

**Bonjour
Printemps!**

MODE * BEAUTÉ * SANTÉ

Cahier publi-réportage le 21 mars 2002



RÉAL GAZAILLE, o.o.d.
OPTICIEN • PROPRIÉTAIRE
Lunettes • Verres de contact • Examen de la vue
617, rue Principale, Granby
777-4833



OPTIPRIX

vous invite au

Profitez de notre service
d'examen de la vue
par nos optométristes
et obtenez un billet de cinéma **gratuit** *

* Aux 100 premiers clients • Valide au cinéma Fleurs de Lys.
* Promotion valide jusqu'au 31 mars 2002, sur présentation de cette annonce.



Élégante et remarquée

Pour être élégante et remarquée

COLLECTION PRINTEMPS-ÉTÉ

- Robes de mère de mariée
- Robes de bal
- Ensembles-coordonnés
- Blouses
- Pantalons
- Chandails

PRÊT-À-PORTER

Maison de la Mode

J'♥ Boutique VillaGeoise inc.

121-3 Principale, Cowansville 263-8646

Bonjour Printemps!

Le maquillage de l'été

Choisir le camp de l'innocence ou la provocation? Ou les deux à la fois? S'il y a toujours de la fantaisie et de l'exotisme dans l'air avec des eye-liners et des mascaras pétillants, des vernis délirants et des

mèches fluo, le romantisme s'impose tout autant avec des fards impalpables et diaphanes dans des tons de rose, de bleu et de gris.

Teint plus que parfait. Il est avant tout naturel et transparent, un dénominateur commun à toutes les marques. Pour le matifier en douceur, un voile de poudre translucide. Et pour illuminer les pommettes, une touche de blush rose tendre, rose-mauve, corail ou cuivre.



Paupières chatoyantes. Elles se parent de couleurs satinées, pastel, cendrées qui laissent l'iris en vedette et... de jaune, la grande originalité de la saison. En vedette: les roses tendres, antiques, les parme et les pêche. En première ligne, également: les reflets doux de mer et les gris fumés et argentés. Mais nos paupières peuvent aussi se faire séductrices avec des couleurs de lagon, de

menthe sauvage et de vert céladon, acoquinées à du jaune citron.

Regard souligné. Indispensable, ce printemps, l'eye-liner qui intensifie le regard. Il y a aussi les crayons, qu'on peut estomper pour un maquillage en douceur. Les couleurs vont du jaune melon à l'argent ou au blanc nacré, en passant par le bleu lagon, le bleu de cobalt, le noir, le gris, le kaki et le marine. Étincelles garanties lorsque les yeux sont maquillés de mascara argent, bleu lagon et jaune.

Lèvres glacées, fruitées, fleuries. Si elles se font discrètes en rose dragée, laiteuses et nacrées comme des perles ou naturelles dans des tons de sable, elles peuvent aussi se faire succulentes comme des mangues, des pêches et des framboises ou capiteuses comme des orchidées et des violettes sauvages. Quant aux crayons, ils jouent la carte de la douceur et ne font plus contraste.

Les ongles: la folie de l'été. En bleu du Pacifique, argent, vert, turquoise, jaune melon, orange vif, perle ou lilas, ils sont la fantaisie de l'heure!

Mode féminine, masculine et enfantine: le printemps sera pétillant!

Une mode pétillante, légère et fraîche, a largement contribué à l'ambiance positive des salons de présentation mode de l'été 2002.

Pour la femme, la féminité retrouvée avec le retour des talons et des coloris acidulés ou vifs a totalement séduit. Des lignes fuselées ou bien rondes et naïves sont mises en valeur par des matières fantaisistes, des cuirs irisés, des ver-

nis, des tissus changeants. Mille détails cette saison font la mode: petits nœuds, fleurs, broderies, perlage et franges.

Pour l'homme, les styles *boxing* et *bowling* sont une réponse moderne et jeune à l'envie de changement. Volumes allégés et cuirs lisses, coloris clairs et naturels. Une tendance sandale s'affirme, très design et couvrante pour la ville.

L'été confirme les thongs et les mules en cuir, ainsi qu'un style de spartiates plus rustiques.

La mode enfantine reflète cette ambiance fraîche et légère, surtout pour les fillettes avec des coloris acidulés et des détails de charme. Pour le garçon qui aime bouger en liberté, le sportswear plus naturel simplifié mais hyper fonctionnel est en vedette.

Laser

Johane Dion
électrolyste

2 zones et plus, obtenez 10% DE RABAIS

- Dépilation au laser
- Électrolyse
- Cire
- Soins visage (Karin Herzog)
- Pressothérapie
- Bain de paraffine

FORFAIT BEAUTÉ/DÉTENTE et CERTIFICAT-CADEAU disponibles

2046, route 112
St-Césaire
469-3055

Boutique de la Mariée R & B

Tout pour le bal des finissants

Grande collection de robes de bal, gants, foulards et bijoux, souliers de satin avec service de teinture.

376 Principale, Granby
777-0440
www.boutiquedelamariéekb.com

Fermé le dimanche

Les P LANS LANIFIÉS

Préparons la santé de l'avenir!

Un geste pour les générations futures.

Centre hospitalier de Granby / Fondation du Centre hospitalier de Granby

205, boulevard Leclerc Ouest, Granby (Québec) J2G 1T7
Téléphone : 450.375.8030 / Télécopieur : 450.375.8006
www.chgranby.qc.ca / fondationch@rpsa16.gouv.qc.ca

Les dix incontournables du printemps

Ce printemps, la féminité et le romantisme reviennent en grande force. Tissus diaphanes à volants et dentelle, jupes et pantalons flottants, le noir et le blanc, les tons de terre, les doux pastels et les couleurs vives ne passeront pas inaperçus. L'élément déterminant des collections printanières 2002: la finition! En effet, pour raviver son image, il suffira d'y ajouter quelques nouveaux accessoires. Les ceintures flasques en cuir, les sacs légers et les sandales constituent des accessoires de choix.

Le trench-coat: Vêtement d'extérieur indispensable de la saison, il se présente sous plusieurs styles, du modèle ceinturé classique au modèle sans ceinture, à devant dégagé.

Les robes: Les jolies robes au cachet féminin et romantique sont les préférées de la saison! Elles sont disponibles dans un grand choix de styles, de la robe-chemisier sans manches ou à bretelles, coupée en biais à la robe portefeuille évasée.

Le style safari: Les collections d'inspiration safari mettent l'accent sur quelques éléments exotiques comme les couleurs et les poches multiples. La professionnelle optera pour la jupe droite et la veste ceinturée. La fin de semaine, elle enfilera un short de ville à revers et un tee-shirt à rayures.

Le noir et le blanc: Combinez ces deux tons sur une même tenue et vous serez à la page! Un fond noir à motifs géométriques

blancs ou vice versa.

Chemisier et blouse: Ce printemps, le chemisier et la blouse se feront jolis, féminins, universels... et indispensables. Ils sont disponibles dans des styles allant du modèle à volants au modèle hippie décontracté comme les tuniques et de la coupe ajustée à la coupe ample.

Jupe: La jupe droite de longueurs variées est en vogue.

Ensembles-pantalons: Les ensembles-pantalons du printemps affichent une allure soignée composée de vestes ajustées et de pantalons aminçissants, à devant plat et au bas découvrant la cheville.

Imprimés: Les jupes, pantalons, blazers et hauts à imprimés surpasseront toute autre tenue au palmarès de la mode. Par exemple, la jupe entièrement imprimée en noir et blanc complète à ravir le tee-shirt de ton uni. Les capris en vichy s'avèrent un classique pour les belles journées d'été.

Accessoires: La gamme des ceintures du printemps 2002 se compose de la chaîne fine à la ceinture large en cuir. La citadine déambule dans des sandales très féminines à talons hauts, à semelle compensée ou à talons plats et à bout légèrement pointu. Elle porte fièrement à son bras un petit sac à main soigneusement décoré ou un grand sac léger.



Source: communiqué et photos Sears

Visite la ferme de Pâques

du 22 mars au 30 mars

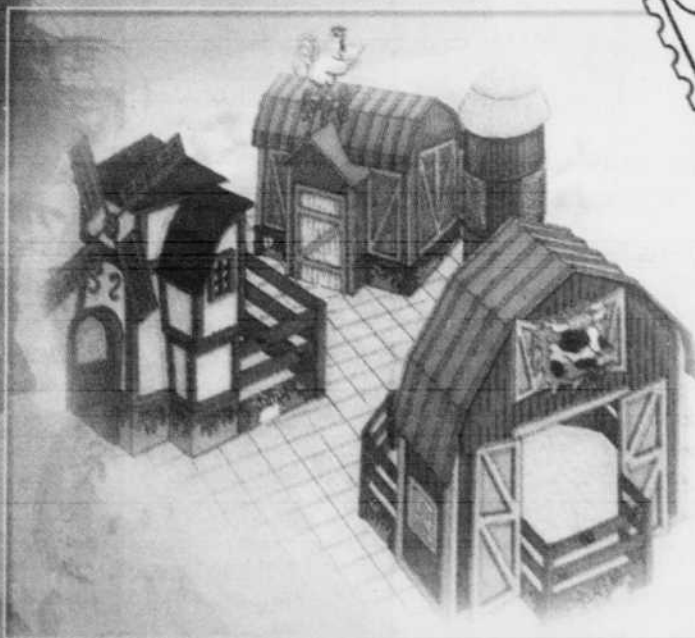
Un décor tout neuf et de beaux animaux de la ferme



Procure-toi ton dessin à colorier à la ferme et participe au concours.

À gagner :
Plusieurs lapins, moutons, poussins en chocolat et en peluche.

Ce concours s'adresse aux enfants de 18 mois à 12 ans. Les dessins seront pigés au hasard pour laisser la chance à tous les enfants de gagner.
Tirage le 30 mars.



Galerias de Granby

WAL-MART SEARS IGA Hart

Plus de 100 boutiques et magasins • 48, rue Évangéline, Granby • 378-5898 • Restauration sur place, 3 salles de cinéma • Poussettes et fauteuils roulants, certificats cadeaux, salon à manger & d'appointement.

Un printemps à l'allure très féminine

Cet été, comme canevas pour les couleurs bonne mine, on retrouve des silhouettes plus épurées, moins compliquées.

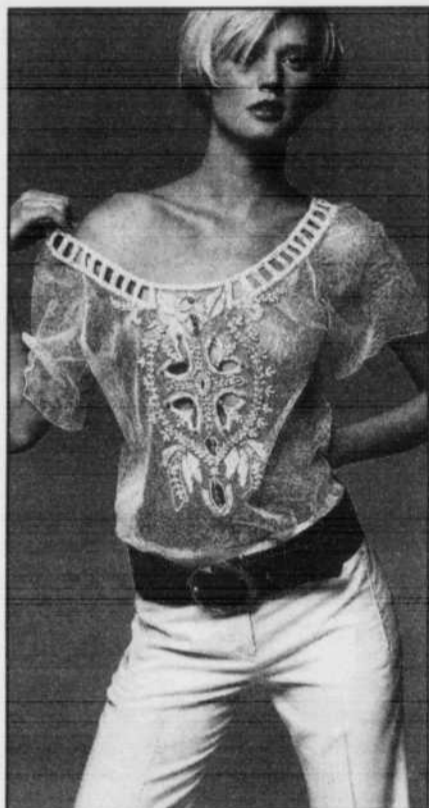
Point de mire dans presque toutes les collections, le pantalon redevient une composante importante de la garde-robe féminine. Pour le soir, il est désormais de bon ton de porter le pantalon cigarette dans un tissu lustré, accompagné de sa veste. Dans certaines collections, le pantalon reprend des éléments importants des années 70: la taille basse, la ceinture large assortie, les jambes plus larges.

D'un point de vue proportions, les coupes menues près du corps sont encore très en vogue. Chemisiers de satin moulants et tricots serrés à manches courtes rehaussent donc jupes et pantalons, sans oublier, bien sûr le très classique t-shirt blanc à encolure en V qui se glisse sur la plupart des silhouettes.

Les nouvelles matières

Pour le printemps et l'été, des tissus plus légers, évanescents sont généralement de rigueur. Cette année, l'exception confirme la règle et la mode explore parallèlement à la transparence sexy toutes les possibilités offertes par des textiles plus lourds et opulents, mats ou brillants. Comme la distinction entre tissu de jour et de soir semble devenir de plus en plus floue, tout est permis.

Les satins perlés plus épais donnent une allure chic à un tailleur très simple, un tricot fluide modernise une tunique longue, le jersey brillant anime les toutes nouvelles robes-chemisiers. Très prisé par plusieurs créateurs d'influence, le shantung (une matière très lustrée et moirée, généralement fabriquée avec des fibres de soie) offre une touche luxueuse pour des vêtements à la coupe plutôt simple.



De quoi sont composées nos crèmes de soin pour le visage ?

La vitamine C: Elle favorise le renouvellement cellulaire de la peau et améliore la fermeté et le lissage des rides.

La vitamine A: C'est la vitamine qui contribue à la production de collagène et apporte une amélioration à l'élasticité.

Les acides de fruits: Les acides de fruits au AHA (Alpha-Hydroxy-Acides) hydratent la peau, l'éclaircissent, lui redonnent de la souplesse et la tonifient. Ils sont présents dans le lait animal.

Le collagène: C'est un excellent hydratant. Il est présent dans l'épiderme et a un effet réparateur contre les rides.

Le soja: Il joue le rôle d'hydratant pour la peau et agit en surface et en profondeur.

Le thé: Il agit contre le vieillissement. Qu'il soit vert ou noir, il est riche en phénols. C'est un puissant antioxydant.

Les céramides: Ils apportent une amélioration aux peaux très grasses ou encore aux peaux ridées ou à problèmes.

La DHEA: Très active au niveau de la peau, elle la rajeunit. Les crèmes constituées de cette hormone sont nouvelles sur le marché et sont très efficaces.

Chemisier blanc: un passe-partout sobre et élégant

Été comme hiver, le chemisier blanc est le signe de l'élégance et de la sobriété. Les modèles sont fabriqués dans de nombreux tissus, mais, pour une douceur et un confort garantis, privilégiez les matières naturelles comme le coton ou le lin. Vous choisirez la forme en fonction de votre style vestimentaire: décontractée, chic ou classique. Le chemisier blanc s'accordera avec toutes vos tenues. Il mettra en valeur votre tailleur et anoblira votre jean usé. À porter en semaine comme le week-end.

Liposuction
Épilation au laser
Greffes de cheveux
Rajeunissement du visage
(peeling doux, bleu ou azoderm, laser co2)
Les traitements anti-rides
(Botox, collagène, restylane, perlane, artecoll, reviderm, laser)
L'augmentation des lèvres
Varices
(par injection ou par laser)
Gouperose (laser)
Tatouage (laser)
Taches brunes
(peeling ou laser)



Dr. Claude Poiville
chirurgien plastique
(plus de 15 ans d'expérience)
visage, nez, seins,
abdomen,
cuisses,
yeux



Dr. Claude Léveillé
chirurgien plastique
et esthétique



Dr. Pierre Courchesne
omnipraticien
traitement des varices



Dr. Nicole Coulombe
(omnipraticien)
traitement des varices



Dr. Stéphan Gamache
(omnipraticien)
traitement des varices
chirurgies mineures

Le Centre de Médecine & Chirurgie Esthétique

Gagnant du prix de l'excellence de l'an 2000
Professionnels indépendants / Ville de Longueuil & Courrier du Sud

PLUS DE 7 MÉDECINS ASSISTÉS D'UNE ÉQUIPE DE 25 EMPLOYÉS PROFESSIONNELS ET EXPÉRIMENTÉS
répondant à vos besoins et à vos attentes...
(plus de 15,000 patients déjà traités...)


Documentation sur internet:
www.esthetique.qc.ca

398, Principale, Granby
(face à la Banque de Montréal)
(450) 378-0030
plan de financement échelonné

*L'art du savoir-faire
L'art de satisfaire...*

Voir notre publicité à
Télé-Annonces câble 11

186128V



Les Tiroirs Secrets

Gossard
Gi-Gi

148 Principale, Granby
378-6669

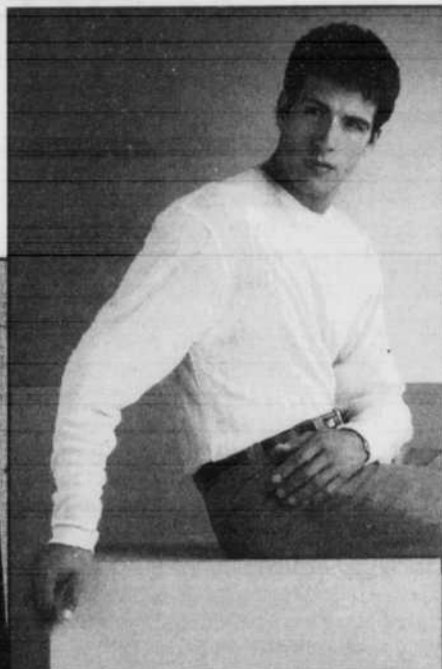
FAUTE Bonjour Printemps!

Points forts de la mode masculine

Les couleurs mode de cette saison: bleu pâle, terre, ciment, orangé, rouge.

Le pantalon avec un ou deux plis refait surface.

Le bermuda se porte au genou. Les plus jeunes apprécient même le capri.



Photos: collection Jack Victor

Même si la tendance est au maillot de bain ajusté, les hommes continuent d'avoir une préférence marquée pour le maillot boxer, apprécié pour son ampleur.

La microfibre est partout. C'est la matière vedette de la saison et ce, tout au-

tant pour les pantalons que les chemises et les t-shirts. Un de ses principaux avantages: elle nécessite peu ou pas d'entretien.

Sans être amples, les vêtements arborent une coupe moins cintrée que la saison dernière.

Les complets se portent à 2 ou 3 boutons dans des tons de marine, noir, charcoal et beige.

Du côté des chaussures, la plate-forme s'est légèrement amincie; les bouts sont plus pointus et les coutures, style bowling, très populaires.

Classique, le jeans prend la place qui lui revient sans toutefois voler la vedette. On le porte quand l'occasion s'y prête, cependant, on privilégie d'autres vêtements un peu plus chics lors de

sorties au restaurant ou au spectacle.

Les mariages et les remises de diplôme sont des événements qui nécessitent des vêtements de grand appareil. Le chic est plus que jamais en vogue. Alors, allez-y, n'hésitez pas, revêtez vos plus beaux atours pour les grandes occasions.

Aussi ouvert le dimanche de midi à 16 h 30 FERMÉ LE MERCREDI MATIN

20% DE RABAIS*
sur présentation de ce coupon
Valable jusqu'au 23 mars 2002
1 coupon par client
* Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

- Plus grand choix en région de manteaux de cuir
- Pantalons de cuir et suède
- Vêtements de cuir sur mesure
- Réparation de manteaux de cuir
- Nettoyage de manteaux de cuir et suède

NOUVELLE COLLECTION!
de manteaux nubuck

BOUTIQUE
Joseph & Margot inc.
cuir et suède
87 Robinson Sud, Granby • 372-0719

Jusqu'au 6 avril 2002

TOUTE LA COLLECTION DE FILS À TRICOTER EN MAGASIN

-20%

SINGER

Centre de couture et d'aspirateurs Martin Inc.
77 Robinson Sud, Granby • 375-1821

C'EST LE TEMPS D'ENTREPOSER VOTRE MANTEAU DE FOURRURE

Téléphonez-nous:
378-8484
nous irons le chercher.

Informez-vous au sujet de nos cliniques de remodelage

LA FLAMME
UNE HISTOIRE DE MANTEAUX

328, RUE PRINCIPALE, GRANBY (QUÉBEC) TÉL : (450) 378-8484
www.la-flamme.com

LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE - JEUDI 21 MARS 2002 - PAGE 5A

Le choix d'un maillot de bain Bronzez en sécurité

Choisir un maillot n'est jamais facile ! Implacable, le miroir rappelle certaines réalités que l'hiver avait cachées. Un bon maillot devrait donner l'illusion d'une silhouette en sablier. Le truc: en choisir un avec des motifs ou une coupe qui mettent nos atouts en valeur, dans un tissu qui camoufle bien ce qu'on souhaite cacher. Voici quelques critères utiles pour trouver le maillot qu'il vous faut !

Règles de base

- Plutôt que de regarder ses défauts, mettre l'accent sur ce qu'on a de plus beau.
- Si on est entre deux tailles, opter pour la plus grande.
- Plusieurs manufacturiers offrent maintenant des modèles spécialisés: torse long, poitrine forte, panneau de contrôle, etc. S'informer auprès d'une conseillère.
- Se rappeler qu'un maillot non doublé risque de devenir transparent une fois mouillé.
- Miser sur les imprimés, excellents pour camoufler ! Si on n'aime pas les motifs, s'en tenir au noir ou au marine: l'effet est toujours super.
- Tirer une leçon de son dernier achat: était-ce un bon choix ? Qu'avons-nous appris ?
- Essayer plus de modèles que pas assez.
- À l'essayage, bouger pour voir l'effet.

Pour masquer des cuisses et hanches fortes ou des rondeurs...

Recherchez: Les modèles échantonnés aux cuisses; qui couvrent bien les fesses; les détails dans le haut du maillot: encolure spéciale, dos original, etc.; les modèles pâles en haut et foncés en bas; les tissus qui se tiennent bien: spandex, matière texturée, etc.; les modèles à panneaux; les petits motifs sur tout le maillot; les modèles qui moulent et soutiennent; pour les bikinis, les nouvelles culottes à la fois cou-

vrantes et échantonnées aux cuisses; les modèles avec jupette insérée à la taille.

Évitez: Les ceintures; les culottes serrées et qui descendent trop bas; les échantonnages très hautes; les lignes horizontales sur tout le maillot; les tissus fins, non doublés ou très moulants; les textures brillantes ou satinées.

Pour accentuer le buste...

Recherchez: Les modèles à armatures, rembourrés, les hauts pigeonnants; les maillots drapés, chiffonnés, croisés, moulés, etc.; les couleurs flash et les textures, surtout dans le haut; les tailles Empire; les bikinis triangles.

Évitez: Les modèles athlétiques qui écrasent; les bandeaux sans bretelles; les encolures montantes et très couvrantes.

Pour camoufler le buste...

Recherchez: Les modèles qui montent haut sous les bras; les tissus très stretch et serrés; les bretelles ajustables et larges, qui descendent assez bas dans le dos pour un support adéquat; les couleurs unies en haut et les détails à partir de la taille vers le bas.

Évitez: Les modèles très échantonnés au dos; les modèles tout coton; les bretelles spaghetti; les gros motifs floraux; les hauts de style bandeau.

Pour équilibrer un torse long...

Recherchez: Les modèles une pièce qui ne remontent pas ou les bikinis de style sportif; les détails qui coupent la silhouette horizontalement: ceinture, deux couleurs, rayures, deux-pièces avec culotte à la taille et échantonnée très haute,

etc. **Évitez:** Les modèles qui écrasent le buste ou qui remontent aux fesses; les bikinis à cordes; les lignes verticales; les jambes très longues (dans ce cas, opter plutôt pour le style short cycliste); les encolures très hautes, qui ne respirent pas.

Pour cacher un petit ventre...

Recherchez: Les modèles à panneaux; à jupette insérée à la taille; les lignes verticales; les détails en haut et à l'arrière; les motifs dans les mêmes gammes de couleurs; les deux-pièces avec culotte à taille haute.

Évitez: Les mini-bikinis à cordeles; les modèles sans bretelles ou sans soutien ou avec mini-short; les ceintures ou détails juste au milieu du maillot; les modèles bicolores avec la teinte pâle en bas.

Pour amincir la taille...

Recherchez: Les détails qui attirent l'attention sur la taille; les coupes princesse, les coutures apparentes, les ceintures; les motifs qui « bougent »; les lignes diagonales, les maillots cousus en trois sections, ou ajourés à la taille.

Évitez: Les modèles trop jeunes; les bikinis à taille haute; les détails horizontaux.

Pour allonger la jambe...

Recherchez: Les modèles échantonnés très haut sur les cuisses; les bandes de couleur à l'échantonnement des jambes; les modèles qui ne serrent pas et qui ne remontent pas à l'arrière; les rayures verticales.

Évitez: Les modèles mini-short cycliste ou à culotte longue; les jupettes; les lignes horizontales.



Spa Concept
Bromont

Pour une détente tout en douceur

idée-cadeau

• **Massothérapie** • **Esthétique** • **Détente**

Soins adaptés pour hommes, femmes et enfants

Achetez et recevez vos certificats-cadeaux par internet



Château Bromont
90, rue de Stanstead
Bromont

534-2717

www.spaconcept.ca

Sortez du cadre

Nouveau !

Vêtements sur mesure
confectionnés par
M'Baye Fall, couturier.

- Retouches gratuites
- Rayon pour dames

LA MERCIERIE
**Jules
Demers**

Tailles fortes jusqu'à 4X grand • Vestons, complets et pantalons jusqu'à 54
147, rue Principale, Granby • (450) 372-4645 • Ouvert le dimanche de 12 h à 16 h

187471V

Les
plus grands
noms de la mode

HUSH PUPPIES

FRANCO
SARTO

TOMMY HILFINGER

Clarks

Bientôt en magasin

SU+ZA™

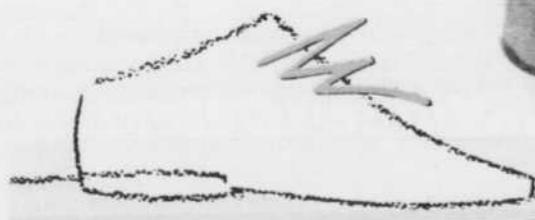
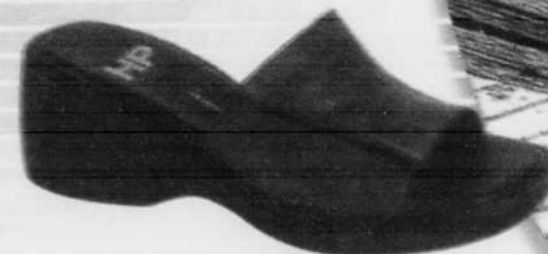
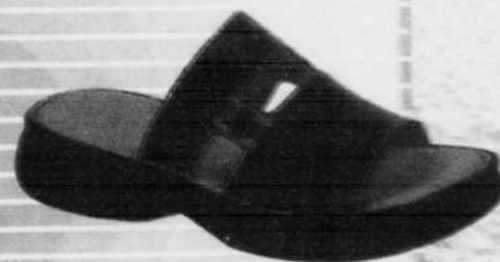
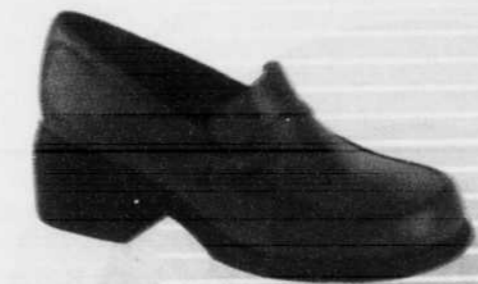
vêtements
• Plein Air •
pour dames

B·R·A·U·L·T
CHAUSSURES

417 Sud Cowansville • 263-2488

187473V

**HUSH
PUPPIES**



LANGLOIS
CHAUSSURES

20 Principale, Granby • 372-7579



LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE - JEUDI 21 MARS 2002 - PAGE 7A

**NOUVELLE
COLLECTION
de robes
toutes occasions**

Tailles 3 à 20

Grand choix pour :

- Bal, remise de diplôme
- Mère de la mariée
- Ensembles pour voyages
- Maillots de bain

À VISITER
Notre coin des
SUPER AUBAINES
en tout temps!
(robes, jupes, etc.)

Huguette

285, boul. Boivin, Granby 378-4550

Bonjour Printemps!

Un imperméable pour chaque silhouette

Si vous êtes menue, optez pour un modèle près du corps à col châle, croisé et ceinturé, qui vous fera paraître plus élancée. La coupe redingote est aussi tout indiquée pour accentuer la taille et allonger la silhouette.

Si vous êtes très grande, optez pour un trench classique porté à mi-mollet ou alors, pour un modèle très long qui protégera le bas de vos jambes des intempéries. À éviter: tout ce qui fait « petite fille », comme les trenches aux genoux dans des tons pastel.

Si vous êtes forte du buste, privilégiez les encolures hautes, bien fermées. À éviter: les cols châle qui accentuent le buste.

Si vous êtes forte des hanches, optez pour un modèle de ligne trapèze ou de ligne A, à manches raglan et à poches latérales, qui allonge la silhouette.

Si vous avez les épaules étroites, optez pour un modèle, genre trench, aux épaules munies de pattes et coussinées.

effet, si le tissu extérieur est lavable, ce n'est pas toujours le cas de la doublure, qui risque de rétrécir. De plus, le repassage risque d'être une opération longue et fastidieuse... Attention: les caoutchoucs et les polyuréthanes ne supportent pas le nettoyage à sec. Pour nettoyer un ciré, il suffit de l'essuyer avec une éponge humide.

Les taches. Celles de boue ou de sel peuvent être enlevées à la maison: on laisse sécher, on brosse pour retirer le plus gros et on lave ensuite au savon doux et à l'eau tiède. Si le manteau a été imperméabilisé, on peut vaporiser soi-même une couche de silicone à l'endroit qui a été frotté. Si vous n'êtes pas certain de quel type de tache il s'agit, confiez votre imper au nettoyeur. La pire erreur à faire, c'est d'essayer d'enlever une tache de graisse soi-même: bien souvent, on ne fait qu'empirer le problème en faisant pénétrer plus profondément les huiles dans la fibre.

L'imperméabilisation. En général, les impers sont imperméabilisés par le manufacturier. Cependant, en moyenne, après trois nettoyages à sec, il est recommandé de le faire imperméabiliser de nouveau. La plupart des nettoyeurs offrent ce service à prix modique



Photo: Sears

(entre 5 \$ et 10 \$). On peut aussi hydrofuger soi-même son imper à l'aide de canettes de silicone vendues dans les quincailleries, mais rien ne garantit la qualité du travail. Chez le nettoyeur, le manteau est trempé dans une cuve pour un maximum d'absorption du produit.

L'entretien

Le nettoyage. Pour que votre imper soit impeccable, lavez-le ou faites-le nettoyer à sec deux fois par année. En général, un imper doublé devra être nettoyé à sec: en

Cachez ce cerne...

Les cernes... Ils apparaissent dès que l'insomnie ou les activités sociales nous privent de quelques heures de sommeil ou que notre foie décide de nous faire payer pour nos excès de table. En fait, la tendance à avoir des cernes est héréditaire. On ne peut rien pour les éviter, sinon se coucher plus tôt. Mais comme la vie continue, il

faut bien tenter de réparer les signes de nos nuits trop courtes: un fard clair et mat sur toute la surface de la paupière supérieure, un peu de mascara sur les cils du haut seulement et des sourcils bien redressés à l'aide d'une brosse et d'un peu de gel. Sous l'œil, on pâlit le cerne, mais sans attirer l'attention. On se contente donc

d'une touche de cache-cernes et d'un voile de poudre. Mais attention: un cache-cernes trop pâle ne fera qu'accentuer le pigment bleuté du cerne. Un cache-cernes plus foncé, un rien plus clair que votre teint ou votre fond de teint passera plus facilement inaperçu.

Femmes: comment faire les bons choix nutritionnels

(EN) - **Conserver un poids santé:** Si vous tentez de perdre du poids, songez à réduire vos portions et à intégrer une variété d'aliments, y compris beaucoup de fruits et légumes frais. Évitez les régimes à la mode et suivez le Guide alimentaire canadien afin de conserver un régime sain.

Se procurer l'apport maximal de fer: L'anémie attribuable au manque de fer est l'une des carences nutritionnelles les plus courantes. La viande, les œufs, les légumineuses, les fruits déshydratés et les vitamines peuvent aider à

améliorer votre apport en fer. Si vous expérimentez des signes d'anémie, comme la fatigue, l'insomnie, une irritation de la langue et l'essoufflement, discutez-en avec votre médecin.

Accumuler le calcium: On recommande aux femmes de consommer chaque jour de 1 000 à 1 200 mg de calcium. Le calcium, de concert avec la vitamine D qui aide à l'absorption, peut réduire les risques d'ostéoporose. En outre, il est de plus en plus évident que le calcium réduit le risque de cancer du colon et du sein, l'hypertension

pendant la grossesse et les symptômes du syndrome prémenstruel.

Consommer suffisamment de fibres: Les fibres jouent un rôle important pour le bon fonctionnement du système digestif, en soulageant la constipation et en abaissant les niveaux de cholestérol sanguin. Les bonnes sources de fibres comprennent les fruits et les légumes, les légumineuses et les grains entiers. Essayez de consommer des aliments à forte teneur en fibres de concert avec six à huit verres d'eau pendant la journée.



Boutique érotique

Plaisir Intime

185, rue Principale, Granby • 777-0804
(Face au Studio Sexe)

Gâtez-vous avec les produits...



et



SHUNGA
EROTIC ART

Vous trouvez aussi :

- Condoms japonais
- Jeux érotiques
- Huiles à massage et lubrifiants
- Lingerie et prêt-à-porter
- Appareils de stimulation pour hommes et femmes
- Films et revues pour adultes
- Farces et attrapes
- Certificats-cadeaux
- Démonstrations à domicile



Tendances coiffure

(EN) - Les coiffures arborées par les top modèles internationaux sont orientées pour accentuer la beauté naturelle de chacun. Toutefois, s'il est une tendance nette, c'est que l'on abandonne les cheveux très longs, qui ont dominé au cours des deux dernières années. Désormais, les cheveux longs n'atteignent que les épaules, avec un penchant marqué pour les cheveux courts de style coupe au carré.

Le nouveau « bob », qui peut être porté aux épaules ou plus court, lisse aminci, symétrique ou asymétrique, avec ou sans frange, donne aux femmes un style plus



polyvalent et plus facile à réaliser tout en étant plus naturel. La géométrie demeure un élément clé avec des coupes courtes réalisées grâce à des techniques similaires à celles du « bob ». Les longueurs variées, particulièrement celles qui sont accentuées, connaissent beaucoup de popularité. La nouvelle tendance en matière de chignon est le rétro-futuriste. Les cheveux sont enroulés au sommet de la tête ou partagés de chaque côté pour donner une apparence de double beigne.

De concert avec cette

démarche polyvalente, on retrouve une variété de couleurs. Les blondes n'ont plus à se concentrer sur une nuance ou un ton unique, mais elles peuvent passer du blond très pâle au blond foncé et afficher tous les tons, du cendré, au neutre et au doré. Il en va de même pour les brunes qui choisiront parmi des tons neutres de brun pâle ou moyen. Et les nuances réservées aux rousses vont du rouge véritable au bronze et au cuivre métallique.

De plus, après quelques saisons de couleur uniforme, les reflets reviennent en force pour éclairer les blonds et ajouter de la profondeur aux nuances de brun.

Bonjour printemps !

Fleurs, rayures, dentelle: la fluidité est au rendez-vous ! Les tailleurs et les robes courtes envahiront les collections de prêt-à-porter. Mais vous pourrez ressortir vos pantacourts de l'an passé, vos hauts sans manches ou asymétriques ainsi que vos blouses. Le corset signe aussi son grand retour cette saison et se montre sans aucune gêne ! Vous pourrez le porter sous une veste le jour, mais, le soir, il se contentera de quelques paillettes ! Pour les coloris, vous ne pourrez pas échapper au blanc et aux teintes pastel. Enfin, les tissus légers seront de la partie: à vous les mousselines, les jerseys fluides, le lin.

Votre apparence vous préoccupe ?

Le concept

Fémin'HAIR

Derm-O-Graft

regroupe une large gamme de services pouvant satisfaire divers besoins capillaires pour vous mesdames



Alternative non chirurgicale

Nouveau procédé chirurgical: micro-greffe capillaire

HAIRFAX

CLINIQUE CAPILLAIRE

www.hairfax.com

Consultation gratuite

TÉL ANNONCES

550, rue St-Jacques, Granby 372-0377

176803V

Clinique « Votre Santé »

La santé de votre corps ne tient qu'à vous

- ≠ Massothérapie
- ≠ Vente de produits naturels
- ≠ Traitement de cellulite
- ≠ Soulagement de douleurs musculaires et articulaires



Sylvain Pelletier
Orthothérapeute

Tél.: 776-6539

Sur rendez-vous
Reçu pour assurances disponible

187217V

NOUVEAU!

« Stone massage »
et forfaits

energym
C.L.A.S.S.I.C
pour femmes seulement

PROMOTION PRINTANIÈRE

4 mois • **100\$** + taxes

en vigueur jusqu'au 20 avril 2002

- Carte d'entraînement personnalisée incluse
- Aucuns frais d'inscription
- Aucuns frais d'évaluation

132 Principale, Granby 375-7510
(sous-sol de Panier Santé)

Grégoire Dionne, président
Division Comeau et fils

LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE - JEUDI 21 MARS 2002 - PAGE 9A

187106V



Photo: Sears

Le t-shirt revu et amélioré ! Tout est dans l'encolure

- L'encolure en V minimise la poitrine et allonge le cou; le col montant et le col roulé produisent le même effet.
- L'encolure ronde convient à la plupart des femmes et fait merveille si on a le cou très long. Par contre, les bords-côtes (bord en tricot au col) contrastants sont à éviter si on est petite; ils donnent l'impression qu'on n'a plus de cou du tout !
- Les encolures très dégagées minimisent la poitrine et aident à faire oublier un cou trop large ou un double menton.

À éviter

- Le t-shirt au nom de l'épicier du coin ou tout autre imprimé publicitaire.
- Les vêtements habillés avec un t-shirt bon

- marché: ils n'iront jamais ensemble.
- Le t-shirt tout polyester, qui ne respire pas et devient insupportable les jours de canicule. Par temps chaud, même les modèles 50 % polyester sont inconfortables !

Conseils mode

- Un t-shirt façon cache-cœur: classique au dos, drapé devant, il a du style et du panache.
- Un modèle ultra-moulant, à porter sur un pantalon très large, avec un soutien-gorge sans coutures.
- Un t-shirt à grandes rayures horizontales claires sur fond foncé sur la poitrine: il fera oublier tous les petits défauts.
- Un t-shirt à petits imprimés; effet min-

- ceur garanti !
- Un t-shirt et un cardigan de même couleur, pour un look twin-set.
- Un mini-t-shirt: effet superbe si on est mince et bien proportionnée.

Un mot sur l'entretien

- Pour garder le bel aspect d'un t-shirt plus longtemps, on devrait le mettre quelques minutes dans la sècheuse pour l'empêcher de mousser, puis le laisser sécher à plat. Le même traitement est conseillé pour les t-shirts imprimés à chaud, qui n'aiment ni la chaleur ni le fer à repasser.
- Ne pas ajouter de javellisant pour redonner sa blancheur à un t-shirt contenant du polyester. Il risque de jaunir.



(450) 548-5515

Cadeaux

Articles de chasse et pêche

**LINGERIE ANDRÉ
DESLANDES**

Vêtements et
chaussures
pour toute
la famille



103, rue de l'Église, Roxton Falls

CHAT BASST Nouveau

- Laine
- Collant
- Bas genoux
- Mi-bas

Le plus grand
choix de bas à
motifs en région

26 St-Antoine
Sud, Granby
872-7044

La nouvelle
collection de
prêt-à-porter
est arrivée!

- Lingerie fine
- Thong de la collection
- « Gregg » pour messieurs
- Huile et crème à massage
- Lubrifiants à saveurs variées
- Jeux pour couples
- Jouets pour adultes

50%
DE RABAIS
sur maillots
de bain
en magasin

Valable jusqu'au 31 mars 2002

**XTREME
Seduction**

62 St-Antoine Sud, Granby • 776-1063

**Boutique
Pamela**

Les nouveautés
du printemps
sont arrivées !

- HIROKO
- LANA LEE
- CHATCAREL
- ÉMILIE
- SOPHISTICATES

Prêt-à-porter
6 à 20 ans

350 St-Jacques,
Plaza de Granby
776-1030

La Petite Coifferie

ESTHÉTIQUE

Christiane Gorribeau
esthéticienne



**YON
KA**

L'EXPERIENCE DU SOIN PERSONNALISÉ

68, rue Ottawa, Granby • 776-6770

**Pose d'ongles et
dessins**

Louise Dagenais

NOUVEAU À GRANBY !

- Ongles déjà dessinés. Prêts à poser. (Résistant plusieurs semaines, plusieurs modèles disponibles.)

Aussi disponible:

- Dessins sur ongles naturels

s'enlèvent sans sablage
sans endommager
les ongles naturels



SUR RENDEZ-VOUS **776-4677**
(laissez votre message)

Bonjour
**Bonjour
printemps!**
printemps!



Offrez-vous
un nouveau
look printemps!

Coiffure Unique
Elle et lui



Massage capillaire
Rallonges de cheveux
(naturelles, tresses...)

10\$

DE RABAIS

sur permanente ou texture
tresses ou extensions
tendances

Ne peut être jumelée à aucune
autre promotion

Jusqu'au
25 avril
2002

Ouvert du
lundi au
samedi

375-4238

15, boul. Mountain N., Granby Plateau Haute-ville

FAISON *Bonjour Printemps!*

Des vêtements de nuit beaux à faire rêver

Votre lingerie de nuit doit être agréable à porter... et à regarder, car vous ne voulez pas ressembler à votre grand-mère qui portait des chemises de nuit longues, blanches et rêches! Ne vous inquiétez pas, les créateurs de lingerie proposent des modèles tellement séduisants que vous aimeriez les porter le jour! Les nouvelles collections du printemps promettent des pyjamas imprimés et des nuisettes ornées de dentelles ou encore découpées dans des tissus ethniques! Lorsque vous effectuerez vos achats, évitez les vêtements en satin ou en matière synthétique et préférez-leur les fibres naturelles comme le coton.

Photo: Collection Princesse Tam Tam



Les essentiels du printemps

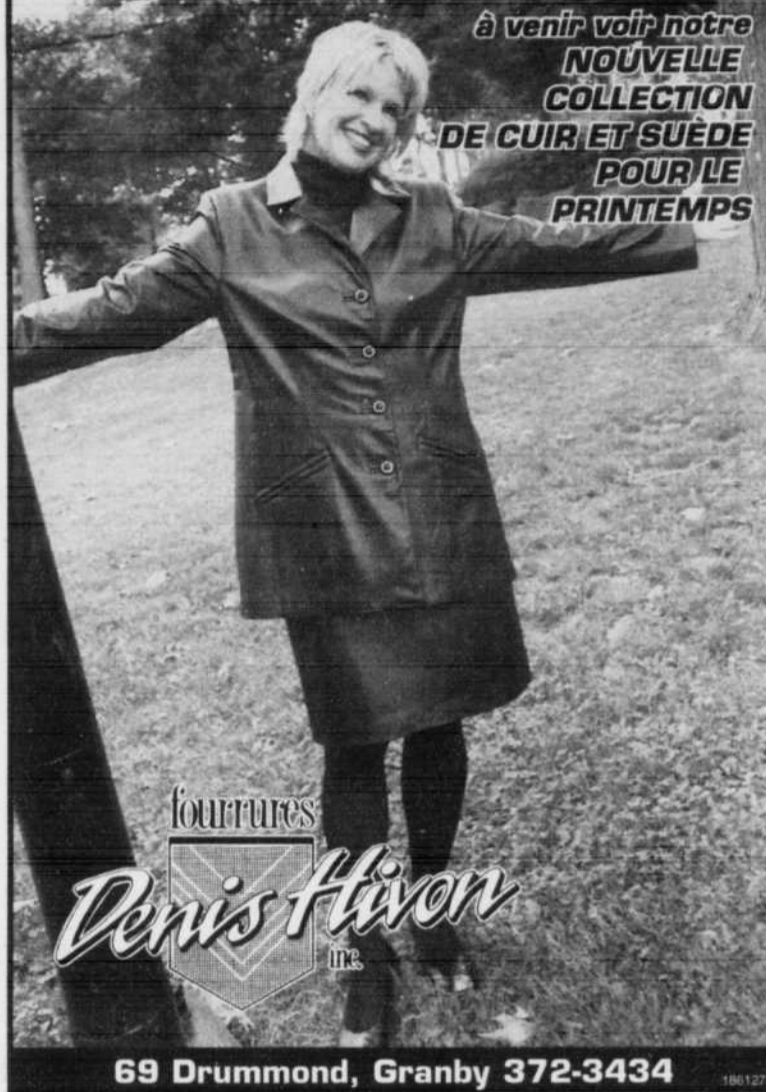


- Le corail, le vert-jaune, le bleu, le rose, le bleu marine, le blanc et le noir ainsi que tous les pastels font partie des garde-robes printanières.
- La mousseline, le crêpe et la soie donnent aux vêtements féminité et légèreté.
- Les imprimés à fleurs prennent la vedette. Et pour être encore plus féminine, pourquoi ne pas accrocher une jolie fleur sur une de vos vestes?
- La chemise de plage sans manches que vous porterez sur un jean ou avec une veste.
- La minijupe ou la jupe de longueur moyenne portée avec de longues bottes noires.
- Le style militaire. Les plus grands couturiers en ont fait leur credo. Vous pouvez choisir de porter une veste militaire au lieu de la traditionnelle veste noire.
- Les imprimés qui rappellent la jungle n'ont jamais été aussi in.
- En suède ou en cuir, intemporels et élégants, optez pour le trench coat orangé ou encore brun clair ou gris, pour un choix plus classique.
- La chemise blanche demeure le classique des classiques.
- Pour un effet superbe, choisissez de marier le blanc au noir.
- Le twin-set: pull sans manches et cardigan font un malheur.
- Les accessoires: ne lésinez pas sur les colliers, les foulards, les épinglettes. Ils ont toujours leur place ce printemps.
- Les tops asymétriques.
- Peace. Les années 60 et la mode hippie sont de retour.

Photo: Collection Joseph Ribkoff.

Nous vous invitons...

à venir voir notre
NOUVELLE
COLLECTION
DE CUIR ET SUÈDE
POUR LE
PRINTEMPS



fouritures
Denis Hivon
inc.

69 Drummond, Granby 372-3434

Réalisation: La Voix de l'Est
Rédaction publicitaire
et mise en pages:
Louise Boissonneault
Conception de la une:
Lorraine Roy
Infographie: l'équipe
des infographistes
Publicité: l'équipe des
conseillers publicitaires

Un merci spécial à la Boutique
Huguette, à la Mercerie
Jules Demers et à la boutique
Les Tiroirs Secrets
pour leur collaboration.

**iso
familles**

Pour obtenir plus d'informations
ou pour recevoir un formulaire de candidature:

1 800 463-2851

iso.familles@csf.gouv.qc.ca

www.csf.gouv.qc.ca

Épilation
LASER
en toute
sécurité

Pour hommes,
femmes,
Pour tous
types de peau

Clinique de chirurgie
ET ESTHÉTIQUE
NOVANI
Dr François Laplante,
omnipraticien

Épilation laser
Micro Dermabrasion

- Procédé non médical
- Élimine les imperfections de la peau: cicatrices d'acné, taches brunes, rides d'expression, vergetures et autres

Liposuction
Collagène et Botox
(traitements contre les rides)

www.cliniquenovani.com
Consultation gratuite sur rendez-vous

**TÉLÉ
ANNONCES**

550, rue St-Jacques, Granby **777-0578**

Bach
et ses
Bottines
Chaussures pour enfants et
accessoires de danse

5\$
DE RABAIS
à l'achat d'une
PAIRE DE
SANDALES
à prix régulier
avant les taxes

1 coupon par achat
Sur présentation
de ce coupon.
Ne peut être jumelé
à aucune autre promotion.
Valable jusqu'au
30 avril 2002

290, boul. Boivin,
Granby • 776-1575



LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE - JEUDI 21 MARS 2002 - PAGE 11A



Vous souffrez de **surdité**

ou connaissez-vous quelqu'un qui en souffre?

ENFIN!

MIEUX COMPRENDRE DANS LE BRUIT

NOUVELLE TECHNOLOGIE

100% DIGITALE

RÉDUCTION DES BRUITS DE FOND
MAXIMISATION DE LA PAROLE



La toute nouvelle prothèse auditive numérique basée sur une technologie simulant le fonctionnement de l'oreille interne.

- Très discrète et confortable
- Aucun contrôle de volume nécessaire
- Prothèse complètement automatique

EN PLUS

NOUS VOUS OFFRONS

UNE GARANTIE DE 4 ANS*
SANS FRAIS

Sur toute nouvelle prothèse.**

Les examens, les visites annuelles, les nettoyages, les modifications, les examens électroacoustiques, les réparations et les ajustements faits

au bureau seront **GRATUITS.**

- **CONSULTATIONS ET EXAMENS SANS FRAIS**

- **PROTHÈSE AUDITIVE SANS FRAIS*****
défrayée par la R.A.M.Q (carte soleil)



LaPlante & Associés
Audioprothésistes

Entendre et comprendre enfin

Sans frais : **1 888 821-4435**

Aussi à : Drummondville
Thetford Mines et Victoriaville.

Nouvelle adresse à Granby

707, boul Leclerc Ouest (angle Moreau)
Granby
(450) 372-2984

Centre professionnel Belvédère
300, rue Belvédère Nord, bureau 104
Sherbrooke
(819) 821-4435

*Sujet à certaines conditions.
**Excluant les prothèses auditives défrayées par le gouvernement.

***Prothèse illustrée non couverte par la R.A.M.Q. sujet à certaines conditions.