

Restaurant-Bar
Réception



LE SUPPLEMENT

DU ST-LAURENT ECHO

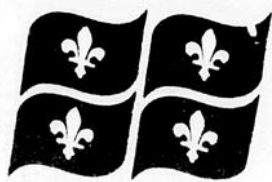
besoin de parler
et d'être écoutée.

Oui j'écoute



862-4422

1 SUPPLEMENT, ST-LAURENT, ECHO-MERCREDI LE 20 JUIN 1984



La Fête Nationale:

Son histoire

Les origines de la Saint-Jean remontent si loin dans le temps qu'il est presque impossible de retracer le moment exact de son apparition. Au Moyen-Âge, en "douce France", certaines coutumes avaient beaucoup d'ampleur. En 1390, à Jumières en France, fut fondée la confrérie de Saint-Jean. Chaque année, les 23 et 24 juin, cette confrérie soulignait sa fête patronale par plusieurs manifestations populaires. Le 23 juin avait lieu la "Procession du Loup Vert", tous les frères, revêtus d'un chaperon portant l'insigne de Saint-Jean-Baptiste, se réunissaient chez le maître. Ce dernier, portant une vaste houppelande de couleur verte ainsi qu'un grand bonnet pointu, précédé de la bannière et de la croix et suivi des membres de la confrérie, se rendait à l'église où des vêpres étaient

chantées. A la fin du jour, on allumait un grand bûcher. Le loup accompagné de ses frères couraient autour du feu pour essayer d'attraper celui qu'ils avaient choisi pour être le Loup de l'année suivante. A la fin de cette célébration, un grand souper était servi chez l'ancien Loup. Le lendemain, une messe était célébrée et à la fin du culte, on remettait au nouvel élu des clochettes en gage de la dignité qui doit être la sienne tout au cours de l'année.

En Nouvelle-France, les manifestations ne furent jamais aussi protocolaires, mais elles ont su traverser le temps et demeurer vivantes. Au Québec, ces festivités étaient surtout de nature religieuse, mais peu à peu, au fil des ans, elles devinrent pour la population une occasion de manifester sa fierté. Le

24 juin 1834, dans les jardins d'un avocat irlandais, avait lieu un grand banquet patriotique destiné à jeter les assises d'une fête nationale. Ce banquet était une initiative de Ludger Duvernay, journaliste à "La Minerve" et fondateur de la Société Saint-Jean-Baptiste de Montréal.

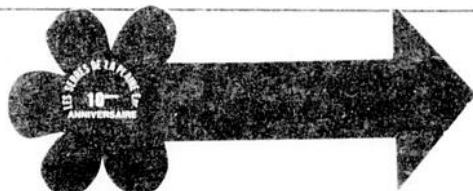
En 1835, ce banquet est renouvelé. On assiste également à des festivités dans les villes de Saint-Athanase, Saint-Eustache, Saint-Denis et Terrebonne. En 1836, d'autres villes et villages se joignent aux précédents. De 1837 à 1840, les activités sont interrompues en raison des insurrections. Les chefs de file du mouvement ayant dû s'expatier afin de sauver leurs têtes mises à prix. En

1840, les célébrations sont reprises à Québec, elles le seront à Montréal en 1843. Depuis la fête a lieu tous les ans.

Les façons de célébrer se sont modifiées mais le sens et l'esprit de la fête demeurent.

Cette année encore, le 24 juin, tous les Québécois et toutes les Québécoises se retrouveront en "pays de connaissance".

À l'intérieur
Encart
Publicitaire
Provigo



Bienvenue à notre kiosque
Dans le stationnement du Centre Commercial en face de McDonald.
Les Serres de la Plaine

Relâche au
Théâtre
Princesse du
22 juin au 5 juillet

Cause:
Vacances annuelles
du personnel

Les manchettes de la semaine
dans



Position de l'Evêque sur
les prêtres en politique:
Pas
d'autorisation

Première course
de voile Labatt
Bleue 1984

Y'a rien comme le ski pour s'envoyer en l'air! Les 13 ans et moins admis gratuitement si accompagnés



CASSE-COU
EN LIBERTÉ

2E FILM

V.F. de "HOT DOG...THE MOVIE!"
3e FILM VEN. ET SAM

JAMES BOND
EST DE RETOUR!

Une mission
incroyable
attend
l'unique
agent

007



Surtout ne le
manquez pas!

ALBERT R. BROCCOLI
présente
ROGER MOORE
le héros de IAN FLEMING
JAMES BOND 007

Il avait le COURAGE
d'un aigle, la FORCE
d'un tigre, et le
POUVOIR d'un dieu.



OCTOPUSSY

22 AU 28
JUN

Projection
vers
9h00

CINE-PARC
GRAND-PORTAGE

A la Jonction de la Route 20
et du Boul. Hotel de Ville
Rivière du Loup HORAIRE: 862-4141

PUB | CILÉ
GRAP | FILE <

UN OUTIL
DE COMMUNICATION
MARKETING GRAPHISME FINANCE
506 LAFONTAINE RIVIÈRE-DU-LOUP
TEL: 862-2602

C'EST LE TEMPS DU BARBECUE!
 LE 23 JUIN
 IL Y AURA TIRAGE
 D'UN BARBECUE AU GAZ.
 Un par magasin.
 Bonne chance!
 (Voir détails en magasin)



C'EST LA FÊTE

Bonne Fête de la Saint-Jean!
 Nos magasins seront fermés lundi le 25 juin

***BIFTECK DE RONDE DÉOSSÉ**
 tranche entière ou rosbif d'extérieur de croupe désossé

4,08 /kg
1,85 /lb

***BIFTECK OU ROSBIF DE POINTE SURLONGE**

6,50 /kg
2,95 /lb

La fraîcheur on

****TOMATES ROSES DE SERRES**
 Produit de l'Ontario Canada no. 1

1,96 /kg
89¢ /lb

TV

***BIFTECK DE SURLONGE**
 tranche entière

7,83 /kg
3,55 /lb

GIGOT D'AGNEAU
 Nouvelle Zélande, entier ou demi, surgelé

5,25 /kg
2,38 /lb

SAUCISSES FUMÉES BILOPAGE
 450 g

99¢

NECTARINES
 Produit de la Californie, Canada no. 1

1,96 /kg
89¢ /lb

ÉPAULE PICNIC DE PORC FUMÉE METRO

2,82 /kg
1,28 /lb

TRANCHE D'ÉPAULE D'AGNEAU
 Nouvelle-Zélande, emballée sous vide surgelée individuellement

4,36 /kg
1,98 /lb

SALADE AU CHOIX MÉRITÉ
 (macaroni, crémeuse, chef) comptoir charcuterie

2,40 /kg
1,09 /lb

POIVRONS VERTS LARGES
 Produit des États-Unis

2,40 /kg
1,09 /lb

SAUMON ROSE DU PACIFIQUE
 entier ou demi, surgelé

3,95 /kg
1,79 /lb

JUS DE POMMES CONCENTRÉ ST-HILAIRE
 surgelé, cont. 555 ml

99¢

PIZZA 4 x 5" GUSTO
 surgelée
 fromage pepperoni pte. 558 g
 toute garnie pte. 556 g

1,99

C'est le temps du BARBECUE

CÔTELETTES D'AGNEAU
 Nouvelle-Zélande, emballées sous vide surgelées individuellement

6,57 /kg
2,98 /lb

BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE
4,14 /kg
1,88 /lb

***BIFTECK D'ALOYAU OU CÔTE D'ALOYAU**
 bout enlevé
10,03 /kg
4,55 /lb

SALAMI TOUT BOEUF METRO
 100% viande de boeuf

4,61 /kg
2,09 /lb

GATEAU ETAGE PEPPERIDGE FARM
 surgelé, saveurs variées, pte. 569 g

1,29

JUS D'ORANGE CONCENTRÉ PICNIC
 surgelé, cont. 541 ml

79¢



On connaît not' monde

*Coupe provenant de boeuf Canada catégorie "A"

**La régularité dans les approvisionnements en fruits et légumes est à la merci des conditions météorologiques. Soyez toutefois assurés, chers clients, que dans le cas de ces denrées, les épiceries Métro ne ménagent aucun effort pour vous offrir variété et qualité à bon prix tout au long des saisons.

CHEZ MÉTRO!



UNE BONNE NOUVELLE POUR VOTRE COLLECTION!

CORNING WARE

L'émission des certificats-bonis CORNING WARE est maintenant terminée.

Mais vu l'importance de la demande, il nous fait plaisir de vous annoncer que NOUS CONTINUERONS À ÉCHANGER VOS CARTES DE COLLECTION dûment remplies, jusqu'au 4 août 1984.

L'offre à not' monde

**CHAMPIGNONS BLANCS

Produit du Canada, 1/2 lb

89¢



RAISIN ROUGE CARDINAL

Produit de la Californie



2,84 /kg
1,29 /lb



MANGUES

Importées d'Haïti

89¢ ch

SUCRE BLANC

MARIE PERLE granulé très fin sac 4 kg



1,85



JUS NON-SUCRÉ

OASIS

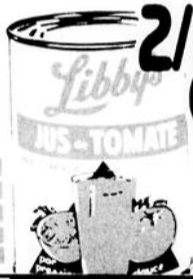
orange, pamplemousse, ananas, pommes, pommes à l'ancienne cont 1 Litre



89¢

JUS DE TOMATES LIBBY'S

Canada de fantaisie bte 540 mL



2/88¢

MARGARINE MOLLE FLEISCHMANN'S

à l'huile de maïs, tournesol, non salée cont 907 g (disponible au Québec seulement)



1,99

PETITS PAINS MÉTRO

Hot dog, hamburger cello 12



79¢

UNE ÉCONOMIE MAISON

CIGARETTES MARQUE GÉNÉRIQUE

format king size cartouche 200



10,99 1,10 par 20

DÉTERSIF EN POUDRE ARCTIC POWER

bte 6 Litres



3,29

SHAMPOOING POUR BÉBÉS JOHNSON

cont 650 mL



2,99



RELISH SUCRÉE MÉTRO cont. 750 mL

1,29

FROMAGE CHEDDAR P'TIT QUÉBEC

coloré ou blanc paquet 454 g



2,99

BEURRE D'ARACHIDES KRAFT



1,59

BRIQUETTES DE CHARBON KINGSFORD

sac 4,54 kg



3,29

BRIQUETTES DE CHARBON MATCH LIGHT

sac 1,81 kg **2,79**

SERVIETTES DE TABLE WHITE SWAN

blanches paquet 240 **1,99**

PAPIER D'ALUMINIUM REYNOLDS

18 x 25 **1,89**

BOISSON GAZEUSE PEPSI-COLA DIÉTÉ PEPSI

bouteilles consignées 6x750 mL **3,89**



BOISSON GAZEUSE SEVEN UP DIÉTÉ SEVEN UP

bouteilles consignées 6x750 mL **3,89**



PÊCHES EN DEMIES ou TRANCHÉES DEL MONTE

Canada de fantaisie bte 540 mL **99¢**



Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur dans tous les magasins de vos maîtres épicier Metro participants du lundi 18 juin au samedi 23 juin 1984 jusqu'à 17h00. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix coûtant égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.



La joie de vivre en grande forme!

Y a-t-il plus grande joie que de se sentir bien dans sa peau? Savoir que les muscles répondent à l'effort qu'on attend d'eux sans se fatiguer outre mesure... Décider qu'on ira faire telle ballade en montagne, qu'on jouera deux bonnes heures de tennis, qu'on se grêtera de planche à voile ou qu'on nagera à satiété, et ne pas se demander «si on est capable» en être sûr, parce qu'on veille jalousement à se garder en grande forme! Voilà une satisfaction qui récompenserait amplement l'effort consacré à l'entraînement.

Et pourtant, les bienfaits de la forme physique se font tout autant sentir au plan psychologique. On a répété jusqu'à l'usure le dicton «une âme saine dans un corps sain», mais ce n'est pas parce qu'on nous en a rabâché les oreilles que ce petit proverbe manque d'actualité. Aujourd'hui comme dans l'hier le plus reculé, la santé est source d'équilibre à tous les plans. Et la bonne condition physique, résultat de l'exercice régulier et intelligent, laisse peu de place aux tensions psychologiques profondes et prolongées.

IMPORTANTANCE DE L'EAU

C'est un délicieux cercle vicieux: l'exercice est une soupape aux préoccupations trop lourdes et, par ailleurs, il est source du bon fonctionnement non seulement des muscles, mais du système cardio-vasculaire et du système respiratoire.

La personne qui s'entraîne connaît les bienfaits d'une saine alimentation. Forme physique et camelote alimentaire vont rarement de pair. Elle connaît également l'importance de l'eau dans l'alimentation et dans la récupération après exercice. Et tout comme elle choisit ses aliments, elle choisira son eau. Une eau pure, faiblement

minéralisée. De l'eau de source, si possible, telle que l'eau Evian, eau officielle du Marathon international de Montréal. Elle ne boira pas jusqu'à s'alourdir; elle boira souvent, un verre à la fois. Et au bout de sa journée, les transformations chimiques et biologiques de l'organisme, les aliments consommés et l'eau ingurgitée lui auront donné les deux litres et demi d'eau dont son corps a besoin.

Serge Arseneault, grand patron du Marathon international de Montréal, fait souvent état de l'intérêt sans cesse croissant des Québécois pour l'exercice physique régulier, bien dosé et étudié en fonction des besoins de chacun. Cet intérêt se traduit, entre autres, par une participation des nôtres toujours plus grande et de meilleure qualité, au Marathon international de Montréal.

Et les témoignages sont très semblables d'un coureur à l'autre: «Je n'aurais jamais cru, il y a cinq ans, trois ans, deux ans, que je serais un jour assez fort pour courir tant de kilomètres à la fois...»

Il doit bien y avoir des limites à la capacité physique, mais il semble que ceux qui mettent beaucoup d'entraîne et d'intelligence à se tenir en forme constatent qu'ils peuvent «un petit peu plus, de plus en plus...» Pareille certitude vécue dans tout l'être, ça vous donne une de ces joies de vivre!

Le Centre d'information Evian, sis au 1155, boul. Dorchester ouest, bureau 3520, Montréal (Québec) H3B 3T2, offre gratuitement aux consommateurs qui en font la demande, le livre «Conseils pour mieux vivre». Il décrit des méthodes simples d'exercices et d'alimentation pour bien se sentir dans sa peau.

Le "Bier-Pack" le dernier de "Pinso"

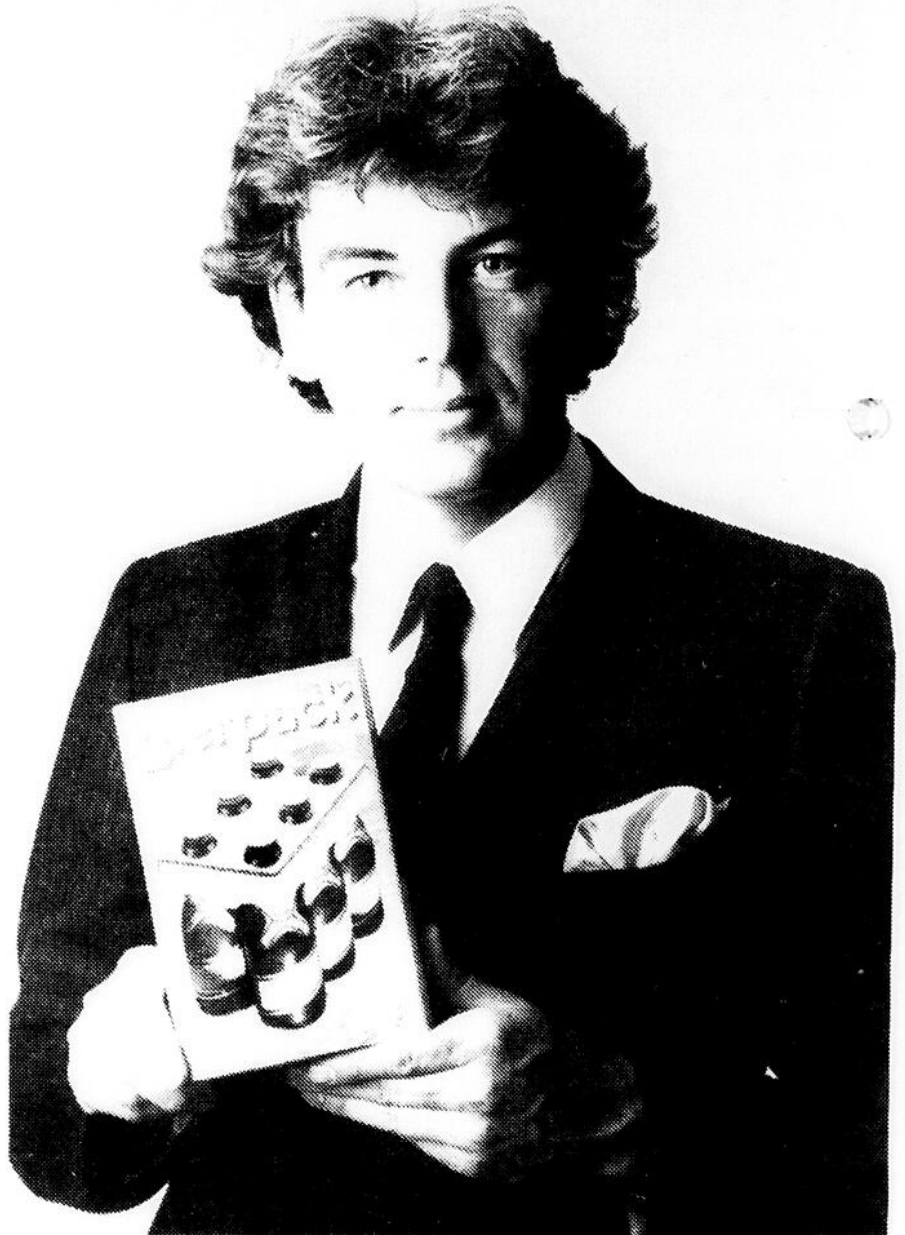
Un nouveau produit vient de naître chez Pinso, le "Bier-Pack". Maurice Pinsonnault, manufacturier des produits tels les skis Karhu, le hockey Titan, le dépanneur Traxxon et les casques protecteurs Griffin, inventeur de la fixation de ski de fond en matière plastique et du "Sport-Rack", support pour automobile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

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

Le "Bier-Pack" est une bouteille moulée, perforée de 6 trous qui convient à tous les goulots. Le liquide réfrigérant est calibré dans la bouteille de façon à ce que la chaleur soit absorbée à un rythme optimal. Le "Bier-Pack" est spécialement conçu pour être déposé sur le dessus de la caisse de bière dans l'espace disponible. La chaleur monte, le froid descend, le "Bier-Pack" déposé sur le dessus des bouteilles conserve ou amène la bière à la température froide idéale pour la consommation durant de nombreuses heures (de 4 à 10 heures) même si la caisse est exposée à la chaleur. Le "Bier-Pack" s'insère facilement dans la caisse sans entraver l'ouverture ou la fermeture des panneaux; il élimine les glacières, l'eau et la glace; il est léger et réutilisable; et il est garanti. Son prix de détail est de \$4.29.

Le "Bier-Pack" est présentement dans plus de 25,000 points de vente, soient les chaînes d'alimentation et de quincaillerie, tels Canada Tire, Métro, IGA, Steinberg, Zellers, Miracle Mart, Pharmacie Jean Coutu, Rona, Bonimart, Woolco etc...

Que ce soit le pêcheur dans sa chaloupe, le planchiste à la plage, le joueur de tennis, le spectateur au baseball, la famille en pique-nique ou celui qui prend du soleil autour



de la piscine, le "Bier-Pack" sauvera des pas au réfrigérateur et saura rafraîchir tout ce monde assoiffé d'une liqueur ou d'une bonne bière froide.

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

C'est un rendez-vous à tous les samedis soirs
Du 23 juin au 1er septembre
MÉCHOUI
chez Robert et Dorothee Lavoie

- LE REPAS COMPREND**
- Agneau rôti sur la broche (à volonté)
 - Pain de ménage
 - Légume et salade
 - Soupe et desserts maison
 - Breuvage

Grande salle climatisée, ambiance familiale, visite de la bergerie (400 brebis), visite de l'atelier et de l'artisanat.
Le tout pour aussi peu que:
12.50\$ adulte (taxe incluse) **6.00\$** enfant (12 ans et moins, taxe incluse)

RÉSERVEZ TÔT 495-2905
Sans frais par l'ASS. Tour. Rég. 1-800-463-1318
Prix spéciaux pour groupe de 30 et plus
Méchouis disponibles en tout temps à la ferme ou à l'extérieur

Ferme Robert et Dorothee Lavoie
Bergers et tisserands
349, rang 5E-S, St-Alexandre, 495-2905

LE SUPPLEMENT
Édité par LE ST-LAURENT-ÉCHO
16 du Domaine
Rivière-du-Loup,
G5R 4C3
TOUS LES SERVICES: 862-1774
Courrier troisième classe.
No de permis: T 368

EN SPECTACLES

DANY
Chanteur, animateur
Les vendredis et samedis
22, 23 juin
À LA CARAVAN
St-Alexandre
Mado Lapointe, propriétaire

Danseuses au bar le Sabot

A Québec, cet été

Priorité au transport en commun et aux piétons

L'autobus, la marche et la bicyclette seront les modes de locomotion par excellence pour parti-

ciper aux multiples activités que réserve l'été 84 à Québec.

La région de Québec

jouira, cet été, d'un service de transport en commun exceptionnel, de parcs de stationnement spéciaux desservis par des na-

vettes, d'un terminus réservé aux autobus nolisés, ainsi que de vestiaires à bicyclettes installés à proximité des terrains de «Québec 84».

Laurent, sur la rive sud.

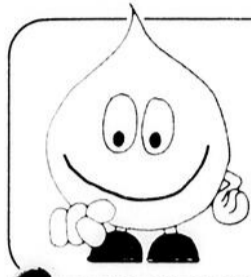
Aucun pont ne sera par ailleurs fermé à la circulation, bien que le pont de Québec sera réservé au transport en commun pendant une quinzaine de jours.

mentaire appelée Destination Québec 84 a été tirée à 30 000 exemplaires. Ce guide indique les voies réservées, les itinéraires suggérés et les terminus et parcs de stationnement permanents et temporaires.

Cette documentation s'ajoute à la carte routière Québec 1534-1984 que publiait récemment à 500 000 exemplaires le ministère des Transports du Québec et la Commu-

nauté urbaine de Québec.

Enfin, une station de radio appelée RY-DIO TRAFIC 87.9 sera en service du matin au soir pour diffuser exclusivement des bulletins ayant trait à la circulation et au transport. D'une puissance de 1 000 watts, la station émettra en français et en anglais en mode MA (AM) dans un rayon de 30 kilomètres de Québec.



Ma pelouse a-t-elle aussi soif que moi?

Parce qu'il fait chaud et que nous avons soif, nous sommes portés à penser que notre pelouse et notre jardin doivent eux aussi avoir besoin d'eau. C'est oublier qu'à l'instar du chameau, le sol a la capacité de retenir l'eau et que quelques jours de sécheresse peuvent même améliorer l'apparence du gazon.

Vous serez peut-être surpris d'apprendre que le gazon d'un terrain de golf bien entretenu ne nécessite, en moyenne, que deux heures d'arrosage par semaine. Trop arroser nuit à votre pelouse et ne fait que favoriser la croissance des mauvaises herbes.

Les recommandations quotidiennes préparées par l'Association Québécoise des Techniques de l'Eau, en collaboration avec votre municipalité, vous permettront d'obtenir une belle pelouse tout en évitant les gaspillages inutiles d'eau potable. Ces recommandations sont transmises, à chaque jour, par les principaux postes de radio et de télévision de Montréal, de Québec, de Sherbrooke et de l'Outaouais.

Les bulletins quotidiens

précisent s'il y a lieu ou non d'arroser, compte tenu des besoins réels en eau de votre pelouse. Lorsqu'un arrosage est recommandé, le nombre d'heures d'arrosage maximum requis est fourni. Les périodes d'arrosage sont également précisées, à moins qu'un règlement municipal ne les spécifie, de façon à éviter que l'arrosage ne se produise en période de pointe de demande horaire ou journalière. Enfin, dans certains cas, de façon à éviter des effets de pointe, les usagers sont divisés en deux groupes selon que leur résidence a un numéro civique pair ou impair et l'arrosage est recommandé alternativement à un seul groupe à la fois.

Les recommandations sont préparées quotidiennement aux bureaux de l'AQTE. Le responsable du programme reçoit chaque matin les prévisions météorologiques et la quantité de précipitations enregistrées dans votre municipalité.

Ces données sont ensuite incorporées dans un modèle mathématique simple qui a fait largement ses preuves au cours des six dernières

années. Ce modèle permet de calculer précisément la quantité d'eau disponible dans le sol, compte tenu des facteurs climatiques (ensoleillement, humidité de l'air, vitesse du vent, température et précipitation) et des arrosages antérieurs.

Les recommandations qui vous sont transmises, sont donc préparées scientifiquement à partir de données spécifiques à votre municipalité et vous aideront à doser parfaitement votre arrosage.

Saviez-vous, par exemple, qu'en arrosant après 20 heures, vous permettez un meilleur contrôle de la pression d'eau tout en optimisant les effets de votre arrosage puisque l'eau s'infiltrera dans le sol au lieu de s'évaporer.

Il n'existe pas de modèle mathématique pour étancher votre soif, nous vous faisons confiance. Mais, en ce qui regarde votre pelouse, nous sommes en mesure de vous aider. Fiez-vous à nos recommandations et vous aurez plus de temps pour savourer votre boisson favorite... y compris un bon verre d'eau fraîche.

Telles sont, essentiellement, les mesures qui seront appliquées pour faciliter la circulation et le transport dans la région de Québec entre la fin juin et la fin août.

Ainsi, la région de Québec possédera-t-elle tous les atouts pour inviter les automobilistes à garer leurs voitures et à se laisser conduire confortablement vers les lieux des activités.

Très sensiblement renforcé, le transport en commun offert par la CTCUQ offrira, d'une part, des allers-retours à haute fréquence au prix de 2 \$ pour les adultes et de 1 \$ pour les enfants.

À partir des parcs de stationnement spécialement aménagés, vers lesquels on se dirigera en suivant la signalisation de «Québec 84», on bénéficiera, d'autre part, de navettes dont les laissez-passer (3 \$ pour les adultes et 1 \$ pour les enfants) autoriseront à utiliser également, sans frais supplémentaires, les réseaux d'autobus urbains de la région métropolitaine de Québec.

Piétons

Bien qu'aucune artère ni aucune rue ne sera formellement interdite à la circulation automobile, certaines zones seront contrôlées afin de donner priorité aux piétons et au transport en commun.

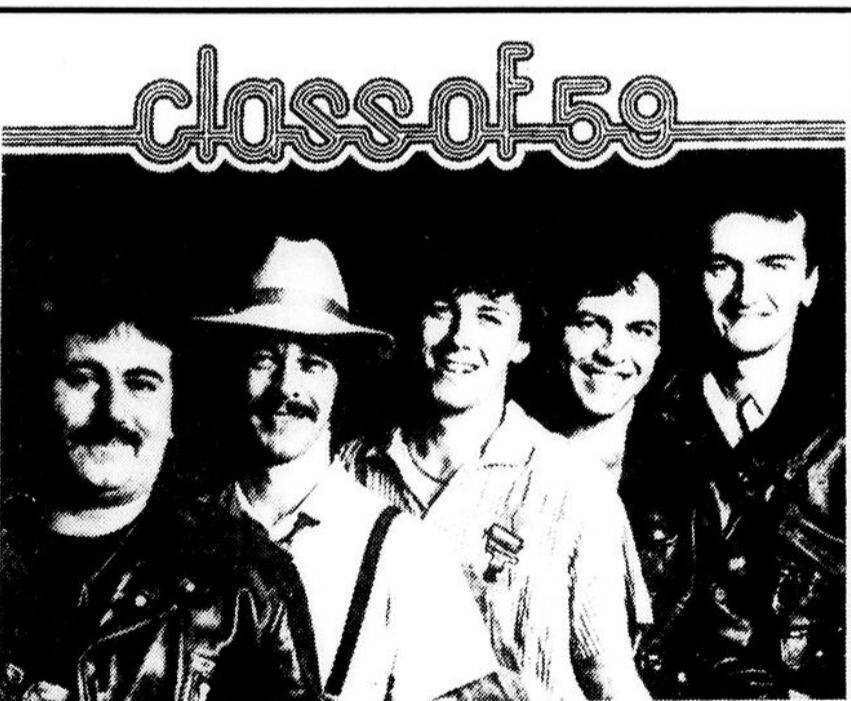
Le Vieux-Port et le Vieux-Québec seront des secteurs où on favorisera en permanence les déplacements piétonniers de même que la circulation des autobus, taxis et bicyclettes.

A certains moments, on fera de même pour une section du boulevard Champain, sur la rive nord, et pour les rues Commerciale et Saint-

UNE CHRONIQUE DE:



ASSOCIATION QUÉBÉCOISE DES TECHNIQUES DE L'EAU



Du jeudi 21 au dimanche 24 inclus

Hôtel Victoria

Trois-Pistoles

jeudi entrée libre



MARIAGE

PHOTO ALAIN CÔTÉ ENR.

Un service à votre mesure
Photos Passeport

862-6116

FAIRE-PART COMMERCIAL

EN PRIMEUR

POUR VOUS SATISFAIRE

18 ANS

Le Club des Plaisirs

CHRISTINE McQUEEN BERNICE KENNER

Débutant à 7h30

Du 22 au 28 juin

Nous participons à la promotion Bonanza

Sur présentation de ce coupon, obtenez un escompte de 0.50\$ par billet. Un coupon par client.

CINEMA Capital

862 3419

PATRICIA VALERIA ANNA... et les autres

AVEC LUCY KINSDALE

2e film.

Vous êtes invités à la satisfaction totale!

pharmacie brunet

L'ORÉAL EXCELLENCE

Shampooing colorant avec shampooing gratuit 200 ml



4.29

C'EST BIEN PENSÉ!

Spéciaux valides sur place seulement
Du 20 juin au 1er juillet 1984

VICHY CÉLESTINS

1 litre


.89¢

GUIMAUVE CAMPFIRE

250 gr

.59¢

Nair
Lotion 175 ml
ou
à bille 100 ml



FINESSE
Shampooing ou conditionneur
200 ml



Lotion de bronzage
Tropic Tan
Protection 2, 4, 6
100 ml



BRONZTAN
Avec protection paba 4 et 6
200 ml



BAND-AID
Boîte économique format de 100
BAND-AID
Pansements translucides



2.49 ch.

SUNLIGHT
Liquide vaisselle
1 litre



1.89

8.99 ch.



3.89



playtex

2.19 ch.



CLOSE-UP
Déodorant (100 ml)



99¢

MINI
Déodorant



.69¢

1.19



Jergens

1.99 ch.



Cepacol

1.39



ROYALE

3.99



1.99



PONDS

2.89



Tmaxin

3.79




selsun blue

1.99



1.19



1.29



Introdag

.89¢



Cutex

1.99



2.19



OUVERT LE DIMANCHE DE 10H00 À 17H00

Centre Commercial Rivière-du-Loup
LIMITE 3 PAR CLIENT

LIVRAISON GRATUITE, 867-2121

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS

Pharmacie **brunet** enr. 



Cartes de saison

Cartes de saison: Individuelles (10\$) Familiales (15\$) Supporteurs (25\$)

En vente à Rivière-du-Loup:
 Tabagie du Centre Commercial
 Librairie Boucher; 230 rue Lafontaine
 Kiosques au Centre Commercial

Epicerie Létourneau à Cacouna

**Aux détenteurs de carte de saison
 TIRAGE DE PRIX le 28 juin en soirée**

LISTE DES PRIX:

- 1) Survol des grands voiliers. (D'une valeur de 150.00\$)
- 2) Excursion aux baleines à bord du Gobelet d'Argent, pour deux personnes (D'une valeur de 150.00\$)
- 3) Ballade sur le fleuve en voilier (D'une valeur de 100.00\$)
- 4) Une paire de billets pour chacun des spectacles sous le chapiteau.

Les règlements du concours

Le tirage se fera au hasard aux Jardins de l'Estuaire à 19:00 heure le 28 juin 1984.
 On peut dès maintenant obtenir copie des règlements du concours. On pourra après le tirage prendre connaissance des numéros gagnants.

C'est sur les bord du fleuve, à l'estuaire de la rivière-du-loup, que ce site offre bon nombre d'activités récréatives et culturelles qui intéresseront toute la famille.

- ballades à voile sur le fleuve avec randonnée sur l'île du Brandy-Pot, sanctuaire d'oiseaux avec les "Voiles du large" (sur réservations);
- aire d'amusement pour enfants avec moniteurs;
- aire de jeux pour adultes;
- aire d'aisance et de repos;
- boutique d'artisanat;
- kiosque d'accueil;
- plan d'eau avec petites embarcations (dériveurs Optimistes);

En plus, durant tout l'été chaque semaine fera l'objet d'une activité particulière reliée à une connaissance de notre région.

Les Jardins de l'Estuaire mettent à la disposition des visiteurs affairés un service de Restauration légère à prix modique, ainsi qu'un comptoir de fruits de mer et de bar pour ceux qui aiment contempler le miroitement de la lune sur le St-Laurent.

Une splendide terrasse à l'abri des vents et garnie de fleurs est aménagée pour faire des grillades et même des méchouis à l'occasion.

Kiosque les 21-22-23 juin au Centre Commercial de Rivière-du-Loup



LES JARDINS DE L'ESTUAIRE
 Un oasis ouvert sur le bas du fleuve
Ouverture le 28 juin à 18h.

...est bonne rare!



"Labatt Bleue"



(418) 862-6991
 37, rue St-Louis
 Rivière-du-Loup,
 C. P. 370 G5R 3Y9

Parc de l'Ancrage



BUR (418) 862-6319

MÉTHOT & GAGNÉ [1979] LTÉE
 EMBOUTILLEUR AUTORISÉ COCA-COLA
 175, RUE FRASER RIVIÈRE-DU-LOUP

Olympia
 Canon
 Apple

Tels (418) 862-7234
 862-7235
 862-4457

RIVIÈRE-DU-LOUP 1979 LTÉE
CLAVIGRAPHIE
 203 rue Lafontaine
 Rivière-du-Loup, Qc
 J2R 0R5



Compétence et sérabilité
LES ENTREPRISES MARIN DUBE INC.

Tel (418) 862-2205
 25 rang 1, St-Antoine
 Construction résidentielle
 Construction commerciale
 Renovation

862 2205

Est-ce que j'arrose ma pelouse ce soir?

"La journée a été chaude et ensoleillée; il faudrait bien que j'arrose ma pelouse ce soir". Cette réflexion-là, combien de fois nous la ferons-nous cet été? Mais surtout, combien de fois sortirons-nous l'arrosoir pour rien, alors que le sol est encore suffisamment humide et que tout surplus d'eau ne saurait profiter qu'aux mauvaises herbes, à notre plus grand espoir?

En été, la consommation d'eau potable augmente considérablement, surtout à cause de l'arrosage. Pourtant, Rivière-du-Loup n'étant pas situé sous les tropiques, il n'est souvent pas nécessaire d'arro-

ser. A plus forte raison lorsqu'il pleut! Mais c'est ce qui arrive parfois à ceux qui ouvrent le robinet en quittant la maison. Avec pour résultat une pelouse détrempée et beaucoup plus endommagée que si elle n'avait pas été arrosée du tout.

C'est pourquoi l'Association Québécoise des Techniques de l'Eau (AQTE), en collaboration avec les municipalités, a mis sur pied une campagne d'économie de l'eau potable axée sur une utilisation rationnelle de l'eau en matière d'arrosage des pelouses.

Tout au cours de

l'été, les postes de radio locaux transmettront à chaque jour des recommandations sur l'arrosage de votre pelouse. Ces messages quotidiens vous préciseront s'il y a lieu ou non d'arroser et si oui, à quelles heures et dans quel secteur.

Les recommandations émises par l'AQTE et la Ville de Rivière-du-Loup tiennent compte des besoins en eau de votre gazon. Ces besoins sont évalués à partir d'un modèle mathématique simple

qui a fait largement ses preuves au cours des six dernières années. Et, nous tenons à le préciser, ces recommandations n'ont pas pour but d'éliminer l'arrosage des pelouses mais bien de faire en sorte qu'il ne soit pas une source de gaspillage de l'eau potable. De nombreuses études ont, en effet, prouvé que nous pouvions arroser jusqu'à sept fois plus que requis.

En parallèle à ces recommandations d'arrosage, le journal nous informera sur les soins à apporter à notre pelouse et sur les façons de se comporter en consommateur averti, si nous ne voulons pas jeter littéralement notre argent à

l'eau. L'eau potable, que nous en soyons conscients ou non, nous coûte de l'argent au même titre que n'importe quel autre bien de consommation.

Par de bonnes habitudes d'arrosage de nos pelouses, nous limiterons l'augmentation des coûts de production de l'eau potable et de traitement des eaux usées, et nous réduirons les risques de pénurie d'eau.

Cet été, avant d'installer un arrosoir mécanique sur votre pelouse, sintonisez d'abord votre station radiophonique locale entre 16h. et 18h.; si l'on vous recommande de ne pas arroser... sortez plutôt votre chaise longue!

AVIS

La corporation municipale de St-Hubert avise ses contribuables que samedi le 30 juin 1984, il y aura cueillette des déchets volumineux.

Tous ceux qui ont des déchets volumineux à faire ramasser autre que des ordures ménagères doivent donner leur nom à l'avenir au bureau municipal à:

497-3394

d'ici le 28 juin 1984.

Vous devrez placer ces objets près d'un chemin public samedi le 30 juin 84 avant 9.00h. du matin. Ce service vous est offert sans frais supplémentaire.

France Thériault
Secrétaire-trésorier



Problèmes des tapis salissants

Les couleurs pastel sont devenues très à la mode dans les années 80 à cause de leur esthétique. Elles montrent évidemment plus rapidement la saleté que les couleurs moyennes ou foncées. Si vous vivez là où l'air est pratiquement exempt de poussière et de saleté et s'il y a peu de circulation sur votre tapis, les couleurs pâles ont plus de chance de garder leur fraîcheur que dans les endroits moins favorisés, d'après une publication récente des Tapis Harding.

La pollution de l'air, les huiles volatiles de cuisson, la poussière, etc. se déposent sur les fibres des tapis. Les particules de poussière collent aux fibres et augmentent la saleté. Ceci rend la couleur terne ou même change la couleur. Un rose délicat, par exemple, se change peu à peu en une couleur neutre, le bleu pâle en gris terne.

La couleur d'origine du tapis n'est pas perdue, elle se trouve simplement sous le film de saleté. C'est pour cette raison que les manufacturiers de tapis considèrent la saleté comme un phénomène naturel et non comme une défécité. "La manière la plus efficace de nettoyer les tapis très sales" précise Danielle Ferland, porte-parole de la compagnie Easy-Off pour le programme d'entretien des tapis, "est de les nettoyer à la vapeur une fois l'an et entretemps, d'utiliser un shampoing à tapis." On peut louer facilement ces deux appareils au supermarché au comptoir de nettoyage de tapis Easy-Off. Tous les produits Easy-Off spécialement mis au point pour le nettoyage des tapis sont disponibles au même comptoir. "La raison pour laquelle on recommande le shampoing est que la poussière de surface est plus facile à nettoyer que

la poussière incrustée; il vaut donc mieux faire un shampoing avant que le tapis soit trop sale. Pour les taches, nettoyez dès qu'elles se produisent.

Les tapis qui se salissent de nouveau très vite

Si votre tapis a tendance à se resaler très rapidement après la méthode humide, voici quelques causes possibles:

- Trop de solution nettoyante a été appliquée durant le nettoyage et il y a un surplus de produits dans le tapis.
- L'humidité est très basse, causant une accumulation de statique dans le tapis qui attire les particules de poussière.
- Des produits nettoyants non conçus pour les tapis ont collé aux fibres et retiennent les particules de poussière.

Si l'électricité statique est responsable, augmentez l'humidité en employant un humidificateur.

"Encore une fois, l'appareil de location pour le nettoyage des tapis sauve la situation" dit Danielle Ferland "la barre à action vibrante ultra-rapide de l'appareil à vapeur Easy-Off vous permet de retirer la saleté incrustée en profondeur et tout surplus de solutions nettoyantes."

La décoloration

A cause de l'excellence des teintures, les tapis d'aujourd'hui conservent très bien leur couleur. Donnez-leur la même protection contre la lumière directe du soleil que vous donnez à tout tissu coloré, par l'emploi de stores, toiles ou auvents.

Pour obtenir une copie gratuite du guide de détachage Easy-Off* écrire à: Boyle-Midway Canada Ltée, 4583 boul. Métropolitain est, Saint-Leonard (Québec) H1R 1Z4. Pour renseignements: Danielle Ferland, Tél. (514) 849-7091.

VENTE DE FERMETURE À



TOUT DOIT SORTIR

DES RABAIS DE

50%

sur toute la marchandise d'été

Aussi des lots de marchandise à

10.00 & 5.00

TOUTE LA MARCHANDISE D'HIVER À VENDRE À

25.00

PIÈCE





Renouveler votre literie?
Faites-le à rabais
grâce à notre
Vente de blanc.



Ens. de draps en percale 50% de rabais!
de Springmaid

Faits de 65% polyester et 35% coton, ils sont faciles d'entretien et sans repassage. Et quel choix! Couleurs unies, motifs géométriques ou fleuris, bref, tout pour votre décor! Chaque ens. comprend un drap plat, un drap housse et 2 taies standard (une seule pour ens. jumeau). Profitez sans tarder de ce rabais alléchant! Commandes téléphoniques acceptées pour dimensions seulement.

Jumeau	60.00
2 places	74.00
Queen	98.00
King	126.00

29.99 l'ens.
36.99 l'ens.
48.99 l'ens.
56.99 l'ens.

Linge de maison, rayon 601.
En vigueur jusqu'au 23 juin.

Edredons et oreillers Quallofil* Baycrest à 25% de rabais!

Oui, votre meilleur choix est la fibre anallergique de polyester Dacron^{ma} 113 qui se lave et sèche à la machine. Elle est si légère et confortable, certains la comparent au duvet!
*Certification DuPont

Édredon réversible recouvert de coton et polyester.
Ton naturel, bleu ou brun.

Jumeau	La Baie, ord. 85.00	59.99 ch.
2 places	La Baie, ord. 100.00	74.99 ch.
Queen	La Baie, ord. 115.00	84.99 ch.
Oreiller recouvert de coton et polyester.		
Standard	La Baie, ord. 20.00	14.99 ch.
Queen	La Baie, ord. 25.00	18.99 ch.
King	La Baie, ord. 30.00	22.99 ch.

Consultez notre cahier publicitaire **VENTE DE BLANC**. Vous y trouverez un tas d'autres idées et de rabais sensationnels!



COOP

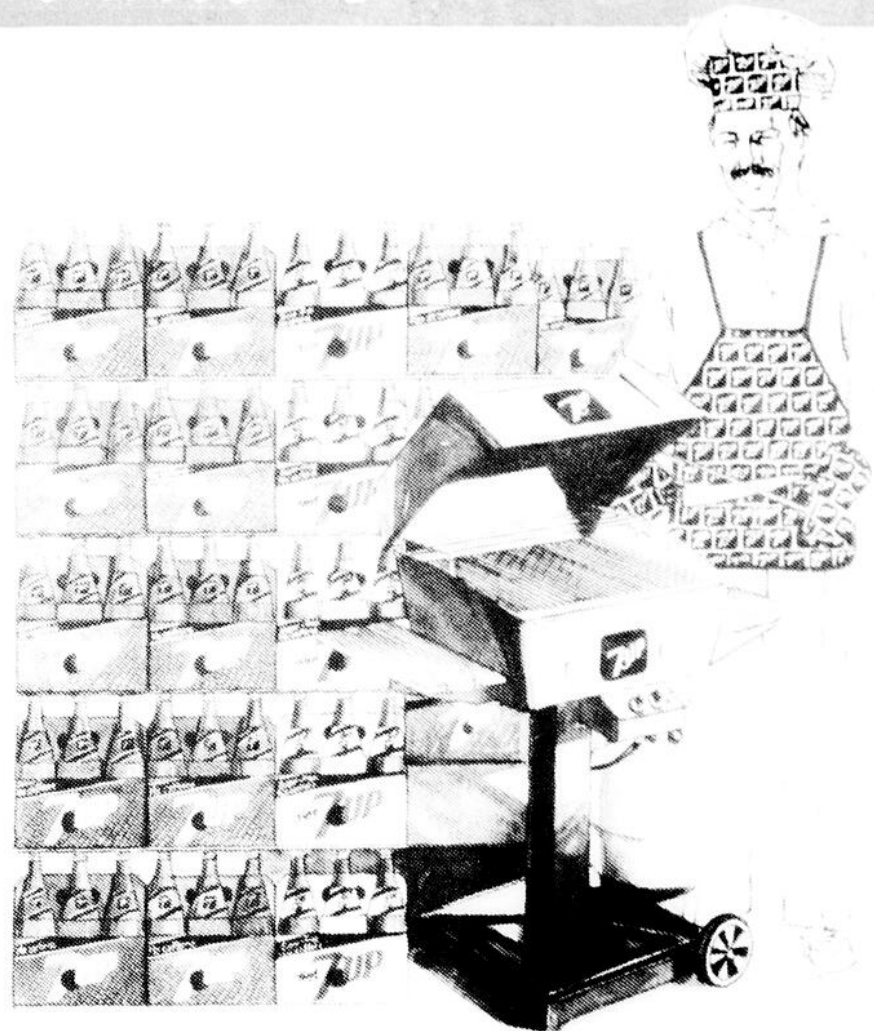
Mon choix ✓

MAGASIN COOP
RIVIERE-DU-LOUP

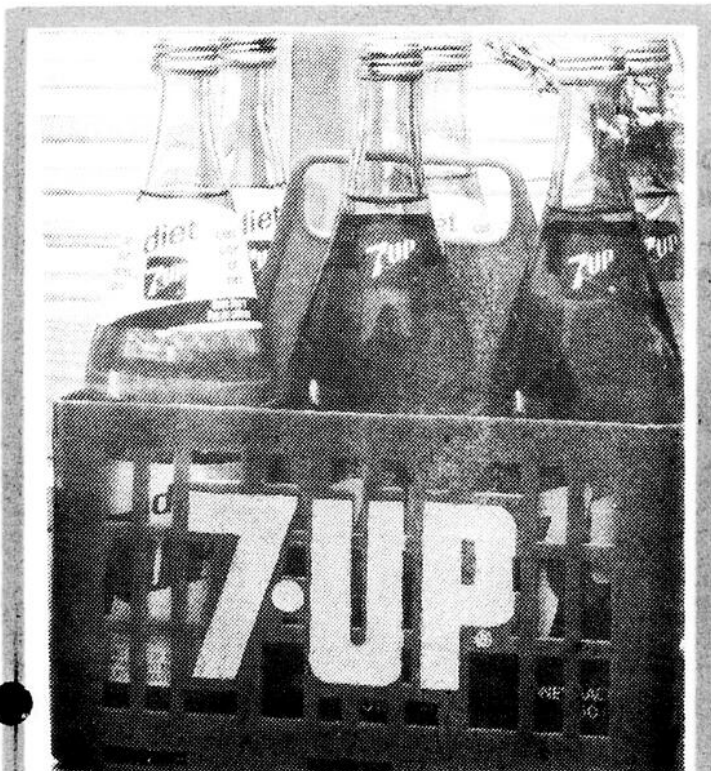
298 Blvd Thériault

COUREZ LA CHANCE DE GAGNER 1 BARBECUE

7 UP



**AVEC CHAQUE ACHAT DE 7 UP ON VOUS DONNE
UN BULLETIN DE PARTICIPATION**

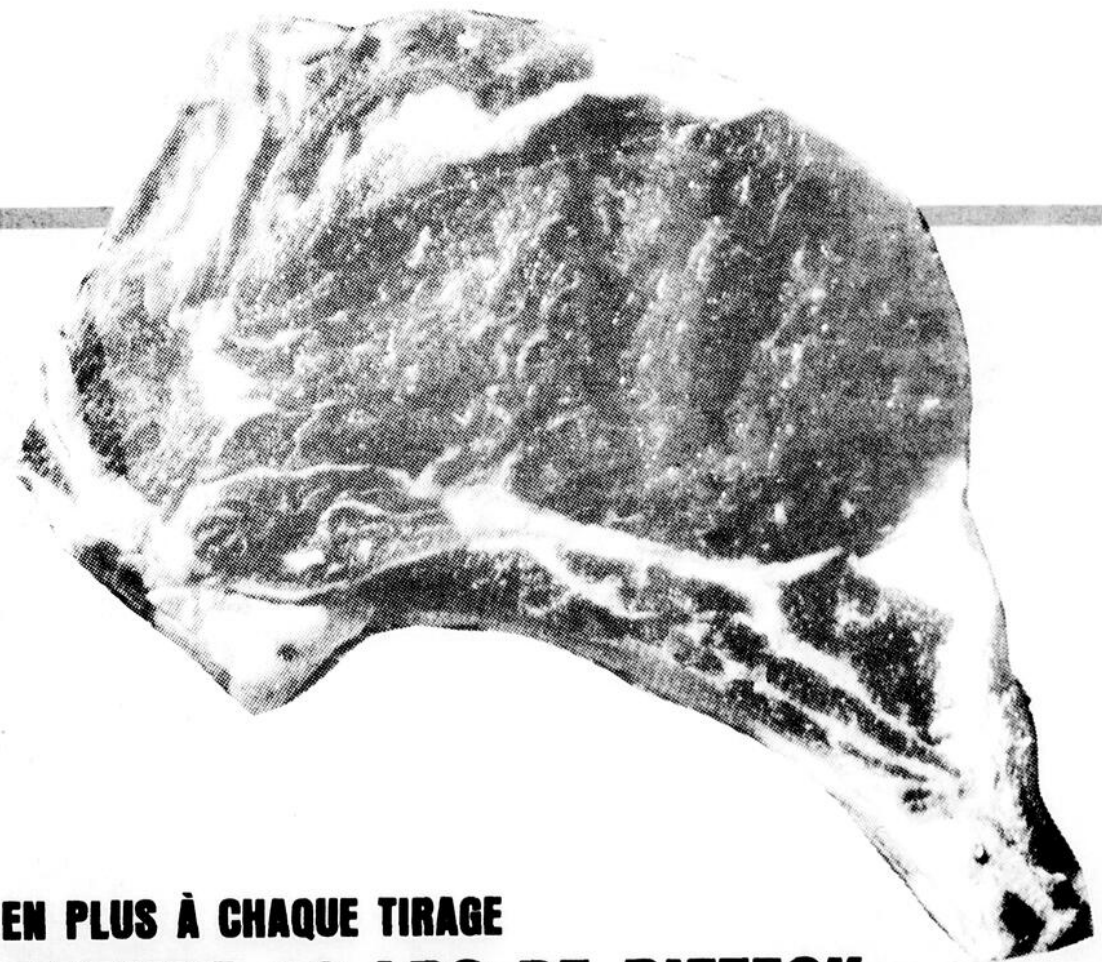


BOISSONS GAZEUSES

SEVEN-UP
RÉGULIÈRES OU DIÈTES
BOUT. 750 ML

6/3.49

PLUS DÉPÔT...



EN PLUS À CHAQUE TIRAGE

GAGNEZ 10 LBS DE BIFTECK

BOEUF POUR BARBECUE

COOP

Mon choix ✓

**MAGASIN COOP
RIVIERE-DU-LOUP**

298 Blvd Thériault



*Du vent
dans
les voiles!*

PÂTE ALIMENTAIRE
CATELLI, BTE 1KG
SPAGHETTI, SPAG
HETTINI, MACARONI
COUPE



.99
SAUCE À LA VIANDE
CATELLI, 398 ML
1.09

**PAINS À HOT-DOG OU
HAMBURGER**
"COOP" FORMAT 12

.99

**SURVEILLENZ NOTRE
CIRCULAIRE**

SÛCRE BLANC
GRANULÉ,
LANCTIC, SAC 4
KG

1.89

CAFÉ INSTANT
NESCAFÉ, BOCAL
283 G, 10 OZ.

5.89

PÊCHES DEMIES
OU SALADE DE
FRUITS, DEL
MONTE, 540 ML,
19 OZ.

.99

**SHORTENING
CRISCO**
454 GR.

.89

BEURRE CO-OP
NO. 1, 1 LB, 454
GR.

2.19



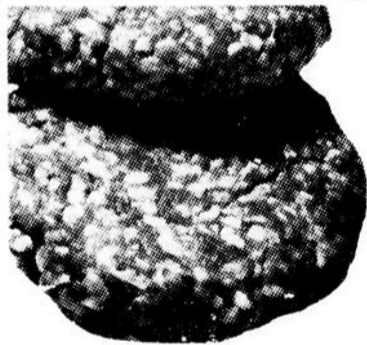
**BOEUF PROVENANT
DE COUPE CAT. A1**



**BOEUF CATÉGORIE
CANADA A
RÔTI DE HAUT
DE CÔTES** **.83** LB
1.83 KG

BOEUF HACHÉ MAIGRE

2.25 LB
4.96 KG



**RÔTI DE CÔTES
CROISÉES** **2.11** LB
4.66 KG



MELON D'EAU
PRODUIT DE LA FLORIDE

.25 LB .55 KG



**PRUNEAUX
"RED BEAUTY"**
CALIFORNIE, GROS-
SEUR 4 X 5, CANADA
NO. 1, PROD. U.S.A.,

.55 LB
1.21 KG

Carnation



LAIT ÉVAPORÉ
CARNATION
385 ML

59¢



**CHOCOLAT
CHAUD CARNATION**
500 GR

2.69

CREVETTES FRAICHES

5.52 LB
12.17 KG



SAUCE À SALADE
MIRACLE WHIP, KRAFT, SALAD DRESSING BOCAL DE 500 ML JARRE.

1.29



FROMAGE FONDU
"CHEEZ-WHIZ DE KRAFT" BOCAL DE 500 G.

2.69



MOUTARDE PRÉPARÉE
"SCHWARTZ" BOCAL DE 500 ML

.83

Lipton

Chicken Noodle Poulet et nouilles



SOUPE POULET ET NOUILLES
"LIPTON" BTE DE 4 SACHETS

1.19

coop
Mon choix

MÉLANGE À SOUPE LIPTON
CHAMPIGNONS OIGNON OIGNONS ET CHAMPIGNONS OU POULET ET OIGNONS EMP DE 2 ENV.

.99



BONBONS DARE
SAC, ASS.

1.99



BISCUITS
McCANUKS, PRINTA-NIÈRES, MARSMAL-Low, ASS. 200 GR.

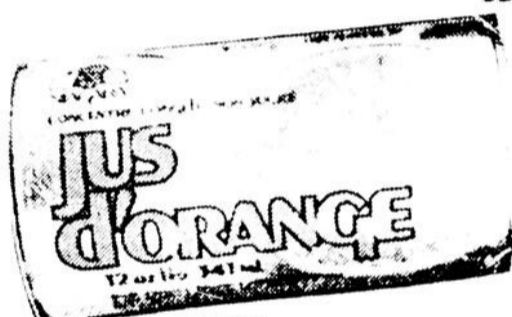
.99



BONBONS TREBOR
SAVEUR AU CHOIX

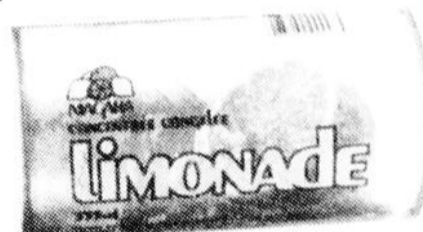
1.99 LB
4.39 KG

NIAGARA



JUS D'ORANGE
NIAGARA, 355 ML

.69



LIMONADE
NIAGARA, 355 ML

3/1.00



GÂTEAUX ÉTAGES
PEPPERIDGE FARM-SURGELÉS, CHOIX DE SAVEURS

1.49



MR NET LIQUIDE
1 LITRE

1.99



BISCUITS VIAU
PETIT BEURRE ET THÉ OU GRAND MÈRE, 700 GR

2.19



BONBONS VIAU D'ÉTÉ
ASS. 300 GR

1.29



CROÛTONS GRISSOL
750 GR

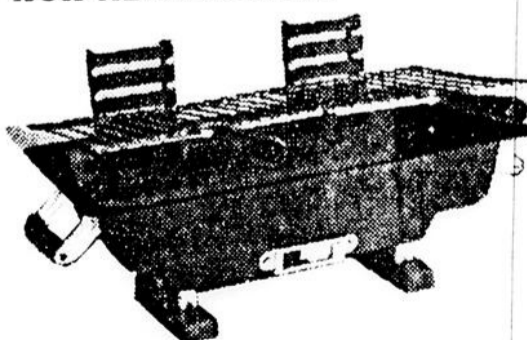
.95



NUTELLA
460 GR

2.99

NON-ALIMENTAIRE



HIBACHI DOUBLE
10" SUR 17", PIÈCE

9.99

ALLUME-FEU
ZIP, 375 G.

1.19

CHARBON DE BOIS
4.5 KG

2.99



CHAISES DE PATERRE
EN TOILE

7.99

INSECTICIDE RAID
MAISON ET JARDIN, SENTEUR FRAÎCHE, OU MAISON ET JARDIN EN AÉROSOL, CONT. DE 350 G.

3.99

COOP

MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

Mon choix ✓

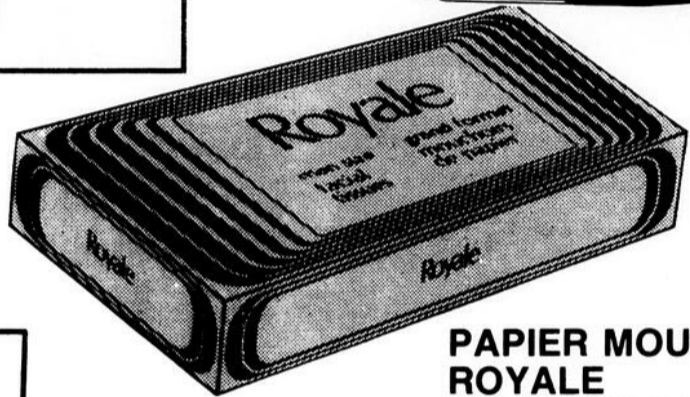
FACELLE



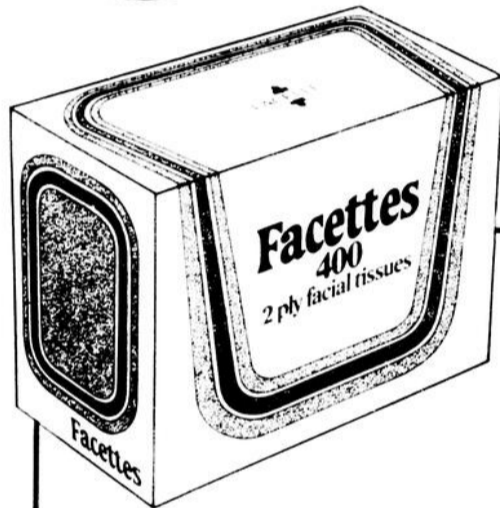
PAPIER MOUCHOIRS
FLORELLE
200 FEUILLES **.79**



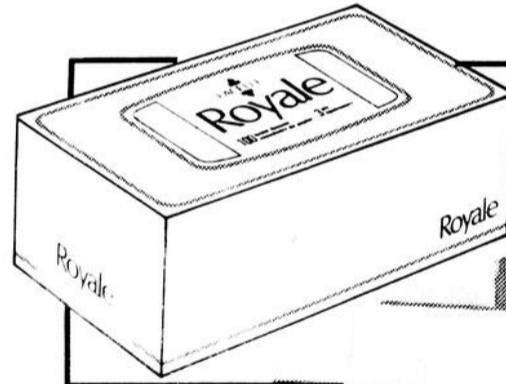
PAPIER
ESSUIE-TOUT
PRONTO 2 RLX
.89



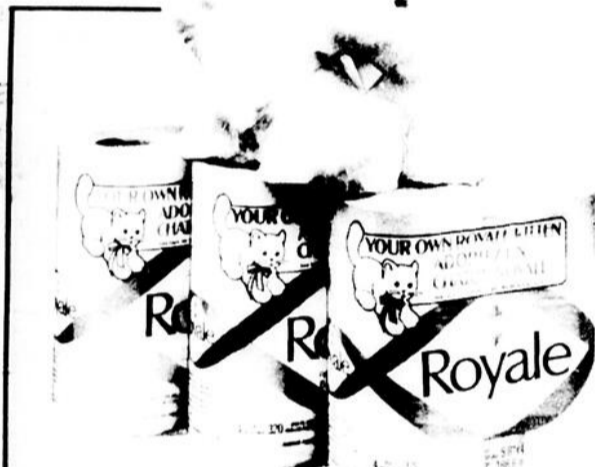
PAPIER MOUCHOIR
ROYALE
POUR HOMMES 60 X 3
ÉPAISSEURS **0.99**



PAPIERS-MOUCHOIRS
"FACETTES", BLANCS
BOITE DE 400
2 ÉPAISSEURS **1.69**



PAPIERS
MOUCHOIRS
ROYALE
BTE 100 S. **.79**

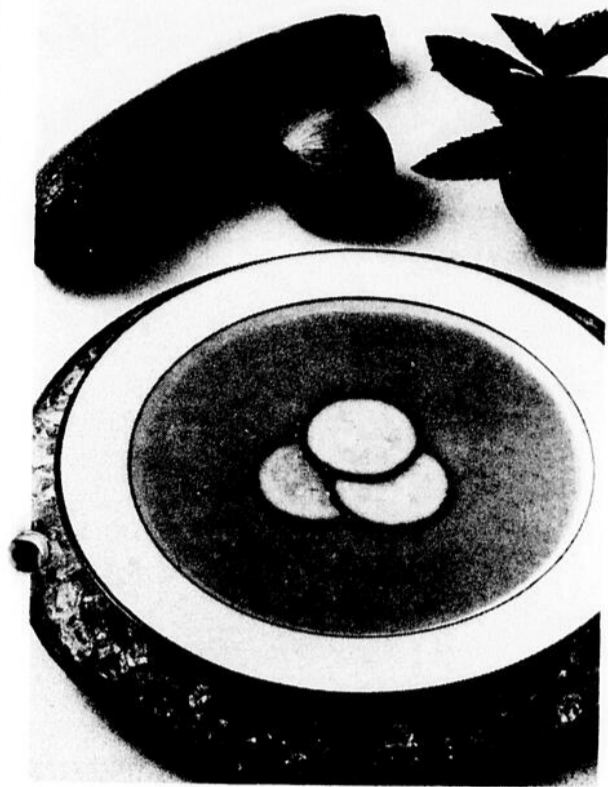


PAPIER TOILETTE
ROYALE
PQT 4 RLX
1.39

Du vent dans les voiles!



LE FIN GOURMET



Quelques conseils qui faciliteront votre cuisine estivale

L'été s'est enfin installé pour quelques mois, et la préparation des repas doit être d'autant plus facile et rapide. Tout d'abord lorsqu'une cuisson est requise,

utilisez la plaque chauffante plutôt que la cuisinière. Les températures chaudes occasionnent la multiplication des bactéries, et c'est pourquoi nous devons redoubler

de prudence. Par exemple, les aliments doivent être réfrigérés immédiatement après avoir été préparés et gardés au froid jusqu'au moment de servir. Dégélez toujours votre viande au réfrigérateur. Pour empêcher la multiplication des bactéries, lavez après chaque utilisation vos surfaces de travail avec de l'eau et du savon, et portez une attention particulière à vos ustensils et vos planches à découper.

Saviez-vous que la mayonnaise de marque connue protège vos salades et vos sandwichs de formation de bactéries nocives? L'acidité contenue dans la mayonnaise rend la survie des bactéries très difficile, mais lorsque celle-ci est incorporée à d'autres aliments, l'acidité devient moins concentrée. Alors pour une protection maximale, ajoutez la mayonnaise dès que possible et réfrigérez les aliments jusqu'à ce que vous soyez prêt à servir. En vous rappelant ces conseils, vous pourrez cet été profiter, en toute sûreté de ces recettes rafraîchissantes. Nous vous suggérons une soupe crémeuse aux zucchini, se préparant facilement d'avance et qui plaira à toute la famille. Elle peut tout aussi bien être servie comme entrée, ou accompagner un sandwich. "Des

légumes frais à tartiner", mariant le bon goût des légumes à leurs valeurs nutritives. Vos invités apprécieront sa fraîcheur. Pour donner une touche originale, videz l'intérieur d'un pain de seigle non-tranché et farcir du mélange aux légumes. Conservez la mie du pain pour des trempettes.

Une salade au poulet et gingembre, pour le petit côté gastronomique à votre menu. Cette salade est facile à préparer et sera sans aucun doute un succès retentissant. Laissez-vous aller...!

Crémeuse aux zucchini

- 1 poireau
- 3 zucchini moyens
- 1 gousse d'ail écrasée
- 1 c. à table (15 mL) de beurre
- 1 tasse (250 mL) de bouillon de poulet
- 1 tasse (250 mL) de lait
- 1 tasse (250 mL) de vraie mayonnaise Hellmann's ou Best Foods
- 1/2 c. à thé (2 mL) de poudre de cari
- 1/4 c. à thé (1 mL) de poivre blanc
- 1 c. à thé (5 mL) de jus de citron

Dans un robot-culinaire rendre en purée le poireau et les zucchini. Sauté dans le beurre et l'huile, la purée et l'ail pendant 3 minutes. Ajouter le bouillon de poulet. Mélanger le lait et la mayonnaise ensemble. Incorporer le mélange lait/mayonnaise avec le reste des ingrédients au bouillon de poulet. Porter à ébullition sur un feu modéré. Servir chaud ou froid. Si désiré garnir de pelure de citron râpé.

Des légumes frais à tartiner

- 1 paquet de 12 oz. (300 g) d'épinards congelés tranchés
- 1-1/2 tasse (375 mL) de crème sure
- 1 tasse (250 mL) de vraie mayonnaise Hellmann's ou Best Foods
- 1 paquet de mélange à soupe Knorr-Swiss aux légumes
- 1 boîte de 10 oz. (285 mL) de châtaignes d'eau, tranchées finement
- 2-3 échalottes, tranchées finement

Essorer les épinards jusqu'à ce qu'ils soient bien égoutés. Dans un bol moyen, mélanger tous les ingrédients. Couvrir et réfrigérer. Servir sur du pain de seigle ou des crâquelins. De plus, vous pouvez utiliser cette tartine comme trempette pour vos légumes.

Salade au poulet et gingembre

- 1/2 tasse (125 mL) de vraie mayonnaise Hellmann's ou Best Foods
- 1/4 tasse (50 mL) de crème sure
- 1 c. à table (15 mL) de sucre
- 1/2 c. à thé (2 mL) de zeste de citron râpé
- 1 c. à table (15 mL) de jus de citron
- 1/2 c. à thé (2 mL) de gingembre moulu

- 1/4 c. à thé (1 mL) de sel
- 2 tasses (500 mL) de poulet cuit en dés
- 1 tasse (250 mL) de raisins verts sans pépins
- 1 tasse (250 mL) de celeri en tranches

Dans un grand bol, mélanger les 7 premiers ingrédients. Ajouter le poulet, les raisins et le celeri; mêler pour enrober. Couvrir et refroidir au

moins pendant 2 heures. Servir dans des moitiés de cantaloup; garnir de tranches d'amandes, de feuilles de menthe et de fraises fraîches. Donne 4 portions.



INFORMATION SUR LA NUTRITION

John Lestage

La transformation du lait

(NC) — Le lait canadien est l'un des plus sains au monde. Il est testé à la ferme avant même d'être recueilli par les camionnettes. À la laiterie, il fait l'objet d'autres tests pour déterminer sa teneur en matières grasses, son taux de bactéries et détecter la présence d'antibiotiques et de pesticides.

À la laiterie, le lait subit des contrôles rigoureux à toutes les étapes de sa transformation. À son arrivée, on le pèse et on le mesure. Il est ensuite réfrigéré à une température un peu au-dessous de quatre degrés Celsius. Le

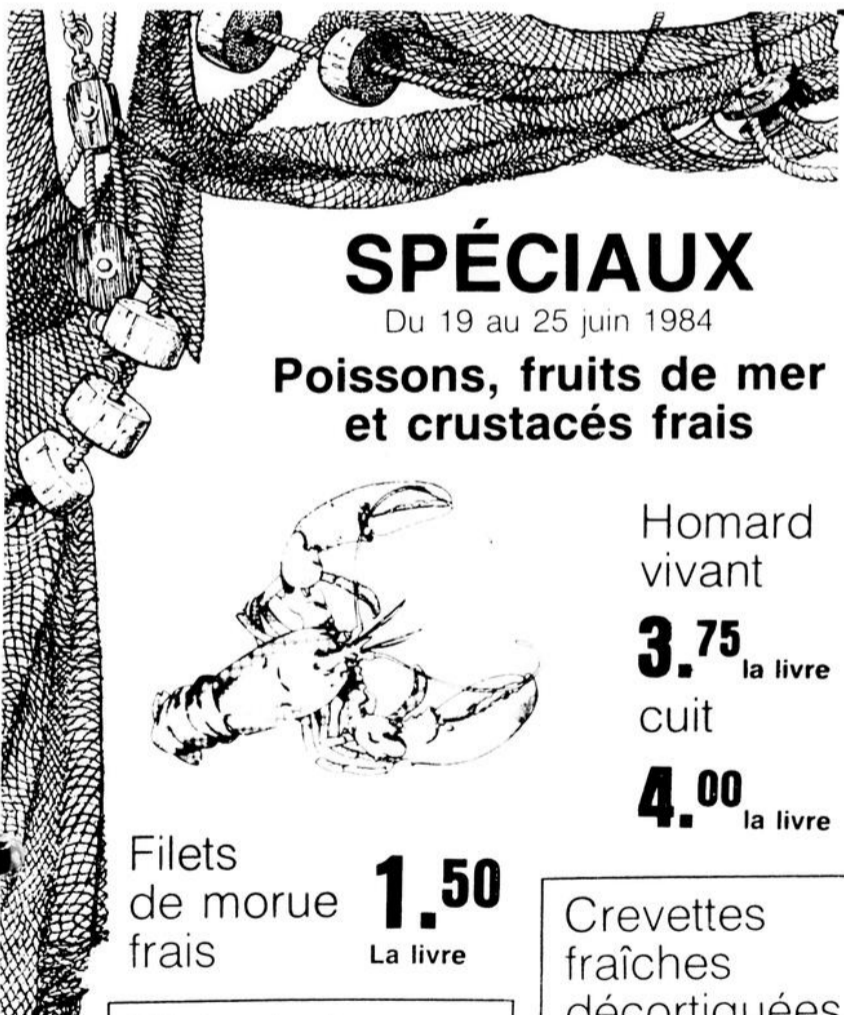
lait est alors déversé dans des réservoirs réfrigérés. Une fois ces réservoirs remplis, le processus de transformation commence.

Le lait passe par un épurateur normalisateur pour en éliminer les impuretés et enlever un peu de matières grasses. Une partie du lait est alors homogénéisée. Le lait est chauffé à 57 degrés Celsius. L'homogénéisateur projette le lait à grande vitesse sous une très forte pression; cette opération brise les globules de matières grasses en fines particules et les

disperse également dans tout le lait. Le reste du lait est séparé pour obtenir diverses crèmes et du lait écrémé. Ces produits peuvent également être homogénéisés. Tout le lait et la crème est alors pasteurisé. Le lait est chauffé jusqu'à 72 degrés Celsius pendant 16 secondes et rapidement refroidi jusqu'à 4 degrés Celsius. Ce procédé détruit toute bactérie pathogène et améliore la qualité de conservation en réduisant le nombre de bactéries qui font surir le lait. Le lait est alors acheminé dans de grands réservoirs réfrigérés. Il est ensuite emballé dans des bouteilles, des cartons ou des sacs de polyéthylène stérilisés. Il est réfrigéré jusqu'à la livraison au magasin.

Conservation du lait à la maison

Réfrigérer à 4 degrés Celsius aussitôt que possible après l'achat.



SPÉCIAUX

Du 19 au 25 juin 1984

Poissons, fruits de mer et crustacés frais



Homard vivant
3.75 la livre
cuit
4.00 la livre

Filets de morue frais
1.50 La livre

Filets de hareng fumé
2.25 la livre

Crevettes fraîches décortiquées
5.75 la livre



Poissonnerie de l'Île Enr.

Route 132, 1 1/2 mille de la sortie 20 est l'Île-Verte (418) 898-2431

<p>Bacon 500 gr. Bon appétit 1.89ch.</p>	<p>201 Lafontaine Rivière-du-Loup Serge Michaud Prop. tel 862-3521-22 res 862-7151 Spécialité: Boeuf de marque rouge et bleue</p>
<p>Saucisson de Bologne Fumé ou blanc, pas tranché. .89LB 1.96KG</p>	<p>Côtelettes de porc Tranchés, dégraissés 1.86LB 4.10KG</p>
<p>Jambon cuit Tranché 2.30LB 5.07KG</p>	<p>Dinde Canada cat Utilité environ 10 lbs. congelée 1.19LB 2.62KG</p>
<p>Peppérone Ou salami, tranché ou non 1.89LB 4.17KG</p>	<p>Fondue chinoise Roastbeef français 4.40LB 9.70KG</p>
<p>Epaule de jambon 1.09LB 2.40KG</p>	<p>Boeuf haché ordinaire 10 lbs 15.90 4.54KG</p>
	<p>Poulet à bouillir Environ 5 lbs .99LB 2.18KG</p>
	<p>Club steak 1.99LB 4.39KG</p>

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

LES SUPERMARCHÉS
provigo



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

BOÎTE DE
540 mL **3/99**



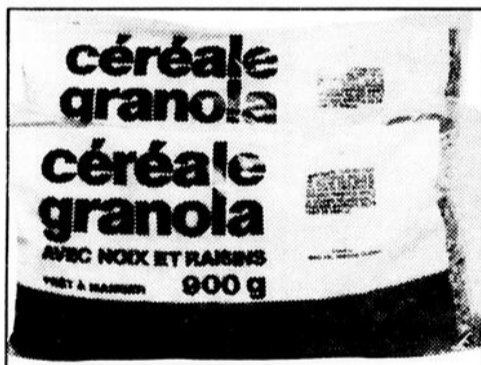
**SAUCISSES FUMÉES
PROVIGO**

EMB. DE
450 g **98**



**THÉ
ORANGE PEKOE
ETIQUETTE ROUGE**

EMB. DE
100 SACHETS **1.29**



**CÉRÉALES GRANOLA
ETIQUETTE ROUGE**

EMB. DE
900 g **1.79**



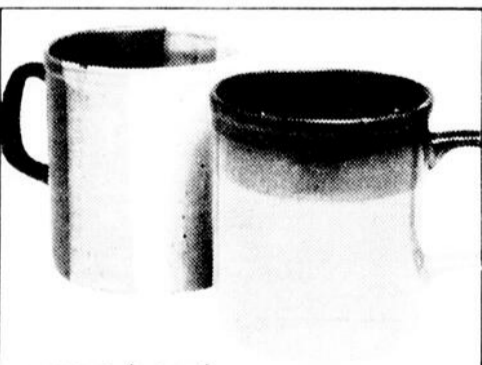
**BÂTONNETS AU FROMAGE
ETIQUETTE ROUGE**

EMB. DE
200 g **.99**



**NETTOYEUR À VITRES
ETIQUETTE ROUGE**

CONT. DE
1.5 litre **1.29**



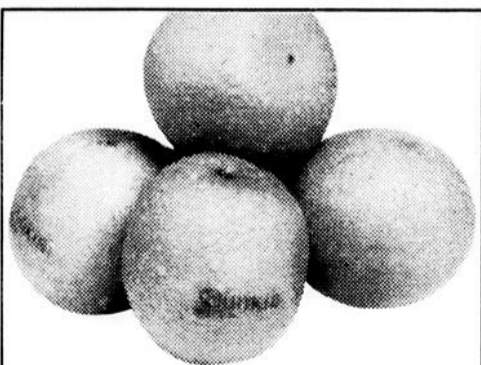
**TASSES À CAFÉ
EN TERRE CUITE**

CHACUNE **.99**



**SEVEN UP
RÉGULIER OU DIÉTÉ**

BOIT.
CONSIGNÉE
DE 750 mL **6/3.89**



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

LA DOUZ. **2.39**



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

EMB. DE
500 g **2.09**

LES SUPERMARCHÉS PROVIGO VOUS OFFRENT TOUJOURS LES MEILLEURS BAS PRIX

«VOICI LA PREUVE»

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

CAFÉ instantané, Maxwell House bocal de 283 g 4⁷⁵	SUCRE BLANC granulé, Marie Perle emb. de 2 kg .99	CÉRÉALES Corn Flakes de Kellogg's boîte de 675 g 1⁶⁹	MARGARINE DURE La Québécoise emb. de 454 g .49
MAÏS EN GRAINS de fantaisie, Niblets boîte de 341 ml .59	TOMATES HEINZ boîte de 796 ml .69	CHAMPIGNONS en morceaux, Elbee boîte de 284 ml .69	SOUPE aux tomates, Aylmer boîte de 284 ml .33
JUS D'ORANGE surgelé, KENT boîte de 341 ml .79	JUS DE POMMES St-Hilaire boîte de 1,36 litre .95	JUS DE TOMATES Heinz boîte de 1,36 litre .95	KETCHUP Heinz bout. de 750 ml 1⁷⁵
SAUMON KETA Tea Rose boîte de 220 g .99	MOUTARDE Schwartz bocal de 500 ml .89	NOURRITURE POUR CHATS Purr boîte de 170 g .23	COUCHES PAMPERS Super absorbantes emb. de 60 9⁶⁹
ESSUIE-TOUT White Swan emb. de 2 roul. .79	PAPIERS-MOUCHOIRS White Swan boîte de 200 .77	DÉTERSIF pour la lessive, ABC boîte de 2 kg 2⁶⁹	DÉTERSIF pour la lessive, Tide boîte de 2,4 kg 3³⁹

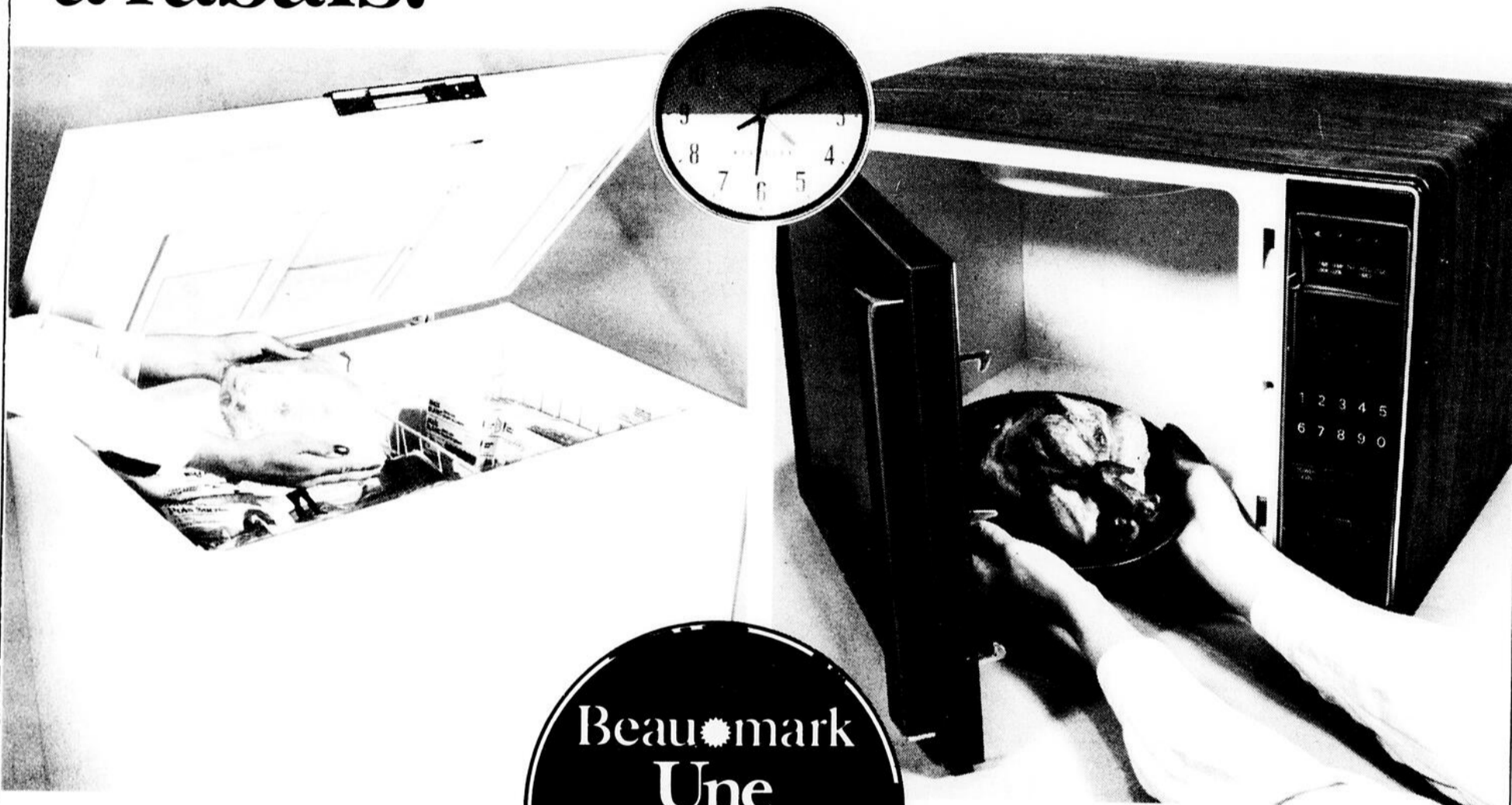
NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT
DE LIMITER LES QUANTITÉS.

LES SUPERMARCHÉS
 **provigo**

Beau*mark

Offrez-vous des repas vite faits avec Beaumark à rabais!

Pour sortir de la cuisine à l'heure des repas, faites-y entrer Beaumark et épargnez sur chacun de ces deux appareils. Le congélateur-coffre met fin aux emplettes de dernière minute et le four à micro-ondes permet de préparer de succulents repas éclair.



\$60 de rabais!

Congélateur-coffre Beaumark

de 0,21 m³ (7,5 pi³). Capacité de 119 kg (262 lb), isolation mousse, poignée en retrait, serrure avec clé et commande à l'épreuve des manipulations accidentelles. Blanc seulement. Modèle 80720. Ord. 369.98

309⁹⁸ ch.

Démonstrations de four micro-ondes seront données par Madame Fleur Dubé, jeudi le 21 juin, de 1h00 à 4h00 et de 6h00 à 9h00. Cordiale bienvenue!

Beau*mark
Une occasion en or

\$50 de rabais!

four à micro-ondes Beaumark

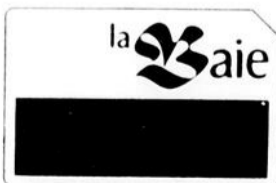
de 0,039 m³ (1,4 pi³). Puissant modèle de 625 watts à ondes jumelées provenant du haut et du bas. Minuterie 100 minutes, mise en marche différée, choix de 10 programmes, avertisseur en fin de programme et sonde de température. Modèle 02169. Ord. 599.98

549⁹⁸ ch.

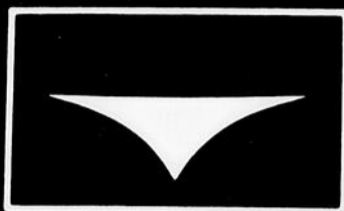
- Pour des réparations urgentes, habituellement effectuées dans les 2 jours suivant votre appel...
- Pour un travail garanti et fait par des experts...
- Pour un stock important de pièces de rechange...
- Pour un service du lundi au samedi...

Vous pouvez compter sur le service Beaumark!

Électroménagers Beaumark. En vigueur jusqu'au 23 juin.



Vente d'entrepôt et d'échantillons de plancher



Hotpoint

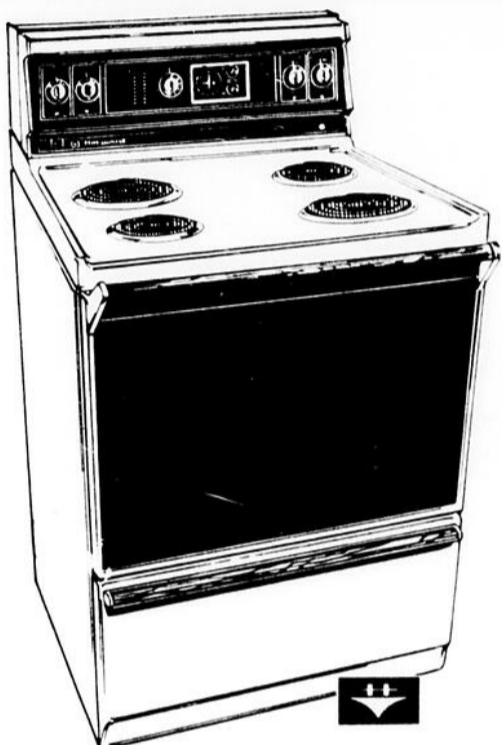
LE DERNIER CRI EN ÉLECTROMÉNAGER



Modèle RT130D

- Volume de rangement de 13 pieds cubes.
- Deux clayettes réglables à 10 hauteurs.
- Garde-beurre.
- Garde-fromage.
- Bac à fruits et légumes et garde-viande.
- Bac à oeufs.
- Garde-beurre, garde-fromage, bac à fruits et légumes, garde-viande et bac à fruits et légumes, garde-viande et bac à oeufs en matériau au riche fini brun.
- Interrupteur Éconergie.
- Choix de couleurs: amande et blanc neige.

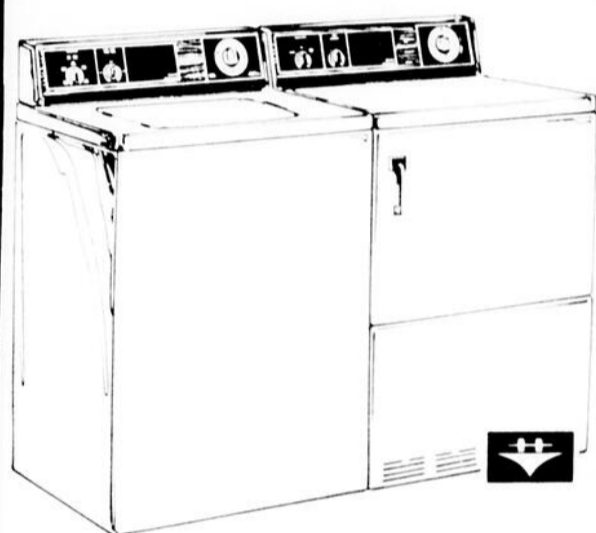
Spécial
\$619.00



Modèle KE230CX

- Rendement et style élégant sont les traits caractéristiques de cette cuisinière Hotpoint avec four à nettoyage facile.
- Centre de programmation.
- Prise de courant chronométrée.
- Quatre éléments de surface amovibles avec commandes à réglages infinis de la chaleur.
- Commande à réglage variable du grillage et de la cuisson.
- Cuvettes ramasse-gouttes en émail vitrifié.
- Lampe dans le four.
- Élément de cuisson relevable dans le four.
- Tiroir de rangement.
- Lèche-frite.
- Panneau de porte en verre noir avec poignée et porte-serviettes combinés.
- Cordon installé en usine.
- Choix de couleurs: amande et blanc neige.

Spécial
\$575.00



LAVEUSE HOTPOINT

Modèle LA420

- Laveuse offrant trois programmes: régulier, lavage additionnel et apprêt permanent • Choix de cinq combinaisons des températures de l'eau de lavage/rinçage • Choix de trois niveaux d'eau • Doseur d'agent de blanchiment • Anneau filtreur autonettoyant • Choix de couleurs: amande et blanc neige.

SÈCHEUSE HOTPOINT

Modèle DE320

- Trois programmes de séchage: régulier minuté, spécial et délicat • Choix de trois températures: régulière, délicate et duvetage • Bouton de mise en marche de sûreté • Filtre à charpie amovible placé à l'avant • Quatre modes de ventilation • Choix de couleurs: amande et blanc neige.

Spécial

MEUBLES FITZBACK LTÉE

646 LAFONTAINE, RIVIÈRE-DU-LOUP, 862-8238

**Marché
D & H Ouellet Inc.**

114, Fraserville
Rivière-du-Loup, Tél.: 867-1441

Soucy & Fils Inc.

Isle Verte
Rivière-du-Loup, Tél.: 898-2680

**Épicerie
Claude Létourneau**

60, rue Principale
Cacouna, Cté Rivière-du-Loup, Tél.: 862-4581



PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU 23 JUIN 1984
Pour les marchands de la région de Québec

**BREUVAGE
ORANGE, POMMES OU
RAISINS
ROUEMONT
BOCAL DE 64 oz** 1,09\$

BOISSON GAZEUSE
Pepsi, Diet Pepsi, Pepsi Déca ou
Diet Déca, Seven-Up 6 x 750 ml
ou Diet-Seven-Up
bouteilles consignées 3,79\$

LAIT ÉVAPORÉ
Carnation
boîte de 385 ml 69c

**JUS DE LÉGUMES
V-8
bocal de 1,36 litre** 99c

**JUS DE RAISINS
surgelé, Welch's
boîte de 341 ml** 1,29\$

**BROCOLI OU CHOUX-FLEURS
surgelés avec sauce au fromage
Pepperidge Farm
boîte de 206 g** 1,39\$

PIZZA SURGELÉE
grandeur 4x5, de luxe (425 g),
pepperoni (397 g) ou
suprême (454 g)
Mc Cain 2,59\$

FROMAGE
Swiss Knight
de Gruyère, 12 portions
emb. de 8 oz 1,59\$

TOAST MELBA
Old London
boîte de 400 g 1,99\$

LÉGUMES EN CONSERVE
fèves jaunes ou vertes,
assaisonnées, entières ou coupées
ou mais en crème
Del Monte
boîte de 14 oz 79c

FÈVES GERMEES
Montréal
boîte de 28 oz 1,29\$

SAUCE SOYA
V-H
bouteille de 450 ml 99c

**GÂTEAUX
PIQUE, CRÈME FOUETTÉE À LA
GELÉE OU BILLOT
À L'ÉRABLE
VACHON
EMB. DE 6** 1,59\$

**JUS D'ORANGE
SURGELÉ
SUN PAC
BOÎTE DE 355 ml** 1,19\$

SAUCE
pour sandwichs chauds
St-Hubert
boîte de 400 ml 59c

SAUCE POUR CÔTES LEVÉES
variété de saveurs
V-H
bocal de 12 oz 99c

MAYONNAISE
Kraft
bocal de 750 ml 2,39\$

PÂTES ALIMENTAIRES
Lancia
boîte de 500 g 79c

MARGARINE MOLLE
à l'huile de soya
Mirage
cont. de 454 g 1,19\$

SUCARYL
en sachets
emb. de 50 sachets 1,09\$

GARNITURE À SUNDÆ
chocolat, caramel ou
butterscotch, Shirriff
bocal de 250 ml 1,19\$

GUIMAUVES
campfire de Lowney's
emb. de 250 g 59c

**ARACHIDES EN
ÉCALES**
Krispy Kernels
emb. de 300 g 1,39\$

BONBONS
menthes rayées, brillant
à la menthe ou fruits
centre mou, Trebor
emb. de 400 g 1,79\$

**DÉTERSIF
POUR LAVEUSE
AUTOMATIQUE
ALL
boîte de 2,1 kg** 3,79\$

**FROMAGE
VELVEETA OU
CHEEZ WHIZ
DE KRAFT
500 g** 2,89\$

CROUSTILLES
saveur régulière, barbecue,
vinaigre ou ondulée
Laurentides
sac de 400 g 1,99\$

AMUSE-GUEULE
Tostinos Nacho ou
Doritos Nacho, Frito-Lay
sac de 250 g 1,59\$

BISCUITS
feuille d'érable (400 g)
ou oreo (450 g, Christie
l'emballage 1,89\$

RASOIR
Bic
emb. de 5 rasoirs 89c

SHAMPOING LOTION
Head'n Shoulder
bouteille de 250 ml 2,89\$

SAVON
Irish Spring ou
Palmolive vert
2 pains de 130 g 1,45\$

SERVIETTES MINCES
Liberté Nouvelle
boîte de 30 4,19\$

COUCHES
premiers pas (48) ou
premiers pas plus (40)
Pampers
la boîte 10,89\$

DENTIFRICE
gel, régulière ou
menthe, Crest
tube de 50 ml 1,09\$

RINCE-BOUCHE
Scope
bouteille de 375 ml 2,49\$

**JAVEL
LA PARISIENNE
CONT. DE 3,6 LITRES** 1,19\$

**CHAMPIGNONS
ENTIERS OU
TRANCHÉS, AXEP
BOÎTE DE 284 ml** 79c

**DÉSODORISANT
en bâton ou à bille
Secret
60 ml + 15 ml de boni** 2,79\$

**DÉSODORISANT
ANTIPERSPIRANT
Secret
200 ml + 50 ml de boni** 2,79\$

SEL DE FRUITS
Eno
boîte de 10 sachets 1,49\$

TAMPONS À RÉCURER
Chore Boy
emb. de 2 tampons 79c

**ASSOUPLISSEUR
DE TISSUS
Free & Soft
boîte de 33 g** 3,29\$

**NETTOYEUR À TOILETTE
automatique
Sani-Flush
cont. de 341 ml** 1,39\$

BRIQUET
au butane, Bic
chacun 89c

PAPIER D'ALUMINIUM
largeur 18 pouces
Reynold's
rouleau de 25 pieds 1,99\$

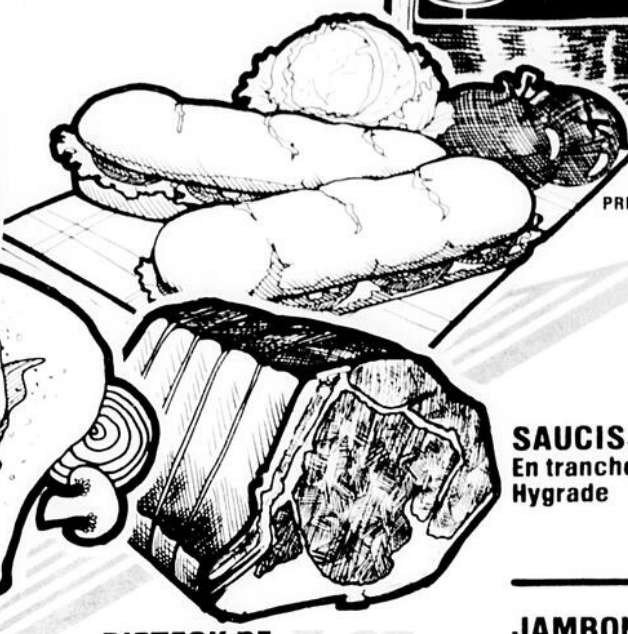
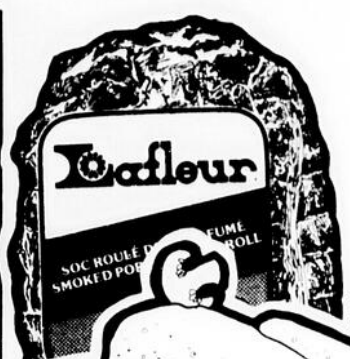
SACS À GLAÇONS
Scubs
boîte de 12 99c

**PRÉPARATION
pour whiskey
Party Tyme
enveloppe de 4 oz** 1,49\$

**PETITS SACS
pour congélateur
Ziploc
boîte de 20** 1,39\$

**PAPIER HYGIÉNIQUE
BLANC OU BEIGE
BUDGET
emb. de 4 ROULEAUX** 1,09\$





PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU 23 JUIN 1984
Pour les marchands de la région de Québec

**CUISSES DE POULET
FRAÎCHES, AVEC DOS** 2,09\$/kg
95¢/lb

**POITRINE
DE POULET
FRAÎCHE, AVEC DOS** 4,15\$/kg
1,88\$/lb

**SOC DE PORC FUMÉ
LAFLEUR** 5,25\$/kg
2,38\$/lb

**BIFTECK DE
CÔTES** 7,67\$/kg
3,48\$/lb
Provient de boeuf
Canada "A"

FOIE DE PORC
Frais, tranché 1,06\$/kg
48¢/lb

**SOUS-MARIN OU
SOUS-MARIN PIZZA** 1,38\$
Lafleur

PAIN SIMILI POULET
En tranches 3,70\$/kg
1,68\$/lb
Roy

NOIX DE RONDE FUMÉE
En tranches 8,77\$/kg
3,98\$/lb
Déli de Coorsh

SAUCISSON DE BOLOGNE
En tranches 2,82\$/kg
1,28\$/lb
Hygrade

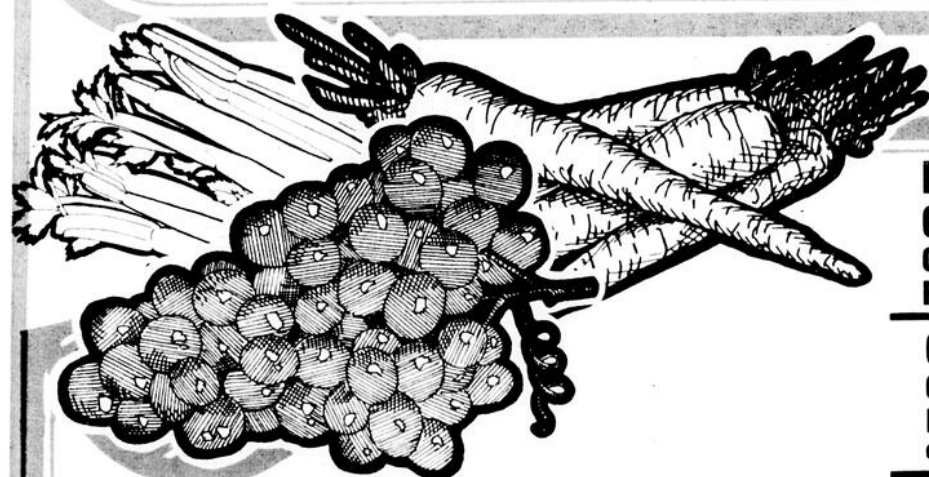
JAMBON CUIT
En tranches 5,47\$/kg
2,48\$/lb
Hygrade

SAUCISSES FUMÉES
Bilopage 98¢
emb. de 450 g

CRETONS FRAIS
Bilopage 2,48\$
cont. de 300 g

BACON TRANCHÉ
Taillefer 2,38\$
emb. de 500 g

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS



**CÉLERI
CANADA NO 1
PRODUIT DES ÉTATS-UNIS
GROSSEUR 24
LE PIED** 75¢

**RAISINS ROUGES
CARDINAL** 2,84\$/kg
1,29\$/lb
Canada no 1
Produit de la Californie

CAROTTES
Canada no 1 1,49\$
Produit des États-Unis
emb. de 2,27 kg (5 lb)

NECTARINES
Produit des États-Unis 2,18\$/kg
99¢/lb

ÉCHALOTES
Produit du Québec 25¢
le paquet

MELONS DE MIEL
Produit des États-Unis 1,99\$
Grosneur 6
chacun

**Épicerie
Claude Létourneau**
60, rue Principale
Cacouna, Cte Rivière-du-Loup, Tél.: 862-4581

Soucy & Fils Inc.
Isle Verte
Rivière-du-Loup, Tél.: 898-2680

**Marché
D & H Ouellet Inc.**
114, Fraserville
Rivière-du-Loup, Tél.: 867-1441

le plaisir de faire son marché



Monsieur Robert St-Pierre de St-Aimé-des-Lacs est l'heureux gagnant du cinquième prix, un voyage d'une semaine pour 2 personnes à Paris en France, attribué le 28 mai dernier dans le cadre de la promotion sur le Prêt personnel Desjardins. On le voit ici en compagnie de son épouse, recevant son prix de monsieur Laurier Lévesque, directeur de La Caisse Populaire de St-Aimé-des-Lacs, Charlevoix.



Mme Francine Dubé, représentant la municipalité de St-Arsène à l'occasion du concours Fête des mères, Fête des maires a été l'heureuse gagnante de cet événement annuel organisé par les Serres de la Plaine de St-Epiphane.



Pour un choix judicieux dans l'achat de plantes vertes ou fleuries par une conseillère d'expérience c'est au Sentier Fleuri qu'il faut vous rendre. Mlle Thérèse Bélanger vous renseignera sur les soins à apporter à vos plantes et vous conseillera sur votre choix.



Le gagnant d'un REER

Lors de l'exposition industrielle et commerciale des Chevaliers de Colomb, dimanche le 10 juin a eu lieu le tirage par la compagnie La Laurentienne d'un REER (régime enregistré d'épargne-retraite). L'heureux gagnant est M. Louis Pratte. Il a reçu son REER du directeur adjoint à la succursale de Rivière-du-Loup, M. Jean-Marie Deschamps et était présente Mme Claudette Bérubé, assureur-vie.

Soyez prêts pour la saison des fraises

Il n'y a aucun doute dans l'esprit des consommateurs. Lorsque, dans quelques semaines, les fraises accentueront de leur belle couleur rouge les comptoirs des produits frais dans les marchés, l'été sera bel et bien commencé. Assurez-vous donc d'en profiter des lors, puisque la saison des fraises est relativement courte. La production des fraises du Canada se fait plutôt à l'échelle locale puisque ce fruit délicat tolère mal les rudiments du transport.



Messieurs, ceux et celles qui se préoccupent de votre chevelure sont les 6 coiffeurs/coiffeuses diplômés à votre service au Salon de Coiffure Saucier du Centre Commercial de Rivière-du-Loup. Que ce soit: Bermond, Johanne, Christine, Vital, Patricia ou Monique ils vous conseilleront sur la coupe et le soin que votre coiffure exige. Donc messieurs vous exigez une coupe fait par des professionnels, le seul endroit "Salon de Coiffure Saucier".

LE SPORT ÇA SE PASSE CHAQUE SEMAINE

DANS L'HEBDOMADAIRE RÉGIONAL **LE ST-LAURENT ECHO** 40c

CHRONIQUES...REPORTAGES...ANALYSES...PHOTOS D'ACTIONS..

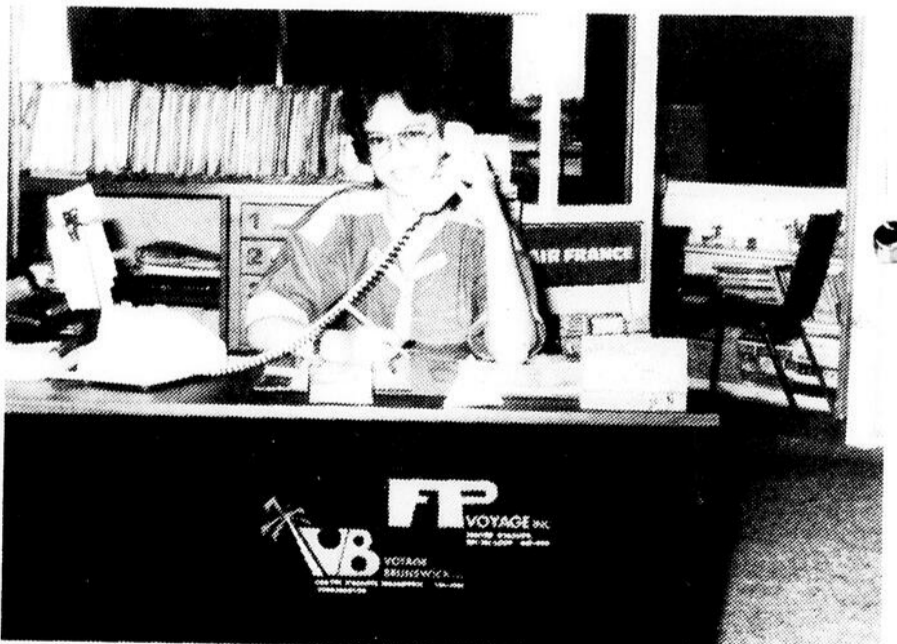
avec



Mario Pelletier



Gilles LeBel



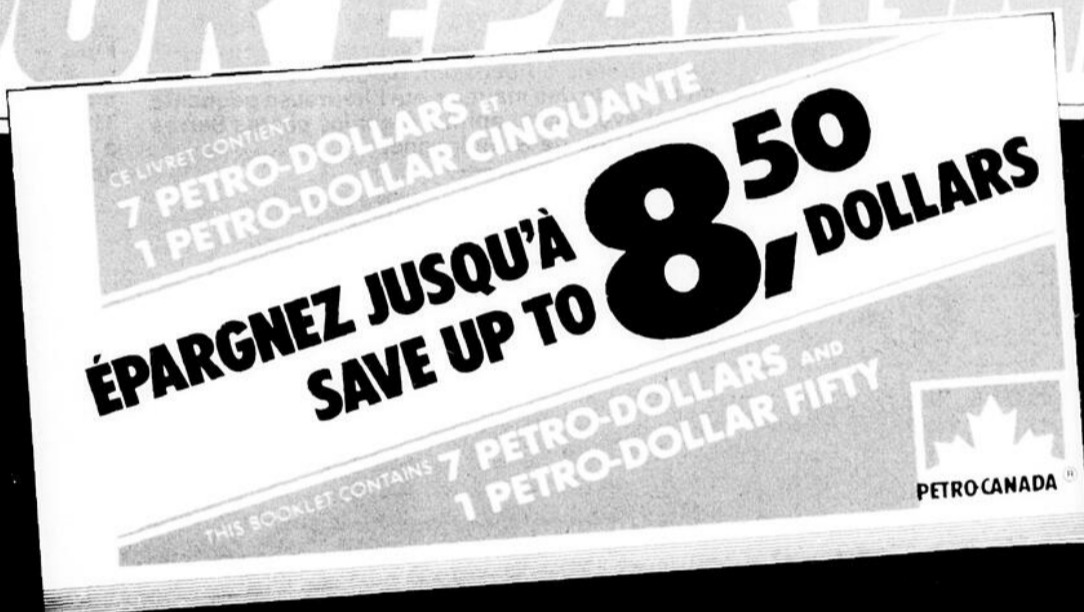
Certains d'entre nous la reconnaissent, il s'agit de Mlle Odette Malenfant, secrétaire réceptionniste de F.P. Voyage du Centre Commercial de Rivière-du-Loup, qui vous reçoit avec une très grande gentillesse et un magnifique sourire. F.P. Voyage c'est vraiment le début d'un excellent voyage de rêve.

VOUS ALLEZ RECEVOIR UN CADEAU POUVANT VALOIR

850\$

DE PETRO-CANADA

PROFITEZ-EN POUR ÉPARGNER!



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

7 PETRO-DOLLARS

encaissables
jusqu'au
2 septembre
1984

ET

1 «PETRO-DOLLAR CINQUANTE»

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

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

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

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

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

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

Pierre Dupuis



PETRO-CANADA ça nous appartient

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

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



VARIÉTÉS


Spéciaux en vigueur du 19 au 24 juin '84
ou jusqu'à épuisement des stocks

Michel Denis

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


LIVRAISON GRATUITE
DANS UN RAYON
DE 15 MILLES

CETTE SEMAINE À NOTRE COMPTOIR COSMÉTIQUES



Anais Anais
Eau de toilette vaporisateur
30 ml.

\$15.50



LANCÔME

PARIS

avec tout achat de \$15 ou plus de produits Lancôme recevez un joli coffret "Les histoires Lancôme" contenant 1 hydrix crème déshydratante 20 ml, 1 crayon Khol gris bleu, 1 maquimat fond de teint, 20 ml, d'une valeur de \$21.00

Carton régulier ou King Size




13.39 le paquet **1.90**

3 paquets pour **5.00**

Nivea


Crème hydratante et apaisante



2.79

Artic Power

5 litres



2.99

Vidal Sassoon


Rince ou shampooing 300 ml



3.29

Roberto


Bain moussant aux huiles essentielles



.79c

Duvel

Produit cosmétique



1.49

Playtex

Sacs jetables pour biberons, bte 100



3.59

Crest


Pâte dentifrice, 50 ml



.99c

Alcool à friction

Format de 450 ml



.79c

Q-tips

Cure-oreilles, bte 180



1.19

Pampers

Absorption normale bte 72



10.69

Bronztan


Paha Protection 4-6-8 200 ml



3.99

MURINE Murine

Gouttes rafraichissantes pour les yeux



1.89

Amosan

Format de 20 sachets



3.29

Support herniaire

Pour hommes de marque Pipeer



25% de rabais

No Salt

Succédané de sel format 225 gr.



2.09

Ça se passe entre nous

Heures d'ouverture: Simple comme

Bonjour!

9 à 9
heures

7 jours par semaine

Ça se passe entre nous