquantaine de travailleurs et trois contremaîtres.

**Rimouski / CEC-C / 722-0884**  
**Offre #55W: Vendeur(se) de revues**  
Salaire: à commission. Conditions: temporaire, pour la période estivale. Exigence: être étudiant(e).

**Offre #1035: Agent d'accueil (St-Narcisse)**  
Salaire: \$4.00 de l'heure et \$6.00 après 44 heures. Conditions: temporaire, pour une période de huit semaines. Exigences: être étudiant(e) en biologie ou comme agent de conservation de la faune, posséder obligatoirement automobile.

**Mont-Joli / 775-8111**  
**Offre #8400112: Commis-vendeur(euse)**  
Salaire: \$4.00 de l'heure. Conditions: 10 semaines, temps partiel, travail de jour, de soirée et les fins

de semaines. Exigences: disponible soir et fins de semaines, connaître l'anglais serait un atout.

**Offre #4000217: Serveur(euse) d'apparat (Matane)**  
Salaire: à discuter. Conditions: cédule coupée, matin, midi, soir. Exigence: 2 ans d'expérience dans le service d'apparat ou cours hôtellerie.

**Telex: Moniteur(trice) conduite automobile (Matane)**  
Salaire: \$6.00 de l'heure. Conditions: plein temps, durée de 5 mois. Exigences: cours moniteur(trice) obligatoire, droit de pratiquer.

**Offre #BNE 74601: Technicien(ne) génie**

**électrique (Port-Cartier).**  
Salaire: \$12.67 de l'heure. Conditions: permanent, plein temps. Exigences: DEC en techniques d'instrumentation et contrôle, 3 ans d'expérience obligatoires.

**Offre #BNE 74995: Mécanicien(ne) d'automobiles (Ste-Anne-des-Monts)**  
Salaire: \$300.00 par semaine. Conditions: permanent, plein temps. Exigences: 5 ans d'expérience en mécanique générale, disponible soir et fins de semaines.

**Offre #BNE 74934: Imposeur(euse) (Amqui)**  
Salaire: \$200.00 par semaine. Conditions: permanent, plein temps. Exigence: 3 ans d'expérience.



## De l'eau de source chez-vous POURQUOI PAS?

Les distributions Bel-air vous offre l'opportunité d'avoir chez-vous de l'eau de source naturelle qui n'a subi aucun traitement chimique.

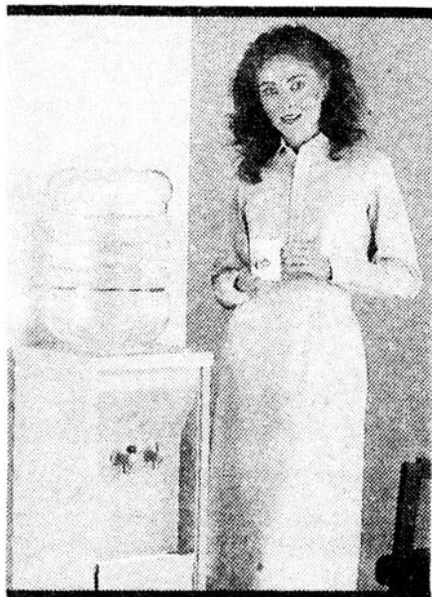
Renseignez-vous dès maintenant c'est important pour votre santé en composant: jour et soir

**723-2214**

EAU DE SOURCE

mont **Bel-air**

■ vente et location de refroidisseur commercial et résidentiel



## ISOLATION LEMIEUX INC.

226 des Mélèzes Rimouski

# Isolation

**FRAIS**



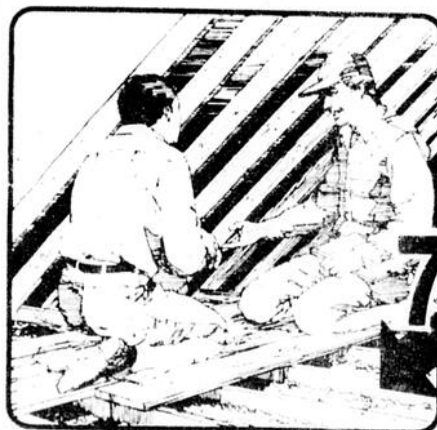
Attention: Propriétaire de toutes maisons construites avant le **1er SEPTEMBRE 1977.**

Vous êtes éligible à la **NOUVELLE** subvention du programme d'isolation thermique des résidences Canadiennes (P.I.T.R.C.) Les travaux doivent être exécutés par un entrepreneur détenant un no de participation de l'ONGC. (CGSB)

**CHAUD**



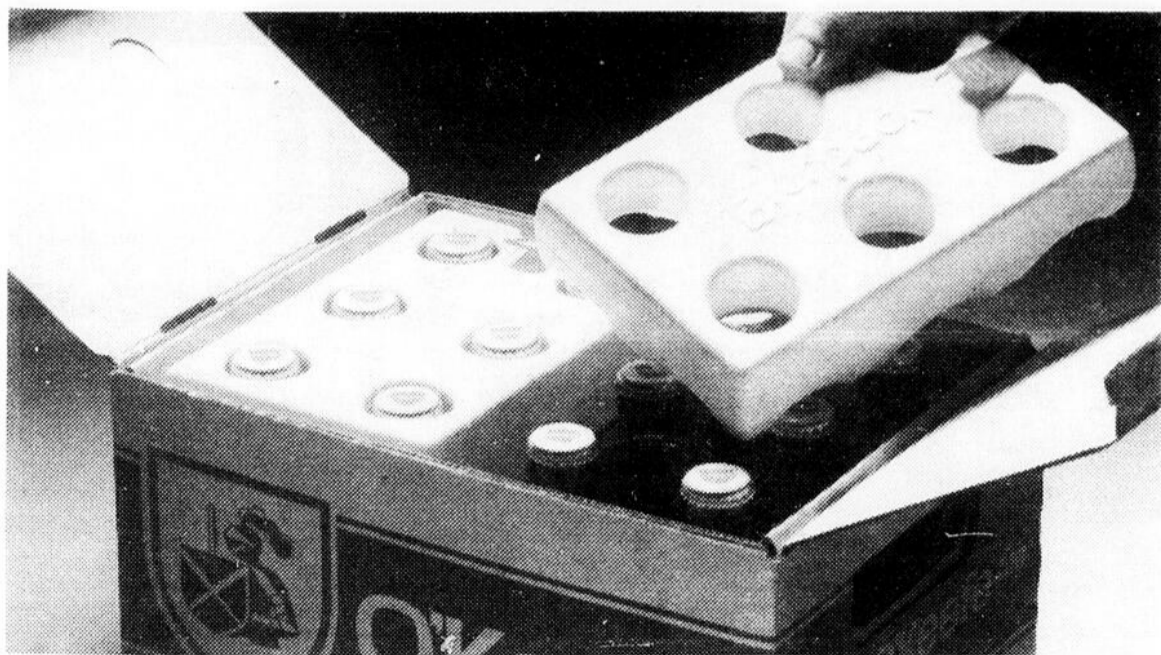
Votre isolant actuel recouvre-t-il vos solives



Si non communiquez avec nos représentants

**724-0507**

ESTIMATION GRATUITE Nous recommandons l'isolant rose Fiber glass



Le «Bier-Pack» est disponible chez Métro, Steinberg, Zeller's, Pharmacie Jean Coutu et Rona. Son prix de détail est de 4,29\$

## Le «Bier-Pack» le dernier-né de la famille Pinso sur le marché

Un nouveau produit vient de naître chez Pinso, le «Bier-Pack». Maurice Pinsonnault, manufacturier des produits tels les skis Karhu, le hockey Titan, le dépanneur Traxxon et les casques protecteurs Griffin, inventeur de la fixation de ski de fond en matière plastique et du «Sport-Rack», support pour automobile à rôles multiples nous surprend encore avec un produit qui vient de chez nous, qu'il lance sur le marché international.

Pinsonnault, cet industriel autodidacte a révélé par ses réalisations passées, sa capacité de mettre sur le marché des produits qui s'avèrent toujours des succès. Si Pinsonnault croit à un produit, c'est que le produit a du potentiel. Pinsonnault a cru au «Bier-Pack» en le voyant... Qu'en pensez-vous?...

Le «Bier-Pack» est une bouteille moulée, perforée de 6 trous qui convient à tous les goulots. Le liquide refroidissant est calibré dans la bouteille de façon à ce que la chaleur soit absorbée à un rythme optimal. Le «Bier-Pack» est spécialement conçu pour être déposé sur le dessus de la caisse de bière dans l'espace disponible. La chaleur monte, le froid descend, le «Bier-Pack» dépose sur le dessus des bouteilles conserve ou amène la bière à la température froide idéale pour la consommation durant de nombreuses heures (de 4 à 10 heures) même si la caisse est exposée à la chaleur. Le «Bier-

Pack» s'insère facilement dans la caisse sans entraver l'ouverture ou la fermeture des panneaux; il élimine les glacières, l'eau et la glace; il est léger et réutilisable; et il est garanti. Son prix de détail est de 4,29 \$.

Le «Bier-Pack» est présentement dans plus de 25 000 points de vente, soient les chaînes d'alimentation et de quincaillerie, tels Metro, Steinberg, Zellers, Pharmacie Jean Coutu, Rona, etc...

Que ce soit le pêcheur dans sa chaloupe, le planchiste à la plage, le joueur de tennis, le spectateur de baseball, la famille en pique-nique ou celui qui prend du soleil autour de la piscine, le «Bier-Pack» sauvera des pas au réfrigérateur et saura rafraîchir tout ce monde assoiffé d'une liqueur ou d'une bonne bière froide.

N'hésitez pas à nous contacter si vous désirez des informations additionnelles. Nous nous ferons un plaisir de vous répondre au 288-3977.

## On en saura sur l'acériculteur

Voilà que la période estivale approche et comme à chaque année, tous ces étudiants quittent leur institution scolaire en quête d'un travail rémunérateur afin de poursuivre leurs études. C'est le cas pour quatre (4) jeunes de la région de Rivière-du-Loup qui s'affairent déjà sur un projet Ete Canada présenté par l'Association des sucriers du Bas St-Laurent inc. tout récemment constituée, dont le siège social est situé à St-Cyprien.

Le projet vise à l'élaboration de matériel «promotionnel» sur la profession d'acériculteur, tel un montage audio-visuel sur la formation des produits de l'érable, une banque photographique ainsi que la conception d'un dépliant et d'affiches. Les objectifs spécifiques d'un tel projet sont premièrement, de modifier l'attitude des gens à savoir que «le temps des sucres» devenu traditionnel n'est plus étroitement lié à la venue du printemps mais que la production acéricole peut maintenant se consommer en tout temps de l'année avec tous les moyens de conservation que l'on connaît aujourd'hui. Adopter un nouveau mode de consommation, enfin réaliser qu'une palette de tire d'érable peut être aussi bonne en plein milieu du mois de juillet

qu'au printemps. Enfin, avec de tels objectifs, ne serait-ce pas justifiable et à plus forte raison d'espérer concevoir un livre de recettes typiquement québécois, voir même régional sur les produits de l'érable. Des recettes non pas empruntées ici et là mais plutôt testées dans

les cuisines de nos bonnes ménagères. Nous vous incitons donc à participer en nous envoyant vos recettes en vue d'une éventuelle publication, ou même si vous semblez posséder de bonnes photographies se rapportant à l'érablière, soyez les bienvenues à L'Association des Sucriers du Bas St-Laurent, C.P. 40, Saint-Cyprien, G0L 2P0, à l'attention de Jacinthe Gosselin.

Alain Lauzière

## En très bref

### Leves dans l'île de Baffin

Le gouvernement fédéral a accordé un contrat d'un million de dollars à la société Geoterraz Ltd pour qu'elle procède à des leves dans l'île de Baffin. Geoterraz effectuera un leve aéro-magnétique de la partie nord-ouest de l'île afin de déterminer s'il existe des gisements de minerais. Les recherches par la voie des airs se poursuivront jusqu'en septembre. Par la suite, 78 cartes seront dressées et transmises à Énergie, Mines et Ressources.

### Encyclopédie canadienne

Hurting Publishers Ltd. fournira au gouvernement fédéral 20 000 exemplaires de l'encyclopédie canadienne en trois volumes, d'une valeur de 1,2 M\$. Le Secrétariat d'État les distribuera gratuitement aux conseils scolaires de langue anglaise.

Les Éditions internationales ont obtenu un contrat de 937 500 \$ du gouvernement fédéral pour la fourniture de 7 500 exemplaires de l'édition française de l'encyclopédie canadienne en trois volumes. Le Secrétariat d'État les distribuera gratuitement aux conseils scolaires de langue française.

### Simulation par ordinateur

Le gouvernement fédéral a accordé un contrat de 95 195 \$ à Nordco Ltd. La firme effectuera une simulation par ordinateur et une étude expérimentale afin de reproduire le mouvement d'un iceberg près d'une structure en mer à embase-poids. Cette étude analysera l'interaction entre l'iceberg et la structure. Il s'agit essentiellement d'établir un modèle mathématique à partir de travaux antérieurs et d'en valider les résultats en exécutant un programme expérimental faisant appel au bassin à houle de l'Université Memorial. Le contrat se terminera en août 1984.

## L'Esthétique écrite pour vous

avec Chantale Larivé  
723-8991 ou 775-4488.



## «Dolce» - crème pour les imperfections cutanées

### 1<sup>re</sup> / Application à domicile:

Notre crème «DOLCE» est utilisée dans tous les cas de peaux à comédons, pores dilatés, acnés de tous genres, excès de séborrhée.

### Utilisations:

a) comédons, pores dilatés, séborrhée; application journalière. Ses effets antiseptique et nettoyant, permettent de combattre les impuretés de la peau.

b) acné purulent: en mélangeant avec le masque «AUBADE» en quantité égale et en appliquant ce mélange sur les boutons purulents.

Notre crème «DOLCE» renferme des acides supérieurs.

- des Extraits de Plantes: Serpolet - Romarin - Sauge - Hamamélis - Camomille - Millefeuille... etc.

- du Soufre - de l'Allantoïne - des Levures naturelles.

L'ensemble agissant sur les comédons et l'acné, ainsi que sur les pores dilatés, par son action astringente. Évite le dessèchement de la peau et la formation trop importante de séborrhée.

### 2<sup>e</sup> / Application en cabine de soins (Instituts de Beauté):

Notre crème «DOLCE» est utilisée en cabine dans tous les cas de peaux à comédons, pores dilatés, séborrhée et acné, en association avec les crèmes spécifiques: «BRIO - ACCORD - CANTABILE - AUBADE - PRELUDE - ALLEGRO.»

Pour une étude spécifique de votre cas, n'hésitez pas à prendre rendez-vous pour une consultation GRATUITE.

Clinique Chantale Larivé  
1, La Grande Place  
Rimouski G5L 3H8  
Tél. 723-8991

NOUS AVONS UN MATÉL

Tout être humain passe le tiers de sa vie au lit: chez SommeX nous croyons dans le sommeil NATUREL. Voilà pourquoi nous avons créé le procédé SOMMI-FLEX, exclusif à SommeX. Grâce à ce procédé, nos matelas et sommiers offrent une durabilité supérieure doublée d'un confort sans pareil.

Avec l'ensemble GRAND PRIX, vous obtenez une garantie de 10 ans pour un matelas et un sommier au fini luxueux.

ENSEMBLES SOMMIER ET MATELAS:

- Ens. 39 prix **239<sup>s</sup>**
- Ens. 54 prix **269<sup>s</sup>**
- Ens. 60' prix **339<sup>s</sup>**

Pour les gens souffrant de maux de dos, les concepteurs de SOMMEX vous présentent l'ensemble CHIRO GA garanti pour 15 ans. Son support ultra ferme vous procurera un sommeil vraiment réparateur.

ENS. SOMMIER ET MATELAS:

- Ens. 39' prix **259<sup>s</sup>**
- Ens. 54' prix **299<sup>s</sup>**
- Ens. 60' prix **359<sup>s</sup>**

**D'AUTRES ENSEMBLES:**

39" à partir de **159,00\$**  
54" à partir de **199,00\$**

Denis Morency, co-propriétaire

# Meubles R. Dessureault

178 Itée.  
154, Saint-Germain est, Rimouski. 723-3216

"Financement disponible" • Entreposage gratuit • Vaste stationnement à l'arrière.

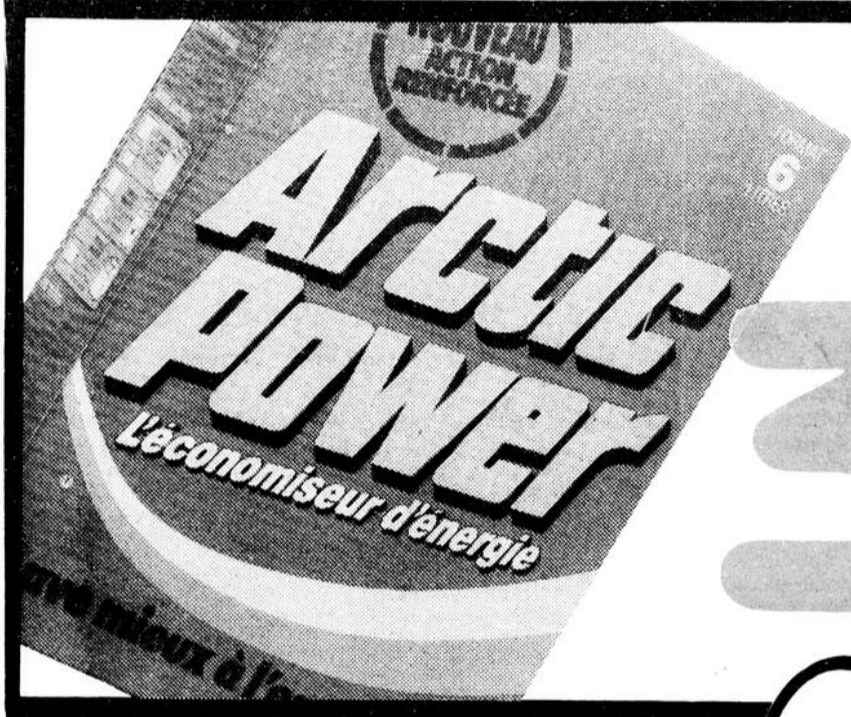
Notre force, c'est le CHOIX...  
Votre avantage, c'est le PRIX...

VENEZ!  
VOYEZ!  
COMPAREZ!  
ÉCONOMISEZ!

AFFILIÉ À  
Groupe Accor  
Pour plus offre de meilleurs prix

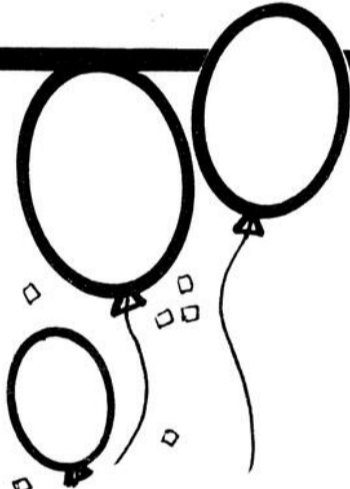


**OUI - OUI - OUI**  
**La fête continue**  
**chez Métro**



**DÉTERSIF EN  
 POUDRE**  
 ARCTIC POWER  
 POWDERED LAUNDRY DETERGENT  
 BTE 6 L BOX

**3,29**



**SUCRE BLANC  
 MARIE PERLE**  
 granulé extra-fin  
 sac 4 kg

**1,85**



**EAU DE JAVEL  
 CHANTECLERC**  
 3,6 L

**88¢**



**LIMONADE BLANCHE  
 CONCENTRÉE  
 PICNIC**  
 WHITE CONCENTRATED LEMONADE  
 CONT. 355 mL

**4/1,00**

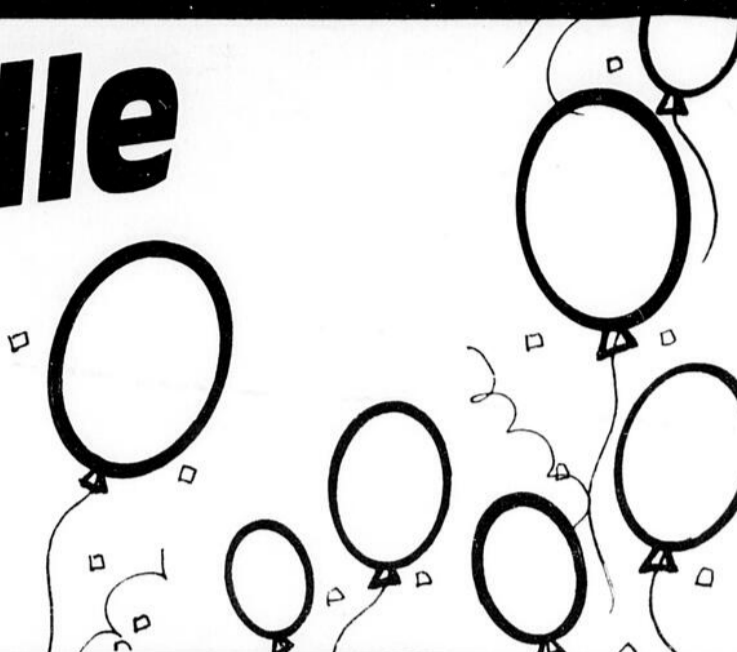


**METRO**

**SIROIS**

**DEUX POINTS DE SERVICE POUR MIEUX VOUS SERVIR.**

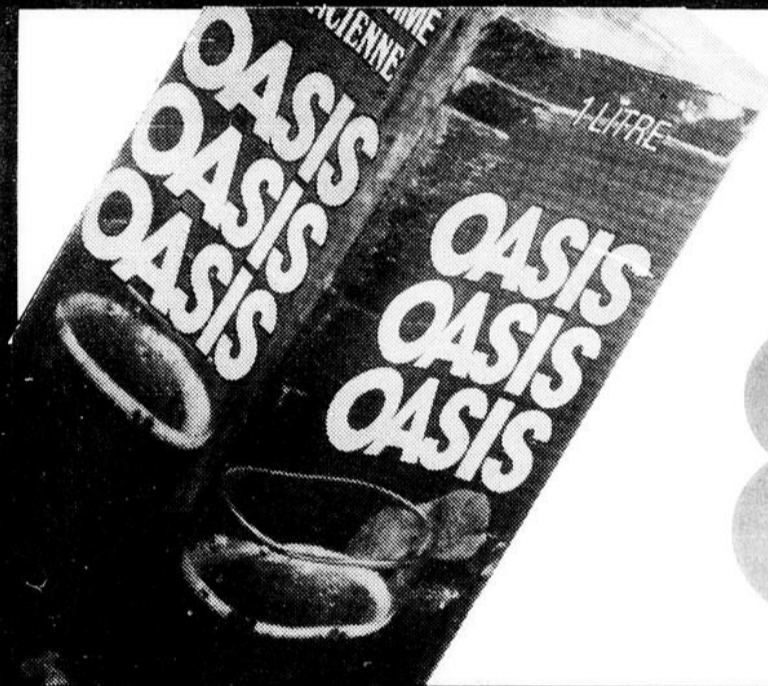
# de plus belle Sirois



## PRÉPARATION DE FROMAGE

MÉTRO  
PROCESS CHEESE FOOD  
16 TRANCHES/SLICES  
PAQUET 500 g PACK

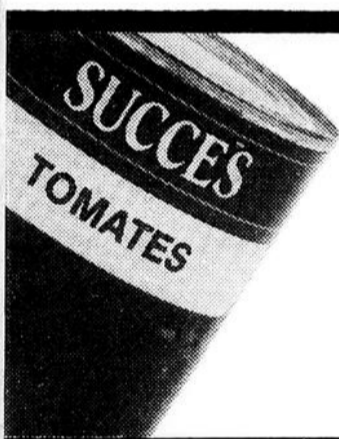
2,19



## JUS NON-SUCRÉ

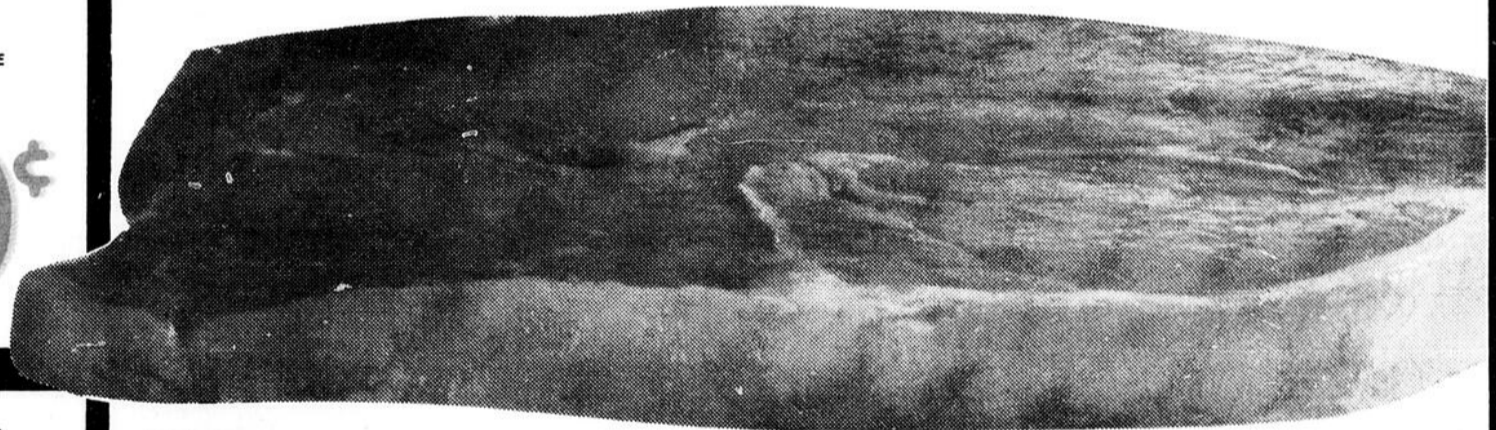
ORANGE, PAMPLEMOUSSE, ANANAS  
POMMES, POMMES À L'ANCIENNE  
OASIS  
UNSWEETENED JUICE  
ORANGE, GRAPEFRUIT, PINEAPPLE,  
APPLE, OLD FASHIONED APPLE  
CONT. 1 L

89¢



**TOMATES**  
CANADA DE CHOIX  
SUCCESS  
TOMATOES, CANADA CHOICE  
BTE 796 mL TIN

59¢



**LAITUE ICEBERG**  
PRODUIT DU QUÉBEC, CANADA NO 1  
ICEBERG LETTUCE, QUEBEC GROWN  
CANADA NO. 1, GR. 18 SIZE

39¢

**\*BIFTECK  
DE RONDE  
DÉOSSÉ**  
TRANCHE ENTIÈRE OU  
ROSBIF D'EXTÉRIEUR  
DE CROUPE  
DÉOSSÉ  
BONELESS ROUND STEAK  
OR OUTSIDE  
RUMP ROAST  
BONELESS

4,08 /kg 1,85 /lb



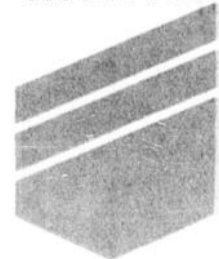
723-3783

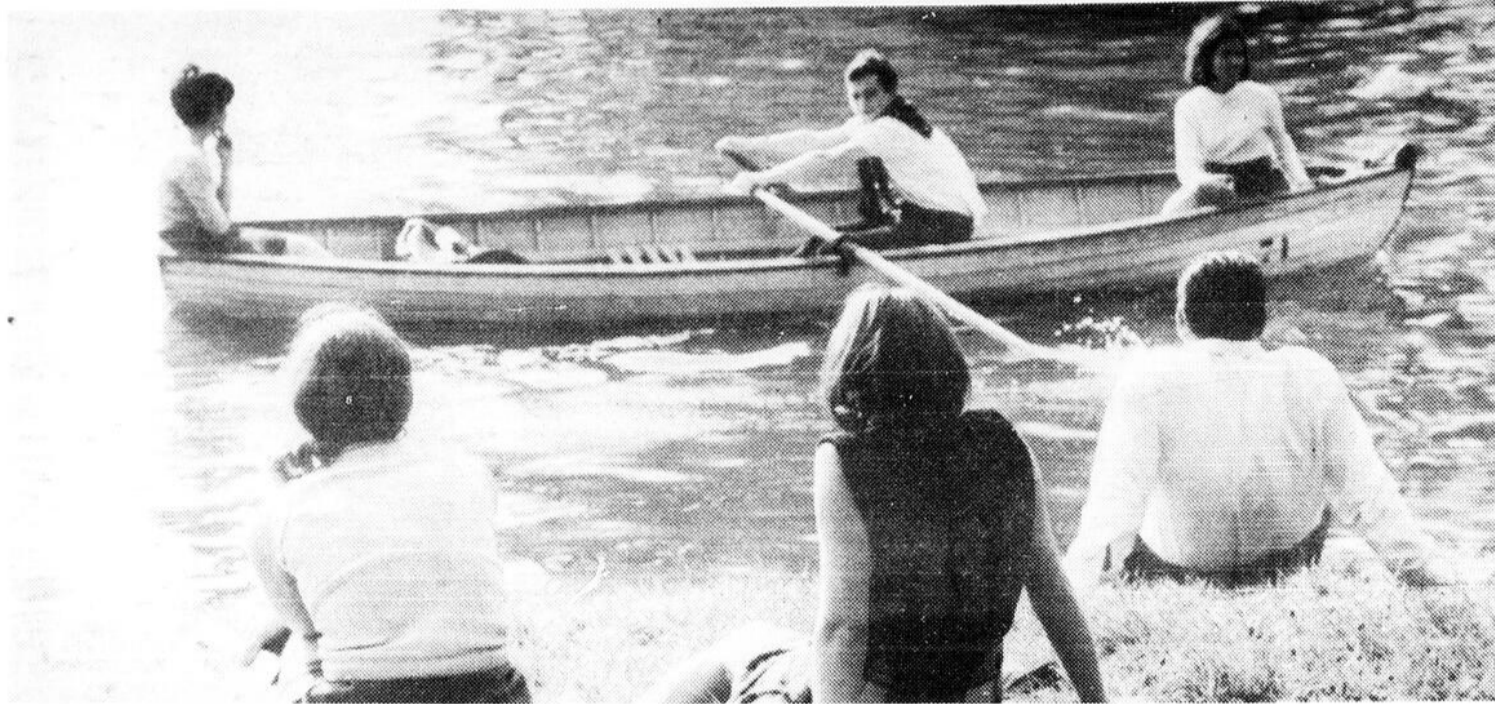
308 Rouleau

722-0722

465 Boul. St-Germain ouest

Plusieurs autres spéciaux de fête  
à l'intérieur du magasin





# Pour voguer avec assurance

Les mordus de l'eau résistent mal à l'attrait du trio soleil - chaleur - eau. Le Bureau d'assurance du Canada (BAC) les invite à calmer leurs ardeurs juste le temps qu'il faut pour bien revoir leurs assurances. Ces quelques minutes de prudence peuvent empêcher d'innocents rêves d'évasion de se muer en de couteux cauchemars.

## Les dommages à l'embarcation.

L'assurance des propriétaires occupants ou des locataires couvre les dommages éventuels aux embarcations (barques, bateaux à moteur, canots, pédalos) qui se trouvent sur les lieux assurés et ce, pour un maximum de 500 \$, garnitures et accessoires compris. A ceux qui désirent obtenir une plus large protection, le BAC suggère de contracter une assurance des biens meubles qui couvrira spécifiquement leurs embarcations. Il s'agit d'une assurance tous risques.

## La valeur assurable

Comment la déterminer? En produisant la facture d'achat ou, à défaut de facture, l'évaluation faite par un marchand ou un réparateur d'embarcations. Le montant inscrit au contrat d'assurance devient incontestable si l'assuré prend soin d'y accoler la lettre «V». Le BAC recommande à l'assuré de réviser le montant de garantie à chaque renouvellement de son contrat, sans quoi il risquerait, en cas de sinistre, de recevoir une indemnité moindre.

## L'assurance de la responsabilité civile

Pour obtenir les garanties qui lui permettront de faire éventuellement face aux conséquences pécuniaires de dommages causés à autrui, l'assuré doit obligatoirement déclarer les bateaux qui lui appartiennent, soit:

- tous les bateaux équipés d'un ou de plusieurs moteurs hors-bords mais dont la puissance individuelle ou combinée ne dépasse pas 12 kw (16 hp);
- tous les bateaux avec moteur intégré ou semi-intégré dont la puissance ne dépasse pas 38 kw (50 hp);
- tous les bateaux d'une

longueur ne dépassant pas 26 pieds (7,9 mètres).

Alors que le contrat standard couvre les embarcations ci-dessus, l'as-

suré doit recourir à un contrat d'assurance spécial pour la couverture d'embarcations de plus grande longueur ou de

plus forte puissance.

Si vous empruntez le bateau de votre voisin, vous n'avez pas à vous inquiéter car le bateau est

automatiquement couvert en responsabilité civile par votre contrat d'assurance habitation. Bonne navigation!

# saviez-vous?...

que maintenant il y a un nouveau spécialiste du silencieux à Rimouski?



qui?...

administre ce commerce de silencieux: nul autre que le sympathique Marcel Marquis. Hé oui! Le même propriétaire que Alignement P.M.M.

où?

est situé ce nouveau commerce de silencieux administré par Marcel?

Tout près de chez-vous, au Centre d'achat Le Carrefour, dans l'ancien garage K-Mart.

# comment?...

rejoindre nos spécialistes d'une très haute compétence en système d'échappement?

## Recherchez l'enseigne Carline orange & blanche.

Signalez le no: 722-6464, Marcel Mailloux & René Tremblay s'empresseront de vous donner un rendez-vous afin de minimiser l'attente lors de votre visite. **Pour une vérification «GRATUITE».**

# pourquoi?...

une affiliation avec la chaîne Carline?

Tout simplement pour vous faire bénéficier d'une garantie pour aussi longtemps que vous possédez votre voiture qui sera respectée ou honorée à l'échelle nationale n'importe où au Canada où il y a un dépositaire Carline.

Aussi, nous possédons une machine pour fabriquer les tuyaux sur place pour n'importe quelle voiture: nord-américaine ou d'importation.

Silencieux  
**CMM**  
INC.

419 BOUL. JESSOP, CARREFOUR RIMOUSKI

722-6464

Nous acceptons

AMERICAN  
VISA

MasterCard



Kino-Québec

On est plein d'énergie

## AIDE-MEMOIRE pour votre marché hebdomadaire

<b>PRODUITS LAITIERS</b> <input type="checkbox"/> lait-crème <input type="checkbox"/> beurre <input type="checkbox"/> fromage <input type="checkbox"/> crème gracée <input type="checkbox"/> yogourt Autres: _____	<b>CONSERVES</b> _____ _____ _____ _____
<b>VIANDES ET POISSONS</b> <input type="checkbox"/> boeuf <input type="checkbox"/> porc <input type="checkbox"/> agneau <input type="checkbox"/> poulet <input type="checkbox"/> veau <input type="checkbox"/> abats <input type="checkbox"/> charcuterie <input type="checkbox"/> poisson <input type="checkbox"/> fruits de mer Autres: _____	<b>ALIMENTS CONGELÉS</b> _____ _____ _____ _____
<b>LEGUMES</b> <input type="checkbox"/> carottes <input type="checkbox"/> céleri <input type="checkbox"/> champignons <input type="checkbox"/> choux - choux fleurs <input type="checkbox"/> concombres <input type="checkbox"/> haricots verts-jaunes <input type="checkbox"/> laitue <input type="checkbox"/> navets <input type="checkbox"/> oignons <input type="checkbox"/> piments <input type="checkbox"/> pommes de terre <input type="checkbox"/> ail <input type="checkbox"/> radis <input type="checkbox"/> échalottes <input type="checkbox"/> brocolis <input type="checkbox"/> courge <input type="checkbox"/> betteraves <input type="checkbox"/> épinards Autres: _____	<b>PRODUITS MENAGERS</b> <input type="checkbox"/> liquide à vaisselle <input type="checkbox"/> pouce à laver <input type="checkbox"/> récurant <input type="checkbox"/> nettoyeur tout usage Autres: _____
<b>FRUITS</b> <input type="checkbox"/> tomates <input type="checkbox"/> pommes <input type="checkbox"/> bananes <input type="checkbox"/> oranges - clémentine <input type="checkbox"/> pamplemousse <input type="checkbox"/> raisins <input type="checkbox"/> pruneaux - dattes <input type="checkbox"/> poires <input type="checkbox"/> pêches <input type="checkbox"/> cerises <input type="checkbox"/> kiwi <input type="checkbox"/> melon (miel - eau) <input type="checkbox"/> cantaloupe Autres: _____	<b>PHARMACIE</b> _____ _____ _____ _____
<b>PÂTISSERIE</b> <input type="checkbox"/> pain <input type="checkbox"/> gâteaux Autres: _____	<b>SOINS PERSONNELS</b> <input type="checkbox"/> shampoing <input type="checkbox"/> dentifrice <input type="checkbox"/> cure oreilles <input type="checkbox"/> savon <input type="checkbox"/> huile pour le bain <input type="checkbox"/> mousse pour le bain <input type="checkbox"/> rinçage-bouche Autres: _____
<b>Une gracieuseté de votre journal</b>	<b>DIVERS</b> <input type="checkbox"/> aliments bébés <input type="checkbox"/> céréales <input type="checkbox"/> oeufs <input type="checkbox"/> beurre d'arachides <input type="checkbox"/> café - thé - tisanes <input type="checkbox"/> farine <input type="checkbox"/> sucre <input type="checkbox"/> épices <input type="checkbox"/> confitures <input type="checkbox"/> mayonnaise - moutarde <input type="checkbox"/> ketchup <input type="checkbox"/> pâtes alimentaires <input type="checkbox"/> marinades <input type="checkbox"/> papiers-mouchoirs <input type="checkbox"/> papier hygiénique <input type="checkbox"/> papier aluminium - ciré <input type="checkbox"/> boissons gazeuses <input type="checkbox"/> boissons alcoolisées <input type="checkbox"/> jus <input type="checkbox"/> vin <input type="checkbox"/> biscuits Autres: _____



# LE MONDE AGRICOLE



Les producteurs de porcs canadiens font face à leur tour aux accusations américaines à l'effet que les programmes de stabilisation mis en place par leurs gouvernements entraveraient la libre concurrence internationale. Leurs confrères américains réclament en effet qu'on impose à leur produit des droits de douane supplémentaires et compensatoires. Plutôt que de s'en remettre aux mécanismes usuels anti-dumping, ils ont fait déposer au Congrès, par le représentant de l'Iowa où se produit le quart des porcs américains, un projet de loi en ce sens, dans l'espoir d'accélérer la procédure.

Cette offensive s'inscrit dans un mouvement plus général qui ont obligé les Canadiens à se défendre contre des accusations semblables dans les secteurs de la pomme de terre, du bois de sciage, de certains légumes (carottes, oignons) ou des poissons. D'autres pays, le Brésil notamment et les membres de la Communauté économique européenne, déclenchent des

réactions américaines similaires. Règle générale, les groupes impliqués ne sont cependant pas parvenus à obtenir de l'administration américaine les mesures de protection

qu'ils réclamaient.

Il n'en demeure pas moins que l'on observe outre-frontières une nervosité nouvelle qui contraste grandement avec l'assurance traditionnelle des milieux américains en matière de commerce international. De la même manière, on voit ces derniers chercher à obtenir des lois qui limiteraient l'achat des terres par des étrangers.

Toujours sous le prétexte de sauvegarder les règles de la libre concurrence. C'est que pour les Américains, il n'existe qu'une bonne façon de préserver le libre marché, la leur.

Or, à peu près partout ailleurs dans le monde, on s'est aperçu que la loi du plus fort qui sert de règle aux américains n'était pas nécessairement celle qui favorisait le plus le libre-échange. En engendrant

des géants, elle crée des monopoles rapidement en mesure de détruire toute concurrence. La plupart des pays ont donc adopté des mesures qui assurent à plus long terme le maintien d'un système de concurrence. Les programmes de stabilisation canadiens font partie de celles-ci.

Jadis maîtres du jeu international, les Américains se retrouvent ainsi

dépassés par les événements. Ils ont perdu le contrôle d'un système qui a continué à évoluer sans eux. D'où la tendance à se replier sur eux-mêmes en se disant qu'ils ont raison contre le reste de l'humanité. Seuls à avoir le pas, ils se condamnent à marcher en solitaire.

Pour l'instant, l'administration américaine résiste à ce type de pression mais pour combien de

temps ? L'opinion publique américaine semble avoir perdu confiance en sa capacité d'affronter la concurrence internationale; elle n'a pas réclamé en temps voulu les réformes qui lui aurait permis de le faire. Prisonnière de son passé, elle risque de ne plus pouvoir faire face à l'avenir. Ainsi les grands empires ont disparu au cours des siècles passés.

## Exposition

Stade du centenaire Mont-Joli

COMMERCIALE & INDUSTRIELLE DE MONT-JOLI INC.

du 21 au 24 juin



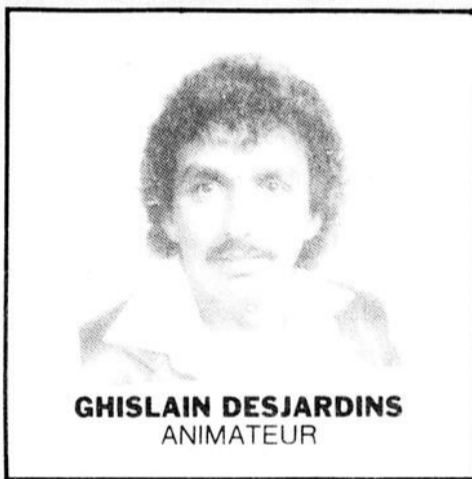
**SPECTACLE AVEC LE GROUPE VILLAGEOIS**  
samedi le 23 juin à 21H30  
dans le cadre de la fête Nationale



**SPECTACLE DU GROUPE COULEUR**  
vendredi le 22 juin à 21H30



**SPECTACLE DU GROUPE SURVOL**  
jeudi le 21 juin à 21H30



**GHISLAIN DESJARDINS**  
ANIMATEUR



**CONCOURS D'IMITATION BOY GEORGES ET MICHAEL JACKSON ETC...**  
Prix à gagner  
**SOIREE DISCO**  
dimanche le 24 juin à 21H30  
23H00 Clôture et remise de prix au meilleur kiosque



### Vous voulez devenir famille d'accueil

Une personne âgée peut avoir besoin de vous. Vous voulez lui offrir le gîte, une atmosphère familiale si importante pour elle, devenez « famille d'accueil ». Le Centre des services sociaux (CSS) de votre région peut vous conseiller à cet égard.

### PROGRAMME D'ANIMATION

#### Judi, 21 juin

- Ouverture des portes 19H30
- Musique (Steeve Page) 20H00
- **Ouverture officielle** 21H00
- Animation et promotion Ghislain Desjardins
- Spectacle (Groupe Survol) 21H30
- Fermeture 23H00

#### Vendredi, 22 juin

- Ouverture 18H30
- Para Mode 20H00
- Mini spectacle 20H30
- Para Mode 21H00
- Spectacle (Groupe Couleur) 21H30
- Animation et promotion Ghislain Desjardins
- Fermeture 23H00

#### Samedi, 23 juin

- Ouverture 13H30
- Animation et maquillage pour enfants (Commandite Boutique Jocus) 14H00
- Clowns et ballons pour les enfants
- Attraction spéciale, voitures de course des années 2 000 (Gracieuseté Gasbec) 18H30
- Para Mode 20H00
- Mini spectacle 20H30
- Para Mode 21H00
- Spectacle (Groupe Les Villageois) 21H30
- Animation et promotion Ghislain Desjardins
- Fermeture 23H00

#### Dimanche, 24 juin

- Ouverture 13H30
- Activités extérieures dans le cadre des Fêtes Nationales
- Animation et maquillage pour enfants (Commandite Boutique Jocus) 14H00
- Clowns et ballons pour les enfants
- Para Mode 20H00
- Mini spectacle 20H30
- Para Mode 21H00
- Concours d'imitation Prix à gagner 300 \$ en argent
- Clôture et remise du prix au plus beau kiosque (Commandite Comité EXPO) 23H00

**Viens voir... C'est reparti!**

Une courtoisie de: Jacques Massé, agent La Brasserie Labatt Limitée



Commanditaire officiel de l'exposition

**... quand on aime la bière!**



**la caisse  
d'établissement**  
COURTIER

et



**CONSTRUCTION JPR**  
(1978) INC

**POUR FÊTER LEUR NOUVELLE ALLIANCE  
OFFRENT À CHAQUE ACHETEUR  
2 BILLETS D'AVION**

**ALLER-  
RETOUR  
POUR  
OU**

**PARIS**

(DEPARTS ENTRE 16 AOÛT ET 27 SEPT. 84)

**\$1000<sup>00</sup>**

**EN ARGENT  
SONNANT**



**AVEC L'ACHAT D'UNE MAISON OU D'UN  
CONDOMINIUM AVANT  
LE 15 JUILLET 1984**

*À  
La Cité  
des Soeurs*



**CE CADEAU EST OFFERT EN PLUS  
DES SUBVENTIONS ALLANT JUSQU'À \$2500<sup>00</sup>  
DU PROGRAMME DE CORVEE HABITATION.**

**BUREAU DE VENTE  
310, DU BOSQUET  
OUVERT TOUS LES JOURS  
DE 13H00 À 17H00  
EN TOUT TEMPS SUR RENDEZ-VOUS  
724-2813**

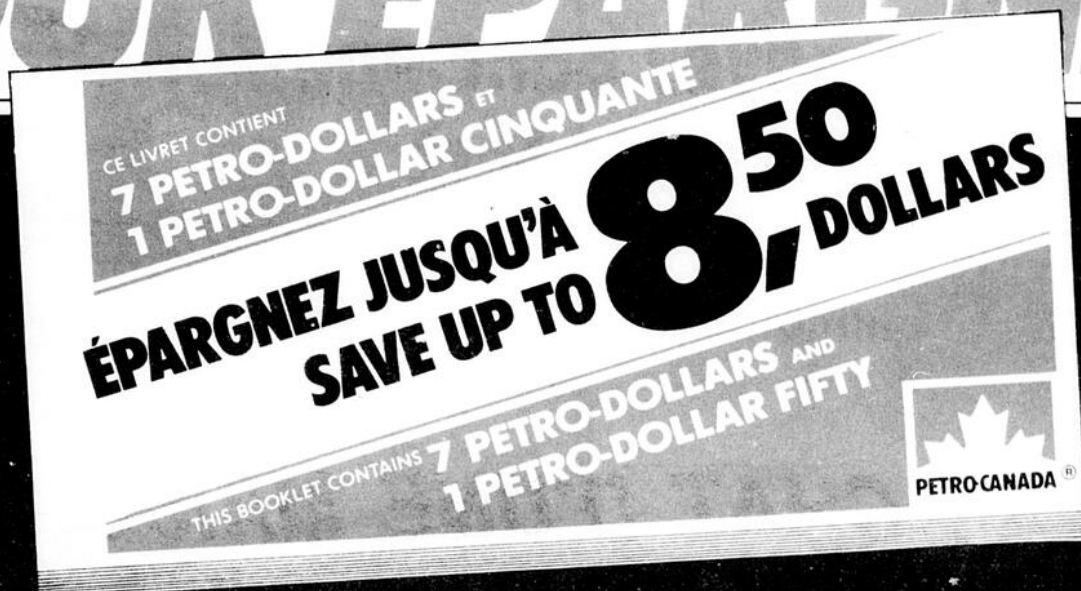
Service 24 heures, 7 jours par semaine  
149, ST-GERMAIN EST, RIMOUSKI, QUEBEC

**724-4360**

**VOUS ALLEZ RECEVOIR  
UN CADEAU POUVANT VALOIR**

**850\$  
DE  
PETRO-CANADA**

**PROFITEZ-EN  
POUR ÉPARGNER!**



CE LIVRET QUI VOUS PARVIENDRA CES JOURS-CI PAR LA POSTE CONTIENT

**7 PETRO-DOLLARS**

encaissables  
jusqu'au  
2 septembre  
1984

ET

**1 «PETRO-DOLLAR CINQUANTE»**

EN L'HONNEUR DE LA FÊTE DU CANADA encaissable jusqu'au 2 septembre 1984

Les PETRO-DOLLARS seront acceptés dans les stations participantes PETRO-CANADA à l'achat de 25 litres d'essence ou plus. Un seul bon par achat

PETRO-CANADA vous offre ce livret de PETRO-DOLLARS dont chacun peut valoir son chiffre en argent.

Les rabais substantiels que les PETRO-DOLLARS permettent d'obtenir à l'achat d'essence dans les stations PETRO-CANADA du Québec et de l'Ontario sont beaucoup plus avantageux que les jeux de hasard. Ils permettent en effet à tous nos clients de partir gagnants...de rouler gagnants.

Profitez bien de vos vacances et de toutes vos randonnées estivales et soyez prudent.

Le vice-président principal  
Région de l'est  
Produits Petro-Canada

  
Pierre Dupuis



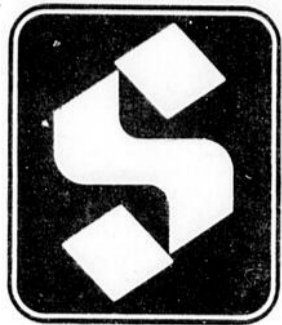
Avec PETRO-CANADA,  
vous faites une bonne affaire  
sur tous les plans.

C'est de plus en plus  
avantageux d'y mettre  
du canadien.

Marque de commerce de Petro-Canada

PROGRÈS-ECHO MERCREDI 20 JUIN, S —9





# LE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Les articles annoncés dans cette page sont en réclame au supermarché de Rimouski jusqu'à la fermeture samedi prochain. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie de prix au comptoir d'information.

## 131, La Grande Place, Rimouski

**Champignons**  
Steinberg

morceaux et tiges, 284 ml

**88¢**

**Jus de pommes**  
Steinberg

bte 1.36 l

**1 09**

**Lait concentré**  
Crino

bte 385 ml

**69¢**

**Eau de source**  
Steinberg

cont. 4 l

**99¢**



# BMR

## ON REPART EN GRANDE

du 19 au 30 juin

### ON REPART EN GRANDE AVEC:

- UNE NOUVELLE ADMINISTRATION
- UNE NOUVELLE POLITIQUE DE SERVICE À LA CLIENTÈLE
- UN PERSONNEL ACCUEILLANT ET COMPÉTENT
- DE NOUVELLES HEURES D'OUVERTURE  
ouvert en soirée le jeudi

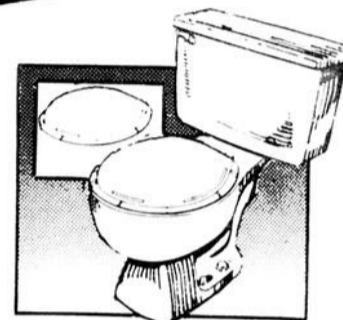
Durant nos deux semaines de promotion, en plus de profiter de nos spéciaux On repart en grande, venez rencontrer:  
Nos fournisseurs  
MacMillan, Bloedel et Bois Daigle



Bien mieux renseigné pour bien mieux rénover...  
Le personnel du magasin toujours à votre service!

**BMR MATÉRIAUX CONST. RIMOUSKI INC.**  
**PLUS QUE JAMAIS À VOTRE SERVICE**  
**POUR TOUS VOS PROJETS DE**  
**RÉNOVATION!**

Beignes et café gratuits  
pour tous nos clients



**TOILETTE ISOLÉE**  
Blanche. Siège non-inclus.

**PRIX BMR**

**77<sup>88</sup>**  
CHA.

**SIÈGE DE TOILETTE**  
En plastique blanc.

**PRIX BMR**

**5<sup>77</sup>**  
CHA.



**COIFFEUSE (VANITÉ)**  
16 po. x 20 po. Blanche.  
Dessus simili marbre blanc sur blanc. Robinets non-inclus.

**PRIX BMR**

**59<sup>99</sup>**  
CHA.

### DE NOUVELLES HEURES D'OUVERTURE:

du lundi au mercredi de 8:00 à 17:30  
les jeudi et vendredi de 8:00 à 21:00 — ouvert en soirée  
le samedi de 8:00 à 12:00.

Ces prix sont «payez et emportez».  
Prix BMR en vigueur du 19 au 30 juin 1984.

# MATÉRIAU

# BMR

## ON REPART EN GRANDE

du 19 au 30 juin

### PATIO D'ÉPINETTE

Plan et matériaux pour un patio de 8 pi. x 12 pi. (rampe et escalier non-inclus).

PRIX BMR

159<sup>95</sup> ENS.

BOIS TRAITÉ  
PRIX BMR

249<sup>95</sup> ENS.



### BARDEAUX DE CÈDRE

À accointer. 1 paquet couvre environ 12.5 pi. car.

PRIX BMR 3<sup>89</sup> PAQ.

### ÉPINETTE ÉCONOMIQUE

Dimensions: 2 po. x 4 po. x 8 pi.

PRIX BMR 1<sup>00</sup> CHA.

### ÉPINETTE DE PREMIÈRE QUALITÉ

Dimensions: 2 po. x 4 po. x 8 pi.

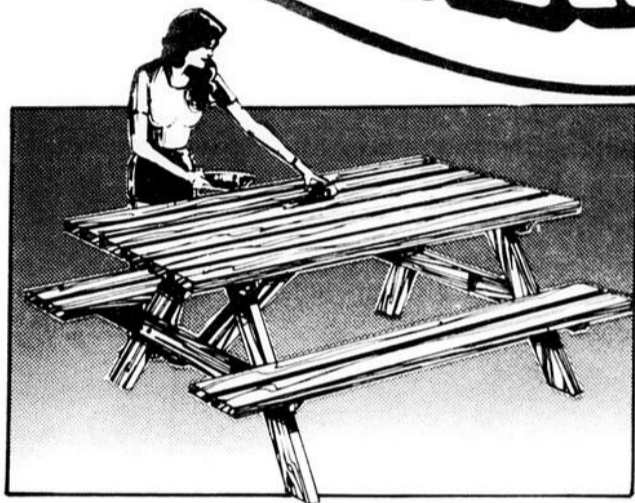
PRIX BMR 1<sup>50</sup> CHA.

### PEINTURE AU LATEX

Blanche, pour l'intérieur ou l'extérieur.

PRIX BMR

7<sup>99</sup> 4 L



### TABLE DE PIQUE-NIQUE

Épinette, 6 pi. long. Non-assemblée.

PRIX BMR

19<sup>99</sup> CHA.



CRÉOSOTE 100% PUR  
Brun foncé. 4 litres.  
PRIX BMR

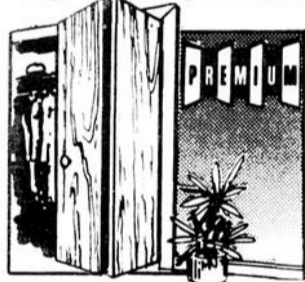
5<sup>49</sup> 4 L



### CHAUFFE-EAU 40 GAL.

PRIX BMR

132<sup>99</sup> CHA.

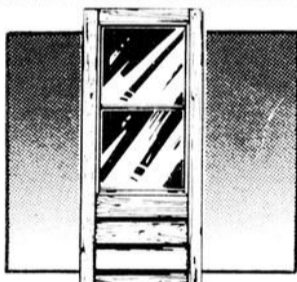


### PORTE PLIANTE

En lauan: 1 3/8 po. x 24 po. x 80 po.

PRIX BMR

26<sup>99</sup> CHA.

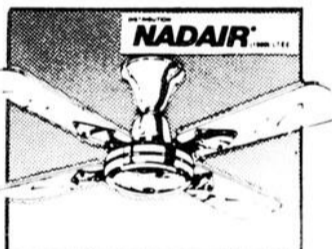


### PORTE DE PIN COMBINÉE

Avec unité de vinyle. 1 3/4 po. x 34 po. x 82 po.

PRIX BMR

99<sup>88</sup> CHA.

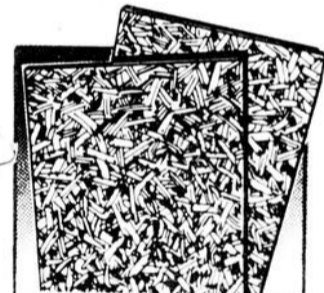


### VENTILATEUR DE PLAFOND

36 po. de diamètre. Pales en bois, 5 vitesses. Garantie 3 ans. (Luminaire non-inclus).

PRIX BMR

84<sup>99</sup> CHA.



### PANNEAUX GAUFRES

7/16 po. x 4 pi. x 8 pi.

PRIX BMR 7<sup>60</sup> PAN.

4<sup>79</sup> PAN.



### PROTECTEUR DE PAVAGE

«Renoir 30». Format: 4 gallons.

PRIX BMR

9<sup>99</sup> 4 GAL.

# BMR

Bien Mieux Renseigné Bien Mieux Réover

# AUX CONST. RIMOUSKI INC.

200 rue Léonidas Rimouski Tél: 723-6434

Attention-attention-attention

# C'est un dernier appel pour participer au «Rimouscrabe»

Le projet Cuisine Régionale lance un dernier rappel aux talents culinaires amateurs qui n'ont pas encore participé au concours «Rimouscrabe» qui se termine le 30 juin prochain.

En plus de recueillir le plus grand nombre de recettes à base de crabe, ce concours vous donne la chance:

— d'être un gastronome amateur reconnu par l'Institut du tourisme et d'hôtellerie du Québec (I.T.H.Q.).

— de participer à l'établissement d'une nouvelle cuisine régionale.

— de voir votre recette inscrite sur tous les menus des restaurants de la région;

— d'être un collaborateur à l'éventuel livre de re-

cettes sur le crabe.

— et de se mériter, soit un premier prix de 100,00 \$ ou un des quatre prix de 50,00 \$, ainsi qu'une médaille honorifique.

Voici en résumé le cheminement que prendra votre recette avant d'être jugée gagnante:

— vous inventez une recette qui se compose de crabe et de produits disponibles dans la région.

— vous inscrivez votre recette dans une des cinq catégories (hors-d'oeuvre, entrée, salade, souper et plat principal) avec votre nom et adresse.

— vous identifiez votre recette d'une appellation originale (ex.: la terrine de crabe du capitaine).

— vous faites parvenir votre recette, avant le 30

juin 1984, à Concours Rimouscrabe, 50, rue Saint-Germain Ouest, Rimouski, G5L 4B5.

— après réception, votre recette sera analysée par un premier comité consultatif (cinq chefs et une diététicienne) de façon à en sélectionner une vingtaine.

— si votre recette fait partie des vingt recettes retenues par le comité, elle sera ensuite acheminée vers l'Institut du tourisme et d'hôtellerie du Québec (I.T.H.Q.) afin d'être expérimentée.

— de retour à Rimouski, les recettes feront l'objet d'un gala gastronomique, pour ensuite être jugées par un jury composé de personnalités du monde culinaire et gastro-

nomique.

Il est bon de prendre note que ce concours s'adresse à toute la population et que les professionnels de la restauration ne sont pas admissibles.

Enfin, si vous pensez que votre recette se mé-

rite autant d'honneur, n'hésitez pas à nous en faire parvenir une copie.

Participer au concours, c'est participer au développement de notre nouvelle cuisine régionale.

Bonne chance à tous et à toutes!



La responsable du projet de Cuisine Régionale, Madame Marie Soucy rappelle que les personnes intéressées à participer à ce concours «Rimouscrabe» ont jusqu'au 30 juin pour le faire. (Photo, Progrès-Echo; E.W.)

CONCOURS  
CONCOURS



## Rimouscrabe

L'Association des Hôtelliers restaurateurs et Propriétaires de Bars de Rimouski vous invite à participer à son concours «Rimouscrabe»; dont l'objectif est de recueillir le plus grand nombre de recettes à base de crabe.

Par ce concours, l'AHRB vise à doter la région de Rimouski d'un plat typique, exclusif, qui deviendra une véritable cuisine identifiée à notre région.

Si vous êtes en possession de recettes originales, ou si vous désirez en élaborer une, inscrivez-vous à «Rimouscrabe» et vous deviendrez éligible à l'un des 4 prix de 50\$ ou au grand prix de 100 dollars.

Vous avez jusqu'au 30 juin pour vous inscrire en complétant la formule ci-dessous et la faire parvenir à l'adresse suivante. Bonne chance.

CONCOURS  
CONCOURS

### Rimouscrabe

#### Formule d'inscription

##### Règlementation

Ce concours s'adresse à tous les gastronomes amateurs de la région rimouskoise (Rimouski et les paroisses environnantes couvertes par l'A.H.R.B.). Seuls les professionnels de la restauration ne sont admissibles à ce concours.

##### Catégorie

Veuillez cocher (v) la catégorie correspondante à la recette que vous présentez.

1. Hors d'oeuvre
2. Entrée chaude ou froide
3. Potage
4. Plat principal
5. Salade

Recette: \_\_\_\_\_  
(Appellation de la recette)

Références: \_\_\_\_\_

Ingredients \_\_\_\_\_

Quantité \_\_\_\_\_

Méthode \_\_\_\_\_

Nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Téléphone: \_\_\_\_\_

Veuillez retourner cette formule d'inscription à l'adresse suivante:

Marie Soucy  
«Cuisine régionale»  
50, rue Saint-Germain Ouest  
Rimouski (Québec) G5L 4B5  
Tél.: (418) 723-2322

## Loisirs

# Des nouvelles de la région

### Dossier plein air au CLEQ

Le programme de travail (1984-1985) du dossier plein air sera élaboré au cours des prochains jours. Les objectifs de travail ainsi que les activités retenues au plan d'action tiendront compte des recommandations formulées lors des colloques et territoires de MRC, de l'atelier sectoriel régional et des orientations dégagées par les délégués à l'assemblée générale annuelle du Conseil des Loisirs. Ainsi, l'intervention plein air reflétera les priorités qui se sont dégagées aux paliers local, zonal (territoire de MRC), territorial et régional.

### Pour des vacances en plein air

Pour des vacances plein air, il n'est nullement besoin d'effectuer de grands déplacements au risque d'être déçu de son expérience, puisque la région de l'Est n'a pratiquement rien à envier aux autres régions du Québec.

En effet, la région possède un fort potentiel plein air, de nombreux sites et attraits naturels, une infrastructure diversifiée de services, un personnel d'animation qualifié et cela à un coût accessible à toutes les bourses.

Que vous recherchiez un endroit de villégiature, un milieu permettant de vivre de nouvelles exigences plein air, cela vous est possible seul ou en famille. Beaucoup de corporations de plein air, ainsi que quelques ministères, dont le MLCP, offrent les services d'hébergement, de restauration, d'animation, d'équipement et une programma-

tion variée.

Ainsi dans la région, dans chaque territoire de MRC, il vous sera possible pendant votre séjour de vous initier ou de vivre à votre rythme des activités d'interprétation, d'observation, de cueillette; des activités de randonnées pedestre, equestre, à bicyclette, en canot-camping; des activités nautiques comme la voile, la planche à voile, la plongée; la pêche en mer, en rivière ou sur lac; plusieurs manifestations, excursions, activités de découverte offertes dans de nombreuses municipalités de la région pourront compléter votre séjour.

### Descente de la Rivière Matapédia

Pour tous les amateurs de canot camping, la descente annuelle de la Ri-

vière Matapédia aura lieu cette année les 23 et 24 juin prochains.

Cette descente s'adresse à tous ceux qui ont le goût de faire du canot puisque la Matapédia est une rivière assez abordable avec un minimum de techniques.

Le départ se fera le 23 juin à 21 heures au Camp Cartier et le retour sera assuré par autobus et camions le 24.

Des prix de participation seront tirés parmi les participant(e)s.

Pour vous inscrire ou pour de plus amples informations, vous contactez André Fournier au module Kino Vallée à 629-2005.

### La région et les grandes allées

Actuellement une

équipe de sept pagayeurs s'entraînent en vue d'effectuer le trajet de Gaspé à Québec, tantôt en rabaska, tantôt en baleinière, selon les humeurs de la température et du fleuve.

Rappelons que les adeptes du canot peuvent intégrer la délégation régionale au début du parcours, tout au long du parcours, sur la dernière section du trajet (Montmagny-Québec) ou du 8 au 10 août pour effectuer la traversée Saint-Romuald-Québec le 11 août.

Voici le calendrier du trajet de la délégation régionale dont le départ de Gaspé (18 juin) coïncidera avec l'arrivée des grands voiliers: Sainte-Anne-des-Monts (25 juin); Matane (27, 28 et 29 juin);



# Saviez-vous que...

Si vous avez l'intention de participer de quelque façon que ce soit aux manifestations 1534-1984, il vous est recommandé d'être le plus autonome possible quant à vos besoins en hébergement et restauration (matériel de camping, etc.). Voici une adresse utile pour ceux qui se rendent à Québec: Hébergement Montoit Inc., C.P. 442, Cap-Rouge, G1Y 3C8. Des places en chambres et en dortoirs sur le campus du Séminaire de Saint-Augustin peuvent être réservées au

numéro suivant: 1-800-361-9780.

Il est très important pour les corporations propriétaires d'infrastructures de services d'être bien informées sur leurs responsabilités civiles. De plus en plus l'on voit et l'on verra des poursuites élevées en dommages et intérêts suite à des accidents. L'ignorance de nos responsabilités comme l'insouciance dans notre

offre de services ne pardonnent pas...

Les représentants régionaux pour le service de sécurité aquatique de la Croix-Rouge sont: Lina Courtois, C. P. 306, Grande-Vallée, G0K 1K0, tél.: 393-2612, 393-2811 (Gaspésie); Ann Dostie, 51, Notre-Dame Est, app. 3, Rimouski G5L 1Z5, tél.: 722-4446 (région Rimouski); Lucie Couture, 107, Durocher, Rivière-

du-Loup, G5R 1L1, tél.: 867-2729 (région Rivière-du-Loup).

Pour vos randonnées plein air, seul ou comme responsable d'un groupe, une trousse de premiers soins est presque essentielle. Vous pouvez obtenir une trousse individuelle, pour groupes ou familles, conçue et adaptée en fonction des besoins de l'adepte du plein air en vous adressant à:

Les Produits de plein air Pohenegamook, 80, rue Frontenac, Rivière-du-Loup, G5L 1S8, tél.: (418) 862-6903.

Le territoire de chasse et pêche du Mont-Carmel inc., sur le territoire de la ZEC Chapais sera ouvert au cours de l'été et en automne aux amateurs de plein air. De type pourvoirie, des employés du cegep de La Pocatière offrent des facilités de restauration, d'hébergement et certains services pour une capacité de 25 personnes par jour. Ce territoire est utilisé pour les stages des étudiants du cegep qui se perfectionnent en aménagement de la faune.

# Kmart

## ERRATUM

Dans l'édition du 6 juin 84

L'item suivant aurait dû se lire comme suit: L'après rasage cologne 127 ml. «Musk Oil» de Jovon 7,47\$ ch. Nous nous excusons de ce contretemps.

## Sportifs et mythes alimentaires

par Janne Lavallière

Certains sportifs véhiculent toutes sortes d'idées pour le moins discutables en matière d'alimentation. Passons-le au crible pour voir ce qui résiste à l'analyse.

### Manger une tablette de chocolat juste avant de faire du sport améliore la performance

Réfléchissons un peu. Le glucose ou sucre qu'utilise le muscle durant un exercice physique est celui qui est déjà emmagasiné dans l'organisme depuis au moins 18 heu-

res. Alors comment le sucre ingéré immédiatement avant un exercice pourrait-il améliorer la performance?

### Les suppléments de vitamines améliorent la performance athlétique

Cette affirmation n'a jamais été prouvée jusqu'à présent. Une alimentation équilibrée fournit toutes les vitamines nécessaires à un individu, même s'il s'agit d'un athlète. Par contre, un excès de suppléments vitaminiques peut, dans certains cas, constituer un danger pour l'organisme.

### Durant l'entraînement, on doit consommer pain et pommes de terre avec beaucoup de modération

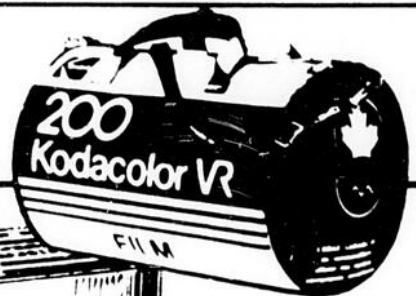
C'est tout le contraire qui est vrai. En plus de fournir des vitamines et des minéraux essentiels, le pain, les biscottes, les céréales et les pommes de terre contiennent des sucres sous forme d'amidon. Ces sucres constituent une source d'énergie de choix pour l'organisme. Ces aliments sont donc fortement recommandés aux sportifs.



# Vivitar

## Sac Kodak GRATUIT

Recevez gratuitement 1 sac olympique Kodak une très belle valeur, à l'achat de 2 films photos Kodacolor traitement inclus. Offre valide jusqu'au 31 août 1984.



# 54\$

VIVITAR EF 35, camera 35mm, simple et économique. Automatique, aucun ajustement, flash intégré



★ Gratuit 10\$ de filtres à effet à l'achat d'un objectif zoom Vivitar.

\*Flash 2800 inclinable, dédié, thyristor, 2 auto 40

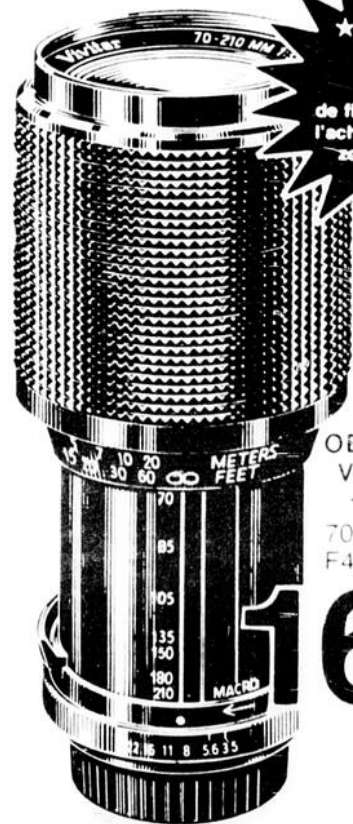
\* Cette offre est valide sur présentation de cette annonce et seulement à la date d'achat. Prend fin le 31 juillet 1984. Non monnayable.

- Le texte prévaut sur les illustrations en toutes occasions.
- Crédit accepté et mise de cote.
- Nos prix sont garantis jusqu'au 31 juillet 1984 à moins d'avis contraire ou jusqu'à épuisement des stocks.
- Nos prix sont en vigueur dans tous nos magasins sauf à la boutique et aux kiosques du Vieux Port.



Doubleur

Augmentez de 2 fois le rapprochement de votre objectif  
Dedie match 54\$  
Macro 99\$



★ Gratuit 25\$ de filtres à effet à l'achat d'un objectif zoom Vivitar.

OBJECTIF VIVITAR Zoom 70/210mm F4.5 macro

# 169\$

LES STUDIOS GOSSELIN

Carrefour Rimouski 419 Boul. Jessop, Rimouski 724 3917

20 MAGASINS POUR MIEUX VOUS SERVIR!  
LEVIS • QUEBEC • SAINTE-FOY • SHERBROOKE • RIMOUSKI • SAINT-GEORGES • SAINTE-MARIE • PLESSISVILLE • THETFORD MINES • MONTMAGNY • JONQUIERE • ALMA • JOLIETTE • SOREL • TROIS-RIVIERES • GRAND-MERE •

Kodak Canada Inc. Commanditaire officiel de Québec 84



# ÊTES-VOUS ACTIF SEXUELLEMENT?

**- Pas besoin d'en faire une maladie.**

Renseignez-vous sur les M.T.S., les maladies transmissibles sexuellement, auprès de:

- votre médecin
- votre Centre local de services communautaires (CLSC)
- votre Département de santé communautaire (DSC)

Les Départements de santé communautaire du Québec



## Ca n'arrive qu'aux autres

Marie est inquiète. Depuis quelques jours maintenant, elle est fortement incommodée par des pertes vaginales importantes, des douleurs au bas-ventre et une impression de brûlure en urinant.

«Ce n'est probablement qu'un petit dérèglement temporaire, j'ai déjà eu des infections mineures auparavant», se dit-elle. Malgré ces pensées rassurantes, un doute s'est déjà installé: ce peut-il qu'André lui ait transmis «quelque chose»? Les symptômes sont apparus deux jours seulement après leur première rencontre. «Impossible, se repete Marie, André est quelqu'un de trop bien pour avoir fait ça».

Trop bien ou pas, les symptômes persistent et Marie doit se résoudre à consulter son médecin. Questionnaire, examens gynécologiques, prélèvements pour culture, test sanguins, rien de très drôle évidemment mais, contrairement à ce que Marie pouvait imaginer, ces tests n'ont rien de dramatique et constituent les seuls moyens d'identifier correctement la nature de l'infection. Les résultats des tests confirment les craintes de Marie: elle est atteinte de gonorrhée. Le porteur ne peut être qu'André, puisqu'elle n'a fréquenté personne d'autre depuis un certain temps déjà.

La nouvelle n'est pas facile à annoncer, surtout à quelqu'un que l'on connaît depuis peu. A la fois un peu gênée et un peu en colère (tout cela est de SA faute), Marie se décide à aborder le sujet avec André.

La réaction ne se fait pas attendre. «Tu te trompes. Je n'ai rien, absolument rien, aucun symptôme, rien. Tu veux me mettre ça sur le dos, mais je n'ai rien du tout et je ne te trouve pas drôle». Un peu plus et André s'emportait vraiment. Le choc passé, il reprend son calme, s'excuse auprès de Marie, accepte de consulter son médecin pour apprendre qu'il est atteint lui aussi même sans symptôme et qu'un traitement s'impose. Comme plusieurs des personnes atteintes (homme ou femme),

simples. Marie aurait pu n'avoir aucun symptôme, cela se produit, rappelons-le, dans un grand nombre de cas. Elle n'aurait donc ni consulté son médecin, ni pu en avertir André. Sans le savoir, ils auraient tous les deux contribué à encore allonger la chaîne de transmission de la maladie. Ou encore Marie aurait pu, comme Helene, refuser d'en parler à son partenaire. Elle aurait été soignée, mais André aurait continué de porter la maladie. Ou bien, Marie et André auraient pu très mal réagir à l'annonce de la nouvelle. Certaines personnes voient ainsi leur vie non seulement sexuelle, mais aussi sociale et psychologique, durement affectée. Il en sera ainsi tant que les M.T.S., maladies transmises sexuellement, continueront d'être faussement associées au manque d'hygiène ou au dévergondage. En fait, statistiquement, on compte une infection M.T.S. par 20 habitants-sexuellement actifs ou non. Il n'existe pas de moyens infaillible pour

les éviter. (Bien utilisés, le condom offre une protection importante, mais imparfaite).

Pour contrôler les M.T.S., les personnes à risque, c'est-à-dire celles qui ont plusieurs partenaires ou dont le partenaire a lui-même plusieurs partenaires, doivent d'abord être attentives à l'apparition de symptômes comme un écoulement des organes génitaux, des douleurs au bas-ventre ou aux testicules, des plaies anormales ou des lésions de la peau. Elles devraient aussi, même si elles ne découvrent aucun symptôme alarmant, consulter leur médecin tous les trois mois environ.

Les personnes atteintes de M.T.S. se doivent de suivre scrupuleusement les indications de leur médecin - tout comme elles devraient se faire un devoir d'en avertir leur(s) partenaire(s) le plus rapidement possible, malgré toutes les difficultés que cela peut comporter.

C'est le seul moyen efficace de détruire la chaîne de transmission des M.T.S.

## À coup sûr...



## Shaklee!

Un mode de vie actif et exigeant requiert une nutrition adéquate. Pour vous assurer que votre corps obtienne toutes les vitamines, les minéraux et les éléments nutritifs requis, optez pour Shaklee. Inspirés des processus mêmes de la nature, les Produits nutritifs Shaklee jouissent d'une réputation bien établie et sont couverts par une garantie de remboursement. Le distributeur Shaklee indépendant nommé ci-dessous se fera un plaisir d'aller partager avec vous les bienfaits d'une bonne nutrition. Pour un rendez-vous, appelez:



**RIMOUSKI**  
Gisele 724-7746  
Monic 723-2462  
723-9751  
Camille 724-7035

### Votre enfant mouille-t-il son lit?

Parents, ne soyez pas désolés. Complétez le coupon-réponse et retournez-le sans obligation de votre part. Pour renseignements additionnels

**Prévention d'Enurésie**  
C.P. 610, St-Pascal, Kam., QUL 3Y0

N. ....  
Adresse: .....  
Ville: .....  
Tél. .... Âge de l'enfant: .....

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**



**FAITES ECHO AU PROGRÈS**

en magasinant chez



**PHARM-ESCOMPTE®**  
**JEAN COUTU**

14, Saint-Germain Est

**DIMANCHE**

vous recevrez votre



**GRATUITEMENT**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**


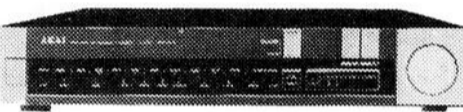


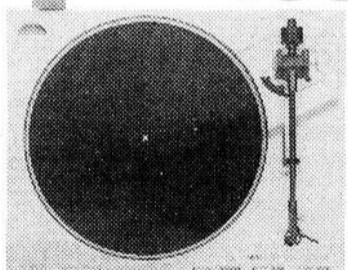





**DIMANCHE**

**DIMANCHE**

**DIMANCHE**



# VENTE SUPER BLITZ AKAI

<p><b>AKAI</b> <b>AM-UI</b> Amplificateur stéréo 50 watts RMS total</p>  <p><b>159<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>AT-KI/L</b> Récepteur AM-FM</p>  <p><b>159<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>AT-S3/L</b> Récepteur de type synthétiseur à Quartz</p>  <p><b>214<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>AM-U210</b> Amplificateur stéréo 60 watts RMS total</p>  <p><b>194<sup>90\$</sup></b></p>								
<p><b>AKAI</b> <b>APQ 310</b> Entraînement direct verrouillé à Quartz automatique</p>  <p><b>199<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>GX-7</b> Magnétocassette 3 têtes, 2 moteurs directes, commandés par micro-ordinateur</p>  <p><b>469<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>CW-T77</b> Système 3 voies 120 w puissance d'entrée</p>  <p><b>299<sup>90\$</sup></b></p>	<p><b>AKAI</b> <b>AM-U310</b> Amplificateur stéréo 90 watts RMS total</p>  <p><b>259<sup>90\$</sup></b></p>								
<p><b>AKAI</b></p> <p><i>De grands concerts à petits prix!</i></p> <p><b>Système Pro-R100</b> Table tournante Syntonisateurs magnétophone Haut-Parleur</p>  <p><b>699<sup>90\$</sup></b></p>		<p><b>AKAI</b></p> <p><b>VS-3U</b> <b>MAGNETOSCOPE VHS</b></p> <p>Carte de membre promotion incluse <b>M. CA-DI-LO</b></p>  <p><b>599<sup>90\$</sup></b></p> <table border="0"> <tr> <td><b>BASF</b></td> <td><b>T-120</b></td> <td><b>12<sup>98\$</sup></b></td> <td><b>cassette</b></td> </tr> <tr> <td><b>Chrome</b></td> <td><b>L-750</b></td> <td><b>12<sup>98\$</sup></b></td> <td><b>vidéo</b></td> </tr> </table>		<b>BASF</b>	<b>T-120</b>	<b>12<sup>98\$</sup></b>	<b>cassette</b>	<b>Chrome</b>	<b>L-750</b>	<b>12<sup>98\$</sup></b>	<b>vidéo</b>
<b>BASF</b>	<b>T-120</b>	<b>12<sup>98\$</sup></b>	<b>cassette</b>								
<b>Chrome</b>	<b>L-750</b>	<b>12<sup>98\$</sup></b>	<b>vidéo</b>								

## LE CENTRE MUSICAL DE RIMOUSKI INC.

723-2039

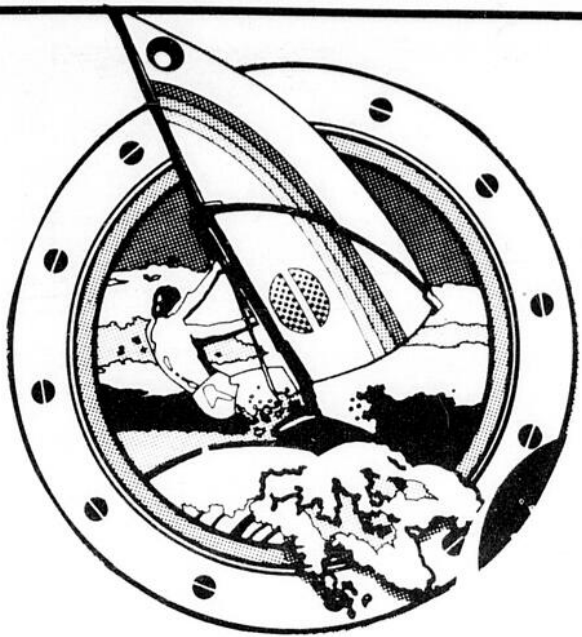
86 est St-Germain Rimouski

723-2039

Financement  
sur place







# LE GRAND PRIX

## de l'alimentation

### Concours étiquette rouge

\$ 10.00 d'épicerie par étiquette rouge seront attribués jusqu'à concurrence de 10 étiquettes dans la même enveloppe, à raison de 3 gagnants par semaine.

#### RÈGLEMENTS

- Le concours s'adresse à tous les lecteurs de l'économie guide du consommateur du Progrès-Echo
- La taxe de vente devra être payée par le gagnant
- Les personnes gagnantes devront consentir à ce que leur nom soit utilisé pour fin publicitaire
- Les participants doivent être âgés de 16 ans et plus
- Un litige concernant ce concours publicitaire peut-être soumis à la régie des loteries et courses du Québec.
- Son exclus: les employés du journal, Progrès-Echo et du supermarché Boulais et leur famille
- Le premier tirage le 27 JUIN 84

Pour être éligible, indiquez votre nom, adresse et téléphone au dos d'un produit étiquette rouge accompagné du coupon de caisse Provigo et faites parvenir à:

**Concours Provigo  
Progrès-Echo  
16 St-Germain Est  
Rimouski, G5L 7C4**

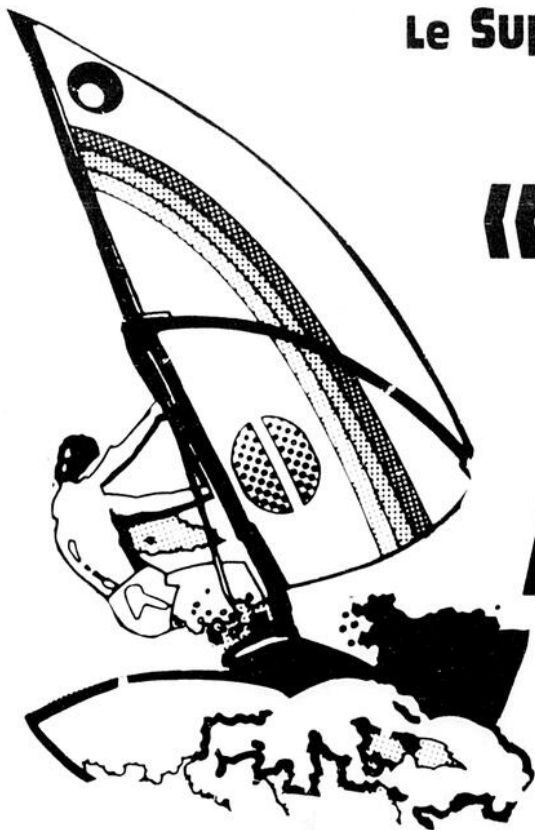
Jusqu'à concurrence de

# 1 200<sup>00</sup>\$

## d'épicerie à gagner

LES SUPERMARCHÉS  
**provigo**

Le Supermarché Boulais Inc.



# «TOUT LE MONDE À BORD»



# provigo

**Le Supermarché  
Boulais Inc.**

Carrefour Rimouski

NOUS NOUS RÉSERVONS  
LE DROIT DE LIMITER LES  
QUANTITÉS!  
SPÉCIAUX EN VIGUEUR  
JUSQU'AU SAMEDI 23 JUIN 1984  
LES PHOTOS NE SERVENT QU'À IDENTIFIER  
LA MARQUE DE COMMERCE DES PRODUITS  
ANNONCÉS ET LE TEXTE PRÉVAUT EN TOUTES OCCASIONS.

LES SUPERMARCHÉS  
**provigo**



**JUS DE TOMATES  
DE FANTAISIE  
LIBBY'S**

BOÎTE DE  
540 mL

3/  
**.99**



**SAUCISSES FUMÉES  
PROVIGO**

EMB. DE  
450 g

**.98**



**THÉ  
ORANGE PEKOE  
ÉTIQUETTE ROUGE**

EMB. DE  
100 SACHETS

**1.29**



**CÉRÉALES GRANOLA  
ÉTIQUETTE ROUGE**

EMB. DE  
900 g

**1.79**



**BÂTONNETS AU FROMAGE  
ÉTIQUETTE ROUGE**

EMB. DE  
200 g

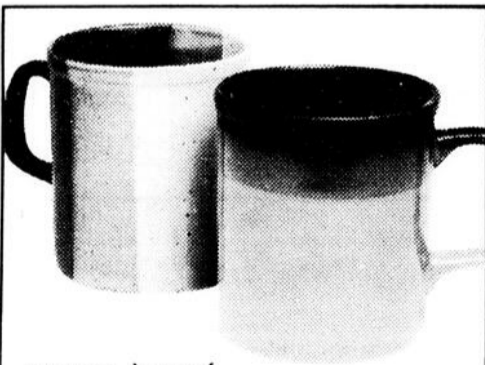
**.99**



**NETTOYEUR À VITRES  
ÉTIQUETTE ROUGE**

CONT. DE  
1,5 litre

**1.29**



**TASSES À CAFÉ  
EN TERRE CUITE**

CHACUNE

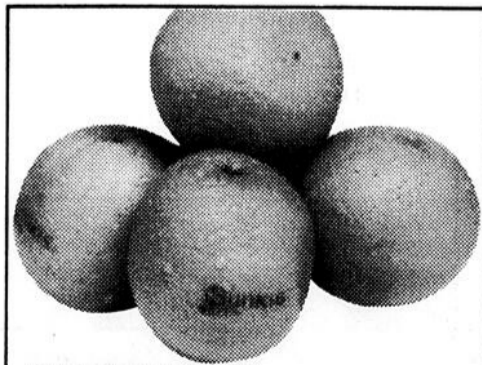
**.99**



**SEVEN UP  
RÉGULIER OU DIÉTÉ**

BOUT.  
CONSIGNÉE  
DE 750 mL

6/  
**3.89**



**ORANGES SUNKIST  
PRODUITS DE CALIFORNIE  
GR. 113**

LA DOUZ.

**2.39**



**PÂTE AU SAUMON  
«LA BELLE ÉPOQUE»  
(DISPONIBLE DANS CERTAINS MAGASINS)**

EMB. DE  
500 g

**2.09**

# LES SUPERMARCHÉS PROVIGO VOUS OFFRENT TOUJOURS LES MEILLEURS BAS PRIX

«VOICI LA PREUVE»

Les produits annoncés dans cette page ne sont pas des spéciaux, mais bien des prix réguliers en tablette

<b>CAFÉ</b> instantané, Maxwell House bocal de 283 g <b>4<sup>75</sup></b>	<b>SUCRE BLANC</b> granulé, Marie Perle emb. de 2 kg <b>.99</b>	<b>CÉRÉALES</b> Corn Flakes de Kellogg's boîte de 675 g <b>1<sup>69</sup></b>	<b>MARGARINE</b> <b>DURE</b> La Québécoise emb. de 454 g <b>.49</b>
<b>MAÏS EN GRAINS</b> de fantaisie, Niblets boîte de 341 ml <b>.59</b>	<b>TOMATES</b> <b>HEINZ</b> boîte de 796 ml <b>.69</b>	<b>CHAMPIGNONS</b> en morceaux, Elbee boîte de 284 ml <b>.69</b>	<b>SOUPE</b> aux tomates, Aylmer boîte de 284 ml <b>.33</b>
<b>JUS D'ORANGE</b> surgelé, KENT boîte de 341 ml <b>.79</b>	<b>JUS DE POMMES</b> St-Hilaire boîte de 1,36 litre <b>.95</b>	<b>JUS DE TOMATES</b> Heinz boîte de 1,36 litre <b>.95</b>	<b>KETCHUP</b> Heinz bout. de 750 ml <b>1<sup>75</sup></b>
<b>SAUMON</b> <b>KETA</b> Tea Rose boîte de 220 g <b>.99</b>	<b>MOUTARDE</b> Schwartz bocal de 500 ml <b>.89</b>	<b>NOURRITURE</b> <b>POUR CHATS</b> Purrr boîte de 170 g <b>.23</b>	<b>COUCHES</b> <b>PAMPERS</b> Super absorbantes emb. de 60 <b>9<sup>69</sup></b>
<b>ESSUIE-TOUT</b> White Swan emb. de 2 roul. <b>.79</b>	<b>PAPIERS-MOUCHOIRS</b> White Swan boîte de 200 <b>.77</b>	<b>DÉTERSIF</b> pour la lessive, ABC boîte de 2 kg <b>2<sup>69</sup></b>	<b>DÉTERSIF</b> pour la lessive, Tide boîte de 2,4 kg <b>3<sup>39</sup></b>

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT  
DE LIMITER LES QUANTITÉS.

LES SUPERMARCHÉS  
**provigo**

# L'environnement québécois

## Equilibre et qualité de vie

### 7- POUR UNE MEILLEURE QUALITE DE VIE



#### OBJECTIF TERMINAL

Me permettre de prendre conscience de ma responsabilité face à la qualité de mon environnement afin d'être en mesure de lutter collectivement contre les nuisances environnementales.

#### Introduction

Te voici maintenant parvenue(e) au dernier fascicule de ton cours par correspondance qui t'a donné l'occasion de t'informer et de regarder le monde sous un angle nouveau. J'espère que tu as eu l'occasion de partager tes nouvelles connaissances avec ton entourage et de modifier certains de tes comportements qui pouvaient être préjudiciables à ton environnement.

Dans ce fascicule, nous allons revenir sur les notions de qualité de vie et d'écosystème ainsi que sur la qualité de l'environnement et sur la question des valeurs et des attitudes sous-jacentes à la protection de ton environnement.

*L'équilibre de l'individu et l'équilibre de son environnement sont souvent reliés l'un à l'autre; la santé physique et mentale d'un individu dépend souvent de son état d'adaptation à son environnement.*

Ce fascicule va te demander de revenir en arrière et de prendre des positions face à la qualité de ton milieu. Tu auras aussi à réfléchir sur l'importance de certains de tes comportements par rapport à leurs impacts sur ton environnement et à prendre des décisions.

Tu vas devoir me montrer jusqu'à quel point tes attitudes ont pu changer et me décrire, de façon pratique, comment désormais, tu penses t'impliquer pour améliorer la qualité de vie de la collectivité en faisant la promotion de la protection de l'environnement.

#### ACTIVITÉ 7.1

##### Exercice-synthèse

Dans un premier temps, je te demande de reviser quelques notions et quelques définitions que tu as pu voir tout au long du cours.

Tu dois recopier les définitions et répondre aux questions qui te sont posées.

#### a) DEFINITIONS

environnement: \_\_\_\_\_

facteur écologique: \_\_\_\_\_

facteur limitant: \_\_\_\_\_

niche écologique: \_\_\_\_\_

écosystème: \_\_\_\_\_

pollution: \_\_\_\_\_

#### b) QUESTIONS

1- Quels sont les principes cardinaux qui régissent un écosystème?

2- Quels sont les facteurs principaux qui font que les écosystèmes ne peuvent pas prendre en charge toute la pollution que l'homme y

déverse sans subir de dommages?

3- Quelles sont les principales attitudes individuelles face aux composantes de l'environnement?

4- Comment la mode peut-elle influencer l'impact individuel sur l'environnement?

5- Quels sont les principaux facteurs de pollution dans ton environnement?

6- Nomme cinq moyens faciles de réduire ton impact négatif sur les écosystèmes.

7- Comment définis-tu la notion de qualité de vie?

8- Quels sont les besoins, inhérents à cette définition, que tu devrais combler pour améliorer ta qualité de vie?

9- Ton écosystème est-il dans un état d'équilibre? A quoi cela tient-il?

10- Quelles actions pourrais-tu poser, ou demander aux autres de poser, pour permettre à ton écosystème de se rapprocher d'un état d'équilibre?

Maintenant que tu as répondu à ces questions, nous allons essayer de reprendre les thèmes principaux du cours afin de conclure d'une manière claire et concise. Tu auras l'occasion de te servir des connaissances que tu as acquises tout au long de ce cours d'introduction aux sciences de l'environnement et nous nous laisserons sur quelques sujets de réflexion qui, je l'espère, te permettront de voir ton environnement avec des yeux nouveaux et une attitude plus positive encore.

#### 7.1 Revenons à l'écosystème

Tu viens de réécrire la définition de l'écosystème avec ses trois grandes caractéristiques.

L'écosystème est une notion complexe. Il représente une foule d'interactions dynamiques et une dépendance entre les organismes vivants et les facteurs physiques qui le constituent.

Tu fais partie d'un écosystème comme tous les êtres vivants. Cependant, comme tu es un être humain, tu as la possibilité de te maintenir pendant un certain temps dans un écosystème déséquilibré. En effet, l'humain peut modifier les règles de l'écosystème pendant un certain temps par l'introduction de l'énergie des carburants fossiles, par l'agriculture, ainsi que par les technologies modernes de transport, de construction, de même que par sa connaissance de la technologie des synthèses chimiques.

*La société dans laquelle tu vis, en simplifiant les communautés d'être vivants et en réduisant au maximum la variété des formes de vie, a créé des écosystèmes nouveaux dont l'équilibre, quand il existe, est très fragile.*

Ton écosystème comprend l'environnement dont tu perçois l'existence. Ton environnement est une partie de l'écosystème auquel tu appartiens.

Tu as un grand rôle à jouer dans la définition de ton environnement puisque tu as un contrôle sur plusieurs des éléments qui le constituent. Par contre, même si tu peux modifier profondément l'écosystème dans lequel tu vis, tu en fais toujours partie et ses déséquilibres se répercuteront, tôt ou tard, sur toi ou sur tes descendants.

Le concept d'écosystème demande l'humilité nécessaire pour faire accepter le fait que nous faisons partie de la nature au même titre que les plantes et les autres animaux. Si tu as bien assimilé ce concept, tu pourras apprendre à mieux connaître et à respecter les êtres vivants et les systèmes physiques qui t'entourent.

*Tu dois apprendre à t'adapter à ton écosystème plutôt que d'adapter ton environnement à des besoins artificiels.*

Cela signifie bien des choses: il faut que tu apprennes à te poser constamment des questions et à utiliser ta grille d'analyse le plus souvent possible. Il faut que tu acceptes de choisir les solutions logiques au point de vue de ton écosystème plutôt que d'accepter sans réfléchir, le dernier gadget vendu par "Un-Tel". Il faut que tu penses rentabilité à long terme plutôt que "profit instantané". Bref, il faut penser "payer le vrai prix maintenant et en profiter collectivement le plus longtemps possible", plutôt que "profitons-en maintenant et laissons les autres payer plus tard."

#### 7.2 Une question de valeurs et d'attitudes?

Il est bien certain que la recherche d'un équilibre personnel en harmonie avec l'écosystème relève de considérations qui dépassent le simple débat économique ou scientifique. Il s'agit, en fait, d'une question de philosophie personnelle, d'engagement social et moral et de recherche d'une qualité de vie qui voit plus loin qu'un compte en banque.

La recherche de l'équilibre et le respect de la nature et des composantes naturelles de ton environnement sont une question de valeurs et d'attitudes.

*L'attitude, c'est la manière dont on aborde un problème, la position que l'on adopte face à celui-ci.*

Selon l'importance que tu veux accorder à la protection de la nature ou à la conservation de l'équilibre de l'écosystème dans lequel tu vis, tu t'intéresseras plus ou moins à modifier tes habitudes de vie en fonction de la réduction de ton impact négatif sur cet équilibre. Si cet équilibre occupe une place de choix dans ton échelle de valeurs, tu seras intéressé(e) à en connaître plus long sur le sujet, à modifier certains comportements et à convaincre les autres de t'imiter.

La plupart des gens ont une

échelle de valeurs plutôt confuse: ils peuvent identifier quelques valeurs principales et après cela, ils éprouvent beaucoup de difficultés à établir une hiérarchie des valeurs auxquelles ils accordent de l'importance. La société prône une hiérarchie de valeurs communes et exploite le besoin de conformité afin de valoriser des comportements rentables commercialement. Ainsi, on valorise la consommation bien au-delà des besoins normaux ou biologiques, culturels et esthétiques de l'homme. Ces aberrations sociales créent des déséquilibres importants qui se traduisent par une surexploitation des richesses naturelles, une surproduction de déchets, des problèmes de santé reliés à la surconsommation d'aliments, d'alcool ou de drogues, des injustices érigées en systèmes de classes sociales et une course aux armements destinés à protéger le pouvoir d'achat des uns tout en maintenant l'exploitation des autres.

Comment l'individu peut-il améliorer cette situation? En étant bien informé et en refusant d'accepter les solutions de facilité promues par la société de consommation.

Il te faudra tout d'abord commencer par une clarification de tes valeurs afin de t'assurer de l'importance que tu accordes à la protection de l'équilibre naturel par rapport aux autres valeurs qui sont tiennes. Ensuite, tu essaieras d'acquiescer le plus de connaissances possible à travers tes lectures ou à travers des cours comme celui-ci.

Troisièmement, tu devras te fixer des objectifs raisonnables en vue de modifier tes comportements qui ont un impact négatif sur l'équilibre de ton écosystème.

Finalement, il faudra que tu expliques à tous ceux qui veulent bien t'écouter, pourquoi ils doivent changer leurs comportements comme tu as changé les tiens.

Ainsi, tu deviendras un agent mineur de changement, d'abord dans ta famille et dans ton quartier, ensuite dans la collectivité.

Les actions qui ont pour but de protéger l'équilibre des écosystèmes et d'améliorer la qualité de l'environnement d'une collectivité sont généralement bien vues et encouragées par les gouvernements dans des programmes de création d'emplois. Pourquoi ne pas essayer de préparer un projet d'été et engager des étudiants pour dépolluer un ruisseau? Ou engager des chômeurs, des personnes sans revenu pour aménager un parc dans ton quartier? Demander un budget de création d'emplois et former un groupe de recyclage qui pourrait, par la suite, fonctionner de manière autonome?

*C'est la responsabilité des citoyens et des citoyennes les plus conscients et les plus engagés de recueillir ces subventions gouvernementales distribuées au pro-rata de la population et de les utiliser pour améliorer la qualité de l'environnement tout en créant des emplois.*

Personnellement, dans mon village, j'ai réussi à décrocher trois projets étudiants et un projet pour sans-emploi en trois ans, d'une valeur de 125 000\$. Ces argents ont été investis dans la création d'un sentier polyvalent d'interprétation de la nature et d'éducation aux sciences de l'environnement. Ce sentier permet à toute la population d'avoir accès à des loisirs sains, gratuits, instructifs et adaptés aux caractéristiques locales. Tu peux

sûrement, avec un groupe d'ami(e)s, essayer d'obtenir une petite subvention l'été prochain...

Les détails de ces programmes sont disponibles au Centre d'Emploi du Canada le plus près de chez toi.

#### 7.3 Le droit à un environnement de qualité

Tous les citoyens et citoyennes du Canada et du Québec ont des droits enchassés dans la constitution légale du pays et de la province. Parmi ces droits, il existe le droit à la santé, le droit à la justice, le droit d'être présumé(e) innocent(e) tant que la preuve du contraire n'a pas été faite.

Ces droits ont été édictés pour assurer à chacun des membres de notre société une qualité de vie minimale.

Dans cette constitution dite "modèle", on ne retrouve nulle part le droit de l'homme et de la femme à un environnement de qualité. Pourtant, de nombreux pays, comme la Suède, ont mis de l'avant des réglementations de protection de la qualité de l'environnement reliées au droit à la santé, depuis des dizaines d'années. En Suède, la première réglementation traitant des poisons et de leur manipulation date du milieu du XVIIIe siècle.

Le gouvernement suédois établit ses normes d'émissions de substances polluantes à partir de la meilleure technologie disponible, tandis que le Canada part de normes basées sur la présence et les effets d'une certaine quantité de polluants dans l'air. La différence d'approche est énorme. Dans le modèle suédois, on contraint l'industrie à polluer le moins possible, compte tenu de la technologie disponible; dans le modèle canadien, on permet à l'industrie de polluer jusqu'à ce qu'un niveau de pollution "acceptable", soit atteint. Or, comment peut-on définir un niveau de pollution "acceptable"? Qui peut prédire les effets d'une pollution qui ne produit pas des effets instantanés mesurables sur la santé des individus? Quels en sont les effets chroniques? Quels en sont les effets indirects? Le modèle suédois contraint l'industrie à s'en tenir au minimum possible, c'est-à-dire que l'industrie ne peut se laisser aller à rejeter ses poisons dans l'environnement impunément, protégeant ainsi à la fois les écosystèmes au maximum et évitant l'assouplissement des normes "acceptables" en période de crise.

Nos gouvernements y vont beaucoup trop souvent avec le dos de la cuillère lorsqu'il s'agit d'assurer la protection de la qualité du milieu.

Dans un livre publié chez Québec Science, en 1983, et qui s'intitule *Pour prendre le temps d'être mieux*, Jean-Claude Jay-Rayon propose une charte de la qualité de la vie. Voici les grandes lignes de cette charte. Si tu veux en savoir plus long, je te suggère de lire ce livre en entier.

#### Éléments d'une charte de la qualité de la vie

selon *Pour prendre le temps d'être mieux*, de J.C. Jay-Rayon.

"Envisager une "qualité de vie", tout en conservant l'idée de "quantité" d'objets à consommer, nous apparaît un peu paradoxal et inacceptable car tout s'oppose plus ou moins à celle du quantitatif..."

"Plus clairement, cela signifie: la sélection puis l'élimination de certains actes érigés en besoins."

Les éléments de base d'une charte de la qualité de la vie sont, d'après Jay-Rayon:

#### 1- La culture:

Une culture s'appauvrit dès que les liens avec l'environnement

global disparaissent. Afin de remédier à cette situation, il faut repenser la relation de la personne avec la nature et ses éléments.

2- La cité:

La ville industrielle, ouvrière, est trop exclusivement besogneuse et motorisée. On doit compléter l'urbanisation géométrique par l'adjonction d'espaces verts, non seulement au sol, mais aussi sur les façades et les toits des édifices. Il faut redéfinir la vie en ville et recouvrer les espaces improductifs pour les utiliser au profit de l'esthétique, de la verdure et de la production de nourriture en utilisant un nouveau type d'agriculture urbaine.

3- La communication:

Une trop grande proportion des informations actuellement véhiculées par les médias écrits ou électroniques sont le reflet d'une conception violente du monde, basée sur la lutte, la survie, la compétition, le défi et les combats de toutes sortes, qu'ils soient de nature "sportive" ou non. Cette conception dominante se traduit par un langage à caractère agressif où les événements chiffrés priment beaucoup sur la notion de qualité de la vie.

Il est nécessaire et souhaitable, à court terme, que l'information recherche un équilibre plus juste entre les tendances agressives et pacifiques de la nature humaine et que cet équilibre puisse se traduire dans les faits et être communiqué aux populations.

4- Le travail:

La dualité travail-loisirs est une division artificielle et mauvaise du temps d'activité d'un individu. Ce ne sont pas les qualités d'espace du temps consacré au travail et au loisir qu'il faudrait négocier dans une société avancée, mais le rythme et les cadences des deux à la fois.

On doit libérer le plus possible les individus de l'obligation de produire, sous contrôle d'une autorité, dans un espace et un temps définis. Il s'agit de redonner à la personne la liberté de produire dans le temps et dans les lieux où elle est prête à le faire. On réussirait ainsi à augmenter la productivité des individus en terme réel et à diminuer le stress de la population en général.

5- L'éducation:

L'éducation scolaire, telle qu'elle est conçue et pratiquée actuellement, est soumise à des contraintes de temps et d'espace que la plupart des travailleurs adultes ne pourraient même pas supporter. De plus, l'étudiant(e) se trouve coupé(e) de l'environnement physique et humain au sein duquel se situe l'école.

Il faut modifier, dans les plus brefs délais les lieux et les temps d'enseignement et utiliser l'environnement immédiat comme source d'enseignement.

6- La santé:

La santé est un état de bien-être complet; il faut travailler, pour la conserver ou l'améliorer, à définir des stratégies de prévention globales. Ces stratégies devront considérer l'individu dans son ensemble et chercher à créer chez lui des façons de vivre en harmonie avec le milieu naturel ou semi-naturel. C'est dans cette recherche de l'équilibre qu'on pourra réussir à diminuer de façon très importante l'incidence d'une foule de maladies générées par des difficultés d'adaptation.

7- Le loisir:

Il faut prendre conscience du fait que le loisir n'est pas la contrepartie du travail mais une collection d'activités décidées par l'individu. La crise actuelle des loisirs s'explique par le fait qu'on cherche à consommer des loisirs dont on n'a pas besoin.

Dans une nouvelle société, il faudrait redéfinir le loisir pour en faire un temps d'expérimentation de nouveaux modes de vie et cesser de rechercher la quantité pour choisir la qualité. Ceci devrait se traduire par une augmentation des expériences sensorielles, culturelles et physiques, en harmonie avec les éléments naturels et semi-naturels et par une augmentation de la recherche des connaissances.

8- Le tourisme:

Il faut faire du tourisme une activité en accord avec l'environnement: il faut que le tourisme cesse de détruire la qualité des milieux dans lesquels il se déroule pour s'intégrer au paysage humain et aux éléments naturels et semi-naturels du milieu.

9- La fête:

Les fêtes tendent à disparaître lorsqu'on les sépare des éléments qui les ont fait naître. Pour que la fête puisse se régénérer et devenir autre chose qu'un événement commercial, il faut permettre aux individus d'y participer comme acteurs et non, seulement comme spectateurs.

Comme tu vois, une société qui tiendrait compte des orientations décrites ici ressemblerait bien peu à la nôtre. Pourtant, plusieurs des éléments de cette charte peuvent être améliorés par nos comportements individuels, par nos actions politiques et par notre volonté de changement.

Pourquoi ne pas travailler à créer une société meilleure?

7.4 "Mieux vaut prévenir que guérir"...  
Que nous réserve l'avenir?

Ce proverbe est valable aussi bien dans le domaine de la santé que dans celui de l'économie ou des sciences de l'environnement. Si on avait su!... Cette exclamation, souvent un constat d'échec ou une manifestation de regret, revient trop souvent dans la bouche des gens qui ont agi sans savoir ou sans réfléchir. Trop peu de gens ont les connaissances nécessaires à la maîtrise d'une technologie qu'ils pourraient posséder. La société nous donne une liberté d'action souvent trop grande pour que nous puissions toujours l'utiliser à bon escient. Les libertés individuelles vont souvent à l'encontre du bien-être collectif.

Que nous réserve l'avenir en ce qui concerne le maintien de l'équilibre des écosystèmes québécois? Quelle sera la qualité de notre environnement dans un futur rapproché, disons en l'an 2,000? Devons-nous être optimistes ou pessimistes face à ce que l'avenir nous réserve?

Les tendances à l'optimisme ou au pessimisme sont aussi discutables les unes que les autres. Il faut bien comprendre que l'avenir est prévisible à partir des connaissances de la société actuelle. Qui aurait pu prévoir la présence de l'informatique dans la société, il y a quarante ans, alors que la télévision n'était même pas encore commercialisée...? Qui aurait pu prévoir les manipulations génétiques et la biotechnologie en 1963? Certaines révolutions technologiques peuvent transformer de manière drastique l'évolution prévisible de la société.

Pourtant, un espoir trop grand dans la technologie risque d'être mauvais conseiller. Il ne faut pas se dire que la technologie du futur pourra régler de façon définitive le problème de la pollution... ni d'ailleurs qu'elle pourra s'attaquer à ces problèmes d'une façon efficace. La technologie est un instrument extrêmement puissant mais elle est entre les mains de ceux qui gouvernent notre société, monétairement ou parlementairement. Tant qu'il n'existera pas de volonté politique très forte et très structurée de diminuer ou d'arrêter la pollution, il est fort peu probable que les corporations, qui détiennent les rênes de la technologie, mettent

celle-ci au service de l'amélioration de la qualité de l'environnement. La course aux armements et la recherche de nouvelles armes, toujours plus destructives et toujours plus impersonnelles et perfectionnées, est un excellent exemple de l'utilisation à mauvais escient de la recherche scientifique et de la technologie. Ce sont des centaines de milliards de dollars qui sont engloutis annuellement dans ce domaine et pour quel résultat? Chaque habitant de la terre est présentement assis sur l'équivalent de trois tonnes de TNT...

Il faudrait aussi se garder d'un pessimisme trop profond qui nous permettrait de dire: "Laissons aller cette société pourrie à son destin et à son auto-destruction..." Les choses peuvent être changées et rapidement dans certains cas. Prenons par exemple le problème de l'utilisation du pétrole. En 1973, crise de l'énergie pour les pays consommateurs de pétrole: les pays exportateurs de pétrole s'organisent et se concertent pour augmenter le prix du pétrole, augmentation justifiée par des prévisions de rarefaction, à court terme, des réserves disponibles de pétrole conventionnel. A cette époque, les pessimistes prévoyaient un épuisement des réserves de pétrole dans moins de vingt ans. Aujourd'hui, dix ans plus tard, avec des mesures de conservation et un parc automobile trois fois moins gourmand, les compagnies de pétrole disposent de surplus d'exploitation; elles doivent fermer des raffineries et les prix internationaux du pétrole sont à la baisse. La diminution de la consommation de pétrole par rapport aux prévisions ainsi que les systèmes antipollution plus efficaces ont fait diminuer une grande partie de la pollution reliée aux automobiles. On peut imaginer que cette diminution se poursuivra dans les prochaines années.

Un autre facteur de pollution qui a diminué considérablement, c'est la présence de plomb dans l'atmosphère: elle a diminué de plus de la moitié depuis 1973, grâce à l'introduction des carburants sans plomb. Une ombre demeure toutefois au tableau, celle de la résurgence de modèles d'automobiles (exemple les Chrysler K) consommant l'essence avec plomb. Les constructeurs utilisent cet argument de poids pour pousser la vente: l'essence avec plomb "ordinaire" est moins chère. Une solution à ce problème serait peut-être de monter artificiellement le prix de l'essence avec plomb de façon à la rendre moins compétitive; on ajouterait une taxe spéciale dont les profits pourraient être affectés à la lutte contre la pollution.

Notre attitude face à l'avenir doit donc être réaliste: il ne faut pas espérer que la technologie de l'an 2,000 sera tellement révolutionnaire et futuriste par rapport à celle que nous utilisons actuellement. Il ne faut surtout pas croire que cette technologie sera utilisée pour améliorer la qualité de l'environnement s'il n'y a pas de priorités politiques et des budgets de recherche alloués à cet effet.

Tu sais, l'an 2,000, ce n'est pas si loin qu'on a tendance à le croire. Ce n'est pas parce que le calendrier marquera le début d'un nouveau millénaire qu'il va arrêter de neiger en hiver et qu'on va arrêter de déverser les neiges usées dans les rivières... Il y a de fortes chances pour que Radio-Canada réalise une émission de variétés "Bye-Bye 1999" à 23 heures le 31 décembre de cette année-là... Il est probable que la médecine n'aura pas encore trouvé de remède pour la "gueule de bois" ou pour la grippe et il est certain que le prix de la bière aura encore subi une augmentation.

Par contre, durant les vingt années qui viennent, il est primordial de lutter contre le laisser-aller des politiciens en ce qui concerne la qualité de l'environnement. Il est essentiel d'exiger des mesures pour éviter la destruction systématique de l'équilibre de nos écosystèmes; nous devons protéger notre santé et celle de nos enfants contre l'ac-

cumulation de toutes sortes de contaminants dans notre environnement.

"Mieux vaut prévenir que guérir..." Si on laisse les précipitations acides continuer leur œuvre destructrice, il n'y aura plus de poissons pour la pêche sportive sur 70% du territoire québécois; les forêts qui n'auront pas complètement été rasées pour faire du papier ou des bois de charpente verront leur productivité baisser de plus de 30%; les agriculteurs verront diminuer leur production laitière et céréalière; le taux de certains métaux toxiques dans l'eau potable augmentera au-dessus du seuil de toxicité.

Si on persiste à accepter le déversement des eaux usées non traitées dans les cours d'eau de la province, on verra la qualité de l'eau se détériorer encore plus et des épidémies bactériennes ou virales apparaître, véhiculées par l'eau potable.

Si on ne remet pas en question le "droit acquis" de polluer des vieilles usines, l'infrastructure industrielle du Québec va se retrouver totalement inefficace, formée d'industries vétustes, polluantes et compétitives seulement à coup de subventions à même les poches de Monsieur Toutlemonde.

Si on accepte que les compagnies forestières continuent d'exploiter sans reboiser, de faire du flottage de bois dans les rivières, de couper les arbres sur le bord des cours d'eau et de faire des coupes à blanc sur de grandes surfaces on se retrouvera avec une forêt publique sans valeur, avec une faune réduite et pourchassée, ainsi qu'avec des rivières mortes.

De toutes manières, ces problèmes sont déjà présents à divers degrés, mais il n'est pas trop tard pour revenir en arrière. Notre province a besoin qu'on arrête de la vendre en petits morceaux et de l'utiliser comme dépotoir.

Les êtres vivants, plantes et animaux, sont des ressources naturelles renouvelables à condition qu'on leur laisse la chance de se renouveler.

Notre devoir, d'ici l'an 2000, est de réduire au maximum l'impact négatif, personnel et collectif, sur l'équilibre de nos écosystèmes. Pour y arriver, il y a bien sûr des solutions individuelles, mais il y a aussi la solution du combat politique, de l'utilisation de la démocratie pour protéger un bien précieux, qui appartient à nos enfants et dont nous n'avons qu'un contrôle temporaire: notre environnement collectif.

ACTIVITÉ 7.2  
J'ai encore des choses à te dire...

Tu trouveras une cassette parmi les documents qui accompagnent ton cours.

Ton exercice consiste à bien écouter le côté 1 de cette cassette. J'ai encore des choses à te dire...

7.5 "Moi, mes souliers vont beaucoup voyager..."

Tu as pratiquement terminé ton cours par correspondance. J'espère qu'il a été pour toi le lieu d'une expérience intéressante et enrichissante. Maintenant, pour que ton cours soit vraiment utile, je vais te donner quelques petites suggestions qui t'aideront à établir ton plan d'attaque en vue de sauvegarder la qualité de ton environnement et d'améliorer ta qualité de vie.

- 1- Fais la liste des personnes de ton entourage qui manifestent de l'intérêt pour l'environnement.
- 2- Rencontre ces personnes, individuellement ou en groupe. Essayez ensemble de définir les

principaux problèmes environnementaux de votre milieu.

- 3- Isolez les actions individuelles, immédiatement réalisables, qui réduiraient votre impact sur votre environnement commun.
- 4- Partagez les actions individuelles et encouragez-vous mutuellement en vous faisant part des progrès que vous faites, des difficultés que vous avez rencontrées et des idées de solutions nouvelles que vous avez trouvées.
- 5- Allez à la bibliothèque municipale, prenez-y des livres traitant d'écologie ou de protection de l'environnement et distribuez à chacun la tâche d'en lire un certain nombre et d'en faire ensuite un compte-rendu au groupe.
- 6- Tu peux ensuite créer un comité de citoyens pour protéger l'environnement dans ton quartier ou dans ton village ou encore aller joindre avec tes amis un groupe déjà existant.
- 7- À partir des problèmes environnementaux identifiés à la deuxième étape, essaie de découvrir des solutions et propose ces solutions en assemblée pour fins d'approbation.
- 8- Prépare des pétitions lorsque cela s'inscrit dans ton plan d'action; envoie-les aux journaux et aux politiciens.
- 9- Avec ton comité de citoyens, organise une rencontre avec l'industrie incriminée ou avec la municipalité pour exiger des explications et des changements.
- 10- Contacte le Ministère de l'Environnement du Québec et si tu n'es pas satisfait(e) de la réponse que tu obtiens, informe le fonctionnaire contacté de ton intention de mettre le dossier entre les mains d'Environnement Canada... Envoie une lettre avec copie conforme au député fédéral et à celui de la province.
- 11- Essaie de rejoindre les organismes de protection de l'environnement et de les amener à appuyer tes réclamations.
- 12- Quand tu auras fait tout cela, téléphone à un journaliste de Radio-Canada et explique-lui toutes les démarches que tu as faites et les résultats que tu espères obtenir.
- 13- Tente d'impliquer le curé ou le pasteur de ton église: ces gens peuvent être des alliés précieux.
- 14- Lorsque tu auras fait tout cela, écris-moi pour me dire comment ça a marché.

7.6 Conclusions

La qualité de l'environnement est une facette essentielle de la qualité de la vie, mais notre société n'est pas sensibilisée à l'importance de l'équilibre des écosystèmes.

Il est probable qu'on ne réussisse jamais à régler les problèmes causés à l'environnement par des technologies polluantes en utilisant d'autres technologies. Il nous faudra plutôt choisir de vivre dans une société où la protection de la qualité de l'environnement et la conservation sont des valeurs fondamentales.

L'action individuelle et collective sera toujours le moyen le plus efficace de modifier le système des valeurs de notre société démocratique.

Le matin du 1er janvier de l'an 2,000, il faudra se poser la question: "Ai-je été responsable du problème ou promoteur de sa solution?"

Tu as maintenant terminé ton cours par correspondance, il te reste à compléter ton dernier devoir et à nous le faire parvenir. J'espère que tu as aimé ton cours et qu'il t'a enrichi(e) ainsi que les gens qui t'entourent.

Salut!

Claude Villeneuve

L'environnement québécois. Equilibre et qualité de vie. est un cours produit par la Direction des cours par correspondance et qui a été adapté pour la présente publication.

Auteur: Claude Villeneuve ISBN 2-551-05744-2  
Responsable du projet: Denise Depôt légal - 3e trimestre 1983  
Larin Bibliothèque nationale du Québec  
Illustrations: Ideacom Inc  
Tous droits réservés: DCC, ministère de l'Éducation, Montréal



# BOUTIQUE BEN



Déposez vos coupons d'achat et courez la chance le 21 juillet de gagner l'Alpha, la planche à voile des connaisseurs.

Des blouses,  
des chandails,  
des robes à  
**30%**

Chemises  
et chandails  
d'hommes à  
**25%**

Cotons  
ouatés à  
**10<sup>00\$</sup>**  
Jeans à  
**19<sup>95\$</sup>**

**VENTE  
ÉTÉ  
"84"**

**R BOUTIQUE BEN** **R BOUTIQUE BEN**



Jeans de  
couleurs à  
**20<sup>00\$</sup>**  
**25<sup>00\$</sup>**  
et **30<sup>00\$</sup>**

De nombreux  
autres lots de  
marchandise à  
**30%** et  
**40%**

