

sports

HUGUES ALBERT
DORIS LABONTÉ
NOËL BOUCHARD

Basketball, tournoi régional

- **L'U.Q.A.R. l'emporte contre le Pavillon G.D.**
- **Le Cegep, beaucoup trop fort en classe féminine**

Le premier tournoi régional de basketball de l'année avait lieu en fin de semaine au gymnase de l'U.Q.A.R. et on peut dire qu'il a été couronné d'un franc succès, grâce surtout à la qualité du jeu offert dans la majorité des rencontres.

Ce tournoi qui avait débuté vendredi soir mettait 14 équipes en présences réparties dans les classes masculines et féminines.

Du côté masculin, huit équipes étaient en lice et se disputaient un tournoi à double élimination, c'est-à-dire, que l'équipe qui remportait son premier match se retrouvait en classe A et celle qui perdait lors de sa première rencontre se retrouvait en classe B. Les huit équipes inscrites étaient l'U.Q.A.R., Cegep I, Cegep II, Pavillon G.D., Cegep de Gaspé, Cegep de Rivière-du-Loup, Mont-Joli et Paul-Hubert.

Les six équipes inscrites en classe féminine disputaient un tournoi du même principe que les hommes à la ronde sauf qu'elles n'affrontaient que deux équipes en première tranche avant de se qualifier pour la finale.

Un fait à noter, c'est que les parties étaient limitées à des demies de 10 et de 15 minutes respectivement, ce dans les deux classes.



Bruno Lepage de l'UQAR a sans l'ombre d'un doute été le leader des siens lors du tournoi de fin de semaine. Il a mené son équipe à la victoire en finale contre le Pavillon G.D.. A droite, Pierre-Paul D'Anjou de O'Keefe, remet à Jacques Plourde, capitaine de l'U.Q.A.R., une plaque-souvenir pour la victoire de son équipe lors de ce tournoi.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Victoire difficile de l'U.Q.A.R.

En finale de la classe A, les spectateurs ont assisté à une partie du tonnerre en-

tre l'équipe de l'U.Q.A.R. et celle du Pavillon G.D. dirigée par Lise Picard.

Quoique favorite pour l'emporter sans trop de difficulté, l'équipe de l'U.Q.

A.R. se trouva avec un déficit de neuf points, 41-32, alors qu'il restait à peine quatre minutes à jouer dans la partie.

Les équipiers de l'U.Q.A.R. ont alors fourni une pression plus forte aux portes couleures de Pavillon G.D. stratégie qui a porté fruit avec le résultat le déficit au pointage fut bientôt égal.

Les derniers instants de cette partie furent captivants au possible et Bruno Lepage, vedette incontestée de ce tournoi fut flèche de tout poids en marquant presque tous les points de l'U.Q.A.R. dans cette remontée spectaculaire, mettant à profit sa grande rapidité et sa précision dans ses lancers et profitant également de la fatigue des joueurs du Pavillon G.D. Ces derniers furent privés de Louis Dionne et d'Armand Dubé en fin de rencontre, les deux ayant accumulé cinq fautes personnelles. L'U.Q.A.R. l'em-

porta 51 à 49 pour ainsi s'en tirer avec les grands honneurs mais cette victoire fut beaucoup moins facile que prévu.

En demi-finale, l'U.Q.A.R. avait vaincu la jeune formation du Paul-Hubert de justesse alors que le Pavillon G.D. avait disposé du Cegep de Gaspé, une jeune équipe dont la principale lacune se situait dans le gabarit de ses joueurs.

En finale de la classe B, ou consolation, l'équipe de Mont-Joli prenait la mesure du Cegep II de façon aisée en scurant 63 points contre 34 pour l'adversaire.

Le Cegep beaucoup trop fort en classe féminine

En classe féminine, la formation du Cegep de Rimouski dirigée par Gilles Pettigrew n'a causé aucune surprise en écrasant tous ses adversaires. De fait,

cette équipe est dans une catégorie supérieure à cause du calibre de feu auquel elle est habituée dans la Ligue Intercollegiale Québec-Métro. Il aurait fallu plus qu'un miracle pour que quelqu'autre formation inscrite à ce tournoi parvienne à la vaincre.

En finale, la victoire fut acquise au compte de 86 à 14, contre la Polyvalente de Mont-Joli, ce qui est un reflet assez précis de sa supériorité.

Les autres équipes inscrites à ce tournoi étaient celles de Paul-Hubert, du Cegep de Gaspé, du Cegep de Rivière-du-Loup et du Sénior de Rimouski.

Ce tournoi était organisé par Claude Dionne, responsable de l'animation sportive à l'U.Q.A.R., et commandité par la Brasserie O'Keefe.

H.A.

Classement

Ligue Sénior de Basketball

Hommes

Equipes	PJ	PG	PP	PTS
Uqar	5	4	1	8
Paul-Hubert	4	3	1	6
Mont-Joli	4	3	1	6
Pavillon GD	4	2	2	4
Sayabec	4	1	3	2
Cegep II	4	1	3	2
Cegep I	3	0	3	0

Compteurs

Bruno Lepage, UQAR	123
Gervais St-Pierre, Saybec	47
Sylvain Ouellet, Sayabec	45
Paul Iza, Pavillon GD	44
Hughes Pelletier, Paul-Hubert	44
John O'Connor, Pavillon GD	42
André Guite, Cepage II	42
Jn Louis Dumont, Cepage I	40
Gilles Veilleux, Mont-Joli	51

Filles

Equipes	PJ	PG	PP	PTS
Cegep	4	4	0	8
Mont-Joli	4	2	2	4
Paul-Hubert	5	2	3	4
Cité	5	1	4	2

Compteurs

Pauline Fournier, Cepage	115
Sylvie Pineault, Mont-Joli	69
Monique Roger, Cité	49
Danielle Lévesque, Cepage	47
Martine Morissette, Paul-Hubert	46
Lise Leclerc, Mont-Joli	38



L'U.Q.A.R., une équipe rapide qui peut compter sur un joueur talentueux en Bruno Lepage, no 1.

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

VOTRE CONCESSIONNAIRE



195 LÉONIDAS - 723-2223

Avant tout achat. . .

Consultez nos représentants:

Lionel Parent - Wildor Doucet - Paul Thériault
Robert Isabel - Valérien Fortin

195 LÉONIDAS

TÉL.: 723-2223



MÉDAILLON

FORD

RIMOUSKI

Les Rimouskois renouent avec la victoire

Les Feuilles d'Erable de Rimouski de la ligne Junior "B" Régionale ont renoué avec la victoire dimanche soir après avoir subi trois défaites consécutives.

Il ont remporté une victoire de 10 à 2 contre les Ambassadeurs de la Vallée, l'équipe la plus faible du circuit, qui occupe d'ailleurs le dernier rang au classement générale.

Dominique et Patrice Lepage ont dirigé l'attaque des rimouskois avec une paire de buts. Richard Timmons, Denis Michaud, Serge Gobeil, Dany Potvin, Renaud Delisle et Harold Leblanc ont complété le pointage des Feuilles d'Erable.

La riposte est venue de Michel Morin et Denis Gagné. Pendant ce temps à Matane, Mirko Pelletier enregistrait quatre buts et les Castors de l'endroit l'emportaient 10 à 7 aux dépens des Montagnards de Sainte-Annes-des-Monts.

Par ailleurs, les Albatros de Rivière-du-Loup avec Michel Charron en tête qui a marqué quatre filets, ont défait les Aiglons de Mont Joli au compte de 8 à 5.

Victoires des Castors et des Montagnards

Deux rencontres figuraient au calendrier régulier vendredi soir dans la Ligue Junior "B" Régionale du Bas Saint-Laurent.

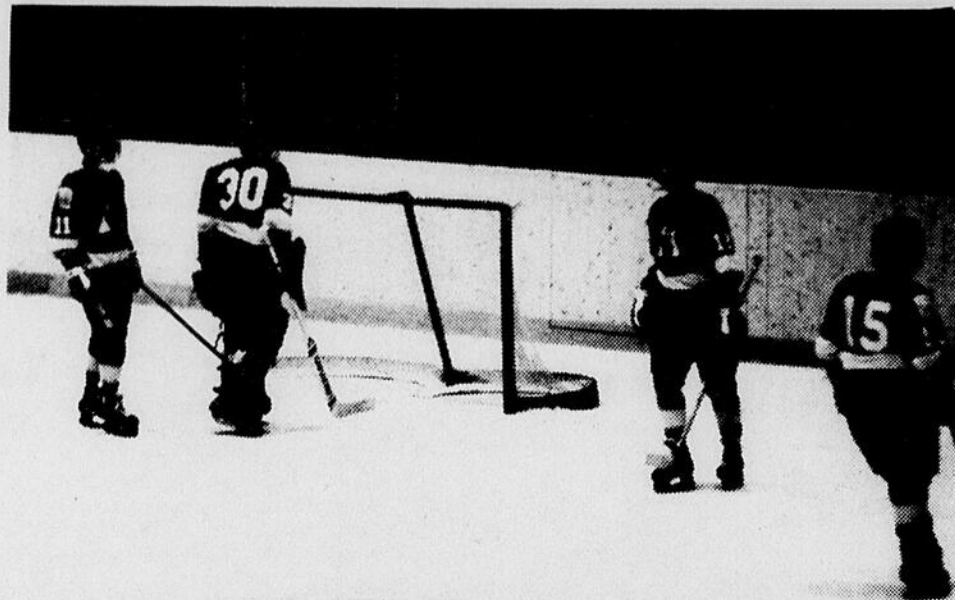
Au Carrefour Sportif d'Amqui, les Montagnards de Sainte-Anne-des-Monts n'ont fait qu'une bouchée des Ambassadeurs de la Vallée, en remportant un triomphe de 8 à 2. Donald Gauthier a été la bougie d'allumage de sa formation avec un truc du chapeau. Christian Gaumont, Mario Laprise, Mario Arseneault, Yvan Larrivée et Denis Fournier avec chacun un simple ont été les autres buteurs des visiteurs.

Denis Harvey et Sylvain Royer ont donné la réplique pour les perdants. Pendant ce temps au Centre Récréatif de Matane, les Aiglons de Mont-Joli baissaient pavillon 10 à 6 devant les Castors.

Patrick Pelletier, Simon Gagné et Mirko Pelletier ont été les trois étoiles du match avec respectivement 4, 3 et 2 filets. De plus, les trois joueurs se sont faits complice de cinq autres buts. Nelson Gagnon a complété la marque des matanais.

Jacques Bérubé et Mario Lafleur ont été les meilleurs des Aiglons avec chacun un doublé. Joris et Yves Lévesque ont enregistré les autres filets des Monts-Joliens.

Noël Bouchard



Une scène qui s'est répétée à dix reprises dimanche soir au Collisée. Les pauvres Ambassadeurs de la Vallée sont décidément trop faibles pour évoluer dans le circuit Junior "B" régional. Gaston Leclerc, nouvel instructeur de l'équipe, ne pourra espérer mieux qu'une dernière position cette saison

(Photo Le Rimouskois, H.A.)

Ligue Intermédiaire de hockey Laurentide

Le McDonald accroît son avance en tête

Vendredi soir, Ghislain Lévesque a compté quatre buts pour permettre au Restaurant McDonald de vaincre le Bar le Contact 8 à 3. Outre Lévesque, Augustin Rouleau s'est aussi signalé avec un paire de buts, les autres allant à Richard Lord et Claude Martin.

Georges Bouchard, Réjean Babin et Normand Fiola ont répliqué pour le

Bar le Contact.

Jeudi soir, les Pavages Laurentiens ont défait le Bar Ti-Cousin 6 à 4. Les marqueurs pour les gagnants ont été Réjean Bergeron avec une paire de buts, Michel Côté, Jacques Fournier, Jacques Coulombe et Roger Côté.

Pierre Jourdain deux buts, Adrien Vigneault et Yvan Poirier ont marqué pour les perdants.

H.A.

Ligue Intermédiaire Laurentide Classement

Equipes	PJ	G	P	N	PP	PC	PTS
Res. Mc. Donald	9	7	2	0	43	31	14
Bar le Contact	10	5	4	1	43	40	11
Rest. Mon Copain	10	4	4	2	48	37	10
Bar Ti-Cousin	9	3	4	2	36	38	8
Pavages Laurentiens	10	2	7	1	33	57	5

En fin de semaine

Compétition triangulaire de natation entre le Saguenay-Lac St-Jean, la Côte-Nord et l'Est du Québec à la piscine Paul-Hubert, les 30 novembre, 1er et 2 décembre.

Ligue de développement Inter Rives Résultats des parties de fin de semaine

Pee Wee
Spartak 4
Eperviers 3

Forestville 2
Forestville 4

Bantam

Spartak 3
Eperviers 3

Forestville 2
Forestvilles 6

Midget

Spartak 1
Eperviers 2

Forestville 3
Forestville 3

PROCHAINES RENCONTRES

Samedi et dimanche, 1er et 2 décembre

Baie-Comeau VS Spartak
Deux parties contre le Spartak dans chaque catégorie.

Eperviers VS Hauterive
Deux parties contre Hauterive dans chaque catégorie.

Classement

Equipes	PJ	G	P	N	PTS
National 7-Iles	14	11	2	1	23
Spartak Riki	11	11	0	0	22
Baie Comeau	14	10	3	1	21
Patriotes Sept-Iles	14	4	6	4	12
Eperviers Riki	11	5	5	0	10
Hauterive	10	5	5	0	10
Port Cartier	17	1	12	4	5
Forestville	17	1	15	1	3

Bantam

Equipes	PJ	G	P	N	PTS
Patriotes	14	10	3	1	21
National	14	9	5	0	18
Forestville	17	7	6	4	18
Hauterive	10	5	3	2	12
Spartak	11	5	4	2	12
Baie Comeau	14	5	7	2	12
Port Cartier	17	4	11	2	10
Eperviers	11	2	8	1	5

Midget

Equipes	PJ	G	P	N	PTS
National	14	12	2	0	24
Patriotes	14	12	2	0	24
Baie-Comeau	13	7	3	3	17
Eperviers	11	5	3	3	13
Forestville	17	6	10	1	13
Hauterive	9	3	4	2	8
Spartak	11	2	6	3	7
Port-Cartier	17	0	17	0	0

Basketball à Mont-Joli



Un tournoi d'envergure régional tenait l'affiche dimanche à Mont-Joli dans la catégorie cadette.

A cette occasion, les polyvalentes de Trois-Pistoles, Rivière-du-Loup, Rimouski, Mont-Joli, Amqui et Sayabec étaient représentées.

Chez les filles, la formation rimouskoise l'emporta contre Mont-Joli par défaut. Mont-Joli alignait des joueurs de catégorie juvénile, chose qui n'était pas permise. Les Rimouskoises ont par la suite vaincu par Rivière-du-Loup, 61 à 20.

Chez les garçons, la formation de Rivière-du-Loup a triomphé de l'équipe rimouskoise 46 à 40 mais cette dernière s'est reprise en vaincant Mont-Joli 56 à 35.

H.A.

Au tournoi de curling d'Alignement Chalfour

Jean-Marc Bouchard est vainqueur en classe A

Le quatrième tournoi de la saison tenait l'affiche en fin de semaine au club de curling de Rimouski.

Ce tournoi, commandité par l'Alignement Chalfour regroupait quatorze équipes et était réservé aux membres exclusivement.

En classe A, c'est Jean-Marc Bouchard à la tête d'une formation complétée par May Crevier, Jacques Doré et Fernand Grenon qui l'a emporté devant la formation de Jean-Marie Durette qui avait comme coéquipiers Carol Desrosiers, Guy Laflamme et Suzanne Boutet.

En classe B, le quatuor de Raynald Leblanc est sorti victorieux face à celui de GerryForbes. Outre Le-

blanc, on retrouvait Raymond Burgess, Yvon Michaud et Gerry Gagnon au sein de la formation victorieuse. L'équipe de Gerry Forbes comprenait Yolande Bouchard, Gilles Bourbonnais et Jacques St-Laurent.

En classe C, Jean-Marc Tremblay a mené son équipe à la victoire face à celle de Gérald St-Laurent.

Le prochain tournoi aura lieu les 7, 8 et 9 décembre prochain et sera lui aussi réservé aux membres. C'est la Brasserie Labatt qui en sera commanitaire.

Entre temps, soit en fin de semaine, quelques équipes rimouskoises se rendront à Matane afin d'y disputer le "Matane Invitation".

H.A.

Le hockey dans le Midi de la France

Aussi populaire que la pétanque au Québec

Alain Daigneault, Rimouskois ayant complété ses études à Trois-Rivières en récréologie, séjourne présentement en France. Récemment nous nous annonçons son départ dans nos pages, et nous vous présentons maintenant un extrait d'une lettre qu'il nous a fait parvenir et qui traite de la situation du hockey dans le midi de la France. On sait qu'Alain est joueur instructeur de l'équipe sénior de Mont-Pellier. [250,000 H.]

"Là à le mec, fais gaffe, je vais te couser de hockey et putain tu vas bien te marquer!"

Tout d'abord parlons de la patinoire, il n'y en a qu'une, il va sans dire. Les gradins rappellent ceux de Mont-Joli (à l'époque) sans bancs d'un côté comme de l'autre. Pas même de banc des joueurs, nous sommes assis sur la première marche de ciment.

Les balustrades (bandes) sont en CIMENT, oui, oui

en ciment! Alors moi je me tue à répéter aux alliés de "jouer large", mais vois-tu les contacts physiques le long des balustrades ne sont pas recommandés. De plus, si tes lames ont le malheur de s'y frotter, adieu l'aiguillage...

Pas de chronomètre non plus, pour ce qui est de l'éclairage, il y a de quoi rigoler: il se trouve que le moitié des ampoules s'allument et s'éteignent comme bon leur semble au fil du match. Tu fais une montée

et cra! voilà tu n'y vois plus rien...et le gardien encore moins.

Il n'y a plus de lignes sur la glace, seulement celles peinturées sur la balustrade. La glace est affreusement raboteuse. Elle n'est pas refaite durant la partie, même la neige n'est pas ramassée entre les périodes. Nous jouons nos match à Mont-Pellier tous les samedis ou dimanche, immédiatement après une séance de patinage de 3 heures. Après le patinage,

ils ne font qu'enlever la neige, alors imagine...

De plus, les parties ont lieu à 19 heures, et comme les Français soupent vers 19h-19h30, les spectateurs, on les cherche. Cependant depuis le début nous avons joué 4 parties (13-2, 2-3, 4-1 et 6-0) et chaque fois il y avait quand même 100 spectateurs au moins, des vrais mordus ceux-là.

C'est la première année qu'il y a des vestiaires. Par les années passées les joueurs s'habillaient dans les

estrades où les toilettes. Et ces vestiaires, il faut les voir, tout petits, sales et sans douches...

...Toutes ces conditions sont dues au fait que les propriétaires (c'est une patinoire privée) sont totalement contre le hockey et qu'ils ne louent que quelques heures de glace pour boucler leur budget sans plus.

(Suite page 5)

Le Parc du Mont-Comi
Un rendez-vous familial!

Venez faire le plein d'air pur!

Madame, Mademoiselle, Monsieur,

Bientôt une nouvelle saison de ski débute. RA. Comme ancien ou nouveau membre, nous vous souhaitons la plus cordiale bienvenue.

Pour la saison prochaine, nos prix seront les suivants:

Ski alpin	Avant le 2 déc.		Après le 2 déc.	
	Familiale	\$290.00	\$310.00	
Couple	230.00	245.00		
Individuelle	135.00	145.00		
Etudiant plus de 14 ans	85.00	90.00		
Etudiant moins de 14 ans	65.00	70.00		

Ski de fond	Avant le 2 déc.		Après le 2 déc.	
	Familiale	\$45.00	\$50.00	
Couple	\$35.00	40.00		
Individuelle	25.00	30.00		

TARIFS UNITAIRES

Télé-siège - Poma Lift

Adulte	\$8.50
Etudiant plus de 14 ans	6.50
Etudiant moins de 14 ans	4.00

T-Bar

Adulte	\$5.00
Etudiant	3.75

Ski de fond

Adulte	\$1.50
Etudiant	1.00

Casier à bottes

Simple	\$7.00
Double	14.00
Familial	25.00
Journalier	1.00

Casier à skis \$12.00

Tous les étudiants devront fournir sans faute leur carte d'identité.

Les accommodations

● **Chalets spacieux**

Pouvant accueillir 400 personnes

● **Chalet avec mezzanine**

Foyer, bar, cafétéria et service d'hébergement

SKI ALPIN

13 pentes, 6 au télésiège, 3 au T-Bar, 4 au Poma Lift. Dénivellation verticale maximum: 31 m. 3 remontées mécaniques: télésiège de 100 m. de longueur; T-Bar de 39 m. de longueur; Poma Lift de 57 m. de longueur.

Un réaménagement des casiers a été fait et la location se fera sur la base du premier arrivé.

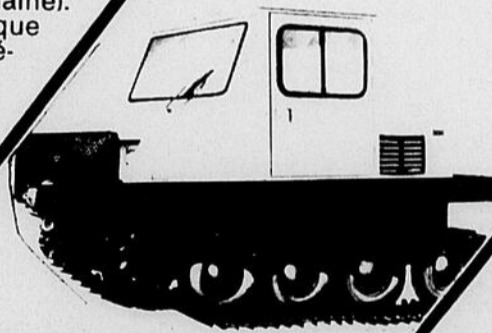
SKI DE FOND

Sentiers doubles à sens unique. Longueur totale des sentiers de ski de fond: 40 km.

5 chalets relais. Patrouille de ski en permanence dans les pentes et les sentiers. Ecole de ski pour toutes catégories (fin de semaine).

Casiers à ski et bottes. Boutique de ski (réparation et location). Hébergement pour 60 skieurs dans dortoir. Cafétéria, libre-service. Garderie pour enfants de 3 à 7 ans (fin de semaine). animateur de plein air pour groupes sur réservation seulement. Chasse-neige sur réservation.

Nous profitons de l'occasion qui nous ait donné pour vous informer que nous avons réaménager 30 kilomètres de sentiers de ski de fond, que nous avons fait l'acquisition d'une nouvelle machine "Bombi"



Pleinement votre Le Parc du Mont-Comi Inc.

PARC DU MONT-COMI

Les sports à l'UQAR

Récréation, éducation, participation et compétition



Serge Bérubé, directeur du service des activités physiques et sportives à l'UQAR.

[Photo le Rimouskois, H.A.]

Depuis qu'on a construit un nouveau gymnase à l'U.Q.A.R., le sport a connu une recrudescence remarquable dans cette institution qui compte aujourd'hui plus de 1150 étudiants à temps complet.

De ce nombre, on peut évaluer à près de la moitié, la clientèle participant aux différents programmes sportifs offerts par le service des activités physiques et sportives, sur une base régulière ou de façon sporadique.

Les étudiants de l'U.Q.A.R. ont un éventail de près de vingt activités parmi lesquelles ils peuvent choisir selon leurs goûts et leur disponibilité. Ils opteront pour des activités du secteur éducatif, du secteur compétitif ou du secteur récréatif.

Cependant, ces activités sportives n'ont pas toutes lieu dans les locaux de l'Université. Les activités aquatiques ont lieu dans les piscines du Paul-Hubert et du Cégep. Les judoka sont intégrés au Club Rikidokan du Cégep mais ils portent les couleurs de l'Université lors de compétitions intercollégiales ou civiles. Le goret de salon est représenté par une formation de l'U.Q.A.R. qui dispute toutes ses parties au Cégep dans une ligue communautaire. Et, en football, les étudiants de l'université pouvaient s'intégrer aux formations du Cégep cette saison.

Pour pratiquer ballon sur glace et hockey, on a réservé de nombreuses heures de glace au Colisée de Rimouski.

Le secteur éducatif

Dans ce secteur, on peut participer à des activités dispensées par des spécialistes.

Le conditionnement physique est dispensé par René Mercier, France Lepage et Raymond Gagnon.

Le yoga est laissé aux bons soins de notre collaborateur Claude Paquin.

L'équitation est une activité récemment offerte aux étudiants et c'est Raymond Potvin qui donne ce cours.

En janvier, Maurice Leblanc, pro au Club de golf Bic, entreprendra une session pour ceux qui veulent s'initier ou se perfectionner dans le sport du golf.

Pour sa part, Christian Lepage permettra aux adeptes de mieux contrôler la technique du ski alpin après les Fêtes, quand il donnera une série de cours.

Ces cours s'adressent aux étudiants, bien sûr, mais aussi à tous les représentants de la population qui possèdent leur carte de membre du service des activités physiques et sportives de l'U.Q.A.R.

En tout, de 250 à 350 étudiants, participent à ce secteur d'activités sportives

Le secteur récréatif

Le secteur récréatif en est un qui regroupe deux genres d'activités: les activités libres et les activités structurées. C'est dans ce secteur que l'on retrouve le plus de participants, de 300 à 400. Les activités libres sont à l'intention des étudiants qui veulent pratiquer un sport qui n'est pas encadré ou soumis à un horaire fixe. Ces activités sont accessibles à tous les étudiants à plein temps, ainsi qu'à ceux qui possèdent une carte de membre du service.

Badminton, tennis, bains basket-ball, conditionnement physique, tennis de table, racquetball et escrime, telles sont les activités offertes dans ce sous-secteur.

Les activités structurées sont soumises à un encadrement dont l'objectif premier

est la participation des étudiants dans un esprit non compétitif.

Les principales activités dites structurées sont le volleyball, où on a formé une ligue mixte à quatre équipes, une ligue de basketball mixte et une ligue de ballon sur glace. En janvier, on compte ouvrir une autre activité dans ce domaine, soit le polo aquatique en tubes.

À l'U.Q.A.R., on met beaucoup l'accent sur ce genre de ligues de formation, parfois spontanées, ce qui favorise de meilleures relations entre le personnel et les étudiants.

Il existe un réseau de participation au niveau du sport universitaire. Des rencontres sont d'ailleurs organisées avec les autres universités, Chicoutimi par exemple. C'est ce qu'on appelle, les Festivals Intra-muros.

Le secteur compétitif

Au chapitre des activités dites, compétitives, on retrouve deux sections, celle des compétitions internes et celle des compétitions externes.

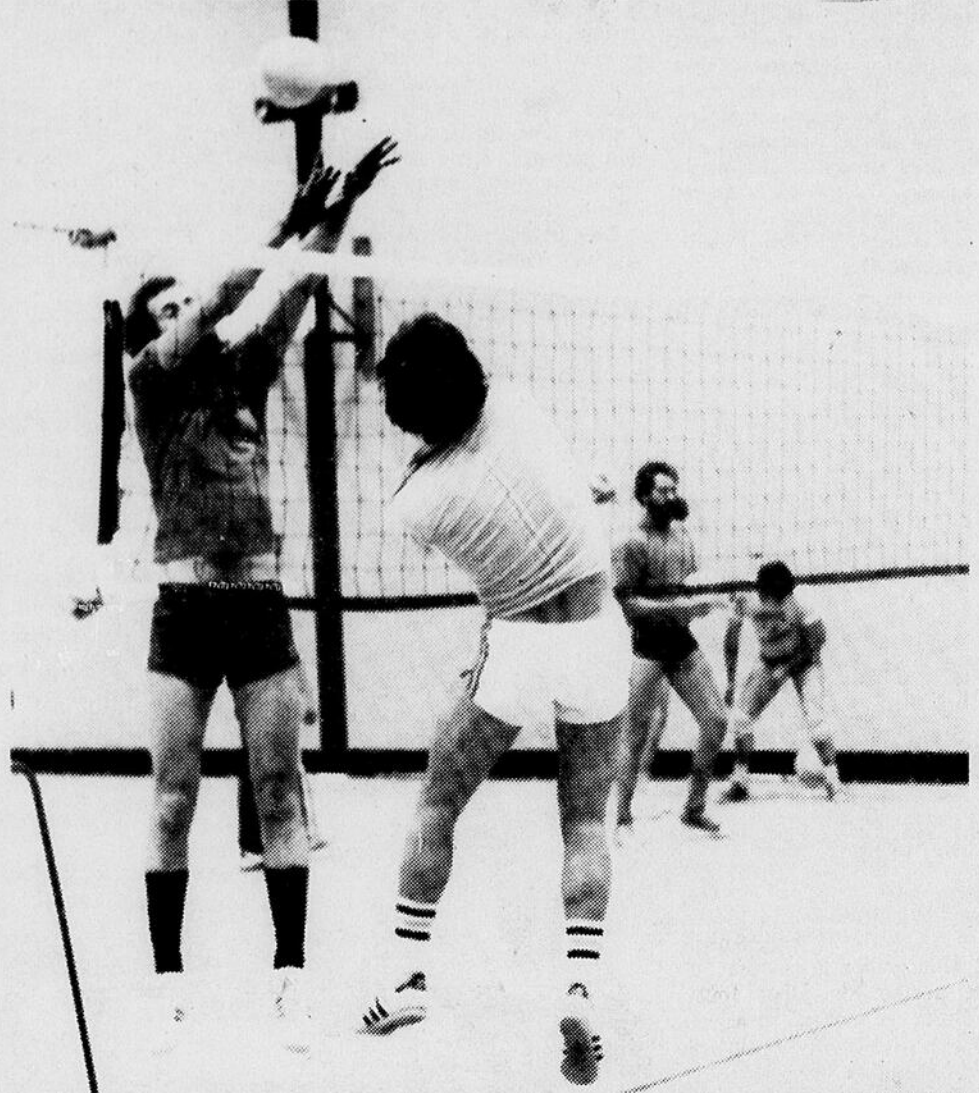
On compte deux ligues intra-muros à l'U.Q.A.R.: une de volleyball comprenant cinq équipes masculines et trois féminines et une autre de Hockey Olympique comprenant six équipes.

Aussi, des tournois sont organisés occasionnellement pour les amateurs de tennis de badminton, de volleyball et de basketball.

C'est dans le domaine des compétitions externes qu'on retrouve le plus haut niveau de performance.

L'U.Q.A.R. possède sa propre équipe de basketball. Cette formation évolue dans la Ligue senior de Rimouski en plus de participer aux tournois universitaires et collégiaux. C'est Jacques Plourde qui est l'instructeur.

En plus des parties officielles qu'elles disputent,



Une statistique intéressante: au moins un étudiant sur deux pratique un sport à l'UQAR. [Photo le Rimouskois, H.A.]

On compte également deux équipes de volleyball participant aux rencontres du réseau intercollégial de l'Est du Québec et au réseau civil régional. L'équipe masculine est entraînée par Mario Côté, un étudiant actif à l'UQAR tandis que l'équipe féminine est dirigée par Michel Fournier, un ancien étudiant de cette institution rimouskoise, et Josée Fournier.

En plus des parties officielles qu'elles disputent, les deux équipes de volleyball de l'U.Q.A.R. affrontent à l'occasion certains clubs universitaires lors de rencontres hors concours.

En badminton, on rencontre une situation particulière. L'entraîneur du club de l'U.Q.A.R. Richard Proulx, occupe les mêmes fonctions chez l'équipe du Cégep.

Yves Proulx est sans contredit, le chef de file de l'équipe masculine de badminton, lui qui est considéré comme le meilleur joueur de badminton de tout l'Est du Québec. Yves a d'ailleurs été choisi le meilleur joueur de badminton interuniversitaire il y a deux ans.

L'équipe de badminton participe aux rencontres des niveaux collégial, civil régional et provincial, et interuniversitaire.

Enfin, l'U.Q.A.R. possède une équipe de hockey dirigée par Claude Dionne. Cette équipe participe à des rencontres intercollégiales et elle a terminé au premier rang lors de la première tranche du tournoi de hockey multicollégial, tenu à Gaspé il y a un peu plus de deux semaines. Ce tournoi sera complété à Rivière-du-Loup en mars prochain.

Avec les quelques représentants de la discipline du judo, le secteur de compétitions externes regroupe environ 50 participants.

Le secteur des clubs sportifs

Il existe trois clubs sportifs à l'U.Q.A.R.. Ces trois unités sont autonomes et régies par un conseil exécutif. La seule dépendance qu'ils ont de l'U.Q.A.R. concerne les installations et le matériel.

Ces trois clubs sont ceux du tennis, du plein air et du jogging.

Le club de tennis sera probablement toujours renouvelé à chaque année, ce qui lui donnera un statut de non permanence. Les deux autres cependant, vont devenir permanents et seront ouverts au grand public.

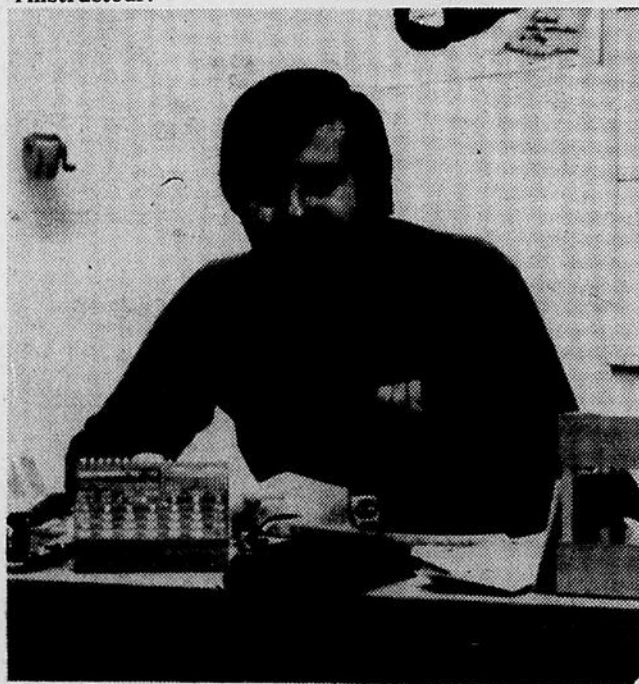
Le service des activités physiques et sportives à l'U.Q.A.R.

Ce service comprend un directeur, Serge Bérubé, un responsable de l'animation sportive, Claude Dionne, un préposé à l'équipement, Carol St-Pierre ainsi qu'une secrétaire, Rolande Vignola.

Plusieurs surnuméraires entre 20 et 25, de professionnels en éducation physique, préposés au matériel, travaillent également au service des activités physiques et sportives de l'U.Q.A.R.. Ils contribuent eux aussi à leur façon à rendre ce service des plus accessibles aux étudiants de cette institution rimouskoise.

Au moins un étudiant sur deux, pratique une activité sportive à l'U.Q.A.R.

H.A.



Claude Dionne est responsable de l'animation sportive au service des activités physiques et sportives de l'UQAR.

[Photo le Rimouskois, H.A.]

Au hockey mineur Une autre saison début...

Depuis maintenant quelques semaines, le hockey mineur est en marche et déjà plus d'une trentaine d'équipes ont commencé leur saison dans les catégories Atome, Pee-Wee, Bantam et Midget. Sans oublier l'école de hockey où l'on retrouve plusieurs jeunes.

Le nouveau Président, monsieur Alain Tremblay, succède à Raymond Bouchard qui assumait ce poste l'an dernier. Il sera secondé par Maurice Simard qui s'occupera de la régulation, en plus d'être trésorier. Le successeur de

Raymond Bouchard pourra aussi compter sur Fran Tremblay (secrétaire), Gaston Belzile et Richard Lord, gouverneurs pour la ligue de développement inter-rive. Madame Pierrette Leblanc et monsieur Philippe Pratte s'occuperont des catégories Atome, Bantam et Pee-Wee, Midget respectivement.

Dans la division Atome, on compte 10 équipes dont 3 de "CC", 3 de "B" et 4 de loisir jeunesse. Au niveau Pee-Wee, il y a 3 équipes dans chacune des classes "B" et "C".

Les catégories Midget "B" et Bantam "C" sont formées

de 3 équipes chacune, qui évoluent dans leur division respective. Et le Midget loisir jeunesse où il y a aussi des joueurs de niveau Bantam "C". Il ne faudrait pas oublier les six équipes de "CC" qui jouent dans la ligue inter-rive (2 dans chaque division Pee-Wee, Bantam, Midget).

Toutes les joutes de groupe B, C et loisir, se disputent au Pavillon sportif sur semaine, lorsqu'il n'y a pas de pratique et les fins de semaine. Il en est de même pour l'école de hockey.

Le coût d'inscription varie selon les classes. Pour les hockeyeurs de groupe "B", il leur en coûtera \$20.00 et pour ceux de "C", \$15.00. Les personnes de l'extérieur de la ville déboursent le double

PATIN-O-THON

Chaque équipe du hockey mineur devra procéder au patin-o-thon. Tous les joueurs devront remplir une feuille avec les noms des commanditaires. L'argent amassé sera divisé en deux parties. Une partie de l'argent ira au hockey mineur et l'autre demeurera à l'équipe. Le coût d'inscription et l'argent du patin-o-thon servent aux voyages, tournois, équipements, autobus, etc... On sait que la population contribue habituellement avec générosité et l'année 1979-80, ne fera sûrement pas exception. Ce patin-o-thon est débuté depuis le 21 novembre et se terminera le 12 décembre. Alors que les joueurs feront leur cent

EVENEMENT TRES POPULAIRE

Le tournoi Atome-Bantam en sera cette année à sa 7ième présentations en février. Le tournoi attire beaucoup de monde, puisque plus de 9,000 spectateurs y assistent tout au long de cette fin de semaine. Un fait à noter, toutes les équipes Atome et Bantam de Rimouski y participent en plus des équipes de

Sept-Iles, Verdun, Vanier, Baie-Comesau, etc.

Une très bonne saison de hockey est à prévoir dans toutes les catégories. Et évidemment toutes les personnes intéressées de voir évoluer ces jeunes, sont invités à se rendre au Pavillon sportif ou au Colisée pour les équipes de l'inter-rive.

Julien Labonté

Le hockey dans le midi de la France

(suite de la page 3)

Dans ces conditions tu comprendras que le hockey ne peut se développer qu'à un rythme très lent. Aussi, à Montpellier la température permet de jouer toute l'année le football (soccer), le rugby et le tennis à l'extérieur et la mer (Méditerranée) est à moins de 5 milles, où l'on peut s'y baigner 6 mois durant.

Les jeunes pratiquent le hockey surtout pour s'amuser, sur un élément qui leur est peu naturel, de la glace. Ils font les caves plus souvent qu'autrement, ils veulent jouer sans plus. J'allais oublier le facteur le plus important: le coût de l'équipement et de la licence. Les jeunes doivent payer une licence de plus de \$50,00 l'a c'est raisonnable mais quant tu penses qu'une crosse (bâton de hockey) moyenne vaut \$22,00 et de bons patins (pour les petits) \$180,00 va pour le reste.

Ce n'est pas la même mentalité partout en France, alors qu'à Paris et dans les Alpes, plus de 3,500 personnes assistent aux rencontres du National "A" (Montpellier et en National "C").

De notre côté nous avons quand même une bonne équipe, moyenne d'âge 21 ans. Si nous terminons premiers, ce qui est fort réalisable, nous jouerons son matchs de barrage avec les premiers des autres régions de la France, et le vainqueur passera en National "B".

La Suisse de Jacques Lemaire c'est bien loin du midi de la France et Alain Daigneault le sait bien. Pourtant son amour du hockey et des voyages à pris le dessus et il se dit fort heureux de l'expérience qu'il vit présentement chez nos cousins.

Présenté par: Doris labonté

Racquetball de Rimouski Inc.

POURRIEZ-VOUS LE GARDER QUE J'AILLE JOUER UN PEU?


Services inclus avec carte de membre

- Salle de conditionnement physique
- Sauna
- Bain tourbillon
- Garderie
- Serviettes gratis



Bureau temporaire:
150 St-Germain Est
722-7272 ou 723-5922
Paul Parent, P.D.G.

Les Galeries GP vous souhaitent de Joyeuses Fêtes et vous offrent \$2,400.00 en argent!



\$2,400.00
ça s'prend bien!

Tirage chaque vendredi soir à 20h 45 d'un montant de \$300.00.

La personne doit être présente pour mériter son prix sinon elle reçoit 25% du montant et le surplus s'ajoute au montant de la semaine suivante. Plusieurs bons d'achats sont également offerts par les marchands.



Gagnants du vendredi 23 novembre:

\$205.00
Mme Diane A. Poirier
Ste-Blandine

\$10.00
de **L'Infrarouge**
Mme Longchamp

\$10.00
de **La Boule de Laine**
Mme Nicole Côté

\$10.00 du **Rest. Ti-Cousin**
Mme G. Beaulieu

- **Marché GP**
- **Restaurant-bar Ti-Cousin**
- **Chez Béatrice**
- **L'Héritier**
- **Comptoir-lunch 7-45**
- **Boutique Jocelyne**
- **Buanderie automatique**
- **Salle de jeu**
- **Coiffure Bonnie & Clyde**
- **Clinique d'esthétique Jouvence II**
- **Le Domaine de la Couture**
- **Chaussures Pazapa**
- **Papeterie TL**
- **Tabagie Leblanc**
- **L'Infrarouge**

à gagner la semaine prochaine.



92, 2e rue ouest, Rimouski (Face au Colisée)

Déposez tous vos coupons des marchands des Galeries GP. Les coupons sont détruits après chaque tirage.

Malaise chez les Feuilles d'Erable

"Les gars ont gagné le championnat trop vite"

Serge Bérubé

Trois défaites en ligne pour les Feuilles d'Erable. Une partie nulle de 10 à 10 auparavant contre les Albatros de Rivière-du-Loup, tel est le bilan des protégés de Gilles Labonté au cours des 4 dernières parties qu'ils ont disputées avant celle de dimanche, laquelle les opposait aux Ambassadeurs de la Vallée, une équipe vraiment trop faible pour ce circuit, à cause de l'inexpérience de ses joueurs et de leur jeune âge.

Or, les 3 équipes contre qui les Feuilles d'Erable ont perdu, ce sont justement celles qu'ils doivent vaincre s'ils veulent connaître une saison gagnante. Car ce n'est sûrement pas contre les Aiglons de Mont-Joli ou les Ambassadeurs de la Vallée que les hommes de Gilles Labonté vont se couvrir de gloire. C'est bien simple, il faut vaincre Matane, Rivière-du-Loup et Ste-Anne des Monts.

Un début de saison fracassant

Au début de la saison, tous les espoirs étaient permis. Une première victoire à Matane, une deuxième à Rimouski contre les Montagnards, une troisième contre les Castors, une quatrième à Amqui et une cinquième contre les Aiglons; les amateurs se disaient alors que c'était le début d'une période victorieuse pour nos petites Feuilles.

Mais voilà que toute cette belle romance est en train de s'effondrer comme un château de cartes. Aussi bons, nos Feuilles étaient aussi pourris, ils le sont devenus en l'espace de quatre parties.

Et le mécontentement commence à gronder de toutes parts, avec raison d'ailleurs. Au cours des quatre parties dont il est question, les Feuilles d'Erable ont alloué 38 buts. Ils ont fait match nul 10 à 10 contre Rivière-du-Loup puis perdu successivement contre Ste-Anne des Monts, 8 à 3, contre Rivière-du-Loup, 13 à 5 et contre Matane 7 à 6.

A part Timmons, Ruest et Dominique Lepage, on n'a pas l'impression de voir une équipe qui veut l'emporter.

Certains, et ils sont nombreux, commencent à se regarder patiner. On a beau dire de Dany Potvin qu'il a beaucoup de talent mais il doit avoir des épaules de porcelaine, ou des oeufs dans ses culottes. Les ailiers en général n'ont



Un des seuls moments de réjouissance pour les Feuilles d'Erable au cours du match qu'ils ont perdu 7 à 6 contre les Castors de Matane mardi soir dernier: la recrue Harold Leblanc déjoue Jocelyn Fortin, cerbère des Matanais.

plus l'air de savoir où se trouvent les bandes, quand le temps arrive de sortir la rondelle de la zone et que les pauvres défenseurs ne savent plus où lancer le disque. Ils s'en débarrassent, bien souvent à l'aveuglette, car on a découvert qu'en les pressant constamment, ils ne sont pas si bons qu'ils le laissent voir au début de la saison.

Or, il ne faut pas être un expert en la matière, pour s'apercevoir que les Feuilles d'Erable manquent de conviction et de courage, que la médiocrité dans laquelle ils ont sombré tout dernièrement n'est rien pour attirer des spectateurs dans les estrades. Les nôtres ressemblent étrangement aux Feuilles d'Erable de l'année dernière en ce

[Photo le Rimouskois, H.A.]

qu'ils ont adopté assez rapidement le style de la poule à tête coupée qui court un peu partout sans trop savoir où elle va. Quelques joueurs ont commencé à démontrer des tendances individualistes qui ne mènent nulle part et qui font rager les autres.

L'instructeur des Feuilles d'Erable a actuellement deux choix: tout recommen-

cer à zéro comme au début du camp d'entraînement et revoir tous les jeux de base qui composent le hockey; ou encore laisser la galère dériver au gré du courant de défaitisme qui s'installe dans l'équipe.

On sait qu'affronter des formations comme Ste-Anne des Monts, Rivière-du-Loup et Matane, c'est un gros défi, mais maintenant, peu importe le résultat des parties, qu'on donne au moins l'impression au spectateur qu'on joue pour faire gagner l'équipe. Si l'intensité au jeu de certains joueurs s'est transformée en indifférence, qu'on prenne les moyens pour les sortir de cette amorphie.

Comme le disait Serge Bérubé: "Les gars ont gagné le championnat trop vite. S'il faut changer les joueurs de cette équipe du premier au dernier, on le fera, mais les gars vont jouer au hockey." Un autre qui semblait fort déçu au cours du match contre Matane, c'est Jacques Tremblay, le vice-président de l'équipe. Dans ses propos, on notait un dégoût certain devant la molle attitude des

Feuilles d'Erable, qui ont maintenant horreur de donner de bons coups d'épaulé.

On ne nous aimera pas, nous journalistes, mais il semble que les Feuilles d'Erable sont presque tous rendus peureux, peureux de l'adversaire, peureux de patiner, peureux de jouer, peureux de tout et de rien. On a beau dire qu'il manquait six joueurs réguliers mardi dernier (Lebel, Delisle, Dejoie, Tremblay, Pouliot et Patrice Lepage); ils auraient peut-être fait la différence contre Matane mais ils y étaient tous ou presque, lors des trois parties précédentes.

C'est probablement le temps qu'on se dise: Au boulot les gars, on a encore du chemin à parcourir et on est loin de ressembler à une équipe de hockey. Si on a un orgueil bien placé, on va sûrement réagir. Les meilleures équipes sont toujours celles qui se sont relevées après de dures épreuves, de cuisants revers. On verra bien quel caractère elle a, cette formation des Feuilles d'Erable.

H.A.

Matane 7, Rimouski 6

On ne peut blâmer Marc Ribaut

C'est rendu à un point que les attaquants adverses ont tellement d'espace de manoeuvre en zone offensive que les buts protégés par Marc Ribaut se remplissent de caoutchouc à un rythme affolant. Il n'y a que les Ambassadeurs de la Vallée qui sont pires que les Feuilles d'Erable dans ce domaine.

Mais ce pauvre diable de Ribaut n'est ni une pieuvre (on a déjà surnom-

mé Ken Dryden de pieuvre) ni un homme bionique. C'est un gardien de buts talentueux, qui fait son possible mais qui doit se sentir l'être le plus seul du monde depuis quelque temps.

Depuis quatre parties, il est soumis à des bombardements incroyables et s'il est un joueur qui mériterait un peu plus d'appui de ses coéquipiers, c'est bien lui.

Mardi dernier, Ribaut

en a vu de toutes les couleurs face au dangereux trio des Castors de Matane, composé de Simon Gagné et des frères Mirko "le p'tit vicieux" et Patrick "le p'tit débile" Pelletier.

Gagné a réussi quatre buts et Patrick Pelletier en a réussi trois. L'autre Pelletier, Mirko, a exécuté des jeux dignes de son grand talent et même s'il n'a pas compté, il en a fait voir de toutes les couleurs

à Ribaut. Au fait, si ce dernier n'avait pas été là, les Castors auraient probablement scoré 5 à 6 buts de plus, ce qui n'est rien pour valoriser la défensive des Feuilles d'Erable.

Comment se fait-il qu'on transperce cette défensive à volonté depuis quatre ou cinq parties? La réponse n'est pas longue à trouver. C'est la même situation qui prévaut actuellement chez les Glorieux de Montréal. Robinson et Cie ont peur de se dépeigner et ne donnent à peu près pas de mises en échec.

En l'absence de Bob Gainey, il n'y a que deux joueurs sur cette équipe qui n'ont pas peur des coins de bande. Ce sont Mario Tremblay et... Guy Lafleur, le premier scoreur du club.

Si on établit un parallèle entre Glorieux et Feuilles d'Erable, on s'aperçoit que la source du problème est identique dans les deux cas.

Si les joueurs d'avant adverses continuent d'entrer en zone offensive, la tête entre les deux jambes sans se faire retrousser le menton plus que ça par les défenseurs, les Feuilles d'Erable pourront compter leurs victoires, d'ici la fin de l'année, sur les doigts d'une seule main.

Si les avants ne font pas plus que cela pour venir prêter main forte à leurs arrières, il continuera d'en résulter des choses comme on a vu dernièrement. Des déluges de buts, du jeu de plus en plus incohérent, l'individualisme primant sur le jeu collectif et toutes sortes de belles choses du genre qui rapprocheront de plus en plus nos petites Feuilles de cette année à celles de l'an dernier, à un point qu'ils se confondront parfaitement.

On disait au début de la saison que les Feuilles d'Erable étaient méconnaissables par rapport à l'an dernier. Le début de la saison des Feuilles d'Erable n'était-il que poudre aux yeux? C'est à eux à donner la réponse, après examen de conscience.

On ne doit pas presser le bouton de panique comme on dit communément, mais il est grand temps de prendre les mesures qui s'imposent pour remettre "la waguine sur l'chemin".

Les déboires récents des Feuilles d'Erable peuvent être imputables à beaucoup de monde, mais certainement pas à Marc Ribaut, le gardien de buts.

H.A.



Marc Ribaut, gardien des Feuilles d'Erable doit se sentir très essouffé depuis quelque temps. Presque tous les joueurs de l'équipe l'ont abandonné à son triste sort. IL aurait mérité pourtant un meilleur appui parce qu'il a probablement été le joueur le plus régulier dans le clan rimouskois depuis le début de la saison.

[Photo le Rimouskois, H.A.]

Moi,
j'aime l'eau
"nature"

Au ballon sur glace

Et l'Eden redevint l'Eden

Un peu piquées dans leur orgueil parce qu'elles venaient de connaître deux parties consécutives sans victoire (deux nulles), les porte couleurs de l'Eden ont littéralement englouti leur plus sérieux rival dans la course au championnat, le Dixie Lee, par le pointage de 6 à 1. Deux semaines auparavant, ces deux mêmes équipes se sont livrées un match nul de 0 à 0 mais mercredi soir dernier, les filles de l'Eden sont sorties de leur torpeur et se sont véritablement imposées au cours de cette partie.

Diane Alary a marqué à deux reprises pour l'Eden. Brigitte Lévesque, Carole Landry, Charlene Bérubé et Claire Sylvain ont complété la marque. Claudette Lebel a été l'unique marqueur du Dixie Lee.

**ZODIAC 3
ST-FABIEN 1**

Dans une autre rencontre en section féminine, le Zodiac a eu raison du St-Fabien 3 à 1. Diane Côté a trompé la vigilance du gardien adverse à deux reprises au profit du Zodiac et Claire Vignola a marqué l'autre but. Nicole Belzile a évité le blanchissage au St-Fabien.

**CONDORS
DE ST-FABIEN 3**

Dans une partie intersection, les Condors de St-Fabien ont disposé du Bar Salon Ti-Québec 3 à 1. Francis Bellavance, François Beauchesne et Daniel Théberge ont été les pointeurs du St-Fabien, le seul but du Bar Salon Ti-Québec allant à Daniel Banville.

Au cours de cette partie, les porte couleurs de St-Fabien ont démontré un meilleur jeu d'ensemble que leurs adversaires et une plus grande précision sur leurs rapides lancers leur aurait facilement valu deux à trois buts supplémentaires.

**METRO J.B.SIROIS 1
ETRIER 1**

Dans une deuxième partie intersection, le Métro J.B.Sirois a causé une certaine surprise en faisant match nul 1 à 1 avec la redoutable formation de la Brasserie l'Etrier. Les protégés de Maurice Lévesque ont démontré beaucoup d'agressivité et de sang froid au cours de cette rencontre où l'Etrier a pris les devants 1 à 0 par l'entremise de Bertrand Rousseau. Cependant, Germain Sirois prenait le gardien de l'Etrier en défaut en deuxième engagement créant ainsi une égalité qui dura jusqu'au son de la cloche annonçant la fin de ce duel enlevant et serré.

**HOTEL LEPAGE 6
BAR ANACLET 2**

Dans une troisième rencontre intersection, l'Hôtel Lepage dirigée par Denis Proulx qui a marqué deux buts, a malmené le Bar Anaclet 6 à 2. C'est pourtant cette dernière équipe qui eut l'honneur d'inscrire le premier filet de la partie grâce à Bertrand Pépin. Alors les rapides coureurs de l'Hôtel Lepage se sont éperdument lancés à l'attaque et ont mitraillé le gardien adverse de nombreux lancers dont six d'entre eux ont fait bouger les cordages. Les porte couleurs du Bar Anaclet étaient loin de ressembler à une équipe de la section senior au cours de cette rencontre.

La discipline semble leur faire défaut. A part Denis Proulx et ses deux buts, Sylvain Martin, Roger Patry, Jean-Marie Proulx et Dany Lepage ont été les autres marqueurs de cette partie. Bertrand Pépin et Bruno Larouche ont déjoué Jacques Guimond de l'Hôtel Lepage.

**BAR LE GOURMET 4
DIXIE LEE 1**

Le Bar Le Gourmet a facilement remporté le match qu'il disputait au Dixie Lee par le pointage de 4 à 1. Marc Beaulieu, Benoît Cyr, Denis Proulx et Denis Laflamme ont compté pour les gagnants, tandis que Bob Chapados évitait le blanchissage à son équipe.

**HOTEL BERNIER 1
BIC 0**

Dans le dernier match au programme, Alain Brisson, a procuré une victoire de 1 à 0 à l'Hôtel Bernier contre l'équipe Bic, grâce à un but compté en première période.



Serge Proulx, capitaine du Métro J.B. Sirois, est une bougie d'allumage au sein de son équipe. Son style agressif et son habileté ont failli faire pencher la balance en faveur des siens lors du match disputé mercredi soir dernier contre l'Etrier. Cette partie s'est soldée par un verdict nul.

POTINS

Plusieurs auront remarqué des changements chez l'équipe l'Etrier. C'est ainsi que Bob Janelle, un pilier de cette équipe pendant longtemps, s'aligne maintenant avec le Dixie Lee de la section intermédiaire, une formation qui n'a, jusqu'ici, remporté aucune victoire en huit rencontres. Roger Patry, le petit et rusé joueur d'avant, joue cette année avec l'Hôtel Lepage de Ste-Blandine. Pierre Lemieux, pour sa part, a délaissé le ballon sur glace pour le hockey de la Ligne Intermédiaire.

• Félicitations à Claire Beaupré, instructeur de l'Eden, qui a donné naissance à une jolie fille de plus de 8 livres il y a maintenant douze jours. Claire prénommera son poupon du joli nom d'Isabelle.

• Le mercredi 12 décembre tous les joueurs du circuit de ballon sur glace Laurentide de même que leurs épouses ou amies sont cor-

dialement invités à une dégustation de fromage et des produits de Molson qu'on offrira à l'entrée Est du Colisée.

H.A.

CLASSEMENT

SECTION MOLSON

EQUIPES	PJ	PG	PP	PN	PTS
Brasserie Etrier	6	3	0	3	9
St-Fabien	6	4	1	1	9
Pentagone	7	3	2	2	8
Bar Anaclet	6	3	2	1	7

SECTION LAURENTIDE

EQUIPES	PJ	PG	PP	PN	PTS
Métro J.B. Sirois	7	5	1	1	11
Bar Salon Ti-Québec	7	3	2	2	8
Hôtel Lepage	8	2	4	2	6
Dixie Lee	8	0	8	0	0

SECTION BRADOR

EQUIPES	PJ	PG	PP	PN	PTS
Hôtel Bernier	7	3	2	1	7
Bar le Gourmet	6	3	3	0	6
Sométal Atlantic	6	1	3	2	4
Bic	5	1	3	1	3

SECTION CANADIENNE

EQUIPES	PJ	PG	PP	PN	PTS
Eden	5	3	0	2	8
Dixie Lee	5	2	1	2	6
Zodiac	4	1	1	2	4
St-Fabien	4	0	4	0	0

PROMOTION DU BAS DE NOËL

En guise d'appréciation à la clientèle, les marchands de la Grande Place sont heureux de vous faire participer au tirage d'un

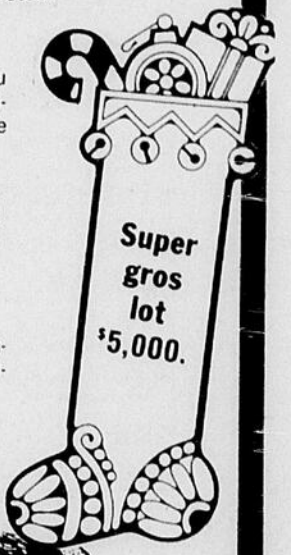
SUPER GROS LOT \$5,000.

en bon d'achat
durant la période des Fêtes.

Tout achat de \$2.00 et plus, effectué à La Grande Place jusqu'au 21 décembre inclusivement vous donne droit à un bon de participation. Un bas d'une valeur de \$1,000. sera attribué à chaque vendredi.

Cette semaine, l'heureux gagnant est M. Richard Martin, 242 St-Laurent, Rimouski, qui a effectué ses achats chez Steinberg.

De plus, le 21 décembre, C.F.L.P. en collaboration avec les magasins de la Grande Place, attribuera parmi ses auditeurs participants un gros lot additionnel de \$2,000.00.



Plus d'informations, s'adresser aux marchands de la Grande Place. C'est notre façon à nous de vous remercier de votre confiance et encouragement et souhaitons à tous, bonne chance.



Luc Bissonnette, assis, et Jean-Claude Drapeau, debout, semblaient médusés devant la farouche opposition offerte par le Métro J.B. Sirois mercredi dernier.

[Photo le Rimouskois, H.A.]

Entrée Nord
Boul. René Lepage
Entrée Sud
Rue St-Germain Est

Heures d'ouverture:
Lundi, mardi, mercredi: 9h 30 à 17h 30
Jeudi, vendredi: 9h 30 à 21h 00
Samedi: 9h 30 à 17h 00

CENTRE COMMERCIAL

la grande place

Steinberg satisfait de personnes en pensant d'abord Cécile Héroux, Lise

Tout le monde n'a pas les mêmes goûts, les mêmes besoins, ni surtout le même budget, quand on parle d'alimentation. Mais que plus d'un million de personnes reviennent chez Steinberg chaque semaine démontre bien qu'elles ont toutes un même point en commun: celui de rechercher des aliments de qualité, au meilleur prix possible. Et c'est à cela que Steinberg s'est toujours appliqué, en vous offrant aussi une vaste gamme de produits de grandes marques, sans oublier tous ses excellents produits maison et de nombreux produits sans marque, pour vous permettre de mieux faire votre choix et vous aider à profiter au maximum de votre argent.

Plus de produits plein les tablettes, pour satisfaire de plus en plus de gens

Vous bénéficiez d'un choix de plus de 7000 produits dans chacun de nos magasins. Une telle variété nous permet de répondre efficacement à des habitudes d'achat très différentes. Martine Gauthier, par exemple, trouve tout ce dont elle a besoin pour sa famille, malgré un budget très serré. Lise Choquette, par contre, achète encore davantage de produits de marques nationales.

Et vous profitez de tout ce choix à n'importe quel moment de la journée,



grâce à notre personnel qui voit sans cesse à regarnir toutes les tablettes. En plus de vous permettre de mieux comparer les produits et leurs prix, vous trouvez donc exactement tout ce que vous voulez.

Pourquoi Cécile Héroux achète-t-elle tant de produits maison Steinberg?

Comme beaucoup d'autres personnes, Cécile Héroux recherche la plus haute qualité au meilleur prix. Et comparés à toutes les grandes marques, les produits maison de Steinberg ont même bon goût pour les conserves, même fraîcheur pour les aliments en boîte ou surgelés, même efficacité pour les articles d'entretien ou de nettoyage.

De fait la seule différence remarquable, et c'en est toute une, réside dans le prix: au moins 10 pour cent inférieur à celui des marques nationales. Avec plus de 1500 produits maison, Steinberg peut donc vraiment vous faire économiser.

Nos produits maison: première qualité

Les meilleurs ingrédients entrent dans la composition de tous nos produits de marques maison. Et pourtant, aucun de nos produits ne se retrouve sur les tablettes avant d'avoir subi toutes les analyses de nos



plus d'un million chaque semaine...

à Martine Gauthier, Choquette, et vous.

diététistes, chimistes et bactériologistes, pour en garantir l'excellence, et répondre parfaitement à toutes vos exigences.

De nombreux produits sans marque font l'affaire de Martine Gauthier

Si, comme pour beaucoup de gens, vous devez faire votre marché avec un budget limité, les produits sans marque peuvent s'avérer dans plusieurs cas le choix tout indiqué. C'est pourquoi Steinberg en augmente de plus en plus le nombre pour encore mieux répondre à vos besoins.

Avec notre politique de prix, tout le monde y trouve son compte

Que vous choisissiez les marques nationales, nos produits maison ou ceux sans marque, vous économisez de toutes façons. Steinberg vous offre les plus bas prix possibles pour tous les produits, tous les jours. Pas question d'aubaines d'un jour ou deux, ni de concours dont vous

devez finalement faire les frais. Rien que de la qualité, et la meilleure possible, pour que vous en ayez toujours pour votre argent.

Aussi, profitez de nos fameux rabais Étiquettes Vertes, valables durant un minimum de quatre semaines. C'est un autre moyen de mieux planifier votre budget.

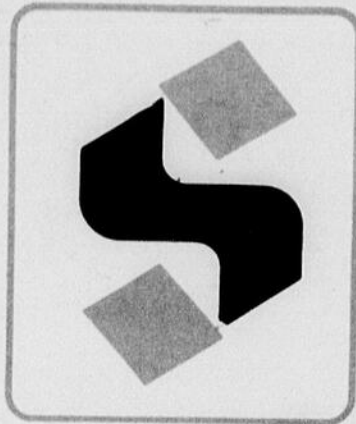
Et pour mieux faire votre choix entre les formats variés de produits semblables et de marques différentes, plus besoin de perdre un temps fou à calculer lequel est le plus économique: vous n'avez qu'à lire, sur chaque tablette, le prix des articles aux cent grammes ou aux cent millilitres. La comparaison se fait en un coup d'oeil.

L'attention à satisfaire plus d'un million de personnes chaque semaine comme autant de cas particuliers, c'est ce qui fait l'un des grands avantages de Steinberg: vous en donner pour votre argent.



**Oui, Steinberg
est de votre côté!**

STEIN



POULET DODU...

Y a rien qui ne ressemble plus à un poulet qu'un autre poulet, serions-nous portés à croire... Mais les apparences sont parfois trompeuses. Ainsi, un poulet de 3½ livres a une carcasse d'à peu près le même poids que celle d'un poulet de

2½ livres. Toutes proportions gardées, le poulet de 3½ livres vous offre plus de bonne chair: il est plus dodu, plus replet. Voilà un achat intéressant pour vous. Chez Steinberg nous annonçons du poulet de moins de 4 livres car il

BOUCHERIE

PORC HACHÉ
PRODUIT DÉCONGÉLÉ
LA LB **1.19**

VEAU HACHÉ
PRODUIT DÉCONGÉLÉ
LA LB **1.89**

JARRETS DE PORC SURGELÉS
LA LB **.49**

TOURTIÈRE SURGELÉE STEINBERG
16 OZ **1.28**

BOUCHERIE

POULET SURGELÉ
DE MOINS DE 4 LB
CANADA
CATÉGORIE "A"
LA LB **66¢**

BOUCHERIE

ÉPAULE DE PORC
GENRE PICNIC
LA LB **98¢**

ÉPICERIE

PRÉPARATION À SOUPE POULET ET NOUILLES
LIPTON
BTE DE 2 SACHETS
4½ OZ **47¢**

CRETONS STEINBERG
10 OZ **1.39**

TÊTE FROMAGÉE BIOPAGE I
300 g **1.08**

BOUDIN BIOPAGE I
LA LB **.88**

SALAMI DE PRAGUE JOHN MACHER
LA LB
(AU COMPTOIR DE CHARCUTERIE SEULEMENT) **2.58**

BOUCHERIE

BACON EN TRANCHES SANS COUENNE LAZY MAPLE DE SWIFT
PQT DE 1 LB **\$1.28**

BOUCHERIE

JAMBON DÉOSSÉ SUGAR PLUM DE SWIFT
EN QUART
LA LB **\$2.58**

ÉPICERIE

DÉTERSIF LIQUIDE SUNLIGHT
BOUT. DE 32 OZ LIQ. **\$1.19**

SALAMI EN TRANCHES HYGRADE
PQT DE 6 OZ **1.18**

SAUCISSES EN COIFFE LA BELLE FERMÈRE
10 OZ **1.48**

ÉPICERIE

CIGARETTES

Rég. **7.16**

King size **7.26**

ÉPICERIE

CHAMPIGNONS STEINBERG
MORCEAUX ET TIGES
BTE 10 OZ **.68**

ÉPICERIE

TOMATES ENTIÈRES
BTE 28 OZ
ORCHARD KING **.57**

PAPIER MOUCHOIR KLEENEX
COULEURS ASSORTIES
BTE 200 **.69**

Ces prix sont valables au magasin Steinberg de Rimouski jusqu'à la fermeture mardi prochain 18h.

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands. Il est possible que certains articles ou formats de ces articles ne soient pas offerts, particulièrement les articles non-alimentaires. Si un article en réclame venait à manquer en rayon demandez un coupon de garantie de prix au comptoir d'information.

PÊCHES DEMIES OU TRANCHÉES
BTE 28 OZ
ORCHARD KING **.77**

MÉLANGE À GÂTEAUX STEINBERG
BTE 19 OZ **.59**

COUCHES PAMPERS PREMIERS PAS
BTE 24'S **3.29**

PAPIER DE TOILETTE ELEGANT
PQT 8 ROULEAUX **1.66**

BERG!

MARCHÉ CONCLU!

est populaire chez notre clientèle. Nous veillons cependant à toujours vous offrir un poulet bien en chair malgré son faible poids. Vous savez maintenant pourquoi. Nous tenons à ce que vous en ayez pour votre argent et un peu plus!

Cela s'applique tout aussi bien au poulet que nous vendons en morceaux. À vous d'en profiter. Bon Appétit!

Oui,
Steinberg
est de
votre côté..

ÉPICERIE

**MARGARINE
MOLLE
À L'HUILE
DE SOYA
STEINBERG
CONT. DE 2 LB**

\$1.19

FRUITS ET LÉGUMES

**RAISINS
ROUGES
EMPEROR
DE CALIFORNIE
LA LB**

79¢

FRUITS ET LÉGUMES

**TOMATES
DE FLORIDE
GROSSEUR 6X7
MOYENNE
CANADA NO 1
LA LB**

78¢

BOULANGERIE

**COURONNE
DANOISE
À LA CANNELLE
STEINBERG
10 OZ**

99¢

**BEIGNES NATURE
STEINBERG
PQT DE 12**

69¢

ÉPICERIE

**CORN
FLAKES
KELLOGGS
BTE DE 675 g**

99¢

BOULANGERIE

TOUS NOS PRODUITS DE BOULANGERIE
SONT FAITS DE PUR GRAS VÉGÉTAL.

**ROULÉ
AU CITRON
STEINBERG
10 OZ**

79¢

FRUITS ET LÉGUMES

**BROCOLI
DE CALIFORNIE
GROSSEUR 14
CANADA NO 1
LA BOTTE**

98¢

**CHAMPIGNONS
DE CULTURE
CANADIENNE
CANADA NO 1
PQT DE 8 OZ**

\$1.09

**DATTES
DÉNOYAUTÉES
WASCO
BTE DE 14 OZ**

\$1.33

**LIERRE
SWANSBERG
EN PANIER
À SUSPENDRE
POT DE 8"**

\$6.98

**TARTE AUX NOIX
STEINBERG
8" - 14 OZ**

99¢

NON ALIMENTAIRES

**MOULES À PIZZA
13"
TOLES À BISCUITS
16"X11"
MOULES À GÂTEAUX
CARRÉS
8"X8"
MOULES À MUFFINS
(8) EKCO**

\$1.09

**ASSIETTE
À TARTE
EKCO
9" DE DIAMÈTRE**

79¢

**BISCUITS
STEINBERG
BRISURES DE
CHOCOLAT - SAC 2 LB**

1.57

ÉPICERIE

**THÉ SALADA
ORANGE PEKOE
BTE 60 SACS**

1.67

**EAU MINÉRALE
STEINBERG
BTE 750 ML**

.33

**ESSUIE-TOUT
COUL. ASSORTIES
PQT 2 ROULEAUX
STEINBERG**

.97

**SACS
À ORDURES
STEINBERG
26"X36" - PQT DE 25**

\$2.53

**SACS
À ORDURES
BLANCS POUR
LA CUISINE
STEINBERG
18"X20" - PQT DE 15**

59¢

**JUS DE
LÉGUMES
V-8 - BTE 19 OZ**

.39

**CÉRÉALES
SPECIAL K
KELLOGG - 475 GR.**

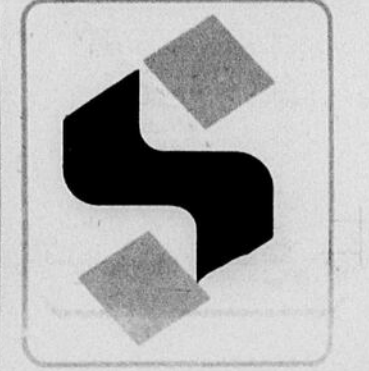
1.47

**FROMAGE
KRAFT
EN TRANCHES
INDIVIDUELLES
PQT 16 TRANCHES**

1.69

**BEURRE
D'ARACHIDES
KRAFT - CRÉMEUX
BOCAL 500 ML**

1.13





J.B. SIROIS & FILS INC

308 ROULEAU RIMOUSKI

723-3783

SERVICE DE LIVRAISON — FACILITE DE STATIONNEMENT.

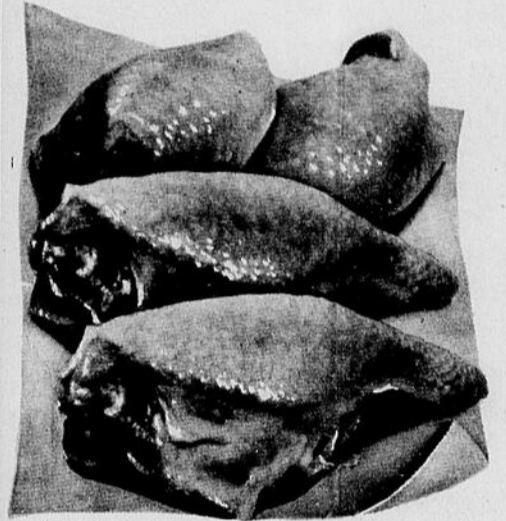
Spéciaux en vigueur du mercredi au samedi
Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.

Nouveau service supplémentaire
de votre Marché Métro ! Nous acceptons les commandes téléphoniques le mercredi après-midi (seulement) pour être livrées le jeudi.

Si le service

AUSSI PLUSIEURS
SUPER SPECIAUX... SUPER

Poitrines de

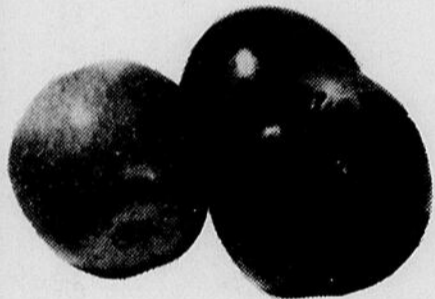


Bte
10 lbs

Bte
5 lbs

Pommes vertes

"Granny Smith"
Produit de France
Canada de fantaisie



Sac de 3 livres
pour

1.49

Piments verts larges

Produit U.S.A.

.49 LB

Oranges juteuses

Produit Floride

Sac de 5 lbs

1.19

Choux-fleurs frais

Pr. U.S.A. - Gr. 16
Cat. Canada no 1

.89 CH.

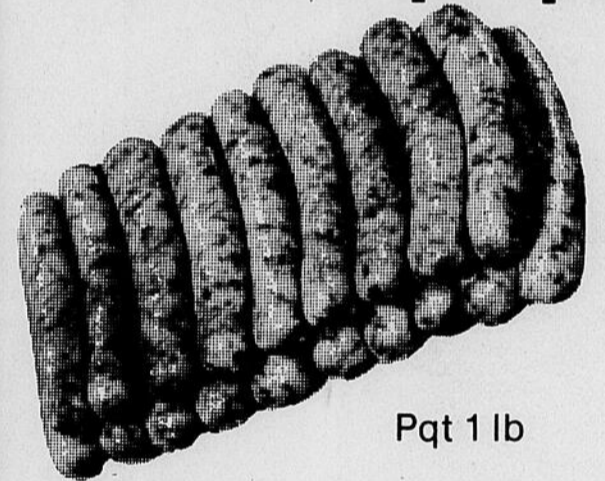
Oignons espagnols

Produit U.S.A.
Cat. Canada no 1

2 lbs pour

.59

Saucisses pur porc



Pqt 1 lb

Adoucisseur liquide



"Downy"

Format
2 litres

1.98

Café instantané

"Maxwell House"

Bocal de
10 oz

4.99

SHORTENING

"Crisco"

Bte de 3 lbs

2.38

RAISINS SECS

"Métro-Richelieu"

Sac de 16 oz

1.25

POUDRE POUR GELÉE

"Métro-Richelieu"

Saveurs variées

Bte de 6 oz

3 POUR

1.00

THÉ EN SAC

"Salada"

Orange Pekoe

Rte de 120's

2.88

BETTERAVES MARINÉES

"Habitant"

Bocal de 48 onces

1.79

MARGARINE DURE

"Fleishman"

Pqt de 2 lbs

2.28

MARGARINE MOLLE

"Fleishman"

Format jumelé de 2x8 oz

1.18

BISCUITS "LIDO"

Météo ou caramel

Cello de 14 oz

.88

GÂTEAUX "VACHON"

Caramel ou carrés feuilletés à la gelée

Bte de 6's

1.19

Chow Chow rouge ou vert

"Habitant"

Bocal 24 oz

1.48



Essuie-tout

"Viva"

Pqt
2 rlx

1.08

service et les bas prix vous importent...

... PLUSIEURS SPÉCIAUX SURPRISES À L'INTÉRIEUR DU MAGASIN.

... SUPER SPÉCIAUX... SUPER SPÉCIAUX... SUPER SPÉCIAUX... SUPER SPÉCIAUX...

Crêpes de poulet

Congelées



Bte
10 lbs

.98

LB

Bte
5 lbs

1.08

LB

Pour vous permettre de préparer à l'avance vos tourtières et cretons, nous vous offrons dès maintenant notre spécial des Fêtes.



Porc haché dans la fesse

85% à 90% maigre
Excellent pour tourtières

La lb

1.19

Flanc de porc pour cretons

Haché ou
en morceaux

La lb

.89

Veau haché dans l'épaule

La lb

1.89

Crêpes pur porc "Mérite"



Pqt 1 lb

1.29

"PRODUITS GASPÉSIENS"

Jambon 1/4 de fesse

Sans perte
2 à 3 lbs

La livre

1.78

Filet de morue

Congelé

La lb

1.38

Cretons frais

Format 10 oz

.98

**Turbot, hareng
et sardines.**

- Bte de 3 lbs **2.38**
- Sac de 16 oz **1.25**
- 3 POUR **1.00**
- Bte de 120's **2.88**
- 3 POUR **1.79**
- Sac de 48 onces **1.79**
- Pqt de 2 lbs **2.28**
- 2 POUR **1.18**
- 2x8 oz **1.88**
- Cello de 14 oz **1.88**
- 6's **1.19**



Lait évaporé "Carnation"

Bte de
385 ml

2 POUR

.85

Pains à hot-dog ou hamburger

"Landreville"

Pqt 8's

.59

Croustilles "Dulac"

Saveurs variées
Sac de
200 grammes

.79



Eau de javel

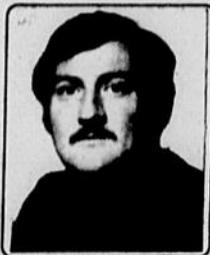
Javex"

Cont. 128 oz

.98

la semaine sportive

Noël Bouchard



La recrue Michel Gagnon qui s'aligne avec les Eperviers de Rimouski, catégorie Pee-Wee, de la Ligue de Développement Inter-Rives de Hockey, en fait voir de toutes les couleurs à ses adversaires. Les spectateurs qui ne le connaissent pas le prennent pour un vétéran. Ce n'est pas le cas, puisque l'an dernier, il faisait parti de la catégorie "atome". Michel a inscrit 81 francs buts en 27 rencontres lors de l'édition 78-79.

Lors de la partie entre Sept-Iles et Eperviers de Rimouski, le jeune Gagnon a enregistré les deux filets des siens. La formation rimouskoise s'est méritée la victoire 2 à 0. Le coup de pinceau est allé au dossier du gardien de buts Eric Roy. Les équipes rimouskoises ont connu une difficile fin de semaine contre les clubs Sept-Iliens. Les seules triomphes enregistrés, l'ont été dans la catégorie Pee-Wee.

Lors de l'assemblée générale annuelle de la Fédération Québécoise Amateur de Baseball (F.Q.A.B.), il y a eu élection des membres de l'exécutif. Régent Ouellet de Rivière-du-Loup a été réélu au poste de président. Claude Roy de Matane, Etienne Arseneault de St-Siméon de Bonaventure et René Alary de Rimouski agiront comme vice-présidents; Guy Mercier et Léopold Robichaud de Rivière-du-Loup assumeront respectivement les charges de secrétaire et de registraire.

Au cours des prochaines semaines, on nommera le représentant des arbitres et celui des instructeurs. Pour 1980, les responsables du bureau exécutif souhaitent que des cliniques d'arbitres soient dispensées sur tout le territoire de l'Est du Québec, région Bas St-Laurent. Ces derniers font le même voeu en ce qui a trait aux instructeurs.

Le Congrès de la Fédération de Baseball Amateur du Québec (F.B.A.Q.) pour la saison 1980 a eu lieu dans la Vieille Capitale les 23, 24 et 25 novembre. Dès que j'aurai des dénouements de cette rencontre, il me fera plaisir de vous les communiquer.

Les 14, 15 et 16 décembre prochains à l'aréna de Black Lake, sera présenté un tournoi provincial de ballon sur glace. Les organisateurs accepteront les 64 premières formations masculines qui feront leurs inscriptions. Des bourses d'un montant global de deux mille dollars (2,000.00) seront à l'enjeu dont \$700.00 iront aux gagnants de la classe "A".

Les vainqueurs de la classe "B" se retireront du tournoi avec une bourse de \$350.00. Egalement, des trophées souvenir seront remis aux différents champions. Pour inscriptions où pour tous renseignements supplémentaires, on communique avec Yvon Cimon, 355 St-Nazaire, Thetford-Mines. Le numéro de téléphone est le suivant: (418) 338-2360. Le coût d'inscription est de \$50.00 et la date limite pour le faire a été fixée au 4 décembre à minuit.

Les anniversaires sportifs de la semaine: l'ex-gardien de buts des Albatros Junior de Rivière-du-Loup et étudiant au CEGEP de Rimouski en technique policière; René Bélanger; les jumeaux Claude et Michel Ouellet du quartier St-Robert, le vendredi 30 novembre. Avec les voeux d'une heureuse fête...

Depuis plus de cinq semaines maintenant qu'une baie vitrée a été fracassée au Colisée de Rimouski. Encore aujourd'hui, la baie vitrée n'a pas été remplacée et c'est un panneau de contreplaqué qui remplace. Je me demande ce qu'attend la direction du colisée local pour faire les réparations qui s'imposent.

Dans la Ligue Inter-Cité de Hockey de Rimouski, après cinq rencontres de disputées en saison régulière, le Ti-Québec occupe le sommet avec une priorité de quatre points sur son plus proche rival, le Kentucky. Le Ti-Québec n'a pas connu la défaite en cinq joutes. Le Kentucky est au deuxième rang avec 3 gains et 2 revers pour six points. Suivent dans l'ordre: l'Auberge St-Germain et le Bar Ti-Cousin avec une fiche identique de 2 triomphes, une nulle et deux échecs pour cinq points; le Pentagone et la Laiterie Pasteur ferment la marche avec une victoire et quatre défaites pour deux points.

Chez les marqueurs, Gilles Lévesque du Ti-Québec est en première place avec 12 buts et 6 aides pour 18 points. Viennent à la suite: Gervais Côté du Ti-Québec (6-8) 14 points; Gilles Labbé du Ti-Québec (3-11) 14 points; René Rouleau du Pentagone (9-2) 11 points; Serge Lévesque de l'Auberge St-Germain (6-5) 11 points et Gilles

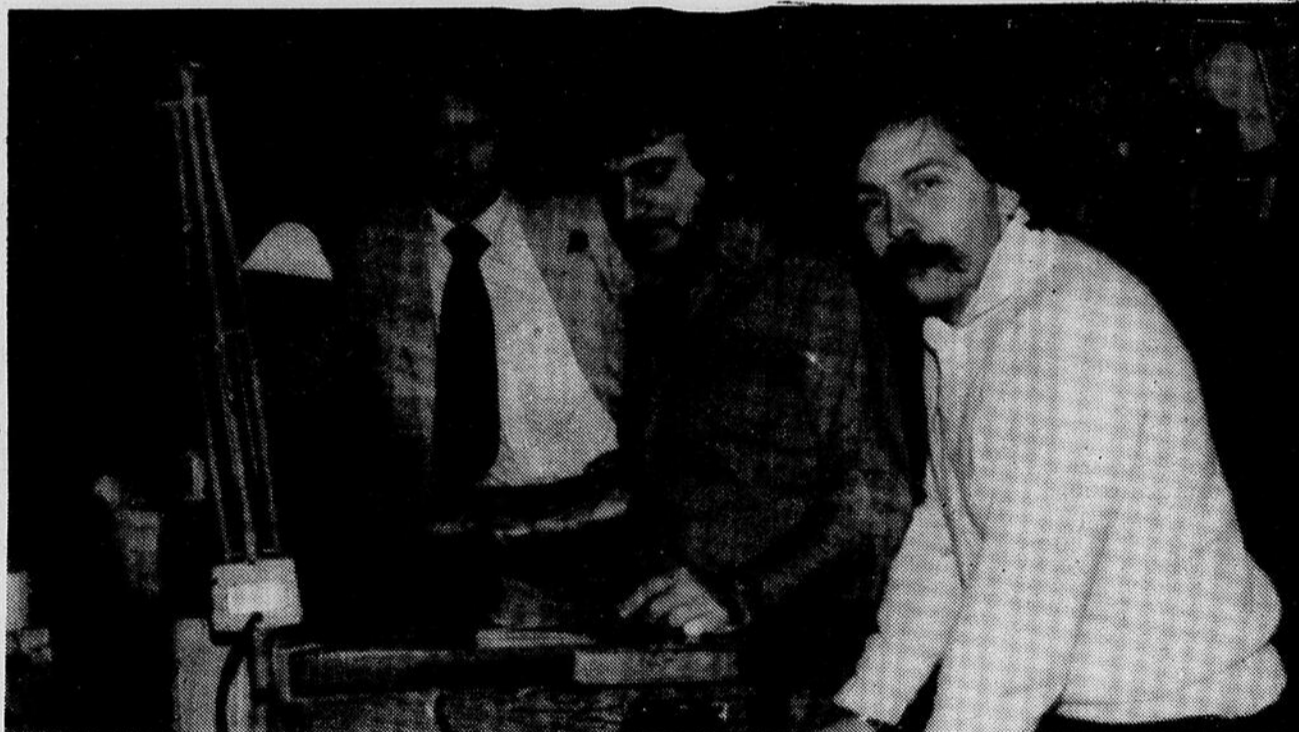
Bouchard de l'Auberge St-Germain (7-3) 10 points.

Richard Lévesque du Bar Ti-Québec détient la meilleure moyenne chez les cerbères avec 1,60 but alloué par partie. Richard n'a été déjoué qu'en huit occasions en cinq rencontres. André Guimond et Sylvain Perreault sont en seconde place avec une moyenne combinée de 3,00 par match. Le joueur de la semaine dans le circuit Roy est Gilles Lévesque du Bar Ti-Québec.

Aux Jeux d'Hiver 1980, les 7, 8, 9 et 10 février à Matane, la mascotte sera "TELESPHARE" Pour les gens de l'Est du Québec et surtout ceux du Bas Saint-Laurent, ce nom leur est familier puisqu'il représente le phare de l'endroit. C'est Guy Bujold qui est le responsable de la campagne de financement. L'objectif est de \$22,000.00. La présidente du comité des Jeux est madame Jeannine Lamarre. Aux Jeux d'Hiver 80 à Matane, MOI J'EMBARQUE...

Jeux du Canada, hiver 1983

Le dossier est prêt... presque!



Le dossier des Jeux du Canada, hiver 1983 à Rimouski, est en préparation depuis quelques semaines. Au fait, il n'y manque que les dernières retouches avant qu'on le présente de façon officielle au Haut Commissariat, à la Jeunesse, aux Loisirs et au Sport à Québec. On procédera à cette étape d'ici quelques jours mais auparavant, la population rimouskoise aura l'occasion, le vendredi 30 novembre, de prendre connaissance du contenu de ce

dossier lors d'une conférence de presse qui aura lieu à l'Hôtel de Ville de Rimouski. sur la photo nous reconnaissons Ernie Wells, responsable de l'information au sein du comité provisoire des Jeux, Mario Pelletier des Impressions des Associés fait le montage graphique de ce dossier, et Daniel Doucet, président du Comité provisoire qui a coordonné toute l'action en vue de cette demande pour Rimouski des Jeux du Canada, hiver 1983.

[Photo le Rimouskois, H.A.]

Agenda sportif

LIGUE JUNIOR "B" REGIONALE

NOVEMBRE

30: 21.00-Ambassadeurs Vallée VS Ste-Anne des Monts

30: 21.00-Aiglons Mont-Joli VS Castors Matane

2: 19.30-Feuilles d'Erable Riki VS Ambassadeurs

2: 14.30-Ste-Anne des Monts VS Mont-Joli(à Cap Chat)

LIGUE INTERMEDIAIRE DE RIMOUSKI:

NOVEMBRE

27: 19.30-McDonald VS Bar Ti-Cousin

27: 21.00-Mon Copain VS Le Contact

29: 21.15-Pavage Laurentien VS McDonald

30: 20.30-Mon Copain VS Bar Ti-Cousin

DECEMBRE

2: 19.30-Pavage Laurentien VS Mon Copain

2: 21.00-Bar Ti-Cousin VS Le Contact

4: 19.30-McDonald VS Mon Copain

4: 21.00-Le Contact VS Pavage Laurentien

LIGUE INTER-CITE DE RIMOUSKI:

NOVEMBRE

29: 23.30-Bar Ti-Québec VS le Pentagone

30: 00.30-Bar Ti-Cousin VS Villa du Poulet

LIGUE DE DEVELOPPEMENT INTER-RIVES:

DECEMBRE

1: 16.00-Baie-Comeau VS Spartak Riki -Bant (Col)

1: 17.15-Baie-Comeau VS Spartak Riki -Mid.(Col)

1: 19.00-Baie-Comeau VS Spartak Riki -P.W.(Col)

1: 18.00-Eperviers Riki VS Hauterive -P.We

1: 19.15-Eperviers Riki VS Hauterive -Bantam

1: 20.30-Eperviers Riki VS Hauterive -Midget

2: 08.00-Baie-Comeau VS Spartak -Pee-Wee

2: 09.15-Baie-Comeau VS Spartak -Bantam

2: 10.30-Baie-Comeau VS Spartak -Midget

2: 09.15-Eperviers Riki VS Hauterive -Pee-Wee

2: 10.30-Eperviers Riki VS Hauterive -Bantam

2: 11.45-Eperviers Riki VS Hauterive -Midget

LIGUE BALLON SUR GLACE DE RIMOUSKI:

NOVEMBRE

28: 19.20-Dixie Lee VS Zodiac (F)

28: 20.10-Bic VS Sométal

28: 21.00-Bar Anaclet VS St-Narcisse

28: 21.50-Hôtel Bernier VS B.G.B.

28: 22.40-Hôtel Lepage VS Dixie Lee

28: 23.30-Etrier VS St-Fabien

28: 24.00-Bar Ti-Québec VS Métro Sirois

LIGUE FEMININE REGIONALE DE HOCKEY

DECEMBRE

6: 21.00-Amqui VS Rimouski

N.B. A ne pas oublier les rencontres du hockey mineur de la Cité de Rimouski au Pavillon Sportif

Noël Bouchard.



La rubrique du
**SKIEUR
DE FOND**

MOUSKI

Préparation physique

Deux tendances très nettes se dessinent dans notre civilisation d'aujourd'hui. La première de ces tendances est l'intérêt grandissant que les habitants de ce pays portent à leur environnement et à la nature en général. La deuxième, c'est la popularité des activités favorisant l'endurance du corps humain. Plus que jamais, les Canadiens s'adonnent à la bicyclette, au jogging, à la natation, à la marche en forêt, au canotage. En hiver, ces deux tendances se marient admirablement bien dans un sport: le ski de fond.

Peu d'activités peuvent améliorer la fonction cardiovasculaire autant que le ski de fond. Ce sport met tout votre corps en mouvement. C'est un exercice continu. Le ski de fond exige quatre fois plus d'effort que le ski alpin parce que c'est vous qui fournissez toute la force motrice. Quand vous chaussez vos skis, vous commencez à faire de l'exercice et vous cessez lorsque vous les enlevez.

Les gens qui pratiquent le ski de fond peuvent être classés en trois catégories: 1- Ceux qui ne sont pas en forme et qui pratiquent ce sport, afin d'augmenter leur condition physique; 2- Ceux qui ont un certain niveau de condition physique et qui veulent maintenir ce niveau; 3- Ceux qui recherchent la performance, les compétiteurs.

Dans les lignes qui vont suivre nous proposerons une démarche à suivre afin de se préparer physiquement pour retirer le maximum de plaisir dans la pratique de ce merveilleux sport qu'est le ski de fond. Il va s'en dire, que nous allons nous adresser aux deux premiers groupes, puisque les compétiteurs ont déjà commencé leur entraînement.

Les deux grandes qualités physiques recherchées sont: -l'endurance organique (coeur, poumons, système

circulatoire)
- l'endurance musculaire

GROUPE 1 [3 à 5 séances par semaine]

A- Exercices d'assouplissement des différents groupes musculaires au niveau du cou, des épaules, du tronc, de la taille, des cuisses, des jambes et des chevilles.

B- Jogging
Début: trois quarts de mille marche et jogging
Augmentation: 1 mille marche et jogging
Progressive: 1 mille, marche et jogging
un mille et demi: jogging

GROUPE 2 [3 séances par semaine]

Etant donné un certain niveau de condition physique, la préparation sera plus spécifique.

A- Réchauffement général.
B- Course sur distance de 2 à 5 milles (Terrain varié) (Cross country)

C- Exercices musculaires spécifiques:

1- Torsion du tronc
Pieds joints, mains aux épaules, torsions en amenant successivement l'épaule droite, puis l'épaule gauche en avant. Deux séries de 10 chaque côté.

2- Balancement des bras
En fente avant, balancement avant arrière des bras. Deux fois 10 de chaque bras.

3- Flexion latérale
Debout, jambes écartées, une main à la taille, incliner en tirant sur l'autre bras. Deux fois 10.

4- Fente latérale
Debout, jambes écartées, descente latérale sur une jambe, puis sur l'autre.

5- Rotation des bras
Rotation d'un bras, puis de l'autre à la hauteur des épaules par devant et par arrière. Deux fois 10 de chaque bras.

6- Push up
Deux fois 10.
7- Redressement assis
Deux fois 10.

8- Tractions des bras
Deux fois 10.

9- Flexions de jambes
Position assise sur les talons: deux fois 10.



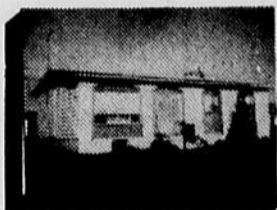
au bon moment!



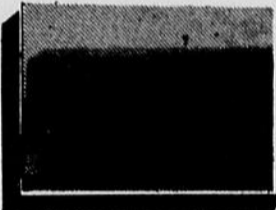
378 Richelleu, Pte-au-Père, 1 logement au sous-sol



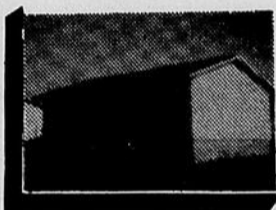
150, Boul. Ste-Anne, Pte-au-Père, terrain 16,500 p.c.



351, Avenue Paquet, Pte-au-Père, bungalow sous-sol aménagé



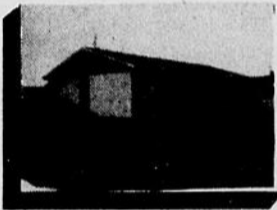
577, des Jonquilles, Pte-au-Père, bungalow semi-détaché



675, Horizon, Pte-au-Père



2e Rang Est, St-Anaclet, Bungalow, terrain 41,300 pl. ca.



11, rue Ruest, St-Anaclet



190, Boul. Ste-Anne, Pte-au-Père



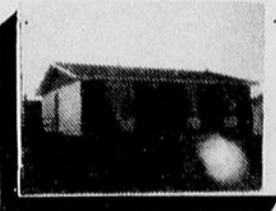
190, Boul. Ste-Anne, Pte-au-Père. Bungalow, 1 logement au sous-sol.



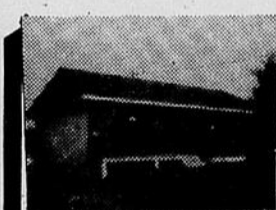
163, rue St-Paul, Bic, libre immédiatement



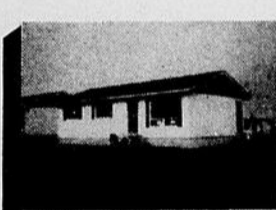
1024, Boul. St-Germain Ouest, Rimouski. Cottage, terrain 16,900 pl. ca.



219, rue Lauzier, Sacré-Coeur



Rue Ladière, Sacré-Coeur. Construction neuve



404 des Passereaux, Rimouski. Construction neuve.



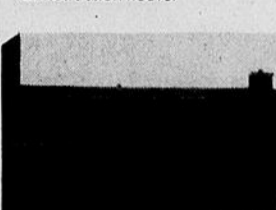
393 des Geais, Rimouski



481, des Jésuites, Rimouski.



146, Normandie, Rimouski. Libre immédiatement



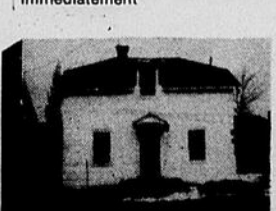
289, Boul. Ste-Luce, Ste-Luce. Terrain 32,625 pl. ca.



222, rue Boucher, Sacré Coeur



482, Mgr Fortin, Rimouski. Libre immédiatement



168 et 170 St-Henri, Rimouski (2 logements)

Gilles Belzile, président

René Lepage, directeur des ventes

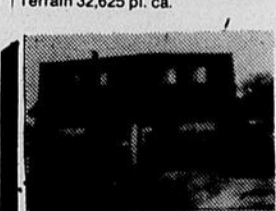
Ludger Côté, agent immobilier

Raymond D'Amours, agent immobilier

Serge Gauthier, agent immobilier

Michel Allard, agent immobilier

René Giroux, agent immobilier



513 Elisabeth, Rimouski Dépanneur avec résidence, Tabagie Centre-ville.

723-7998

724-9309

723-6399

723-2543

724-3966

739-3567

722-6871



429 est, St-Germain, Rimouski
"La clef immobilière de l'Est du Québec."
Gilles Belzile, président
724-2447

ASSOCIATION QUEBÉCOISE DES
TECHNIQUES DE L'EAU

La pollution
des eaux,
une priorité
régionale



En reconstruction cette année L'équipe féminine de handball de Paul-Hubert pourrait surprendre

par Doris Labonté



Des onze nouvelles figures de l'alignement, huit en sont à leur initiation au handball scolaire: [avant] Josée Guérette, Martine Pineaux; [arrière] Anita Fournier, Lucie Proulx, Guylaine Brillant, Anne Durette et Sylvie Bouillon.

[Photo le Rimouskois, D.L.]

Sport olympique où les Européens dominent la scène mondiale, le handball est toutefois une discipline sportive méconnue en Amérique. Son développement est pratiquement à la charge du milieu scolaire où l'on en enseigne les bases en éducation physique.

L'Est du Québec compte depuis quelques années, une association régionale qui voit au développement de ce sport. Le berceau du handball régional se situe à Matane qui en est à la fois le château fort par la profondeur de son organisation. A Rimouski, l'équipe féminine de Paul-Hubert est (avec l'équipe masculine) la seule formation, de cette catégorie, en handball dans un rayon physique de 41 milles. On voit déjà les problèmes inhérents à la mise sur pied d'un réseau de compétition valable.

Les difficultés engendrées par les distances n'ont cependant pas empêché les jeunes filles de Paul-Hubert d'accéder à la finale scolaire régionale, disputée en mars dernier à Rimouski. Elles avaient alors concédé le titre régional aux Matanaïses.

Bon départ cette saison

L'édition de 1978-79 présentait une équipe aguerrie aux rudiments de la compétition, comprenant de nombreux vétérans de bon calibre. Cette année en est une de reconstruction pour l'équipe rimouskoise qui accueille onze nouvelles figures!

De ce nombre, seulement trois étaient actives sur le plan compétitif l'an dernier, évoluant en catégorie cadette. La tâche de l'instructeur Johanne Bérubé devenait donc presque une mission, puisqu'elle ne pouvait compter que sur trois joueurs de l'édition précédente.

Malgré tout, les juniors de Paul-Hubert remportèrent deux victoires, avant de subir la défaite, en finale du tournoi scolaire régional de Matane, tenu récemment.

Bon départ dans les circonstances, mais la mission n'est toutefois pas encore complétée...

L'édition 79-80

L'une des positions fortes de l'équipe se situe dans les buts, où l'expérimentée Suzanne Roy est le maître. D'âge cadette l'an dernier, Suzanne figurait avantageusement chez les juniors où elle fut choisie le joueur par excellence. A l'attaque les vétérans Kathleen Dubé et Josette Thériault sont les leaders. Elles utilisent à profit leurs connaissances et leur expé-

rience (4 ans et plus). Elle sont secondées par les excadettes Brigitte Boucher, Sylvie Lavoie et Josée Lévesque. Ces dernières ont participé aux Jeux d'Hiver de l'Est du Québec, à Cabano, en février dernier.

Huit autres recrues, nouvellement initiées à la discipline, complètent l'alignement. En raison de son jeune âge, Josée Guérette représente une relève de grande qualité, tandis que Sylvie Bouillon s'illustrait offensivement dès le premier tournoi. Lucie Proulx, Martine Pineau, Lynda Brisson, Anne Durette, Anita Fournier et Guylaine Brillant sont également de la troupe de Johanne Bérubé.

Le défi

La nouvelle orientation de l'équipe qui se veut plus homogène, pourrait peut-être lui permettre d'égaliser la performance de l'année précédente, tout au moins. Le défi est de taille puisque les formations rivales comptent sur une relève évoluant dans un réseau compétitif intéressant (Matane, Ste-Anne des Monts, Cap-Chat).

Cependant, avec un travail sérieux aux entraînements hebdomadaires et la possibilité de compétitionner avec des équipes intramuros du Cegep de Rimouski, on pourrait espérer beaucoup. De plus Johanne Bérubé en est maintenant à son deuxième mandat avec son groupe et nul doute qu'elle est en mesure d'uti-



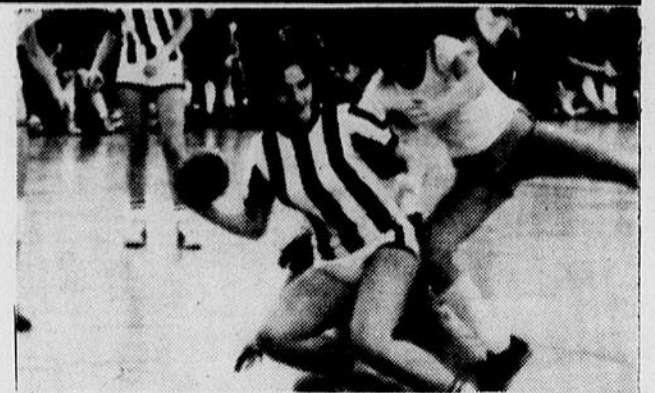
Trois recrues du handball féminin rimouskois évoluaient au sein de l'équipe cadette de Paul-Hubert: Brigitte Boucher, Josée Lévesque et Sylvie Lavoie.

[photo le Rimouskois, D.L.]



Johanne Bérubé, instructeur de l'équipe féminine de handball de Paul-Hubert a une lourde tâche, ne comptant que sur le retour de trois vétérans: Kathleen Dubé, Josette Thériault et Suzanne Roy.

[Photo le Rimouskois, D.L.]



Josette Thériault, l'une des inspirations de l'équipe féminine de Handball de Paul-Hubert, ne ménage pas ses efforts pour le bienfait de son équipe.

[Photo le Rimouskois, D.L.]

liser son expérience antérieure.

Prochaines Activités

L'équipe féminine de handball de Paul-Hubert se produira à Matane le 8 décembre. Quelques autres tournois sont prévus après la période des Fêtes, dont la Classique de Paul-Hubert et les Jeux du Québec, Région Est. On saura alors la valeur réelle de nos représentantes à la veille du Championnat Scolaire Régional, prévu pour le 15 mars.

Un grand vide sera sûrement à combler à cette occasion, puisque l'équipe perdra son meilleur attaquant, Kathleen Dubé, qui devrait être de la finale régionale de basketball, où elle excelle également.

Néanmoins, Paul-Hubert présente un groupe fort intéressant où l'esprit d'équipe est à son meilleur et l'amélioration constante. Les adversaires ne devront certes pas les prendre à la légère.

D.L.

Ligue de quilles O'Keefe E.B.E.Q. Ltée s'en donne à coeur joie contre le Bar le Gourmet

E.B.E.Q.Ltée du capitaine Viateur Poirier s'était faite rosser il y a deux semaines par les Immeubles et Placements J.A. au compte de 7 à 0.

La semaine dernière, les joueurs de cette formation se sont relevés de façon magistrale et ont infligé une correction identique au Bar Le Gourmet de Gilles Méthot.

Dans les autres rencontres au programme, C.F.L.P.-radio, autrefois connue sous le nom de Gilles Bouchard, a vaincu la Mercerie Marcel Duchesne 5 à 2, tandis que Place Masculine Jean Beaulieu et Auberge St-Germain faisaient de même, contre Immeubles et Placements J.A. et Boutique Rive-Sud, respectivement.

Au chapitre des performances individuelles et collectives, mentionnons le plus haut simple, oeuvre de Denis Michaud, qui a roulé 213. Chantal Turcotte de C.F.L.P.-radio a, pour sa part, réalisé le meilleur triple avec 558.

Le meilleur simple par équipe a été produit par l'équipe de l'Auberge St-Germain avec 905 alors que C.F.L.P.-radio enregistrerait le meilleur triple par équipe avec 2595. Cette performance de C.F.L.P.-radio a d'ailleurs valu à cette formation de s'emparer du troisième rang, trois points devant le Bar Le Gourmet, blanchi par E.B.E.Q. Ltée, 7 à 0.

En ce qui a trait aux statistiques individuelles et collectives, c'est encore une fois Denis Michaud et l'Auberge St-Germain qui retiennent l'attention.

Michaud domine aisément la colonne des meilleurs quilleurs avec une moyenne de 185.4, neuf points devant son plus proche rival, Jean-Guy Pineault qui détient une moyenne de 176.28.

L'Auberge St-Germain, pour sa part, a maintenant une avance de sept points sur la Mercerie Marcel Duchesne en tête du classement des équipes, c'est-à-dire 51 contre 44.

H.A.

Classement des équipes à date

EQUIPES	Parties	Quilles	Points
Auberge St-Germain	30	25,456	51
Marcel Duchesne Inc.	30	25,329	44
CFLP-Radio	30	24,950	42
Bar au Gourmet	30	25,150	39
EBEQ Ltée	30	24,514	32
Place Masculine Jean Beaulieu	30	23,988	25
Boutique Rive-Sud	30	24,337	24
Immeubles et Placements J.A.	30	23,533	23

MEILLEURS MOYENNES INDIVIDUELLES À DATE		
NOM DU JOUEUR ET EQUIPE	P.J.	Moy.
Denis Michaud, Auberge St-Germain	30	185.4
Jean-Guy Pineault, Merc. Marcel Duchesne	30	176.28
Bob Janelle, Merc. Marcel Duchesne	30	176.00
Viateur Poirier, EBEQ Ltée	30	175.26
Yvon Lachance, Place Masc. Jean-Beaulieu	30	173.23
Réjean Turcotte, Marcel Duchesne Inc.	30	172.28
Gilles Méthot, Bar au Gourmet	30	171.23
Raynald Plante, Bar au Gourmet	30	170.16
Gervais Bouchard, Auberge St-Germain	27	170.6
Daniel Dionne, CFLP-Radio	27	170.5
Gilles Bouchard, CFLP-Radio	30	170.4

Le Club Riki-Gym De jeunes gymnastes pour qui on travaille beaucoup

C'est le 17 septembre que le Club Riki-Gym reprend ses activités pour l'année 1979-80.

Un peu auparavant, on avait procédé à l'élection d'un nouveau conseil d'administration selon des règlements généraux prévus à cet effet.

Au sein de ce conseil, nous retrouvons Suzanne Plamondon au poste de présidente, Georges LeFollic au poste de vice-président, Hélène Amiot au pos-

te de secrétaire, Gérald Morin au poste de trésorier et Jacques Chamberland à celui de publicitaire. André Drolet, pour sa part, agit comme président ex officio.

Le Club Riki-Gym est affilié à la Fédération de Gymnastique du Québec et ses objectifs sont les suivants:

—Regrouper au sein d'une même organisation toutes les personnes intéressées à la cause de la gymnastique;

—promouvoir et encourager la pratique de ce sport;

—structurer l'organisation de la gymnastique;

—et administrer les biens, meubles et immeubles du Club Riki-Gym de Rimouski

Le début de l'entraînement des membres du club était le 24 septembre. Depuis ce temps on a donné un stage de niveau II pour les chargés de formation. Le 18 novembre dernier, on a offert un stage sur la chorégraphie pour le programme de développement.

En décembre, on dispensera un stage d'instructeur de niveau II puis du 17 au 21 de ce même mois, on offrira une démonstration aux parents, démonstration que donnera l'équipe de relève.

En janvier aura lieu la Fête des Gymnastes suivie de l'inscription à la deuxième session.

En février, il y aura sélection pour les jeux de l'Est du Québec, tandis qu'en mars, ces athlètes choisis participeront à ces jeux à Matane. Certains se qualifieront pour les Jeux d'hiver du Québec.

Au mois d'avril, on tiendra à Rimouski, une compétition invitation, suivie en mai d'une autre compétition du même genre dans une autre ville de la région qui n'a pas encore été déterminée.

Egalement en mai, une autre compétition aura lieu, celle-là d'envergure provinciale, pour la catégorie de développement. Enfin, l'équipe de relève offrira une autre démonstration aux parents, ce qui clôturera les activités pour l'année 1979-80.

Quatre Rimouskois à l'honneur

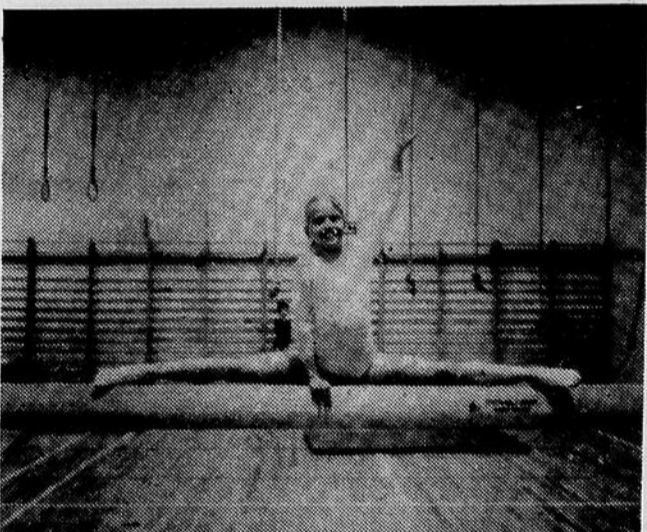
Lors du Méritas sportif tenu le mois dernier à Trois-Pistoles, quatre jeunes Rimouskois ont retenu l'attention après s'être distingués de façon particulière en gymnastique.

Ce sont Nadia Fontaine, qui a été choisie l'athlète de l'année en gymnastique dans la région en 1979; Chantal Plamondon, athlète féminin de l'année; Yves Allard, athlète masculin de l'année et Gilles Allard, administrateur bénévole de l'année.

H.A.



Nadia Fontaine, Yves Allard et Chantal Plamondon, trois jeunes et habiles représentants du Club Riki-Gym de Rimouski.





**SACRÉ-COEUR
REMBOURRAGE**

825, DE LA PLAGE, SACRÉ-COEUR, RIMOUSKI
C. COUILLARD, PROPRIÉTAIRE

- Estimé gratuit
- Prix très compétitifs

Clermont Couillard
Propriétaire

<p>Boeuf haché Maigre</p>  <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">2.28</p> <p style="text-align: right;">LB</p>	<p>Chocolat instant "Nestlé Quik"</p> <p>Bte 2 livres 2.19</p>	<p>Papier de toilette "Facelle Royale"</p> <p>8 POUR 2.09</p>
<p>Saucisses fraîches "Legrade"</p> <p>La livre 1.09</p>	<p>Jus de tomates "Aylmer"</p> <p>Boîte de 19 oz .89</p> <p>3 POUR</p>	<p>Cristaux à l'orange "Tang"</p> <p>Pqt de 4 env. de 3/4 oz 1.09</p>
<p>Rosbif de pointe de surlonge Frais</p> <p>La livre 3.09</p>	<p>Porc haché 85% maigre</p> <p>La livre 1.29</p>	<p>Laitue Produit Etats-Unis</p>  <p style="font-size: 2em; font-weight: bold;">.55</p>
<p>Sardines et hareng Salés</p> <p>La livre 1.09</p>	<p>Carottes Produit du Québec</p> <p>Sac 5 livres .69</p>	<p>Pommes "McIntosh"</p> <p>Pr. du Québec</p> <p>Sac 3 livres .89</p>
	<p>Oranges à jus Produit de Floride</p> <p>Sac 5 livres 1.59</p>	

EPICERIE BOUCHERIE

POUR VOS COMMANDES TELEPHONIQUES
COMPOSEZ

R. ROUSSEAU ENR.

723-7928

471 LASALLE, RIMOUSKI

LIVRAISON GRATUITE SUR COMMANDE DE \$10.00 ET PLUS

Les équipes de Formule "1" Copersucar-Shadow

par Damien Labonté

L'Association Copersucar-Fittipaldi

L'équipe Copersucar est née en 1974, mais Emerson Fittipaldi ne s'est joint à elle qu'en 1976. A l'origine, cette équipe devait être entièrement brésilienne, mais on a toujours dû solliciter le concours d'un concepteur de l'étranger. L'équipe est dirigée par Wilson Fittipaldi, le frère d'Emerson, qui d'ailleurs conduisait la première Copersucar.

La F6 dessinée par Bellamy est apparue au Grand Prix du Brésil (en qualification) mais elle n'a couru qu'une seule fois (Afrique du Sud). Le dernier cri, la F6A est apparue en Allemagne: Il s'agit d'une F6 complètement redessinée par les ingénieurs du Fly Studio en Italie. Pour une quatrième année consécutive, Emerson Fittipaldi ne possède pas une voiture à la hauteur de son talent.

Après son 2ième championnat du monde en 1974 (l'autre en 72), Fittipaldi choisissait de consacrer son incontestable talent au développement d'une voiture de conception brésilienne, construite sous la direction de son frère, Wilson, retiré de la compétition après une obscure carrière en Formule 1. A date, Emerson a connu plus que sa part d'ennuis dans cette aventure patriotique et n'a pu faire mieux qu'une seule deuxième place, justement au Brésil, en 1978. On assure même en certains milieux, que seul le talent supérieur de Fittipaldi peut faire rouler décentement une Copersucar. S'il perd en prestige et sans doute en satisfaction, le Brésilien n'a certes pas à souffrir financièrement car il est certain que son manque à gagner (s'il avait une meilleure monture) est grassement compensé. L'équipe Copersucar est en effet soutenue par la coopérative des producteurs brésiliens du sucre.

Même si l'adresse officielle de Copersucar est en Angleterre, le dernier modèle, un "wing-car" moderne, sinon efficace, a été entièrement conçu et construit dans l'usine de Fittipaldi, en face du circuit d'Interlagos, à Sao Paulo, avec l'assistance d'une compagnie aéronautique brésilienne.

Copersucar a aussi profité de l'expérience de l'ingénieur Ralph Bellamy, un autre transfuge de chez Lotus, où les ingénieurs sont décidément fort en demande. Bellamy a conçu un "wing-car" de la seconde génération, c'est-à-dire très étroit et dont la mode de popularité est que les jupes latérales ne vont que de l'habitacle aux roues arrière, ce qui augmente encore l'étroussure de la partie avant.



L'équipe Brésilienne "Copersucar" est née en 1974. Deux ans plus tard, le Brésilien Emerson Fittipaldi, deux fois Champion du Monde, s'intègre à cette écurie. La F6A [sur la photo] est un "wing-car" de la seconde génération conçu par un ex-membre de la firme Lotus, l'ingénieur Bellamy.

SHADOW: connu d'abord en CAN-AM

Les voitures Shadow participent aux courses de Formule "1" depuis 1973; on a aussi vu des Shadow en Can-am de même qu'en F5000 depuis quelques années. L'équipe SHADOW a marqué des points au championnat à chaque saison, inscrivant une victoire en 1977 lorsqu'Alan Jones (aujourd'hui sur Williams) a remporté le Grand Prix d'Autriche. Les voitures qui courent actuellement sont des évolutions de la saison précédente.

Don Nichols et son équipe SHADOW n'ont à peu près rencontré que des ennuis depuis leur arrivée en Formule "1" en 1973 et la dernière saison a sans doute été le point culminant de leur calvaire.

Après le décès en piste de Peter Revson et de Tom Pryce à Kyalami en Afrique

du Sud, puis le retrait de son commanditaire de longue date, le trust pétrolier UOP, Nichols devait perdre l'an dernier ses principaux équipiers, qui partaient créer Arrows, ainsi que ses deux pilotes Clay Regazzoni et Hans Stuck, attirés sous des cieux plus cléments, ces départs entraînant la fuite de deux autres commanditaires importants.

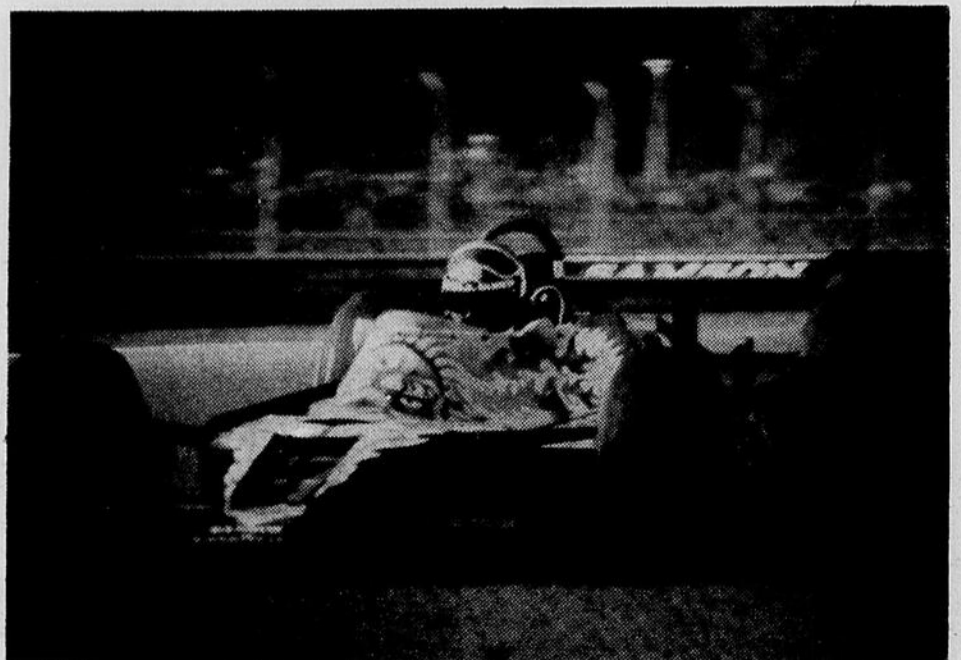
Le nom de Shadow a d'abord été connu dans le Can-Am et les amateurs québécois se rappellent certes de la voiture noire UOP avec des petites roues à l'avant. Cette nouveauté mit du temps à se faire valoir mais mérita finalement un championnat en 1974, avec Jackie Oliver au volant.

Entre temps, Nichols s'était tourné vers la Formule "1". L'équipe connue peu de succès et plusieurs conducteurs s'y succédèrent. En 1976, brève heure de

gloire: Jean-Pierre Jarier qualifie la voiture en première position deux fois de suite, à l'ouverture de la saison en Amérique du Sud.

Hélas, en Argentine, il casse sa boîte de vitesse avant le départ, et au Brésil, un bris de moteur l'empêche de finir, alors qu'il domine largement. Ce ne fut qu'une étincelle et la Shadow allait retomber dans la médiocrité, à l'exception d'un coup d'éclat du rapide Alan Jones, qui donna à la marque américaine son unique triomphe en Formule "1" en 1977. En 76, il y avait eu un bref essai avec un moteur Matra

Cette saison, Nichols et Shadow végètent encore avec, toutefois, deux jeunes pilotes remplis de promesses. Il s'agit du Hollandais, Jan Lammers (23 ans) et de l'Italien Elio de Angelis (21 ans).



Les voitures Shadow font parties du cirque de la Formule "1" depuis 1973. L'unique victoire de cette firme américaine fut remportée par le rapide Alan Jones lors du Grand Prix d'Autriche en 1977.

[Photo le rimouskois, Damien Labonté]

Val-Neigette à l'heure de l'alpin

par Jean-Paul Guévin

HISTORIQUE

Depuis 1960, il y a toujours eu à la station de ski Val Neigette des bénévoles qui se sont occupés de la promotion du ski, du développement et de l'entraînement de nos skieurs. On y retrouvait un comité alpin qui a su développer et former des skieurs de compétition qui ont fait leur marque tant sur le plan local que provincial.

Par le biais d'une seconde organisation dite "Ligue Nancy Greene", on s'occupe des jeunes en les initiant à la pratique du ski récréatif et au ski de compétition. Nos skieurs les plus doués parvenaient à se tailler une place sur l'équipe "Elite" de la station.

CLUB ALPIN

Il y a trois ans, on a délaissé la formule du "Nancy Greene" pour mettre de l'avant un véritable programme d'animation, d'initiation au ski de récréation et de compétition permettant à toutes les catégories de skieurs âgés de 4 ou 5 ans jusqu'à 18 ans, d'apprendre à skier selon leur rythme, leur habileté et tout en s'amusant, apprendre à aimer l'hiver et le défilier par la pratique du ski.

Or, c'est par l'entremise du Club Alpin et de son comité, que le mandat d'animation, de récréation et de formation fut mis de l'avant à la Station de Ski Val Neigette.

STRUCTURE ADMINISTRATIVE

Le Club Alpin a une structure administrative, des objectifs, un programme d'animation, des administrateurs élus annuellement à l'assemblée générale comme toute autre association sans but lucratif et à vocation sociale. Les onze membres du bureau de direction administrent un budget d'environ \$15,000.00. La totalité des argent sont utilisés à l'enseignement du ski, au développement du skieur membre du Club et au soutien de l'élite régionale.

PROGRAMME

Dans l'édition de la semaine dernière, nous avons donné les grandes lignes du programme d'entraînement préparé par M. Jacques Gagnon. Les 17 années d'expérience de l'entraîneur-chef sont ses lettres de créance auprès de la population. Cet entraîneur-chef sera secondé d'un adjoint dont la compétence est également reconnue: M. Charles Albert qui sera responsable du groupe Elite. Il sera appuyé de Bernard Dionne. Les juvéniles seront sous la responsabilité de Jacques Lavoie et André

Bouchard. France Labbé dirigera les Benjamins et elle aura comme adjoint, André Lévesque. Trois moniteurs s'ajouteront à cette équipe pour enseigner à nos "tout petits". Programme de qualité, enseignement progressif, instructeurs chevronnés, tels sont les avantages qu'offre le Club Alpin aux parents désireux de voir leurs enfants s'initier au ski de récréation ou de compétition, de s'épanouir physiquement et moralement avec des copains de leur âge et partageant le même goût: le ski.

RECRUTEMENT

Le Club Alpin organise des activités qui se répartissent durant 7 mois. Il y a un temps d'arrêt durant la période s'échelonnant de la mi-avril à la mi-septembre. Le recrutement se fait une fois l'an soit du 6 au 8 décembre, cette année. Un skieur reçoit une carte de membre valide pour une période de 12 mois. En plus de cette carte, il reçoit un écusson qui l'identifie au Club ainsi qu'une tuque. Il en coûte \$25.00 par skieur pour adhérer au Club Alpin.

AUTRES AVANTAGES

Le Club offre de nombreux avantages: cours d'initiation au ski récréatif et de perfectionnement, cours d'initiation au ski de compétition, activités de conditionnement physique, ski pré-saison supervisé, organisation d'un camp d'entraînement (Noël); des services professionnels tels que l'évaluation du skieur, vérification des équipements, utilisation d'un vidéo durant les périodes d'enseignement.

Des activités de compétition s'ajoutent au programme d'enseignement progressif du ski. Il y aura quatre courses locales en plus des courses sanctionnées par la Zone de Ski Gaspésienne. Les activités d'animation sont: disco, film sur le ski, journée du jeune skieur, remise de mérites après chaque course locale, etc.

Les autres avantages: système de transport gratuit pour les coureurs, utilisation d'un vidéo pour fin de formation, carte de coureur et inscription aux courses défrayées par le Club.

CONCLUSION

Nous invitons tous les parents désireux d'en connaître plus sur le Club, à venir rencontrer les membres du comité et les entraîneurs les 6, 7 et 8 décembre prochain au Kiosque Touristique. Une suggestion pour les Fêtes: une carte de membre du club alpin Val Neigette à votre enfant.



Ça grouille au Mont-Comi, c'pas possible

L'école de ski du Parc Mont-Comi acceptera les inscriptions des nouveaux moniteurs pour la prochaine saison de ski. Des cours seront donnés durant la deuxième semaine après l'ouverture de la saison. Ceux qui sont intéressés doivent communiquer avec le Parc ou le Directeur du Ski Alpin, Gérald Lepage, à 724-2011 ou 724-4607.

L'équipe "Benjamin-Juvenile" recrute ses nouveaux membres et l'inscription se fera au chalet du plateau samedi et dimanche entre 13 et 17 heures.

On peut se procurer les billets de saison tous les jours samedi et dimanche inclus au chalet entre 9 et 16 heures. Veuillez noter également que les 28, 29 et 30 novembre, nous serons sur place pour vous accueillir jusqu'à 22 heures, le soir.

L'exposition des oeuvres de Benoît Santerre, peintre paysagiste se poursuit jusqu'au 14 décembre à la mezzanine du nouveau chalet. Ces peintures sont très appréciées des nombreux visiteurs et ça vaut le déplacement.

Il nous reste quelques espaces à roulettes pour ceux qui aimeraient camper et participer aux activités du Centre.

Des vacances d'hiver au Québec? Bien sûr!

"Moi, ça fait deux ou trois hivers que je vais dans le Sud. Cet hiver, je le passe au Québec." C'est une réflexion que vous entendez de plus en plus. Pourquoi? Tout simplement parce que le Québec a beaucoup à offrir...et à son prix.

Les plages c'est bien beau, mais c'est devenu très cher. Vous pouvez trouver le dépaysement chez-nous, au Centre de Plein Air du Parc Mont-Comi, au Québec.

Nos programmes couvrent toute la gamme des expériences de neige. Il y en a pour les plus tranquilles: bonhomme de neige et coin du feu; comme pour ceux qui se sentent l'énergie des explorateurs, à ski dans la forêt, coucher dans les refuges, etc.

PROGRAMMATION HIVER 1979-80

CENTRE DE PLEIN AIR PARC MONT-COMI Inc.

ACTIVITES:

Camp d'hiver
26 au 30 décembre

Séjour des Fêtes
22 au 28 décembre 79
29 déc.79 au 4 janvier 80

Initiation au Plein Air
Ski de randonnée
Expédition

21 déc.79 au 13 avril 80
chaque fin de semaine
vendredi soir au dimanche
après-midi

Vos vacances en hiver
3 au 10 février 80
17 au 24 février 80
9 au 15 mars 80

Initiation au Plein Air
Survie
29 février. 1, 2 mars 80

Ski de randonnée I
21, 22, 23 décembre 79
28, 29, 30 décembre 79

4, 5, 6 janvier 80
1, 2, 3 février 80
22, 23, 24 février
7, 8, 9, mars 80
28, 29, 30 mars
vendredi soir au dimanche
après-midi

Ski de randonnée II
11, 12, 13 janvier
8, 9, 10 février 80
vendredi soir au dimanche
après-midi

Camping I
28, 29, 30 décembre 79
28, 29, 30 mars 80

Camping II
4, 5, 6 janvier 80
1, 2, 3 février 80
14, 15, 16 mars 80

Raquette
28, 29, 30 décembre 79
22, 23, 24 février 80
28, 29, 30 mars 80
vendredi soir au dimanche
après-midi

Club Auto Sport de Rimouski (C.A.S.R.) Avis de convocation

L'assemblée générale annuelle du Club Auto Sport de Rimouski aura lieu le **dimanche 2 décembre à 13h30** au Restaurant Bar Ti-Cousin du 92, 2ième rue ouest, aux Galeries G.P.

Lors de cette assemblée, les membres du club feront rapport des activités de 1979. On procédera par la suite à l'élection d'un nouveau conseil d'administration.

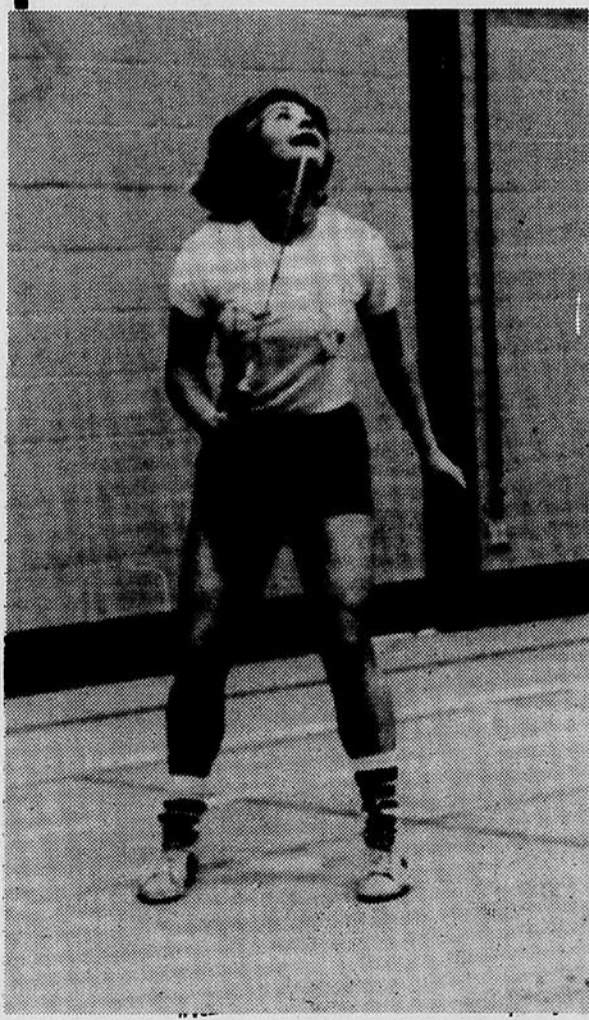
Des discussions viendront ensuite alimenter cette rencontre, discussions portant sur l'orientation du Club auxquelles s'ajoutera la projection de films sur le sport automobile.

De nombreux prix de présence seront tirés au cours de cette assemblée générale annuelle.

Tous les membres actuels sont cordialement invités tout comme les personnes qui seraient intéressées à en faire partie pour l'année 1980.

H.A.

Viens t'en mon p'tit moineau!



(Photo Le Rimouskois, H.A.)



"Son premier cadeau" offert par Dominion à toutes les futures mamans

"Son premier cadeau" est disponible seulement dans les Supermarchés Dominion Limitée. Si vous êtes enceinte ou si dans votre entourage vous connaissez une future maman, postez aujourd'hui même votre fiche d'inscription.

Six semaines avant l'arrivée du bébé, la future maman recevra un certificat-cadeau.

Évalué à environ \$12, on y trouvera des produits de toutes sortes (format régulier et format échantillon) pouvant servir tout aussi bien à la maman qu'au bébé.

"Son premier cadeau" contient:

- crème pour bébé Nivea • tampons Playtex • céréales Pablum • couches jetables Pampers avec bon de réduction • débarbouillettes humidifiées Diaparene pour bébé, Caldesene Poudre • sacs en plastique Glad Kitchen Catchers pour la cuisine ou la chambre de bébé, avec bon de réduction de \$2 sur l'achat d'un support se fixant à l'intérieur d'une porte • offre de remboursement de \$2 sur un biberon Playtex • un bon de réduction de \$3 sur l'achat d'une toute nouvelle publication intitulée "MOI, VOTRE ENFANT" • une offre spéciale et un bon de réduction sur l'eau digestive anticolique Woodward's • et autres produits et bons de réduction fort utiles

Nous nous réservons le droit d'ajouter, de substituer ou d'annuler certains des produits et bons de réduction offerts selon qu'ils sont disponibles ou non auprès des fabricants.

Remplissez votre fiche d'inscription et postez-la dès aujourd'hui. (Fiches d'inscription disponibles dans tous les Supermarchés Dominion Limitée)

"Son premier cadeau": un ensemble-cadeau rempli de joie. N.B. :

L'INSCRIPTION DEVRAIT NOUS PARVENIR AVANT LA NAISSANCE DU BÉBÉ.

Inscrivez-vous maintenant.

Postez à: "Son premier cadeau"
Boîte postale 8186
Toronto, Ontario M5W 1S8

Nom de la future maman: _____

Adresse: _____

Ville/Province/Code postal: _____

Téléphone: _____ Date approximative de la naissance: _____

Nom du médecin: _____ Tél. médecin _____

Si le bébé est né depuis le 1er avril 1979, date:
Premier bébé: oui non

Vous devez avoir 16 ans de naissance aux exigences des règlements en vigueur.
Nous réservons la priorité à un enfant par bébé.

Ça c'est du
supermarché



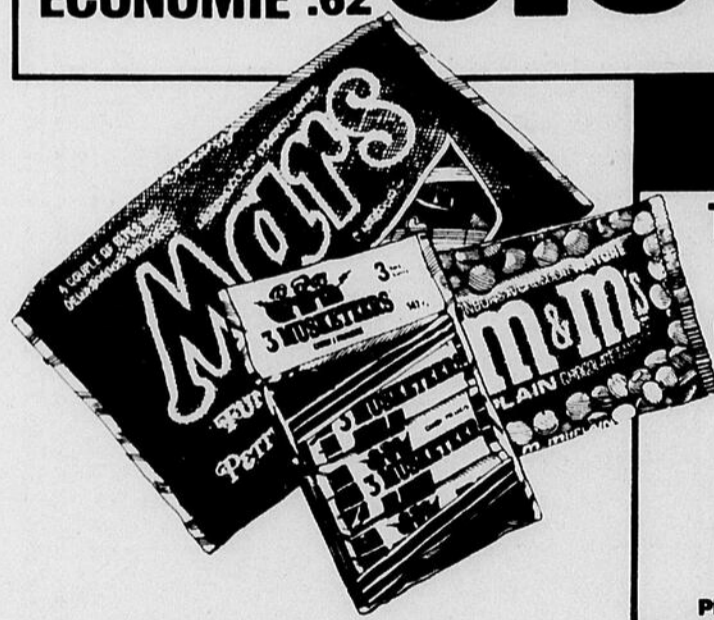
À BONS PRODUITS BONS PRIX!



Uncle Ben's Kal Kan et Mars



<p>Uncle Ben's</p> <p>RIZ À LONGS GRAINS</p> <p>SAC 5 LB</p> <p>PRIX HABITUEL 3.71 ÉCONOMIE .62</p> <p>"CONVERTED" UNCLE BEN'S</p> <p>3.09</p>	<p>Kal Kan</p> <p>NOURRITURE POUR CHATS</p> <p>BTE 6 OZ</p> <p>PRIX HABITUEL .34 ÉCONOMIE .36</p> <p>KAL KAN VARIÉE</p> <p>4/\$1</p>
---	---



<p>Mars</p> <p>TABLETTES DE CHOCOLAT</p> <p>3-MUSKETEERS SNICKERS—MARS</p> <p>PAQ. 12 OZ</p> <p>1.69</p> <p>PRIX HABITUEL 2.19 ÉCONOMIE .50</p>	<p>Mars</p> <p>TABLETTES DE CHOCOLAT</p> <p>3-MUSKETEERS SNICKERS—MARS</p> <p>125 g PAQ. DE 3</p> <p>.69</p> <p>PRIX HABITUEL .91 ÉCONOMIE .22</p>	<p>Mars</p> <p>BONBONS M & M's</p> <p>AUX ARACHIDES OU CHOCOLAT ORDINAIRE</p> <p>PAQ. 7 OZ</p> <p>1.19</p> <p>PRIX HABITUEL 1.55 ÉCONOMIE .36</p>
--	---	--

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS

Prix en vigueur jusqu'à la fermeture le mardi 4 décembre 1979 à votre Supermarché Dominion: CARREFOUR RIMOUSKI, 419 Boul. Jessop, Rimouski.

Ça c'est du
supermarché
Dominion

Les produits ÉTIQUETTE BLANCHE, de la variété à meilleur prix.



Dominion est la seule chaîne d'alimentation au Québec à vous offrir un aussi grand choix de produits

ÉTIQUETTE BLANCHE.

Les produits ÉTIQUETTE BLANCHE ÉCONOMIE
par rapport aux produits habituels
Prix jusqu'à 40% plus bas
que les marques nationales
VARIÉTÉ
Plus de 100 produits de tous genres

CROUSTILLES RÉGULIÈRES .77 ÉTIQUETTE BLANCHE SAC 200 g	FARINE TOUT USAGE 2.27 ÉTIQUETTE BLANCHE SAC 5 kg	SPAGHETTI OU MACARONI COUPÉ .78 ÉTIQUETTE BLANCHE PAQ. 32 OZ	PAPIER D'ALUMINIUM 1.81 ÉTIQUETTE BLANCHE ROUL. 12" X 75'
--	---	--	---

<table border="0"> <tr><td>BETTERAVES MARINÉES</td><td>POT 24 OZ LIQ.</td><td>.77</td></tr> <tr><td>CORNICHONS AU FENOUIL</td><td>POT 24 OZ LIQ.</td><td>.91</td></tr> <tr><td>BEURRE D'ARACHIDES</td><td>POT 1 kg</td><td>2.01</td></tr> <tr><td>DÉTERGENT EN POUDRE-BLEU</td><td>SAC 2 kg</td><td>1.89</td></tr> <tr><td>ASSOUPISSEUR DE TISSUS LIQUIDE</td><td>CONT. 128 OZ LIQ.</td><td>1.39</td></tr> <tr><td>SACS À DÉCHETS</td><td>PAQ. DE 20</td><td>1.81</td></tr> <tr><td>CAFÉ INSTANTANÉ</td><td>POT 10 OZ</td><td>5.51</td></tr> <tr><td>JAVEL CONCENTRÉ</td><td>CONT. 128 OZ LIQ.</td><td>.96</td></tr> <tr><td>DINER COMPLET POUR CHIENS</td><td>SAC 10 kg</td><td>5.01</td></tr> <tr><td>FÈVES AU LARD</td><td>BTE 19 OZ LIQ.</td><td>.50</td></tr> <tr><td>NOURRITURE POUR CHATS</td><td>BTE 15 OZ</td><td>.30</td></tr> <tr><td>TABLETTES GRANOLA</td><td>PAQ. 450 g</td><td>1.61</td></tr> <tr><td>SHORTENING</td><td>PAQ. 16 OZ</td><td>.65</td></tr> <tr><td>HUILE VÉGÉTALE</td><td>BOUT. 1 litre</td><td>1.61</td></tr> <tr><td>SAUCE À SALADE</td><td>POT 32 OZ LIQ.</td><td>1.27</td></tr> </table>	BETTERAVES MARINÉES	POT 24 OZ LIQ.	.77	CORNICHONS AU FENOUIL	POT 24 OZ LIQ.	.91	BEURRE D'ARACHIDES	POT 1 kg	2.01	DÉTERGENT EN POUDRE-BLEU	SAC 2 kg	1.89	ASSOUPISSEUR DE TISSUS LIQUIDE	CONT. 128 OZ LIQ.	1.39	SACS À DÉCHETS	PAQ. DE 20	1.81	CAFÉ INSTANTANÉ	POT 10 OZ	5.51	JAVEL CONCENTRÉ	CONT. 128 OZ LIQ.	.96	DINER COMPLET POUR CHIENS	SAC 10 kg	5.01	FÈVES AU LARD	BTE 19 OZ LIQ.	.50	NOURRITURE POUR CHATS	BTE 15 OZ	.30	TABLETTES GRANOLA	PAQ. 450 g	1.61	SHORTENING	PAQ. 16 OZ	.65	HUILE VÉGÉTALE	BOUT. 1 litre	1.61	SAUCE À SALADE	POT 32 OZ LIQ.	1.27	<table border="0"> <tr><td>BISCUITS VARIÉS</td><td>PAQ. 700 g</td><td>1.49</td></tr> <tr><td>DENTIFRICE</td><td>TUBE 150 ml</td><td>1.10</td></tr> <tr><td>SHAMPOING POUR BÉBÉ</td><td>BOUT. 700 ml</td><td>1.29</td></tr> <tr><td>COUCHES JETABLES NOUVEAU-NE</td><td>PAQ. DE 30</td><td>1.59</td></tr> <tr><td>COUCHES JETABLES POUR LE JOUR</td><td>PAQ. DE 30</td><td>1.99</td></tr> <tr><td>POIRES À DESSERT</td><td>BTE 19 OZ LIQ.</td><td>.61</td></tr> <tr><td>RIZ À LONGS GRAINS</td><td>PAQ. 80 OZ</td><td>1.91</td></tr> <tr><td>CONFITURE DE FRAISES AVEC PECTINE</td><td>POT (DE FRAISES OU MARM.) 24 OZ LIQ.</td><td>1.00</td></tr> <tr><td>SIROP DE TABLE</td><td>BOUT. 750 ml</td><td>.91</td></tr> <tr><td>BOISSONS GAZEUSES</td><td>CAISSE DE 24 BTES DE 10 OZ LIQ.</td><td>4.61</td></tr> <tr><td>SACS À DÉCHETS (PLASTIQUE)</td><td>PAQ. DE 24</td><td>1.07</td></tr> <tr><td>CÉRÉALES GRANOLA</td><td>PAQ. 900 g</td><td>1.31</td></tr> <tr><td>ARACHIDES MONDÉES</td><td>PAQ. 16 OZ</td><td>1.01</td></tr> <tr><td>MOUTARDE PRÉPARÉE</td><td>POT (128 OZ LIQ. - 2.0 l)</td><td>.46</td></tr> <tr><td>COUCHES JETABLES PREMIERS PAS</td><td>PAQ. DE 24</td><td>2.49</td></tr> </table>	BISCUITS VARIÉS	PAQ. 700 g	1.49	DENTIFRICE	TUBE 150 ml	1.10	SHAMPOING POUR BÉBÉ	BOUT. 700 ml	1.29	COUCHES JETABLES NOUVEAU-NE	PAQ. DE 30	1.59	COUCHES JETABLES POUR LE JOUR	PAQ. DE 30	1.99	POIRES À DESSERT	BTE 19 OZ LIQ.	.61	RIZ À LONGS GRAINS	PAQ. 80 OZ	1.91	CONFITURE DE FRAISES AVEC PECTINE	POT (DE FRAISES OU MARM.) 24 OZ LIQ.	1.00	SIROP DE TABLE	BOUT. 750 ml	.91	BOISSONS GAZEUSES	CAISSE DE 24 BTES DE 10 OZ LIQ.	4.61	SACS À DÉCHETS (PLASTIQUE)	PAQ. DE 24	1.07	CÉRÉALES GRANOLA	PAQ. 900 g	1.31	ARACHIDES MONDÉES	PAQ. 16 OZ	1.01	MOUTARDE PRÉPARÉE	POT (128 OZ LIQ. - 2.0 l)	.46	COUCHES JETABLES PREMIERS PAS	PAQ. DE 24	2.49	<table border="0"> <tr><td>MOUCHOIRS DE PAPIER</td><td>PAQ. DE 200</td><td>.66</td></tr> <tr><td>HUILE POUR BÉBÉ</td><td>CONT. 500 ml</td><td>1.73</td></tr> <tr><td>CHIFFONS</td><td>PAQ. DE 10</td><td>.99</td></tr> <tr><td>ESSUIE-TOUT BLANC OU JAUNE</td><td>PAQ. DE 2 ROUL.</td><td>1.04</td></tr> <tr><td>POIS RÉGULIERS</td><td>BTE 14 OZ LIQ.</td><td>.27</td></tr> <tr><td>DÉTERGENT LIQUIDE POUR VAISSELLE</td><td>CONT. 64 OZ LIQ.</td><td>1.61</td></tr> <tr><td>SPAGHETTI DANS SAUCE AUX TOMATES</td><td>BTE 28 OZ LIQ.</td><td>.65</td></tr> <tr><td>SACHETS DE THÉ</td><td>PAQ. DE 100</td><td>1.31</td></tr> <tr><td>BURGERS POUR CHIENS</td><td>PAQ. 2 kg</td><td>2.41</td></tr> <tr><td>NOURRITURE POUR CHATS SEMI-MOÛTE-Bœuf</td><td>PAQ. 700 g</td><td>1.21</td></tr> <tr><td>CORNICHONS AU FENOUIL</td><td>POT 32 OZ LIQ.</td><td>.97</td></tr> </table>	MOUCHOIRS DE PAPIER	PAQ. DE 200	.66	HUILE POUR BÉBÉ	CONT. 500 ml	1.73	CHIFFONS	PAQ. DE 10	.99	ESSUIE-TOUT BLANC OU JAUNE	PAQ. DE 2 ROUL.	1.04	POIS RÉGULIERS	BTE 14 OZ LIQ.	.27	DÉTERGENT LIQUIDE POUR VAISSELLE	CONT. 64 OZ LIQ.	1.61	SPAGHETTI DANS SAUCE AUX TOMATES	BTE 28 OZ LIQ.	.65	SACHETS DE THÉ	PAQ. DE 100	1.31	BURGERS POUR CHIENS	PAQ. 2 kg	2.41	NOURRITURE POUR CHATS SEMI-MOÛTE-Bœuf	PAQ. 700 g	1.21	CORNICHONS AU FENOUIL	POT 32 OZ LIQ.	.97	<table border="0"> <tr><td>CHOCOLAT INSTANTANÉ</td><td>CONT. 32 OZ</td><td>1.81</td></tr> <tr><td>MARINADES SUCRÉES</td><td>POT 32 OZ LIQ.</td><td>.91</td></tr> <tr><td>MAÏS EN CRÈME RÉGULIER</td><td>BTE 14 OZ LIQ.</td><td>.34</td></tr> <tr><td>CRISTAUX ÉTIQUETTE BLANCHE</td><td>PAQ. D'ORANGE OU DE LIMONADE 17 OZ</td><td>.84</td></tr> <tr><td>PAIN DE SAVON PERSONNEL</td><td>PAQ. DE 8 PAINS DE 90 g</td><td>1.31</td></tr> <tr><td>THON BLANC EN MORCEAUX</td><td>BTE 6 1/2 OZ</td><td>1.11</td></tr> <tr><td>TOMATES ETUVÉES</td><td>BTE 18 OZ LIQ.</td><td>.59</td></tr> <tr><td>RÉCURANT EN POUDRE</td><td>CONT. 22 OZ</td><td>.50</td></tr> <tr><td>RELISH VERTE</td><td>POT 24 OZ LIQ.</td><td>.85</td></tr> <tr><td>BICARBONATE DE SOUDE</td><td>PAQ. 500 g</td><td>.46</td></tr> <tr><td>DINER MACARONI ET FROMAGE</td><td>PAQ. 225 g</td><td>.29</td></tr> </table>	CHOCOLAT INSTANTANÉ	CONT. 32 OZ	1.81	MARINADES SUCRÉES	POT 32 OZ LIQ.	.91	MAÏS EN CRÈME RÉGULIER	BTE 14 OZ LIQ.	.34	CRISTAUX ÉTIQUETTE BLANCHE	PAQ. D'ORANGE OU DE LIMONADE 17 OZ	.84	PAIN DE SAVON PERSONNEL	PAQ. DE 8 PAINS DE 90 g	1.31	THON BLANC EN MORCEAUX	BTE 6 1/2 OZ	1.11	TOMATES ETUVÉES	BTE 18 OZ LIQ.	.59	RÉCURANT EN POUDRE	CONT. 22 OZ	.50	RELISH VERTE	POT 24 OZ LIQ.	.85	BICARBONATE DE SOUDE	PAQ. 500 g	.46	DINER MACARONI ET FROMAGE	PAQ. 225 g	.29	<table border="0"> <tr><td>PÂTE DE TOMATE</td><td>BTE 13 OZ LIQ.</td><td>.71</td></tr> <tr><td>SAUCE À SPAGHETTI ORDINAIRE</td><td>BTE 28 OZ LIQ.</td><td>.87</td></tr> <tr><td>JUS DE POMME DE CHOIX - DE CONCENTRÉ</td><td>BTE 48 OZ LIQ.</td><td>.82</td></tr> <tr><td>FÈVES AU LARD</td><td>BTE 8 OZ</td><td>.31</td></tr> <tr><td>COLORANT À CAFÉ</td><td>POT 500 g</td><td>1.28</td></tr> <tr><td>SOUPE AUX LEGUMES (OU AUX TOMATES)</td><td>BTE 10 OZ LIQ.</td><td>.27</td></tr> <tr><td>PÊCHES TRANCÉES</td><td>BTE 14 OZ LIQ.</td><td>.60</td></tr> <tr><td>GELÉE EN POUDRE LIMETTE</td><td>PAQ. 3 OZ</td><td>2/.47</td></tr> <tr><td>MÉLANGE À SOUPE POULET ET NOUILLES 5 ENV. 3 ENV.</td><td>PAQ. DE 3 ENV.</td><td>.81</td></tr> <tr><td>TAMPONS SAVONNEUX</td><td>PAQ. DE 18</td><td>.81</td></tr> <tr><td>NOURRITURE POUR CHIENS</td><td>BTE 25 OZ</td><td>.40</td></tr> </table>	PÂTE DE TOMATE	BTE 13 OZ LIQ.	.71	SAUCE À SPAGHETTI ORDINAIRE	BTE 28 OZ LIQ.	.87	JUS DE POMME DE CHOIX - DE CONCENTRÉ	BTE 48 OZ LIQ.	.82	FÈVES AU LARD	BTE 8 OZ	.31	COLORANT À CAFÉ	POT 500 g	1.28	SOUPE AUX LEGUMES (OU AUX TOMATES)	BTE 10 OZ LIQ.	.27	PÊCHES TRANCÉES	BTE 14 OZ LIQ.	.60	GELÉE EN POUDRE LIMETTE	PAQ. 3 OZ	2/.47	MÉLANGE À SOUPE POULET ET NOUILLES 5 ENV. 3 ENV.	PAQ. DE 3 ENV.	.81	TAMPONS SAVONNEUX	PAQ. DE 18	.81	NOURRITURE POUR CHIENS	BTE 25 OZ	.40
BETTERAVES MARINÉES	POT 24 OZ LIQ.	.77																																																																																																																																																																																															
CORNICHONS AU FENOUIL	POT 24 OZ LIQ.	.91																																																																																																																																																																																															
BEURRE D'ARACHIDES	POT 1 kg	2.01																																																																																																																																																																																															
DÉTERGENT EN POUDRE-BLEU	SAC 2 kg	1.89																																																																																																																																																																																															
ASSOUPISSEUR DE TISSUS LIQUIDE	CONT. 128 OZ LIQ.	1.39																																																																																																																																																																																															
SACS À DÉCHETS	PAQ. DE 20	1.81																																																																																																																																																																																															
CAFÉ INSTANTANÉ	POT 10 OZ	5.51																																																																																																																																																																																															
JAVEL CONCENTRÉ	CONT. 128 OZ LIQ.	.96																																																																																																																																																																																															
DINER COMPLET POUR CHIENS	SAC 10 kg	5.01																																																																																																																																																																																															
FÈVES AU LARD	BTE 19 OZ LIQ.	.50																																																																																																																																																																																															
NOURRITURE POUR CHATS	BTE 15 OZ	.30																																																																																																																																																																																															
TABLETTES GRANOLA	PAQ. 450 g	1.61																																																																																																																																																																																															
SHORTENING	PAQ. 16 OZ	.65																																																																																																																																																																																															
HUILE VÉGÉTALE	BOUT. 1 litre	1.61																																																																																																																																																																																															
SAUCE À SALADE	POT 32 OZ LIQ.	1.27																																																																																																																																																																																															
BISCUITS VARIÉS	PAQ. 700 g	1.49																																																																																																																																																																																															
DENTIFRICE	TUBE 150 ml	1.10																																																																																																																																																																																															
SHAMPOING POUR BÉBÉ	BOUT. 700 ml	1.29																																																																																																																																																																																															
COUCHES JETABLES NOUVEAU-NE	PAQ. DE 30	1.59																																																																																																																																																																																															
COUCHES JETABLES POUR LE JOUR	PAQ. DE 30	1.99																																																																																																																																																																																															
POIRES À DESSERT	BTE 19 OZ LIQ.	.61																																																																																																																																																																																															
RIZ À LONGS GRAINS	PAQ. 80 OZ	1.91																																																																																																																																																																																															
CONFITURE DE FRAISES AVEC PECTINE	POT (DE FRAISES OU MARM.) 24 OZ LIQ.	1.00																																																																																																																																																																																															
SIROP DE TABLE	BOUT. 750 ml	.91																																																																																																																																																																																															
BOISSONS GAZEUSES	CAISSE DE 24 BTES DE 10 OZ LIQ.	4.61																																																																																																																																																																																															
SACS À DÉCHETS (PLASTIQUE)	PAQ. DE 24	1.07																																																																																																																																																																																															
CÉRÉALES GRANOLA	PAQ. 900 g	1.31																																																																																																																																																																																															
ARACHIDES MONDÉES	PAQ. 16 OZ	1.01																																																																																																																																																																																															
MOUTARDE PRÉPARÉE	POT (128 OZ LIQ. - 2.0 l)	.46																																																																																																																																																																																															
COUCHES JETABLES PREMIERS PAS	PAQ. DE 24	2.49																																																																																																																																																																																															
MOUCHOIRS DE PAPIER	PAQ. DE 200	.66																																																																																																																																																																																															
HUILE POUR BÉBÉ	CONT. 500 ml	1.73																																																																																																																																																																																															
CHIFFONS	PAQ. DE 10	.99																																																																																																																																																																																															
ESSUIE-TOUT BLANC OU JAUNE	PAQ. DE 2 ROUL.	1.04																																																																																																																																																																																															
POIS RÉGULIERS	BTE 14 OZ LIQ.	.27																																																																																																																																																																																															
DÉTERGENT LIQUIDE POUR VAISSELLE	CONT. 64 OZ LIQ.	1.61																																																																																																																																																																																															
SPAGHETTI DANS SAUCE AUX TOMATES	BTE 28 OZ LIQ.	.65																																																																																																																																																																																															
SACHETS DE THÉ	PAQ. DE 100	1.31																																																																																																																																																																																															
BURGERS POUR CHIENS	PAQ. 2 kg	2.41																																																																																																																																																																																															
NOURRITURE POUR CHATS SEMI-MOÛTE-Bœuf	PAQ. 700 g	1.21																																																																																																																																																																																															
CORNICHONS AU FENOUIL	POT 32 OZ LIQ.	.97																																																																																																																																																																																															
CHOCOLAT INSTANTANÉ	CONT. 32 OZ	1.81																																																																																																																																																																																															
MARINADES SUCRÉES	POT 32 OZ LIQ.	.91																																																																																																																																																																																															
MAÏS EN CRÈME RÉGULIER	BTE 14 OZ LIQ.	.34																																																																																																																																																																																															
CRISTAUX ÉTIQUETTE BLANCHE	PAQ. D'ORANGE OU DE LIMONADE 17 OZ	.84																																																																																																																																																																																															
PAIN DE SAVON PERSONNEL	PAQ. DE 8 PAINS DE 90 g	1.31																																																																																																																																																																																															
THON BLANC EN MORCEAUX	BTE 6 1/2 OZ	1.11																																																																																																																																																																																															
TOMATES ETUVÉES	BTE 18 OZ LIQ.	.59																																																																																																																																																																																															
RÉCURANT EN POUDRE	CONT. 22 OZ	.50																																																																																																																																																																																															
RELISH VERTE	POT 24 OZ LIQ.	.85																																																																																																																																																																																															
BICARBONATE DE SOUDE	PAQ. 500 g	.46																																																																																																																																																																																															
DINER MACARONI ET FROMAGE	PAQ. 225 g	.29																																																																																																																																																																																															
PÂTE DE TOMATE	BTE 13 OZ LIQ.	.71																																																																																																																																																																																															
SAUCE À SPAGHETTI ORDINAIRE	BTE 28 OZ LIQ.	.87																																																																																																																																																																																															
JUS DE POMME DE CHOIX - DE CONCENTRÉ	BTE 48 OZ LIQ.	.82																																																																																																																																																																																															
FÈVES AU LARD	BTE 8 OZ	.31																																																																																																																																																																																															
COLORANT À CAFÉ	POT 500 g	1.28																																																																																																																																																																																															
SOUPE AUX LEGUMES (OU AUX TOMATES)	BTE 10 OZ LIQ.	.27																																																																																																																																																																																															
PÊCHES TRANCÉES	BTE 14 OZ LIQ.	.60																																																																																																																																																																																															
GELÉE EN POUDRE LIMETTE	PAQ. 3 OZ	2/.47																																																																																																																																																																																															
MÉLANGE À SOUPE POULET ET NOUILLES 5 ENV. 3 ENV.	PAQ. DE 3 ENV.	.81																																																																																																																																																																																															
TAMPONS SAVONNEUX	PAQ. DE 18	.81																																																																																																																																																																																															
NOURRITURE POUR CHIENS	BTE 25 OZ	.40																																																																																																																																																																																															

La garantie ÉTIQUETTE BLANCHE

Les produits alimentaires, les aides-ménagères et les produits de beauté ÉTIQUETTE BLANCHE sont garantis par Dominion. Si vous n'êtes pas satisfait de leur qualité, nous vous rembourserons.



Ça c'est du supermarché



Ça c'est du

BOEUF HACHÉ RÉGULIER

1.18 LB

PRIX HABITUEL 1.68 LB

ÉCONOMIE .50 LB

BONI NUTRITION

PORC HACHÉ
PRODUIT DÉGELÉ

.98 LB

PRIX HABITUEL 1.49 LB

ÉCONOMIE .51 LB

TOURTIÈRE
BILOPAGE

1.48 16 OZ

AUBAINE!

ÉPAULE DE PORC
FRAIS—GENRE PICNIC
LB

.78

AUBAINE!

BACON DÉCOUENNÉ
LA CANTINIÈRE—TAILLEFER
PAQ. 1 LB

.78

AUBAINE!

JARRET DE PORC
SURGELÉ
LB

.44

AUBAINE!

BOLOGNE RÉGULIER
CIRÉ - LEGRADE
LB

.78

AUBAINE!

BANANES IMPORTÉES
LA LB

.26

AUBAINE!

CHOUX FLEURS
CATÉGORIE CANADA NO 1
GROSSEUR 16 - CH.

.98

AUBAINE!

LAITUE ICEBERG
DE LA CALIFORNIE
CANADA NO 1
GROSSEUR 24—CH.

.59

AUBAINE!

POMMES DE TERRE
DE TABLE—LAVÉES
RÉCOLTE DU QUÉBEC
CANADA NO 1—SAC 10 LB

.69

AUBAINE!

ORANGES SUNKIST
DE LA CALIFORNIE
SANS PÉPINS
GROSSEUR 113 - DOUZ.

1.38

AUBAINE!

Chronique de Louise Desaulniers
Diététiste—conseillère en alimentation

Les consommateurs sont invités à m'écrire à l'adresse suivante:
Les Supermarchés Dominion Limitée, C.P. 6080, Succursale A, Montréal, (Québec) H3C 3G7

Les pamplemousses dans la cuisine
Les pamplemousses, une excellente source de vitamine C et une saveur irremplaçable. Cette semaine, je vous propose plusieurs façons de le servir:

Si vous avez un extracteur de jus, faites un jus de pamplemousse, orange et ananas. Comme dessert ou entrée, grillé avec un peu de miel. En salade de fruits avec des pommes, des bananes, des raisins secs, des amandes moulues et du jus de pommes. En salade avec de l'avocat en tranches sur laitue, dans une salade verte avec des châtaignes d'eau. En sorbet, en soufflé ou tout simplement à la place du jus d'orange matinal.

Permettez-moi de faire une mise au point au sujet des régimes amaigrissants à partir des pamplemousses. Il n'y a rien dans ce fruit qui puisse faire dissoudre le gras tel qu'on le prétend et ce n'est pas parce que l'on mange un pamplemousse avant le repas que l'on va maigrir. Ce n'est qu'un autre fausse croyance. Les pamplemousses contiennent peu de calories mais n'exercent aucun rôle amaigrissant.

AUBAINES DE LA CHARCUTERIE

SAUCISSES FUMÉES EN VRAC LEGRADE LA LIVRE	1.18	JAMBON CUIT TAILLEFER TRANCHÉ LA LIVRE	1.98
---	-------------	--	-------------

supermarché!

SOUPE AUX TOMATES

OU AUX LÉGUMES—AYLMER

5/\$1

BTE
10 OZ LIQ.

PRIX HABITUEL .27

ÉCONOMIE .35

PEPSI-COLA

BOUTEILLES CONSIGNÉES
CARTON DE 6 BOUT. DE 750 ML

1.88

PRIX HABITUEL 2.59

ÉCONOMIE .71

DÉTERGENT EN POUDRE

FAB
PAQ. 4.8 KG

4.99

PRIX HABITUEL 6.49

ÉCONOMIE 1.50

MAÏS EN GRAINS

(OU EN CRÈME 14 OZ LIQ.)
DE FANTAISIE—NIBLETS
GREEN GIANT
BTE 12 OZ LIQ.

3/\$1

PRIX HABITUEL .47

ÉCONOMIE .41

CORNICHONS À L'ANETH

POLONAIS - ORIENTAL
POT 48 OZ LIQ.

1.19

PRIX HABITUEL 1.57

ÉCONOMIE .38

JUS DE TOMATES BRIGHT

BTE 19 OZ LIQ.

3/\$1

PRIX HABITUEL .48

ÉCONOMIE .44

CONFITURES DE FRAISES

DORA - AVEC PECTINE
POT 24 OZ LIQ.

.99

PRIX HABITUEL 1.41

ÉCONOMIE .42

OLIVES REINE

NATURE—CORONATION
POT 32 OZ LIQ.

1.99

PRIX HABITUEL 2.43

ÉCONOMIE .44

RAGOÛT IRLANDAIS

BOEUF OU—DINDE ET
POULET—CLARK
BTE 24 OZ

1.25

PRIX HABITUEL 1.56

ÉCONOMIE .31

KETCHUP AUX TOMATES

DOMINION
BOUT. 32 OZ LIQ.

1.09

PRIX HABITUEL 1.21

ÉCONOMIE .12

AMPOULES DÉPOLIES

ELECTRIQUES - 60 OU
100 WATTS
DOMINION
PAQ DE 6

1.59

PRIX HABITUEL 1.79

ÉCONOMIE .20

DENTIFRICE CREST

SAVEUR MENTHE OU RÉGULIÈRE
TUBE 100 ml

1.09

ELECTRIQUE - 60 OU

PRIX HABITUEL 1.39

ÉCONOMIE .30

SAUCE ESTA POUR SANDWICH AU POULET CHAUD

2/.59

PRIX HABITUEL .70

ÉCONOMIE .11

CRAQUELINS COLLATIONS

.65

PRIX HABITUEL .78

ÉCONOMIE .13

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS

Prix en vigueur jusqu'à la fermeture le mardi 4 décembre 1979 (Sauf les produits de boulangerie le samedi 1er décembre 1979) à votre Supermarché Dominion: CARREFOUR RIMOUSKI, 419 Boul Jessop, Rimouski.

Les Supermarchés Dominion Limitée

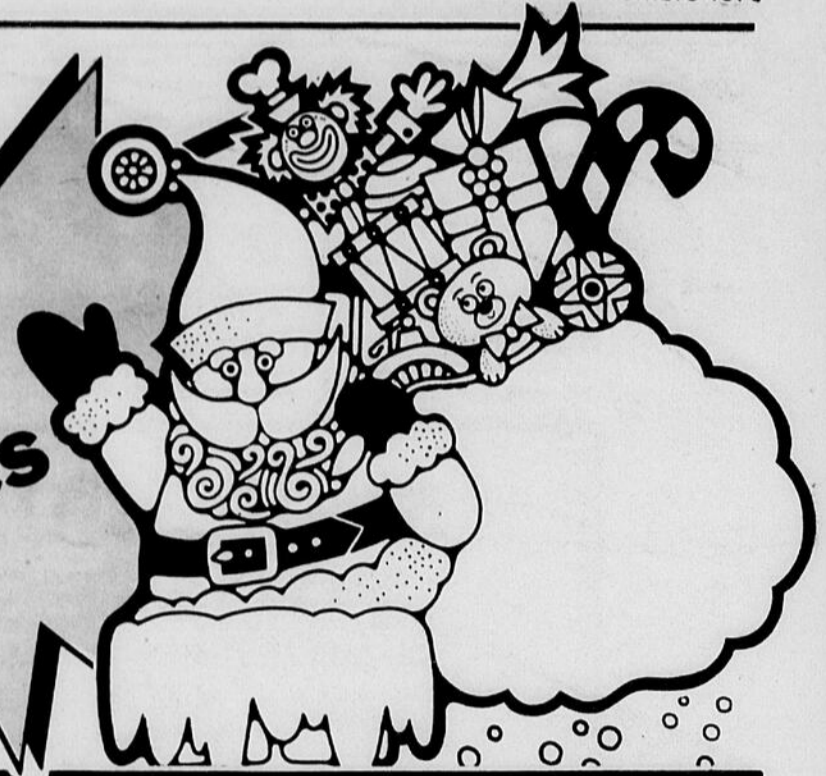
Ça c'est du supermarché





**Carrefour
Rimouski**

**Vente
Gala
d'aubaines**



LE DÉBUT

Restaurant

La Chaumaine

D'UN JOYEUX NOËL

Les samedis de 9h à 11h
1, 8, 15 décembre

**VENEZ RENCONTRER LE PÈRE NOËL, LA FÉE DES NEIGES
AINSI QUE BÈBÈRE LE CHATON.
MACARONS ET BALLONS DISTRIBUÉS GRATUITEMENT À
TOUS LES PETITS QUI VIENDRONT DÉJEUNER AVEC LE PÈRE NOËL.**

Menu:

Adultes:

- 2 gaufres
- Oeufs brouillés
- Sirop • Café ou th.

Enfants

- 1 gaufre
- Oeufs brouillés
- Sirop • 200 ml lait chocolat

Prix

\$1.95

<p>L'équipe de télévision "Fisher Price" 17 pièces - Spécial</p> <p>13.⁸⁸</p>	<p>Hélicoptère de sauvetage en mer "Fisher Price" Age 4-9 - Spécial</p> <p>12.⁸⁸</p>	<p>Poupée "Dolly" A laquelle on donne le bain Spécial</p> <p>16.⁸⁸</p>	<p>Poupée "Heartbeat" Son coeur bat Spécial</p> <p>16.⁸⁸</p>	<p>Mini calculatrice de poche "Lloyd's" Modele E-620 - Rég. \$24.95 Spécial</p> <p>19.⁸⁸</p>	<p>Pin Sylvestre Pour Noël - 6 pieds de haut Vert forêt - Spécial</p> <p>16.⁸⁸</p>
--	---	---	---	---	---

la Baie

000 000 000 0

VITE 904

CHARGEX

master charge

VISA

Jeu de lumières
Pour Noël - 25 ampoules
extérieures - Spécial

11.⁸⁸

Jeux lumières
Pour Noël - 15 ampoules
Intérieures - Spécial

4.²⁷

Ruban pour emballage
De Noël - 400 pieds
Spécial

.97

Support arbre de Noël
Confection de métal
Spécial

2.⁸⁸

**Si on se sert de sa tête... la carte la Baie c'est pas fou.
La Baie accepte avec plaisir les cartes Chargex/Visa et Master Charge.**