

Un accident a changé sa vie et ses valeurs

« J'étais du genre qui traversait la rue en voyant un handicapé, maintenant je vais au devant de ceux qui n'osent pas m'aborder », confie Richard Lapierre, un ingénieur de 27 ans, amputé d'un bras et d'une jambe et paralysé des deux autres membres.

L'accident qui a changé sa vie et ses valeurs, s'est produit « le temps d'un éclair », le 29 août 1978, à 20h30, à Saint-Gabriel-de-Brandon. M. Lapierre travaillait de-

L'essentiel, c'est qu'il est vivant, et même assez éveillé pour entendre le médecin préconiser une amputation des quatre membres! C'est dur pour quelqu'un dont l'avenir s'annonçait prometteur. Frais émoulu de Polytechnique, Richard Lapierre était en train de se faire valoir dans son tout premier poste. Marié depuis deux ans, il était, depuis 18 jours, père d'une fillette.

24 interventions chirurgicales

Prévenue par l'hôpital ce soir-là, un peu avant onze heures, Sylvie, la femme de l'accidenté confie son bébé à des membres de sa famille et accourt, craignant le pire. « Je savais que les brûlures par électrocution sont fatales », dit-elle.

Elle connaît 24 heures d'angoisse pendant lesquelles son Richard est entre la vie et la mort, à cause d'un blocage des reins. Sont les interventions chirurgicales à la chaîne, dix-sept en quatre mois, à commencer par l'amputation de la jambe droite en dessous du genou et celle du bras gauche. « M'ont-ils «choppé» autre chose? », lance, à son réveil, Richard qui n'a pas perdu le sens de l'humour.

On a bien failli lui «chopper», comme il dit, l'autre jambe où s'était développé un foyer d'infection. Il en a été quitte pour deux visites, sans plus, à la salle d'opération.

Sylvie est à son chevet de 12 à 14 heures par jour, sept jours par semaine. Elle lui donne un soutien moral «terrible». «Je n'ai pas eu le temps de penser à ce qui nous arrivait. On ne s'arrête pas de vivre avec un enfant à la maison», dit-elle.

Le 23 décembre, Richard Lapierre quitte l'hôpital en ambulance pour passer Noël chez lui. Lui qui pesait 170 livres, n'en pèse plus que 90. Il est incapable de s'asseoir et totalement dépendant, ne pouvant ni s'habiller ni manger seul. Sylvie lui change ses multiples pansements deux fois par jour. « Mon seul exercice consistait à m'asseoir, mais une heure après, j'étais fatigué », se souvient-il.

Le printemps le revoit à l'hôpital pour quatre interventions de chirurgie esthétique, en autant de mois. Il y en aura trois autres l'année suivante... et ce n'est pas fini, car il a encore plusieurs opérations en perspective. « Dans les cas de brûlures, la qualité des soins est d'une importance capitale », souligne-il avec reconnaissance pour ceux qu'il a reçus.

Une longue réadaptation

Vivre ne suffit pas. Encore faut-il pouvoir vivre pleinement. Et pour reprendre son poste, Richard Lapierre devait pouvoir écrire et conduire sa voiture. Deux habitudes qu'il a mis plus d'un an à regagner, en même temps que d'autres gestes de la vie courante.

Cette rééducation s'est faite à l'Institut de Réadaptation de Montréal où il a été hospitalisé onze mois et suivi comme externe durant quatre autres. C'est là qu'il a obtenu la prothèse et l'appareil orthopédique qui lui permettent de marcher. Le gant moulé aussi, avec lequel il peut agripper son volant. Il utilise cependant un fauteuil roulant pour les longues courses.

Il a fallu également qu'il apprenne à faire face à de nouvelles situations. « Les gens te retrouvent



Richard et Sylvie Lapierre.

avec un seul bras, une seule jambe, et réagissent avec émotion ».

Deux ans après l'accident, son patron, M. P.O. Bourgeois l'emmena au Nouveau-Brunswick, où il avait affaire. C'est sa première sortie sans Sylvie. Il se débrouille si bien que M. Bourgeois lance en le ramenant: « On te voit au bureau la semaine prochaine? » C'était en août 1980.

Vers cette époque, sa petite Marie-Andrée est assez grande pour

se rendre compte que son père n'a qu'un bras. La voilà qui cherche l'autre dans la manche de son chandail! « Il poussera quand tu grandiras », lui dit-elle pour le consoler.

Conférencier cette semaine au dîner du vingt-cinquième anniversaire des Femmes chefs d'entreprise, Richard Lapierre n'a pas manqué de se faire le champion des personnes handicapées qui se surpassent lorsqu'elles sont motivées et ont, comme lui, des pa-

trons compréhensifs. Au lieu d'être un fardeau pour la société.

Il y a des optimistes que rien ne peut ébranler: Richard Lapierre est de ceux-là. Il s'estime privilégié et même chanceux, car en plus d'un poste qu'il aime et qu'on lui a gardé durant deux ans, il a un foyer stable avec sa femme toujours à ses côtés et deux adorables fillettes. Julie, la petite sœur de Marie-Andrée, aura un an à Noël. C'est elle, son meilleur gage de réadaptation.

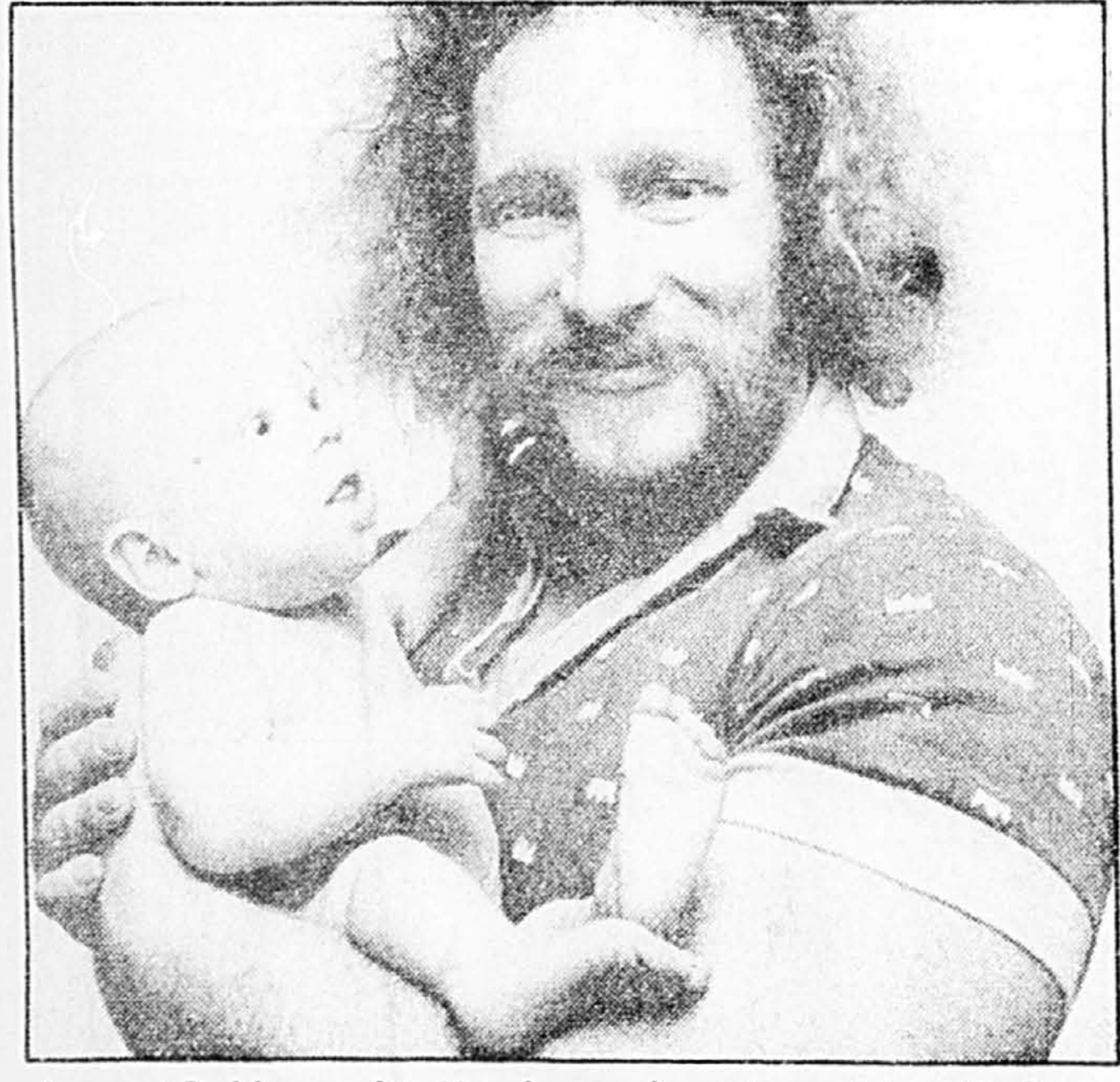


LILY TASSO

puis quatre mois seulement pour la Compagnie internationale des Eaux qui effectuait des travaux de forage dans cette ville. Il tenait dans sa main gauche le câble d'une grue pendant qu'on chargeait des pièces d'équipement sur un camion.

Tout à coup, le câble s'accroche à un fil de haute tension. Le malheureux reçoit une décharge de 25.000 volts et «fond sur place, évanouit et les vêtements en feu». Un collègue est blessé au dos et à la tête, et l'opérateur de la grue est projeté à vingt pieds de là, mais leurs blessures sont moins graves que les siennes.

Dans l'ambulance qui le transporte à l'hôpital St-Eusèbe de Joliette, puis à l'hôpital Maisonneuve-Rosemont de Montréal, M. Lapierre est conscient et n'a pas mal, mais sa soif est intolérable, tellement il est déshydraté. « Je criaï pour de l'eau », dit-il.



Lennart Dahlgren, dit «Hoo-hoo», champion suédois d'haltérophilie, a posé une série d'affiches visant à pousser les hommes à prendre en charge leurs droits de père.

Un problème souvent oublié: la paternité

Certains hommes ressentent la naissance d'un enfant, surtout de leur premier enfant, comme un choc immense, se sentant exclus d'une relation inconue jusque-là: la relation amoureuse mère-bébé. Pour retrouver l'équilibre, c'est probablement le dialogue qui est le plus efficace.

MADELEINE BERTHAULT

mais aussi la capacité d'exprimer ses sentiments, de dire ce que l'on ressent face à cette situation nouvelle.

Parler... Echanger... Communiquer... Et pas seulement avec sa compagne mais aussi, au fur et à mesure que grandissent les enfants, avec ces derniers. Que leur père ne soit pas un homme silencieux, qu'il soit plutôt un homme chaleureux qui accepte de communiquer et de s'impliquer réellement dans l'éducation de son ou de ses enfants. Cette communication commen-

ce des la conception pour certains, des le berceau pour d'autres.

Langer un bébé, le prendre dans ses bras, lui donner un biberon, lui dire des mots doux, accomplir les gestes quotidiens, font partie de l'échange d'amour entre le père et son enfant.

Se rencontrant la semaine dernière autour du thème «Les hommes et l'enfant» quelque 25 hommes invités par la revue d'information sur la condition masculine Hom-Info, ont parlé de leurs expériences en tant que pères: des difficultés mais aussi des joies de la paternité.

S'il en est plusieurs pour ouvrir grand leur cœur au monde de l'enfance, il en est aussi qui trouvent pénible le dérangement que cause l'arrivée d'un enfant. La paternité fait peur à d'autres qui autour d'eux ont vu ou vécu des expériences catastrophiques, tels ces pères séparés de leurs enfants à la suite d'un divorce par exemple.

«Je suis père» dira l'un d'eux, «mais la paternité est un sujet dont on ne parle pas vraiment».

Pour certains hommes, la prise de décision d'avoir un enfant ou non, ou encore la naissance de leur enfant, est l'occasion d'une redécouverte de leur propre père.

«Parfois je reconnais mon père dans certaines de mes réactions, dans certains de mes comportements. Ça me gêne, ça me choque... je sais très bien qu'être père pour moi comporte le risque que j'utilise ou que j'aie recours au principal modèle que j'aie connu.»

Chaque homme vit sa paternité de façon différente et beaucoup reconnaissent que le fait d'avoir des enfants les fait vivre de façon très intense.

Les hommes commencent à se dire qu'il y a quelque chose qui unit les hommes et les enfants. C'est nouveau d'en parler, de s'en préoccuper. C'est ce qui ressort de plusieurs commentaires et

c'est la raison pour laquelle Hom-Info a publié un numéro thématique sur le sujet.

La société actuelle a perdu de son homogénéité d'antan. Les modèles familiaux changent. La famille elle-même n'offre plus la stabilité qu'on y trouvait avant: les cassures provoquent le plus souvent des éloignements entre les pères et leurs enfants. Et ça, beaucoup d'hommes le ressentent cruellement, sans oser l'exprimer.

Ça demande un certain courage pour passer par-dessus des mythes bien établis. Du dynamisme et de l'amour aussi, sans lesquels une telle réflexion serait impensable car, comme le disait l'un d'eux l'autre soir: «Les femmes ont entrepris leur cheminement depuis des années... Nous ne faisons que commencer. Nous redisons donc des choses qu'elles ont déjà dites, qu'elles ont déjà intégrées. Nous entretenons beaucoup d'espoir dans cette communication nouvelle.»

Pour une action efficace, des dents aux comités des bénéficiaires...

Les personnes âgées et les malades se réveillent... Ils réclament leurs droits et le législateur, lui aussi, doit s'ouvrir les yeux. J'applaudis... et je crois entendre la population en faire autant pour soutenir ceux qui, sur leurs jambes tremblantes, se lèvent pour protester, réclamer justice.

Les comités de bénéficiaires

De toute évidence, il faut renforcer les comités de bénéficiaires qui existent ou devraient exister dans les centres d'accueil, dans les centres hospitaliers de soins prolongés ou centres de réadaptation accueillant des adultes.

Ces comités ont été inscrits dans la loi des services de santé et des services sociaux en 1971. Et cela, après une longue campagne menée par La Presse. Le ministre des Affaires sociales de l'époque, M. Claude Forget, M'avait, «en avant-première», annoncé cette bonne nouvelle. C'était un premier pas, timide, mais un premier pas dans la bonne direction. Au moins, les malades, les handicapés et les

personnes hébergées pouvaient se donner une voix.

Mais d'autres êtres, démunis et incapables de se défendre, ne disposent d'aucun instrument pour lutter contre l'exploitation, contre une gestion déficiente ou carrément odieuse: ce sont, dans les établissements où ils sont recueillis, les handicapés trop malades pour posséder l'énergie nécessaire à ce rôle, ce sont les personnes séniles, les enfants et les adolescents. Là où n'existe pas de comité.

Outre cette lacune dont je viens de parler, l'article 3.10.1 ne fait pas une obligation aux établissements de créer un comité de bénéficiaires. C'est donc là une des réclamations du Comité provincial des Malades.

L'expérience a aussi appris que les membres des comités pouvaient, ou être victimes de représailles s'ils se montraient revendicateurs, ou être manipulés, «achetés» par de petites faveurs afin de les rendre «compréhensifs» de la tâche du directeur général. Dans un cas comme dans l'autre, c'est neutraliser l'action

des comités. On conviendra que l'état de santé des bénéficiaires membres du comité, se prête parfois très bien à ces petits jeux de chantage. Dans le but de contre-carrer ces manoeuvres, j'ai maintes fois suggéré à quelques intéressés d'adopter à chaque comité des personnes de l'extérieur, par eux choisies, parmi des parents, des amis, des bénévoles, etc. Or, voilà qui a fait l'objet d'une des demandes du Comité provincial des Malades, en octobre dernier. Je ne peux que m'en réjouir et souhaiter que le ministre des Affaires sociales, M. Pierre-Marc Johnson, donne suite aux réclamations du Comité provincial des Malades.

De plus, là où les pensionnaires ne sont pas en mesure d'écrire un comité, le Conseil régional des Services de santé et des services sociaux devra le faire à leur place.

Deux autres recommandations importantes devraient retenir l'attention de M. Johnson. L'une qui semble anodine mais permet à un comité d'être actif: qu'un local soit mis à sa disposition pour con-

server des dossiers confidentiels et que le directeur général avertisse, par écrit, chaque résident de l'existence du comité et favorise l'élection de ses membres. Cela n'a l'air de rien... mais ces petits riens évitent au comité d'être étouffé dans le silence et l'indifférence.

Des pleurs et des grincements de dents!

Enfin, et c'est là que je prévois des pleurs et des grincements de dents, les comités de bénéficiaires réclament le droit de s'adresser, en leur nom propre, aux Tribunaux pour faire respecter les droits des bénéficiaires. Les malades, les personnes âgées se réveillent... et parlent... et réclament leur dû!

Et qui donc va ainsi rugir? Avec un accord parfait et rarissime, la Direction des établissements et... les syndicats! Point n'est besoin d'être prophète pour deviner que ces recours légaux donneront aux comités une efficacité certaine. Ils cesseraient d'être coincés entre la Direction et le Syndicat. Et il n'est pas dit que certains ma-

lades ou personnes âgées, pécutiairement exploités par les leurs (on vient, une fois par mois, chercher le \$90 que leur laisse le MAS pour leurs menues dépenses), ne puissent exercer des recours, via le Comité, devant les Tribunaux.

Bref, ce recours légal les rétablirait dans leur dignité humaine, mettrait fin à une part de leur dépendance, de leur faiblesse, et leur donnerait le moyen de se défendre.

Comment M. Johnson recevra-t-il ces demandes? Avec un «préjugé favorable»... aux malades et aux personnes âgées? Elles qui forment l'une des priorités du gouvernement?

Des remerciements et des excuses

Je dois adresser tout à la fois des remerciements et des excuses à de nombreux lecteurs qui m'ont envoyé des félicitations, à l'occasion du prix que m'a récemment décerné l'Association canadienne des Périodiques catholiques (ACPC).

Des remerciements, pour les félicitations que l'on m'a fait par-



Claire Dufresne (collaboratrice spéciale)

venir, soit par lettre, soit par téléphone, et des excuses de n'avoir pas pu accuser réception de ces bons mots à mon égard. Je suis littéralement débordée par les lettres et les appels téléphoniques auxquels je n'arrive pas à répondre. Croyez que j'en suis désolée et confuse... mais mon patron tient à ce que je rédige ma chronique!... Le temps me manque pour le reste et je n'ai pas de secrétaire.

Je profite de l'occasion pour remercier officiellement l'ACPC de m'avoir choisie comme première récipiendaire de son prix annuel. D'autant plus que mon engagement journalistique ne s'est accompli uniquement que sous le principe de l'humanisme, qui implique le sens des autres, sous la lueur de «l'inaccessible étoile» que chante si bien Jacques Brel. L'ACPC a donc fait montre d'une extrême largeur d'esprit qui lui fait honneur. Je lui en rends hommage.

IRÈNE BOUVIER, PARTISANE DE L'ACUPUNCTURE

«Souvent, je guéris; habituellement, je soulage»

■ Tant qu'on ne s'en est pas prévalu ou qu'on a pas senti le besoin de recourir à une façon nouvelle de soulager son mal, on ne se pose pas trop de questions sur l'acupuncture. C'est quand le mal persiste, qu'on a épuisé les ressources de la médecine traditionnelle qu'on songe parfois à cette médecine spéciale venue jusqu'à nous à travers les siècles, d'un autre continent. On le fait souvent quand on est incités à le faire par une personne qui en a déjà ressenti les bienfaits.

MADELINE DUBUC

On reste, de façon générale, fort ignorants, voire sceptiques devant l'acupuncture. Voilà pourquoi LA PRESSE est allée interviewer une jeune femme canadienne, infirmière au départ, qui a senti un jour le besoin d'étudier plus profondément cette science d'où la chimie est exclue. Irène Bouvier a obtenu, à travers quatre années de travail un diplôme en médecine chinoise traditionnelle. Elle s'impose doucement dans le monde de la santé au Québec. «J'ai eu, à un certain moment de ma carrière, dit Irène Bouvier, une prise de conscience devant le fait qu'on «endormait» trop les malades à coups de



Irène Bouvier s'impose doucement dans le domaine de la santé au Québec.

nécessaires ou non. J'ai senti le besoin de me rapprocher de la médecine naturelle. J'ai étudié l'acupuncture, la naturothérapie, le massage en même temps que la philosophie chinoise et maintenant je soigne, avec mes con-

naissances techniques et mes convictions. Souvent, je guéris. Habituellement, je soulage.»

La récupération de l'énergie

«Toute la science de l'acupuncture, explique Irène Bouvier,

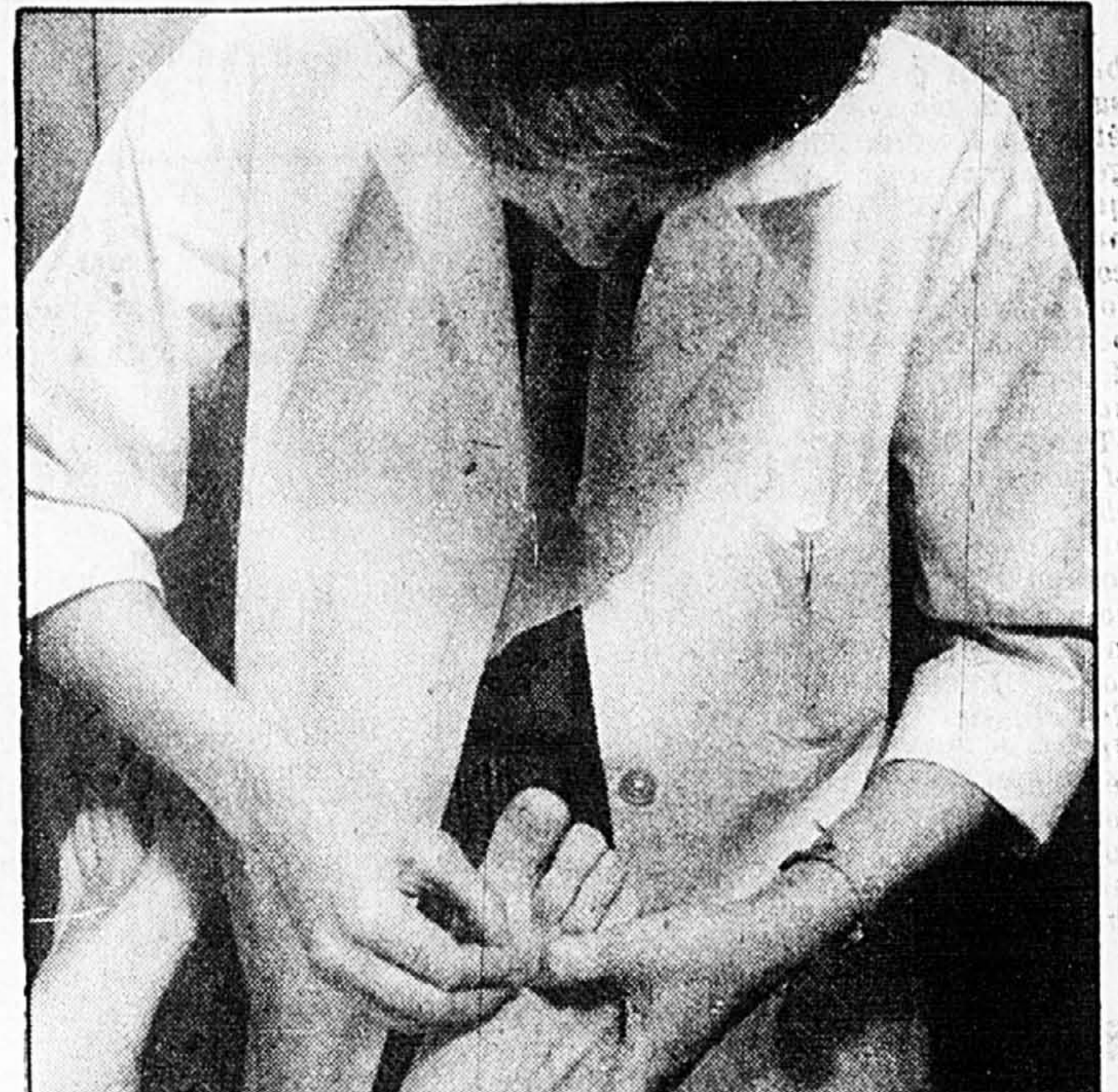
visé à rétablir l'énergie en stimulant les ressources naturelles et en les réintégrant dans leur milieu ambiant. On ne peut pas dire, explique-t-elle, que le concept de l'énergie est facile à comprendre. Résumons en disant que tout ce qui est visible

ou invisible, manifesté ou non, est énergie, puisée dans la nourriture, dans l'air, dans l'hérédité. Les maladies viennent drainer cette énergie. L'acupuncture tente de rétablir l'équilibre ébranlé.»

Ces mêmes techniques d'acupuncture peuvent parfois, dans le monde de la médecine, provoquer des hausses d'épaules. «Parce que, dit la spécialiste, l'énergie, ça ne se voit pas. Par ailleurs, elles peuvent provoquer chez les patients une certaine crainte parce qu'elles impliquent un traitement avec des aiguilles et que les aiguilles, ça fait peur.»

Il faut presque assister à une démonstration pour se rendre compte que les personnes traitées, par acupuncture, une fois la première appréhension vaincue, non seulement ne souffrent pas, mais qu'elles ne sursautent même pas lorsqu'on introduit les aiguilles dans leur peau. Les aiguilles, d'ailleurs, ne sont pas plantées là, au hasard. L'acupuncteur connaît exactement les endroits où elles doivent être introduites, à travers les douze «méridiens» qui sillonnent l'organisme. Quant aux aiguilles, elles sont rigides ou souples, toujours pleines, par opposition aux aiguilles employées dans notre médecine traditionnelle qui contiennent un liquide.

Aucun traitement d'acupuncture ne se fait sans un examen préalable du patient. Selon le diagnostic, on peut lui prescrire des séances quotidiennes,



Une certaine crainte est provoquée chez les patients à cause du traitement avec les aiguilles. photos P.H. Talbot, LA PRESSE

hebdomadaires, mensuelles ou saisonnières. Chaque session peut durer de trois quarts d'heure à une heure et quart. Les résultats dépendent évidemment de la gravité du cas et peuvent se faire sentir immédiatement ou après quelques séances. «Cependant, dit Irène Bouvier, on ne doit pas attendre le miracle. Un patient qui veut se faire traiter par acupuncture doit d'abord avoir la volonté de guérir.

Nous l'aïdons à rééquilibrer sa propre énergie dispersée et à se prendre en mains. Nous sommes un «outil» dans la marche vers la guérison. Mais, la guérison, c'est le patient d'a-

bord qui la souhaite et qui prend ce moyen pour y arriver.»

Plus loin que les symptômes

Les médecins acupuncteurs, qui admettent qu'on vient les voir souvent après avoir passé par le chiropraticien, les médecins spécialistes, quelquefois les psychiatres peuvent soulager ou guérir des patients, d'après leurs statistiques, dans 75 pour cent des cas. Les plus souvent rencontrés, selon Irène Bouvier et ceux avec lesquels elle travaille avec le plus de succès touchent à des déséquilibres du système nerveux: stress, névrites, névralgies; aux problèmes diges-

tifs; aux ennuis des systèmes urinaires gynécologiques ou circulatoires; aux problèmes dermatologiques.

«L'acupuncture, c'est une technique de guérison en profondeur, dit la spécialiste, qui peut éliminer non seulement les symptômes de la maladie, mais qui permet de résister à ses assauts. De plus, dans des cas spéciaux, et toujours à cause du rééquilibrage de l'énergie, elle peut apporter une aide précieuse à ceux qui livrent une bataille personnelle contre une mauvaise habitude, comme l'abus de l'alcool, du tabac et même de la nourriture.»

Pour peu qu'on veuille guérir...

IL FAUT VOIR LES CHOSES EN FACE

Un plan de pré-arrangement Alfred Dallaire c'est plus qu'une simple formalité, c'est une question de planification. Faire dès maintenant un pré-arrangement c'est choisir de façon raisonnable quel type de services funéraires vous désirez recevoir. C'est aussi la seule façon d'éliminer pour vos proches ces décisions prises sous le coup de l'émotion qui entraînent trop souvent des dépenses excessives.

Au service du public depuis plus de 50 ans, Alfred Dallaire Inc. vous propose un plan de pré-arrangement avec garantie financière double. En effet, le montant que vous investissez est placé en fiducie, ce qui assure la sécurité absolue de votre placement. Ce dernier est de plus indexé automatiquement à la valeur de l'argent, ce qui vous garantit demain des services aux prix d'aujourd'hui. Adopter un plan de pré-arrangement Alfred Dallaire, c'est voir les choses en face.

Alfred Dallaire INC.
Le spécialiste des pré-arrangements.

Veuillez me faire parvenir, sans obligation de ma part, des renseignements sur les pré-arrangements.

NOM _____

RUE _____

VILLE _____

CODE POSTAL _____

TÉL. _____

LP 1000

Alfred Dallaire INC.
Le spécialiste des pré-arrangements

1120, rue Jean-Talon est, Montréal, Québec H2R 1V9 (514) 270-3111

Nous pensons d'abord à la vie

Agenda de Noël

	DIMANCHE	LUNDI	MARDI	MERCREDI
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				
15				
16				
17				
18				
19				
20				
21				
22				
23				
24				
25				
26				
27				
28				
29				
30				

novembre

Chantale - pots en cuivre

Marie Paule - flûtes à champagne

Jacques - veston de suède

Les Sevigny - accessoires pour le foyer

On a tout pour vous
Chez nous!

Oui, on a tout pour vous chez nous. Même un petit agenda de Noël gratuit pour vous aider à prévoir vos cadeaux, cartes et



décorations. Pour obtenir le vôtre, il suffit simplement de le demander au kiosque d'information des Galeries d'Anjou.

Les Galeries d'Anjou: l'endroit où on a tout pour faire de votre Noël un événement éblouissant.

Ne tardez pas, les quantités sont limitées.

La durée moyenne de sommeil est de sept heures et demie

Le sommeil est à la base même de notre santé et de notre bien-être, mais peu de gens comprennent ce qui se passe réellement quand notre corps est au repos. La journaliste américaine Dianne Hales vient de consacrer un livre au sommeil, intitulé «The Complete Book of Sleep», dans lequel elle explique ce qui se produit pendant le sommeil et indique notamment les moyens pour bien dormir. International News Agency (INA) a tiré de ce livre une série de trois textes dont nous vous livrons aujourd'hui la troisième et dernière tranche.

— 3 —

La durée normale naturelle du sommeil chez les humains est de cinq à dix heures. Environ une personne sur cent peut être capable de ne dormir que cinq heures par nuit, un autre pour cent aura besoin de dormir deux fois plus longtemps. La durée moyenne est de sept heures et demie, mais il y a des exceptions notables. Un Espagnol dormait moins d'une heure par nuit; un

Australien dormait trois heures en tout; une Américaine une heure ou deux par nuit. Ce qui est remarquable dans ces cas extrêmes, c'est surtout la façon dont ces personnes se reposent d'une façon efficace. Des enregistrements du sommeil ont montré que ces personnes passaient autant de temps que la moyenne des personnes dans les phases de sommeil profond, c'est-à-dire les plus profitables.

Le moyen le plus ancien pour s'aider à dormir est de prendre un petit verre d'alcool. Tant qu'il s'agit d'une goutte, tout va bien. Un verre de vin ou une gorgée de cognac ou de gin réduira le temps qu'il vous faudra pour vous endormir, mais un excès perturbera votre sommeil dans la deuxième partie de la nuit. Vous risquez de vous réveiller avant l'aube, la bouche pâteuse et incapable de vous rendormir.

D'autres boissons somnifères sont non alcooliques. Les tisanes d'herbes sont utilisées depuis des siècles, en particulier celles faites de camomille, un des sédatifs

les plus anciens. En Chine, la boisson favorite est du ginseng et du jus d'orange séché mélangé à du miel. Et vous avez toujours la ressource de boire un verre de lait chaud.

Dans certains pays, on préfère manger plutôt que boire avant d'aller se coucher. Les Anglais recommandent de mâcher une pomme lentement. Les Indiens Pueblo recommandent de manger des champignons, les Birmans mangent un gâteau au pollen. Certains diététistes disent que ce qu'on mange dans la journée influe aussi sur le sommeil. En plus des substances contenant de la caféine, ils soutiennent que deux autres éléments peuvent troubler le sommeil: le sel et le sucre. Les carences vitaminiques et les mauvaises habitudes alimentaires sont également susceptibles de troubler le sommeil.

Il y a une raison pour laquelle tant de gens comptent des moutons depuis toujours pour s'endormir. La méthode donne des résultats. Selon des chercheurs le

fait de compter des moutons distrait les deux hémisphères du cerveau par une activité répétitive. L'hémisphère gauche, centre des calculs logiques, compte, tandis que l'autre, centre des images visuelles, se laisse endormir.

La position

Vous pouvez penser que vous avez dormi comme une bûche après une bonne nuit de repos, mais si vous étiez resté vraiment immobile pendant toute la nuit, vous vous sentiriez abattu au réveil. Durant une nuit normale, vous pouvez bouger de 40 à 70 fois. Ces mouvements empêchent la concentration du sang dans votre corps inerte, maintient l'échange entre l'oxygène et le gaz carbonique à un niveau constant et conserve l'élasticité des muscles.

Il y a des raisons pratiques de faire attention à votre posture en dormant. Si vous dormez sur le ventre, vous risquez de mettre votre cou dans une mauvaise position. Il est préférable de dormir sur le dos, surtout si vous placez plusieurs oreil-

lers sous vos genoux pour éviter la tension dans le bas du dos. Un oreiller trop épais peut également vous donner une mauvaise position.

Vous pouvez vous entraîner à prendre une position de sommeil idéale quand vous entrez dans le lit. Étendez-vous sur le côté, la colonne vertébrale droite, les genoux et les coudes détendus, les membres relaxés, les épaules et les hanches bien calées. Vous pouvez ainsi placer vos mains et vos pieds dans la position qui vous est la plus confortable.

Beaucoup de personnes font des petits sommeils chaque fois qu'ils le peuvent. Winston Churchill était un de ceux-là. John D. Rockefeller avait l'habitude de faire un somme chaque après-midi alors qu'il avait une quarantaine d'années, et avec l'âge, ses som-

mes sont devenus de plus en plus fréquents, allant jusqu'à cinq par jour. Napoléon et Thomas Edison, qui dormaient peu, faisaient des sommes dans la journée, tout comme le général MacArthur et le président Kennedy. Il n'y a aucune explication physiologique de la raison pour laquelle quelques minutes de sommeil dans la journée redonnent extraordinairement des forces. Il se peut bien que la relaxation des muscles, l'interruption des processus de la pensée consciente et l'apaisement de l'inquiétude soient ce qui effectivement repose celui qui fait des sommes.

Enfin, les rêves ou les cauchemars peuvent aussi perturber le sommeil, mais leurs raisons et leurs interprétations ne sont pas toujours faciles à déterminer.

— FIN —

Bénévoles demandés

Un organisme à but non lucratif a encore besoin de quelques vendeuses bénévoles pour vendre des cartes de Noël au profit d'une oeuvre pour enfants. Les personnes qui disposeraient bénévolement de quelques heures par semaine les premières semaines de décembre peuvent offrir leurs services au Service bénévole de Montréal, agence de Centraide, tél. 866-3351.

Le Service bénévole de Montréal a plusieurs demandes pour de jeunes adultes qui bénévolement, pourraient être le soutien moral d'adolescents qui n'ont pas de présence masculine à leurs côtés et aussi pour des travailleurs bénévoles qui seraient prêts à faire du rattrapage scolaire auprès d'écoliers qui ont de la difficulté surtout avec les mathématiques et avec le français. Téléphoner au Service bénévole de Montréal, 866-3351.

Un centre multiethnique du centre-ville

est à la recherche de jeunes adultes et d'étudiants qui pourraient bénévolement consacrer quelques heures par semaine pour mettre sur pied une structure d'accueil au Centre, dans la journée, c'est-à-dire accueillir le public, donner les renseignements, organiser l'animation, etc. Les personnes intéressées sont priées de communiquer avec le Service bénévole de Montréal, agence de Centraide, à 866-3351. Une résidence d'accueil pour personnes âgées, dans le centre-ville, apprécierait la présence de visiteurs bénévoles qui pourraient participer à des programmes récréatifs, conduire les pensionnaires à la chapelle les jeudis entre 9h30 et 11h00, rendre visite aux personnes seules, etc. Téléphoner au Service bénévole de Montréal, 866-3351.

Le Service bénévole de Montréal vient de mettre sur pied, en collaboration avec la Bibliothèque de la Ville de Montréal, la distribution de livres à domicile à des personnes non autonomes qui habitent dans les limites de la Ville de Montréal. Les personnes qui pourraient, bénévolement, disposer de quelques heures par semaine pour porter des livres à une personne âgée ou handicapée dans leur quartier, peuvent offrir leurs services en téléphonant à Bibliothèque, Service bénévole de Montréal, 866-3351.

Un centre hospita-

MAIGRIR



Le programme Weight Watchers, c'est plus qu'un simple plan d'amaigrissement. C'est un plan de nutrition équilibré.

D'anciens sont venus spécialement pour le beurre d'arachides... d'autres pour le miel... et que dire des amateurs de noix de coco!

Mais le régime alimentaire Weight Watchers n'aurait pas eu autant d'effet sur de si nombreuses personnes s'il n'était pas utilisé dans le cadre d'un programme complet, visant le contrôle du poids.

Les classes hebdomadaires Weight Watchers vous apportent le stimulant nécessaire pour atteindre le résultat cherché.

Notre personnel compétent vous apprendra quoi manger, comment le manger et en quelle quantité. Et les membres de la classe vous aideront à garder le sourire.

Venez vous aussi découvrir le programme qui a permis au plus grand nombre de personnes de perdre du poids, dans le monde entier.

WEIGHT WATCHERS

APPELEZ MONTRÉAL 727-3788 INSCRIPTION: \$10 CLASSES HEBDOMADAIRES: \$ 5

Weight Watchers Int'l Inc. 1981, propriétaire de la marque de commerce The Weight Watchers.

DIFFICULTÉS D'APPRENTISSAGE ET/OU DE COMMUNICATION

- Difficultés en lecture
- Difficultés en orthographe

Le Centre Tomatis a le plaisir d'annoncer aux parents d'enfants, aux adolescents et aux adultes en difficulté d'apprentissage que:

Le Dr A.A. Tomatis sera au Centre les 24, 25 et 26 novembre.


De plus, des séminaires d'information sur la façon d'aborder les problèmes d'apprentissage selon la méthode Tomatis, ont lieu régulièrement.

Pour obtenir des renseignements ou un rendez-vous, veuillez écrire ou téléphoner à la:

CENTRE TOMATIS

Coordonatrice
Centre Tomatis
1, Westmount Square
Bureau 738
Montréal (Québec)
H3Z 2P9
(514) 937-7748

Du sommet... Horizons nouveaux



Alliance Rivière de diamants

LUCAS

JOAILLIERS - ORFÈVRES MONTRÉAL - TORONTO

Du jeudi 19 novembre Au samedi 28 novembre

Lucas joailliers présentera la plus récente collection de bijoux Lucas.

La plus importante collection de montres Piaget au Canada.

Plusieurs pièces d'orfèvrerie de Fratelli Cacchione de Milan, en argent sterling.

Une intéressante collection de pierres ammolites formées il y a 70 millions d'années et extraites du sol canadien.

Vous êtes cordialement invité à visionner cette exposition à notre magasin de la rue Sherbrooke.

Heures d'ouverture: 9 à 18 heures du lundi au samedi

LUCAS

JOAILLIERS — ORFÈVRES

- 147e ouest, rue Sherbrooke
- Westmount Square



la Saie

Laissez Biotherm prendre soin de votre beauté

Sachez protéger votre peau contre les coups durs de l'hiver en lui offrant Biotherm, une ligne spécialement conçue pour aider votre peau à garder sa beauté naturelle. Les produits Biotherm hydratent la peau et combattent rides et ridules causées par les froides températures. Biotherm est idéal pour toutes les femmes de plus de 25 ans.

Soin du matin	40 ml	14 ⁰⁰ ch.
Crème contour des yeux	10 ml	13 ⁵⁰ ch.

* **Prime!** Pour tout achat de deux produits Biotherm, vous recevrez gratuitement un ensemble-cadeau «Votre beauté instantanée» contenant une crème thermique de jour, une émulsion vitale, un lait anti-desséchant pour le corps et deux ampoules de Bio-Effet, chacun présenté en format voyage. Offre valable tant que les quantités dureront.

Commandes téléphoniques: 281-4527. Produits de beauté, rayon 240. Centre-ville Montréal seulement. En vigueur jusqu'au 5 décembre.

Le Livre des anniversaires

de Francine GRIMALDI et Mireille LABELLE

- Le mémo permanent qu'on consulte et complète tous les jours pour se rappeler tous les anniversaires.
- Pour chaque jour, un recueil d'anniversaires de personnalités connues ou d'événements historiques, accompagné de 48 photos.
- A offrir en cadeau des Fêtes ou pour souligner un anniversaire.
- Bientôt dans toutes les librairies.

En vente dès maintenant chez l'éditeur. 12.95\$

Modulo Éditeur

825, Québec, Outremont H2V 3X1
Tél: (514) 272-7473

Nom _____
Adresse _____
Ville _____ Prov. _____
Tél. _____ Code _____

Non clients sont priés de noter que les échanges et remboursements ne sont pas acceptés
() Mandat-poste

() Chèque

UN FOYER POUR MOI Pour fils unique

Le nom de Charles figure dans le groupe des nombreux jeunes garçons à qui nous devons procurer une famille d'accueil régulière; il est âgé de 10 ans.

Fils unique, il a été très gâté par sa mère et s'imaginer facilement que tout lui est dû; cela le rend quelque peu fanfaron. La conduite actuelle de la mère l'empêche de s'occuper adéquatement de l'enfant; il réagit donc par un rendement scolaire très moyen et des difficultés dans ses relations avec les autres jeunes spécialement ceux qui sont moins âgés que lui. Par contre, ses contacts avec les adultes se déroulent bien et nous permettent de croire qu'avec l'appui de personnes attentives et compréhensives, Charles réalisera des progrès.

Notre jeune garçon doit suivre des traitements à un hôpital montréalais pour enfants dans le but d'améliorer certains problèmes de voix et de langage; il est alors souhaitable que la famille d'accueil retenue habite la région de Montréal.

Chez vous, il y a des enfants plus âgés que Charles et votre vie familiale est chaleureuse, stimulante et... accueillante? Un de nos jeunes serait très avantaagé d'y trouver place. Faites-le nous savoir en communiquant dès maintenant avec le Centre de services sociaux du Montréal métropolitain ressources-enfance à 527-7131.

La conversion métrique arrive

Le 4 janvier, dans l'Ouest de Montréal, quand un client demandera un livre de boeuf haché, on lui expliquera que son paquet sera pesé en grammes, et qu'il y a environ 450 gram-

JEANNE DESROCHERS

mes à la livre. Le consommateur est déjà habitué d'acheter des sacs de 4 kilos de sucre, et des contenants de 250 grammes de yogourt ou de fromage cottage. Mais cela peut lui causer un choc de voir affiché des prix de \$1.50 pour un légume vert, ou de \$8 pour une coupe de boeuf.

Le choc passé, il divisera automatiquement par 2.2, pour

convertir le kilogramme en livre. Et quand il sera mieux adapté, il ne pensera plus en livres, mais en kilogrammes et en 500 grammes. On trouvera même des gens qui demanderont 100 grammes de pâté, alors qu'ils auraient été gênés de demander moins d'un quart de livre de n'importe quel produit.

L'optimisme affiché par les représentants de la Commission du système métrique, hier, à l'occasion d'une conférence de presse annonçant la conversion des balances dans les magasins d'alimentation à partir de janvier, vient en partie du succès de l'expérience pilote menée à Sherbrooke

depuis bientôt trois ans.

La conversion des balances, par tout le Canada, se fera sur une période de deux ans. À la fin de l'année 1983, on ne devrait plus voir nulle part d'équivalences en mesures impériales. D'ici là, le double affichage permettra au consommateur de s'habituer.

Dans la région de Montréal, on consacra 2 mois, janvier et février, à convertir les balances de l'ouest de l'île. Le nord de Montréal et l'île Jésus seront « convertis » en un mois, de la mi-mars à la mi-avril. On fera une partie du centre-ville en avril et mai; une autre partie, avec Outremont

et Mont-Royal, à l'été; Lasalle et Verdun en septembre; les banlieues à l'automne. Le travail se fera dans le reste de la province et le reste du pays, au

même rythme, le début ayant lieu simultanément dans 21 zones du Canada. La conversion atteindra la Gaspésie à la fin de 1983-84.

La prison pour avoir menacé son professeur

SUDBURY, Ontario (PC) — Melanie Tourigny, 17 ans, a été condamnée à cinq jours de prison, pour avoir proféré des menaces à l'égard d'un professeur d'histoire, à l'école secondaire de Sudbury qu'elle fréquente.

Sa complice, Alison Boyd, 18 ans, a bénéficié d'un sursis, mais elle n'en devra pas moins accomplir des travaux communautaires pendant 200 heures.

Le juge Gérard Michel a expliqué les peines différentes par l'absence de remords chez la première inculpée et un sincère regret chez la seconde.

Les deux adolescentes ont admis avoir envoyé des lettres de menaces à M Rolph Faiconberg, avoir déposé une pierre tombale et une couronne mortuaire près de sa maison et avoir jeté de la peinture sur sa voiture.

DANS 10 ANS AU QUÉBEC

Un ménage sur trois vivra en concubinage

(PC) — Soulignant que le nombre de mariages a baissé de 51,690 en 1975 à 45,800 et que dans 10 ans un ménage québécois sur trois vivra en concubinage, le ministre de la Justice vient d'annoncer la parution d'une brochure sur l'union libre.

Ce document mentionne entre autres que le nouveau code civil (portant réforme du droit de la famille) permettra « d'ici quelque temps » à un couple non marié de présenter une demande d'adoption.

Toutefois les concubins ne bénéficient pas des récentes mesures comme la protection de la résidence familiale. Mais ils peuvent conclure toute entente susceptible de les protéger, concernant par exemple la maison ou le terrain, et se faire tout type de donation entre vifs.

La brochure, qu'on peut se procurer en la demandant à la direction des communications du ministère, à Sainte-Foy, rappelle qu'aux fins de l'impôt provincial et fédéral les concubins sont considérés comme célibataires.

Doucet vos bijoutiers-conseils

Solde SEIKO

25% de réduction

sur toutes les montres Seiko en magasin, pour un temps limité!

Épargnez 25% sur un vaste assortiment des tout derniers modèles de montres Seiko pour hommes et femmes.

doucet
VOS BIJOUTIERS-CONSEILS

Succursales:
Les Terrasses,
Place Vertu,
Mail Champlain (Brossard),
Promenades St-Bruno,
Carrefour du Richelieu à St-Jean,
Carrefour du Nord à St-Jérôme,
Aussi à Québec, Chicoutimi, Jonquière,
Val d'Or, Ottawa, Hull.

DERNIERS JOURS

VENTE DE FERMETURE DU MANUFACTURIER



HORLOGE GRAND-PÈRE CHÊNE VÉRITABLE

MAINTENANT SEULEMENT

\$199⁹⁹

Tant qu'il y en aura
\$30 de rabais sur présentation de cette annonce sur modèle illustré



La compagnie d'horloges Westminster ferme ses portes et tout le stock d'horloges grand-père sera vendu au public. Les horloges ont 72" de hauteur et sont faites de chêne américain rouge. Le cabinet est prêt à être teint. L'horloge est mue par piles.

Aussi disponibles:
Horloges grand-père d'une compagnie différente à des rabais similaires.

L'horloge pourrait être légèrement différente de l'illustration

COMPAGNIE D'HORLOGES WESTMINSTER
Dans le Centre d'achats Le Bazar
3712, Côte-Vertu, Saint-Laurent — 336-4600
Heures régulières d'ouverture.

PAYEZ ET EMPOURTEZ — CHEQUE CERTIFIÉ — TANT QU'IL Y EN AURA

la Baie

Germaine Monteil pour compléter et parfaire votre beauté naturelle!



Se faire belle: le petit rituel qui est aussi un moment de détente. Pour compléter votre renaissance du soir, Germaine Monteil vous propose ses fragrances délicates et envoûtantes, en parfums, lotions ou laits de bain.

De la collection Germaine Monteil:

Fragrance Royal Secret Poudre après-bain, 250 g	16.00 ch.	Fragrance Galore Eau de Cologne concentrée en atomiseur, 50 ml	14.50 ch.
Eau de Cologne concentrée en atomiseur, 50 ml	14.00 ch.	Loction Suprême pour le corps, 220 ml	17.00 ch.
		Loit de bain moussant, 440 g	22.50 ch.

En offre spéciale, la merveilleuse boîte moirée «Golden Midnight»!

Elle contient 6 ombres à paupières soyeuses et scintillantes, 2 fards à joues, la poudre libre dorée, 2 rouges à lèvres Acti-Vita et 2 brillants à lèvres, tous de format régulier.

Votre pour seulement 17.50 à l'achat de toute fragrance Germaine Monteil, tant que les quantités durent.



Commandes téléphoniques: 281-4921. Produits de beauté, rayon 240. En vigueur jusqu'au 5 décembre.

À 33 1/3% DE RABAIS,



LES DIONITE BONNEVILLE 1* PARTENT VITE!

	Prix courant	Prix spécial
A. Sac à accessoires 12"	\$ 50	\$33.49
B. Fourre-tout junior de luxe 14"	\$ 49	\$32.49
C. Fourre-tout de luxe 16"	\$ 62	\$41.49
D. Fin de semaine 20"	\$ 80	\$53.49
E. Pullman junior sur roulettes 25"	\$120	\$79.99
F. Pullman sur roulettes 27"	\$135	\$89.99
G. Pullman jumbo sur roulettes 30"	\$150	\$99.99
H. Housse à vêtements	\$ 80	\$53.49



Centre Langelier
255-3911
Place Versailles
352-0350
Mail Champlain
672-8886
Les Promenades St-Bruno
653-4121
Complexe Desjardins
288-4121
6845, St-Hubert
274-8359
Centre Laval
688-6599
Place Bourassa
321-4126

Profitez-en du 16 novembre au 5 décembre 1981.

*Offerts dans les tons de tan et bourgogne

geo Mercier
DU CUIR POUR TOUTES LES BOURSES

Cinq chefs couronnés

Dix-sept chefs canadiens se mesuraient hier dans les finales du concours culinaire classique Wiser's Deluxe qui avaient lieu à l'Institut de Tourisme et d'hôtellerie. La Colombie britannique, le Manitoba, l'Ontario, la Nouvelle-Écosse et le Québec étaient représentés.

Dominique Lazartigues, sous-chef à l'hôtel Inn-on-the-Park de Toronto s'est qualifié dans la catégorie «viande» avec une Selle d'agneau aux langoustines farcies d'une mousse de marrons. Le gagnant dans la catégorie «hors-d'oeuvres», François Keller du Vieux Richelieu, à Richelieu, présentait des Oeufs pochés Floralie, dans la catégorie «volailles-gibiers», Richard Bergeron de La Chamade à Montréal, présentait des Steaks de canard au citron vert, dans la catégorie «desserts», Bernard Meyer chef du Digby Pines Resort Hôtel en Nouvelle-Écosse, présentait des Fruits au champagne. Chaque année, un chef apprenti gagne dans sa catégorie. Jaao Bothelho apprenti au Centre national des arts à Ottawa s'est qualifié avec une Longe de veau arc-en-ciel.

Ce concours organisé par la distillerie Wiser's est sanctionné par la Fédération canadienne des chefs de cuisine qui voit dans cet événement l'occasion de permettre aux chefs et aux cuisiniers de faire valoir leurs talents. Le président de la FCCC, Niels Kjeldsen, présidait le jury national qui a choisi les gagnants, dans chacune des catégories. Le gagnant national obtient ce titre par accumulation des points. Le fait que jusqu'à maintenant seuls des plats de viande ou de poisson aient permis à leurs exécutants de remporter le titre peut laisser supposer que le système de pointage devrait peut-être être révisé. Les catégories hors-d'oeuvre et desserts, dans le système actuel, dépourvus de garniture donc d'espoir d'ajouter des points, pourraient pénaliser leurs auteurs au départ.



Yoshitaka Chubachi, de Winnipeg, vainqueur du concours national l'Art culinaire classique Wiser's Deluxe et Nicole Beaulieu, directrice des relations extérieures de la distillerie Wiser, coordinatrice du concours.

photo LA PRESSE: Pierre McCann

NOUS DÉMÉNAGEONS!!!

HÔTEL REINE-ELIZABETH

LES MODES SABRINA

APRÈS 25 ANS

LES MODES SABRINA

DÉMÉNAGENT DE L'HÔTEL REINE ELIZABETH AU CENTRE D'ACHATS BEACONSFIELD

NOUS DEVONS FAIRE UNE VENTE D'INVENTAIRE

tout doit être vendu

40% - 60% de rabais

Les modes Sabrina

Foyer de l'Hôtel du Reine-Elizabeth
boul. Dorchester ouest

QUELLE BONNE IDÉE!

Une peinture à l'huile pour NOËL... de la maison du cadre

...un encadrement est toujours apprécié

Pourquoi payer plus cher?

LE LUNDI SEULEMENT

10% DE RÉDUCTION

Nos prix... les meilleurs!... parce que nous les FABRIQUONS.

LAMINAGE PLASTIQUE (collage à sec)
Papiers - Reproductions - Postères - Livres - Albums - Répliques - Laminés sur plaques

Grandeur Prix
8" x 10" \$4.00
11" x 14" \$6.00
12" x 16" \$16.00

à la portée de tous

réduits de **25 à 50%**

CHOIX DE GRANDEURS

8" x 10"	\$8.00	20" x 24"	\$25.00
12" x 16"	\$17.50	24" x 36"	\$39.50
16" x 20"	\$22.00	24" x 48"	\$45.00

Encadrement sur mesure

LE LUNDI SEULEMENT **10% DE RÉDUCTION**

5 magasins pour mieux vous servir

la maison du cadre

À L'EST CENTRE D'ACHATS MAISONNEUVE 2975 est. rue Shawfoncée (à l'est d'Iberville) 521-3019	PIERREFONDS CENTRE D'ACHATS SAINTE-GENEVIÈVE 10,942 ouest, boul. Gouin 683-3950	À L'OUEST LES GALERIES SAINT-LAURENT 2031, boul. Laurontien (face à Canada) 332-3097	À DUVERNAY (Laval) CENTRE D'ACHATS DUVERNAY 3100, boul. de la Concorde 661-2345	RIVE-SUD LES GALERIES TASCHEAU 739, boul. Taschereau Greenfield Park, 465-6040
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------

Un cadeau? un livre, évidemment...

La bible des enfants
Un texte simple, clair, à la portée des enfants de huit à quatorze ans. 304 pages couleurs et plus de 200 illustrations. \$21.50

Encyclopédie junior
L'encyclopédie est abondamment illustrée en couleurs et de nombreux tableaux synoptiques complètent ce superbe ouvrage destiné à la recherche et au plaisir de la découverte. \$23.75

Cinquante contes
Tous les plus beaux contes de Perrault, de Grimm, d'Andersen sont réunis dans ce livre pour le plaisir et l'enchantement des petits enfants et de leurs parents. 304 pages couleurs. \$23.75

Bricolage de Bric et de Broc
Pour s'amuser avec ses dix doigts et trois bouts de ficelle. \$4.75

Allons à l'école
Pour les enfants qui n'ont pas encore fait l'expérience et ceux qui commencent. \$4.75

Mes premiers mots
Éléments de vocabulaire pour les tout-petits. \$4.75

Jouons avec les nombres
Premiers pas dans les mathématiques en s'amusant. \$4.75

La petite cuisine du mercredi
Pour apprendre la cuisine et se régaler tout à la fois. \$4.75

Bienvenue à la ferme
Pour connaître la vie d'un fermier à travers un récit plein d'humour. \$4.75

en librairie

HACHETTE INTERNATIONAL CANADA INC. C.I.L.

Pour vos cadeaux de Noël, ne courez pas les magasins inutilement. Offrez le GÂTEAU AUX FRUITS TRADITIONNEL DU LIONS CLUB

C'est un cadeau toujours apprécié. Boîte métallique bleue et or, recouverte d'un bel emballage cadeau.

\$7 Gâteau aux fruits de 1 kilo

Contient 80% de fruits, de pacanes et d'amandes.



Vous pouvez vous le procurer dans l'un des bureaux du Lions Club. Composez le

288-6583 pour connaître celui le plus près de chez vous.

LIVRAISON GRATUITE pour chaque caisse contenant 8 gâteaux.

Tous les bénéfices sont versés aux services sociaux du Lions Club. Fait spécialement pour le Lions Club par Multimarques Inc.

Barbie Allen DANSERVICES
MERCI MONTRÉAL!!!
NOUS SOMMES DÉBORDÉS!

Dû à un nombre incroyable d'inscriptions, la plupart des cours de Barbie Allen étaient complets avant même qu'ils ne débutent. Nous savons que plusieurs d'entre vous furent déçus. Evidemment nous aurons plusieurs autres cours lors de notre prochaine session qui débutera en février!

Surveillez nos annonces en janvier et faites vos réservations immédiatement!!

MERCI ENCORE MONTRÉAL — NOUS SOMMES RAVIS!
 Sincèrement, **BARBIE et ED ALLEN**

BARBIE ALLEN DANSERVICES
A BESOIN DE PLUS D'ANIMATEURS POUR MONTRÉAL ET LES ENVIRONS

Les vedettes de la TV **BARBIE et ED ALLEN** recherchent des ANIMATEURS EXPERIMENTÉS ayant belle apparence pour diriger des cours dans leur propre PERMIS ayant belle apparence pour diriger des cours dans leur propre région. **GARDER VOTRE FORME** en occupant un EMPLOI INTERESSANT — Travaillez à temps partiel l'après-midi ou le soir et recevez un bon salaire plus prime d'encouragement. La formation commence bientôt pour la prochaine session.

PRÉLIMINAIRES MERC. 25 NOV. 20 heures précises — au **HYATT REGENCY 777, rue University à la Place Victoria Salle A**

Plus de 280 endroits bien situés à travers l'Ontario et le Québec. Bientôt à Calgary et Edmonton

SELON L'EXPERT EVERELL
Les trous de forage permettaient à l'eau de s'infiltrer dans la mine à Belmoral

■ **VAL D'OR (PC)** — Si la présence d'eau dans la mine Belmoral ne constituait pas un phénomène inhabituel dans une exploitation souterraine, il n'en reste pas moins que l'existence d'un canal de communication entre le mort-terrain de la surface et le sous-sol rocheux posait un problème particulier, a affirmé un spécialiste des questions minières au palais de justice de Val d'Or.

Selon le docteur Denis Everell, dont le contre-interrogatoire s'est poursuivi hier au procès Belmoral, ce sont les trous de forage au diamant qui permettaient en quelque sorte l'infiltration dans la mine de l'eau provenant d'une nappe située dans le mort-terrain.

Il en était ainsi, a-t-il expliqué, parce qu'on avait retiré le tubage de ces trous après leur forage, qui avait pour effet d'établir une communication entre la surface et une mine relativement étanche.

Affirmant ne pas être un spécialiste en exploration minière, M. Everell n'a pu dire s'il était habituel de laisser les tubages en place après un tel forage.

Le procureur de la société Belmoral, Me Marcel Cinq-Mars, a aussi demandé au témoin s'il lui était arrivé au cours de sa carrière de rencontrer des personnes «sans diplôme» plus compétentes que certains diplômés.

a-t-il dit, il est bien possible de découvrir de telles personnes. Mais un ouvrier compétent ne vaudra jamais un ingénieur compétent dans le domaine où celui-ci exerce.

Le procès a été ajourné à jeudi, afin de permettre à un juré d'être auprès de son enfant, qui doit subir une intervention chirurgicale.

Présidé par le juge Ivan Mignault, le procès a débuté le 16 septembre.

La société Belmoral est accusée d'homicide involontaire en rapport avec la mort de huit mineurs dans l'effondrement survenu le 20 mai 1980 dans cette mine d'or.

C'est la dernière fois que cette offre sera faite pour les livraisons avant **Noël**

20 photos en couleur 12⁹⁵ en tout y compris un dépôt de .95^c

Pas de limite d'âge. L'ensemble comprend: 2 photos en couleur de 8 x 10, 3 de 5 x 7 et 15 de format portefeuille. 95c de plus pour chaque personne supplémentaire sur la photo. Vous choisissez l'arrière-plan: nous choisissons les poses.

Disponibles Pour Achat Additonnel Portraits Double Images

Offre de portraits valable jusqu' au 28 novembre

Côte Vertu, St-Jérôme, Ville Brossard, St-Jean, Ville d'Anjou.

Heures: Lun. - mer. 9 h 30 - 5 h 00
 Jeudi et ven. 9 h 30 - 8 h 00
 Sam. 9 h 00 - 4 h 00

Studio de Photographie
 BÉBÉS • ENFANTS • ADULTES • GROUPES

Service de Passeport disponible **Sears**

vous en avez pour votre argent... et plus

L'AIR PUR N'EST PAS UN LUXE MAIS UNE NÉCESSITÉ

Pensez à l'air que vous respirez en auto ou à la maison.

BIONAIRE 1000

- Le premier ionisateur et purificateur d'air en Amérique du Nord.
- Revivifie l'air et aide à contrôler l'électricité statique.
- Fonctionnement silencieux permettant l'utilisation dans une chambre à coucher.
- Appareil puissant qui purifie 150 pi. cu./min.
- Économique à l'usage, il ne consomme pas plus d'électricité qu'une ampoule à éclairage.
- Mis au point et fabriqué au Canada.

BIONAIRE 2000 pour l'entreprise

Mixie 200 pour l'auto

OUVERT
 Lundi au vendredi de 9h00 à 17h30
 samedi de 9h00 à 15h00.

BROCHURE GRATUITE
RÉGENT ST-PIERRE INC.
 C. Martin Jr et Cie
 4338, rue Saint-Denis, Montréal H2J 2K8 (514) 849-2407

NOM: _____
 ADRESSE: _____
 VILLE: _____ TEL: _____
 PROV: _____ CODE: _____

Nous visitons sur rendez-vous les régions suivantes:
 Québec, Trois-Rivières, Ottawa-Hull, Sherbrooke, Granby

Frais d'interurbain acceptés.

COMMENT ACHETER UN MANTEAU DE VISON ?

- Les poils extérieurs (le jarre) devraient être satinés et egoux. Les poils intérieurs (la bourre) devraient être fournis et denses et de couleur plus claire.
- Un manteau de vison doit bien tomber et avoir un croisé suffisant à l'avant.
- Un beau manteau de vison se devrait toujours d'avoir une finition française (doubleure française) qui vous permet de voir le travail.
- N'hésitez pas, relever la doubleure pour voir à ce que les peaux soient souples et bien travaillées.

Plus vous en saurez sur la belle fourrure plus vous viendrez chez nous.

Labelle Fourrure
 6570, rue SAINT-HUBERT
 Métro Beaubien Tél.: 276-3701 JEAN LABELLE, propriétaire

URGEL BOURGIE, UN CHOIX ÉCLAIRÉ

Comme l'assurance-vie et le testament, les pré-arrangements sont une mesure à laquelle de plus en plus de gens souscrivent. Toutefois, devant les diverses options offertes, il importe de faire un choix éclairé.

Urgel Bourgie: votre choix éclairé

- Incineration ou inhumation, vos convictions seront respectées.
- Le montant total de vos pré-arrangements est aussi leur coût final, que vous viviez encore 100 ans!
- Pour votre dépôt, vous obtiendrez un reçu émis par la Banque Nationale du Canada.
- Si vous changez d'idée, nous vous rembourserons votre paiement total.

Pour plus de renseignements, complétez le coupon ci-joint ou rencontrez nos conseillers à l'une de nos résidences ou, sur votre demande, à votre domicile.

Urgel Bourgie, un choix éclairé pour les pré-arrangements

Faites-moi parvenir, sans obligation de ma part, votre documentation au sujet des pré-arrangements.

NOM: _____ LE _____
 ADRESSE: _____
 Tél: _____ CODE POSTAL _____
 Retournez à: **URGEL BOURGIE LIMITEE**
 2630 ouest, rue Notre-Dame, MONTRÉAL, Québec H3J 1N8

VOTRE PROGRAMME D'ÉTUDES ACTUEL VOUS DÉÇOIT? VOTRE EMPLOI EST MONOTONE? LA ROUTINE JOURNALIÈRE VOUS PÈSE?

LE COLLÈGE O'SULLIVAN a un programme pour vous!

Dactylographie, sténographie, anglais langue seconde et français écrit débutant le 18 janvier.

Pour de plus amples renseignements sur l'ensemble de nos programmes de **JOUR** ou de **SOIR** et sur le traitement de textes.

Participez à notre prochaine **SOIRÉE D'INFORMATION**

le 3 décembre à 19h00

Vous pouvez réserver au **866-4622**

Amenez une amie!

COLLÈGE COMMERCIAL O'SULLIVAN
 ...le centre d'excellence.

1191, rue de la Montagne, Montréal H3G 1Z2

LE VENDEUR EST DÉTENU Deux personnes sauvagement abattues pour un faux cadre

WOTTON (PC) — Une banale histoire d'achat de cadre serait à l'origine du double meurtre survenu à Wotton, mercredi soir, drame qui a coûté la vie à Manon Turcotte, 22 ans, et Gaston Tardif, 45 ans, tous deux de Saint-Camille.

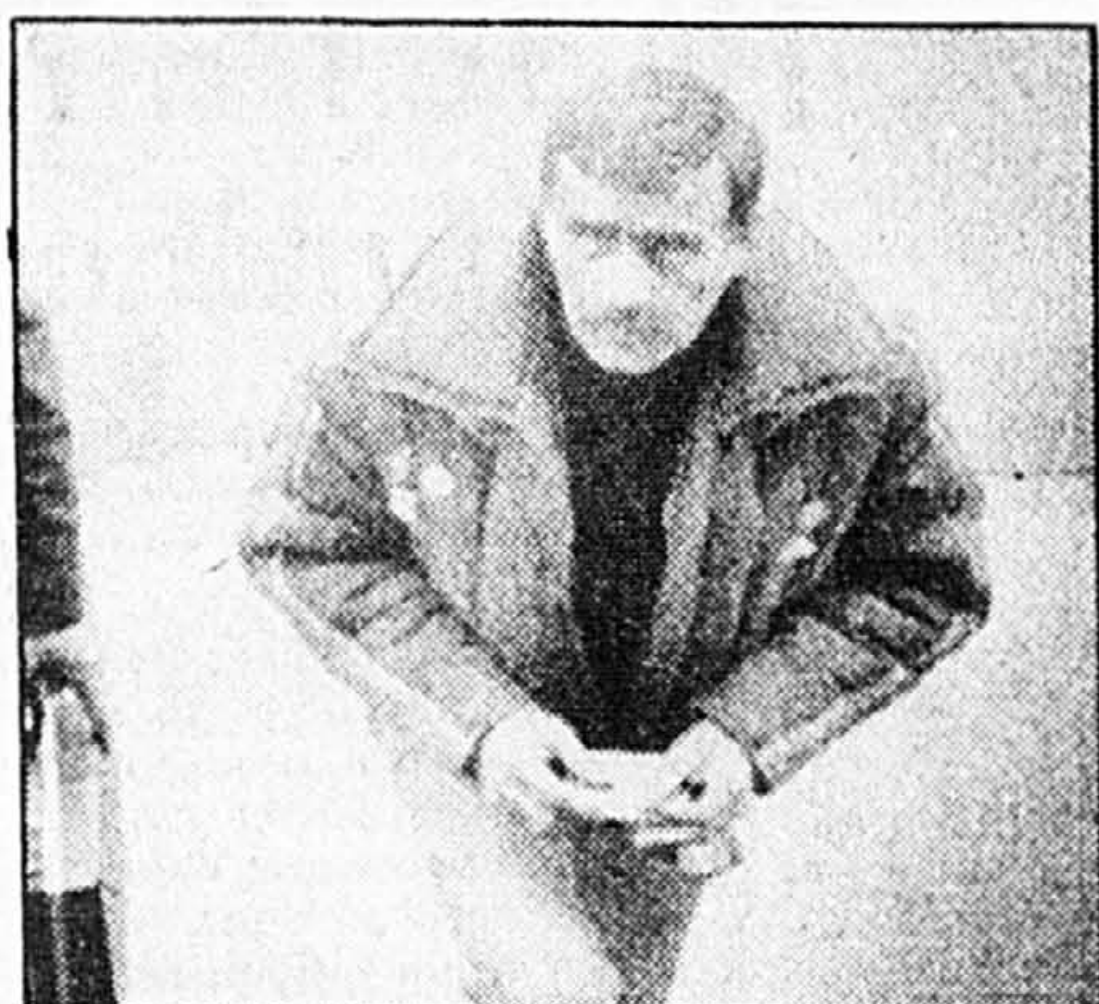
Le tragique événement pour lequel est actuellement détenu un homme de Saint-Camille, Réal Pinard, autrefois de Rock Forest, se résumerait ainsi: en soirée de mercredi, Tardif se serait rendu chez Pinard, à Saint-Camille, pour y acheter au montant de \$150 un cadre en bois que ce dernier tenait comme une antiquité, ou à tout le moins un objet de grande valeur.

Mais une fois rendu chez lui, Tardif se serait aperçu que le cadre en question était en plastique. Outre de s'être fait rouler de la sorte, Gaston Tardif serait retourné chez Pinard qui avait toutefois quitté son domicile.

C'est au cœur de cette paisible municipalité de quelque 550 âmes que Tardif, accompagné de Manon Turcotte, a retrouvé le vendeur qui, selon lui, venait de lui faire une vilaine passe.

La discussion qui débuta à l'intérieur se serait poursuivie par la suite à l'extérieur et de façon beaucoup plus vive, au beau milieu du stationnement de l'hôtel.

Selon les premiers témoignages, Gaston Tardif et Manon Turcotte avaient pris place dans leur véhicule quand au moins six coups de feu ont été entendus. Une première dé-



Réal Pinard, témoin important. Téléphoto PC

charge en plein visage de chaque victime a été mortelle.

Entre-temps, le coroner Jean-Marc Langlois a ordonné hier la détention de Réal Pinard d'ici à son enquête qui aura lieu la semaine prochaine.

Il a modifié son ordonnance par son appréhension que Pinard puisse se soustraire à une assignation comme témoin.

Pinard, qui était assisté de Me Jacques Blanchette, n'a pas répondu à l'ordonnance du coroner rendue au vieux palais de justice de Sherbrooke.

Investissez dans notre ravissant
tapis de Perse AFAR
Tout est réduit dans notre magasin
15% — 50%
Durant notre vente de 3 jours 26-27-28 nov.
Les connaisseurs seront impressionnés par notre sélection exclusive de tapis de Perse et orientaux Afar offerts à des prix grandement réduits — Aussi tapis à prix moyen et divers articles d'antiquité.
Afa Rug Inc. désire remercier sa clientèle pour son encouragement et espère que cette vente lui fournira l'occasion d'augmenter sa collection.
AFAR RUG INC.
Fondé en Iran en 1934
Situé au centre commercial «Le Bazar»,
3682, ch. Côte-Vertu,
Ville Saint-Laurent 332-9226

Un merveilleux cadeau à prix raisonnable
Pour la personne que vous chérissez ou pour vous-même, rien de tel qu'une fourrure confectionnée par un fourreur chevronné suivant un modèle exclusif dessiné par lui-même.
C'est ce que vous propose, dans toutes sortes de pelleteries de la meilleure qualité, un véritable artisan dont la spécialité est la «haute fourrure».
ANDRÉ SIMON L.T.E.E. HAUTE FOURRURE
7116, rue Saint-Hubert, Métro Jean-Talon 271-7788

GIGANTESQUE BAZAR
Organisation des pionnières — Na'amah
GRAND HALL
PLACE BONAVENTURE
23 novembre - midi à 21h — 24 novembre - 10 à 19 heures
Encan - 23 novembre à 18h30
VÊTEMENTS POUR TOUTE LA FAMILLE
CADEAUX
JOUETS
BIJOUX
TISSUS
ARTISANAT
ARTICLES MÉNAGERS
ARTICLES DE SPORT
COLLATIONS
ENTRÉE GRATUITE

Offre spéciale avant les fêtes!
Moquette nettoyée en deux étapes
6995
Préparez-vous pour les réceptions de fin d'année. Nos spécialistes nettoieront pour l'occasion la moquette de votre salle de séjour, salle à manger et entrée. Le nettoyage en deux étapes aide à redonner fraîcheur et éclat à votre moquette et à en prolonger l'usage.
Première étape, shampooing «Chem-i-foam» pour déloger la saleté.
Deuxième étape, l'extracteur «Jet-streamer» à l'eau chaude rince la moquette à fond et lui rend son gonflant.
• Tapis mur-à-mur seulement, d'une surface de 350 pi. ca. ou plus. Demandez un devis pour surface plus petite.
• Renseignez-vous sur le fini «Chem-i-gard» qui résiste aux taches, et nos services de nettoyage de mobilier.
• Frais supplémentaires minimes pour moquettes blanches ou blanc cassé.
• Frais de transport pour les travaux effectués hors de la région métropolitaine.
Offre en vigueur jusqu'au 5 décembre 1981.
Prenez rendez-vous du lundi au vendredi de 9h à 17h; samedi de 9h à 14h.
Composez 738-4728 ou 738-4729.
EATON

Zellers
VENTE
DE VÊTEMENTS D'EXTÉRIEUR POUR ENFANTS
25% de rabais sur les prix courants
UNE SEMAINE SEULEMENT Du lundi au samedi 23 au 28 novembre
SPÉCIAUX FANTASTIQUES
• Bébés, tailles 12-24 mois
Nids d'ange, manteaux et ensembles
• Enfants, tailles 2-6X
Très beau choix de blousons, de deux-pièces de neige, de manteaux et de pantalons de neige
• Fillettes, tailles 7-14
Blousons pratiques et chauds, blousons de ski et manteaux
• Garçons, tailles 8-16
Blousons de ski, parkas, vestes, pantalons de ski, ensembles deux-pièces de ski et ensembles pour la motoneige.
Zellers
• BELOEIL Centre d'Achats Montenach
• LACHUTE Les Galeries Lachute
• LASALLE Place Newman
• LONGUEUIL Place Desormeaux
• POINTE-AUX-TREMBLES Carrefour de la Pointe
• MONTREAL-NORD Place Bourassa
• REPENTIGNY Place Repentigny
• ROSEMERE Les Galeries des Mille-Îles
• ST-EUSTACHE Place St-Eustache
• DEUX-MONTAGNES Les Promenades Ste-Marthe
• ST-HYACINTHE Les Galeries St-Hyacinthe
• ST-JEROME Les Galeries des Laurentides
• ST-LAURENT Les Galeries St-Laurent
• TERREBONNE Les Galeries de Terrebonne
• ST-JEAN Carrefour Richelieu

LES PETITS FRÈRES ONT BESOIN DE VOUS
Comme les personnalités suivantes, apportez-leur votre soutien
Janette Bertrand, animatrice
Jean Campeau, P.D.G., caissier de dépôt et de placement du Qué.
Jérôme Choquette, avocat
Jean-Pierre Côté, lieutenant-gouverneur à Québec
Jacques Desrosiers, comédien
Jean Duceppe, comédien
Yves Falardeau, comédien
Louise Desautels, comédienne
André Gagnon, pianiste-compositeur
Nicole Gervais, animatrice
Jean de Grandpré, président de conseil et chef de la direction, Bell Canada
Léo Hail, comédien
Donald Johnston, président de conseil du trésor, gov. du Canada
Pierre-Marc Johnson, ministre, gov. du Québec
Juliette Lévesque, comédienne
Guy Lafleur, joueur de hockey
Andréanne Lalonde, journaliste
Bernard Landry, ministre, gov. du Québec
Jean Larin, journaliste
Camille Laurin, ministre, gov. du Québec
Lucille Labiano, comédienne
Père Emile Lagaill, P.S.C.
Raymond Lagaill, directeur du service des incendies de Mt.
Pierre MacDonald, 1er vice-président, division de Québec, Banque de Mt.
Wilfrid Mondoux, directeur des affaires publiques, Radio-Canada.
Jacques-Yvan Morin, ministre, gov. du Québec
Rolande Marin, réalisatrice, CFTM-TV
Gilles Pelletier, comédien
Québec
Michel Robichaud, coartier
Aline Hamelin, secrétaire
René H. Benoit, médecin
Jules Lafrenière, retraité
Michelle Gamache, avocate
Michel Plante, médecin
Sylvie Laban, pharmacien
Christian Wertz, publiciste
Jean Vincent, administrateur
Claire Labin, journaliste
Pierrette Lauroncelle, infirmière
Léon Carpentier, dentiste
Catherine Panarelli, administratrice média
E. Beaudin, retraité
Yves Fargat, avocat
Jean-Marie Laporte, médecin
Jean Dicaire, pharmacien
Monique Dionne, avocate
Murielle Béland, retraitée
Jean-Marie Brassard, avocat
François Longchamps, notaire
Germain Brunette, assureur-rie
Gilles Perrault, médecin
Marie-France Goyar, pharmacienne
Yves Woodrough, architecte
Marc Rodrigue, courtier d'assurance
Marguerite Raymond, retraitée
Claude Malançon, avocat
Armand Rousseau, représentant
P. Falardeau, médecin
Céline April, avocate
Alma Lévesque, retraitée
T. Gilbert, infirmière
Yves Béland, avocat
Charles Robert Taché, médecin
Gabrielle Verrier, madagrisse
Marie-Laure Cousineau, retraitée
André Bourdeau, médecin
Paul Goyar, architecte
Renald Paré, producteur média
Esmé McNeil, retraitée
Jean Desmarais, administrateur
Madeleine Ovré, retraitée
Si vous aussi désirez apporter votre appui aux Petits Frères, vous pouvez envoyer un don avec le coupon ci-dessous aux Petits Frères, 4624 rue Garnier, Mt., Qué. H2J 3S7 527-8653
Nom:..... Montant du don.....
Adresse:.....
Ville:..... Province..... Code postal.....
Les Petits Frères sont une corporation sans but lucratif, ils envoient des reçus pour fin d'impôt pour les dons de \$5.00 et plus. Je désire recevoir de la documentation sur l'action des Petits Frères.
Je désire recevoir un reçu pour fin d'impôt.....

QUOI FAIRE EN FIN DE SEMAINE

Fête des Patriotes

Tous les nationalistes québécois sont invités à célébrer la fête des Patriotes à Saint-Charles et Saint-Denis-sur-Richelieu, le 22 novembre. Le comédien Jean Duceppe, le Patriote de l'année, participera à une évocation de l'assemblée des six comités, à Saint-Charles, en jouant le rôle de Louis-Joseph Papineau, le 22 novembre, à 13h, le long du Chemin des Patriotes. L'événement sera suivi, à Saint-Denis, d'une cérémonie au monument des Patriotes.

Cueillette de papier

Le Comité des amis des scouts et guides de Sainte-Rose organise une cueillette de papier journal les samedis 21 novembre et 19 décembre, entre 10h et midi, aux endroits suivants: station Guif, 365, boulevard Labelle; Chaussure Marchand, 170, boulevard Labelle; Champfleury, Marc Saint-Cyr, 2593, rue Du Pluvier; local des scouts et guides, 339, boulevard Saint-Rose. Renseignements complémentaires: M. Charles Lepage, 622-1580.

HORS MONTREAL

Aéroport de Mirabel (Etage des boutiques) — Le salon des artisans. Jusqu'à 30 nov.

Atelier Aline Carreau (12575, 16e Ave., Rivière des Prairies) — Céramiques de Dominique Carreau. Gravures de Aline Carreau. Jeu, à compter de 20.00.

Bibliothèque municipale de Longueuil (1660, Bourassa, Longueuil) — Encres et pastels de Robert Bataille. Mar., mer., jeu., de 10:00 à 21:00. Ven., de 10:00 à 18:00. Sam., de 9:30 à 16:30. Dim., de 13:00 à 17:00. Jusqu'à 5 déc.

Bibliothèque municipale des Sources (110, Cartier, Roxboro) — Aquarelles de Hélène Higo. De lun. à jeu., de 10:00 à 21:00. Au., de 10:00 à 16:00.

Caisse populaire de Blainville (1070, boul. Labelle) — A compter de lun., exposition d'artisanat. Jusqu'à 28 nov. **Cantrakon** (Mont Ste-Marie) — Aquarelles et acryliques de Sylvia Garay. Jusqu'à 28 nov.

Centre Civique Mont St-Hilaire (100, du Centre Civique) — Les artisans de la Coopérative artisanale La Ruche Mont St-Hilaire. Au., de 10:00 à 22:00. Dem., de 10:00 à 18:00.

Centre Commercial Place Montmorency (255 ouest, boul. de la Concorde, Laval) — A compter de jeu., salon des artisans de Laval. Jusqu'à 6 déc.

Centre Culturel de Drummondville (175, Ringue) — Emaux de Yves Lachy. Tous les jours de 9:00 à 21:00. Jusqu'à 3 déc.

Centre d'Exposition de Jonquière — A compter de dem., collection d'objets anciens, photographes de Luc Gauthier et Shin Sugino. Sculptures en céramique de Sylvie Trépanier et André Boisjournault. Jusqu'à 20 déc.

Centre Point de Vue (375, Parc, Sherbrooke) — A compter de dem., peintures de Pauline Loiseleur-Vallières et Rose-Aline D'Aigle-Gregoire. Du lun. au jeu., de 9:00 à 21:00. Ven., de 9:00 à 17:00. Jusqu'à 4 déc.

Domaine du Relais (Autoroute 20, sortie 145, St-Libaire) — Le Salon des Métiers d'Arts. Au., de 10:00 à 22:00. Dem., de 10:00 à 21:00.

Ecole Pierre d'Iberville (897, Maple, Longueuil) — Exposition d'artisanat. Au., de midi à 22:00. Dem., de midi à 18:00.

Ecole Gentilly (1280, Beauharnois, Longueuil) — Exposition d'artisanat. Au., et dem.

Eglise Ste-Beatrice (475, Ave Perron, Laval) — Exposition d'artisanat. Au., de 16:00 à 22:00. Dem., de 9:00 à 18:00.

Eglise Notre-Dame-des-Anges (12325, de Serres, Cartierville) — Le petit salon des métiers d'art. Au., de 13:00 à 22:00. Dem., de 10:00 à 16:00.

Galerie Brien (21, boul. Brien, Repentigny) — Peintures de Léon, Brichard, Lapensée, Cosgrove, Hudon, Modeste, Brunet, Signore, Labelle, Simpkins, Merc., sam., dim., de 13:00 à 17:00. Jeu., ven., de 13:00 à 21:00.

Galerie Chez Pheidimus (875, St-François-Xavier, Terrebonne) — Gouaches et acryliques de Méko-Pierre Letort. Jusqu'à 28 nov.

Galerie d'Art (Bibliothèque municipale, 999, Place de Ville, Ste-Foy) — Oeuvres de Monique Quine. Au., et dem.

Galerie Des Boul'Art (1005, Place Leblanc, Joliette) — Oeuvres de Cantin,

A la mémoire des Haïtiens morts en mer

Une célébration eucharistique se tiendra le 21 novembre, à 20h30, à la cathédrale Marie-Reine-du-Monde, 1085 ouest, boulevard Dorchester, à la mémoire des milliers de Haïtiens morts en mer depuis 1972, en solidarité avec les 3 000 boat-people haïtiens incarcérés aux Etats-Unis et avec les 50 000 Haïtiens en attente de statut de réfugiés aux Etats-Unis.

Atelier-démonstration en art

La galerie Motivation V, 1447, rue de Bleury, tient un atelier-démonstration avec Barbara Astman (maximum de 15 participants), le 21 novembre, à partir de 10h. Frais: 15 \$. Renseignements: 844-3489.

Exposition d'armes

L'Association des collectionneurs d'armes du Bas-Canada présente une exposition d'armes anciennes et modernes, objets militaires, médailles, uniformes, armes blanches, cartouches et autres, le

22 novembre, de 9h à 16h, à la caserne du Régiment Royal Montréal, 4625 ouest, rue Sainte-Catherine. Il y aura vente, achat, échanges, évaluation gratuite d'objets apportés par le public. Entrée: 2 50 \$. Renseignements: 481-2012 ou 366-8739.

Admissibilité à l'école anglaise

La Commission des écoles catholiques de Montréal acceptera du 23 au 27 novembre les demandes des parents qui voudraient obtenir un certificat d'admissibilité à l'école anglaise pour un enfant qui fréquentera pour la première fois en septembre 1982 une école de la CECM. Les parents concernés pourront se présenter au Bureau central d'admission, au 3737 est, rue Sherbrooke, aux dates et heures suivantes: du lundi 23 novembre, au vendredi 27, de 18h à 21h; le 28 novembre, de 9h à 13h. Les deux parents, sauf pour les enfants qui sont à la charge d'une seule personne, doivent se présenter et apporter les documents suivants: l'original du certificat de naissance de l'enfant ou une copie conforme certifiée et l'un ou l'autre des documents suivants: le certificat d'admissibilité du frère ou de la sœur aînée(s), s'il y a lieu, ou la liste des écoles élémentaires anglaises fréquentées par l'un des parents.

Conférences

- M. Nick Nicholson, pionnier canadien de l'énergie solaire, auteur des livres «Harvest the Sun» et «Autonomous House Report» donne une série de conférences sur «Le modèle et la rénovation des maisons auto-suffisantes», les samedis, du 17 octobre au 28 novembre. Renseignements complémentaires: Swami Raghavananda, 5178, boulevard Saint-Laurent; téléphone, 279-3545.

- La Place des Arts présente dans le cadre des Conférences Courvoisier, une causerie de M. Jean-Claude Planchard intitulée «Petit survol sur l'art des jardins», le 22 novembre, à 11h, au Théâtre Maisonneuve. Billet: 2 \$, en vente aux guichets de la Place des Arts.

- Le Département d'études théologiques de l'université Concordia et l'Archevêché de Montréal présentent une conférence du Dr Paul Garnet intitulée «The Church in the New Testament», le 22 novembre, à 19h30, à l'auditorium de la bibliothèque Vanier, 7141 ouest, rue Sherbrooke. Entrée libre.

Films

- Le Ciné-Club des temps modernes mis sur pied par un groupe d'étudiants et de travailleurs, présente des films tous les samedis soir, à 20h, au pavillon Lafontaine de l'UQAM, 1301 est, rue Sherbrooke. Le 21 novembre: «Johnny s'en va-t-en guerre». Entrée: 2,50 \$ par personne (on peut prendre une carte d'abonnement pour trois films au coût de 5\$).

Marchés aux puces et bazars

- La vente annuelle de gâteaux et conserves de la Fondation des amis de l'église Saint-Germain d'Outremont, le 21 novembre, de 15h à 18h et le 22, aux heures des messes.

- Un marché aux puces intérieur se tient tous les samedis et dimanches, de 10h à 17h, au 79, rue Loblière; à Dorion: pièces d'antiquité, objets de collection, menus articles.

- La Congregation Bath Tikvah et la Hebrew Foundation School, située au 136, boulevard Westpark, à Dollard-des-Ormeaux, tiennent leur bazar annuel le 22 novembre, le 29 novembre et le 6 décembre, de 9h à 18h. Entrée libre.

EXPOSITIONS

Galerie Walter Klinkhoff (1200 rue Sherbrooke ouest) — Oeuvres d'Antoine Prévoist. Se termine au., à compter de mar., peintures d'André Bieler. Jusqu'à 5 déc.

Galerie L'Air Douce (7867, St-Denis) — Sculptures de Lewis Pagé. Mer., sam., dim., de midi à 17:00. Jeu., ven., de midi à 21:00. Jusqu'à 21 déc.

Galerie La Lanterne (1197, Mackay) — Peintures d'Hubert Moutier.

Galerie La Murée (839 est, Sherbrooke) — Peintures de Claude Fleury. Mar., mer., jeu., ven., de midi à 17:30. Sam., de 13:00 à 17:00. Jusqu'à 28 nov.

Galerie L'Aquatinté (4933 rue de Grand-Pré) — Dessins et collages de Graham Cantieni. Du mercredi au samedi de 13:00 à 18:00. Dim., de 13:00 à 16:00. Jusqu'à 29 nov.

Galerie Lauze (2115, de la Montagne) — Oeuvres de Charpentier. Au., de 11:00 à 17:00. À compter de dem., peintures de Susan Hudson. Du mer. au ven., de 11:00 à 18:00. Sam., de 11:00 à 17:00. Dim., de 14:00 à 17:00. Jusqu'à 17 déc.

Galerie Les Deux B (4872, St-Denis) — Peintures de Pierre-Paul Rioux. Du mar. au sam., de midi à 18:00. Jusqu'à 2 déc.

Galerie Libre (2100 rue Crescent) — Gravures, dessins et peintures de Kiltie Bruneau. Du mar. au ven., de 10:00 à 18:00. Sam., de 10:00 à 17:00. Jusqu'à 28 nov.

Galerie Lippel (1324 rue Sherbrooke ouest) — Exposition «La magie des jumeaux». Du mar. au ven., de 11:00 à 17:30. Sam., de 11:00 à 17:00.

Galerie l'Oeil (4427, St-Denis) — Peintures, dessins et gravures de Leonor Fini. Au., de 11:00 à 17:00.

Galerie Elca London (770, Lucerne, Ville Mont-Royal) — Peintures de Michael Palmer. Du lun. au sam., de 10:00 à 17:00. Jusqu'à 5 déc.

Galerie Sarah McCutcheon (1304 av. Greene) — Peintures de Michèle Bastin. Du mar. au ven., de 13:30 à 17:30. Sam., de midi à 17:00. Jusqu'à 5 déc.

Galerie Mihalis (1500 ouest, Sherbrooke) — Peintures de Nasco. Du mar. au ven., de 10:00 à 18:00. Sam., de 10:00 à 17:00. Jusqu'à 5 déc.

Galerie Morency (1564, St-Denis) — Peintures de Pauline Marcotte. Au., de 10:00 à 16:00. Lun., de 13:00 à 17:00. Mar., mer., de 10:00 à 17:30.

Galerie France Morin (42 ouest, avenue des Pins) — Lyne Lapointe. Au., de midi à 18:00.

Motivation V (1447 de Bleury) — Exposition «Copie-art». Jusqu'à 29 nov.

Galerie Optica (1029, Côte du Beaver Hall, 5e étage) — Installation et photographies de Mike Billingsley, peintures d'artistes de Vancouver. Au., de midi à 17:00.

Galerie Oryx (4085, St-Denis) — Oeuvres de Gilles Pottier. Du lun. au mer., de 10:30 à 18:00. Jeu., ven., de 10:30 à 21:00. Sam., de 10:30 à 17:00. Jusqu'à 5 déc.

Galerie Photogramme (2043, St-Denis) — Photographies de Robert Doisneau. Jusqu'à 28 nov.

Galerie Port-Maurice (5345 est, Jarry) — Dessins de Laurent Bouchard, sculptures, dessins et lithographies de Marc

La section Na'amat des Femmes Pionnières tient un bazar ébén, dans la salle d'exposition de la Place-Bonaventure, le 23 novembre, de 12h à 21h; le 24, de 10h à 19h. Il y aura également vente de l'encre, le 23, à 18h30. Entrée libre.

Rencontres

- **Amitié-Sport** tient une rencontre avec dîner et danse pour célébrer son 5e anniversaire le 21 novembre, au restaurant Le Sambo, salon E.F., 5666 est, rue Sherbrooke. Contribution: 15 \$ (pour les membres actuels et anciens); 20\$ pour les autres. Amitié-Sport est une association pour personnes seules (séparées, divorcées).

- **Solo** regroupement monoparental tient un café-rencontre tous les samedis, de 20h30 à minuit, à la salle Champagne, à l'angle de la 17e Avenue et de la rue Dandurand. Entrée, 1\$. Invitation à toutes les personnes intéressées.

- Le **Cercle Lacordaire** de Montréal tient une rencontre mixte tous les samedis, à 20h30, au 1930, rue Champlain. Entrée libre pour tous.

- Le groupe monoparental **L'Intervalle de Longueuil** invite les personnes séparées, divorcées, veuves ou célibataires avec enfants à son café-rencontre du dimanche soir, avec musique et danse, de 19h30 à 23h, au CLSC Longueuil Est, 388, rue Lamarre, à Longueuil. Renseignements complémentaires: Marcel Bernier, 679-1790 ou Gisèle, 677-1896.

Soirées dansantes

- Au profit de la Paroisse Saint-Alphonse d'Youville, salle Sainte-Anne, 8550, rue Saint-Gérard, le 21 novembre, à 20h, à l'occasion de la Sainte-Catherine. Entrée: 7 \$. Renseignements: 388-1161.

- L'association **Amitié-Rencontre** tiendra une soirée dansante le 21 novembre, à 20h30, au Holiday Inn Richelieu, 505 est, rue Sherbrooke. Renseignements complémentaires: 651-3576.

- L'Association **Nouvelles amitiés de Joliette** invite les personnes seules à une soirée de danse sociale, le 21 novembre, à 20h30, au Manoir Jolietain, 1450, chemin Joliette. Renseignements: 759-8144.

- Une **danse sociale de rencontre** se tient tous les samedis, à 20h30, à la Brasserie du Sieur, 72, rue Saint-Sylvestre (coin Saint-Charles), à Longueuil. Renseignements: 674-4282.

- **Association sportive Saint-Charles**, au profit des jeunes, au sous-sol de l'église Saint-Charles, 2115, rue Centre, le 21 novembre, à 20h. Entrée: 3 \$.

- **Disco-Mobile A-Pro-Po**, le 21 novembre, à 20h, à la grande salle du Centre de la Jeunesse Ukrainienne, 3270, rue Beaubien. Renseignements: 468-1371.

- Le **Club CRL Rive-Sud** tient sa soirée dansante annuelle le 21 novembre, à 20h30, à l'école Christ-Roi, 3 000, rue Dumont, à Longueuil. Une invitation particulière est adressée à toutes les personnes qui désirent se divertir et fraterniser avec un groupe de cœurs. Entrée: 3,50 \$. Renseignements: Huguette, 651-5757 ou Yolande, 677-3135.

- Le Club Jupiter du Montréal Aéroport Hilton International inaugure le premier d'une série d'après-midi «Disco-Jeunes» le 18 octobre. Les jeunes y sont invités à partir de 14h tous les dimanches. Musique rock et disco; boissons non-alcoolisées. Entrée: 2\$.

Religion

- La Chorale mixte de l'Église Notre-Dame, sous la direction de M. Marcel Laurencelle, interprétera la messe Des Fêtes de V. Goller le 22 novembre, à 11h. A l'offertoire, O Rex Glorie de Marenzio. A l'orgue: M. Pierre Grandmaison. D'autre part, il y aura messe célébrée à 14h30, à l'occasion de la fête du Christ-

Roi, présidée par Mgr Angelo Palmas, pro-nonce apostolique au Canada.

- **Les Petits chanteurs du Mont-Royal**, sous la direction de M. Gilbert Patenaude, interpréteront la messe «Spem in Alium» de Palestrina, le 22 novembre à 11h. A l'offertoire, le motet Exultate Deo de Palestrina. Participation de l'organiste Raymond Daveluy. Renseignements complémentaires: 733-8211.

- Une rencontre fraternelle de prière et de partage pour la communauté diocésaine (candidats, diacres ordonnés et leurs épouses) et les séminaristes, le 21 novembre, de 9h30 à 16h, au Grand Séminaire de Montréal, 2065 ouest, rue Sherbrooke. Renseignements: 931-7311, poste 160 ou 129.

- Le Renouveau Charismatique du diocèse de Montréal organise un week-end d'initiation biblique, avec le père Jean l'Archevêque qui parlera du prophète Jérémie, le 21 novembre, de 8h45 à 16h30 et le 22, de 9h15 à 15h15, à la salle du Gesù, 1200, rue Bleury. On demande de s'inscrire à l'avance en composant le numéro 871-1639.

- Le Café Chrétien Centre-Sud, 1471 est, rue Sainte-Catherine, organise des spectacles de jeunes **chansonniers engagés** tous les samedis (à l'exception du premier samedi du mois réservé à un film gratuit), à 20h30. Invitation spéciale aux personnes de 15 à 35 ans. Entrée libre. Renseignements: 522-7156.

- Une soirée d'initiation à la méditation et d'expérimentation est organisée à l'intention des personnes âgées de 18 à 25 ans, sur le thème «Disposer le corps», le 23 novembre, de 20h à 22h, au Centre Leunis, 4100, avenue de Vendôme (station de métro Villa Maria). Renseignements: Diane Chagnon ou Jocelyne Richard, le jour, au 481-2781 ou le soir, au 487-5399 ou 481-3130.

- Pour la fête du Christ-Roi, la paroisse Saint-Norbert, au 3155, boulevard Cartier, quartier Chomedey, à Laval, organise une période de **24 heures d'adoration** commençant le 21 novembre, à 17h, par une messe et se terminant par une messe solennelle présidée par Mgr Gérard Tremblay, le 22 novembre, à 19h.

- L'Église de **Scientologie** invite le public à son service du dimanche (sermon et réfonction spirituelle), à 15h, au 4489, rue Papineau. Bienvenue aux gens de toute religion. Renseignements: 527-8766.

Activités physiques

- Randonnées-Québec organise une séance d'initiation à la carte et à la boussole, le 21 novembre, sur le Mont-Royal. Prix: 10 \$. Renseignements: 677-6455.

- Une soirée d'information et d'échange sur les **jeux et sports coopératifs** se tiendra le 23 novembre, à 19h, à l'auditorium du pavillon Lafontaine de l'Université du Québec à Montréal. Les conférenciers sont: Terry Orlick, principal instigateur de cette démarche au Canada; Paul forest, conseiller en éducation physique. Entrée libre. Renseignements complémentaires: Kino-Québec-UQAM, 282-4087 ou encore à la revue Desport, 861-3011.

- Le Centre d'activité physique du collège Bois-de-Boulogne, 10 500, avenue Bois-de-Boulogne, invite les amateurs de badminton tous les samedis et dimanches, de 9h à 18h. Douze terrains sont offerts pour la pratique libre de ce sport. De plus, le samedi et le dimanche, de 14h à 16h, il y a du bain libre gratuit à la piscine du Centre (c'est offert par la Ville de Montréal). Réservations: 332-3009, à partir du jeudi, à 16h. (Si l'on n'a pas de réservation, il est suggéré de téléphoner avant de s'y rendre).

- Pour tous ceux qui désirent se tenir en forme par eux-mêmes, le **YMCA de Saint-Laurent** offre un abonnement récréatif donnant droit à l'utilisation du gymnase, de la nouvelle salle de poids et halteres penant un an. Renseignements: 747-9801. Le centre est au 1745, boulevard Décarie.

Esotérisme

- Le Centre de la Pensée, 3818, boulevard Saint-Laurent organise des **ateliers d'étude des astres** dans le cadre d'un enseignement astrologique. Le 21 novembre: Mercure, son influence, ses signes et l'interprétation que l'on peut en tirer. Coût: 10\$. Renseignements complémentaires: 849-8749.

ARTISANAT

4215 (Adam) — Pastels de Cécile Chabot. Photographies de Jean Cartier. Ven., de 21:00 à 23:00.

8146 (Drolet) — Exposition d'artisanat. Ven., de 19:00 à 22:00.

Accès monde (8235, St-Denis) — Peintures de Anik Julras.

Agence culturelle Mistra (4150, Denis-Papin) — Oeuvres de Jean-Yves Mercier. Du lun. au ven., sam., dim., de midi à 17:00.

Auditorium des Services communautaires juifs de Montréal (5151, chemin de la Côte-Ste-Catherine) — Oeuvres des membres de l'Association de l'Âge d'Or. Au., et dem.

Bibliothèque de Westmount (4574 ouest, Sherbrooke) — Aquarelles de Richard E. Bolton et Harry Mayerovitch. Lun., mar., jeu., ven., de 10:00 à 21:00. Mer., de 10:00 à 18:00. Sam., de 9:00 à 17:00. Dim., de 13:00 à 17:00. Jusqu'à 29 nov.

Bibliothèque municipale de Beaconsfield (303, boul. Beaconsfield) — Aquarelles de M. P. Roy Wilson.

Café Campus (Bar en Bas, 3315, chemin de la Reine-Marie) — Peintures et collages de Guy Lapier. Jusqu'à 13 déc.

Centre commémoratif de l'Holocauste de Montréal des services communautaires juifs (5151, chemin de la Côte-Ste-Catherine) — Exposition «Le Survivant». Mar., mer., jeu., de 11:00 à 14:00. Mer., de 19:30 à 21:00. Dim., de midi à 16:00. Jusqu'à 30 nov.

Centre culturel de Verdun (5955, Bannantyne) — Peintures de Pierre Henry. Lun., mar., mer., jeu., de 9:00 à 17:00 et de 19:00 à 21:00. Ven., de 9:00 à 17:00. Jusqu'à 6 déc.

Centre d'Education des Adultes (2515, Delisle, métro Lionel-Groulx) — Exposition d'artisanat. Jeu., ven., de 14:00 à 22:00.

Centre des Arts visuels (350, ave Victoria) — Sculptures molles de Tsipora Levy. Appliqués de Jean Kamins. Au., et dem.

Château Isabelle (4560, boul. LaSalle, app. 708, Verdun) — Peintures de Simone Summer Pigeon et Dansro. Aquarelles de Manon Pelletier, mosaïques, gravures et peintures de Marc Sylvain. Mar., mer., de 19:00 à 22:00. Au., de 13:00 à 16:30.

Claycrafters (176, Lakeshore, Pointe-Claire) — Poteries des «Claycrafters». Au., de 13:00 à 21:00. Dem., de 13:00 à 16:00.

Complexe Alfred-Dallaire (Cercle d'Arts) — Peintures de Louise Lachance Legault. Jusqu'à 4 déc. A compter

de dem., peintures de Guy Lalonde. Jusqu'à 4 déc. Tous les jours de 10:00 à 21:00.

Eglise St-Theophile (6000, 31e Avenue, Laval-Ouest) — Exposition d'artisanat. Au., de 10:00 à 22:00. Dem., de 10:00 à 17:00.

Galerie Borduas (Ruelle Emery, coin Emery et St-Denis) — Oeuvres des artistes des boutiques. Du jeu. au sam., de midi à 21:00.

Galerie de la Centrale d'artisanat du Québec (1450, St-Denis) — Céramiques de Kent Benson. Lun., mar., mer., de 9:30 à 17:30. Jeu., ven., de 9:30 à 21:00. Sam., de 9:30 à 17:00. Jusqu'à 28 nov.

Guide canadienne des Métiers d'art du Québec (2025, Peel) — Oeuvres de l'atelier de Cape Dorset. Jusqu'à 28 nov.

Hôtel de LaSalle (1240, Drummond) — Peintures de Jean Guilda. Se termine au.,

Helé Méridien (Complexe Desjardins) — Peintures d'Edmond Bray. Jusqu'à 29 nov.

La Galibouffe (4146, St-Denis) — Peintures de Karine Kepp. Jusqu'à 9 déc.

Le Café (323 est, Roy) — Photographies de Serge Froment. Jusqu'à 29 nov.

Maison du Brasseur (2901, boul. St-Joseph, Lachine) — Dessins de Diane Collet-Larichelle. Du lun. au ven., de 14:00 à 17:00 et de 19:00 à 21:00. Sam., dim., de 13:30 à 17:00. Jusqu'à 12 déc.

Place Bonaventure (Vaduc) — Salon des métiers d'art du Québec. Jusqu'à mer.