

MEDIC-O-PRIX

SPECIALS EN VIGUEUR DU 31 AOUT AU 10 SEPTEMBRE 1977

Johnson & Johnson
POUDRE POUR BEBES
Format 680 GM
Prix régulier \$3.55
SPECIAL
1.99



Johnson & Johnson
Shampooing pour bébés
Format 450 ml
Prix régulier \$3.72
SPECIAL
2.11



Oral B 30-40-60
BROSSE A DENTS
Prix régulier \$1.19
SPECIAL
.59



NEW FREEDOM
Maxi-serviettes adhésives
Format 30
SPECIAL
1.81



Raymond Fortier
Pharmacien
124 Est. rue St-Germain - Rimouski
Tél. : 724-4411

Chantal Langlois
Pharmacien
102 Ouest. rue St-Germain - Rimouski
Tél. : 723-3338

Maurice Nolin
Pharmacien
214 rue de la Cathédrale - Rimouski
Tél. : 723-2459

Verreault & Dufour
Pharmaciens
161 Rouleau - Rimouski
Tél. : 723-5661

MONTCLAIR
EAU MINERALE
Format 30 oz
SPECIAL
.43



SUCRETS
Pastilles pour enfants
Régulière - Menthol
Format 24's
Prix rég. \$1.89
SPECIAL
.98



AGREE
Rinçage revitalisant
Format 225 ml
Prix rég. \$1.88
SPECIAL
.99
Gras - Ordinaire plus de corps au baume
Format 350 ml
Prix rég. \$2.47
SPECIAL
1.29



Crest dentifrice
Sav. ordinaire - Menthe
F. 150 ml
Prix rég. \$2.17
SPECIAL
1.49



ROYALE
Papier de toilette blanc
Format 2's
SPECIAL
.49
ROYALE
Papier mouchoirs blanc
Petite boîte
SPECIAL
.49



SNAP
Nett. pour le visage
Format 6 oz
Prix rég. \$1.75
SPECIAL
1.06



SCOPE
RINCE-BOUCHE
Format 1 litre
Prix rég. \$3.22
SPECIAL
2.36



ELASTOPLAST
Pansements de tissu
Adhésifs
Format 100's
Prix rég. \$2.69
SPECIAL
1.49



JOHNSON SOIE DENTAIRE
Saveur ordinaire, cirée, non-cirée, ultra fine non cirée
50 verges
Prix rég. \$1.76
SPECIAL
.96



WET ONES
Serviettes humides
Format 70
Prix rég. \$1.79
SPECIAL
1.15
Débarbouillettes pour bébés
Format 70
Prix rég. \$1.79
SPECIAL
1.15



MENNEN
Speed Stick désodorisant
Mousse sauvage, ordinaire, limette, herbal
Format 75 gm
Prix rég. \$1.99
SPECIAL
1.19



KOTEX LIGHT DAYS
Serviettes féminines
Format 48's
Prix rég. \$2.84
SPECIAL
1.89



CURITY
Sacs disposables
Format 50's
Prix rég. \$1.88
SPECIAL
1.22



ASPIRIN POUR ENFANTS
Format 24's
Prix rég. \$0.53
SPECIAL
3 pour .87



BABY SCOTT
Couches pour bébés
Régulières 30's ou super 24's
SPECIAL
1.99



ONE-A-DAY VITAMINES
Format 60's
Prix rég. \$3.55
SPECIAL
2.12



FEEN-A-MINT
Gomme à mâcher
Format 24's
Prix rég. \$1.65
SPECIAL
.95



Head & Shoulders
Shampooing
Enraye les pellicules
Format 250 ml
Prix rég. \$2.89
SPECIAL
1.92



MODESS
Serviettes féminines Régulières
Format 48's
SPECIAL
2.75



Secret ultra sec
Parfumé ou non-parfumé
Format 9 onces plus 30% boni
Prix rég. \$2.28
SPECIAL
1.49



JUSQU'A EPUISEMENT DE LA MARCHANDISE — LIMITE 3 PAR CLIENT — AUCUNE LIVRAISON



Parlons Alimentation finit en beauté avec le lancement de son livret "Conservation et Utilisation de nos petits fruits québécois". Vous pourrez vous le procurer à la Caisse populaire de St-Robert cette semaine si vous l'avez manqué chez Cooprix la semaine dernière.

Même si nos émissions au canal 2 continuent le mercredi jusqu'à la fin de septembre, cette série d'articles finit la semaine prochaine. Si par ces moyens, nous avons éveillé votre intérêt autant que nous avons éveillé l'intérêt des jeunes des terrains de jeux, les Rimouskois s'alimentent vraiment mieux.

On dit que les deux tiers du budget moyen présentement attribué à l'alimentation dans les familles canadiennes serait suffisant pour avoir un panier rempli d'aliments ayant une bonne valeur nutritive. Cela veut dire que c'est possible de BIEN DIGERER SANS MANGER SON BUDGET.

A Yellowknife, dans les Territoires du Nord-Ouest, un pain brun coûte \$0.63, une livre de beurre \$1.49, une douzaine d'œufs \$1.25, une livre de pommes rouges \$0.69, une livre d'oranges

\$0.49 et une livre de bacon \$2.39. Le transport et la congélation augmentent le coût de la vie.

Avec les coupes de vianges moins chères, des légumes et des fruits en saison, l'utilisation imaginative des restes et d'autres trucs nous sommes capables d'arriver à

A MATANE:

Vos gencives et leur traitement

Une équipe de périodontistes envoyée par l'Ordre des dentistes via le comité d'éducation continue de présenter des journées d'études sur les maladies de gencives et les nouvelles façons de les traiter. Ces conférences auront lieu à Matane dans le cadre du congrès annuel de la Société dentaire nord-sud.

Le but de ce programme est de parler les connaissances des dentistes dans ce domaine et de leur donner les moyens de dispenser les traitements de base de ces maladies qui causent la perte de la grande partie des dents chez les adultes.

Si vos gencives saignent spontanément au brossage, elles sont malades. Sans soins, ces maladies progressent et vont jusqu'à détruire l'os qui retient les dents en place et entraînent éventuellement la perte de vos dents. N'attendez pas qu'il soit trop tard, consultez votre dentiste, il vous traitera. Si votre cas est trop compliqué, il vous référera à un spécialiste.

mieux manger à bon marché.

Débarassons-nous surtout des mauvais aliments qui s'accrochent à nous et à nos enfants par une publicité monstrueuse! Si l'on achète des aliments en proportion avec leur publicité, on aurait toute une table couverte de chips, de liqueurs et de friandises et un ou deux petits pois verts. La pire chose, c'est que les annonces attaquent nos enfants qui forment leurs habitudes alimentaires pour toute la vie.

Le point essentiel, c'est que surveiller les achats pour avoir une bonne alimentation et surveiller les achats pour épargner sont deux actions qui vont ensemble. Une question à se poser souvent: "Combien de SANTÉ ai-je achetée cette semaine?"

Les cimetières d'autos seront sévèrement règlementés

L'ère des cimetières d'autos tels que nous les connaissons, c'est-à-dire représentant une des plus importantes sources de pollution visuelle, tire à sa fin.

Le ministre délégué à l'Environnement, M. Marcel Léger, vient en effet d'annoncer la publication dans la Gazette officielle d'un projet de règlement "relatif à la gestion des carcasses de véhicules-automobiles".

La publication de ce nouveau projet de règlement entre dans le cadre de l'objectif que s'est fixé M. Marcel Léger de hâter l'adoption d'une

réglementation appropriée afin de rendre plus efficace l'application de la loi de la qualité de l'Environnement. Depuis le début de la présente année, les projets de règlement relatifs aux effluents liquides des compagnies de pétrole et à la gestion des déchets solides ont également fait l'objet d'une première publication dans la Gazette officielle tandis que le règlement sur les pataugoires et piscines publiques était mis en vigueur en février.

Le projet de règlement sur la gestion des carcasses de

véhicules-automobiles impose des normes sévères aux établissements de recyclage et aux lieux d'entreposage des carcasses de véhicules. Il sera, par exemple, interdit d'établir un lieu d'entreposage à l'intérieur des limites territoriales d'une municipalité régie par la loi des cités et villes ou une charte spéciale sauf si le terrain prévu est situé dans une zone industrielle.

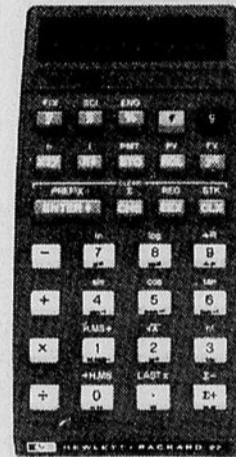
Les cimetières d'autos (on les appelle officiellement

[Suite à la page 3]

Confiez vos calculs

à la gamme unique

HEWLETT hp PACKARD



HP-27

Calculateur universel pour le mathématicien, le chercheur, l'homme d'affaires, le financier, le statisticien...

- 10 registres mémoires adressables
- 5 mémoires financières
- 3 arrondis d'affichage

Le calculateur préprogrammé le plus puissant de la gamme unique.

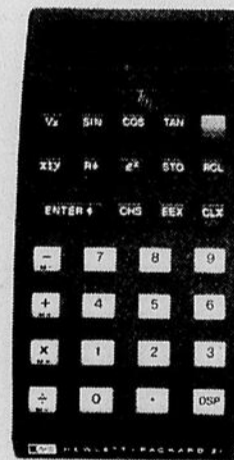


HP-22

Calculateur statistique, financier, commercial, pour ceux qui n'ont pas besoin des fonctions trigonométriques

- 10 mémoires adressables (arithmétique directe)
- 5 mémoires financières adressables
- Régression linéaire, moyenne, écart type, \sqrt{x} , logarithme Néperien, exponentielle, puissances et racines $n^{\text{èmes}}$, intérêts composés : recherche du taux d'intérêt, y compris dans les calculs d'annuités, intérêts simples, amortissements.

Manuel d'application en option.



HP-21

Calculateur scientifique • Fonctions trigonométriques directes et inverses. Transformation de coordonnées rectangulaires \leftrightarrow polaires. Calcul en degrés ou radians • Logarithmes, exponentielles (bases e et 10), puissances, \sqrt{x} , $1/x$, π . Une mémoire (arithmétique directe) • Manuel d'application en option.

AUSSI DISPONIBLE SUR COMMANDE

LES MODELES

HP-55, H-29-C,

HP-19-C ET HP-92

Calculatrice à 4 opérations avec imprimante et affichage de grande qualité, et un fonctionnement sûr.

Avec chaque calculatrice : Chargeur à batterie, livret explicatif en français, fontionne électrique ou à batterie.

EN VENTE A LA

COOP ETUDIANTE du CEGEP de Rimouski

LOCAL D-66

Tél. : 723-4712

A votre service pour

- EXCAVATION
- REMPLISSAGE
- GRAVIER
- TERRE GRASSE
- TERRE NOIRE
- TRACTEUR
- LOADER
- CAMIONNAGE

Jean-Eudes Lepage
337 Ste-Odile
TEL. :
723-8975 ou 724-9422

RIEUX SERVICE ENR.

Dépositaire autorisé des pièces

General Freezer

724-6984

Estimation gratuite

Service rapide

264 Evêché ouest, Rimouski

Réparation d'appareils-ménagers, de toutes marques : Réfrigérateur, congélateur, laveuse, sècheuse, poêle.

Les cimetières d'autos...

[Suite de la page 2]

maintenant des "lieux d'entreposage de carcasses de véhicules-automobiles", devront être dissimulés de la vue de toute personne se trouvant sur la voie publique et devront être situés à une distance minimale de 200 mètres de toute construction utilisée à des fins d'habitation, de toute institution d'enseignement, de tout temple religieux, de tout terrain de camping ou de tout établissement visé par la loi des services de santé et des services sociaux.

Aucun "cimetière d'automobiles" ne pourra être situé à moins de 100 mètres d'un lac, rivière, fleuve, étang, ruisseau, marécage, source ou puits ni à moins de 153 mètres de tout chemin entretenu par le ministère des Transports ou à moins de 100 mètres d'une plaine d'inondation.

Quant au lieu de traitement, c'est-à-dire un établissement où les carcasses de véhicules-automobiles sont déchiquetées ou broyées, il devra être situé à une distance minimale de 400 mètres de toute construction telle que déjà décrite. Tout établissement de recyclage où l'on démembre les carcasses de véhicules-automobiles pour en récupérer les pièces en vue de les remettre sur le marché devra rencontrer les mêmes normes que celles d'un lieu d'entreposage sauf pour la distance d'un chemin public. Cependant, on ne devra pas y retrouver plus de 50 carcasses de véhicules-automobiles à ciel ouvert à la fois.

Le règlement précise que la présence à ciel ouvert d'une carcasse de véhicule ne

pourra plus être tolérée ni permise sur un terrain autre que ceux prévus pour l'entreposage.

Le règlement précise que la présence à ciel ouvert d'une carcasse de véhicule ne pourra plus être tolérée ni permise sur un terrain autre que ceux prévus pour l'entreposage.

Tous les déchets liquides, par exemple, les huiles et l'essence, devront être recueillis dans des réservoirs étanches. Il sera désormais interdit de brûler une pièce de carcasse sauf dans un incinérateur respectant toutes les normes en particulier celles concernant les émissions dans l'atmosphère.

Selon une étude gouvernementale, plus de 200.000 véhicules-automobiles au Québec, se retrouvent chaque année aux rebus. La moitié est abandonnée sur la voie publique ou les terrains privés, 15% sont laissés dans les garages et les stations de service et 35% sont récupérés par les cimetières d'autos.

On compte environ 500.000 carcasses de véhicules-automobiles réparties dans plus de 5.000 cimetières d'autos visibles de la

route sans compter ceux situés sur les rives des cours d'eau et dans les boisés.

Avec l'accroissement du parc-auto et la diminution de la durée de vie des véhicules, le problème des carcasses abandonnées a pris des proportions considérables. C'est ce qui nécessite l'intervention des Services de protection de l'environnement du Québec dans ce domaine. Cette intervention vise effectivement à rationaliser la gestion de ce type

particulier de déchet et à contrôler la pollution de l'eau et de l'air ainsi que la pollution visuelle causée par cette activité. L'initiative des S.P.E. dans ce domaine a

reçu l'appui du ministère des Transports du Québec qui surveille actuellement les cimetières d'automobiles situés le long des routes entretenues par ce ministère.

Dépositaire des machines à coudre
"NECCHI"
AU RAYON DU COUPON
 33 Est rue St-Joseph - Rimouski - 723-3123

Nous IMPRIMONS de TOUT

LIVRES
 REVUES
 JOURNAUX
 CIRCULAIRES
 PAPETERIE DE BUREAU
 CHÈQUES

Vaste choix de faire-part pour la mariée 77
 IMPRESSION DE HAUTE QUALITÉ À DES PRIX TRÈS COMPÉTITIFS

IA IMPRESSIONS
 DES
 ASSOCIÉS
 INC.

SPECIALITES :
 Copies de plans Ozalid
 Composition électronique

212 de la Cathédrale - Rimouski
 723-2487 ou 723-2188

Un seul des trois permis pour la chasse à l'orignal peut être utilisé



Le ministère du Tourisme, de la Chasse et de la Pêche rappelle à tous les chasseurs que cette année, il y aura trois permis de chasse à l'orignal: un permis valide dans "F4" seulement un permis valide dans la zone "D" seulement et un permis dans toutes les autres zones, sauf "D" et "F4"

Par conséquent, le sportif ne pourra se procurer qu'un seul de ces trois permis; il devra donc aller chasser ex-

clusivement dans la zone où son permis est réglementaire. A noter aussi que les permis spécifiques aux zones "D" et "F4" seront disponibles uniquement chez les dépositaires de ces zones, ainsi qu'aux bureaux régionaux du ministère.

Pour tout autre renseignement concernant la chasse sportive au Québec, le chasseur peut consulter le "Résumé des règlements 1977-78", distribué par tous les dépositaires de permis.

Louez ou achetez
 une dactylo ou additionneuse
 chez
GILBERT
 Voyez à la même occasion le plus grand choix de clavigraphes portatifs de marques réputées.
Imprimerie Gilbert Ltée
 8 est Evêché - 723-2121


RESERVEZ immédiatement

ASPHALTE **GM inc.**
 ASPHALTE
 RESIDENTIEL ET COMMERCIAL
 PREPARATION DE TERRAIN
 TRAVAIL Rapide et Garanti
 Estimé gratuit
 Au service de la population depuis 5 ans
C.P. 121, RIMOUSKI **Tél. 723-5149 736-4752**

DEPOT DE SERVICE
 Automatic Radio Ltd
 Fleetwood
 Philco - Ford - Motors
 Philips
 Quasar - Magnavox
 Sharp - Toshiba

LUCAS TV STEREO ENR.
 VENTE ET SERVICE
 111 est, St-Jean-Baptiste - Rimouski - TEL. : 724-2081

Spécialiste en électronique
 NOUS REPARONS : TV couleurs, noir et blanc de toutes marques, stéréo modulaire, console, radio d'auto et 8 pistes, table tournante.



Librairie
ARTICLES &
PAPETERIE SCOLAIRES
EBEO (QUEBEC) Ltée
150 Ave. de la Cathédrale, Rimouski, P.Q.
G5L 5H8 Tél. 723-8521

SPECIALS

OUVERTURE DES CLASSES

LIBRAIRIE

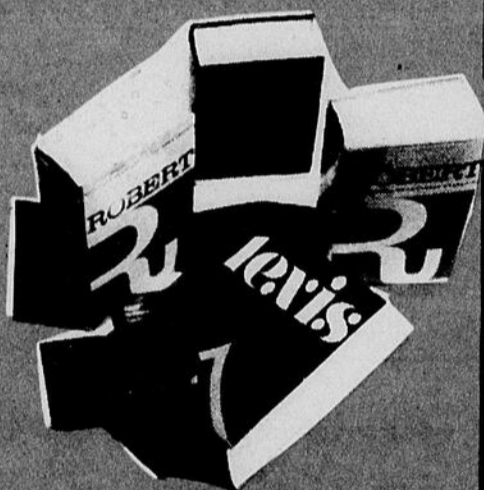
DICTIONNAIRES

Petit Robert
(nom commun)
Rég. \$29.00
SPECIAL \$25.95

Petit Robert II
(nom propre)
Rég. \$45.00
SPECIAL \$39.95

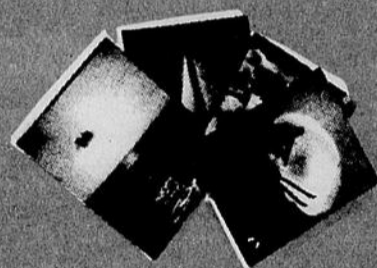
Le Lexis
Rég. \$39.60
SPECIAL \$35.95

Petit Select ou Collin
(français et anglais)
Rég. \$2.50
SPECIAL \$2.00

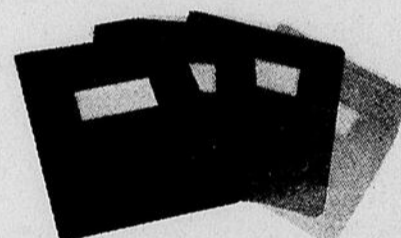


PAPETERIE

PORTE FOLIO
assortis
à partir de
\$0.35



DUO-GANG
spécial
à partir de
\$0.25 chacun
ET \$0.89 pour 4

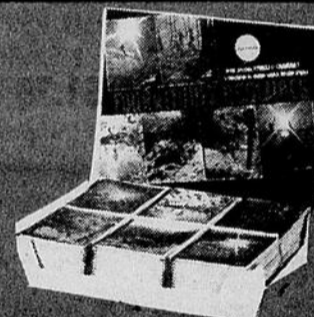


GRAMMAIRES



Le Bon usage (Grevisse)	\$24.95
Grammaire française (J.M. Lawrence)	\$6.20
Précis gram. française	\$6.35
La Nouvelle Gram. de base &	\$4.50
L'Art de conjuguer (Bescherelle)	\$4.25

CAHIER SPIRAL
assortis
SPECIAL \$0.99 ch.



CAHIERS D'EXERCICES
Paquets de 4
SPECIAL \$1.15



FEUILLES A DACTYLO
CAMPUS
paquet de 144 feuilles
SPECIAL \$1.45



FEUILLES mobiles
paquet de 500 feuilles
SPECIAL 3.50



Professeurs et groupes d'étudiants

Notre librairie met à votre disposition un comptoir spécial pour vos commandes de volumes spécialisés ou non.

DEMANDEZ MME PELLETIER

A VOTRE COMPTOIR SCOLAIRE

723-8521

DE TOUT POUR TOUS

150 ave Cathédrale, Rimouski
723-3066

Librairie
ARTICLES & PAPETERIE SCOLAIRES
EBCO (QUEBEC) Ltée
150 Ave. de la Cathédrale, Rimouski, P.Q.
G5L 5H8 Tel. 723-8521

ARTICLES SCOLAIRES

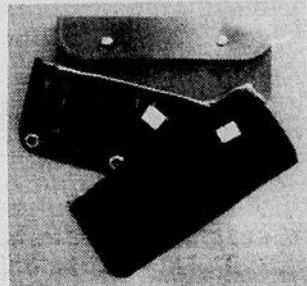
CRAYONS PRISMACOLOR

- Bte de 12 Spé. \$2.95
- Bte de 24 Spé. \$5.50
- Bte de 36 Spé. \$8.25
- Bte de 48 Spé. \$10.50
- Bte de 60 Spé. \$12.95



ETUI A CRAYONS

- en Jeans Spécial \$0.75
- MODELE POUR ANNEAUX SPECIAL \$0.99
- MODELE EXPENSION 1" SPECIAL \$1.75

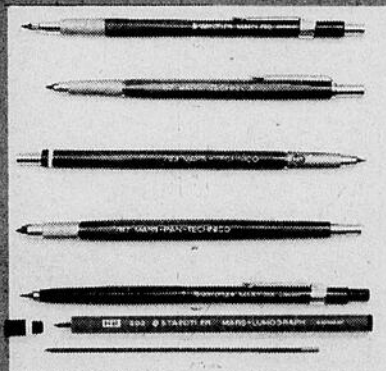


PORTE-MINES A DESSIN

- Spécial à partir de \$1.50

BOITE DE MINES

- Spécial \$0.55



PORTES-MINES .05 mil.

- Spécial \$1.75

BOITE DE MINES

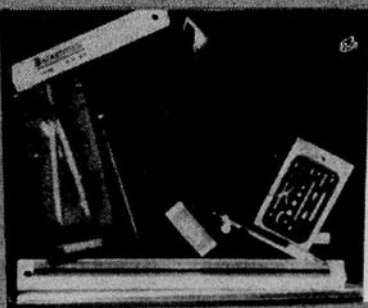
- Spécial à \$0.75



KIT-POCHETTE

Ensemble-Staedler

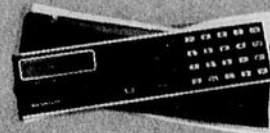
complet pour l'étudiant
Dessin technique Régulier \$17.50



SPECIAL \$14.00

EQUIPEMENTS

CALCULATRICE Sharp



MODELE EL-5804
Modèle scientifique avec séries, case, log. et les mémoires. Nouveau modèle.

Prix avec étui **39.95**

MODELE EL-2015

4 fonctions, pourcentage %, racine carrée plus mémoire. Seulement

10.95



Machine à écrire

MODELE CORSAIR de Smith-Corona

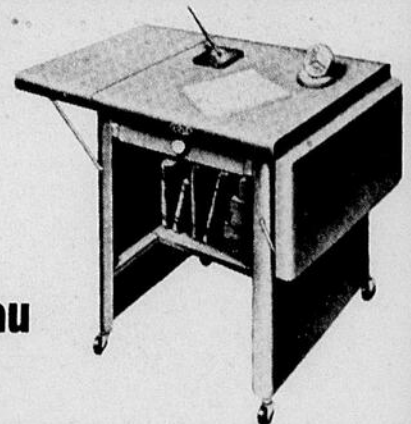
SPECIAL **69.95**



TABLE DE DACTYLO

"COLE" SPECIAL

34.95



Lampe de bureau

Modèle DS-1151 Spécial à

17.95

ENSEMBLE TABLE A DESSIN



- Table en bois 31" x 42", ajustable Rég. \$99.95
- Table de vinyl épais 31" x 42" avec ruban gommé - Rég. \$19.95 (non illustré)
- Lampe avec bras, modèle C1 - Rég. \$24.95

SPECIAL POUR L'ENSEMBLE

3 morceaux

129.95

Cadets de l'air, marine, armée

Le Camp St-Octave 1977: apprendre avant tout



C'est au cours de la saison estivale, que St-Octave de l'Avenir, village fermé depuis 1970, s'anime d'une vie nouvelle.

En effet, plus de 400 jeunes partiront cette année encore au Camp d'été des

Cadets qui réunit les trois éléments à savoir Cadets de la Marine, de l'Armée, et de l'air qui est maintenant un Camp provincial, un Camp ou les Cadets reçoivent une formation des plus complète. Ce Camp est adressé aux

Cadets âgés de 13 à 15 ans, Cadets et Cadettes.

Que ce soit, le Canotage, la voile, l'hébertisme, la survie, le tir, ou autres randonnée en hélicoptère, en haute mer, conférences, etc... le jeune Cadet est appelé à participer à toutes ces activités dans une discipline qui caractérise la vie militaire. C'est grâce au Commandant du Camp le Major B. Fillion (commandant de l'escadrille 697 des Cadets de l'air de Rimouski) équipe d'Officiers et de Caporaux, que le Camp des Cadets de St-Octave est acheminé vers un succès sans pareil. Durant son bref séjour à St-Octave, le cadet est appelé à participer à une foule d'activités qui lui seront plus tard d'une grande utilité.

Durant les séances de tir, les cadets sont initiés à la sécurité aux manèges des Armes et ils améliorent leurs rendements au tir à la carabine. En survie, le jeune doit apprendre à construire son abri avec les moyens mis à sa disposition par la nature, et à pouvoir à ses besoins alimentaires par la construction de pièges les plus divers. Les cuisses de grenouilles et les couleuvres y sont très appréciées. Ce séjour est d'une durée de 1 journée et 2 nuits. Une piste d'hébertisme a été aménagée dans les environs du Camp. Composée d'une cinquantaine d'obstacles, chacun d'entre-eux

ont été étudiés d'une façon quasi scientifique. On en revient reurement aussi propre qu'au départ.

Le maniement des cartes et boussoles sont à l'honneur durant le cours de topographie au cours duquel les Cadets doivent participer à la fin du cours à un rallye topographique qui a pour but de mettre en pratique les connaissances acquises en classe.

De plus les cadets ont l'opportunité d'un séjour en haute mer grâce à la collaboration d'un navire de la Marine de Réserve E.E.HM-CS Montcalm. En natation et sports, des cours sur la sécurité aquatique y sont dispensés par des Instruteurs et caporaux spécialisés et qualifiés en ce domaine. En sport, volley-ball, soccer, handball et balle-molle sont à l'honneur de même qu'une série de sports intérieur, l'initiation à la voile et au canot complète le programme d'entraînement du Camp.

De plus, deux groupes de 30 musiciens répètent chaque jour et cela pendant 3 semaines; diverses pièces instrumentales sous la direction

du lieutenant Robert Rioux. De plus grâce à la 430 ième escadrille ETAH les cadets effectuent un vol familiarisation, en hélicoptère.

Le camp de St-Octave à sûrement tout pour plaire à nos jeunes. L'entraînement est exigeant mais très sain

pour le corps et l'esprit et chaque cadet qui sort du camp après 2 ou 3 semaines en est entièrement satisfait d'avoir vécu une si belle aventure dont il gardera certes un très beau souvenir.

CPL Michel Boulet
Camp des Cadets St-Octave

La chaleur dans votre foyer

- Foyer Franklin
- Foyer décoratif
- Foyer Jøtul
- Bâti foyer isolé
- Accessoires de foyer
- Porte en verre
- Cheminées métal-bestos



CONSULTEZ SANS TARDER



LES ENTREPRISES

Rimouski 724-6438

rod

SERVICE DE LAVEUSES

Réparation de laveuse, sècheuse, lave-vaisselle et réfrigérateur de toute marque.

VENTE — SERVICE
MAYTAG ET HOOVER
Plan de financement si désiré

Inventaire complet de pièces

A NOTER : Durant les mois de juillet et août, le magasin sera fermé le samedi toute la journée.

81 Est, St-Jean-Baptiste
Rimouski — Tél. : 723-7577

NOUVELLE ADMINISTRATION
JEAN-YVES SIROIS ET RAYNALD LAPIERRE
co-propriétaires

BIJOUTERIE ELITE ENR.

(Anciennement Boutique Budget)

148 St-Germain Est, Rimouski, Tél. : 722-6863

Spécialités : Bijoux et montres pour toute la famille, cadeaux et décorations diverses

FACILITE DE PAIEMENT

VENTE ET REPARATION SUR PLACE

POUR UNE CUISINE DURABLE.



LES ARMOIRES DE
cuisine décorène

Route 232, Ste-Odile, Rimouski
bur. 722-6522 res. 723-1516

Chez J.B. Sirois De nouvelles politiques pour de meilleurs prix



Chers clients,

Votre Marché Métro J. B. Sirois & Fils Inc. après différentes études vous annonce qu'à compter du 12 septembre 1977, qu'il ne prendra plus de commande par téléphone.

Cette nouvelle politique vise à diminuer les frais d'administration afin de vous faire bénéficier des prix les plus bas et les plus concurrentiels possibles.

En ce qui a trait à notre service de livraison à domicile, celui-ci sera grandement amélioré et adapté à vos besoins.

Nul ne peut-être mieux servi que par soi-même. En venant faire votre marché, vous pourrez constater la courtoisie et l'amabilité de notre personnel, la qualité toujours surveillée de notre marchandise, les prix les plus compétitifs en ville, et surtout le service personnalisé que nous sommes à même de vous offrir, car chez nous, un client est un voisin, un ami.

En enlevant les commandes téléphoniques un double objectif est visé, soit un service avec une attention personnelle à chacun de nos clients et le tout à des prix les plus avantageux possibles.

Au plaisir de vous saluer personnellement et de vous accueillir comme par le passé, nous demeurons.

Votre voisin Métro.

J. B. SIROIS & FILS, INC.

J. B. SIROIS, J'Y CROIS

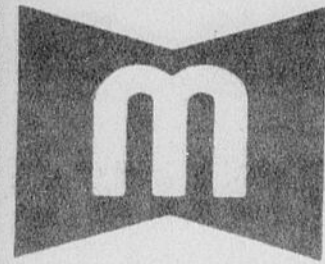
J. B. SIROIS & FILS INC.

EPICERIE — BOUCHERIE — LICENCIÉE

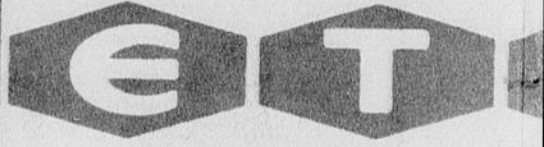
308 ROULEAU, RIMOUSKI

Tél. 723-3783

SERVICE DE LIVRAISON



SPECIAUX EN VIGUEUR DU

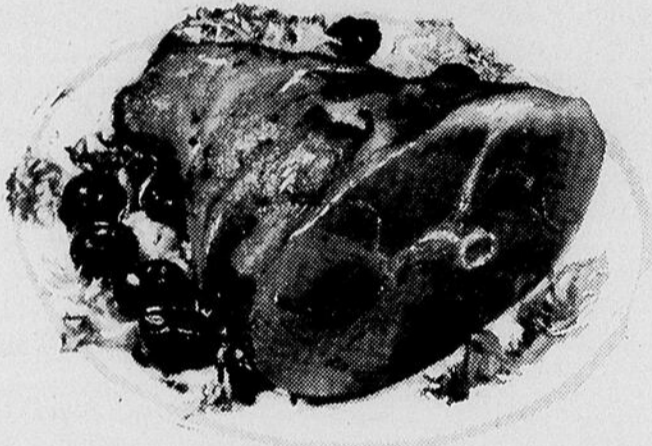


NOUS NOUS RESERVONS LE DROIT

FESSE DE JAMBON

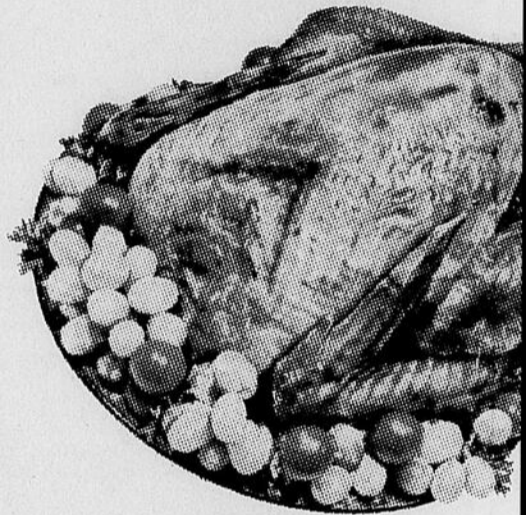
R.T.S. "LEGRADE"

COMPLETE — 15 A 18 LIVRES



1.09
la livre

DIND-O-J



FESSE DE JAMBON

Partie de croupe

4 à 5 lbs

la livre

1.29

STEAK DE JAMBON

OU CENTRE

la livre

1.59

SAUCISSES FUMÉES

"MERITE"

Paquet

1 livre

.58

BACON "MERITE"

Paquet

1 livre

1.37

POITRINES DE

CONGÉLÉES

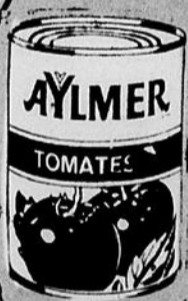
Boîte de

5 livres

4.

TOMATES "AYLMER"

boîte de 28 oz



.55

MARGARINE "GOLDEN GIRL"

"GOLDEN GIRL"

ALUMINIUM

.49

LB

Soupe aux tomates ou aux légumes "AYLMER"

Boîte de 10 oz



.19

PATATES fraîches

Produit du Québec - Catégorie Canada No. 1



Sac de 20 livres

.97

CELERI FRAIS

Produit du Québec - Catégorie Canada No. 1



Grosceur 24

CHACUN

.29

FACILITE DE STATIONNEMENT

DU MERCREDI AU SAMEDI



VOIT DE LIMITER LES QUANTITES



EPICERIE B. PINEAULT ENR.

EPICERIE — BOUCHERIE — LICENCIEE

459 LASALLE, RIMOUSKI

Tél. 724-4109

JUS Imprégnée - congelée "FLAMINGO"
CANADA CATEGORIE A

12 livres

et

moins

la livre

.88

POULET

DEES

.79

SAUCISSES FUMEES

EN VRAC

la livre

.79

ROTI DE PORC

DANS L'EPAULE

la livre

.79

JUS TOMATES

"AYLMER" Bte 19 oz **.27**

CRISTAUX QUENCH

Saveurs variées Boite 660 gr **1.59**

Fèves vertes ou jaunes

assaisonnées "DEL MONTE" bte 14 oz **.29**

SAUMON SACKY

"CLOVER LEAF" Bte 7.8 oz **1.29**

RIZ DAINTY

Saveus variées bte 12 oz **.48**

CEREALES

"HONEY COMB" bte 400 gr **1.15**

CEREALES

SHREDDED WHEAT bte 450 gr **.68**

SIROP DE MAIS

"CROWN BRAND" bouteille 2 lbs **.69**

BEURRE D'ARACHIDES

Crèmeux SKIPPY bocal 16 oz **.89**

HUILE D'ARACHIDES

"PLANTERS" bout. 32 oz **1.95**

MOUTARDE

"SCHWARTZ" bocal 16 oz **.45**

MARGARINE

"GOLDEN GIRL" molle 1 livre **.65**

DETERSIF

"ALL" Bte 9.6 lbs **4.59**

ALL LAVE-VAISSE

Bte 65 oz **2.39**

EAU DE JAVEL

MIX-O cont. 128 oz **.89**

NETTOYEUR

"LESTOIL" bout. 28 oz **1.25**

PAPIER DE TOILETTE

"ROYALE" pqt 2 rouleaux **.45**

TARTES ASSORTIES

MEILLEUR format 5 oz **3 / 1.00**

CROUSTILLES

"DULAC" sac 250 gr **.79**

Tissus-mouchoirs "ROYALE"

BOITE DE 300'S

.49

VINAIGRE "HEINZ"

Contenant 128 oz



1.04

GATEAUX

congelés "McCain" CHOCOLAT OU VANILLE 19 et 18 oz

1.39

POIRES "Bartlett"

Produit U.S.A.

Catégorie Canada no 1

Panier de 4 pintes

2.19

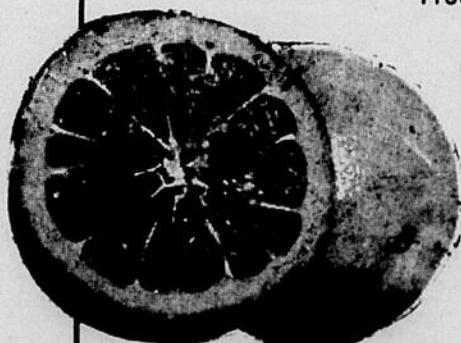


ORANGES JUTEUSES

sans noyau - Marque Outspan - Grosseur 112
Produit Sud Africain - Catégorie No. 1

12 pour

1.09



Opinion libre : Le CEGEP et la garderie

[N.D.R.L.] Monsieur Raymond Tudeau, secrétaire général au CEGEP de Rimouski, demande de publier le texte suivant qui veut corriger "certaines affirmations" contenues dans un article paru dans le Rimouskois signée par Mme Denise Chanut.

Dans un article publié par le journal Le Rimouskois en date du 6 juillet, le conseil d'administration de la garderie informe le public de certaines de ses difficultés, particulièrement celle qui consiste à ne pouvoir offrir aux enfants des repas chauds et équilibrés, compte tenu de l'investissement que cela nécessiterait. Par la même occasion, les responsables de la garderie font certaines affirmations que les membres du comité exécutif du collège aimeraient voir préciser.

Il est vrai que les responsables de la garderie ont demandé au collège de leur prêter le laboratoire du département de techniques de diététiques pour la période

estivale en se rendant responsables des bris et de la sécurité. Cependant, après étude de cette demande le comité exécutif de qui, d'après le règlement de location du collège, relève ce problème, décidait de ne pas y souscrire pour des raisons précises et justifiées.

Dans l'article cité plus haut, on omet de donner ces raisons dites "officielles" que le soussigné faisait lui-même parvenir à Madame Denise Chanut, secrétaire du C.A. de la garderie, dans une lettre datée du 13 juin (et qui, contrairement à ce qui est affirmé dans l'article était donc parvenue depuis longtemps à destination au moment de la parution du journal).

Les voici: Ce local est un laboratoire et il n'est pas dans la politique courante du collège de rendre les laboratoires accessibles à d'autres groupes que les étudiants du collège (ceci compte tenu particulièrement du matériel qui s'y trouve...);

Ce local était demandé pour la période d'été, alors que l'entretien et la surveillance ne sont plus exercés dans toute cette session;

Il y a de réels dangers pour des jeunes enfants de circuler dans une partie de ce secteur, laquelle sert à la livraison et l'entreposage des marchandises commandées pour la reprise des cours; finalement, le collège n'a aucune responsabilité particulière vis-à-vis les usagers de la garderie (mais a la responsabilité de l'éducation de jeunes adultes) les deux corporations étant bien distinctes et devant le rester.

D'ailleurs, et pour préciser davantage ce dernier point, dès le moment où est parvenue au collège la demande pour le prêt d'un local aux fins d'une garderie, en juin 1976, il avait été clairement indiqué aux représentants de

la garderie que le collège n'entendait "assumer aucune responsabilité quant à ce projet et qu'il est clair qu'il ne s'agit pas de la garderie du Cégep" (256e réunion du comité exécutif).

Enfin, nous aimerions préciser que c'est le directeur général lui-même qui a demandé que ce point soit inscrit à l'ordre du jour du comité exécutif, suite à une rencontre avec des représentants de la garderie.

Quant aux résultats des démarches entreprises par

les responsables de la garderie auprès des autorités de l'Institut maritime, nous sommes bien contents qu'elles soient interprétées comme très intéressantes et valorisantes pour la garderie". Cependant, il nous semble assez cocasse que l'on fasse un parallèle avec l'attitude des cadres supérieurs et du directeur général du cégep, puisque c'est le directeur général du collège lui-même qui a donné l'autorisation finale, l'Institut maritime n'étant pas une entité adminis-

trative différente du collège. Nous espérons que ce texte fournira tout l'éclairage nécessaire; le directeur général rencontrera d'ailleurs les représentants de la garderie pour leur en préciser la teneur et le bien-fondé.

Ajoutons que nous entendons pour l'avenir continuer, comme nous l'avons fait en cours d'année, à apporter notre appui et notre collaboration aux responsables de la garderie.

Raymond Tudeau
Secrétaire général.

Réfrigération

RIMOUSKI ENR.

VENTE SERVICE REPARATION

de toutes marques

COMMERCIALE et DOMESTIQUE

AIR CLIMATISE DE MARQUE ELECTROHOME

- Ameublements de magasins
- Réfrigérateurs
- Chambres froides préfabriquées
- Congélateurs
- Machines à glace
- Compresseurs

ESTIMATION GRATUITE

723-7028

326 Chapais
Rimouski




22 Bl Ste-Anne T61. 723-2734

Armoires de la Pointe Enr.

J.P. Coats

Pointe-au-Père

Spécialités :
armoires et vanités

A la Grande Place Clinique de dépistage de l'hypertension

La Fondation du Québec des maladies du coeur tiendra une clinique de dépistage de l'hypertension au Centre d'achats La Grande Place les 8-9-10 septembre 1977. Les heures d'ouverture seront jeudi et vendredi de 10 à 21 hres et le samedi de 10 à 15 hres.

Pourquoi faire vérifier sa tension artérielle? Parce qu'on a identifié l'hypertension comme le plus important facteur conduisant aux maladies du coeur. On estime qu'un Québécois sur dix

me qu'un Québécois sur dix fait de la haute pression.

L'hypertension ne présente la plupart du temps aucun symptôme particulier avant qu'il ne soit trop tard. Il est donc important de faire vérifier périodiquement sa pression. C'est simple, ça ne fait pas mal et, dans ce cas-ci, c'est même gratuit.

On a souvent tendance à croire que l'hypertension n'affecte que les personnes âgées. C'est faux. On a détecté des cas chez les jeunes enfants et chez les adolescents et son incidence est élevée chez les adultes d'âge moyen.

Il faut également connaître les autres facteurs qui s'identifient avec cette maladie: une diète inadéquate, la cigarette, le manque d'exercice et l'obésité.

Les cliniques de dépistage de l'hypertension sont organisées dans le cadre des programmes d'éducation de la Fondation du Québec des maladies du coeur.

Depuis 20 ans, grâce à la recherche, le taux de mortalité due aux maladies du coeur a baissé de 28% chez les Canadiens de 65 ans et moins.

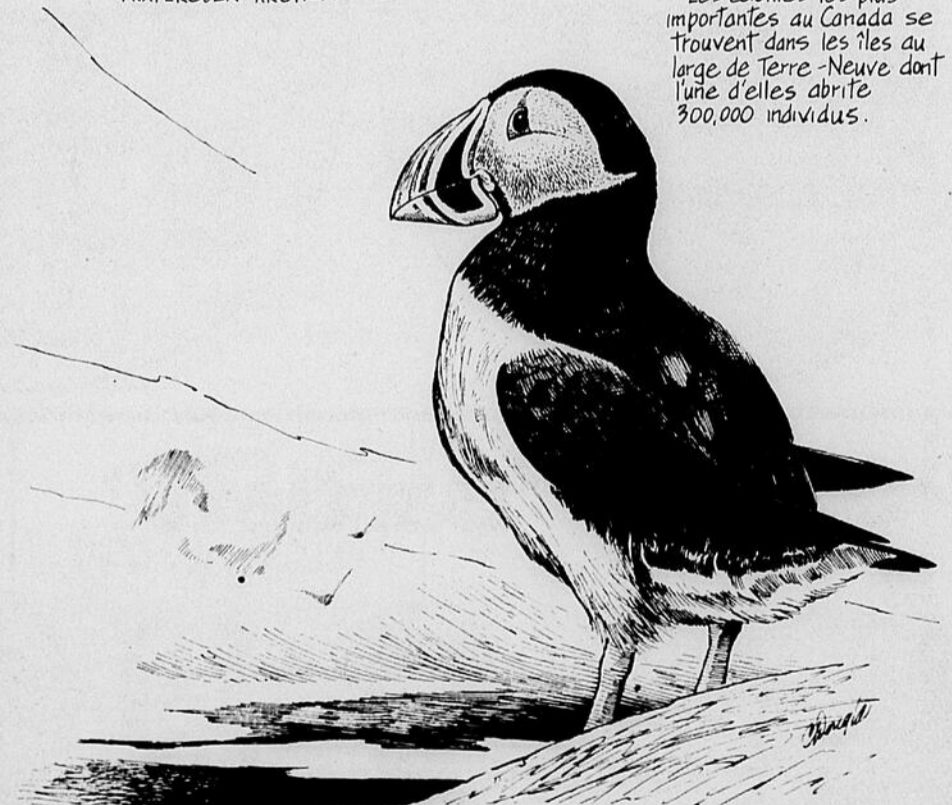
CARNETS D'HISTOIRE NATURELLE

PRÉSENTÉS PAR: LE MUSÉE NATIONAL DES SCIENCES NATURELLES, OTTAWA

Musées nationaux Canada

MACAREUX ARCTIQUE

FRATERCULA ARCTICA 16.



Vu son bec caractéristique, le Macareux arctique est surnommé "perroquet de mer". Il a le bec revêtu de rouge, de gris bleu et d'ivoire, ces couleurs s'intensifiant à l'époque de la nidification. Le Macareux passe l'hiver en mer, mais personne ne sait vraiment où.

Les colonies les plus importantes au Canada se trouvent dans les îles au large de Terre-Neuve dont l'une d'elles abrite 300,000 individus.

Cet oiseau creuse des terriers d'une profondeur de 3 pieds dans des pentes douces et tourbeuses, où il y pond son oeuf. Le Macareux est un excellent nageur. On le voit souvent émerger d'une plongée tenant entre son bec dentelé de nombreux petits poissons frétilants. Ils subissent des pertes considérables sous les coups de prédateurs comme le Goéland argenté et autres oiseaux de ce genre qui se sont multipliés en grand nombre.

C'est l'arrivée des étudiants!

Mme Nicole Dumais vous invite à venir déguster ses spécialités...



Sous-Marins

Sous-marins chauds
Tous les sous-marins sont faits avec des oignons frits et garnis de laitue, tomates et un assortiment de viandes de premier choix et d'un superbe mélange d'épices "A & C".

Aussi profitez de la salle de divertissement avec tables de billard...

Heures d'ouverture

DU LUNDI AU SAMEDI
DE 11H. A.M. A MINUIT
ET LE DIMANCHE
DE 3H. P.M. A 9H. P.M.

SERVICE DE LIVRAISON ET SERVICE AUX TABLES

Restaurant

A & C Charcoal

104 St-Maris Rimouski T61 722-6252
Propriétaire: Mme Nicole Dumais

"Y a pas de chance à prendre":

Le signaleur dans l'industrie de la construction

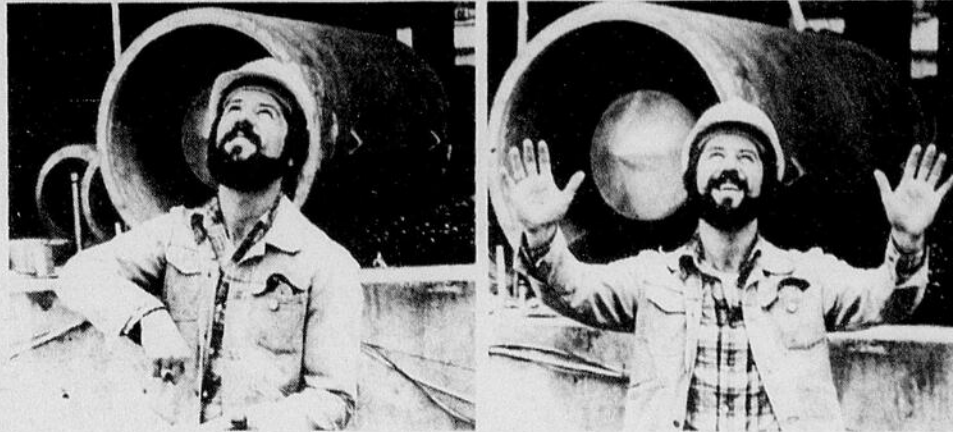
La campagne de promotion de la sécurité au travail dans l'industrie de la construction "Y A PAS D'CHANCE A PRENDRE", se poursuit maintenant depuis plus d'une vingtaine de jours. L'Office de la construction du Québec (O.C.Q.) tient à rappeler que l'un des facteurs d'accident rencontré

le plus fréquemment dans les chantiers, est l'utilisation de l'équipement lourd et qu'il convient de se montrer particulièrement prudent au cours de son maniement.

D'ailleurs, le Code de sécurité stipule expressément que l'équipement lourd ne doit être manié que par un

conducteur expérimenté, ou sous sa surveillance, et que si le conducteur a la vue obstruée, il doit être guidé par un ou plusieurs signaleurs au moyen d'un code de signaux

bien déterminés. De plus, tout mouvement de recul d'un véhicule lourd doit déclencher automatiquement un signal sonore d'avertissement.



POUCE, MAIS... POUSSE EGAL!

Le signaleur est l'un des rouages les plus importants dans le monde de la construction. C'est lui qui guide le conducteur d'équipement lourd lorsque celui-ci a la vue obstruée au cours des travaux. A cet effet, il doit utiliser un langage visuel clair, à défaut d'un système de télécommunications. Ce code de signaux régit les manoeuvres de l'équipement lourd. L'Office de la construction tient à rappeler que le gigantisme de certains engins utilisés dans la construction, lorsque l'on en perd le contrôle, met en jeu la vie d'un grand nombre de personnes et qu'il faut se montrer particulièrement prudent car: "Y A PAS D'CHANCE A PRENDRE".



[Suite à la page 15]

Société du Crédit Agricole

Rapport annuel

La Société du Crédit Agricole vient de publier son rapport annuel pour l'année 1976-77; nous avons vécu une année un peu spéciale où la demande pour du crédit à long terme a été plus basse que l'année précédente.

En fait, au niveau national 4465 prêts ont été consentis pour un montant de \$301.5 millions, soit une moyenne de \$67,500 par prêt, comparativement à 9945 prêts pour \$640.9 millions, soit une moyenne de \$64,449 par prêt en 75-76.

Si on regarde les activités au Québec en 76-77, on a consenti 681 prêts pour \$46,586,500, soit \$68,408 du prêt, alors qu'en 75-76 on avait consenti 1881 prêts pour \$119,590,600, soit une moyenne de \$63,578 du prêt.

Enfin, voici les données pour la région du Bas St-

Laurent et de la Gaspésie. En 76-77, 47 prêts ont été consentis pour \$1,806,900, soit une moyenne de \$38,444 par prêt, alors qu'en 75-76 on avait consenti 167 prêts pour \$7,290,500 soit une moyenne de \$43,655 par prêt.

Il est possible d'invoquer plusieurs facteurs pour expliquer cette situation. Parmi les principaux: coupure des quotas de lait à la suite de la politique laitière 76-77, augmentation du taux d'intérêt en novembre 75, avril 76, novembre 76, et par la suite, diminution en avril 77 à 9%, enfin, saturation jusqu'à un certain point du crédit à long terme. Ajoutons pour terminer sur une note plus positive, que la tendan-



Vente de liquidation

Rabais de 20 à 50%

AUX VARIETES DES TISSUS

243 Rouleau Rimouski

Au Magasin ROBERT ST-PIERRE

316 ave Michaud -- 723-7549

NOUS AVONS EN MAINS :

- Tricolette de Nylon en lisières, choix varié.
- Bottes de travail et articles de classe.

**Vous voulez rénover votre maison ?
Vous vous construisez et vous avez besoin
de FENETRES et de PORTES ?**



GERARD LAVOIE & FILS INC.

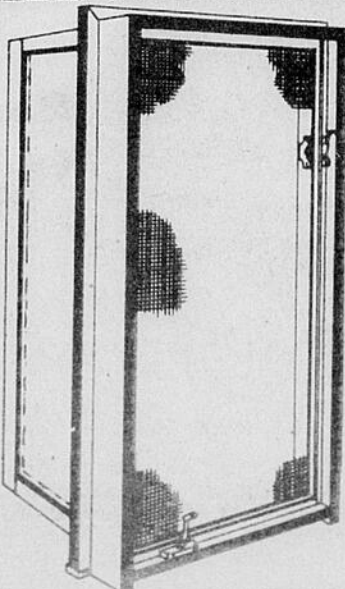
MANUFACTURIER DE PORTES ET CHASSIS

74, BOUL. ST-ALPHONSE, LUCEVILLE, TEL. 739-4861

DISTRIBUTEUR

PORTES RESIDENTIELLES
EN METAL

STA-TRU DE STANLEY



PEUT VOUS FOURNIR EN TOUT TEMPS :

- Fenêtres coulissantes "P.H."
- Fenêtres coulissantes "Solarpane" thermos
- Fenêtres à battant, unies ou avec carrelages, thermos pour style canadien
- Portes vitrées pour patio "Solarpane" thermos
- Portes en bois pour l'extérieur de tous genres et différents modèles
- Fabriquées de thermos "Poly-Seal" unies ou avec carrelages

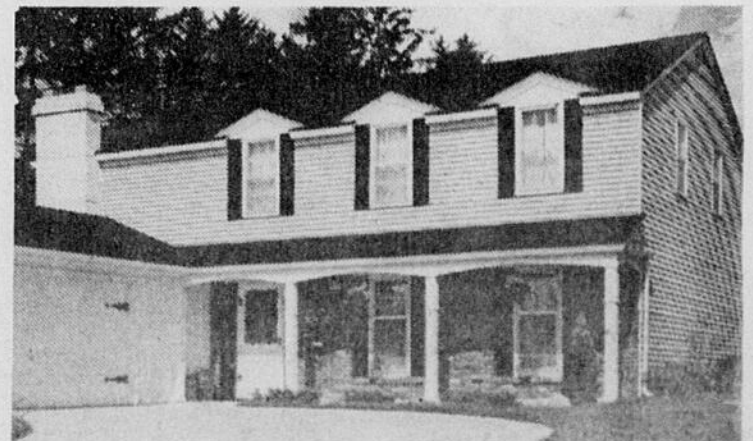
PRIX COMPETITIFS !

ESTIMATION GRATUITE SUR RENDEZ-VOUS

DISTRIBUTEUR :

**FAMEUSE
PEINTURE
DURAL**

**VERNIS
FLECTO
VARATHANE**





STE-ODILE ST-FABIEN
T'INFORME

pour profiter
des légumes
frais de la saison:
une suggestion:
LA RATATOUILLE

Essayer cette recette qui regroupe plusieurs légumes frais disponibles en quantité et à prix peu élevés à cette période de l'année.

Ratatouille

- 2 piments verts
- 4 tomates pelées ou 1 boîte de tomates en conserve
- 2 à 5 petites courgettes
- 1 aubergine
- 3-4 gousses d'ail
- 2-3 gros oignons
- 1/2 tasse d'huile
- sel poivre
- 1/4 c. à thé de sarlette
- le jus de 1/2 citron

• Laver tous les légumes. Couper la partie verte des piments en carrés d'un pouce. Couper les tomates en quatre. Tailler les courgettes en rondelles. Peler l'aubergine (ou laisser la pelure), la trancher assez épaisse puis couper chaque tranche en 2 ou 3 morceaux. Hacher l'ail. Couper l'oignon en tranches.

• Faire chauffer la moitié de l'huile sur un feu modéré. Y faire revenir l'oignon et l'ail. Déposer dans un plat profond allant au four. Faire ensuite revenir les courgettes jusqu'à ce qu'elles soient presque tendres; les déposer sur les oignons faire de même pour les piments. Faire chauffer le reste de l'huile, ajouter l'aubergine et la faire dorer quelques instants. Ajouter les tomates et le reste des ingrédients, faire mijoter jusqu'à ce que l'aubergine soit tendre. Verser le tout sur les autres légumes.

• Mettre au four à 400°F environ 15 à 20 minutes. La ratatouille se sert chaude ou froide. (On peut aussi la faire mijoter sur un feu doux.) Environ 8 portions

Bon appétit!

• Recette tirée du livre «Bien manger à bon compte», par Jocelyne Gauvin. Édition Quinze, Québec 1976.

BAS CULOTTE (UNE GRANDEUR) COUL. ASST. LA PAIRE **39¢**

BAS AUX GENOUX COULEURS ASST. LA PAIRE **29¢**

BARRES DE CHOCOLAT ROWNTREE 'AERO' 'COFFEE CRISP' 'ASST.' cello 8's **1.59**

DÉODORANT RIGHT GUARD CONT. 5 oz. **1.19**

ÉPICES À MARINADES SCHWARTZ bte 3 oz. **69¢**

CRISTAUX QUENCH SAVEURS ASSORTIES bte 23 oz. **1.59**

PÂTÉ DE FOIE PARIS PÂTÉ bte 6 oz. **55¢**

PAIN DE VIANDE PREM bte 12 oz. **89¢**

SPAGHETTI CUIT CATELLI (SAUCE TOMATE) bte 14 oz. **32¢**

SAUCE À LA VIANDE CATELLI POUR SPAGHETTI bte 14 oz. **51¢**

CAFÉ MOULU MAXWELL HOUSE SAC 1 lb. **3.99**

CAFÉ INSTANTANÉ MAXWELL HOUSE boc. 10 oz. **5.59**

NOURRITURE POUR CHIENS TOP CHOICE (AU BOEUF) bte 2 KI. **2.45**

PÂTES ALIMENTAIRES CATELLI 'MACARONI COUPÉ' 'SPAGHETTI' 'SPAGHETTINI' bte 16 oz. **41¢**

SACS À SANDWICH BAGGIES bte 100's **87¢**

PÂTES ALIMENTAIRES CATELLI 'LASAGNE' bte 24 oz. **75¢**

NETTOYEUR À VITRES WINDEX (À GACHETTE) bout. 22 oz. **1.01**

EAU DE JAVEL JAVEX CONT. 128 oz. **1.09**

BRIQUETTES DE CHARBON DE BOIS SAC 10 lb. **1.49**

SERVIETTES SANITAIRES KOTEX (RÉG. OU SUPER) bte 48's **2.99**

PAPIER DE TOILETTE LADY SCOTT COUL. ASST. PQT 4 RIX. **1.23**

ESSUIE-TOUT VIVA 'BLANC' OU COUL. ASST. PQT 2 RIX **1.21**

DÉTERGENT LIQUIDE VAISSELLE LUX bout. 32 oz. **1.09**

RIZ INSTANTANÉ MINUTE RICE bte 24 oz. **1.25**

DÉTERGENT EN POUDRE ALL (VAISSELLE) bte 65 oz. **2.39**

SEL À MARINADES SIFTO bte 3 lb. **36¢**

BISCUITS VIAU 'SANDWICH À LA GELÉE' 'À LA GELÉE ET COCO' cello 14 oz. **79¢**

MACÉDOINE DE LÉGUMES COOP bte 19 oz. **41¢**

SAUCE À HOT CHICKEN COOP bte 48 oz. **69¢**

SALADE DE FRUITS COOP (FANTAISIE) bte 28 oz. **70¢**

CRÈME GLACÉE COOP SAVEURS ASSORTIES CONT. 2 LT **1.29**

MOUTARDE PRÉPARÉE COOP boc. 24 oz. **41¢**

OLIVES MANZANILLA COOP boc. 12 oz. **87¢**


RIZ À GRAIN LONG COOP cello 2 lb. **79¢**

MARGARINE COOP CONT. 1 lb. **49¢**

LIQUEUR COOP SAVEURS ASST. CANETTE 10 oz. **16¢**


VINAIGRE BLANC
SCHWARTZ
CONT. 128 oz.

1.03



JUS
DE TOMATES
HEINZ
(FANTAISIE)
bte 48 oz.

1.65




MÉLANGE À GÂTEAU
DUNCAN HINES
SAVEURS
ASSORTIES
bte 19 oz.

1.69



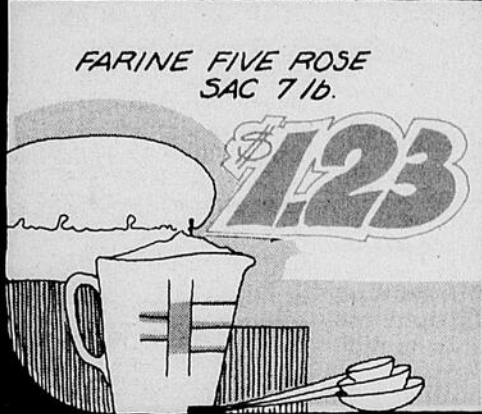
YOGOURT DELISLE
(SAVEURS ASST.
AUX FRUITS)
CONT. 6 oz.

31



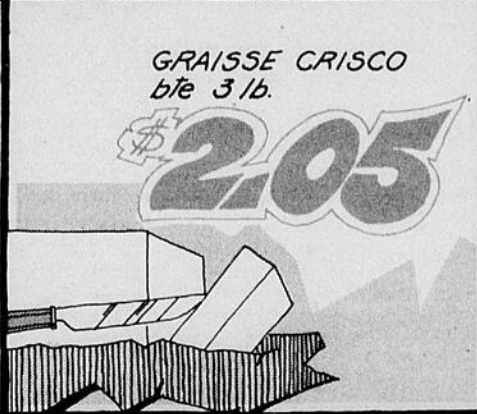
FARINE FIVE ROSE
SAC 7 lb.

1.23



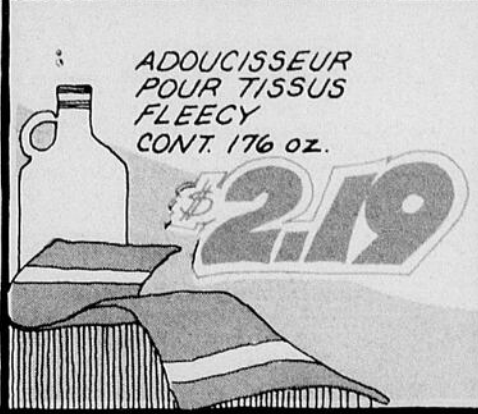
GRAISSE CRISCO
bte 3 lb.

2.05



ADOUCCISSEUR
POUR TISSUS
FLEECY
CONT. 176 oz.

2.19



DÉTERGENT
EN POUDRE ALL
bte 9 lb.

4.50



BANANES "DÔLE"
PRODUIT IMPORTÉ
lb.

1.16



**COOP A CE QU'IL FAUT
POUR LA MISE
EN CONSERVE**

PASSOIRE: 9"
5.49 SUPREME
Aluminium

POT-AU-FEU
CAPACITÉ 8 PTES. 12 PTES.
12.49 **16.99**

MARMITE À CONSERVES
CAPACITÉ 12 PTES. 20 PTES.
10.99 **24.99**

STÉRILISATEUR
CAPACITÉ 480 oz. 800 oz.
15.99 **28.99**

POIRES
"BARTLETT"
E.U.
CANADA
DE FANTAISIE
lb.

29



PERSIL FRAIS
PRODUIT DU QUÉBEC
PQT

1.15



PIMENTS VERTS,
PRODUIT DU QUÉBEC
CANADA NO: 1
lb.

29



DINDES CONGELÉES
C.O.V. 5 A 12 lb.
CAT. A CANADA
lb.

73

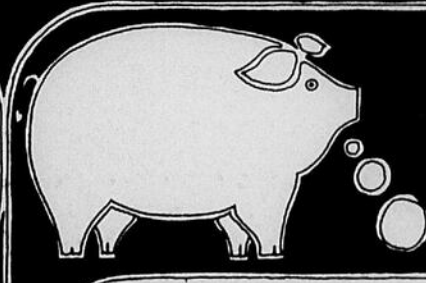
PAIN DE POULET
BILOPAGE,
(TRANCHE SELON
VOS BESOINS) lb.

93



JAMBON CUIT
DANS LA FESSE
(PARTIE CROUPE)
lb.

1.09
(LEGRADE - SODOR)



FILETS DE MORUE
CORVETTE 1 lb.

1.59

BÂTONNETS
DE POISSON
lb.

1.35



1/4 FESSE
DE JAMBON CUIT
(PARTIE DU JARRET)
lb.

1.19

STEAK OU RÔTI
DE JAMBON
(PARTIE DU CENTRE)
lb.

1.49

SAUCISSES FUMÉES
V.P COOP
PQT 32 oz.

1.59

BIFTECK D'ENTRECÔTE
POUR B.B.Q.
CAT. A RUBAN ROUGE
lb.

2.29

JAMBON CUIT COOP
TRANCHE SELON
VOS BESOINS
lb.

2.59

JAMBON MIGNON
COOP 2 A 3 lb.

lb.
2.39

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. 3 4 6

Renseignements utiles

HEURES DES MAREES

HEURE H. PL.	HEURE H. PI.
31 0315 13.9 0940 1.6	SA 1735 11.8 SA
WE 1535 13.2 ME 2200 1.4	4 0000 3.8 0605 10.2
1 0405 13.1 1005 2.1	SU 1155 4.1 DI 1820 11.2
TH 1620 12.9 JE 2230 2.1	5 0055 4.6 0645 9.4
2 0435 12.2 1045 2.8	MO 1240 4.7 LU 1925 10.7
FR 1655 12.4 VE 2310 3.0	6 0205 5.0 0750 8.7
3 0525 11.2 1120 3.4	TU 1340 5.2 MA 2020 10.4

VOYAGEUR INC.

Départs réguliers vers l'ouest : 8h.45 a.m. (Express Québec); 1h.40 p.m. (Express Québec); 6h.30 p.m. (Express Québec et Montréal); 11h.59 (Express Montréal). Le vendredi et le dimanche en surplus : 4h.10 p.m. (local). Vers l'est tous les jours : 7h.00 a.m. via Murdochville jusqu'à Percé; 7h.00 a.m. Percé : 5h.20 p.m. jusqu'à Gaspé-Nord et 5h.20 p.m. Percé; 9h.35 p.m. jusqu'à Ste-Anne-des-Monts et Causapsal; 2h.20 Ste-Anne-des-Monts.

CLUB DE TIR A LA CARTOUCHE ENR.

Les personnes intéressées à faire partie du Club de Tir à la Cartouche Enr. n'ont qu'à signaler le numéro de téléphone 724-9054. Aussi, tir au pistolet et à la carabine.

CEGEP DE RIMOUSKI

Pour toutes les activités socio-culturelles et sportives au Collège de Rimouski même, signalez 723-6005.

CENTRE DE MEDITATION TRANSCENDANTALE

Au 17, St-Pierre, app. 4. Pour informations, tél. 722-6321.

HEURES DES TRAINS

	Scotian	Ocean
Vers l'Est	07 43	01 25
* Correspondance Gaspé vis CN		
Vers l'Ouest	05 48	23 59

FUTURES MAMANS

COURS SUR LA GROSSESSE ET L'ACCOUCHEMENT

A toute future mère désireuse de vivre une grossesse agréable, de se préparer le plus consciemment à leur accouchement, "des cours sur la grossesse et l'accouchement" vous sont offerts **gratuitement** le jour ou le soir. Pour plus de renseignements, communiquez au département de santé communautaire à 724-8454.

TRAVERSE TROIS-PISTOLES — ESCOUMINS SUR "LE GOBELET D'ARGENT"

Départ de Trois-Pistoles			Les Escoumins		
Mer. 31	06.00	14.00	12.00	16.00	
SEPTEMBRE 1977					
Jeu. 1	06.00	14.30 18.30	12.30	16.30	01.00
Ven. 2	07.00	15.30	13.30	17.30	
Sam. 3	08.00	16.00	14.00	18.00	
Dim. 4	08.30	16.30	14.30	18.30	
Lun. 5	05.00	09.00 17.00	07.00	15.00	19.00
Mar. 6	06.00	10.00 18.00	08.00	16.00	20.00

HORAIRE TRAVERSE MATANE-GODBOUT LTEE Du 16 juin 1977 au 9 septembre 1977

Matane à Godbout

Dimanche	8.00h — 14.00h — 23.00h.
Lundi	5.00h — 14.00h — 23.00h.
Mardi	8.00h — 17.00h.
Mercredi	8.00h — 17.00h.
Jeudi	8.00h — 17.00h.
Vendredi	8.00h — 14.00h — 20.00h.
Samedi	8.00h — 14.00h.

Matane à Baie-Comeau

Dimanche	11.00h — 17.00h — 20.00h.
Lundi	8.00h — 11.00h — 17.00h — 20.00h.
Mardi	11.00h — 14.00h — 20.00h — 23.00h.
Mercredi	11.00h — 14.00h — 20.00h — 23.00h.
Jeudi	11.00h — 14.00h — 20.00h.
Vendredi	11.00h — 17.00h — 23.00h.
Samedi	11.00h — 17.00h.

Godbout à Matane

Dimanche	11.00h — 17.00h.
Lundi	2.00h — 8.00h — 17.00h.
Mardi	2.00h — 11.00h — 20.00h.
Mercredi	2.00h — 11.00h — 20.00h.
Jeudi	11.00h — 20.00h.
Vendredi	11.00h — 17.00h — 23.00h.
Samedi	11.00h — 17.00h.

Baie-Comeau à Matane

Dimanche	8.00h — 14.00h — 20.00h — 23.00h.
Lundi	11.00h — 14.00h — 20.00h.
Mardi	8.00h — 14.00h — 17.00h — 23.00h.
Mercredi	8.00h — 14.00h — 17.00h — 23.00h.
Jeudi	8.00h — 14.00h — 17.00h.
Vendredi	8.00h — 14.00h — 20.00h.
Samedi	8.00h — 14.00h.

TARIFS: Enfants de 5 ans et moins: gratuit. Enfants de 5 à 12 ans: \$2.50 aller simple. Enfants plus de 12 ans et adultes: \$5.00 aller simple. Automobile: \$12.00. Autobus: \$1.25 le pied.

ALLAITEMENT MATERNEL

Pour toute information sur l'allaitement maternel, appelez Roseline, 724-2726 ou Nicole, 739-3548.

BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE

Du lundi au vendredi de 9h à 11h30, 13h à 16h et de 19h à 20h30. La bibliothèque sera fermée le samedi durant l'été. Tous nos services sont entièrement gratuits. Tél.: 724-3164, 53 St-Germain ouest (local 101), Institut Monseigneur Courchesne.

HEURE DES MESSSES

Cathédrale: Samedi: 19h.15; dimanche: 8h.00, 11h.00, 17h.00.
Nazareth: Sam.: 19h.00; dim.: 8h.00, 9h.30, 11h.00.
Pointe-au-Père: Sam.: 19h.30; dim.: 7h.00, 8h.00, 9h.00, 10h.00, 11h.30, 17h.00, 19h.30.
Sacré-Coeur: Sam.: 19h.15; dim.: 9h.30, 11h.00, 12h.00, 19h.15.
St-Anaclet: Sam.: 20h.00; dim.: 8h.00, 10h.00 et 11h.00.
Ste-Agnès: Sam.: 19h.15; dim.: 9h.30, 11h.00 et 12h.00.
Ste-Odile: Sam.: 19h.15; dim.: 8h.00, 9h.00 et 11h.00.
St-Pie X: Sam.: 19h.15; dim.: 10h., 11h.30 et 19h.30. Sur semaine: 16h00 et 19h00.
St-Robert: Sam.: 19h.15; dim.: 8h.30, 10h.00, 11h.00, 19h.15. Sur semaine: 16h.00 et 17h.15.
St-Yves: Sam.: 19h.00; dim.: 9h.30, 11h.00 et 19h.00.
Ste-Bernadette Soubiours (Mont-Joli): 9h.00, 11h.00, 17h.00, et 19h.00.
Notre-Dame-de-Lourdes (Mont-Joli): Le samedi à 17h.30; dimanche les messes sont à 9h.00, 11h.00 et 19h.30.
Ste-Blandine: Sam.: 19h.15; dim.: 10h.00 et 17h.00.
Eglise Chrétienne Evangélique, 68 rue Wilson, Nazareth. Office: dimanche: 10h.00; mercredi: 19h.30; Rév. Eugène McNutt, pasteur, tél.: 723-7677.
L'Eglise Evangélique de la Pentecôte, 344 rue Ross. réunion: dimanche à 19h.30. Pasteur Gregory Pyne, tél.: 723-7347.
L'Eglise de Jésus-Christ des Saints des Derniers Jours: réunion le dimanche matin à 10h30 à l'Ecole Léonard. Tél.: 724-9676.
Eglise Ste-Luce-sur-Mer
Semaine et dimanche: 19.30 hres
Dimanche: 9.30 hres, 11 hres, été 19.30 hres

ALCOOLISME ET TOXICOMANIE

Le Service en Alcoolisme et Toxicomanies de l'Hôpital St-Joseph oeuvre au niveau de la prévention et du traitement de l'alcoolisme et des autres toxicomanies. Situé au 125 Boul. René-Lepage Est, Centre Médical, Edifice "B", notre bureau est ouvert du lundi au vendredi de 9h00 à 12h00 et de 13h00 à 17h00. Nous pouvons aussi vous recevoir sur rendez-vous en dehors de ces heures. Si vous désirez vraiment en sortir, mais que vous avez besoin d'aide, appelez-nous: 723-4033.

AL-ANON PEUT VOUS AIDER

Si vous êtes le parent ou l'ami d'un alcoolique, les groupes familiaux Al-Anon peuvent vous aider à résoudre une partie du problème. Pour information, téléphoner à 723-7469.

SERVICE DE REGULATION DES NAISSANCES

SERENA-RIMOUSKI renseigne les individus, les couples et les groupes sur tous les moyens de régulation des naissances.

SERENA offre un service spécialisé dans le test symptomatique. Tél. 724-2982 — 739-4835 — 798-4903 ou 723-1418.

COUPLES — SEXUALITE — PLANNING

Les professionnels de ce programme du Centre de Service Sociaux offrent les services suivants:

- De l'information en groupes aux adultes et aux étudiants sur le **planning des naissances** et ses méthodes.
 - De l'information, de la consultation psychosociale et des références en matière d'avortement aux personnes vivant une situation de **grossesse indésirée et non acceptée**.
 - De l'information et de la consultation psychosociale en matière de **sterilisation** aux couples envisageant cette intervention médicale avec quelques hésitations ou inquiétudes.
 - De la consultation prémaritale et de la consultation pour faire le point (check up conjugal).
 - De la consultation psychosexuelle et de la thérapie conjugale aux couples aux prises avec des difficultés.
 - De la consultation pré et post **divorce** aux couples en mésentente grave et en dissolution.
- Pour information ou rendez-vous: tél.: 723-1250.

P.S.V.F.

Le programme de sensibilisation à la vie familiale (P.S.V.F.) est destiné aux parents d'enfants de trois à quatre ans qui veulent repenser les relations parents-enfants. Pour renseignements, appelez Francine Roy, 723-4771, Lise Potvin: 723-3777, A. Mont-Joli, Mary Gagnon, 775-5326 et Carole Brisson, 775-7042.

PISCINE DU PAUL-HUBERT

Horaire en vigueur jusqu'au 24 juin 1977.

MARDI: de 19h.00 à 20h.00 - pour tous.
MERCREDI: de 20h.00 à 21h.30 - pour adultes.
JEUDI: de 20h.00 à 21h.30 - pour adultes.
VENDREDI: de 20h.00 à 21h.30 - pour tous.

SAMEDI ET DIMANCHE:

de 14h.00 à 16h.00 - pour tous.
de 16h.30 à 18h.00 - bain familial
de 20h.00 à 22h.00 - pour adultes
* Bain de plongée tous les dimanches de 13h.00 à 14h.00.
* Bonnet de bain obligatoire pour tous.
* Tarifs: Etudiants: \$0.50
Cartes à tarifs réduits en vente à la piscine.
Adultes: \$0.75

La faim du monde
avant la fin du monde

OXFAM

HORAIRE DE LA PISCINE DE MONT-JOLI

Lundi, mercredi et vendredi: de 16h.00 à 17h.00 (pour tous). Du lundi au samedi (inclusivement) 20h.00 à 21h.30 (16 ans et plus) Samedi et dimanche, de 19h.00 à 20h.00 (pour tous), de 12 à 16 ans, entrée gratuite, de 14h.00 à 16h.00 (pour tous). Plongée sous-marine, tous les dimanches matins de 9h.30 à 11h.00 (pour tous) N.B. — Ce n'est pas un cours, mais bien un bain de plongée sous-marine LIBRE.

ADOPTION

Le Centre de Services Sociaux du Bas du Fleuve est responsable encore actuellement d'un grand nombre d'enfants d'âge scolaire qui n'ont pas de parents. Ce sont presque tous des garçons. Ils ont besoin d'abord et avant tout d'une famille bien à eux. **CENTRE DE SERVICES SOCIAUX DU BAS DU FLEUVE, SECTEUR ADOPTION, TEL.: 723-1250.**

Québecair en bref

Les huit avions de Québecair affectés au réseau intérieur effectuent actuellement 990 atterrissages et décollages par semaine. C'est à l'aéroport de Québec que Québecair enregistre le plus grand nombre de mouvements avec 231 départs et arrivées. A l'aéroport de Mont-Joli, on note quelque 118 départs et arrivées.

Au cours du mois de juin, les F-27 de Québecair ont volé pendant 863 heures, les Bac-111 pendant 652 heures et le Boeing-727 pendant 138 h. Les F-27 ont transporté 12,067 passagers, les Bac-111, 31,648 et le Boeing-727, 10,524.

En juin, Québecair a transporté sur son réseau intérieur un peu plus de 54,000 passagers. Pour les

six premiers mois de l'année, les avions de Québecair ont accueilli 430,000 personnes. A Mont-Joli, pour la période s'étendant du 1er janvier au 30 juin, la clientèle de Québecair a été de 22,177.

Raboin & Raboin NOTAIRES

Ronaldo Raboin, LL.L.
Gilles Raboin, LL.L.
2 Est Evêché - Rimouski
Tél.: 723-3127

Louis Bellavance

Notaire
PLACE ST-LAURENT
Suite 111
70 est St Germain,
Rimouski Tél 724 9177

samson, BELAIR & ASSOCIES

COMPTABLES AGRES

320 EST, RUE ST-GERMAIN
RIMOUSKI - G5L 7C7

TELEPHONE: (418) 724-4136

Rimouski - Montréal - Québec - Sherbrooke
Trois-Rivières - Ottawa - Sept-Îles - Matane

Benoit Sylvain, C.A.
Gilles Lévesque, C.A.
Clément Duchesne, C.A.
Denis Trudel, C.A.
Emilien Malenfant, C.A.

Jean-Paul Dionne, C.A.
Marius Pinault, C.A.
Laurent Lavoie, C.A.
Serge Alary, C.A.
Rodrigue Proulx, C.A.
M. Paul Gagné, C.A.

Desrosiers, Lepage et Associés

Roger Desrosiers, C.A.
Gilles Lepage, C.A.
Jean-Yves Lapointe, C.A.
André Rioux, C.A.

Irvin Pelletier, C.A.
J. Hugues Rioux, C.A.
Bruno Lizotte, C.A.

5, est, rue St Germain
Case Postale 217
RIMOUSKI, Québec
ET
PORT-CARTIER

comptables
agréés

Téléphone: 724-4414

ANDRE NOLIN

ARPEUTEUR, GEOMETRE
148 ST-GERMAIN-EST, RIMOUSKI
Tél.: Bureau et résidence: 724-2653

MAILLOUX, PELLETIER, LEVESQUE & ASSOCIES

Comptables agréés

Rimouski

184 de la Cathédrale
724-2720 — 723-9611

Trois-Pistoles

46 Notre-Dame Est,
851-2060

Gendreau Pelletier Gendreau et Roy AVOCATS

Paul A. Gendreau, LL.L., Marion Pelletier, LL.L.,
Claude-H. Gendreau, LL.L., Jeannot-H. Roy, LL.L.,
Denis Lavallée, LL.L., Dominique Langis, LL.L.

41 Ouest, Evêché, Rimouski Tél: (418) 724-4416

A la S.Q. à Rimouski

L'embonpoint a considérablement régressé ainsi que l'usage de la cigarette

Écrit en collaboration

Depuis octobre 1975, après que quatre moniteurs eurent été formés en conditionnement physique, un programme a été tracé pour l'entraînement des membres de l'Unité. Grâce à cette initiative, nous bénéficions maintenant d'un programme structuré et de locaux adéquats.

Ce programme structuré comprend des périodes prédéterminées durant lesquelles est appliquée la méthode ÉPIC base de notre entraînement. La méthode ÉPIC comporte entre autres des exercices d'assouplissement, 16 minutes de course à la vitesse déterminée par chaque individu, des exercices orientés vers la musculation, et pour terminer une séance de sport collectif. Afin d'éviter la routine, d'autres méthodes sont employées pour conserver l'intérêt des membres à son maximum: cross-promenade, intervalle training, circuit gymnique, etc.

Bienfaits

À l'Unité d'Urgence de Rimouski, nous observons, depuis le début du programme, une amélioration marquée de la condition physique générale des confrères. L'embonpoint a considérablement régressé. Plusieurs ont cessé de fumer. D'autres se sont lancés dans la pratique des sports. L'entraînement a permis

aux membres de mieux se connaître et de développer un bon esprit d'équipe qui se reflète dans l'humeur journalière et le comportement au travail.

Motivation

L'amélioration générale de la santé de chacun démontre l'intérêt que chaque membre de l'Unité apporte à son entraînement. Notons l'utilisation d'une fiche de contrôle personnel applicable à la méthode ÉPIC, grâce à laquelle chaque membre peut apprécier ses résultats. La motivation joue un grand rôle dans l'entraînement. À preuve les membres donnent le meilleur d'eux-mêmes durant les séances imposées ou libres, c'est-à-dire les sports d'équipe et individuels. Ici, à Rimouski, nous pratiquons principalement le badminton et le ballon-volant.

Sports

Certains de nos membres, qui s'étaient peu intéressés aux sports en tant que participants, pratiquent maintenant, de façon régulière, les sports de leur choix: balle molle, ballon-volant, hockey, tennis, badminton, etc... et ce, pendant leur temps libre.

Nous souhaitons que d'autres membres de la Sûreté du Québec aient la possibilité de bénéficier des mêmes avantages que ceux dont nous jouissons à l'Unité d'Urgence, à Rimouski.

(La Revue de la Sûreté du Québec, Vol. 7, No 8, août 77)

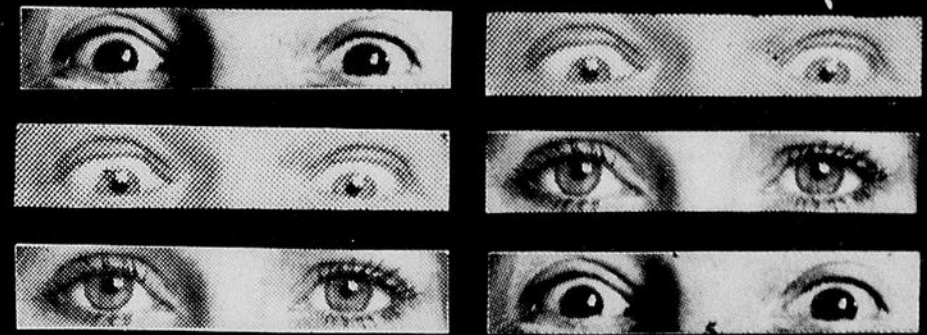


Les moniteurs en conditionnement de Rimouski. De gauche à droite: les agents Jean-Marc ST-HILAIRE; Donald LEPAGE; Jean-Yves DUBÉ et Gilles LANTAGNE. Ils ont écrit l'article ci-contre en collaboration.



122,000

YEUX REGARDENT CETTE ANNONCE



Votre journal couleurs
Le RIMOUSKOIS

1 ER PARTOUT
POUR VOTRE PUBLICITE
723-2571.

- ST-GERMAIN
- ST-ROBERT
- ST-YVES
- SACRE-COEUR
- NAZARETH
- STE-ODILE
- ST-PIE X
- STE-AGNES
- BIC
- ST-FABIEN
- ST-VALERIE
- ST-EUGENE
- ST-NARCISSE
- STE-BLANDINE
- ST-DONAT
- ST-GABRIEL
- LES HAUTEURS
- POINTE-AU-PERE
- STE-LUCE
- LUCEVILLE
- ST-ANACLET
- MONT-JOLI
- ETC, ETC.

12,200 FOYERS RECOIVENT "LE RIMOUSKOIS"

A NOS MEMBRES ET FUTURS MEMBRES

DEPOT GARANTI
minimum \$1,000.00

9 1/4 %
2 ANS

Intérêt versé deux fois l'an

Pour avoir plus de renseignements, passez nous voir ou appelez:

CAISSE D'ENTRAIDE ECONOMIQUE DE RIMOUSKI
125 Evêché Ouest, Rimouski - 723-2327
Institution inscrite à la Régie de l'Assurance-Dépôt du Québec

Rapport annuel...
[Suite de la page 11]

ce pour 77-78 est plus encourageante tant au point de vue national, provincial que régional.

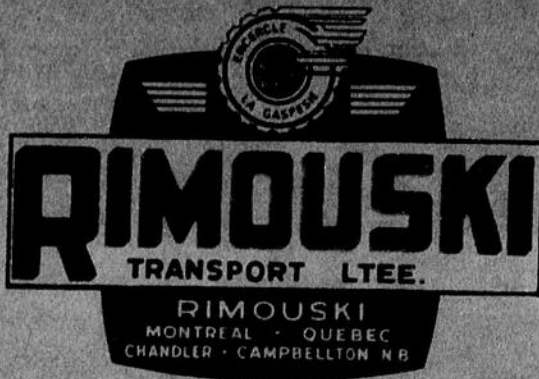
La Société du Crédit Agricole a continué, comme par le passé, à prêter à des agriculteurs de plus en plus jeunes. En 1976, 27% des emprunteurs S.C.A. avaient moins de 25 ans, comparativement à 23% en 75. En 76, 46% des emprunteurs avaient entre 25 et 34 ans, comparativement à 42% en 75.

Qu'en est-il du remboursement des prêts après avoir vécu une année plus difficile? Bon dans l'ensemble. En effet, au 31 mars 77, 91.9% des prêts étaient à date, comparativement à 93% au 31 mars 1976.

En terminant, j'inviterais ceux qui ont des projets à discuter, à venir rencontrer nos conseillers en crédit: ils ont la compétence pour vous aider à prendre de bonnes décisions.

Gilles Malenfant, agronome
Surveillant de district

LA DIRECTION DE



VOUS INVITE
 A LA PRUDENCE
 SUR LES ROUTES
 A L'OCCASION DE LA
**FÊTE DU
 TRAVAIL**
 ET
 VOUS SOUHAITE
 UN BON
 CONGE !

DEMENAGEMENT

- Local
- Longue distance
- Emballage
- Déballage
- Entreposage

723-1212

