Jeanne Desrochers

LAIT MATERNEL, PETITS POTS, ETC.

Pour ne pas faire d'un gros bébé un adulte souffrant d'embonpoint

Pour persévérer à allaiter leurs enfants pendant 3 ou 4 mois, et pour ne pas les gaver de nourriture, faute de savoir comment les réconforter autrement, les jeunes mères auraient probablement besoin d'une aide plus suivie qu'elles n'en ont habituellement

La maison Heinz commandite depuis quelques années un colloque annuel sur l'alimentation des nourrissons, qui permet aux chercheurs de faire le point sur les plus récentes découvertes dans ce domaine.

A Montréal, la semaine dernière, ce colloque a permis au Dr Bruce Costom de présenter le travail d'une équipe de pédiatrie de l'hôpital général juif, qui a suivi l'évolution de près de 200 nourrissons, nourris au sein ou au biberon, soit exclusivement au lait, soit au lait supplémenté de céréales et d'autres aliments.

La courbe de poids et de croissance des bébés a permis aux chercheurs d'intervenir quand les nourrissons risquaient d'être suralimentés et d'acquérir dès le plus jeune âge des habitudes menant à l'embonpoint.

Un bon nombre de parents reliés à cette étude ont appris avec surprise que leurs bébés se contentaient de portions plus petites que ce qu'eux, les parents, croyaient nécessaire. Cela a permis aux chercheurs de démontrer qu'avec un outil simple — la courbe de poids et de croissance, que tous les parents peuvent établir à l'aide de leur pédiatre ou de l'infirmière de la clinique de nourrissons de leur voisinage — on peut éviter l'embonpoint même dans les familles qui auraient une tendance dans cette direction.

La compagnie Heinz a tiré de son expérience et des recherches qu'elle a parrainées un dépliant intitulé «Bonne alimentation et bon sens» qui résume la philosophie actuelle sur l'alimentation des nourrissons:

— le lait maternel est la meilleure base pour le nouveau-né, chaque fois que la maman le peut, et le lait de vache n'est pas recommandé avant l'âge d'un an;

— vers 3 ou 4 mois (même si les statistiques indiquent que la majorité des parents commencent plus tôt) on ajoute au lait maternel, pour le bébé qui ne semble pas repu, un peu de céréales, en augmentant lentement, une cuillérée à la fois;

— les céréales viennent en premier lieu, parce qu'elles contiennent des nutriments, notamment du fer, qui équilibrent le régime du bébé; on recommande d'abord les céréales à un seul grain, comme le riz, l'avoine ou l'orge, parce qu'elles sont les moins susceptibles de provoquer des réactions allergiques; plus vieux, le bébé aimera probablement les céréales mixtes;

— une fois habitué aux céréales, le bébé pourra prendre des légumes, doucement, par petites cuillérées, d'un seul légumes à la fois; il vaut mieux introduire les légumes dans son régime avant les fruits, qui sont les plus sucrés;

— en donnant un seul aliment à la fois, on est en mesure de déceler les réactions allergiques, comme les rougeurs et la diarrhée;

— il ne faut pas assaissonner la nourriture du bébé, qui n'a besoin ni de sel, ni de sucre, ni de beurre, ni de condiments, et ne pas lui faire manger les aliments salés comme le reste de la famille avant l'âge d'un an;

— donner de la vitamine D en supplément au lait maternel reste une matière controversée, mais on s'entend sur le fait que lorsque le bébé consomme une nourriture variée, il n'a pas besoin de suppléments vitaminiques;

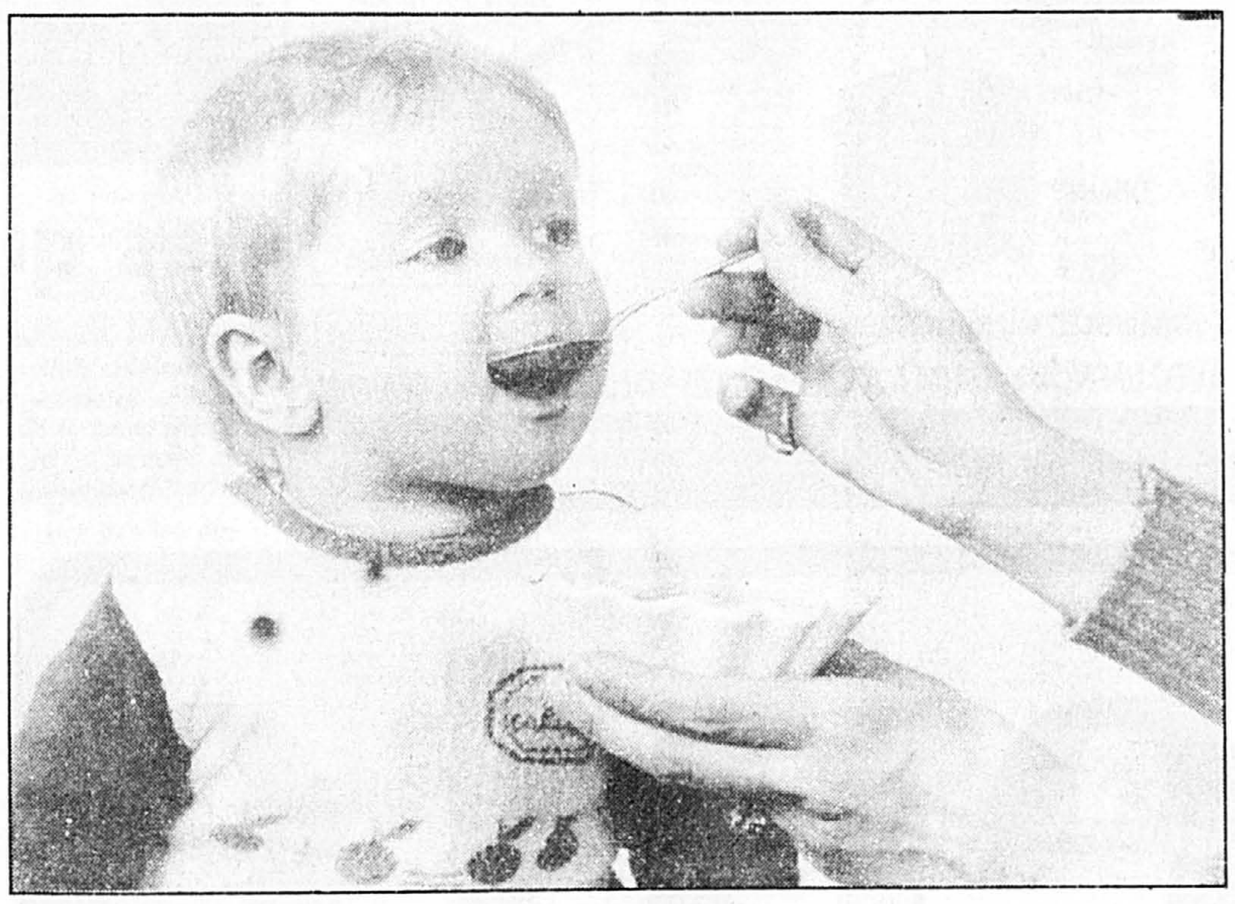
— il faut s'efforcer de faire de l'heure des repas une expérience agréable; il vaut mieux retarder l'introduction de nouveaux aliments plutôt qu'en faire une bataille;

— c'est entre 6 et 8 mois que le bébé a le plus de facilité à apprendre à mastiquer; il ne faut donc pas tarder à lui donner des aliments consistants:

— les céréales enrichies peuvent être continuées jusqu'à 18 mois, pour éviter les carences de fer;

— il vaut mieux ne pas forcer un bébé à finir un biberon ou une écuelle, il sait habituellement indiquer assez bien qu'il est rassasié;

— la variété joue un grand rôle pour éviter plus tard les caprices; les parents ne devraient pas se laisser arrêter par leur propres réticences, par exemple au foie ou au yogourt, et donner au bébé la chance de goûter à tout.



Les purées de bébé sont bien commodes, par exemple pour donner de la couleur à un potage-crème, pour servir de sauce à un plat gratiné vite fait, pour épaissir un dessert.

Sous le nom de « Précieuses recettes », Heinz a publié une brochure de suggestions dans ce sens, en même temps que des idées pour régimes légers et non irritants.

On peut faire venir cette brochure en écrivant à: Aliments Heinz pour bébés, 250 Bloor St E., Toronto, Ontario M4W 1G1.

On peut aussi demander, à la même adresse le dépliant «Bonne alimentation et bon sens» et une brochure un peu plus détaillée, «L'alimentation du bébé, pour un meilleur début dans la vie».

Le miel: de quoi se sucrer le bec

Déguster du miel, c'est savourer la perfection de la nature. Le miel doit sa saveur et sa couleur aux types de plantes qui fournissent le nectar aux abeilles. L'éventail de ces plantes étant infini on retrouve plusieurs variétés de miel, allant du miel de trèfle blanc au miel de sarrazin foncé, en passant par le miel doré et le miel ambré.

On récolte différents miels dans de nombreuses régions du Canada où l'on s'adonne à la floriculture, ainsi qu'aux cultures fruitières et céréalières. Certaines régions agricoles en produisent des tonnes chaque année et dans d'autres régions le miel ne se vend que chez les agriculteurs locaux. Celui de la récolte estivale de l'année est actuellement en vente.

Le miel liquide et le miel en crème peuvent être pasteurisés pour détruire les levures susceptibles de le faire fermenter. Ce procédé n'en modifie pas la qualité. Il se conserve à la température de la pièce pendant 18 mois ou indéfiniment dans un congélateur si le contenant est hermétique. Certaines personnes le jettent lorsqu'il est cristallisé. Quel gaspillage! Pour liquéfier le miel cristallisé, il suffit de faire chauffer le pot dans un bain d'eau chaude.

Le miel est une source d'énergie. Quinze millilitres de miel fournissent 270 kilojoules (65 kilocalories).

De grâce, ne l'utilisez pas que pour tartiner vos rôties! Versez-en dans votre thé, laissez-en fondre sur votre gruau chaud ou nappez de miel une volaille rôtie.

Poulet glacé au miel

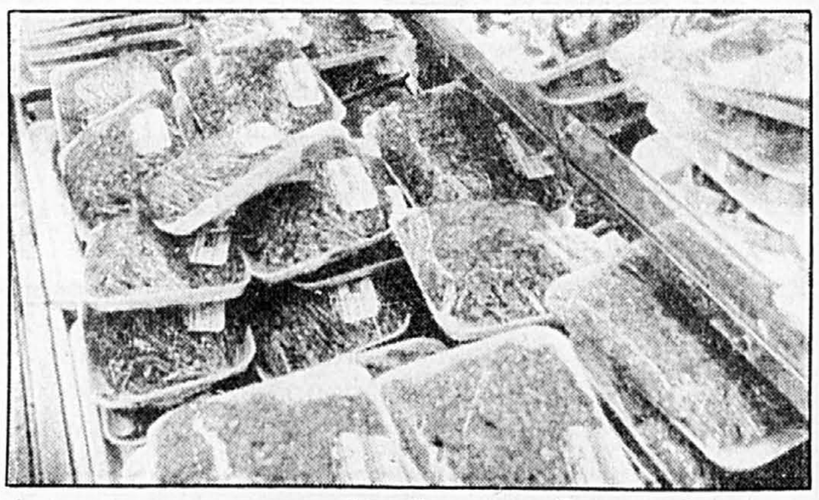
6 cuisses de poulet OU
3 poitrines entières, divisées en deux (environ 1 kg)
50 mL de beurre
125 mL de miel liquide
25 mL de jus de citron

Faire dorer le poulet dans le beurre; couvrir et cuire à feu lent pendant 30 à 35 min. Mélanger le miel et le jus de citron; verser sur le poulet. Faire cuire jusqu'à ce que la peau soit glacée (environ 10 min.), en badigeonnant de temps à autre. 6 portions.

Biscuits au miel

125 mL de beurre
125 mL de shortening
250 mL de miel
500 mL de flocons d'avoine
375 mL de raisins secs
550 mL de farine tout usage, tamisée
5 mL de poudre à pâte
3 mL de sel
5 mL de soda
5 mL de cannelle
25 mL de lait

Mettre en crème le beurre et le shortening; y mélanger le miel graduellement. Ajouter flocons d'avoine et raisins secs. Tamiser ensemble les ingrédients secs et les ajouter en remuant et en alternant avec le lait. Bien mélanger. Déposer par cuillerées de 15 mL sur une plaque à biscuits graissée, en laissant un espace de 5 cm entre chacune. Cuire au f[illegible] à 190°C pendant 8 à 10 min. Q[illegible]antité: environ 60 biscuits.



Les coupes de boeuf moins tendres: un achat sensé

Les consommateurs consacrent une partie importante de leur budget alimentaire à l'achat de la viande. Au Canada, c'est encore le boeuf qui jouit de la cote de popularité la plus élevée. En 1981, chaque Canadien a consommé en moyenne 41 kg de boeuf comparativement à 31 kg de porc et 17 kg de poulet.

Bien que les coupes tendres soient les favorites de la plupart des consommateurs, celles qui sont moins tendres sont souvent un achat plus avantageux. Elles sont moins coûteuses que les coupes tendres et elles se prêtent à la préparation de nombreux plats savoureux. De plus, la valeur nutritive des deux types de coupes est identique.

Pour obtenir le maximum de chaque dollar destiné à l'achat de la viande, les consommateurs doivent se familiariser davantage avec les morceaux de boeuf moins tendres. Règle générale, ils proviennent des parties du boeuf qui sont le plus exercées dont la poitrine, le flanc, la cuisse et le bloc d'épaule. Chaque coupe porte un nom spécifique utilisé par tous les détaillants au Canada. Pour les coupes de boeuf moins tendres, les termes normalisés sont les suivants:

rôti de palette,
bifteck de palette,
rôti de côtes croisées,
rôti de haut-de-côtes,
bifteck de haut-de-côtes
rôti d'épaule
pointe de poitrine,
poitrine,
bout de côtes,
bifteck de flanc,
queue de boeuf,
jarret,
talon de ronde et
boeuf haché.

GRATUIT à l'achat d'un rasoir électrique
PROGRAMME D'ENTRETIEN FINE LAME
* essai de 30 jours
* 5 mises au point
* lubrifiant AU POIL 57g
* aiguisage (couteau ou ciseau régulier)
* estimation gratuite

CENTRE du RASOIR "FINE LAME"
POUR 4 JOURS SEULEMENT! DU 17 AU 20 NOVEMBRE

REMINGTON MICRO SCREEN DELUXE
RASOIR DE LUXE RECHARGEABLE MODÈLE GTX 3000
CHARGEUR ÉLECTRONIQUE TRANSISTORISÉ
SPÉCIAL $78.88

REMINGTON MICRO SCREEN DELUXE
RASOIR À CORDON MODÈLE GTX 800
SPÉCIAL $38.88

Lady Remington
RASOIR ÉLECTRIQUE POUR FEMMES
ACCESSOIRES ADAPTABLES MODÈLE WER5000B
SPÉCIAL $38.88

4855 WAHL
COUSSIN VIBROMASSEUR POUR LES PIEDS
SPÉCIAL $39.88

3194
ENSEMBLE DE COIFFEUR-MAISON
SPÉCIAL $29.88

BIONAIRE BT 500
VOTRE MAISON OU VOTRE BUREAU SONT-ILS DEVENUS DES FUMOIRS?
* La fumée vous importune...
* Vous êtes allergique au pollen...
* La poussière vous gêne...
CHANGEZ D'AIR AVEC BIONAIRE
SPÉCIAL $168.88
DÉMONSTRATION LE 18 NOVEMBRE, au Carrefour Laval et à la Place Ste-Foy
BT 300: $78.88 / BT 1000: $248.88

CENTRE du RASOIR "FINE LAME"
On rase la perfection!
VENTE ET AIGUISAGE DE COUTEAUX ET CISEAUX
VENTE ET RÉPARATION DE PETITS APPAREILS ÉLECTRIQUES

20 boutiques
• MONTRÉAL, 1241 Carré Phillips, 842-2921
• MONTRÉAL, 774 Bélanger 276-3266
• MONTRÉAL, Place Versailles 354-1040
• MONTRÉAL, Métro Berri 844-5117
• ST-LAURENT, Place Vertu 334-7140
• LAVAL, Carrefour Laval 688-0160
• LAVAL, Centre Duvernay 661-5710
• VERDUN, 4116 Wellington 761-5505
• LONGUEUIL, Place Longueuil 670-0380
• ST-BRUNO, Les Promenades 653-0474
• ST-JEAN, Carrefour Richelieu 349-1605
• STE-FOY, Place Ste-Foy 653-1710
• QUÉBEC, Place Fleur de Lys 529-0711
• QUÉBEC, Galeries de la Capitale 627-2378
• SHERBROOKE, Carrefour de l'Estrie 567-8979
• CHICOUTIMI, Place du Royaume 545-2474
• GRANBY, Les Galeries 378-2686
• GATINEAU, Prom Outaouais 568-1615
• TROIS-RIVIÈRES, Le Carrefour 374-7603
• SHAWINIGAN, Les Promenades 537-4333

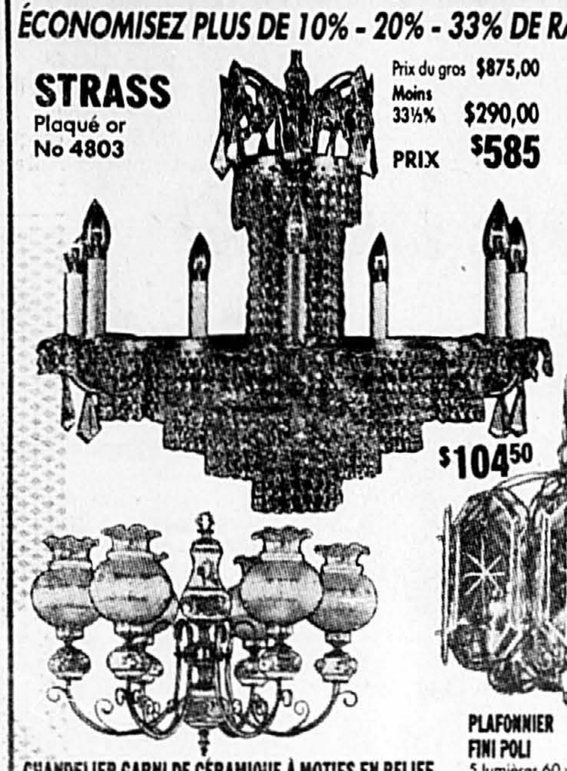
PSSST...
Besoin d'une machine à coudre?
Rendez-vous au plus grand centre de couture au Canada. Plus de 100 modèles en montre. Toutes marques, neuves et d'occasions à compter de 89 $.
RÉPARATION • ACHAT • ÉCHANGE • MISE DE CÔTÉ
Chalifour Depuis 1948 6586 Plaza St-Hubert 273-7245
Stationnement gratuit — St-Zotique et Chateaubriand — Métro Beaubien

UNE LAMPE OU UNE FIXTURE EN CADEAU DE NOËL

QUI FAIT TOUJOURS PLAISIR À RECEVOIR. PERSONNE NE VOUS OFFRE DES PRIX PLUS BAS. 2000 MODÈLES EN MONTRE, TOUS LES STYLES POUR MAISON ET CHALET AU PRIX DU GROS 50%

ÉCONOMISEZ PLUS DE 10% - 20% - 33% DE RABAIS CHEZ UN SPÉCIALISTE EN ÉCLAIRAGE.

STRASS
Plaqué or
No 4803



Prix du gros $875,00
Moins 33⅓% $290,00
PRIX $585

$104.50

CHANDELIER GARNI DE CÉRAMIQUE À MOTIFS EN RELIEF

Verre cristal ambré. No 3246 6 lumières. Diamètre 28" SPÉCIAL $199.95

Même modèle à 5 lumières. No 3245 Diamètre 24" SPÉCIAL $180

Nu-dai FIXTURES INC.

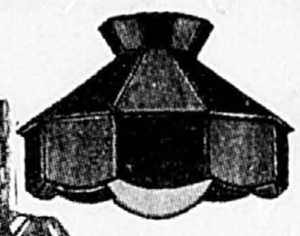
Moderne fini chrome ou laiton brillant. Panneaux de verre fumé.
Prix: $199

moins 33⅓% $67,66
PRIX $131.34
No 1936
Diamètre: 24", H. 17" 6-60W

PLAFONNIER FINI POLI
5 lumières 60 watts
No 9008
Largeur 14"

CHAÎNE 9006
3 lumières
$82.95

FINI POLI
Largeur 10"
verre motifs givrés



Plus de 100 modèles Tyffany, toutes couleurs

TIFFANY FRUITS
N.D. 280—18" $122.95
N.D. 280—12" $91.75

TIFFANY 16"
modèle 200
beige ambre
Prix spécial $40.95

Choix de styles: Canadien, colonial, espagnol, céramique, futuriste, provincial, moderne, original, contemporain.

Tyffany
Choix de finis: bronze, laiton, cuivre, chrome, cristal.

PLAFONNIER FINI CUIVRE POLI
2 lumières 60 watts
No 9003, chaine, $59.50
Plafonnier, 9004, Largeur 6" $57.50

100 MODÈLES AU CHOIX
LANTERNES D'ALUMINIUM COULÉ

HEURES D'AFFAIRES:
Lundi à mercredi: 9h à 17h30
Jeudi et vendredi: 9h à 21h
Samedi: 9h à 17h

VENTILATEURS

GRAND CHOIX
TOUS LES MODÈLES À PRIX RÉDUITS
AUBAINES DE NOVEMBRE

CETTE OFFRE EST VALABLE JUSQU'AU 30 NOVEMBRE

GRAND CHOIX DE CAPUCHONS

ENJOLIVEZ VOTRE DEMEURE AVEC UN NOUVEL ABAT-JOUR • LAMPES • GLOBES REMPLACEMENT

CENTRE D'ACHATS CHAMPLAIN
(a la sortie du pont tunnel Lafontaine)
7780, rue Sherbrooke
Tél.: 351-0860

PLUS DE 40 ANS AU SERVICE DU QUÉBEC

2,000 FIXTURES AU CHOIX TOUJOURS AU PRIX DU GROS

Les quartiers d'hiver

Le marché Jean-Talon s'est installé dans ses quartiers d'hiver. Des roulottes et des cabanes de contre-plaqué bordent la rue, du côté ouest et du côté sud du quadrilatère réservé au marché le plus fréquenté par les Montréalais, parce que le plus accessible, à trois coins de rue de la station de métro Jean-Talon. On y vend la nouvelle récolte d'endives du Québec, des pommes en quantité et toutes les sortes de légumes d'hiver.

photo Armand Trottier, LA PRESSE

vente

12 MOIS SANS INTÉRÊT

Valiquette

Procurez-vous les meubles, tapis ou draperies que vous désirez depuis longtemps. Aucun intérêt à payer pendant 12 mois (voir exemple ci-dessous). Cette offre est valable sur TOUTE la marchandise en inventaire et dont plus de 1000 articles sont déjà réduits de 10, 20, 30 et même 40% et plus. Les services réguliers Valiquette sont dispensés par un personnel plein d'idées de décoration et très compétent.

LIVRAISON GRATUITE ★

Pourquoi encaisser vos placements, prenez 12 mois pour payer, sans intérêt, et jouissez de vos meubles immédiatement. Minimum 25% d'acompte exigible et la balance sera répartie en 12 versements.

★ Excepté dans la boutique du prêt à emporter Imagination ou à l'extérieur de notre zone métropolitaine.

EXEMPLE:	ACHAT DE	$ 1600.
MINIMUM 25% D'ACOMPTE		$ 400.
BALANCE		$ 1200.
12 MOIS SANS INT.		NIL
TOTAL		$ 1200.

• 12 VERSEMENTS DE $ 100.

• UN ACHAT D'AU MOINS $ 500 EST EXIGÉ. TOUT CRÉDIT DOIT AVOIR ÉTÉ, AU PRÉALABLE, ACCEPTÉ PAR NOTRE SERVICE DE CRÉDIT.

N.G. VALIQUETTE LTÉE 510 est, rue STE-CATHERINE • 842-8811

Valiquette
plus que des meubles

DU 10 AU 27 NOVEMBRE
40%
DE RABAIS SUR TOUTES NOS PERLES D'EAU DOUCE

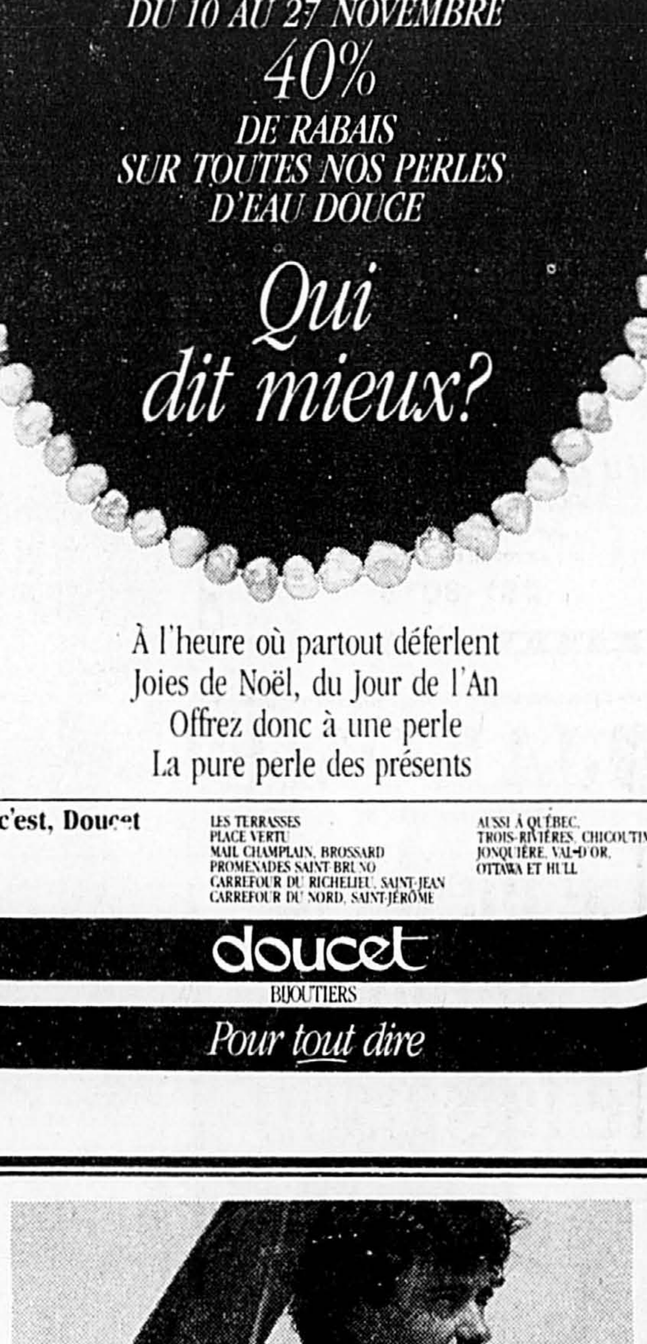
Qui dit mieux?

À l'heure où partout déferlent
Joies de Noël, du Jour de l'An
Offrez donc à une perle
La pure perle des présents

Où c'est, Doucet

LES TERRASSES
PLACE VERTU
MAIL CHAMPLAIN, BROSSARD
PROMENADES SAINT-BRUNO
CARREFOUR DU RICHELIEU, SAINT-JEAN
CARREFOUR DU NORD, SAINT-JÉRÔME
AUSSI À QUÉBEC, TROIS-RIVIÈRES, CHICOUTIMI, JONQUIÈRE, VAL-D'OR, OTTAWA ET HULL

doucet
BIJOUTIERS
Pour tout dire



PARTEZ EN CROISIÈRE AVEC HOM

Maillots de bain, sous-vêtements, bijamas, chemisettes.

HOM

DISPONIBLES DANS TOUS LES BONS MAGASINS.
DISTRIBUTEUR EXCLUSIF AU CANADA: SAINT-HILAIRE INC., 1100 CHEMIN DU GOLF, ÎLE-DES-SOEURS, MONTRÉAL (QUÉBEC) H3E 1H4

Au supermarché, des tactiques de défense

Les meilleures tactiques, pour nous défendre contre un environnement dont tous les détails ont été pensés pour nous encourager à dépenser, cela demeure de faire nos emplettes avec une liste, de ne pas aborder cette tâche quand on a faim, et de laisser à la maison conjoint et enfants.

JEANNE DESROCHERS

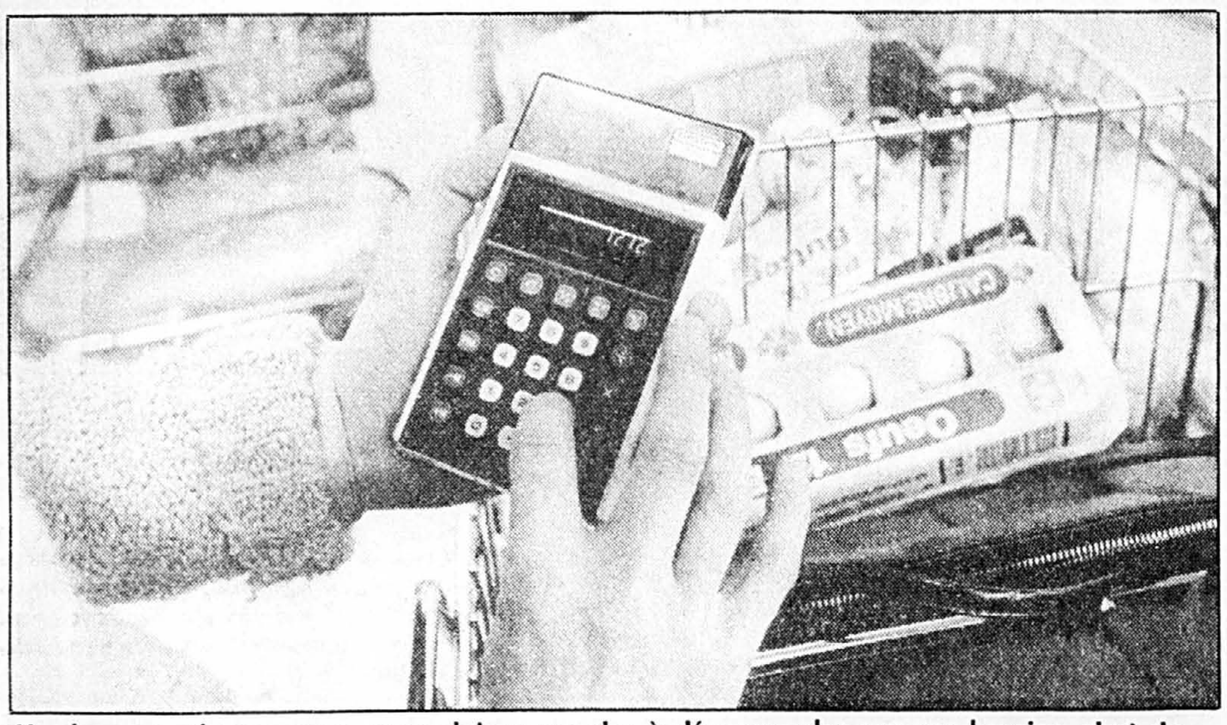
Le Centre d'information et de référence pour femmes, installé rue St-Urbain, un peu au nord de la rue Sherbrooke, passe en revue à ses soirées du mardi des sujets qui sont des préoccupations quotidiennes pour les femmes.

Il était question la semaine dernière des manipulations que le client peut subir dans un supermarché: la circulation est organisée pour qu'il passe par les friandises avant d'arriver à l'essentiel; les produits les plus économiques sont placés plus bas ou plus haut que les produits les plus rentables, qui sont à la hauteur des yeux; une musique que nous n'entendons même plus nous porte à ralentir (pour acheter plus) ou encore à accélérer (quand la foule est dense); la publicité nous donne l'illusion de la compétition, alors qu'une variété de produits viennent des mêmes fabricants, comme le café, les savons, les céréales, les dentifrices.

Les participantes à cette discussion ont parlé du plaisir qu'elles ont à prendre les entreprises à leur propre jeu, en passant, par exemple, d'un magasin à l'autre pour profiter des promotions. «J'ai plus d'énergie que d'argent, dit l'une; je fréquente quatre magasins, seulement pour les «spéciaux», et je vais à pied de l'un à l'autre».

La jeune animatrice a raccroché à ces préoccupations concrètes et quotidiennes celles de la situation du tiers-monde, fournisseur de produits de luxe aux enfants gâtés que nous sommes, mais qui n'en tire pas le profit escompté; les pays producteurs de bananes, par exemple, ne retireraient que 11 p. cent de ce que nous payons pour ce fruit exotique. Pour le café, la situation serait à peu près la même, la plus grande part irait aux multinationales, et non aux producteurs.

La situation ne serait pas tellement différente chez nous; on donne comme exemple le presque monopole de la compagnie MacCain au Nouveau-Brunswick.



Une bonne tactique, pour ne pas se laisser prendre à dépenser plus que ses besoins, c'est de tout calculer à mesure. photo LA PRESSE

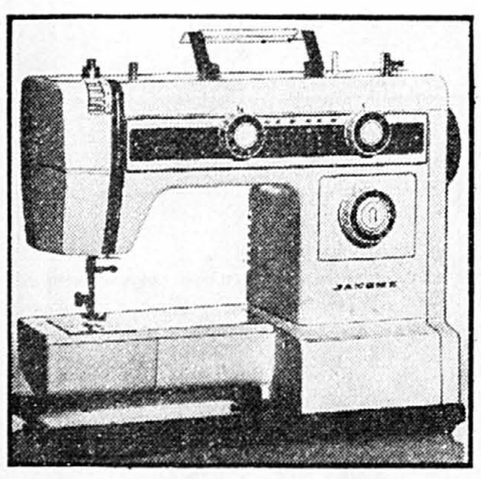
Quatre lys d'or

La maison Les fromages Saputo Ltée, de Ville Saint-Michel, a remporté quatre lys d'or cette année, obtenant la première place dans le concours annuel des produits laitiers dans la catégorie des mozzarella, celle des fromages à pâte molle avec son ricotta, celle des fromages à pâte ferme avec son provolone et celle des fromages à pâte semi-ferme avec son caciotta.

LIQUIDATION
AMATEURS DE SKI DE FOND

DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER
ÉPARGNEZ JUSQU'À 75%
Nickers en velours côtelé — vestes popeline — ensembles 2 pièces — chandails — gants — tuques — bas — guêtres — etc.
• Skis • pôles • fixations
MARQUE RECONNUE DU SKIEUR
9600, rue Meilleur, suite 920
lun. au ven.: 9h à 17h
samedi: 8h à 15h
381-8076

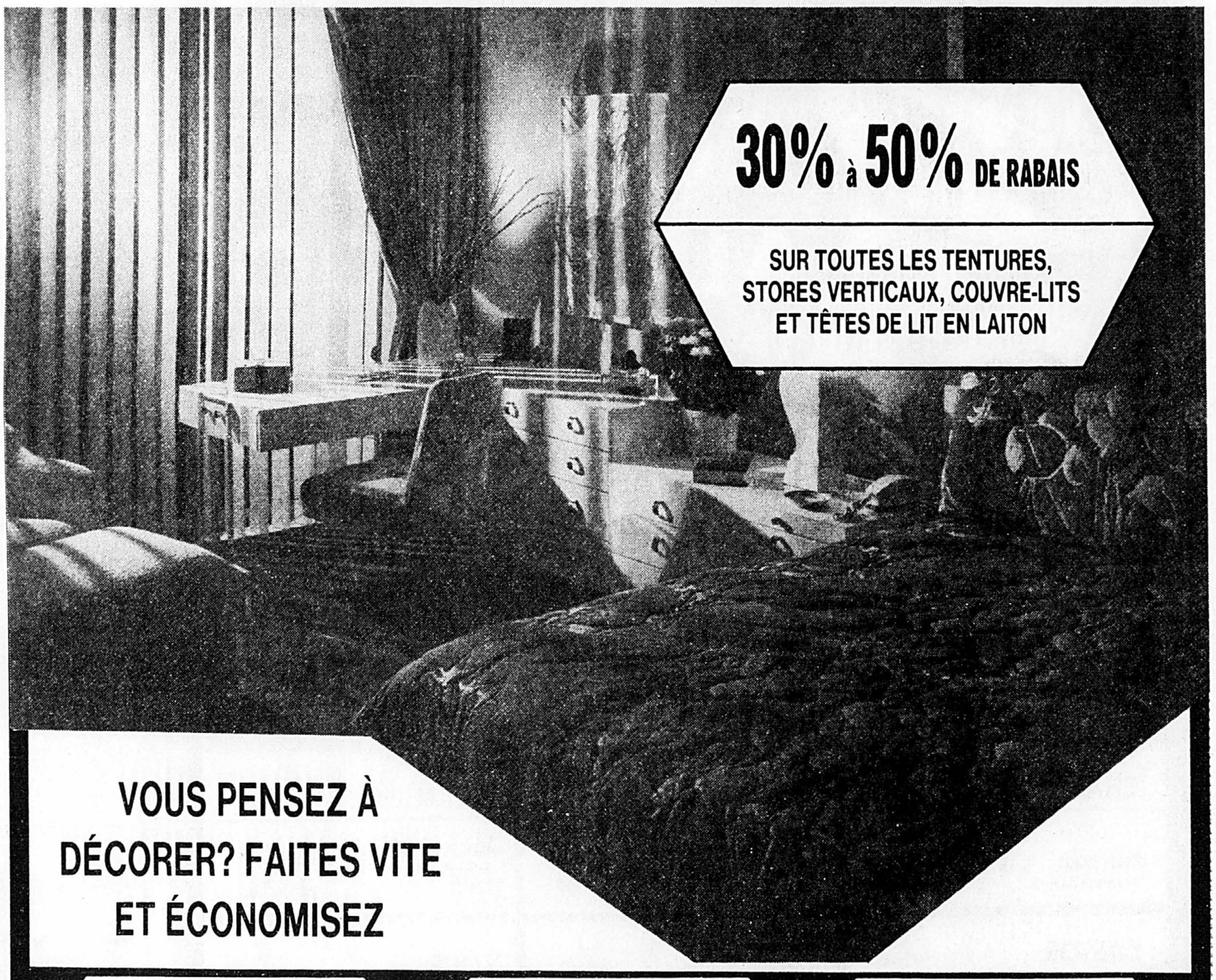
JANOME
DEPUIS 1921
Le meilleur achat de la saison



COMBATTEZ L'INFLATION
OFFRE SUPER-SPÉCIALE $299
Ordinairement $409
Superbe machine À BRAS LIBRE, ENTIÈREMENT AUTOMATIQUE, à bâti entièrement en métal, offre les caractéristiques suivantes: couture droite, couture zigzag triple point noué, tricot, surfil, point d'épine, ourlet à point invisible élastique, point de soutachage et confection automatique de boutonnières. Poignée de manutention pratique. Étui en vinyle souple compris.
Garantie complète de 2 ans, plus prolongation de 15 ans sur les pièces mécaniques (pièces seulement).
NE MANQUEZ PAS CETTE OCCASION
MEUBLES OFFERTS À PRIX SPÉCIAL

1580, rue Notre-Dame Lachine, Québec Tél.: 634-9850	7053, rue St-Hubert entre Jean-Talon et Bélanger Tél.: 271-2844	4617, boul. des Sources Dollard-des-Ormeaux, P.Q. Tél.: 620-3030
5671 ouest, Sherbrooke Montréal, P.Q. Tél.: 484-5449	2020 est, boul. de la Concorde près de Papineau Br. Duvernay, Laval Tél.: 669-5009	310 Notre-Dame Repentigny Tél.: 581-6405

VALABLE JUSQU'AU 30 NOVEMBRE



30% à 50% DE RABAIS
SUR TOUTES LES TENTURES, STORES VERTICAUX, COUVRE-LITS ET TÊTES DE LIT EN LAITON
VOUS PENSEZ À DÉCORER? FAITES VITE ET ÉCONOMISEZ

DU TEMPS
Linen Chest vous offre le plus grand choix d'habillages pour les fenêtres. Que vous cherchiez des tentures, des stores horizontaux ou verticaux, ou autre chose, vous le trouverez sans avoir à chercher ailleurs.

DE L'ARGENT
Vous pouvez acheter en toute confiance, grâce à la politique de prix garantie de Linen Chest: «Si vous pouvez trouver le même article ailleurs à prix inférieur, il nous fera plaisir de nous aligner sur ce prix et de vous consentir un RABAIS additionnel de 10%.»

DES SOUCIS
Devant un choix aussi impressionnant, il est rassurant de pouvoir compter sur 30 décorateurs en magasin, qui vous aideront à aménager votre intérieur, par des conseils experts, et sans frais supplémentaires. La main-d'oeuvre est garantie, y compris les mesures et l'installation, partout en ville.

COUVRE-LITS
Stock de plus de 3000 couvre-lits et édredons différents, venant des plus grands fabricants, y compris 5th Avenue, Schumacher, Atelier, Nettlecreek, Dakota, etc. Tous sont offerts avec tentures assorties.

STORES VERTICAUX ET HORIZONTAUX
Plus de 1 000 teintes et textures, dans toute les dimensions: Louver Drape Vertical, Draco, Levelor... Fabrication sur mesure — En stock.

TENTURES, CANTONNIÈRES ET STORES RUSSES
Le plus grand choix de teintes, dans des tissus de qualité, rideaux diaphanes sans couture, toiles, dentelles, satins antiques et velours venant de tous les coins du monde.
Fabrication sur mesure — En stock

LINEN CHEST

SERVICE D'ACHAT PAR TÉLÉPHONE
Sans frais additionnels
Nous sommes au bout du fil:
481-8103-4
Boutique & Magasin à rayons
5388, chemin Queen Mary 481·8101·2·3·4
Deux rues à l'ouest de Décarie · Près du Métro Snowdon
18703 Biscayne Boulevard, Loehmann's Plaza, Miami, Floride
VISA MasterCard

Les présumés dangers de la télé-couleur

A quelqu'un qui manipule quotidiennement les rayons-X, on recommande de ne pas dépasser 15 unités REMs par année, le REM servant d'unité de mesure pour les doses de radiation, comme les décibels servent à mesurer le bruit.

JEANNE DESROCHERS

Quand on parle d'un certain danger des anciens télé-couleurs, on parle de moins d'une unité REM par année, et ceci dans une situation bien précise, qui ne risque pas d'arriver souvent dans nos foyers.

Si un enfant se tient de 6 à 8 heures par jour à 3 pieds d'un téléviseur couleur construit avant 1972, et que l'appareil a été trafiqué, par exemple pour rendre l'image plus brillante, il est possible, bien que peu probable, que cet enfant absorbe près d'une unité REM de rayons en un an, et que ses yeux en soient affectés.

Quel enfant, même avec les jeux couplés à la télé, passe autant d'heures devant l'écran?

Depuis 1972, les appareils sont fabriqués de façon à éviter les excès de radiation qui ont contribué à rappeler une quantité de téléviseurs entre 1968 et 1972.

Ces précisions viennent d'un physicien qui a travaillé 10 ans au laboratoire de physique nucléaire de l'Université de Montréal, et 6 ans à l'Institut hospitalier comme responsable du service de radioprotection.

Ce que Roch DesRochers nous dit de la radiation est assez surprenant pour le commun des mortels: c'est de la nature, c'est-à-dire des rayonnements cosmiques, du sol, de minéraux, que nous recevons le plus de radiation. En second lieu, viennent les rayons-X diagnostiques, à l'hôpital, en clinique ou chez le dentiste. Le reste, télé-couleurs, détecteurs de fumée, montres au quartz, tout ce qui de temps à autre fait surface dans l'actualité, ne pèserait pas lourd dans la balance.

Quand il s'agit de radiation, dit Roch DesRochers, les normes de fabrication sont respectées à la lettre.

Et du côté médical, le consommateur peut-il se sentir en sécurité?

Depuis 1977, une loi oblige l'inspection des équipements radiologiques des cabinets dentaires tous les trois ans, et ceux des cliniques radiologiques médicales tous les deux ans.

De leur côté, les hôpitaux maintiennent une surveillance régulière. Un appareil «qui coule» serait vite repéré, parce qu'il donnerait de mauvais résultats.

L'objectif d'un service de radioprotection, c'est d'éviter les doses inutiles pour les patients, mais aussi pour les techniciens. Ces derniers portent sur eux un dosimètre, une plaque qui mesure la quantité de radiation absorbée. Il est probable qu'avant que les patients subissent les contrecoups d'une mauvaise installation, on dépistera le problème par le dosimètre des employés, beaucoup plus exposés.

Le patient peut éviter une partie des doses inutiles de radiation, par exemple chez le dentiste, en s'entendant avec celui-ci sur la fréquence des examens radiologiques.

Autant pour diminuer les frais inutiles que pour diminuer les risques de cancer, on surveillera particulièrement les cabinets qui ont autant de cabines radiologiques que de dentistes, et qui auraient tendance à vouloir rentabiliser leur installation.

3 jours Seulement!

SUPERBES ÉCONOMIES ALEXANDOR

Tout un événement chez ALEXANDOR!

Jeu. Ven. Sam.

ÉCONOMISEZ $300, $500, $1,000 ET PLUS*

Hâtez-vous, et profitez de renversants rabais avant que les grands froids ne s'amènent.

CHAT SAUVAGE À PARTIR DE — PLEINES PEAUX TOUJOURS DE MISE $1788.

CHAT SAUVAGE À PARTIR DE — PEAUX ALLONGÉES STYLES RACÉS $2688.

RAT MUSQUÉ À PARTIR DE — MANTEAUX GRAND CHOIX DE TEINTES $1288.

CASTOR À PARTIR DE — MANTEAUX POILS LONGS FOURRURE DURABLE $1488.

CASTOR (rasé) À PARTIR DE — MANTEAUX ÉLÉGANTS STYLES RACÉS $2988.

LOUP À PARTIR DE — MANTEAUX MODE JEUNESSE. $2388.

RENARD BLEU À PARTIR DE — MANTEAUX LONGS POILS LUXUEUX $1388.

RENARD CHEVRONNÉ 1 SEULEMENT — PEAUX ALLONGÉES QUELLE COMBINAISON! $2688.

PHOQUE D'ALASKA À PARTIR DE — MANTEAUX FOURRURE-VELOURS $1788.

VISON À PARTIR DE — PLEINES PEAUX MANTEAUX D'ÉLEVAGE ET ACAJOU $1688.

VISON À PARTIR DE — PEAUX ALLONGÉES. D'ÉLEVAGE, ACAJOU. DEMI-BUFF $2688.

VISON À PARTIR DE — D'ÉLEVAGE ET DEMI-BUFF PEAUX FEMELLES $3688.

*Economisez sur les prix de liste suggérés.

LA QUALITÉ À VOTRE PORTÉE

FOURRURES Alexandor

2025 rue de la Montagne, 288-1119

Pour mieux dire Joyeux Noël

seulement 149,95 $

BAGUE À 7 DIAMANTS OR 10 K

Comme cristaux à ta fenêtre
Voici de superbes joyaux
Qui, pendant que tout va renaître
Feront le plus beau des cadeaux

Où c'est, Doucet

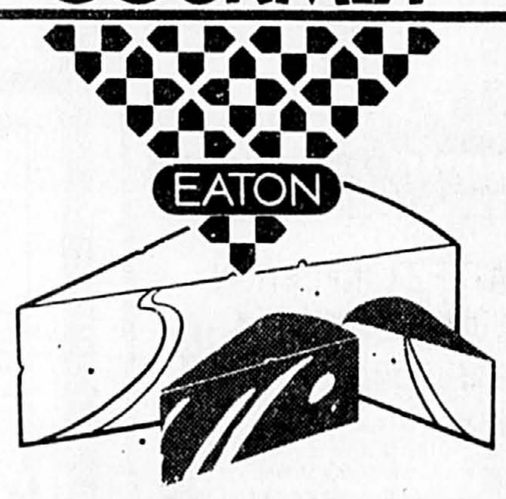
LES TERRASSES
PLACE VERTU
MAIL CHAMPLAIN, BROSSARD
PROMENADES SAINT-BRUNO
CARREFOUR DU RICHELIEU, SAINT-JEAN
CARREFOUR DU NORD, SAINT-JÉRÔME

AUSSI À QUÉBEC, TROIS-RIVIÈRES, CHICOUTIMI, JONQUIÈRE, VAL D'OR, OTTAWA ET HULL

doucet BIJOUTIERS

Pour tout dire

La Boutique du GOURMET



Un cadeau qui dure!
Un abonnement au Club des fromages du mois

Vous cherchez un cadeau original pour un membre de la famille, ami, client ou associé. Le Club des fromages du mois Eaton a trouvé pour vous. La personne de votre choix recevra durant la première semaine de chaque mois (sauf juillet et août) trois fromages différents. Un bulletin joint à l'envoi fournit des renseignements relatifs à la provenance, l'aspect et la fabrication de chacun d'eux tout en indiquant les vins qui les accompagnent le mieux. Le premier envoi sera effectué avant Noël dans les régions de Montréal, Ottawa, Sherbrooke et Québec. Les titulaires habitant ailleurs au Canada et aux É.-U. recevront leur premier envoi au mois de janvier. Toutefois, vos voeux et la carte de membre du Club seront postés avant Noël.

Abonnement de cinq mois 45.00 Abonnement de dix mois 85.00

Renseignez-vous davantage en communiquant avec la Boutique du Gourmet, Club des fromages du mois:
284-8361

EATON

Au Bon Marché
COUPE SES PRIX!

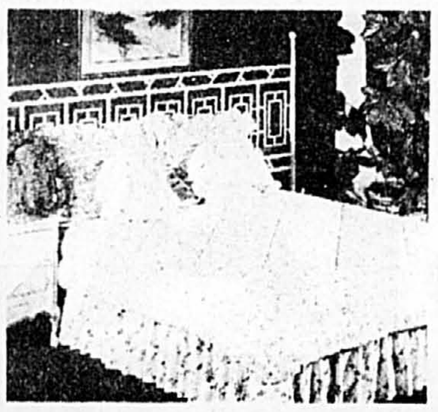
X NOUS SOMMES ÉLUS NO 1 ET NOS CLIENTS SONT LES GAGNANTS.

Stephen et David Shiller ont coupé leurs prix dans tous les rayons du magasin.

Au Bon Marché est l'imbattable!

BONI ADDITIONNEL (decoupez le coupon) de **15%** sur tous les prix des stores dans cette annonce.

4,000 DOUILLETTES À LIQUIDER



Toutes les grandeurs jumeau, double et queen

Spécial imbattable

$39.99

OREILLERS QUALOFIL(md)

FIBRE DUVETÉE

Grandeur régulière SPÉCIAL **$12.99** ch.

Grandeur «Queen» SPÉCIAL **$14.99** ch.

STORES

AUX PLUS BAS PRIX À MONTRÉAL
TOUTES LES GRANDEURS EN MAGASIN

STORE DE TOILE 100% OPAQUES 3 épaisseurs lavable					FIBRE DE VERRE DE LUXE 100% OPAQUES 3 épaisseurs avec isolant lavable				
	UNIS		FRANGES			UNIS		FRANGES	
GRANDEUR		NOTRE PRIX		NOTRE PRIX	GRANDEUR		NOTRE PRIX		NOTRE PRIX
28 x 58	Spécial	5.99	Special	8.99	28 x 58	Special	11.99	Special	15.99
37 x 70	Spécial	8.99	Special	9.99	37 x 70	Special	12.99	Special	17.99
37 x 82	Spécial	10.99	Special	14.99	37 x 82	Spécial	15.99	Special	21.99
43 x 70	Spécial	10.99	Special	14.99	43 x 70	Special	15.99	Special	20.99
43 x 82	Spécial	13.49	Special	17.99	43 x 82	Special	19.99	Special	23.99
49 x 70	Special	13.99	Special	17.99	49 x 70	Spécial	18.99	Special	23.99
49 x 82	Special	16.99	Special	19.99	49 x 82	Spécial	20.99	Special	27.99
55 x 70	Special	14.49	Special	18.99	55 x 70	Special	20.99	Special	26.99
55 x 82	Spécial	17.99	Spécial	22.99	55 x 82	Spécial	25.99	Special	30.99
64 x 58	Special	20.99	Special	26.99	64 x 58	Special	29.99	Special	36.99
64 x 70	Spécial	22.99	Special	28.99	64 x 70	Special	33.99	Special	43.99
73 x 58	Special	24.99	Special	29.99	73 x 58	Special	35.99	Special	43.99
73 x 70	Special	26.99	Special	31.99	73 x 70	Special	39.99	Special	45.99
78 x 58	Special	37.99	Special	41.99	78 x 58	Special	46.99	Special	59.99
78 x 70	Special	39.99	Special	43.99	78 x 70	Special	51.99	Special	69.99
85 x 70	Special	49.99	Special	62.99	85 x 70	Special	65.99	Special	74.99
97 x 70	Special	54.99	Special	64.99	97 x 70	Special	76.99	Special	87.99
109 x 70	Special	64.99	Special	89.99	109 x 70	Special	92.99	Special	104.99
121 x 70	Special	78.99	Special	97.99	121 x 70	Special	114.99	Special	129.99

45% DE RABAIS sur stores faits sur mesure (LIVRAISON RAPIDE)

Nous coupons les stores avec ou sans frange pendant que vous attendez.

BONI ADDITIONNEL (découpez le coupon) de **10%** sur tous les tringles en bois dans cette annonce.

TRINGLES EN BOIS TRÈS DÉCORATIVES

Tous formats en magasin, très résistants, bois de qualité. Choix de 3 finis noyer, naturel ou colonial. Complet avec anneaux et accessoires.

4'	Extra spécial	$16.99	8'	Extra spécial	$27.99
5'	Extra spécial	$18.99	10'	Extra spécial	$29.99
6'	Extra spécial	$21.99	12'	Extra spécial	$36.99

60" Tringles café Extra spécial $13.99

Cette semaine seulement

TOUTES COUVERTURES EN STOCK

Jumeau, Double, 'Queen' et 'King'

½ PRIX

DRAPERIES DE TERGAL BRODÉES

Importée de France 150" x 95" rég. $249.99

Prêt-à-poser

INCROYABLE! ÉPARGNEZ 60%

$99.99 l'ens.

DRAP PERCALE «BILL BLASS»

Jumeau, Double, «Queen», «King»

½ PRIX

BONI ADDITIONNEL (decoupez le coupon) de **15%** sur tous les prix des stores verticaux dans cette annonce.

STORES VERTICAUX AU PLUS BAS PRIX

garantis pour 5 ans.

Tous nos stores verticaux sont de qualité de luxe suprême et *Aussi réduit et en magasin*: 48" x 48", 60" x 48", 84" x 95", 95" x 84", et 95" x 95".

DE LUXE P.V.C. VERTICAUX
TOUT EN INVENTAIRE blanc et ivoire. Couleur tan aussi disponible.

75" x 84"	84" x 84"
$84.99	$94.99
120" x 95"	144" x 95"
$179.99	$214.99

DE LUXE "ALUMINIUM"
Tout en inventaire. Choix de 10 couleurs

75" x 84"	84" x 84"
$149.99	$159.99
120" x 95"	144" x 95"
$247.99	$299.99

DE LUXE VERTICAUX EN TISSU
50% de rabais

75" x 84"	84" x 84"
$139.99	$159.99
120" x 95"	144" x 95"
$279.99	$319.99

DE LUXE VERTICAUX "GROOVER"
Rideaux à bandes verticales en vinyle rigide de 3" permettant insertion d'une tapisserie. 50% de rabais TOUT EN INVENTAIRE

75" x 84"	84" x 84"
$138.99	$148.99
120" x 95"	144" x 95"
$229.99	$279.99

DE LUXE VERTICAUX MIROIR

75" x 84" SPÉCIAL	179.00$
84" x 84" SPÉCIAL	199.00$
120" x 95" SPÉCIAL	299.00$

LES TRINGLES ET LES SUPPORTS SONT INCLUS DANS NOTRE PRIX.

ÉCONOMISEZ 45% sur vos stores verticaux et vénitiens faits sur mesure. Nous coupons vos stores verticaux à vos mesures pendant que vous attendez.

ENSEMBLES DE DRAPS FLANNELETTE

100% cotton

JUMEAU **$16.99**

DOUBLE **$19.99**

CORNELLI TERGAL

Importé de France. 5 couleurs. 105" de largeur.

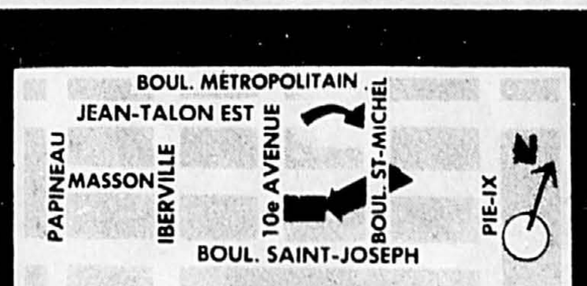
Spécial **$6.99** LA VERGE

roi des stores verticaux, draperies, couvre-lits et literie

Au Bon Marché

UNE ADRESSE SEULEMENT

3200 MASSON
722-3585



HEURES DU MAGASIN
Lun. - mer. 9h15 - 6h00
Jeu. - vend. 9h15 - 9h00
Samedi 9h15 - 5h00

CHARGEX VISA MasterCard

Chèques personnels acceptés

MÉDECINE D'AUJOURD'HUI

PAR DR W. GIFFORD-JONES (collaboration speciale)

La crème des crèmes contre l'acné

■ Il m'arrive quelquefois d'encourager des patients en leur disant que ce serait bien pire s'ils avaient le cancer. Ou que comparée avec une amputation de la jambe, leur maladie n'est pas si grave. Mais allez donc raisonner par le même biais un adolescent frustré par l'acné! Il sait seulement que pour sa sortie du samedi soir, il ne veut pas avoir de boutons!

Il n'existe pas de traitement contre l'acné qui soit affaire de dernière minute, juste avant de sortir par exemple; cependant certains médicaments réussissent à réduire l'étendue des dégâts. Mais plus important encore, les mythes entourant l'acné ont disparu, et on peut en comprendre le mécanisme.

Pratiquement aucun adolescent n'échappe un jour ou l'autre à l'acné. Dans la peau du visage, du dos et du thorax, se trouvent de nombreuses glandes reliées à la surface par de petits conduits. Ces glandes sécrètent un corps gras, le sébum, qui lubrifie et protège la peau. Jusqu'à environ l'âge de treize ans, cette matière huileuse est éliminée à la surface de la peau sans problème. Mais au moment de la puberté, survient une augmentation de l'hormone mâle, la testostérone, qui stimule les glandes sébacées. Un surplus de sébum et l'engorgement des conduits externes concourront à bloquer le sébum sous la peau. Une «tête blanche» apparaît si le pus monte à la surface de la peau, une «tête noire» indique que la pression s'est étendue aux tissus avoisinants. Les points noirs sont le résultat d'une réaction chimique de l'organisme, ils ne sont pas causés par la malpropreté. En les pressant sans précautions, on risque de les infecter.

Les mythes ont la vie dure. Ainsi, certains s'imaginent encore que l'acné est contagieuse; non pas, puisque les bactéries qui produisent la réaction inflammatoire font partie de la flore cutanée normale.

Quant à la croyance populaire voulant que le coke, le chocolat et les chips fomentent l'acné, eh bien, c'est une erreur! Pas plus que l'acné ne dépend d'un manque d'hygiène.

Par ailleurs, on a observé que les femmes atteintes d'acné voient leurs symptômes diminuer avec des pilules anticonceptionnelles à haute dose d'oestrogène, tandis que les pilules contraceptives à haute teneur en progestérone aggravent leur acné.

Succinctement, le traitement de l'acné consiste à déboucher les pores de la peau et à éliminer les bactéries. Dans un premier temps, il faut donc laver la peau avec du savon, mais sans obsession. Peu importe le nombre de fois, ce ne sont pas les lavages qui viendront à bout de la barricade des points noirs, puisque le mal loge sous la peau. Le peroxyde benzoyl est un remède qui a fait ses preuves; il assèche et décolle la couche de peau qui obstrue la pore; cependant, il faut l'utiliser avec précaution car il provoque souvent des irritations. Dans les cas d'acné grave, une combinaison de peroxyde et d'acide de la vitamine A donne d'excellents résultats. Après s'être lavé le visage, le patient doit attendre trente minutes avant d'appliquer la solution d'acide, sans quoi il pourrait s'irriter la peau. De plus, il faut éviter l'exposition aux rayons ultra-violet et ne rien employer d'autre sur le visage. Ce traitement provoque quelquefois une aggravation des symptômes, mais ce n'est que temporaire, la guérison suit peu de temps après.

Les antibiotiques doivent être réservés pour les réactions inflammatoires, lorsqu'il y a formation d'abcès. Toutefois, le traitement ne doit pas être limité aux seuls antibiotiques et il faut se méfier de leur emploi sur des périodes prolongées. Leur usage immodéré conduit à la colite, aux étourdissements et à une foule d'autres séquelles.

Mais on a, depuis quelques années, révolutionné le traitement de l'acné. Les pommades à base de tétracycline, d'érythromycine et declindamycine font des merveilles. Ces onguents aident à inhiber la croissance des bactéries et à diminuer l'inflammation.

En outre, on a fait état récemment d'un nouveau remède, l'acide-13-cis-récinoique, qui serait des plus efficace contre l'acné. Il est encore au stade expérimental

Woolworth
Service de traiteur

Super plateau de sandwichs. Sandwichs de fantaisie aux savoureuses garnitures variées. Joliment décoré et présenté. 16 à 20 personnes. Chac.: 16.95

A. Portion individuelle. Comprend tranches de viande, salade, dessert et petit pain. Ustensiles et serviette. Chac.: 4.98

B. Salade de pommes de terre. Salade crémeuse, assaisonnée à point. Joliment décorée. Chac.: 3.59

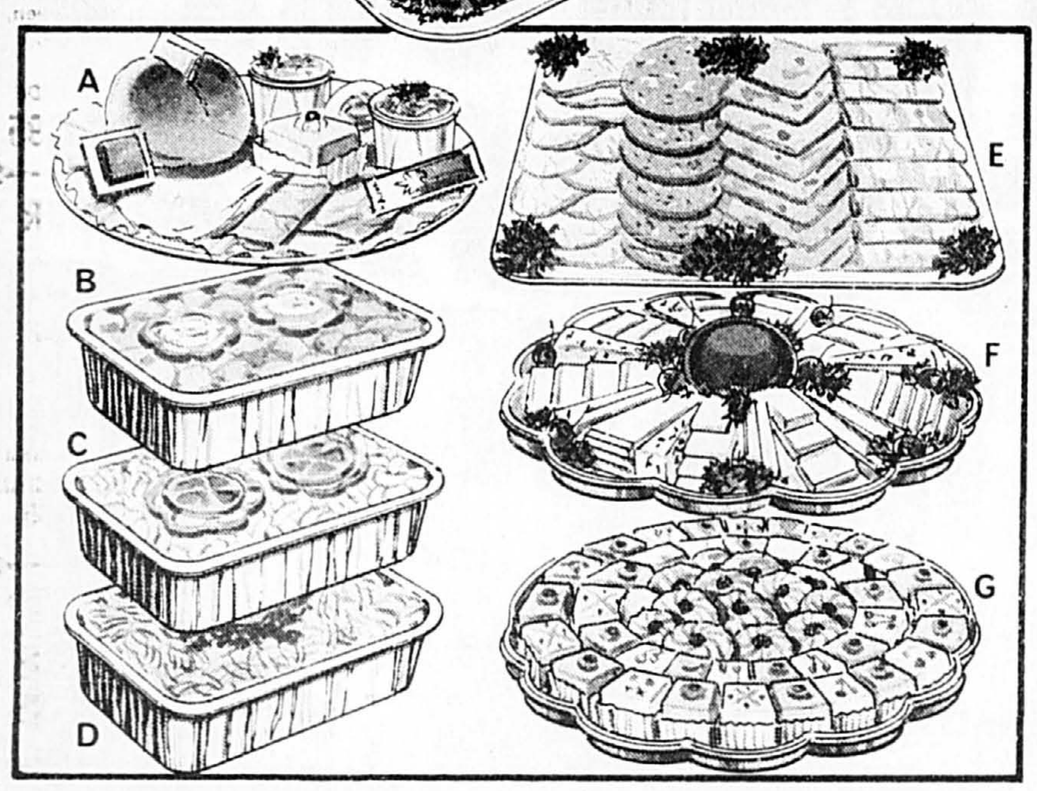
C. Salade de macaroni. Délicieuse salade avec tomates et poivrons verts. Chac.: 3.59

D. Salade de chou. Salade de chou maison joliment garnie. Délicieuse! Chac.: 3.59

E. Plateau de viandes. Dinde, jambon, salami, pain de viande. 10 à 15 personnes. Chac.: 23.95

F. Plateau de fromages. Très joliment présenté avec cerises et persil. 10 à 20 personnes. Chac.: 29.95

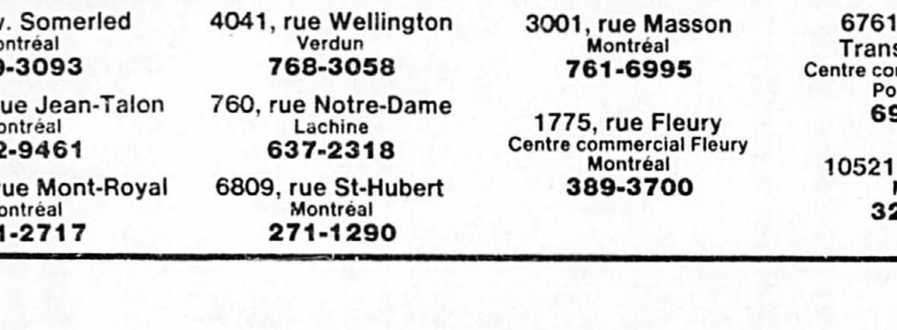
G. Plateau de desserts. Délicieux petits fours, mini-mokas, sablés. Chac.: 10.95



Nous assurerons la réussiste de votre réception

6495, av. Somerled, Montréal, 489-3093
4182 est, rue Jean-Talon, Montréal, 722-9461
1470 est, rue Mont-Royal, Montréal, 521-2717
4041, rue Wellington, Verdun, 768-3058
760, rue Notre-Dame, Lachine, 637-2318
6809, rue St-Hubert, Montréal, 271-1290
3001, rue Masson, Montréal, 761-6995
1775, rue Fleury, Centre commercial Fleury, Montréal, 389-3700
6761, autoroute Transcanadienne, Centre commercial Fairview, Pointe-Claire, 695-5223
10521, boul. Pie-IX, Montréal, 321-3770
1401, chemin Chambly, bureau no 103 Longueuil, 674-3274
951, boul. Labelle, Chomedey, Laval, 681-3228
2570, rue De Salaberry, Montréal, 331-0124

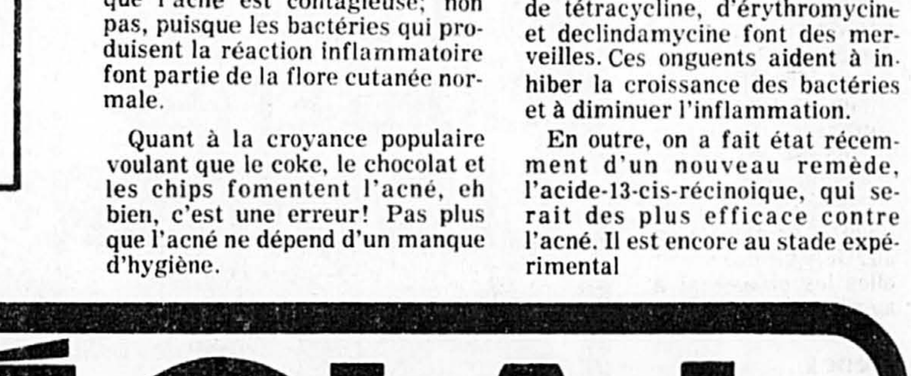
SUPER SPÉCIAL



Ensemble de salon élégant. Se compose de 2 pièces: sofa et fauteuil. $522

Avec l'achat de cet ensemble, 1 chaise gratuite

Ensemble de salle à manger, comprend 1 table en teck de 33" de long x 51" de large pouvant atteindre 90" de long, grâce à 2 rallonges incorporées. 4 chaises teck et corde. $498 (5 pièces)



L'étagère murale «JAVA» est un design moderne classique. Disponible en un fini laminé de chêne pastoral. Non assemblée, cette étagère est facile à emporter et à monter chez soi.

Elle comprend: cabinet à boissons — cabinet à portes coulissantes et bibliothèque. Toutes les étagères sont ajustables. Chaque section peut être achetée séparément, 93" de largeur, 72" de hauteur, 12" de profondeur. Disponible en blanc. (Modèle légèrement différent). $298

Coffre en teck/cèdre, dimensions: 40¼ x 19 x 17½" de hauteur grand espace de rangement. Intérieur en bois de cèdre. Un meuble pratique et de belle apparence. $298

Le département des articles pour cadeaux de Mirage offre des rabais allant jusqu'à 25%. Un vaste choix est disponible dont l'ensemble de 20 pièces de vaisselle ci-haut illustré. $19

Mirage

SAINT-LAURENT
(salle d'exposition et entrepôt)
3440, chemin Côte-Vertu
336-0593-0285

LIVRAISON ET ASSEMBLAGE EN SUS

• **MONTRÉAL**
La Cité (coin avenue du Parc et Prince-Arthur, niveau de la rue). Stationnement à l'intérieur
284-1969-70

• **WESTMOUNT**
4823 ouest, rue Sherbrooke (coin Victoria)
932-0240

Prévenir le vol à l'étalage

C'est bien souvent l'occasion qui fait le larron. S'il est facile de vous voler... il est fort possible qu'on vous vole.

Vous, commerçants et vendeurs, pouvez prévenir le vol à l'étalage en étant vigilants et observateurs.

- Saluez chaque personne qui entre dans votre magasin pour qu'elle sache que vous avez remarqué sa présence — «Je suis à vous dans un instant.» Ces paroles expriment de la courtoisie envers les clients, mais pour le voleur en puissance, ces mots veulent dire...«Je te surveille.»
- Soyez attentifs et ne vous laissez pas distraire facilement. Le vol à l'étalage s'effectue souvent par équipe de deux; pendant que le premier distrait le vendeur, l'autre pique la marchandise.
- Surveillez les flâneurs — «Puis-je vous aider?» Cette question est polie mais elle décourage un voleur.
- Placez-vous en évidence. La présence d'un vendeur averti fait que le voleur se sait surveillé.
- Apprenez à bien connaître la marchandise; vous pourrez ainsi réduire le vol qui se fait en échangeant les étiquettes *ou les couvercles. Ce* sont des méthodes fort répandues.
- Méfiez-vous des clients qui entrent avec des sacs; qui sont porteurs de gros colis; ou qui sont vêtus de vêtements très amples.
- Réduisez au minimum la période pendant laquelle un voleur peut travailler inaperçu dans une section de votre commerce.

Ces mesures auront un effet de dissuasion sur les voleurs car elles les obligeront à agir à découvert.

Prenez quelques dispositions

- Disposez les comptoirs et les étalages de façon à ce que les marchandises soient bien à la vue des employés.
- Placez loin des sorties et dans des vitrines verrouillées les articles de valeur et les marchandises qui se se manipulent facilement.
- Aménagez des allées aussi larges que possible et évitez de les encombrer.
- Vérifiez la quantité de vêtements qu'apportent les clients en entrant et en sortant des cabines d'essayage.
- Surveillez les salles d'essayage et assurez-vous qu'il n'y reste aucun vêtement.
- Retirez toujours les cintres vides des porte-vêtements après que les articles aient été vendus. Ainsi, un cintre vide est alors susceptible d'indiquer qu'un voleur est à l'oeuvre.
- Installez les miroirs de façon à voir plusieurs sections du magasin en un coup d'oeil.
- Mettez au point un système d'avertissement pour que les employés soient alertés si on soupçonne la présence d'un voleur.

Montrez votre souci de contrer le vol à l'étalage

- Ayez comme principe de rapporter à qui de droit les voleurs à l'étalage. Informez les parents à chaque fois que vous décidez de ne pas dénoncer les jeunes à la police.
- Mettez en évidence des affiches qui dénotent vos préoccupations face au vol à l'étalage.

Pour obtenir plus de renseignements à ce sujet ou pour toute autre question de prévention du crime, adressez-vous à la police de votre localité.

Police
COMMUNAUTÉ URBAINE DE MONTRÉAL
Aidez la police à vous aider !

Kmart
LA PLACE OU L'ON ÉPARGNE

LE SEUL ET UNIQUE ATARI® 2600™

Seulement $237.00

ATARI® 2600™

Comprend la cartouche COMBAT™ plus la cartouche ASTÉROIDS™ en cadeau

Le jeu ATARI® 2600™ est le favori de tous les passionnés de jeux vidéos. Il apporte détente, amusements et vous en donne plus pour votre argent! l'ATARI® 2600™ est le jeu le plus vendu dans le monde entier! Et il vous offre, aussi, une sélection de cartouches les plus populaires ... Pas étonnant que l'ATARI® 2600™ est le meilleur!

Le meilleur de la qualité à un tout petit prix. Comprend deux commandes de contrôle, la cartouche COMBAT™ et la cartouche ASTÉROIDS™ en cadeau.

Disponible au Kmart de St-Laurent, Valleyfield, St-Léonard, LaSalle, Longueuil, Laval, Pointe-Claire

ATARI

® Marque déposée de la compagnie ATARI ™ Marque de commerce de la compagnie ATARI

SUPER VENTE
SOLDE D'AUTOMNE
$150 000 de stock à liquider
À DES PRIX ENCORE JAMAIS VUS!

LIVRAISON INCLUSE — VOICI QUELQUES EXEMPLES SEULEMENT — MISE DE CÔTÉ ACCEPTÉE

UN SIMPLE APPEL VOUS CONVAINCRA

CUISINIÈRE électrique 30 po
- Grands éléments amovibles
- Four horloge automatique
- Fenêtre de four
- Tiroir
- Blanc ou amande

Extra spécial $439.95

4 APPAREILS électroménagers
- CUISINIÈRE 30 po
- RÉFRIGÉRATEUR sans givre
- LAVEUSE et SÉCHEUSE GROS FORMAT

LE TOUT POUR $1695
PEUT ÊTRE ACHETÉ SÉPARÉMENT

LESSIVEUSES
Très bon choix de marques telles que: Admiral, General Electric, Speed Queen, Moffatt, etc.
À PARTIR DE $499.95

LAVE-VAISSELLE
- 3 niveaux de lavage
- broyeur d'aliments
- intérieur porcelaine
- 6 cycles modèle encastré

EXTRA SPÉCIAL $399.95

RÉFRIGÉRATEUR
- refrigerateur 11 pi cu.
- semi-automatique
- boutons poussoirs
- 4 tablettes amovibles
- blanc seulement

EXTRA SPÉCIAL $379.95

TÉLÉCOULEUR 20" Plusieurs marques en stock. $449.95

MOBILIERS DE CUISINE Grand choix de styles et grandeurs en stock. À PARTIR DE $139.95

MOBILIER DE CHAMBRE Choix de styles et grandeurs. À PARTIR DE $259.95

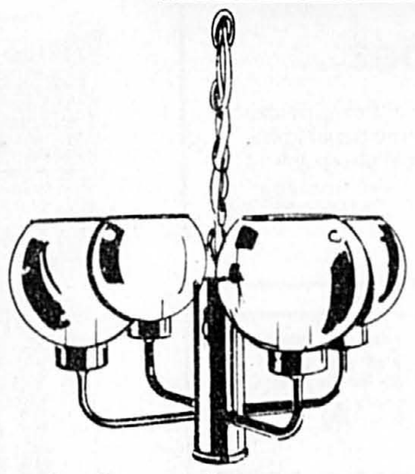
LIT MATELOT Fabrication bois dur fini erable, 3 tiroirs. Matelas inclus de haute qualité. $259.95 PRIX EXTRA SPÉCIAL

Mobilier de salon Grand choix de styles et de grandeurs. À partir de $199.95

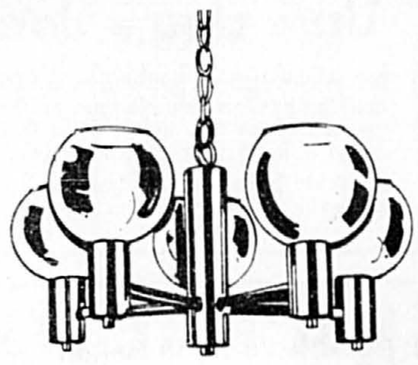
SUPER SPÉCIAUX ENSEMBLES 3 PIÈCES À PARTIR DE 699.95
COLONIAL — FUTURISTE — CANADIEN
ESCOMPTE ADDITIONNEL SUR MISE DE CÔTÉ IMMÉDIATEMENT POUR ENSEMBLE 3 PIÈCES

4589 est, rue STE-CATHERINE
NOS CLIENTS SONT LES ROIS CHEZ Beaulieu & Gladu 1970 INC.
255-7787-8

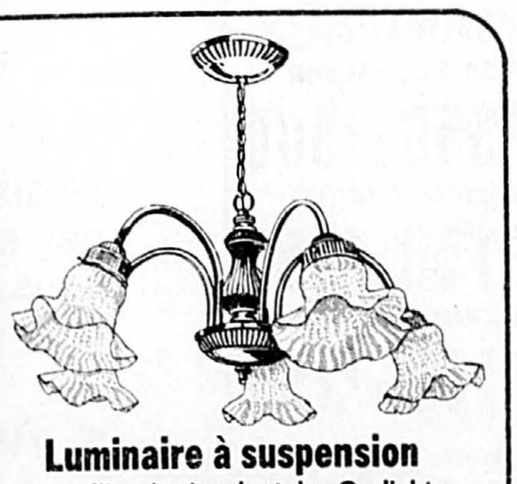
Notre maison célèbre le 60e Anniversaire de sa fondation



Luminaire moderne à 4 branches, finition chrome et noir, verre fumé CH1133 PRIX CLOVIS $29.95



Luminaire à suspension style moderne à 5 branches, finition laiton brillant, verre ambré. CK1810 PRIX CLOVIS $49.95

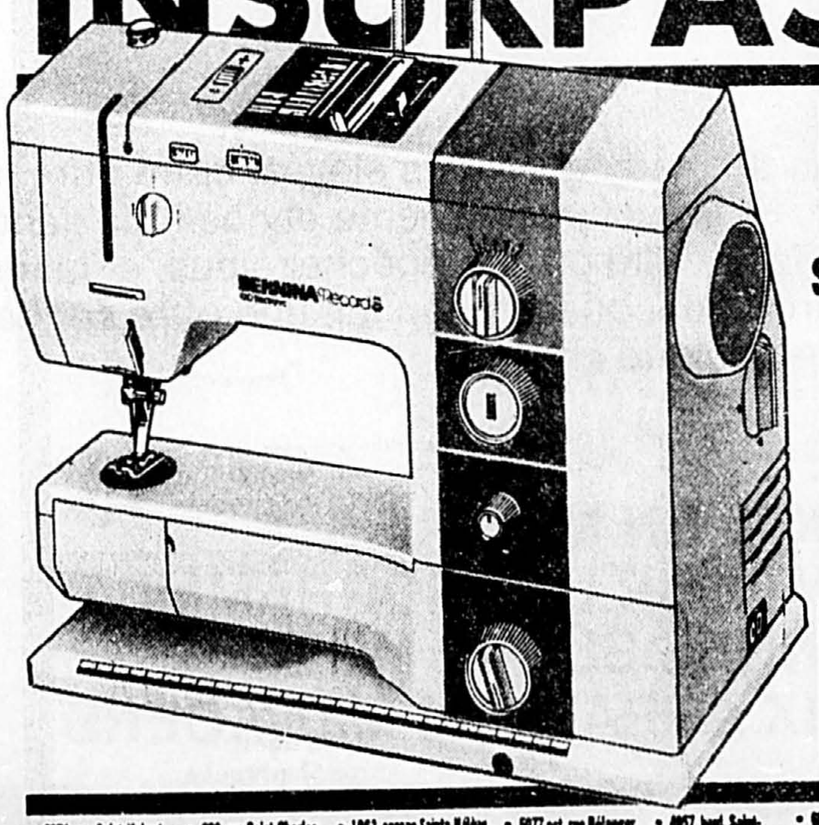


Luminaire à suspension d'inspitation de style «Gaslight» de l'époque romantique
Finition laiton antique, 5 lumières avec globes givrés. SA8775 PRIX CLOVIS $69.95
UNE VALEUR EXCEPTIONNELLE

Luminaires extérieurs en aluminium coulé laqués noir mat avec vitres ambrées à motifs en losange. Style anglais de la période élégante. Choix de modèles : applique murale # 801, sur poteau # 803 ou à suspension # 802. PRIX CLOVIS $24.95 ch.

CLOVIS LTÉE
6924, rue Saint-Hubert 276-2621
1126 est, avenue du Mont-Royal — 527-1261
5001, rue Wellington — 766-4333

INSURPASSABLE



BERNINA
VOUS PRÉSENTE
SA NOUVELLE 930 ÉLECTRONIQUE

Aucune autre machine ne sait coudre comme elle.

Nous vous le garantissons. De fait, la première fois que vous essayerez la nouvelle machine à coudre BERNINA 930 électronique, vous ne pourrez plus jamais vous contenter de moins. Des designers et des ingénieurs suisses se sont concertés pour réaliser la meilleure machine à coudre jamais conçue. Et ils ont réussi. Jamais la couture n'a été si simple, si douce, et le résultat si parfait. Il y a maintenant un nouveau degré de perfection pour la couture: la BERNINA 930 électronique. Essayez-la et vous constaterez que vous ne pourrez plus jamais vous contenter de moins.

Offre spéciale de présentation
100$ de rabais
sur la nouvelle Bernina 930 disponible chez votre dépositaire.
Cette offre se termine le

- 5871, rue Saint-Hubert entre boul. Rosemont et Bellechasse 272-8641
- 286, rue Saint-Charles Dorion, Vaudreuil 455-4019
- 1963, avenue Sainte-Hélène Longueuil 677-9662
- 5877 est, rue Bélanger coin Lacordaire, Mtl 259-2547
- 4857, boul. Saint-Laurent coin DeLuth, Montréal 842-3008
- 68, rue Grégoire Saint-Jean, Québec 1-348-3712
- Galeries Cousineau Saint-Hubert 5345, boul. Cousineau 678-9983
- Centre d'achats Dollard-des-Ormeaux 4617, boul. des Sources Dollard-des-Ormeaux 620-3030
- 1988, rue Notre-Dame Lachine, Québec 634-9850

Le plum-pudding à l'autocuiseur

■ Pendant des siècles, les plum-puddings riches et moelleux ont été l'apanage des repas de fête.

Quoique la méthode traditionnelle de préparation requière encore quatre à cinq heures de cuisson à la vapeur, les cuisiniers avertis se serviront, cette année, de leur autocuiseur et réduiront ainsi la durée de cuisson à seulement 25 minutes.

L'autocuiseur est idéal pour le genre de cuisson, car la chaleur est maintenue constante. Pour produire cette vapeur, le plum-pudding doit cuire pendant cinq minutes sans placer le régulateur de pression sur le tuyau d'évent. Quand la vapeur s'échappe doucement du tuyau, mettre le régulateur de pression en place sur le tuyau d'évent et cuire un autre 20 minutes en s'assurant que le régulateur oscille lentement.

La durée de réchauffement du plum-pudding est également des plus courtes si vous vous servez d'un autocuiseur. Au lieu d'une durée de plusieurs heures, cuisez à la vapeur seulement cinq minutes sans placer le régulateur de pression sur le tuyau d'évent et poursuivez la cuisson un cinq minutes supplémentaires (en installant, cette fois, le régulateur de pression).

Plum-pudding délicieux

½ livre de pelures confites variées, découpées en morceaux
¼ livre de suif, haché
¼ tasse de noix ou pacanes, hachées
1¼ tasse de raisins secs
1 tasse de dattes, hachées
½ tasse de cassonade
½ tasse de mélasse
½ tasse de confiture de fraises
2 tasses de chapelure fine
1 c. à table de cannelle
1 c. à thé de gingembre moulu
½ c. à thé de quatre-épices
¼ c. à thé de muscade
¼ c. à thé de sel
4 oeufs
2 c. à table de lait
¼ tasse de rhum ou de brandy
¼ tasse de sherry

(Pour obtenir une texture onctueuse, hacher finement les pelures confites; pour une texture plus grossière, laisser tel quel.) Dans un grand bol, mélanger les pelures, le suif, les noix, les raisins secs, les dattes, la cassonade, la mélasse et la confiture de fraises; bien remuer. Mêler séparément la chapelure, la cannelle, le gingembre, les quatre-épices, la muscade et le sel; incorporer au mélange de fruits.

Dans un bol moyen, battre les oeufs jusqu'à consistance épaisse. Incorporer le lait en battant. Ajouter le rhum et le sherry au mélange d'oeufs; incorporer au mélange de fruits en remuant bien.

Verser la pâte dans des bols ou moules bien graissés. Recouvrir hermétiquement de papier ciré ou de papier aluminium. Verser cinq tasses d'eau au fond de l'autocuiseur; placer le treillis à l'intérieur. Déposer un bol de plum-pudding sur le treillis au fond de l'autocuiseur Presto. Fermer le couvercle hermétiquement; faire chauffer à chaleur moyennement élevée. S'assurer que la vapeur s'échappe doucement du tuyau d'évent pendant 5 min. Insérer ensuite le régulateur de pression sur le tuyau d'évent et poursuivez la cuisson encore 20 min. en veillant à ce que le régulateur de pression oscille lentement.

Retirer du feu; laissez la pression tomber d'elle-même. Enlever le régulateur de pression avant de retirer le couvercle. Renverser immédiatement le plum-pudding sur un treillis, démouler lorsque refroidi. Répéter cette méthode pour le second plum-pudding.

Pour entreposer: envelopper les plum-puddings dans une pellicule de plastique puis dans du papier aluminium. Garder au réfrigérateur plusieurs semaines afin que les saveurs se mélangent et mûrissent.

Pour servir: remettre chaque plum-pudding dans son moule. Couvrir. Verser cinq tasses d'eau dans le fond de l'autocuiseur. Déposer le plum-pudding sur le treillis; fermer le couvercle hermétiquement. Cuire à la vapeur 5 min. dans l'autocuiseur, sans placer le régulateur de pression sur le tuyau d'évent; insérer ensuite le régulateur de pression sur le tuyau d'évent et cuire sous pression un autre 5 min.

Un « clou » dans le nez...

■ Les chirurgiens londoniens ont enfin découvert l'origine des problèmes respiratoires dont souffrait une femme depuis plus de trente ans. Ils ont en effet trouvé un clou d'un pouce et quart dans le nez de leur patiente. L'accident est probablement survenu quand la femme était bébé et était alors passé inaperçu.

LA FACTORERIE DE PEAU DE MOUTON

VENTE AU PRIX DE GROS

Ce qui signifie des économies allant JUSQU'À 50% pas de taxe de vente

MANTEAUX PLEINE LONGUEUR $350 à $500
PALETOT D'AUTOS $150 à $350
BLOUSON AVIATEUR $150 à $250

Manteaux, vestons, veste en peaux de mouton de première qualité.

1625 ouest, rue Chabanel Bureau 410
(à l'ouest de l'Acadie, 2 rues au nord du Métropolitain)
Tél.: 381-9630
Ouvert lundi au vendredi de 8 h à 17 h et 8 h à 15 h samedi

VOUS L'AVEZ DEMANDÉ... MAINTENANT, VOUS L'AVEZ!

SANS INTÉRÊTS PENDANT UN AN

QUAND LEON FAIT CE GENRE D'OFFRE, CELA VEUT VRAIMENT DIRE QUELQUE CHOSE!

Belle chambre, entièrement bois, de Armstrong à prix d'aubaine

L'aspect somptueux de la marqueterie dans une chambre à coucher entièrement bois, à prix abordable. Les techniques de fabrication perfectionnées simulent merveilleusement bien l'assemblage des minuscules pièces de bois. Tiroirs et portes en bois rehaussés de moulures. Fabrication de qualité en bois franc et produits du bois au fini frêne travaillé.

L'ensemble comprend une commode triple 69'' x 18'' x 30'' de haut, deux miroirs de 19'' x 48½'', une armoire de 35'' x 18'' 58'' de haut. Une tête de lit lambrissée. Tables de nuit en sus.

SOLDE 854,92 $
- 25% de dépôt 213,73 $
641,19 $

$53.43 par mois
versements échelonnés sur 12 mois

VEUILLEZ NOTER qu'en raison des taux d'intérêts élevés, cette offre ne sera valable que pour une période limitée. Notre volume de vente et nos frais généraux peu élevés nous permettent de vous faire cette offre. Dépêchez-vous, et faites-vous plaisir tout en économisant. Parce que, quand Leon fait une offre sur ses bas prix courants, cela veut vraiment dire quelque chose.

- ACOMPTE MINIMUM DE 25%
- ACHAT MINIMUM DE 500 $ EN MEUBLES
- S'APPLIQUE SEULEMENT SUR UN PROGRAMME DE VERSEMENTS ÉCHELONNÉS SUR 12 MOIS
- NE S'APPLIQUE PAS AUX APPAREILS MÉNAGERS

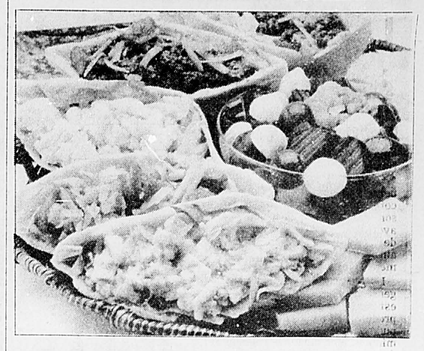
LEON

CENTRE 2000
3195 ouest, boul. Saint-Martin, Laval
Sortie 9 de l'Autoroute des Laurentides
Laval: 688-3851 Ligne de Montréal: 336-7741

PAYEZ ET EMPORTEZ
Livraison en sus dans la semaine.
Financement si désiré. Achats sur place seulement.

HEURES D'OUVERTURE:
Lundi - mercredi: 9h à 18h
Jeudi - vendredi: 9h à 21h
Samedi: 9h à 17h

LES PLUS GRANDS CENTRES D'AMEUBLEMENT AU CANADA



Gueuleton hors pair, à base de pain pita

■ Au moment de la Coupe Grey 82, tous les amateurs de football seront captivés par le match. C'est un temps idéal pour rencontrer les amis, sauf, bien entendu, si vous lancez l'invitation et ne savez *quoi offrir*.

Cette année, simplifiez-vous la tâche sans faire de compromis sur la saveur, en planifiant un gueuleton que les copains pourront eux-mêmes préparer à la mi-temps: de délicieux sandwichs à base de pain pita qui peuvent être assemblés de mille et une façons pour satisfaire les goûts individuels.

Les sandwichs à pochette conviennent aux appétits robustes tout en étant de préparation facile. Chauds ou froids, ces goûters auto-emballés se manipulent facilement et ne requièrent qu'un nettoyage minime.

Rien n'est plus facile que de préparer des sandwichs à base de pain pita. Vous n'avez qu'à couper en deux les pains circulaires et à ouvrir la pochette pour l'emplir de garniture. Vous pouvez choisir, par exemple, parmi les garnitures de salade aux oeufs, de jambon avec cornichons hachés, de boulettes de viande aigres-douces ou de boeuf haché épicé. Puis recouvrir au choix d'un ou de plusieurs des ingrédients suivants: laitue ou chou émincé, fromage râpé, tomates hachées, cornichons et olives tranchés, rondelles d'oignon, pois chiche, ou piment vert en dés.

Disposez les ingrédients et laissez les gens composer leur propre sandwich. Deux savoureuses combinaisons à essayer comprennent notre «pita au boeuf haché piquant» ainsi que le «pita Reuben» lequel peut être inséré sous le gril juste avant de servir.

Pita au boeuf haché piquant

1 livre (0,5 kg) de boeuf haché
1 petit oignon, haché
1 gousse d'ail, hachée
1 boîte (156 mL ou 5½ onces) de pâte de tomate
½ tasse de sauce barbecue
¼ tasse d'eau
½ c. à thé de sel
¼ c. à thé de poivre
6 pains pita
½ pomme de laitue iceberg, émincée
2 tomates, hachées
1 tasse de fromage cheddar, râpé

Dans un poêlon moyen, brunir le boeuf et cuire l'oignon jusqu'à tendreté (environ 10 min.). Retirer l'excès de gras. Ajouter l'ail, la pâte de tomate, la sauce barbecue, l'eau, le sel et le poivre; bien mélanger. Couvrir et cuire 15 min. Pour assembler les sandwichs: découper les pains pita en deux et ouvrir les pochettes. Emplir les cavités de laitue émincée jusqu'à ce que remplies à moitié. Insérer à la cuillère le mélange de viande sur la laitue; recouvrir de tomates hachées et de fromage râpé. Quantité: 12 moitiés de pain pita ou 6 portions.

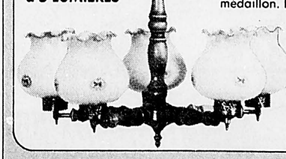
Pita Reuben

4 à 6 pains pita, coupés en deux
4 à 6 feuilles de laitue
1 boite (540 mL ou 19 onces) de choucroute, bien égouttée
½ livre (0,25 kg) de corned-beef, découpé en fines lanières
Moutarde
2 tasses de fromage Suisse râpé

Ouvrir les pochettes des pains pita et tapisser chacune de feuilles de laitue. Garnir de couches de choucroute bien égouttée et de corned-beef (étendre de la moutarde sur la viande, si désiré). Parsemer le dessus de fromage râpé. Disposer les pains pita ainsi garnis sur une tôle à biscuits et griller (2 à 3 min.) ou jusqu'à ce que le fromage fonde. Quantité: 8 à 10 moitiés de pain pita.

ENTREPÔT LUMINAIRE 6874 EST, JEAN-TALON PRÈS DES GALERIES D'ANJOU

CHANDELIERS à 5 LUMIÈRES
En érable et laiton antique. Verre opale avec motif médaillon. Diamètre 23''.



Prix ordinaire $165
SPÉCIAL $132

CHANDELIERS à 5 LUMIÈRES
Fini laiton et chêne pâle, globes de verre givré rappelant l'éclairage au gaz.

Prix ordinaire $156
SPÉCIAL $125

Lampe ajustable jusqu'à 85'' de hauteur. Fini chrome brillant ou laiton brillant.
SUPER VALEUR À $155

ÉCLAIRAGE MODULAIRE

fini chrome brillant
Rail double 19.50
Rail triple 27.50

Ce qu'on mange et d'où ça vient

« Essayes-tu de me dire que les noix sont aussi bonnes pour la santé que la viande? »

Ce n'est peut-être pas évident, pour les adolescents qui verront à l'école la série de films « Alimentaction », qu'une poignée de noix fournit autant de protéines qu'une portion de viande. C'est pourtant ce que le jeune Benoit apprend de sa compagne Annie, en préparant avec elle un pique-nique de classe.

JEANNE DESROCHERS

Les garçons et les filles du secondaire I et 2 qui, à partir de septembre prochain, suivront un cours d'économie familiale obligatoire, n'auront probablement pas de mal à s'identifier à Annie et Benoit qui, au cours de quatre films d'une douzaine de minutes, apprennent beaucoup de choses sur la façon dont arrivent à leur table les quatre catégories d'aliments essentiels: lait et produits laitiers, fruits et légumes, pains et produits céréaliers, viande et substituts.

Annie et Benoît, les héros de quatre petits films éducatifs sur les groupes alimentaires, terminent agréablement leur visite à une ferme laitière.

À la ferme, au supermarché, à la boulangerie du village, Annie et Benoît apprennent comment le lait devient fromage, le blé devient farine, pain, ou spaghetti; les fruits et légumes voyagent de loin pour varier nos menus; comment le beurre d'arachides peut remplacer la viande comme source de protéines; comment on peut trouver des façons agréables de manger du foie et des rognons.

Les quatre films lancés hier par leur commanditaire, la maison Steinberg, ont été conçus d'abord pour les étudiants d'économie familiale qui ont de 12 à 15 ans, mais on s'attend à les voir circuler dans les cliniques de santé communautaire, dans les groupes de l'Age d'Or et tout autre groupe qui en fera la demande.

Chaque film se loue $20; on peut aussi l'acheter pour écran ou pour vidéo . Le distributeur est la maison Multimédia (tél. 273-4251 et 273-2585)

Le classement des aliments, une assurance de qualité

Les consommateurs sont souvent victimes d'une surabondance d'information au supermarché. Plusieurs renseignements visent à faciliter la tâche de l'acheteur alors que d'autres l'incitent à acheter. Parmi tous les renseignements concernant les produits alimentaires, celui de la marque de catégorie peut s'avérer un outil pratique. Au Canada, les produits laitiers, les oeufs frais et transformés, la volaille et les viandes fraîches, les fruits et les légumes, frais et transformés, le miel et le sirop d'érable portent des marques de catégorie.

Un des objectifs du système de classement des aliments est de garantir à l'acheteur un produit de qualité. Pour ce faire, Agriculture Canada a fixé des critères propres à chaque aliment ci-haut mentionnés. Les consommateurs ne retrouvent pas toujours toutes les catégories chez les détaillants. Souvent, ces derniers désirent offrir seulement des produits de qualité supérieure répondant ainsi à la demande des consommateurs. Il faut toutefois souligner que la majorité des aliments produits satisfont les critères de la première catégorie.

L'avènement du classement des aliments a amélioré la qualité de l'approvisionnement alimentaire. Tous les produits classés sont sains à consommer. Le classement a aussi contribué à l'amélioration de la valeur nutritive de certains aliments, dont la viande. Cependant, la marque de catégorie ne reflète aucunement la valeur nutritive des produits. Ainsi, les pêches en conserve classées Canada régulière ont la même valeur nutritive que celles classées Canada de fantaisie.

Le mot «Canada»

Il est à noter que le nom des marques de catégories varient d'un groupe d'aliments à l'autre. Parmi les exemples, on compte le beurre Canada 1, le sirop d'érable Canada No 1, le poulet Canada A, les oeufs Canada A1, les pommes Canada Extra de fantaisie et le jus de tomate en conserve Canada de fantaisie. Dans le cas de la viande et de la volaille, la marque de catégorie s'accompagne d'une couleur. Il s'agit de rouge pour la première catégorie et bleu pour la suivante.

Le mot «Canada» devant la catégorie signifie que l'aliment répond aux normes canadiennes de qualité. Les fruits et les légumes frais importés peuvent afficher le symbole de la catégorie «Canada» mais ils doivent aussi porter le nom du pays d'origine. Le mot «Canada» ne peut accompagner la marque de catégorie des fruits et des légumes transformés qui sont importés et vendus dans leur contenant d'origine. Le nom du pays d'origine doit apparaître sur l'étiquette.

Les catégories sont utiles pour comparer la qualité des produits vendus sous diverses marques commerciales. Il est aussi important de choisir des aliments classés selon l'usage qu'on désire en faire. Dans le cas des fruits en conserve, par exemple, il est avantageux d'acheter des fruits classés Canada de choix ou Canada régulière plutôt que ceux classés Canada de fantaisie pour préparer des mets dont l'apparence a une importance secondaire. Les salades de fruits, les poudings et les compotes en sont des exemples typiques. Par contre, si l'apparence du plat est très importante, les fruits classés Canada de fantaisie seraient un meilleur choix.

La volaille classée Canada Utilité est un autre exemple. Ces oiseaux sont de la même qualité que ceux des catégories Canada A ou B, cependant une ou plusieurs parties du corps peuvent manquer et une partie de la peau ou de la chair a pu être enlevée au cours du conditionnement en raison de légères meurtrissures ou décolorations. Ces oiseaux conviennent très bien à la préparation de mets en casserole, de salades, ou autres plats semblables.

Le classement des aliments au Canada a des répercussions dans toute la chaine agro-alimentaire. Il permet aux agriculteurs et aux transformateurs de toucher des revenus établis en fonction de la qualité de leurs produits. De plus, il garantit aux consommateurs des aliments de qualité, sains et nutritifs.

Bouclair

TISSUS SPÉCIAUX DE LA SEMAINE

150 cm (60")
LAINE ET LAINE MÉLANGÉE
Vaste choix de teintes et de motifs en mélange laine, polyester et autres fibres.
Valeur: $12.99 et plus
Prix Bouclair $7.99 le mètre
25%
SOLDE $5.99 le mètre

150 cm (60")
FLANELLE «MATISSE»
Flanelle 40% polyester, 30% laine et 30% acrylique, pour la mode automnale: ensembles, jupes et vestes 10 teintes en vogue.
Prix Bouclair $12.99
25%
SOLDE $9.74 le mètre

150 cm (60")
LAINAGE ITALIEN
Beau lainage italien pour être à la mode cette saison. Carreaux, tweed, chevron. Mélange laine et polyester. Certains motifs coordonnés.
Prix Bouclair $14.99-$17.99 le mètre
33⅓%
SOLDE $9.99-$11.99 le mètre

TISSUS D'AUTOMNE JUSQU'À 50% DE RABAIS

90 cm (36")
NOILE DE SOIE
Riche tissu de 100% soie naturelle. Offert en 5 teintes de base à la mode.
Prix Boulair $11.99
50%
SOLDE $5.99 le mètre
Pas disponible à Greenfield Park

90 cm (36")
VELOURS FINES CÔTES
100% coton, lavable à la machine, 12 teintes. Parfait pour les vêtements mode de toute la famille.
Prix Bouclair $4.99 le mètre
20%
SOLDE $3.99 le mètre

115 cm (45")
MÉLANGE DE COTON TISSU MODE SPORT
Tissu tissé de polyester et coton, lavable à la machine, plus de 25 teintes unies.
Prix Bouclair $3.99
33⅓%
SOLDE $2.66 le mètre

135-150 cm (54"-60")
TRICOT COTON
Grande sélection, unis et rayés.
Valeur $5.99 le mètre
Prix Bouclair $2.99 le mètre
33⅓%
SOLDE $1.99 le mètre

115 cm (45")
CHALLIS «ENCHANTEUR»
Imprimés divers dans une variété de teintes à la mode.
Prix Bouclair $5.99
20%
SOLDE $4.79 le mètre
Pas disponible à Greenfield Park

ACHAT SPÉCIAL
150 cm (60")
PANNES ET VELOURS EXTENSIBLES
Grand choix de teintes unies ou ton sur ton.
Valeur $9.99-$11.99
Ord. $3.99 le mètre
25%
SOLDE $2.99 le mètre

115 cm et 150 cm (45" et 60")
TISSUS «SIMILI SUÈDE»
«Suede Véronique» et «Suède Sarah». Tissus versatiles «apparence suède» pour modes tout-aller ou habille. Polyester 100% et mélanges d'acetate et nylon.
Prix Bouclair $6.99 et $9.99 le mètre
50%
SOLDE $3.49 et $4.99 le mètre

SPÉCIAL DE DRAPERIES
en stock, au mètre
TERGALS
Tergal lin rég. $15.99 le m
Tergal Cornelli rég. $14.99 le m
Tergal Uni rég. $12.99 le m
100% polyester lavable à la machine.
33⅓% de réduction

115 cm (45")
BEAUX CRÊPES ET CHIFFONS
Crêpes et chiffons très mode, comprenant dobbys et shantungs, en 100% polyester.
Vaste gamme de teintes mode.
Prix Bouclair $8.99-$14.99 le mètre
25%
SOLDE $6.74-$11.24 le mètre

Boutique d'accessoires de maison

ÉPARGNEZ 25%
VENTE
DRAPS UTICA « PIPELINE»
65% polyester, 35% coton, plus de 180 fils par pouce carré — prérétrécis. Ivoire, café, bleu porcelaine, framboise, rose cendré. (Plat et ajusté)
Double Rég. $16.99 $12.74
Double Rég. $20.99 $15.74
Grand Rég. $30.99 $23.24
Très grand Rég. $38.99 $29.24

TAIES D'OREILLER
Rég. $15.99 paire
Rég. $19.99 paire
VENTE
$11.99 paire Standard
$14.99 paire Grande

2 LOCATIONS: 3345, ch. des Sources et 3350, boul. St-Martin ouest

4 JOURS SEULEMENT: MERCREDI, JEUDI, VENDREDI, SAMEDI 17-18-19-20 NOVEMBRE

Dollard-des-Ormeaux 3845, ch. des Sources 683-4711
Lachine 3100, Notre-Dame 637-1102
Laval 3350 o., boul. St-Martin 687-8460
St-Léonard 4490 est, Jean-Talon 725-9175
Greenfield Park 124, boul. Taschereau 672-4372
Laval 1720, boul. des Laurentides 667-3120

Yoga
au Centre Immaculée Conception

Chloé Décary
responsable
mardi et jeudi
Session de 10 semaines commençant le 22 novembre
30 autres activités au programme du Centre I.C.
Centre Immaculée-Conception
4265, avenue Papineau
Montréal, H2H 1T3
527-1256
BROCHURE GRATUITE SUR DEMANDE

D'un seul coup, faites vos emplettes de Noël au

Festival des mille trésors

Art, Métiers Canadiana en vente

Hôtel Reine Elizabeth
Galeries 1 - 4
18, 19 novembre de 10h à 22h
20 novembre de 9h à 17h

Tous les item sont confectionnés par les artisans handicapés de plus de 25 centres de réadaptation du grand Montréal.

AVALANCHE D'AUBAINES PRE-NOËL

DURANT DEUX JOURS, jeudi et vendredi 18 et 19 novembre

LITE-BITE
LE FIN GRIGNOTEUR
Ord.: $4.99 la lb
10% DE RABAIS
Mélanges fruits et noix

Chez Joseph
CONFECTION DE VETEMENTS SUR MESURE
(Tissu non compris)
JUPE ORD.: $35.00 SPÉCIAL $30
ROBE ORD.: $100.00 SPÉCIAL $80

NETTOYEURS
MacKay Smith
50% DE RABAIS SUR LE NETTOYAGE DE TENTURES

COLES
LIVRE SUR LA PHOTOGRAPHIE LIFE
ORDINAIREMENT $12.95 $6.99

CANADIAN TIRE
JERROLD JRX
CONVERTISSEUR À TÉLÉCOMMANDE POUR TV
Modèle 44-4085
ORDINAIREMENT $99.99 $69.99

Caplan-Duval Inc.
RABAIS SPÉCIAUX À LA GRANDEUR DU MAGASIN

EATON
FINS DE SÉRIE CHAUSSURES POUR DAMES
MODÈLES VARIÉS — CERTAINES TEINTES ET CERTAINES POINTURES NE SONT PAS DISPONIBLES DANS TOUS LES MODÈLES
50% DE RABAIS

Firestone
CHANGEMENT D'HUILE ET DE FILTRE, PLUS GRAISSAGE
POUR LA PLUPART DES VOITURES
ORDINAIREMENT $16.95 $10.95

Elizabeth Hager
Pendant 2 jours
25% DE RABAIS
sur tous les manteaux de duvet

clown gun
COMPLET 2 PIÈCES
ORDINAIREMENT $260.00 SPÉCIAL $130

BOWRING
LAMPES EN CÉRAMIQUE FABRIQUÉES AU CANADA
Hauteur 15+. Couleurs variées. 3 modèles.
ORDINAIREMENT $59 SPÉCIAL $25.99

BOUTIQUE LOTIK
AIGUISAGE DE CISEAUX OU COUTEAUX DE CUISINE
75¢ PIÈCE

entre vidéo
ABONNEMENT DE 1 AN AU CLUB
ORDINAIREMENT $40 $20

LA COUPE
20% DE RABAIS SUR TOUTES LES BROSSES

pantorama inc.
$10 DE RABAIS SUR LES JEANS ET VELOURS CÔTELÉS
ROBERTO
AU PRIX COURANT

FINE PÂTISSERIE
1 GÂTEAU FORÊT NOIRE
ORDINAIREMENT $8.25
PRIX SPÉCIAL $6.99

BOUTIQUE LILLY
25% DE RABAIS SUR CERTAINS SACS À MAIN EN CUIR SPÉCIALEMENT CHOISIS
2 JOURS SEULEMENT

THE PAPER PLACE
15% DE RABAIS
SUR TOUTE LA PAPETERIE ET LES CARNETS EN BOÎTE

CAVENDISH CASHMERE
ROBES ET CHASUBLES
Modèles, teintes et tailles variés
1/2 PRIX

figi
30% DE RABAIS
SUR TOUTES LES ROBES EN SOIE

BALLY
15%
DE RABAIS SUR TOUTE LA MARCHANDISE

DELEVANTI
JUPES LAUREL
ORDINAIREMENT $160
PRIX SPÉCIAL $112

MICROVILLE
Machine à additionner P6D de CANON
ORDINAIREMENT $89.95 $64.95

ANIMONDE
TOUS LES AQUARIUMS
20% DE RABAIS
SUR LE PRIX COURANT

COIFFURE POUR HOMMES
MARCEL
PERMANENTE ET COUPE
ORDINAIREMENT $50 $40

sportsse experts
Coupe-vent en nylon C.I.S.
FABRIQUÉS EN ITALIE
ORDINAIREMENT $19.98
PRIX SPÉCIAL $9.98

Pumpernik
• FOO YOUNG AUX OEUFS ET LÉGUMES
• RIZ FRIT • THÉ OU CAFÉ
Rég. $4.25 SPÉCIAL $3.50
JUSQU'À 17H SEULEMENT

boutique deli
25% DE RABAIS SUR TOUS LES MANTEAUX

MONTREAL DRAPERIES
TOUT EST À
1/2 PRIX

The BOOTERY
LOAFERS
ORDINAIREMENT $85 $34.85

mia
COMBINAISONS DE JOGGING
ORDINAIREMENT $24.99 & $34.99
PRIX SPÉCIAL $19.99

BIRKS
PLAT DE SERVICE EN PORCELAINE
MOTIF FRUIT
ORDINAIREMENT $8 - $21
SPÉCIAL $3.95 - $9.95

Levi's 1850
$10 DE RABAIS
sur les velours côtelés Levis
AU PRIX COURANT

Tiffany
PERÇAGE D'OREILLES À PRIX SPÉCIAL
ORDINAIREMENT $15
PRIX SPÉCIAL $10

PHOTO 1
CADRES ET ALBUMS
10% DE RABAIS

mary Lou flower den
20% DE RABAIS
SUR TOUTES LES PIÈCES DE LAITON ET DE CÉRAMIQUE

Radio Shack
ORDINATEUR COULEUR TRS 80 MEMOIRE 16K
ORDINAIREMENT $549 $449

Mildon Morris Butler
VERRES DE CONTACT SOUPLES
PRIX SPÉCIAL $199

Petticoat Lane
CHEMISES DE NUIT EN FLANELLETTE LÉGÈRE
100% COTON, MODÈLES, TEINTES ET TAILLES VARIÉS
$20

stokes
VERRES EN CRISTAL DE PLOMB MIKASA
NOMBREUX FORMATS
ORDINAIREMENT $25 $7.99

Elk's
CHANDAILS 100% LAINE SHETLAND
ORDINAIREMENT $19.99 SPÉCIAL $14.66

KIDDIE-KOBBLER
Chaussures pour jeunes
Cougar
BOTTES COUSSINÉES
ORDINAIREMENT $57.95 SPÉCIAL $44.77

La Chaumière
BLOUSES
ORDINAIREMENT $40
PRIX SPÉCIAL $24.99

NATURALIZER
CHAUSSURES DARLENE GRIS, BOURGOGNE, NOIR ET TAUPE
ORDINAIREMENT $44
PRIX SPÉCIAL $33

The Watch Doctor
20% DE RABAIS
SUR TOUS LES BIJOUX DE SUCCESSION

NUTREAL
MAGASIN D'ALIMENTS NATURELS
OEUFS DE CAMPAGNE, TRÈS GROS, BRUNS
ORDINAIREMENT $1.89 la dz
$1.39 la douzaine

PHARMAPRIX
MONTRES LCD
JAUNES OU BLANCHES POUR HOMMES ET FEMMES
5 FONCTIONS
$5.88

LE CHÂTEAU
PANTALONS TOUT-ALLER POUR DAMES
ORDINAIREMENT $38 - $45
SPÉCIAL $29.99

BARTON'S
BONBONS AUX AMANDES EN BOITE
255 g (9 oz.) $7.50
454 g (1 lb) $11.95
20% DE RABAIS

Reitman
20% DE RABAIS
VÊTEMENTS DE DÉTENTE ET VÊTEMENTS DE NUIT
ORDINAIREMENT $7.99 - $56.99
$6.37 - $45.57

BOUTIQUE Ms
BLOUSES ET ENSEMBLES D'AUTOMNE
30% DE RABAIS

dapper dan
GARÇONS ET FILLES
JEANS JORDACHE
PRIX COUR. $40 SPÉCIAL $29.99

Silvertberg's
INTELLIVISION
ÉLÉMENT PRINCIPAL
$325

FLORSHEIM Fleetwood
BOTTES D'HIVER POUR HOMMES
CHOIX LIMITÉ
PRIX COUR.: $65 À $175
SOLDE $49.98

p'tit mec
JEANS COUTURIER
20% DE RABAIS

CHARCUTERIE MAIL CAVENDISH
VIANDE FUMÉE À L'ANCIENNE
ORDINAIREMENT $14.39 le kilo $6.39 la livre
$11 le kilo
$4.99 la livre

THE CATTLEMAN
GRATUIT
Savourez Coca-Cola
AVEC UNE POINTE DE PIZZA

discus
33-TOURS
Olivia Newton-John
ORDINAIREMENT $9.98 $6.99

ALDO
MOCASSINS ITALIENS EN CUIR POUR HOMMES
ORDINAIREMENT $74.95 $49.95

adultree
JEU DE JACQUET, MALLETTE 15"
JEU DE RUMMY AVEC MALLETTE
$19.95 CH.

LEWIS
BOTTES LYNX
POUR HOMMES, DAMES ET ENFANTS
ORDINAIREMENT $58 $43

town and Country
20%
DE RABAIS
SUR TOUS NOS MANTEAUX D'HIVER

chaussures french shoes
JUSQU'À 50% DE RABAIS
SUR CHAUSSURES ET SACS À MAIN SÉLECTIONNÉS

chez BEATRICE
ENSEMBLES DE SKI UNISEXE
TAILLES 4-6X PRIX COUR.: $95 $69.99
TAILLES 7-14 PRIX COUR.: $105 $76.99

Ralph's
CHEMISES TRICOT HARDY AMIES YVES ST-LAURENT
SPÉCIAL
PRIX COUR.: $39.50 $19.75

BOUTIQUE
Critique
25% de rabais
sur toutes les blouses

Le Mail Cavendish

Cavendish, angle Kildare, à Côte-St-Luc Circuits directs, 161, 162, 104

Carte à une morte: 10 cents de surtaxe

■ WATERFORD MILLS, Indiana (AFP) — Une carte postale adressée en 1962 à une femme, morte il y a sept ans, par sa fille, morte la même année, vient de parvenir chez le veuf, qui a dû payer 10 cents de surtaxe pour ce courrier d'outre-mer.

Il y a 20 ans, Irene Stump avait envoyé une petite carte à sa mère, qui était alors à l'hôpital, pour lui souhaiter un prompt rétablissement. La carte n'arriva jamais à la destinataire, qui recouvra quand même la santé, puisqu'elle ne mourut que 13 ans plus tard, en 1975. Cette même année, sa fille mourait elle aussi, dans un accident de la circulation.

Ces jours-ci, le veuf recevait la carte postale envoyée à sa première femme.

LES BONS ACHATS de la semaine

NOTE — *Les prix sont indiqués au kilogramme, et entre parenthèses à la livre, sauf pour quelques aliments pré-emballés.*

AP
poulet frais Ut. $2.18 (99 cents)
pilons de poulet frais, $3.51 ($1.59)
rosbif de croupe, $5.71 ($2.59)
pointe de surlonge, $6.15 ($2.79)
côtelettes de soc de porc, $3.95 ($1.79)
épaule de porc fumé, $3.06 ($1.39)
filet de morue ou goberge,$3.51 ($1.59)
clémentines d'Espagne, $1.52 (69 cents)
pommes MacIntosh, 5 livre,s $1.69
grosses oranges Navel $1.99
poivron ou oignon vert, 34 cents
oignons ou carottes Q. 5 livres, 69 cents
chou vert Q. 33 cents($1.99)
tomates Fl. 2 livres, $1.59
concombres US, 34 cents

BONICHOIX
palette, $2.82 ($1.28)
côte croisée, $4.14 ($1.88)
rosbif de côtes, $6.57 ($2.98)
boeuf haché mi-maigre, $4.37 ($1.98)
filet de sole, $6.35 ($2.88)
raisins rouges, $1.72 (78 cents)
pommes G. Smith, $1.08 (49 cents)

COOPRIX
jambon, $3.24 ($1.47)
épaule de porc fumé, $2.82 ($1.28)
soc de porc, $3.26 ($1.48)
porc haché, $3.28 ($1.49)
veau désossé, $6.33 ($2.87)
veau haché, $4.34 ($1.97)
saumon rose surg. $3.95 ($1.79)
filet de morue, 1 livre,$2.19
pommes G. Smith, 86 cents (39 cents)
poires Anjou,$1.06 (48 cents)
champignons, 8 onces, 99 cents
laitue Boston, 39 cents
oignons Q. 10 livres, 89 cents

IGA
poulet surg. $1.94 (88 cents)
cuisses et poitrines de poulet, $2.60 ($1.18) et $3.48 ($1.58)
boeuf haché ord. $2.16 (98 cents)
jambon, $3.04 ($1.38)
épaule de porc fumé, $2.60 ($1.18)
ananas, $1.19
clémentines, $1.50 (68 cents)
raisins rouges, $1.72 (78 cents)
oranges Outspan, $1.99
pommes délicieuses US $1.30 (59 cents)
tomates Fl. $1.30 (59 cents)
oignons jaunes Q. 5 livres, 59 cents

JOVI
côte croisée, $4.14 ($1.88)
boeuf haché mi-maigre, $4.37 ($1.98)
boeuf désossé, $5.25 ($2.38)
pommes MacIntosh, 3 livres, 89 cents
oranges Outspan, $1.49
oignons jaunes Q. 5 livres, 49 cents

LES QUATRE FRERES
bifteck de côtes, ($6.15 ($2.79)
rôti de côtes, $5.93 ($2.69)
foie de boeuf frais, $1.94 (88 cents)
cuisseau de veau frais, $4.37 ($1.98)
longe de veau $5.49 ($2.49)
poulet frais, $1.94 (88 cents)
champignons blancs, 99 cents la chopine
carottes Qué. cello 5 livres, 39 cents
chou vert, 15 cents (sept cents)
pamplemousses Flo. sept pour 95 cents
pommes Délicieuses, 86 cents (39 cents)
pommes McIntosh Q. 42 cents (19 cents)

METRO
palette, $2.38 ($1.08)
côte croisée, $3.70 ($1.68)
rosbif de côtes, $6.35 ($2.88)
boeuf haché mi-maigre, $4.14 ($1.88)
saumon rose, $4.36 ($1.98)
crevettes, 200g, $2.88
clémentines, $1.72 (78 cents)
raisins rouges, $1.72 (78 cents)
poires Anjou, $1.28 (58 cents)
avelines, $2.60 ($1.18)
maïs, 5 épis, $1.98
laitue romaine, 58 cents
oignons jaunes, 5 livres, 58 cents
avocats, 44 cents

PROVIBEC
poulet frais, $2.38 ($1.08)
quart de poulet frais, $3.04 ($1.38)
porc haché $3.70 ($1.68)
soc désossé, $3.70 ($1.68)
foie de boeuf, $2.16 (98 cents)
filet d'aiglefin, $5.25 ($2.38)
huîtres, 3 livres, $1.58
raisins rouges, $1.48 (67 cents)
pommes G. Smith, $1.08 (49 cents)
céleri, 59 cents
tomates US, $1.26 (57 cents)
rutabaga Q. 20 cents (9 cents)
chou vert Q. 29 cents

PROVIGO
poulet surg. Ut. $2.16 (98 cents)
jambon,$3.26 ($1.48)
côtelettes de longe de porc, $5.03 ($2.28)
surlonge, $6.79 ($3.08)
jarret de porc, $1.94 (88 cents)
bacon, $2.48
éperlans surg. une livre, $1.38
poires Anjou BC, $1.30 (59 cents)
clémentines, $1.52 (69 cents)
pommes spartan BC, 3 livres, $1.79
oranges Fl. 5 livres, $2.39
brocoli US, 79 cents
concombres, 30 cents
oignons jaunes Q. 10 livres, $1.39
chicorée et escarolle, 69 cents

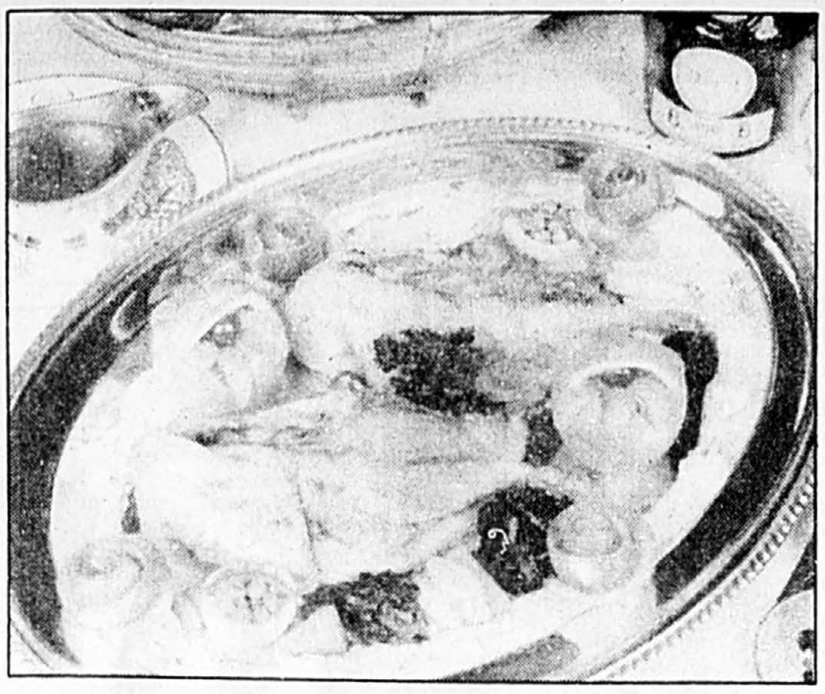
LES QUATRE FRÈRES
bifteck de côtes, ($6.15 ($2.79)
rôti de côtes, $5.93 ($2.69)
jeune foie de boeuf frais, $1.94 (88 cents)
cuisseau de veau frais, $4.37 ($1.98)
longe de veau frais en tranches, $5.49 ($2.49)
poulet frais, trois/quatre livres, $1.94 (88 cents)
champignons blancs, 99 cents la chopine
carottes Qué. cello 5 livres, 39 cents
chou vert, 15 cents (sept cents)
pamplemousses Flo. sept pour 95 cents
pommes Délicieuses rouges, 86 cents (39 cents)
pommes McIntosh Qué. 42 cents (19 cents)

RICHELIEU
quart de poulet, $2.82 ($1.28) et $3.26 ($1.48)
bifteck de côtes, $6.57 ($2.98)
jambonneau, $3.48 ($1.58)
soc roulé, $5.03 ($2.28)
boeuf haché mi-maigre, $4.14 ($1.88)
fromage cheddar, $5.47 ($2.48)
raisins verts, $1.30 (59 cents)
oranges Outspan, $1.69
concombres, 20 cents
radis, 49 cents
chou vert Q. 18 cents (8 cents)
champignons, $2.18 (99 cents)
tomates, $1.21 (55 cents)

STEINBERG
poulet surg. $1.94 (88 cents)
bacon, $2.48
boeuf haché mi-maigre, $3.70 ($1.68)
agneau NZ, $5.49 ($2.49)
filet d'aiglefin, une livre, $2.69
omble chevalier, $6.59 ($2.99)
clémentines, $1.50 (68 cents)
pommes délicieuses, 3 livres, $1.09
citrons Cal. 14 cents
brocoli, 78 cents
laitue romaine, 58 cents
rutabaga, 22 cents (10 cents).

LES AUBAINES

Steinberg: page 5 et cahier spécial — Provigo: page C 5 — A & P: pages E 16 et 17 — Les Quatre Frères: page G 1 — Métro: pages 16 à 18 — IGA: page G 4 et 5 — Richelieu: cahier spécial.



Le canard rôti, repas inusité

■ «Le canard canadien rôti a une peau croustillante et une chair foncée et tendre qui en fait un repas inusité pour une petite réception», affirme Michelle Marcotte, conseillère en alimentation à Agriculture Canada. «Une variété de sauces à glacer et de farces sucrées rehaussent la riche saveur du canard canadien; le cordon-bleu amateur n'a qu'à faire son choix selon ses goûs personnels et ses talents culinaires.»

Le canard est rôti à des températures plus élevées que les autres viandes, puisque les dépôts de gras sous la peau doivent fondre pour que cette dernière devienne croustillante. Faites rôtir le canard sur une grille de métal et piquez la peau sur toute sa surface à l'aide d'une fourchette pour permettre au gras de s'écouler.

Le canard s'accompagne merveilleusement de beaucoup d'autres aliments canadiens qui sont disponibles à l'automne, notamment le riz sauvage, la courge, le chou-fleur, le brocoli ou les oignons.

La plupart des canards offerts chez les détaillants portent la marque «Canada A jeune». Un canard de 2 à 2,5 kg peut servir 4 personnes puisqu'il faut environ 500 g de canard pour constituer une portion.

Le canard rôti est savoureux qu'il soit farci ou non. On vous suggère le canard glacé farci aux fruits, comme plat principal. Utiliser les carcasses de canard pour en faire un bouillon qui servira par la suite à la préparation de soupe au canard.

Canard glacé farci aux fruits

1 Canard de 2 à 2,5 kg
Farce aux fruits
1 orange
125 mL d'eau
25 mL de gelée de gadelles rouges
25 mL de jus de citron

Farcir et trousser le canard. Le mettre ensuite sur la grille de la plaque à rôtir, la poitrine vers le bas. Bien piquer la peau avec une fourchette. Faire rôtir au four pendant 45 min. à 180°C. Retourner le canard, poitrine vers le haut, piquer la peau avec une fourchette et enlever le gras à mesure qu'il s'accumule. Cuire pendant 1h. Couper les zestes d'orange en lanières et les pocher à l'eau pendant 10 min. Parer l'orange et hacher la pulpe. Mélanger le zeste et le liquide dans lequel le zeste a poché à la pulpe et aux autres ingrédients. Retirer le canard et la grille de la plaque à rôtir et déverser le gras. Verser la sauce glacée dans la plaque à rôtir et faire chauffer en remuant le canard sur la plaque et badigeonner de sauce glacée. Continuer la cuisson en badigeonnant à plusieurs reprises jusqu'à ce que le canard soit tendre (environ 30 min. de plus). 4 portions.

Farce aux fruits

125 mL de céleri haché
25 mL de beurre
1 L de pain en dés
125 mL de raisins secs
175 mL d'abricots séchés hachés
5 mL de gingembre moulu
2 mL de sel
1 mL de poivre
15 mL de jus de citron
1 oeuf battu

Faire sauter le céleri au beurre pendant environ 3 min. Y ajouter les autres ingrédients. Quantité: 1 L.

Bouillon au canard

2 carcasses de canard
1 oignon
3 clous de girofle
2 feuilles de laurier
2,5 L d'eau

Mettre les carcasses dans une grande casserole. Ajouter les autres ingrédients. Amener à ébullition, couvrir et laisser mijoter de 2 à 3h. Passer le bouillon au tamis et le faire refroidir rapidement. Réfrigérer toute la nuit ou jusqu'au moment de s'en servir. Dégraisser le bouillon avant de l'utiliser. Quantité: 1,8 L.

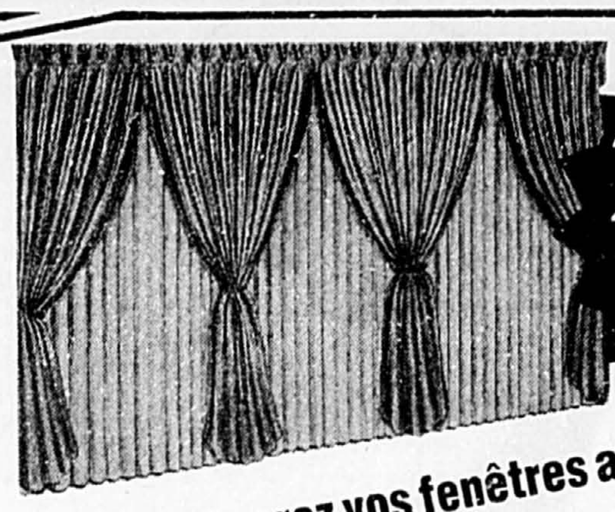
Soupe au canard

1 250 mL de bouillon au canard
250 mL d'oignons coupés en dés
250 mL de céleri coupé en dés
250 mL de pommes de terre coupes en dés
250 mL de carottes coupées en rondelles
50 mL d'orge
5 mL de sel
2 mL d'estragon
250 à 375 mL de chair de canard

Mettre tous les ingrédients, sauf la canard, dans une grande marmite. Amener à ébullition, couvrir et mijoter pendant 1h. Juste avant de servir, ajouter le canard et amener de nouveau à ébullition. 6 portions.

DRAPERIES HARRISON

NOTRE SERVICE-À-DOMICILE VOUS OFFRE DES ÉPARGNES TRÈS SPÉCIALES À TEMPS POUR NOËL ...GARANTIE



ÉPARGNEZ 25% SUR TOUT NOS DÉCORS FENÊTRES FAITES-SUR-MESURE

Ce Noël décorez vos fenêtres avant votre sapin. HARRISON, le spécialiste des draperies faites-sur-mesure, vous offre des marques réputées comme Plein Jour, Val Abel, Revello, Rosedale, Draco, Levelor. Harrison vous offre aussi des stores verticaux et vénitiens ainsi que des stores de toiles, faites-sur-mesure.
HARRISON VOUS GARANTIE LA LIVRAISON POUR NOËL

POUR NOTRE SERVICE-À-DOMICILE GRATUIT APPELEZ **270-5201**

DRAPERIES Harrison

idée-cadeau à
prix abordable

Une reproduction actuelle du fauteuil Wassily créé par Marcel Breuer en 1925.
Ce grand classique contemporain est disponible en cuir naturel, gris, rouille, brun et noir.

419$

MONTRÉAL
6255 Plaza St-Hubert
(métro Beaubien)
Tél.: 273-7711

LAVAL
2300 boul. Le Corbusier
(sortie 10 de l'autoroute)
Tél.: 382-6870

mariette clermont
MONTRÉAL/LAVAL

ACHETEZ DIRECTEMENT DE LA TANNERIE
Vêtements de cuir, suède et peau de mouton

Nous vous garantissons les meilleurs prix en ville.

Mitaines, pantouffles et chapeaux en peau de mouton à partir de $20
Vestes et pantalons en cuir et suède pour hommes et dames à compter de $149
Paletots ¾ en peau de mouton pour hommes et dames Ord. $450 à partir de $299
Manteaux en peau de mouton pour hommes et dames Ord. $700 à partir de $399

LE MOULIN DE LA TANNERIE

9475, rue Esplanade, Montréal, 387-8013
Heures d'ouverture: lundi au vendredi, 9h à 17h
samedi 9h à 16h
Aussi au 281, St-Vallier ouest, Québec, 529-2531

Il y a sucre et sucre

■ PARIS (AFP) — Le froid extérieur provoque un besoin de calories. Tous ceux qui vivent, travaillent ou font du sport dans le froid le savent bien: en hiver, on a tendance à manger plus et plus consistant pour «se donner des forces». Mais, dans notre civilisation moderne, ces forces-là on a trop tendance à les rechercher de préférence dans les graisses et dans le sucre. Mieux vaudrait s'adresser aux céréales et aux légumineuses.

On parle beaucoup de surconsommation de graisse. Il est évident que la consommation de graisses, d'origine animale en particulier quand il s'agit de graisses saturées, doit être surveillée. Mais, en fait, cette surconsommation de graisses est un des reflets de la transformation de l'alimentation. Autrefois, dans les nourritures traditionnelles, les céréales représentaient une partie importante de l'alimentation, avec les légumineuses. Ces produits apportaient beaucoup de calories, sous forme d'amidon, c'est-à-dire de glucides complexes.

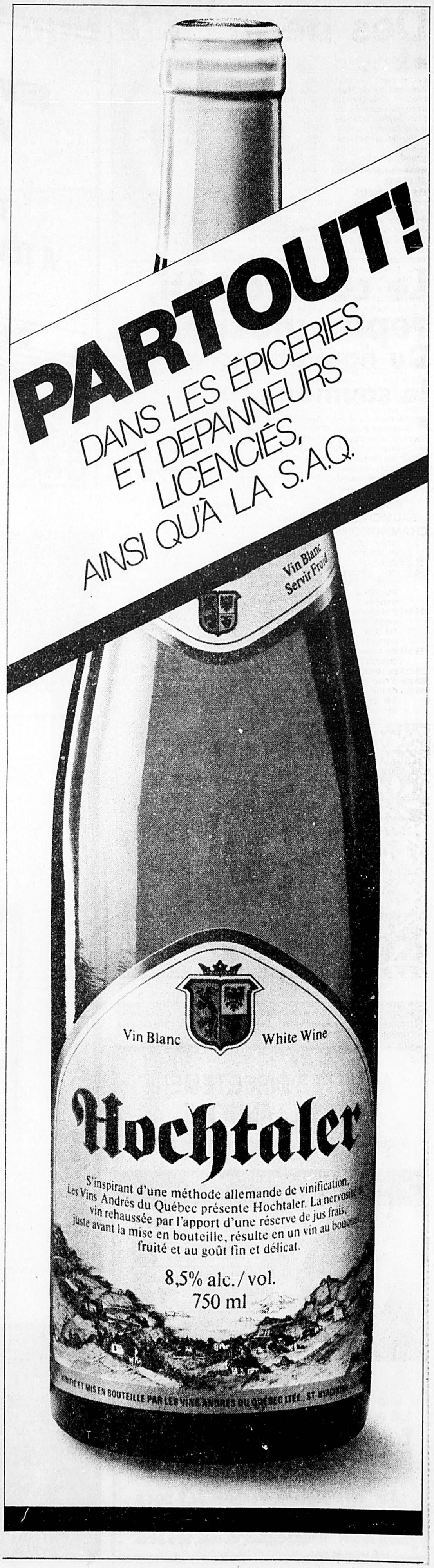
Petit à petit, l'apport calorique a légèrement diminué, et les céréales ont été beaucoup trop remplacées par des produits animaux. Si la consommation de pain a considérablement baissé, celle de la viande s'est relevée, et elle est d'ailleurs accompagnée d'une consommation de sucres simples d'absorption rapide (notamment du saccharose).

Lorsque la consommation de céréales et de légumineuses baisse, et qu'elle est remplacée par des produits animaux, la consommation de graisses monte par la même occasion, puisque les graisses sont très liées aux protéines dans les denrées animales. Graisses de produits laitiers (lait entier, fromages fermentés, beurre) ou graisses accompagnant les viandes.

Évidemment, les protéines végétales sont accompagnées de glucides: mais il s'agit de glucides complexes dont la digestion se fait assez lentement, et qui libèrent dans le tube digestif des molécules plus simples destinées à fournir progressivement de l'énergie. Les végétaux apportent également ce qu'on appelle des glucides indigestes ou des fibres alimentaires: grosses molécules que l'organisme ne digère pas, et qui transitent dans le tube digestif en jouant le rôle de ballast s'opposant par là-même à la constipation: celle-ci est trop souvent observée avec les nourritures modernes à base de viande ou de sucres simples qui, elles, laissent fort peu de résidus.

Quand on fait la chasse au sucre, c'est donc au sucre rapide que l'on s'adresse (saccharose essentiellement), très facilement absorbé par le tube digestif, mais n'apportant aucune fibre alimentaire, ni vitamines, ni sels minéraux.

La consommation de sucres rapides doit être limitée à 60 g par jour, que ce soit sous forme de sucres en morceaux ou de sucre intégré dans des préparations (chocolat, confiture, boissons sucrées, etc.). Cependant, il est indispensable de conserver une bonne ration de glucides sous forme de sucres complexes à base de produits céréaliers ou légumineuses (pain, pommes de terre, riz et pâtes, céréales diverses, légumes secs).



Des beaux étalages

L'été 82 a été une saison d'effervescence pour les marchés publics de Montréal, et s'est terminé avec un concours des plus beaux étalages, qui a favorisé une dizaine de producteurs à chacun des trois grands marchés.

JEANNE DESROCHERS

A Atwater, les producteurs suivants recevront des médailles d'or, d'argent et de bronze: Maurice Beaudin, Jean Bourcier, Desgroseilliers et fils, Ferme PRP Inc, Rock Hébert, Jules-A. Lacroix, Gabriel Lefrançois, André Michaud, Paul St-Aubin, Guy Tétreault.

Au Marché Jean-Talon, les gagnants sont Réal Alary, Roland Bédard et Fils, Georges Binette, Jean Bougie, Alain Darsigny, Alain Dauphinais, J.P. Desgroseillers, Maurice Desroches, Z. et Robert Messier, Clément Oligny, Jean-Paul Pigeon, Antoine Tanguay.

A Maisonneuve, les finalistes sont Jacques Barbe, Pierre-Yves Coupal, René Dauphinais, Mme Calire Deneault, Jean-Yves Deneault, Guy Lécuyer, Yvon Lécuyer, Jean-Marie Potvin, Richard Rock, Robert Rousseau.

Les abris temporaires donnent un cachet particulier au marché Jean-Talon, mais ce n'est pas pour longtemps. On attend la construction d'un mail polyvalent qui permettra aux producteurs de se moquer du mauvais temps.

Le marché de produits locaux est plus restreint l'hiver, mais il reste toujours des producteurs pour offrir des pommes et des légumes d'entrepôt, en plus des fruiteries, boucheries, fromageries et boutiques de spécialités logées à l'intérieur ou autour des marchés.

Les clémentines

Le Québec est en amour avec les clémentines. On a rarement vu un marché gagner si vite la faveur populaire. Il y a deux ans, la clémentine du Maroc, qui appartient à la famille des tangerines et mandarines, a fait une entrée discrète à Montréal, avec 200000 caisses. Cette année, c'est un million et demi de caisses qui arrivent du Maroc par bateaux réfigérés, en caisses de 10 kilos. Et l'Espagne en expédie aussi de plus en plus.

Chaque caisse contient le nombre de fruits correspondant à l'indication numérique de la grosseur; une caisse contiendra 90 fruits de grosseur 90, 144 fruits de grosseur 144, 210 fruits de grosseur 210. On nous avait d'abord habitué aux très petits fruits, mais cette année l'évantail sera plus large.

On peut utiliser la clémentine dans une sauce, comme on le fait avec des oranges, pour accompagner un poisson ou une volaille, ou dans un dessert à l'Amarato ou au Grand Marnier, ou dans une fondue au chocolat, ou dans une salade, avec des pommes, des bananes, des raisins verts et une sauce au yogourt. Elle peut aussi mettre de la couleur dans une salade aux crevettes et aux oeufs durs.

Du nouveau avec le saumon...

Le saumon, c'est bon pour la santé. C'est bien connu. Il est donc utile de savoir l'apprêter de différentes façons. En voici deux nouvelles.

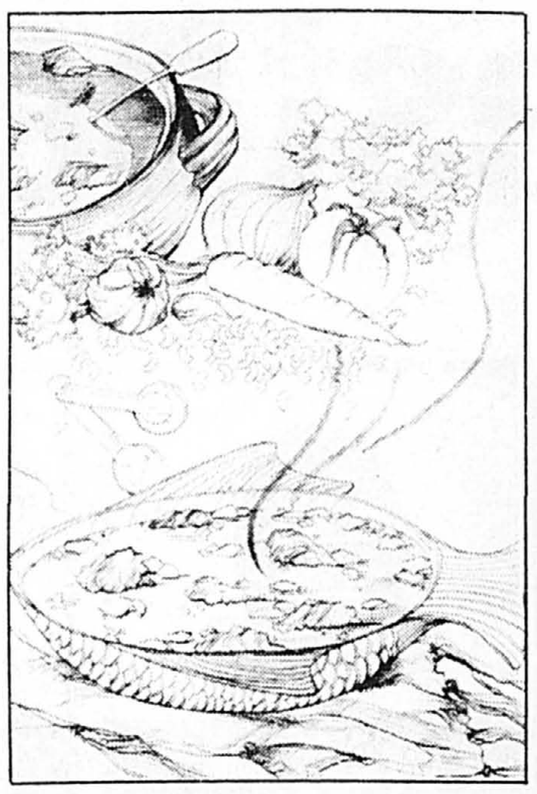
BISQUE SAUMON ET CHAMPIGNONS

- 1 boîte (220 g) de saumon
- 25 ml de beurre
- 250 g de champignons blancs tranchés minces
- 25 ml d'oignons verts hachés (le blanc seulement)
- 25 ml de céleri haché fin
- 25 ml de farine
- 200 ml d'eau
- 250 ml de lait
- Sel et poivre blanc au goût

Égoutter le saumon, réservant le jus; défaire en morceaux et mettre de côté. Faire fondre le beurre dans une casserole moyenne. Ajouter champignons, blanc d'oignons verts et céleri; faire auter pour attendrir, en viron 5 min. Incorporer la farine, brassant, et cuire 1 min. Ajouter lentement eau et jus de saumon, brassant sans arrêt. Ajouter les morceaux de saumon et mijoter 5 min. Verser le lait et chauffer, sans bouillir. Saler et poivrer. Garnir des tiges vertes des oignons verts, hachées, et de petits morceaux de bacon, et servir en compagnie de croque-monsieur au fromage et de crudités. Donne 800 ml.

Macaroni au saumon

- 1 boîte (220 g) de Saumon du Pacifique
- 25 ml de beurre
- 1 clou de girofle écrasé
- 15 ml de persil ciselé
- 2 ml de sauge
- 2 ml d'origan
- 1 oignon moyen, en dés
- 1 courgette zucchini, hachée (250 ml)
- 1 carotte moyenne, en dés
- 1 tomate moyenne, pelée et coupée en dés
- 125 ml de macaroni en coudes, cru
- 625 ml d'eau
- 3 filets de



sauce forte au piment

fromage parmesan

JEUDI - VENDREDI - SAMEDI
SPECIAUX 3 JOURS SEULEMENT
AMPOULE EN SUS
COURANT 117.95
SPECIAL $69.95
boiteau luminaire
6525 DECARIE MONTRÉAL, 735-4631 | GALERIES D'ANJOU ANJOU, 352-8231 | MAIL CHAMPLAIN BROSSARD, 671-0656 | CARREFOUR LAVAL LAVAL, 687-1304 | CENTRE 2000 LAVAL, 688-5080
AUCUNE COMMANDE TELEPHONIQUE N'EST ACCEPTÉE. CETTE PROMOTION NE S'APPLIQUE QU'AUX ITEMS EN MAGASIN SEULEMENT

La Chiffonnerie INC.
SOLDE LE 18, 19 ET 20 NOVEMBRE 1982
20%
SUR TOUTE LA MARCHANDISE EN MAGASIN
3700, rue Saint-Denis
Tél. 281-1598

Chantelle
PARIS
Ligne étourdissante et confort raffiné
Référence 103: noblesse et qualité des matières, soin des finitions.
blanc, nu, noir
B — C — D, 32 à 40
Référence 104: sans armature
A — B — C, 32 à 38
Disponible dans tous les bons magasins
Distributeur exclusif au Canada
SAINT-HILAIRE Inc.
1100, Chemin du Golf, Ile des Soeurs. MONTRÉAL (Québec) H3E 1H4

Un réseau international... une nouvelle politique de prix !

Depuis 15 ans, le Château d'aujourd'hui présente aux Québécois tous les raffinements du design international. Année après année, nous avons développé notre crédibilité auprès des grands designers du monde à un point tel que maintenant nous représentons en exclusivité au Canada les plus importants d'entre eux. Cette nouvelle réalité a considérablement accru notre pouvoir d'achat et nous permet maintenant de présenter une nouvelle politique de prix dans nos quatre boutiques du Grand Montréal.

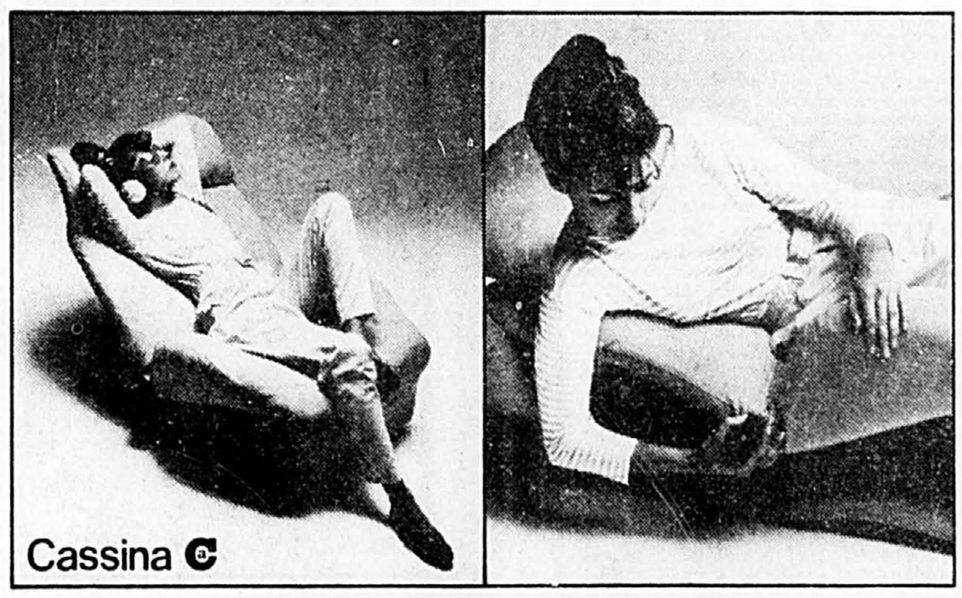
Dorénavant, toutes les collections du Château d'aujourd'hui, telles Cassina, Brunati, B & B Italia, Saporiti, etc., vous seront offertes de 20 à 35% moins chères grâce à nos nouvelles ententes auprès de notre réseau international. Nous pouvons maintenant vous proposer des prix plus bas tout en maintenant la haute qualité de nos produits et de nos services qui ont fait la réputation de notre maison.

Que vous soyez extravagant ou sage, vous trouverez au Château d'aujourd'hui une qualité et un raffinement qui répondent à vos plus strictes exigences et aux critères élevés que nous nous sommes imposés.

Grâce à notre nouvelle politique de prix, vous avez accès plus facilement aux belles choses du Château d'aujourd'hui.

Le Château d'aujourd'hui... c'est pour vous aussi. Venez le constater prochainement en rencontrant nos conseillers décorateurs.

Paul Pelletier.


Cassina

Le Wink de Cassina qui se plie à toutes vos humeurs. Inventez-lui la forme, donnez-lui le ton, il sera ce que vous en ferez, tantôt discret, tantôt époustouflant.

Prix habituel Château 1 295,00$

Nouvelle politique de prix:
995,00$

Table de réalisation Sita de la collection "Forme nouvelle" de design raffiné qui élimine les angles et donne de la souplesse à la matière.

Prix habituel Château 695,00$

Nouvelle politique de prix:
560,00$

Le canapé deux places Maralunga du grand designer Italien Vico Magistretti. Le design siège le plus vendu à travers le monde.

Prix habituel Château 2 195,00$

Nouvelle politique de prix:
1 695,00$

Cassina

NOTE: Notre nouvelle politique de prix ne s'applique pas aux commandes antérieures au 1er octobre 1982.

Château d'aujourd'hui
«Extravagant ou sage»

1125, boul. St-Martin Laval 382-4710
6370, rue St-Hubert Montréal 273-7258
6375, rue St-Hubert Montréal 273-7788
Complexe Desjardins Montréal 288-4191

AVIS LÉGAUX APPELS D'OFFRES SOUMISSIONS

Régie de l'assurance automobile du Québec

APPEL D'OFFRES

RM-116-SA-82

Acquisition de deux systèmes de distribution et de contrôle d'appels téléphoniques.

Documents de soumission:

Disponibles à compter de 9:00 hres le jeudi 18 novembre 1982 à:

RÉGIE DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC
Service des Ressources matérielles
1122, Chemin St-Louis, 2e étage
SILLERY, (Québec)
G1S 1E5
TÉL.: (418) 643-8217

Garantie de soumission:

L'offre des soumissionnaires devra être accompagnée d'une garantie de soumission, sous forme d'un cautionnement fait à l'ordre de la Régie de l'assurance automobile du Québec par une compagnie habilitée à se porter caution ou d'un chèque visé à l'ordre de la Régie de l'assurance automobile du Québec, ou d'obligations conventionnelles au porteur émises par le Gouvernement du Québec, équivalant à 10% de l'offre totale la plus élevée.

Cette garantie sera échangée, lors de l'adjudication, contre une garantie d'exécution équivalant à 25% du contrat.

Date et heure de clôture:

Le lundi 29 novembre 1982 à 15:00 heures (heure en vigueur localement).

Les soumissionnaires sont invités à l'ouverture des soumissions qui suivra immédiatement l'heure limite fixée pour le dépôt des soumissions à l'endroit suivant:

RÉGIE DE L'ASSURANCE AUTOMOBILE DU QUÉBEC
Service des Ressources matérielles
1122, Chemin St-Louis, 1er étage, salle 102
SILLERY, (Québec)
G1S 1E5

Les soumissionnaires doivent avoir au Québec un établissement ayant ses installations permanentes et le personnel requis pour exécuter les travaux qui font l'objet de la présente acquisition.

La Régie ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues.

Le chef du Service des ressources matérielles,
Maurice Bernard, a.p., m.a.p.

APPEL D'OFFRES

PROJET: LE SYSTÈME AUDIO-VISUEL

PROPRIÉTAIRE: C.E.G.E.P. DE DRUMMONDVILLE
415, Des Écoles
Drummondville, Qc
J2B 1J3
Compétence de:
M. Denis Poisson
Régisseur de l'équipement
Tél.: (819) 478-4671

EXPERTS-CONSEILS: BRUNELLE LAMBERT INTERNATIONAL LTÉE
820, boul. Normandie
Saint-Jean-sur-Richelieu, Qc
J3A 1H1
Tél.: (514) 348-1128

Le C.E.G.E.P. de DRUMMONDVILLE, PROPRIÉTAIRE, demande des soumissions pour la fourniture et l'installation et, dans certains cas, pour la fourniture seulement, d'outillages audio-visuels.

Seules sont autorisées à soumissionner les entreprises qui ont leur principale place d'affaires au Québec et qui auront réquisitionné un exemplaire du devis du projet.

Ce devis ainsi que les autres documents contractuels du projet seront disponibles au bureau du PROPRIÉTAIRE à compter du 17 novembre 1982 contre un dépôt non remboursable de vingt-cinq dollars (25.00$).

Le SOUMISSIONNAIRE notera qu'il s'agit d'une soumission par LOT et qu'il a le loisir de soumissionner pour un seul, plusieurs ou la totalité des LOTS.

Chaque SOUMISSION devra être accompagnée d'un chèque visé fait à l'ordre du PROPRIÉTAIRE pour un montant égal à dix pour cent (10%) du montant total de la soumission, c'est-à-dire du montant total des LOTS soumissionnés ou d'un cautionnement de soumission, établi au même montant valide pour une période de soixante (60) jours de la date d'ouverture des SOUMISSIONS. Cette garantie de SOUMISSION devra être échangée à la signature du contrat pour un cautionnement d'exécution et un cautionnement des obligations pour gages, matériaux et services, chacun égal à cinquante pour cent (50%) du montant du contrat.

Les SOUMISSIONS (l'original et deux copies) dans des enveloppes cachetées et adressées au soussigné, seront reçues à 415, rue Des Écoles, DRUMMONDVILLE, Qc J2B 1J3, jusqu'à 15:00 heures, heure en vigueur localement, le 14 décembre 1982, pour être ouvertes publiquement au même endroit, le même jour et à la même heure.

Toutes les SOUMISSIONS devront être faites conformément aux dispositions de l'arrêté en conseil 2380 en date du 7 décembre 1961.

Le PROPRIÉTAIRE ne s'engage à accepter ni la plus basse ni aucune des soumissions reçues. Le PROPRIÉTAIRE se réserve de plus le droit de n'accepter qu'une partie de l'une ou l'autre des SOUMISSIONS reçues ou qu'une partie de l'un ou l'autre des LOTS soumissionnés.

Le Régisseur de l'Équipement,
M. Denis Poisson

CANADA
PROVINCE DE QUÉBEC
DISTRICT DE TERREBONNE
TRIBUNAL DE LA JEUNESSE
No 700-43-000033-816

ORDONNANCE D'ASSIGNATION ET DE SIGNIFICATION

PAR AVIS PUBLIC
(art. 139 C.P.C.)

À Marcel SEGUIN, intimé

CONSIDÉRANT la demande formulée par requête en date du 10 novembre 1982, la Cour ORDONNE à l'intimé de comparaître au greffe du Tribunal de la jeunesse, 85, de Martigny ouest, 1er étage, St-Jérôme, dans un délai de trente (30) jours à compter de la publication de la présente ordonnance pour être informé, sous réserve des restrictions légales prescrites, de la demande dont le Tribunal de la jeunesse est saisie concernant l'adoption de Yannick SÉGUIN né le 15 mars 1970 et pour y donner ou refuser son consentement. A défaut par lui de ce faire le Tribunal pourra procéder dans l'instance sans autre avis.

Lorraine Mayotte
GREFFIER

VILLE DE DOLLARD-DES-ORMEAUX
APPEL D'OFFRES
Assurances générales — 1983

Des soumissions, sous pli scellé et portant la mention «SOUMISSIONS ASSURANCES GÉNÉRALES» seront reçues jusqu'à 16 heures le mardi 30 novembre 1982 au bureau du greffier, 12001, boulevard de Salaberry - Dollard - des - Ormeaux, (Québec) H9B 2A7, où elles seront ouvertes publiquement le même jour et à la même heure.

Chaque soumission doit être accompagnée d'un chèque visé pour un montant de 200$ payable à la ville de Dollard-des-Ormeaux.

Les documents de soumissions sont disponibles au bureau du trésorier à l'adresse ci-dessus mentionnée et seront remis aux personnes qui en font la demande moyennant le paiement d'une somme de 25$, non remboursable.

La ville de Dollard-des-Ormeaux n'est pas tenue d'accepter la plus basse, ni aucune des soumissions présentées.

Le trésorier
S.S. TOROSSIS

Les gaz identifiés par des couleurs

■ OTTAWA (PC) — Le ministère fédéral de la Santé a annoncé hier son intention d'imposer des couleurs différentes pour l'équipement dispensant des gaz différents, dans les hôpitaux, afin d'éviter les erreurs.

C'est ainsi que l'oxygène pourrait être identifié à la couleur blanche, le protoxyde d'azote (pour l'anesthésie) au bleu et les appareils de succion au jaune.

Des milliers d'enfants passent en fraude la frontière chinoise

■ KONG (AP) — Des centaines d'immigrants chinois font venir clandestinement, et dangereusement, leurs enfants à Hong Kong, plutôt que d'attendre l'issue de formalités administratives qui peuvent durer plusieurs années.

Selon la police, les enfants sont cachés sous des tas de légumes ou d'autres produits dans des bateaux appartenant à des contrebandiers spécialisés, appelés « Têtes de serpent » en chinois.

« Les enfants courent un risque réel d'être asphyxiés ou écrasés lorsque la mer est mauvaise », a déclaré un porte-parole. Une fois, a-t-il relaté, deux enfants, qui ne se tenaient pas tranquilles, ont été drogués.

Pour s'assurer un profit maximum, les « Têtes de serpent » entassent généralement « autant d'enfants que possible » dans leurs petits bateaux, a-t-il ajouté.

En septembre, la police a découvert le cadavre d'un enfant de trois ans en mer, à la suite du naufrage, au large de Hong Kong, d'un bateau qui transportait neuf jeunes immigrants venant de Chine.

« Lorsque l'argent du passage n'a pas été versé ou si les parents n'ont pu être contactés, des enfants ont été abandonnes à leur sort ». C'est ainsi qu'un certain nombre d'enfants ont étédécouverts l'année dernière errant dans les collines ou abandonnés dans des huttes en ruines.

Des statistiques publiées par la police montrent que 3,000 enfants environ — la plupart de moins de dix ans — ont été introduits clandestinement à Hong Kong depuis octobre 1981, lorsque le premier cas de contrebandes d'enfants a été découvert.

D'après la police, la plupart de ces enfants viennent rejoindre leurs parents, arrivés dans la colonie britannique il y a plusieurs années comme immigrants illégaux et qui ont obtenu, depuis, un visa de séjour régulier.

On ajoute néanmoins que tous les enfants entrés clandestinement seront autorisés à rester pour « raisons humanitaires ».

Pamela Jordan prend du mieux

■ TROIS-RIVIERES (PC) — L'état de la petite Paméla Jordan s'améliore constamment, et des progrès de plus de 65 p. cent ont été enregistrés depuis que l'enfant est allée dans une clinique privée d'Allemagne de l'Ouest pour y subir un traitement spécial contre l'hyperkératose épidermolitique bulleuse, a fait savoir sa famille cette semaine.

M. Francis Jordan et sa fillette de trois ans et demi sont allés à Toronto dimanche dernier pour rencontrer le biochimiste Pavel Kosak, qui a soigné Pamela l'été dernier en Allemagne, et qui était en visite dans la Villereine pour y revoir ses anciens patients.

La fillette doit suivre une diète sévère. Ses parents doivent aussi changer ses bandages régulièrement tous les quatre heures pour encore deux mois. Au tout début du traitement, elle était enroulée de bandages comme une momie, mais maintenant seuls ses pieds et ses mains le demeurent. La peau des autres parties de son corps affectées par la maladie semble maintenant se regénérer normalement.

C'est beaucoup

Épargnez 70¢
Café Bokar en Fèves
Moulu au Moment de l'Achat
Sac 454 g
2.99
Sac 1,36 kg-8,79
Notre Prix Rég. 10,89
Épargnez 2,10
Notre prix rég. 3,69

Épargnez jusqu'à 80¢
Jus D'Orange Sun Pac
Ou De Pamplemousse, Concentré, Surgelé
Boite de 355 mL
69¢
Notre prix régulier jusqu'à 1,49

Épargnez 40¢
Margarine Molle Golden Sun
Faite D'huile Végétale à 100%
Cont de 907 g
1.29
Notre prix régulier 1,69

Épargnez 2,00
Pepsi-Cola Rég. ou Diète
Ou Teem
Caisse Familiale de 6 bout de 750 mL
2.49
Plus dépôt sur bout
Notre prix régulier 4.49

C'est beaucoup mieux chez A&P!
vous obtiendrez fraicheur et qualité

Clémentines Sans Pépin
Sucrées, Provenant de L'Espagne

1.52 $/kg / 69¢ /lb

Tomates Rouges
Provenant de Floride Canada #1
1.59 emb. familial 907 g

Champignons Frais
Provenant de l'Ontario
4.39/1.99 $/kg $/lb

Pommes MacIntosh
Provenant du Québec Canada #1
1.69 sac 2,27 kg

Concombres Provenant des E.U., Canada #1 — 3/1,00
Choux Vert Provenant du Québec, Canada #1 — 3/99¢
Oranges Navel Sans Pépin, Provenant de l'Amérique du Sud, Grosseur 88's — 12/1,99
Brocoli Frais Provenant des E.U. — ch 99¢
Avocats Provenant de Californie — 2/99¢
Oignons ou Carottes Provenant du Québec, Canada #1 — sac 2,27 kg 69¢
Cantaloup Provenant de Californie, Canada #1 — ch 79¢
Pamplemousses Rose Sans Pépin, Provenant de la Floride, Grosseur 32 — 6/1,99
Echalotes Ou Poivrons Vert, Provenant des E.U. — 3/1,00
Fèves Germées Fraiches, Provenant du Québec — 1.30 $/kg / 59¢ /lb

Jus de Légumes E.D. Smith, Garden Cocktail — Épargnez 50¢ — Pot de 1,36 L 1.59 — Notre Prix Régulier 2.09
Thon Bye-the-Sea Pâle, En Morceaux — Épargnez 40¢ — Boite de 184 g 1.19 — Notre Prix Régulier 1.59
Sauce Hot Chicken Cordon Bleu — Épargnez 32¢ — Boite de 540 mL 59¢ — Notre Prix Régulier 91¢
Champignons Riviera Tranchés — Épargnez 34¢ — Boite de 284 mL 89¢ — Notre prix rég 1,23
Breuvages A&P À l'Orange, Aux Pommes, Aux Raisins ou Punch Aux Fruits — Super Aubaine! — Pot de 1,36 L 99¢

Épargnez 60¢
Croustilles Dulac
Rég. ou Ondulées 99¢ Sac de 200 g
Notre prix rég 1,59

Contient 2/3 de Fruit & Noix
Gâteaux aux Fruits Jane Parker
Couronne 1,36 kg-8,49-2,04 kg-11,99
4.59 gâteau 680 g

Épargnez 34¢
Soupe Habitant
Incluant 8 variétés aux légumes
79¢ Boite de 796 mL
Notre prix rég 1,13

Papier Hygiénique White Swan, couleurs variées — Pqt de 4 roul 1,49
Détersif Palmolive Liquide Pour vaisselle — Cont 1 L 2,49
Détersif Punch En poudre — Épargnez 1,50 — Boite de 6 L 3.59 — Notre prix régulier 5,09
Essuie-Tout White Swan Couleurs Variées — Épargnez 60¢ — 1.19 Pqt de 2 roul — Notre prix rég 1,79

Mini Beignes Hostess Nature ou Sucrés — Pqt de 24 b 1.09 — Notre prix rég 1,69-Épargnez 60¢
Légumes Aylmer 4 Variétés incl. Maïs en Crème — 2 Boites de 284 mL 99¢
Ragoût Cordon Bleu 5 Variétés Assorties — Boite de 212 g 69¢
Papier Aluminium Reynold's — Pqt de 12"x100' 3,59
Lait Évaporé Carnation — Boite de 385 mL 69¢
Céréale Quaker Croque Nature — Boite de 900 g 2,89
Eau de Javel Javex — Épargnez 54¢ — Cont de 3,6 L 1.49 — Notre prix rég 2,03
Yogourt Delisle Nature ou Saveur De Fruits — Cont. 500 g — 1.19 Notre prix rég. jusqu'à 1.67

Biscuits A&P 6 Variétés Assorties — sac 450 g 1.29
Mini Pouding Nestlé, Variétés Assorties — Pqt de 4 cont de 142 g 1,59
Breuvages Bessey's 5 saveurs variées — Pqt de 6 bout de 200 mL 99¢
Boissons Gazeuses Allan's, Saveurs Variées — 6 bout de 853 mL 2,39 — Plus Dépôt sur Bout
Biscottes Grissol Rég. ou Sans Sel — Boite de 250 g 1,19
Gherkins Bick's Oignons Sucrés ou Olives Farcies — Pot de 375 mL 1,99
Nourriture Pour Bébé Gerber, Variétés assorties — 4 Pots de 128 mL 1.49 — Notre prix rég 45¢ ch
Couches Contour Pampers De jour 30's, De jour Super 24's ou de Nuit 22's — 3.99

Le président du Pakistan en visite chez un ami de North Hatley

■ NORTH HATLEY (PC) - North Hatley bourdonne d'activité, à l'heure où un riche entrepreneur arabe se prépare à recevoir, le mois prochain, la visite du président du Pakistan, M. Mohammed Zia.

Un porte-parole de l'ambassade du Pakistan à Ottawa a indiqué mardi que Saad Gabr se préparait à la visite de M. Zia, le 14 décembre, lors de l'inauguration de la première session de l'Institut Islamia, décrit comme une formation de scientifiques musulmans intéressés dans la technologie informatique.

M. Gabr, un riche reclus né au Maroc, a fait souvent la manchette des journaux ces dernières années, d'abord en achetant de larges portions de ce petit village tranquille, puis en annonçant son intention de lancer des satellites en utilisant un canon.

Bien que la mairesse de North Hatley, Mme Ruth Taylor, ait affirmé qu'elle n'avait reçu aucune confirmation officielle de la visite de M. Zia, quelques uns des 700 résidents de ce bourg situé près de Sherbrooke, ont affirmé avoir vu des ouvriers s'affairer à construire une extension à la résidence de M. Gabr, de même que dans une des maisons qu'il possède, ainsi que dans un ancien restaurant du village.

Tapis au plafond

On a également indiqué que l'on s'affairait à installer des tapis sur le plafond, les murs et les planchers d'un ancien supermarché de Sherbrooke dont M. Gabr a fait l'acquisition et qu'il a l'intention de transformer en salle d'exposition.

Un porte-parole de l'ambassade du Pakistan, qui a demandé à garder l'anonymat, a indiqué que MM. Zia et Gabr étaient des amis « de longue date » mais a affirmé que sa visite au Canada, prévue depuis un certain temps, consisterait d'abord en une visite du pays, du 14 au 19 décembre.

Le porte-parole de M. Gabr n'a pu être rejoint mardi.

Ce dernier avait déménagé à North Hatley, en 1972. Il y avait reçu en 1978 un autre de ses prestigieux amis, le prince Faisil d'Arabie saoudite.

Plus tôt cette année, il avait dévoilé un projet de $500 millions, dans lequel il aurait lancé des satellites à l'aide d'un canon de 53 millimètres situé à Highwater, canon qui appartenait auparavant à la Space Research Corp., une compagnie en faillite impliquée dans la vente illégale d'armes à l'Afrique du Sud.

Quebecair : appuis en Sagamie

■ JONQUIERE (PC) - Le comité d'urgence de l'opération Sauvons Quebecair a envahi le Saguenay, mardi, afin de solliciter l'appui des organismes du milieu.

Avant même cette visite, certaines forces vives du milieu régional avaient commencé à assurer Quebecair de leur appui, dès le dépôt à la Chambre des Communes de la loi S-31 : les positions notamment du Conseil régional de développement, de la Chambre de commerce régionale du Saguenay, de la Société nationale des Québécois et de la Société de développement économique de Jonquière n'ont pas été longues à parvenir à Quebecair.

Le comité de l'opération survie en était à sa première région, mardi, alors que M. Joël Fillion, représentant du secteur de la commercialisation, y a réitéré un pressant appel pour garder l'entreprise, « un outil économique essentiel pour le développement du Québec. »

mieux chez A&P

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités aux besoins normaux de chaque famille.
Nous remboursons tous les coupons émis par les autres supermarchés!

Tous les prix dans cette annonce sont en vigueur jusqu'au samedi 20 novembre 1982.
Billets de Loto-Québec, Mini, Inter, Provincial, Super et Trio+, maintenant disponible dans tous les magasins A&P.

A&P
LES MAGASINS SITUÉ À MONTRÉAL
6415 Rue Sherbrooke Ouest
5405 Chemin de la Reine Marie
3421 Avenue du Parc
455 Boul. de Maisonneuve Est
1953 Rue St. Chatherine Ouest
GREENFIELD PARK, 645 Boul. Taschereau
ST. LAMBERT, 1461 Avenue Victoria
ST. ANTOINE DES LAURENTIDES, Galeries des Laurentides
SHERBROOKE, Plaza Centre d'Achat, Quatre Saisons
MAGOG, 401 rue Principale
DRUMMONDVILLE, Galeries Drummond
COWANSVILLE, Domaine du Parc, 175 rue Principale
TROIS RIVIERES, 850 rue des Recollets
STATIONNEMENT GRATUIT

Pâtes Alimentaires Primo
Spaghetti, Spaghettini ou Macaroni Coupé
Sac de 900 g
Épargnez 58¢
99¢
Notre prix rég. 1,57

Crème Glacée Sealtest
La Crèmaglace, Saveurs Variées
Cont 2 L
Épargnez 1,04
2.29
Notre prix rég 3,33

Biscuits Viau
Venus, Bantam ou Viva
Boite de 350 g
Épargnez 86¢
99¢
Notre prix rég. 1,85

Huile Végétale Primo
Pure
Cont de 3 L
Épargnez 2,00
2.99
Notre prix rég. 4,99

Service personnalisé. Viandes de qualité aux prix des supermarchés!

Poulet Frais
Épargnez 1,10$/kg 50¢/lb
Catégorie "Utilité" Environ 2,3 à 3,2 kg ou 5 à 7 lb
Notre prix régulier 3,28 $/kg–1,49 $/lb
2.18 $/kg / 99¢ /lb

Épargnez 1,76$/kg–80¢/lb
Rôtis de Boeuf Désossés
De Croupe ou D'Extérieur de Ronde
Coupe de Boeuf du Canada, Catégorie 'A'
5.71 $/kg / 2.59 $/lb
Notre prix rég 7,47 $/kg–3,39 $/lb

Épargnez jusqu'à 1,98$/kg–90¢/lb
Rôtis de Pointe de Surlonge
Ou d'Intérieur de Ronde
Coupe de Boeuf du Canada, Catégorie 'A'
6.15 $/kg / 2.79 $/lb
Notre prix rég jusqu'à 8,13 $/kg–3,69 $/lb

Épargnez 1,10$/kg–50¢/lb
Côtelettes de Soc de Porc
Ou Rôti Désossé
3.95 $/kg / 1.79 $/lb
Notre prix rég 5,05 $/kg–2,29 $/lb

Épargnez 1,55$/kg–.70¢/lb
Épaule de Porc Picnic
Fumée, Maple Leaf
Environ 2,2 à 2,7 kg ou 4 à 6 lb
3.06 $/kg / 1.39 $/lb
Notre prix rég 4,61 $/kg–2,09 $/lb

Pilons ou Hauts de Cuisses de Poulet Frais 3.51 $/kg / 1.59 $/lb
Pilons de Dinde Surgelés 1.96 $/kg / 89¢ /lb
Ailes de Dinde Surgelées 1.30 $/kg / 59¢ /lb
Jarrets de Porc Surgelés 1.96 $/kg / 89¢ /lb

Fruits de Mer Surgelés
Filets de Morue ou de Goberge, Surgelés, emballés au magasin 3.51 $/kg / 1.59 $/lb
Fritures de Goberge Blue Water Surgelées Pqt 680 g 3.19
Aiglefin ou Sole High Liner En Pâte Surgelés Pqt de 350 g 1.99

Porc Haché Frais 3.95 $/kg / 1.79 $/lb
Saucisson de Bologne en morceaux, Maple Leaf 2.84 $/kg / 1.29 $/lb
Viandes Cuites Maple Leaf, 5 Variétés Assorties emb herm 175 g 1.19
Pain de Simili Poulet Tranché, Maple Leaf emb herm 375 g 1.99
Pepperoni Maple Leaf Salami Ordinaire ou Tout Boeuf Bâtonnet 250 g 1.89
Bacon Maple Leaf De flanc tranché, ordinaire ou à l'érable emb herm 500 g 2.89

Bifteck de Jambon Maple Leaf emb herm 175 g 1.99
Poitrine de Boeuf Maple Leaf, Marinée Salée 6.59 $/kg / 2.99 $/lb
Saucisses Maple Leaf Porc Pur ou Tout Boeuf emb herm 500 g 2.49
Mini Jambon Mignon Désossé, Maple Leaf 7.91 $/kg / 3.59 $/lb
Tourtière Taillefer Fraîche Tarte 450 g 2.29
Saucisses Fumées Maple Leaf, Ordinaire ou Tout Boeuf emb herm 454 g 1.69

Dans Notre Rayon de Charcuterie
Jambon Cuit Maple Leaf Ultra maigre 6.59 $/kg / 2.99 $/lb
Pain de Simili Poulet Maple Leaf 4.39 $/kg / 1.99 $/lb
Saucisson Polonais Maple Leaf 5.49 $/kg / 2.49 $/lb

Dentifrice Crest Régulier, Menthe ou en Gelée Tube de 150 mL 1.89
Ketchup Ann Page aux tomates bout 1 L 1,79
Biscuits Dad's À la Farine D'Avoine Sac de 450 g 1,79
Fromage Cottage Petit Crèmeux de Sealtest Cont de 1 kg 2,19
Assouplisseur de Tissu La Parisienne Cont de 3,6 L 1,99
Fromage Brick De Beauce pqt de 500 g 3,49

Biscuits Ritz de Christie Boite 250 g 99¢ Notre prix rég. 1.34 - Épargnez 35¢
Tablettes de Chocolat Neilson, 9 Var. incl. Jersey Milk–Notre prix rég. 1,59–Épargnez 40¢ Pqt de 4 1.19
Pâte de Tomates Primo 3 Boites de 156 mL 99¢ Notre prix rég 59¢ ch–Achetez-en 3–Épargnez 78¢
Margarine Dure Cremex Pqt de 454 g 69¢ Notre prix rég-85¢–Épargnez 16¢
Eau Minérale Montclair bout 750 mL 69¢
Jus d'Orange Orange Maison Cont de 1,82 L 1.89 Notre prix rég 2,29–Épargnez 40¢

Achetez -en 4 Épargnez 88¢
Nourriture Purr
Pour Chats Variétés Assorties
4 Boites de 170 g 1.00
Notre prix rég. 47¢ ch

AVIS LÉGAUX APPELS D'OFFRES SOUMISSIONS

CITÉ DE DORVAL
CERTIFICAT D'ÉLECTION

Je certifie par les présentes que les candidats élus pour la Cité de Dorval lors du scrutin le 7 novembre 1982 comme ayant reçu la majorité des votes légalement donnés sont:

MAIRE

YEOMANS, Peter B.
Chef divisionnaire adjoint
315, avenue Cloverdale
DORVAL (Québec)

CONSEILLERS

SIÈGE No 1 - QUARTIER EST
ROULEAU, Edgar
Directeur administratif
15, Place Décary
DORVAL (Québec)

SIÈGE No 2 - QUARTIER EST
LACOSTE, Émile
Officier d'opération
1045 — 3e Avenue
DORVAL (Québec)

SIÈGE No 3 - QUARTIER EST
DAIGLE, Jules
Retraité
305, avenue Claude
DORVAL (Québec)

CONSEILLERS

SIÈGE NO 1 - QUARTIER OUEST
BOURBEAU, Robert M.
Estimateur
396, boulevard Pine Beach
DORVAL (Québec)

SIÈGE No 2 - QUARTIER OUEST
HERON, Ian W.
Professeur
565, avenue Clément
DORVAL (Québec)

DONNÉ SOUS MON SEING À DORVAL, QUÉBEC, ce dix-septième jour de novembre, mil neuf cent quatre-vingt-deux (1982).

le président d'élection
MARCEL GUÉRIN

Lachine

Province de Québec
District de Montréal

AVIS LÉGAL

Avis est, par le présent, donné que le vingt-septième jour du mois de novembre mil neuf cent quatre-vingt-deux à dix heures de l'avant-midi au 2200, St-Antoine à Lachine, district de Montréal, je procéderai à la vente d'objets divers, actuellement en la possession de la Ville de Lachine, lesquels objets n'ont pas été réclamés depuis deux mois.

Ces objets pourront être vus le vingt-sixième jour du mois de novembre, mil neuf cent quatre-vingt-deux entre neuf heures du matin et cinq heures du soir au 2200, St-Antoine à Lachine.

Le présent avis de vente est donné en vertu de la loi des licences, chapitre 76 S.R.Q. 1941.

CONDITIONS DE LA VENTE

1. L'acheteur devra acquitter en argent comptant le paiement de sa facture avant de quitter les lieux sinon ses marchandises seront confisquées.
2. Les marchandises seront vendues dans leur état actuel et telles que vues, l'acheteur achetant lesdites marchandises à ses risques et périls.
3. Il est de plus stipulé expressément que la ville ne s'oblige à aucune garantie envers l'acheteur même pour les défauts cachés pouvant affecter lesdites marchandises à ses risques et périls.
4. L'acheteur devra prendre possession de sa marchandise IMMÉDIATEMENT.
5. L'acheteur devra payer la taxe de vente provinciale de 9% ainsi que la taxe provinciale d'encan de 1%.

C. Porraccio, *Encanteur*
Ville de Lachine
Province de Québec

André C. Gosselin,
Directeur général adjoint
Ville de Lachine
Province de Québec
Lachine 10 novembre 1982

Boucherville

PROVINCE DE QUÉBEC

— AVIS PUBLIC —

PROCLAMATION

PRENEZ AVIS que suite au nouveau dépouillement et à la nouvelle addition des votes tenus le 15 novembre 1982 pour le poste de **conseiller, district électoral numéro 1**, lors de l'élection du 7ième jour de novembre 1982, dans la ville de Boucherville, est élu:

Monsieur JEAN-CLAUDE BOURCIER
Parti civique de Boucherville

Le présent avis est donné conformément à l'article 239 de la Loi sur les Cités et Villes.

DONNÉ À BOUCHERVILLE, ce 16ième jour de novembre 1982.

CLAUDE CARON — PRÉSIDENT D'ÉLECTION

LOI SUR LA FAILLITE

AVIS DE LA PREMIÈRE ASSEMBLÉE
(Article 80 (4)

DANS L'AFFAIRE DE LA FAILLITE DE:
DENYSE CHURCH, infirmière, domiciliée au 12087, rue Taylor, en la Cité de Montréal, dans la Province de Québec H3M 3C5

AVIS est par les présentes donné que la débitrice susdite a fait cession de ses biens le 10e jour de novembre 1982, que la première assemblée des créanciers sera tenue le 24e jour de novembre 1982, à 9h30 de l'avant-midi au bureau du syndic MAHEU NOISEUX INC. — 2, Complexe Desjardins, suite 2600, en la Cité de Montréal, dans la Province de Québec.

MAHEU NOISEUX INC.
Syndic
(Jacques Franco, c.a., administrateur)

MAHEU NOISEUX INC.
2, Complexe Desjardins,
Suite 2600, C.P. 153
Montréal, Québec
H5B 1E8
Tél.: 281-1565

4 FRÈRES — le jardin de quatre

MISE AU POINT

Dans notre circulaire pour les spéciaux du 16 novembre au 29 novembre, les articles suivants auraient dû se lire:

OLIVES Reines Habitant, 1L 2.99
CHAMPIGNONS blancs Canadiens, la chopine 99¢
CAROTTES du QUÉBEC le sac de 5 lb 39¢

Nous nous excusons de ce contretemps

NOËL apropo

RAFRAÎCHISSEURS À VIN

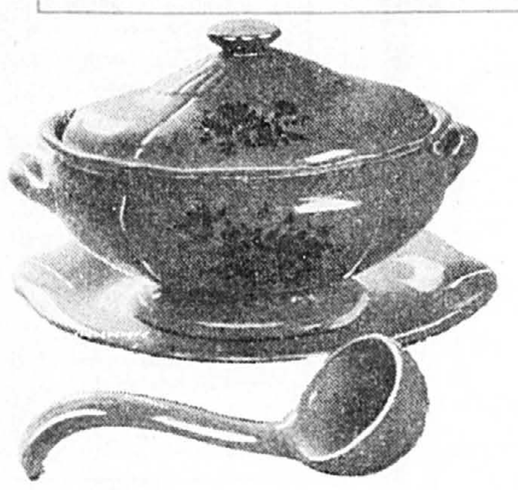
Voici une innovation pour garder le vin à la température adéquate durant tout le repas.

a) contenant en terre cuite

9.95

b) sac serveur de vin, couleurs assorties

9.95



LES CÉRAMIQUES «Bouchard»

D'une très grande popularité ces objets de style ancien sont recherchés de tous.

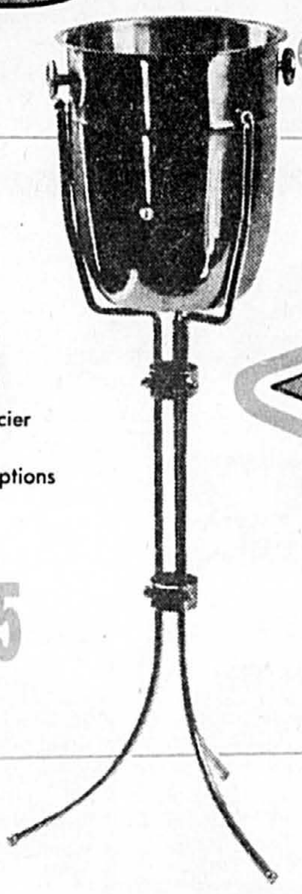
SOUPIÈRE, BOL ET PICHET

sont de couleur coquille d'oeuf ornés de jolis motifs floraux.

a) Soupière *Ord.: 89.95*

b) Bol et pichet *Ord.: 84.95*

SPÉCIAL 39.95 chaque



SEAU À CHAMPAGNE

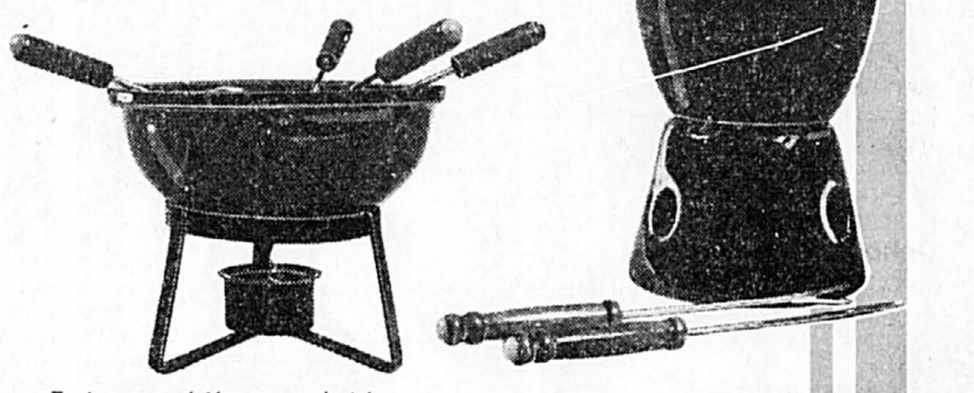
Magnifique seau à champagne en acier inoxydable brillant avec socle.

C'est l'accessoire rêvé pour vos réceptions des Fêtes.

Ord.: 59.95

SPÉCIAL 49.95

FONDUE AU CHOCOLAT



Toujours appréciée, sa popularité connaît un essor particulier au temps des Fêtes.

a) l'ensemble comprend un caquelon en céramique, un réchaud et 4 fourchettes.

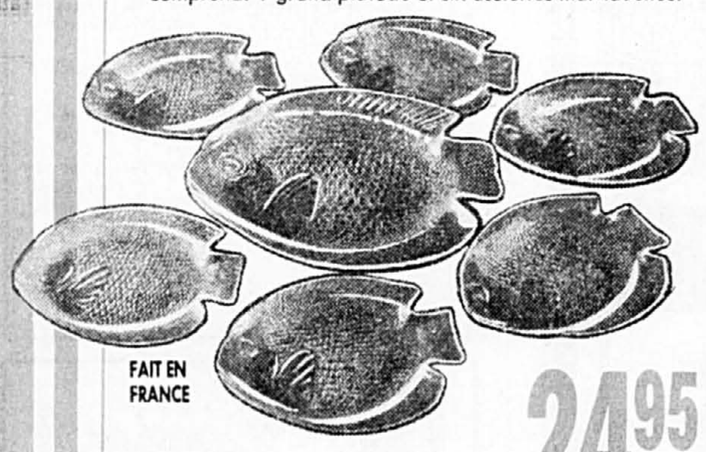
SPÉCIAL 8.88

b) l'ensemble comprend un caquelon et un réchaud en céramique et 4 fourchettes.

SPÉCIAL 13.95

JEU D'ASSIETTES POUR LE POISSON

Offert dans une boite-cadeau, cet ensemble en verre comprend: 1 grand plateau et six assiettes individuelles.



FAIT EN FRANCE

Ord.: 34.95 SPÉCIAL 24.95

ENSEMBLE DE 18 VERRES

Avec l'approche du temps froid, les réunions d'amis vont se multiplier; soyez bien préparés et profitez des très bas prix sur cet ensemble de 18 verres de modèle «Perla».

Ord.: 39.95 SPÉCIAL 29.95

PIPE À COGNAC

Les connaisseurs apprécieront grandement cette magnifique pipe à cognac faite à la main, au Québec, cette pipe repose sur pied et est dotée d'une longue tige qui vous permet de savourer chaque gorgée.

Ord.: 14.95

SPÉCIAL 9.95

ENSEMBLE À SALADE

Idéal pour les salades de fruits ou de légumes. L'ensemble comprend un grand bol et 6 bols individuels. Fait en France, l'ensemble est de modèle « Boréal ».

Ord.: 19.95

SPÉCIAL 14.95

COUPES À CRUSTACÉS

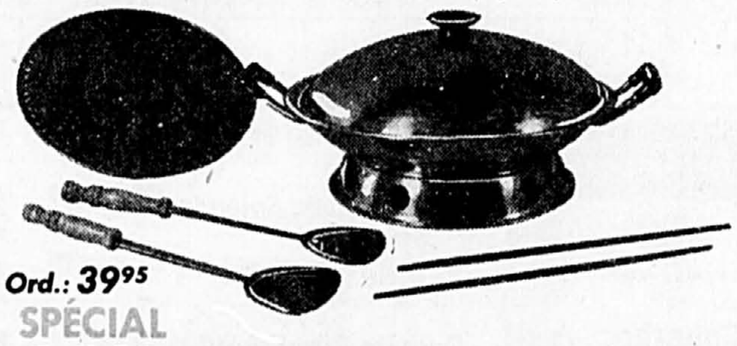
Très belles coupes à crustacés en verre transparent composées de deux morceaux, avec base pour glace concassée lorsqu'on désire garder les mets au froid.

Ord.: 5.95 chaque

SPÉCIAL 14.99 L'ENSEMBLE DE 4

ENSEMBLE POUR CUISSON AU WOK

Comprend: wok en acier inoxydable avec base en cuivre, anneau de support, couvercle, bâtonnets chinois, 2 ustensiles et un livre de recettes. Vous n'y ajoutez que les aliments.



Ord.: 39.95

SPÉCIAL 29.95

ENSEMBLE À COGNAC

Délicatement, en connaisseur, réchauffez votre cognac; faites tourner le liquide doré, contemplez la perfection de sa couleur... portez le verre à vos lèvres, prenez le temps de humer ces merveilleuses vapeurs... enfin dégustez...

Un moment de délice... l'ensemble comprend 2 ballons à cognac et un support chauffant

Ord.: 29.95

SPÉCIAL 19.95

ENSEMBLE POUR CAFÉ ESPAGNOL

Un cadeau pour l'hôtesse parfaite

Soyez expertes

Recevez avec succès vos invités

L'ensemble comprend: 2 verres à café espagnol, 1 brûleur à l'alcool en chrome poli s'ajustant à presque tous les verres.

Ord.: 29.95

SPÉCIAL 19.95

COCOTTE D'ARGILE

Les mets cuisinés dans une cocotte d'argile sont non seulement plus délicieux, ils sont aussi meilleurs pour la santé. La popularité de cet ancien mode de cuisson ne fait que s'accroître.

Ord.: 21.95

SPÉCIAL 14.95

CLOCHE À GÂTEAUX

Magnifique assiette à gâteaux, pleine grandeur, avec couvercle, le tout en verre transparent.

ÉPARGNEZ 25.00

SPÉCIAL 34.95 *Ord.: 59.95*

Ces prix sont valables jusqu'au 31 décembre 1982

VISA MasterCard

Les Galeries d'Anjou	Les Galeries Rive Nord	Centre d'Achats Boulevard	5395, ch. de la Reine-Marie	Le Carrefour Laval	Centre d'Achats Duvernay	Les Promenades St-Bruno
Ville d'Anjou	Repentigny	Montréal	Montréal	Laval	Laval	St-Bruno
Tél.: 353-6891	Tél.: 585-2201	Tél.: 725-3889	Tél.: 484-0123	Tél.: 687-0894	Tél.: 661-0550	Tél.: 653-8302