

# Centre Culturel de Saint-Hyacinthe

1960s  
**A**  
1970s

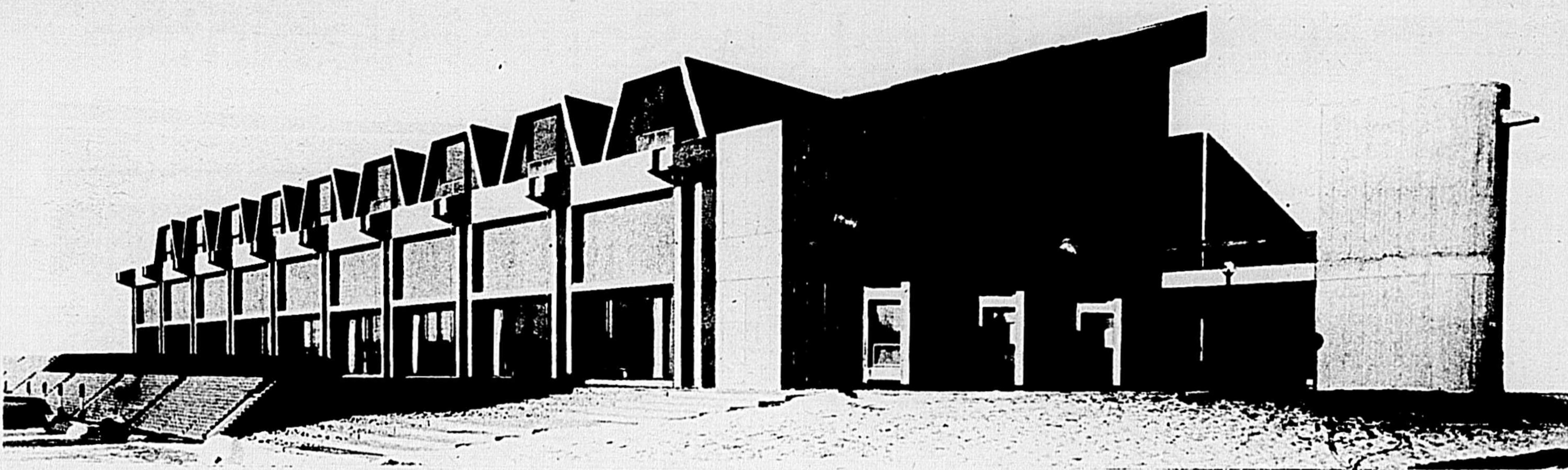
---

## LE COURRIER

---

mercredi 29 septembre 1971





# Le Centre culturel et son orientation

(Tous droits réservés  
sur les textes  
et les photos)

Le Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe, érigé avec le triple concours des autorités municipales, provinciales et fédérales, paraît être dans notre ville la plus remarquable réussite des dernières années.

Il fut conçu, construit et aménagé au cours de 1967, dans le cadre des initiatives et manifestations marquant les cent ans d'existence de la Confédération canadienne.

Il est, de la part des dirigeants, un hommage à la compréhension constante et à l'esprit de collaboration de la population, et comme un témoignage de reconnaissance.

En même temps qu'il marque une étape, il ouvre une ère nouvelle, sous l'angle du développement moral, intellectuel et physique de cette population.

Se dressant au nord de la municipalité, dans un secteur neuf qui sera demain parmi les plus attrayants, il essaye d'interpréter en des lignes sobres, ne s'éloignant pas trop du goût classique, des idées modernes et une conception contemporaine des choses.

La recherche culturelle y reste le premier souci, sous l'égide et la surveillance de l'autorité municipale, pour le bien et dans l'intérêt général des administrés.

L'aspect scientifique n'est pas oublié, l'intérêt se portant d'abord vers l'astronomie et les techniques de la photographie, en attendant des échappées fructueuses vers les sciences dites naturelles, préparatoires à la biologie.

Le programme se modifiera avec le temps, suivant les besoins, de façon à répondre aux aspirations des uns et des autres, selon les normes fixées et une juste répartition des ressources, humaines et monétaires.

Se gardant d'oublier l'adage latin qu'esprit et corps sains vont de pair, les hauts responsables du Centre accordent aussi une importance de premier plan l'éducation physique, se traduisant par compétitions et ébats sportifs.

Vu ce souci, les adeptes du judo et du karaté y trouvent des locaux propres à leurs exercices, de même que ceux du tir à l'arc.

Une piscine de proportions semi-olympiques et à la disposition des amateurs de natation et de plongeon, hommes et femmes, et il y a possibilité d'études de ballet aquatique, dès qu'il sera jugé opportun.

Voilà longtemps que s'imposait chez nous la création d'un centre civique, où se pourraient poursuivre ensemble, ou côte à côte, des activités d'ordre culturel et d'autres, physiques et sportives.

L'augmentation de la population locale et son évolution le justifiaient d'avance, mais les moyens dont on disposait, sous l'aspect financier surtout, ne permettaient pas la réalisation rapide d'ambitions ou rêves légitimes, répondant aux vœux des jeunes et de leurs aînés.

Au moment où l'on y songeait à peine, n'osant davantage, l'occasion se présente de donner aux citoyens l'institution complexe dont ils ont un urgent besoin, pour fins d'éducation et de développement, de récréation, de repos.

La célébration du centenaire de la Confédération apportait solution aux problèmes qui se posaient chez nous comme ailleurs, à l'aube de l'ère nouvelle que sera celle des Loisirs.

Dans l'intention de commémorer les cent ans d'âge du Canada comme nation, l'Etat fédéral offrait de contribuer pour une part généreuse à l'érection, dans les limites de notre ville, d'un édifice de bon goût et spacieux, où la poursuite d'objectifs intellectuels et sportifs se pourrait envisager.

Et ce, pour le plus grand bien des individus, à la condition que les administrations provinciale et municipale ajoutent leur contribution à celle du Gouvernement central.

Après les tractations coutumières, l'étude de dessins et plans, l'obtention des fonds indispensables, le magnifique monument sortit peu à peu de terre.

Avec les mois et les quelques années qu'il compte d'existence, le Centre est devenu un véritable lieu de culture, de détente et de récréation.

Les activités sont là qui démontrent avec suffisamment d'évidence l'apport substantiel du Centre à la vie artistique et culturelle des nombreux Maskoutains.

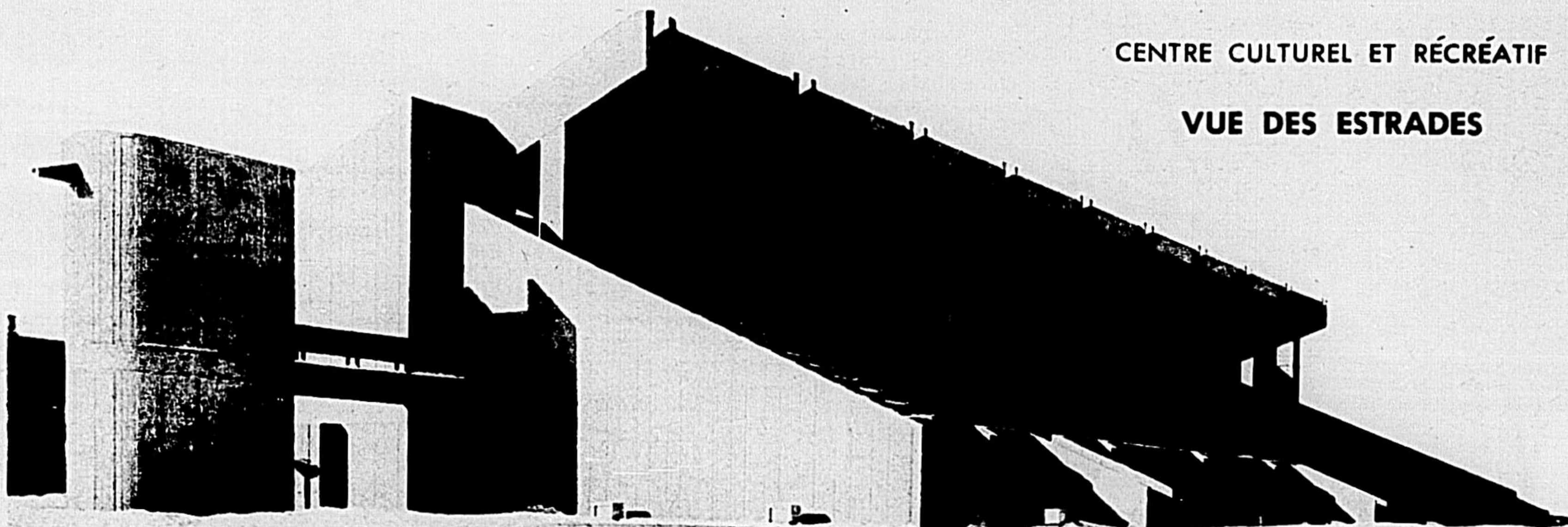
Le mouvement est lancé. De plus en plus de gens emboîtent le pas en s'adonnant aux loisirs culturels.

C'est pourquoi le Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe, conscient de cette nouvelle orientation des loisirs, présente à la population des activités qui répondent aux goûts de tous.

Notre participation aux activités est un signe de confiance envers les dirigeants, et un gage de progrès pour demain.

CENTRE CULTUREL ET RÉCRÉATIF

VUE DES ESTRADES



## Mot du maire

La Cité de Saint-Hyacinthe est fière de posséder à l'intérieur de ses limites un édifice entièrement consacré aux loisirs.

D'autant plus que le nombre des adeptes qui s'y rendent régulièrement augmente d'année en année.

Un citoyen qui sait occuper ses moments libres à de saines activités est une personne heureuse et équilibrée.

Léon Nichols  
maire

### Membres du Comité municipal des Loisirs



MM. J.-L. Morin



Jacques Sylvestre



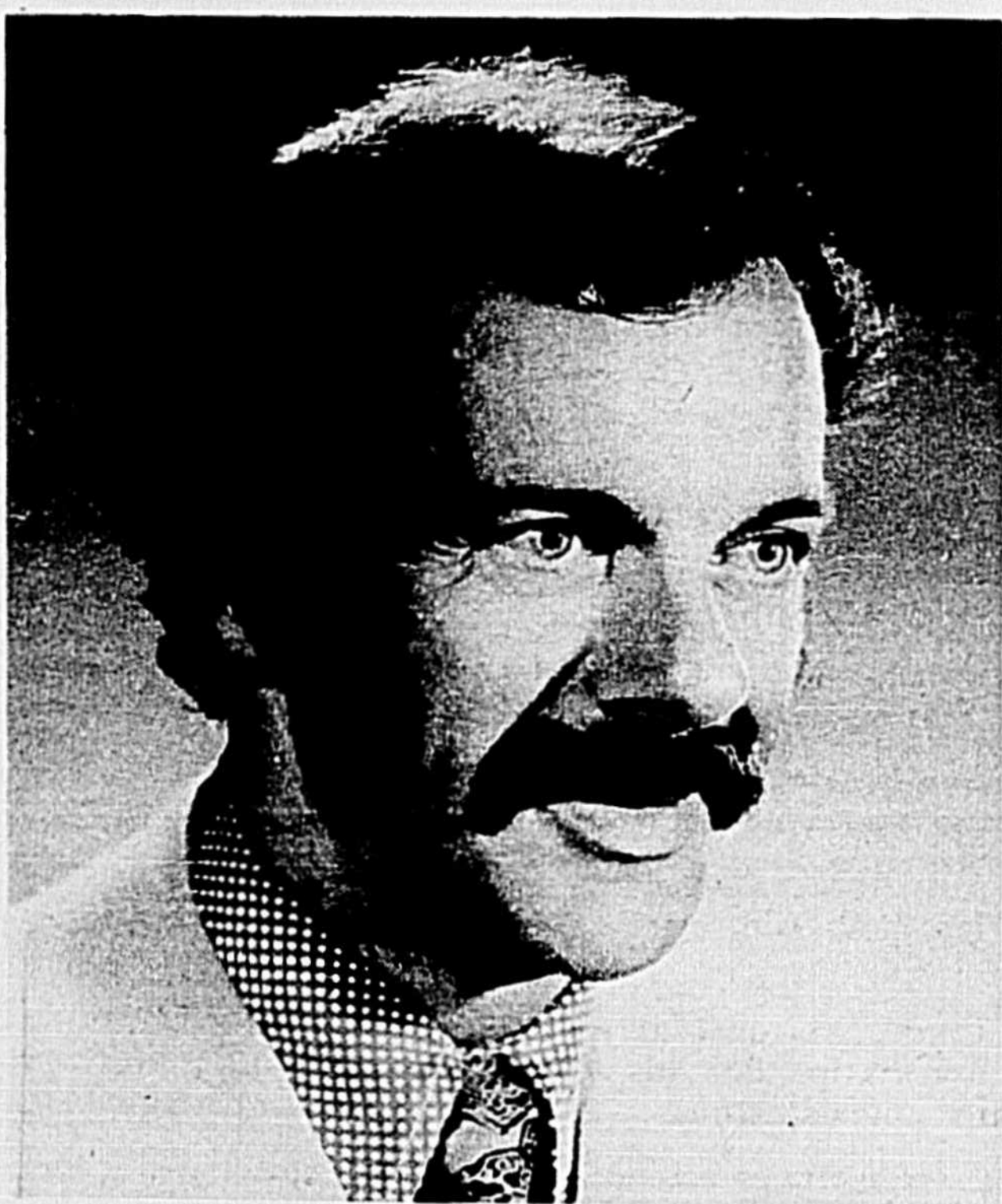
Bernard Lamontagne



M. Gaétan Bruneau  
ingénieur  
directeur général  
des services



Me Léon Nichols, maire



M. Réal Michon, directeur de la récréation

## "LES LOISIRS, UNE MANIÈRE DE VIVRE"

— Réal Michon

Il nous fait plaisir de présenter à la population de Saint-Hyacinthe et des environs, pour la première fois, un cahier spécial consacré au Centre culturel et récréatif.

Notre intention, en faisant paraître le cahier, est de promouvoir et faire connaître la gamme complète des activités du Centre.

Cet édifice, tout en ciment, est là pour faire bouger une population âgée de 3 à 80 ans, et de toutes les classes de la société.

Avec l'avènement de la civilisation des loisirs, c'est tout un monde qui s'ouvre devant nous, un monde encore inconnu hier, mais qui s'enracine de plus en plus dans notre vie et qui y prend même une place de choix.

L'arrivée du Centre culturel et récréatif à Saint-Hyacinthe, n'a pas été reçue avec le même enthousiasme chez les gens. Certains y ont vu quelques appréhensions, s'abstenant surtout de participer et de collaborer au lancement des activités.

En dépit d'un début difficile, l'équipe d'animateurs, avec beaucoup de persévérance, s'est attelée à la tâche, et petit à petit, a réussi à amener les gens à la participation.

Pour répondre aux besoins de la population, l'administration, depuis la création du Centre culturel et récréatif, essaie de fournir un éventail toujours plus grand d'activités susceptibles de rejoindre tout le monde.

Et nous devons en être fiers, puisque le Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe est au nombre de ceux qui fonctionnent bien au Québec. La clé de la réussite est sans doute le programme diversifié que présente depuis sa création, le Centre.

A sa première année, il ne comptait que cinq activités; après quatre ans, il atteint le cap de la quarantaine.

Quand nous entendons Centre culturel, nous avons peut-être tendance à penser immédiatement à la piscine et à ses adeptes qui se signalent un peu partout dans les compétitions; de cela, nous avons raison d'être fiers.

Bien que moins spectaculaires, d'autres activités y fonctionnent aussi à merveille.

Les activités culturelles: Arts plastiques et Céramique; les activités socio-culturelles: Danse populaires, Voyage autour du Monde, Astronomie, etc. Voilà autant de cours qui trouvent vie dans les murs du Centre culturel et récréatif.

La participation est très grande, malgré que nous n'ayons pas tous les équipements et les locaux adéquats pour répondre à l'expression totale des participants; comme, par exemple, une salle d'exposition ou de théâtre. Nous réussissons malgré tout, par des moyens de fortune, à corriger ces palliatifs.

Nous tenons à remercier la population pour sa participation aux activités du Centre, construit en gens. Il est intéressant aux dirigeants de mettre sur pied un programme auquel participent en grand nombre les Maskoutains.

Population sous-entend participation; et son aboutissement nécessite un Centre culturel et récréatif. Et cela, parce que les loisirs sont devenus une manière de vivre.

Nous sommes là pour vous offrir des loisirs qui vous conviennent.

Nous espérons vous voir bientôt.

Réal Michon,  
directeur de la récréation.



Robert Demers  
régisseur des piscines



Jacques Lévesque  
directeur adjoint



## LA DICTION CHEZ LES ENFANTS

L'enseignement de la diction chez les enfants, ne se résume évidemment pas à l'enseignement du français oral.

Il faut leur faire acquérir une émission claire et pure des voyelles françaises, si belles et si uniques.

De plus, il convient de leur enseigner une articu-

lation précise par des exercices tels que comptines, poèmes, etc.

A cela s'ajoute l'initiation de l'enfant à un langage expressif, en faisant la conversation, et en lui donnant un plus vaste vocabulaire, sans oublier, il va de soi, la correction des anglicismes.

Le tout se termine par quelques notions de mime : expression corporelle et art dramatique.

En un mot, il s'agit de faire aimer la belle langue qu'est le français.

C'est Mme Denise Grégoire qui dispense le cours de diction pour enfants.

## L'animation théâtrale pour les 4 à 8 ans

Les enfants aiment jouer aux grands, aux héros. En fait, ils aiment jouer la comédie. Ils aiment s'exprimer dans leur langage, s'exprimer dans leur corps, faire parler, à l'aide de leurs mains de petits personnages légendaires : des marionnettes.

Au Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe, chaque samedi de deux heures à quatre heures, les petits de 4 à 8 ans pourront venir jouer avec toute leur petite personne des comédies, des contes, des drames; et cela, à leur niveau infantile, à titre d'exploration, avec une animatrice.

L'équipement est bien simple, mais à leur portée, et surtout leur fait vivre de grand moment

qu'ils ne sont pas prêts d'oublier.

Avec des ciseaux, du papier, de la gouache et des pinceaux, ils se fabriquent des marionnettes, des boîtes de carton.

A l'aide d'un livre de contes, d'un tourne-disque et de microsillons, ils entrent dans la peau de leur personnage, et passent ainsi des heures agréables sous la conduite d'une animatrice.



## SOYEZ ÉLÉGANTS EN 71-72

En magasinant chez nous vous serez toujours à la hauteur de votre personnalité.

- qualité des marchandises 1ère classe
- ensemble sport et complet



- chemises

**Arrow**

- pantalons style Boutique
- des couleurs selon votre personnalité
- satisfaction garantie ou argent remis

**Ça c'est important !**

L'homme élégant  
Pierre Unisex  
au P'tit Monsieur

**DENIS CUSSON INC.**

BOUTIQUE POUR HOMMES ET GARÇONS  
1540, rue des Cascades Saint-Hyacinthe  
face à la Place du Marché

Tél. 773-0011

**Lamy**  
LTÉE

Spécialiste en fournitures  
tapis — prelarts — tuiles — draperies  
résidentiel, commercial et industriel

ESTIMATION GRATUITE — SERVICE A DOMICILE

Tél. 773-9729

950, rue des Cascades

Saint-Hyacinthe

# Les premiers pas du Ballet classique

Depuis l'apparition de l'homme à nos jours, la danse a toujours été un moyen d'expression, de communication. Au début, l'homme danse pour la guerre, pour la paix, la pluie ou pour le soleil. C'est l'expression d'un peuple, d'une civilisation.

Peu à peu, au cours des siècles, la danse connaît une évolution.

Elle est d'abord un divertissement de Cour, puis, devient un splendide spectacle sous le règne de Louis XIV. Celui-ci est à l'origine des premières formes de ballet académiques. Dans la première moitié du 19<sup>e</sup> siècle, les "pointes" caractérisent la danse classique; ces pointes sont des souliers de satin, renforcés à l'extrémité et permettant de monter sur le bout des orteils. Seules les danseuses ont le privilège de les chaus-

ser. Dans la deuxième moitié de ce siècle, la technique de la danse classique atteint la perfection en Russie.

Enfin, cette technique s'est étendue jusqu'en Amérique grâce à certains danseurs européens voulant faire connaître au monde entier cet art merveilleux qu'est la danse.

\* \* \*

Aujourd'hui, la danse est aussi utilisée pour un développement plus riche tant pour la partie physique que pour la partie psychique du corps humain.

Les parents qui veulent permettre à leurs enfants d'acquiescer une discipline, confiante en eux, respect d'autrui et de plus, élégance et souplesse auront intérêt à leur faire suivre des cours donnés par un professeur qualifié.

Cette année encore, le Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe offre à nos jeunes la possibilité d'étudier cet art. Mlle Suzanne Augustin enseignant pour nous depuis deux ans, reprendra la direction de ce cours.

Elle fit ses débuts à l'âge de neuf ans avec Mme Andrée Gladu à Saint-Hyacinthe. Elle étudia ensuite avec M. Eric Hyrst, directeur des Ballets Métropolitains du Canada, à Montréal. Elle fit aussi un stage d'étude avec le Ballet National de Toronto, enseigné par Mme Lois Smith. Cet été, elle suivit des cours intensifs pendant six semaines aux États-Unis, à Saratoga Springs. M. Oleg Briansky et Mme Mircille Briane, danseurs de réputation internationale, étaient les directeurs de cette école affiliée au New York City Ballet.



## Reprise des activités du cercle d'échecs

Le cercle d'échecs du Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe entreprendra un grand effort de renouveau au cours de la prochaine saison.

Plusieurs centaines de Maskoutains, étudiants, salariés, jeunes ou adultes et retraités, pratiquent ce jeu. Nous voulons faire des réunions du vendredi soir (à compter de 8 heures) le lieu de rencontre de tous les adeptes aussi bien des milieux de travail que de l'enseignement. Notre affiliation à la Ligue d'échecs du Haut-Richelieu nous relie aux associations provinciale, natio-

nale et mondiale des échecs.

Le programme de cette année comprendra outre les rencontres hebdomadaires, la création d'une ligue régulière optionnelle pour les membres intéressés, les épreuves de championnat local, rencontres avec d'autres groupements, démonstration en simultané avec des maîtres (champions du Québec ou autres), l'initiation des débutants (sur demande) le championnat interscolaire de S.-Hyacinthe pour les jeunes aux niveaux secondaires et primaire, peut-être aussi un tournoi couronnant la cham-

pienne féminine maskoutaine (pourquoi pas Mesdames?) et autres.

L'établissement d'une cotisation de \$2. pour les salariés et \$1. pour les non-salariés permettra l'achat de pièces et échiquiers. L'ouverture de la saison aura donc lieu le 8 octobre 1971.

## La joie de vivre avec le Hatha Yoga

Yoga, nom que l'on entend de plus en plus depuis quelques années, mais qu'est-ce au juste que le yoga? C'est une

science, une discipline orientale très ancienne "des millénaires" mais heureusement depuis une vingtaine d'années l'occi-

dent se familiarise de plus en plus avec cette science qui n'est plus maintenant réservée à une élite.

Grâce au yoga, l'adepte peut retrouver la joie de vivre. Le yoga lui donne santé et longévité par les asanas qui rendent la souplesse à la colonne vertébrale, véritable axe vital, calment les nerfs surexcités, relaxent ses muscles, vivifient ses organes et ses centres nerveux. Le prânayama (exercices respiratoires) apporte de l'oxygène et de l'énergie à chaque cellule, dégrasse l'organisme en brûlant les déchets, expulse les toxines, tandis que la relaxation lui permet de préserver l'intégrité de son système nerveux, le prémunit contre la névrose, le délivre de l'insomnie. C'est la seule méthode qui nous permettra de parvenir au contrôle complet de l'esprit et du corps. Le yoga peut être pratiqué par chacun,

quels que soient son âge, son sexe, ou sa religion.

Mme Laurelle Choinière qui dispense le cours de yoga, nous livre son expérience.

"Mon bagage de connaissance s'est accumulé lentement, progressivement, depuis déjà sept ans de pratique régulière et constante dont quatre ans d'enseignement. Ma première formation fut celle de Swami Vishnu Devananda du centre de yoga du même nom à Montréal, c'est un maître en yoga. A trois reprises j'ai suivi des sessions estivales de "Hatha Yoga formation pour enseignants" à Cap Rouge, sessions dirigées par des autorités en la matière. Enfin j'ai participé à deux Séminaires Internationaux de perfectionnement pour professeurs de yoga, l'un à Bruxelles, l'autre à Lausanne sous la direction de M. André Van Lysebeth".



# Pourquoi les "Arts plastiques" au Centre culturel?

En complément à ce qui se fait en ce sens dans le système scolaire, et pour permettre une plus grande accessibilité encore, l'enseignement des "arts plastiques" dans les cadres d'un centre culturel est devenu une nécessité.

L'éducation artistique pour tous doit être avant tout l'éducation de cette spontanéité esthétique et de cette capacité de création dont le jeune enfant manifeste déjà la présence; et elle ne peut, moins encore que toute

autre forme d'éducation, se contenter de la transmission et de l'acceptation passive d'une vérité ou d'un idéal tout élaboré: la beauté, comme la vérité, ne vaut que recréée par le sujet qui le conquiert.

Le traditionnel dessin linéaire, la simple copie d'un dessin ou d'une peinture, la reproduction d'objets géométriques ou même de natures mortes ne correspond guère, par conséquent, aux objectifs que l'on assigne aujourd'hui à cet enseignement,

expression de soi, développement des dons créateurs et de toutes les facultés: imagination, sensibilité, mémoire, volonté, intelligence, jugement, satisfaction émoti-

ve, développement du sens des formes, des couleurs, du mouvement et du goût en général.

Ces commentaires tirés du rapport Parent indiquent clairement l'orien-

tation que doit prendre l'enseignement des "arts plastiques" et son importance pour un développement harmonieux des individus et de la collectivité.

Le centre culturel, en facilitant à tous l'accès à cette forme d'expression et de recherche, joue donc un rôle d'une grande importance.

Danielle LABELLE

## Section arts plastiques et céramique

### SLOGAN DU COURS

Se divertir en étudiant et étudier en se divertissant.

### INITIATION AUX ARTS PLASTIQUES

1 - Emploi des éléments du langage plastique: lignes, taches, textures, valeurs, couleurs, etc.

2 - Connaissance et expérimentation des différents procédés: fusain, gouache, pastel, encre, modelage, etc.

### Dessin:

D'observation, mémoire et imagination.

### Peinture:

Etude de la couleur. Technique de la peinture.

Procédés: gouache, huile, acrylique.

### TRAVAUX EN TROIS DIMENSIONS

Organisation spatiale, figurative et non-figurative.

Procédés: modelage, papier sculpté, sculpture sur savon, bois, etc.

### CÉRAMIQUE

Matériel et outils. Argile.

Exécution en colombins, etc.

Technique de l'évidage, du coulage au plâtre, etc.

Exploration des différentes formes:

Modelage de formes élémentaires.

Transformation des formes de bases, relief, volume.

Animation des surfaces.

Etudes des textures, séchage, cuisson et glaçage.

Gérard BRETON



## La peinture et ses techniques

Ce cours de peinture est offert à tous ceux qui désirent approfondir leurs connaissances dans ce domaine. Cela suppose donc que les participants possèdent au moins les quelques notions de base ayant trait au mélange des couleurs et aux principes de la composition et de l'esthétique.

La connaissance ou l'apprentissage des différentes techniques anciennes et modernes est le principal point sur lequel l'animateur de ce cours insiste d'abord. Dans un second temps l'étudiant pourra approfondir les différents procédés qui lui conviennent le mieux et ainsi découvrir une fa-

çon plus personnelle de s'exprimer.

Parallèlement il est toujours possible pour un étudiant qui a déjà suivi le cours l'année précédente de revenir en "atelier libre" ou même de réexpérimenter les techniques déjà vues.

Gilles Moisan

## Expérience d'une session en poterie

Les motifs amenant les 12 à 15 adultes intéressés par la céramique à un tel cours sont nombreux, variés, mais se résument comme suit: intérêt, besoin de créer dans un climat de détente, sentiment de valorisa-

tion., passe-temps, échange sur des propos touchant l'art. Un désir commun: "Aimer le beau et l'exprimer de façon personnelle".

BUTS DU COURS. — Réussir à posséder une

habileté manuelle qui va jusqu'à la fine dextérité.

Apprendre à se servir des instruments pour façonner la terre et compléter d'une façon harmonieuse l'ébauche d'une création.

Terminer l'oeuvre de façon personnelle par le sablage, le glaçage et la cuisson.

**MATÉRIAUX UTILISÉS.** — Les 10 doigts, pâte à modeler, terre glaise, argile, ébauchoirs et mirettes. Tous ces outils qui permettent l'application des principales techniques de base pour créer des formes et préparer une création esthétique.

**PROGRAMME.** — Les techniques de base sont expliquées au début des cours, à chaque semaine. Les élèves, selon leur personnalité, leur besoin, leur intérêt, leurs possibilités, tenteront d'arriver à rendre leur idée dans une production personnelle en respectant les techniques énoncées.

Le professeur circule dans le groupe, guide les travaux, les oriente et sur-

tout stimule l'adulte pour lui permettre de réaliser son idée première. Il respecte le rythme de chacun. Si un élève a des aptitudes spéciales pour des formes particulières, il l'invitera à pousser plus loin ses productions.

**Conclusions personnelles:** Ce qui attirera mon attention lors de cette première expérience avec les adultes:

Leur intérêt et leur désir de produire.

La satisfaction que leur apporte la vue de leurs productions. C'est pour eux une découverte enrichissante, une surprise de voir qu'ils ont été capables de créer, une joie de possession personnelle.

Expérience enrichissante que j'aimerais reprendre.

Justin BEAULIEU, professeur.



**DANSE ET RYTHMIQUE**

**UN CONTACT AVEC LE MONDE DU RYTHME**

Le cours de danse et rythmique s'adresse aux jeunes de 5 ans à 15 ans. Il est une initiation au folklore général, à la rythmique et aux mimes.

Cette discipline permet à l'enfant de relaxer, de s'extérioriser, de créer et de se situer. L'enfant prend contact avec le rythme et ainsi, la danse aide à son équilibre physique.

Le programme de cette année s'attarde à la danse japonaise, française, canadienne, anglaise, sué-

doise, tchécoslovaque, germanique et à beaucoup d'autres. A travers la danse, se glissent les exercices de rythmique, les jeux de danse, la chanson et le mime.

Les groupes d'élèves sont au nombre de 20 au maximum et les âges varient entre 5 et 7 ans, 8 et 10 ans, 11 et 13 ans et 14 et 15 ans.

A la fin d'une série de 25 heures de cours, les élèves donnent une démonstration aux parents et aux amis.

La danse est nécessaire à l'enfant. Pourquoi?

pour relaxer, défouler, se situer, se rencontrer et s'extérioriser.

A la fin des cours, l'enfant ne dira pas "Je sais" mais "J'éprouve". La danse donne confiance, enlève la peur, et elle est pour tous une façon de s'exprimer, de sortir de soi.

L'enfant timide, brusque, gauche, nerveux, lent, craintif, paresseux, etc., saura satisfaire un de ses grands besoins en suivant une telle discipline. Ce grand besoin s'appelle "se sentir utili-

le", utile à un groupe — un groupe de jeunes comme lui.

L'enfant qui a du talent a autant besoin, si ce n'est plus, de se sentir utile.

Pour savoir si ce cours convient à votre enfant, c'est comme dans la danse, il s'agit de faire un premier pas.

Lucie RAICHE



**Regard sur les meubles antiques**

Il n'y a pas que les historiens qui se tournent vers le passé pour y découvrir des dates, des événements ou des personnages intéressants.

Depuis quelques années, de plus en plus de gens scrutent les siècles passés à la découverte d'objets, d'articles et de meubles qui ont franchi le cap de l'ancienneté.

Qui n'a pas connu une certaine émotion à regarder ou même à toucher un meuble sorti des temps anciens? Qui n'aspire pas un jour à posséder chez soi une collection de meubles antiques?

Très souvent, on trouve ces objets d'art,

mais comme le temps les a quelque peu détériorés, on les laisse où ils sont: dans une remise, dans une cave ou dans un grenier.

Il vous est maintenant possible de faire revivre ces vieux meubles en leur donnant un air de santé.

La restauration des meubles antiques, c'est un cours qui se donne au Centre culturel et récréatif de Saint-Hyacinthe.

Par ce cours, on apprend la façon de traiter ces objets: décapage, réparation du bois, peinture, rembourage, et le reste.

Quelques notions plus théoriques, mais combien pratiques sont données par le professeur aux intéressés.

Ainsi, le professeur dispense des connaissances sur l'origine et l'histoire des meubles antiques; de quel siècle et à quelle école ou courant ils appartiennent, etc.

Comment les dépister, les acheter et les agencer.

Le cours Restauration des meubles antiques, est dispensé par M. Roland Morissette, un ébéniste maskoutain, rempli d'expérience et de connaissance en la matière.

**VOTRE QUINCAILLERIE À SAINT-HYACINTHE**



**STATIONNEMENT GRATUIT DE 100 PLACES.**

La Quincaillerie Gagnon vous offre les mêmes avantages que les grands magasins à rayons, tout en vous donnant le service du commerce indépendant.

- Espace - propreté - choix - qualité - économie - libre service - carte Chargex - commande téléphonique
- quatre camions de livraison - plan mise de côté - garantie et pièces de nos produits.

**QUINCAILLERIE**



3400, boulevard Laframboise  
Saint-Hyacinthe  
Tél. 773-9787



Savourez  
**Coca-Cola**  
Marque déposée



**Paul St-Onge Inc.**

Embouteilleur autorisé de Coca-Cola, Sprite,  
Fanta et Tab sous contrat avec Coca-Cola Ltée



# Nouvelle programmation du Centre culturel et récréatif

## LUNDI

### DICTION (8 et 9 ans)

*Animateur :* Mme Denise Grégoire  
*Calendrier :* 20 septembre  
*Horaire :* 6 h. 15 à 7 h. 15 (soir)  
*Tarif :* \$5.00 par mois  
*Salle :* Arts plastiques

### YOGA

*Animateur :* Mme Laurette Choinière  
*Calendrier :* Inscription le 20 septembre. Début le 27 septembre  
*Horaire :* 6 h. 30 à 7 h. 30, débutantes. — 7 h. 30 à 8 h. 30, intermédiaires  
*Tarif :* \$1.50 / cours  
*Salle :* Yoga

### COURS DE CONDUITE

*Animateur :* M. Roger Tétrault  
*Calendrier :* Information : 773-4355  
*Horaire :* 7 h. à 11 h.  
*Tarif :* —  
*Salle :* Conférence

### INITIATION À LA PHOTOGRAPHIE

*Animateur :* M. Marcel Arel  
*Calendrier :* 4 octobre  
*Horaire :* 7 h. 30 à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* \$30.00 pour 60 heures  
*Salle :* Photographie

### TIR A L'ARC

*Animateur :* M. Marcel Sauvageau  
*Calendrier :* 4 octobre  
*Horaire :* 7 h. à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* Carte de membre, \$5.00 adultes ; \$3.00 étudiants  
*Salle :* Tir à l'arc

### ATELIER THÉÂTRAL

*Animateur :* M. Michel Cormier  
*Calendrier :* 27 septembre  
*Horaire :* 7 h. à 11 h.  
*Tarif :* \$10.00 / an  
*Salle :* Spectacles

### CÉRAMIQUE

*Animateur :* M. Gérard Breton  
*Calendrier :* 4 octobre  
*Horaire :* 7 h. 30 à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* \$30.00 / 60 heures  
*Salle :* Arts plastiques

## MARDI

### YOGA

*Animateur :* Mme Laurette Choinière  
*Calendrier :* 28 septembre  
*Horaire :* 2 h. à 3 h.  
*Tarif :* \$1.50 / cours  
*Salle :* Yoga

### DICTION

*Animateur :* Mme Denise Grégoire  
*Calendrier :* 21 septembre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. a.m.  
 4 - 5 ans  
 3 h. à 4 h. p.m.  
 5 - 6 ans  
 4 h. 15 à 5 h. 15 p.m.  
 6 - 7 ans  
*Tarif :* \$1.50 / cours  
*Salle :* Spectacles

### KARATÉ

*Animateur :* M. Ba Tran Quang  
*Calendrier :* 14 septembre  
*Horaire :* 6 h. à 7 h. 45 (soir)  
*Tarif :* \$10.00 / mois  
*Salle :* Conférence

## MERCREDI

### PEINTURE

*Animateur :* M. Gilles Moisan  
*Calendrier :* 6 octobre  
*Horaire :* 7 h. 30 à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* \$30.00 / 60 heures  
*Salle :* Arts plastiques

### RESTAURATION DE VIEUX MEUBLES

*Animateur :* M. Rolland Morissette  
*Calendrier :* 6 octobre  
*Horaire :* 5 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$20.00 / session  
*Salle :* Yoga

### COURS DE CONDUITE

*Animateur :* M. Roger Tétrault  
*Calendrier :* Information : 773-4355  
*Horaire :* 7 h. à 11 h. (soir)  
*Tarif :* —  
*Salle :* Conférence

### ASTRONOMIE

*Animateur :* M. André Bouchard  
*Calendrier :* 15 septembre  
*Horaire :* 7 h. 30 à 11 h. (soir)  
*Tarif :* Carte de membre, \$5.00 adultes — \$3.00 étudiants  
*Salle :* Photographie

### TIR À L'ARC

*Animateur :* M. Marcel Sauvageau  
*Calendrier :* 6 octobre  
*Horaire :* 7 h. à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* Carte de membre, \$5.00 adultes — \$3.00 étudiants  
*Salle :* Tir à l'arc

### DANSE POPULAIRE AVANCEE

*Animateur :* M. Charles Clément  
*Calendrier :* 6 octobre  
*Horaire :* 7 h. à 11 h. (soir)  
*Tarif :* \$20.00 / 20 heures  
*Salle :* Spectacles

## JEUDI

### CÉRAMIQUE

*Animateur :* M. Justin Beaulieu  
*Calendrier :* 7 octobre  
*Horaire :* 7 h. 30 à 10 h. 30 (soir)  
*Tarif :* \$30.00 / 60 heures  
*Salle :* Arts plastiques

### COURS PRÉ-NATAUX

*Animateur :* Mme Yv. Marchessault  
*Calendrier :* Inscription au besoin  
*Horaire :* 1 h. 30 à 4 h. ;  
 7 h. 30 à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$2.00 / cours  
*Salle :* Yoga

### KARATÉ

*Animateur :* M. Ba Tran Quang  
*Calendrier :* 16 septembre  
*Horaire :* 6 h. à 7 h. 45 (soir)  
*Tarif :* \$10.00 / mois  
*Salle :* Conférence

### GYMNASTIQUE

*Animateur :* Mme Claire Laguë  
*Calendrier :* 7 octobre  
*Horaire :* 8 à 9 h. ;  
 9 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$5.00 / session  
*Salle :* Conférence

## TRICOT ET CROCHET

*Animateur :* Mme Dubois, tricolaine  
*Calendrier :* 7 octobre  
*Horaire :* 7 h. à 8 h. ;  
 8 h. à 9 h. (soir)  
*Tarif :* \$6.00 / mois  
*Salle :* Photographie

## TIR À L'ARC

### Junior, 10 ans et plus

*Animateur :* M. Marcel Sauvageau  
*Calendrier :* 30 septembre  
*Horaire :* 7 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* Carte de membre, \$5.00 adultes — \$3.00 étudiants  
*Salle :* Tir à l'arc

## VENREDI

### COURS DE CONDUITE

*Animateur :* M. Roger Tétrault  
*Calendrier :* Information : 773-4355  
*Horaire :* 7 h. à 11 h. (soir)  
*Tarif :* —  
*Salle :* Conférence

### DANSE FOLKLORIQUE

*Animateur :* Mlle Lucie Raiche  
*Calendrier :* 24 septembre  
*Horaire :* 8 h. à 9 h.  
 9 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$9.00 / 25 heures  
*Salle :* Spectacles

## SAMEDI

### ARTS PLASTIQUES

*Animateur :* Mme Danielle Labelle  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. a.m.  
 11 h. à 12 h. a.m.  
*Tarif :* \$9.00 / 25 heures  
*Salle :* Arts plastiques

### ESCRIME

*Animateur :* M. Gérard Cléroux  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 2 h. à 4 h.  
*Tarif :* \$5.00 / mois  
*Salle :* Arts plastiques

### BALLET

*Animateur :* Mlle Suzanne Augustin  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. a.m.,  
 3<sup>ème</sup> année  
 11 h. à 12 h. a.m.,  
 2<sup>ème</sup> année  
 3<sup>ème</sup> année  
 2<sup>ème</sup> année  
 1 h. à 2 h.,  
 5, 6, 7 ans  
 2 h. à 3 h. p.m.,  
 8, 9 ans  
*Tarif :* \$25.00 / 25 heures  
*Salle :* Yoga

### KARATÉ

*Animateur :* M. Ba Tran Quang  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. 30 a.m.  
*Tarif :* \$0.50 / cours  
*Salle :* Conférence

### ESTHÉTIQUE

*Animateur :* Mme Claire Laguë  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 2 h. à 4 h. p.m.  
*Tarif :* \$8.00  
*Salle :* Conférence

## JEUNES NATURALISTES

*Animateur :* Soeur Gaucher  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. 30 a.m.  
*Tarif :* \$3.00  
*Salle :* Photographie

## YOGA POUR JEUNES

*Animateur :* Mme Laurette Choinière  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 2 h. à 3 h. p.m.  
*Tarif :* \$0.50 / cours  
*Salle :* Photographie

## TIR À L'ARC (junior)

*Animateur :* M. Marcel Sauvageau  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 1 h. 30 à 4 h. p.m.  
*Tarif :* Carte de membre, \$5.00 adultes — \$3.00 étudiants  
*Salle :* Tir à l'arc

## DANSE FOLKLORIQUE

*Animateur :* Mlle Lucie Raiche  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 10 h. à 11 h. a.m.,  
 5, 9 ans ;  
 11 h. à 12 h. a.m.,  
 11, 12 ans  
*Tarif :* \$9.00 / 25 heures  
*Salle :* Spectacles

## ANIMATION THÉÂTRALE (4 - 8 ans)

*Animateur :* Mlle Lucie Cormier  
*Calendrier :* 2 octobre  
*Horaire :* 2 h. à 4 h. p.m.  
*Tarif :* —  
*Salle :* Spectacles

## DIMANCHE

### DISCOTHÈQUE

*Animateur :* —  
*Calendrier :* 19 septembre  
*Horaire :* 2 h. à 5 h. p.m.  
*Tarif :* \$0.35  
*Salle :* Spectacles

## MARDI

### BASKETBALL

*Animateur :* M. André Arcand  
*Calendrier :* Inscription : 5 octobre (Centre culturel)  
 Début : 12 octobre (Clinique au gymnase de l'école Fadette)  
*Horaire :* 8 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$6.00 / an  
*Salle :* Gymnase de l'école Fadette

## LUNDI

### VOLLEY BALL

*Animateur :* M. André Arcand  
*Calendrier :* Inscription : 4 octobre (Centre culturel)  
 Début : 11 octobre (Clinique au gymnase de l'école Fadette)  
*Horaire :* 8 h. à 10 h. (soir)  
*Tarif :* \$6.00 / an  
*Salle :* Gymnase de l'école Fadette

## La nécessité des cours prénataux

Les cours prénataux s'adressent à toutes les femmes enceintes. Ils se donnent régulièrement à tous les jeudis au Centre culturel.

Le contenu des cours : 4 à 7 mois de grossesse

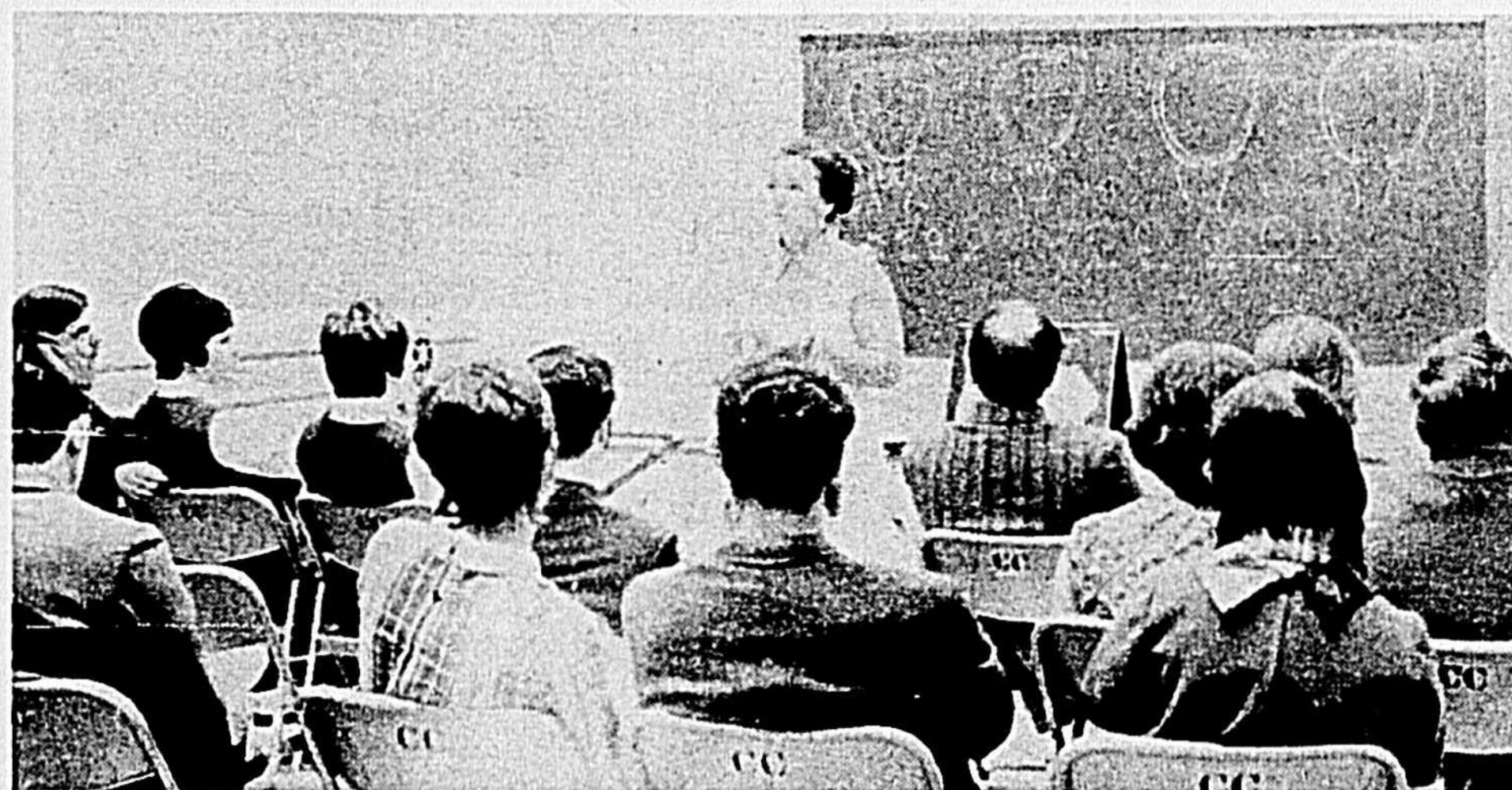
**Des exercices** — de conditionnement physique, permettant à la future maman de passer une grossesse agréable; de respiration et de détente; pour soulager certains inconforts fréquents chez la femme enceinte; mouvements et positions adaptés à la vie quotidienne; conseils pratiques pour éviter les malaises courants de la grossesse; positions de repos suggérées à la future ma-

man; hygiène de la grossesse; et régime alimentaire de la femme enceinte.

**7 à 9 mois de grossesse**  
Notions d'anatomie et de physiologie avec planches anatomiques; différentes techniques respiratoires à utiliser au moment du travail; explication des différentes phases de l'accouchement; position de détente pendant les contractions; soins du bébé — allaitement maternel, préparation des biberons, alimentation; présentation d'exercices post-nataux, afin de restaurer le plus tôt possible santé et esthétique; cours en présence des maris afin de

les initier à l'accouchement; visite de la salle d'accouchement; témoignages de mamans ayant expérimenté l'accouchement conscient.

Enfin, des conférences seront données par des médecins aux couples dans l'attente sur les sujets suivants : Physiologie de la grossesse et l'accouchement; Développement du fœtus intra-utérin; Changements qui s'opèrent chez la femme enceinte; Présentation de diapositives et d'un film sur l'accouchement; Explication de toutes les méthodes anti-conceptionnelles.



## Les mille et un secrets du tricot et du crochet

Le cours de tricot-crochet, dispensé au Centre culturel et récréatif, s'adresse tant aux personnes désireuses de connaître les rudiments de la broche et de l'aiguille, qu'à celles qui veulent en savoir davantage sur le crochet et le tricot. L'enseignement est donné par Mme Jeanne-d'Arc Du-bois.

Le cours qui se divise en deux sections, comprend :

**Pour débutantes :**  
Base de tricot (points)  
Base du crochet (points)

Manière de prendre les mesures  
Manière de suivre un schéma

Les diminutions au crochet et à l'aiguille

Différents bricolages : ceintre en jersey

tapis animaux sur moules en plastique

décorations de Noël

bourse en paille et en laine sur moules en plastique

Pièces murales au petit point

Pièces murales avec aiguille poinçon

**Pour autre groupe :**

Récapitulation des différents points, terme de crochet et tricot.

Conseils sur la coupe - les schémas, les mesures - les patrons- les diminutions au crochet -

entretien des vêtements tricotés et crochetés.

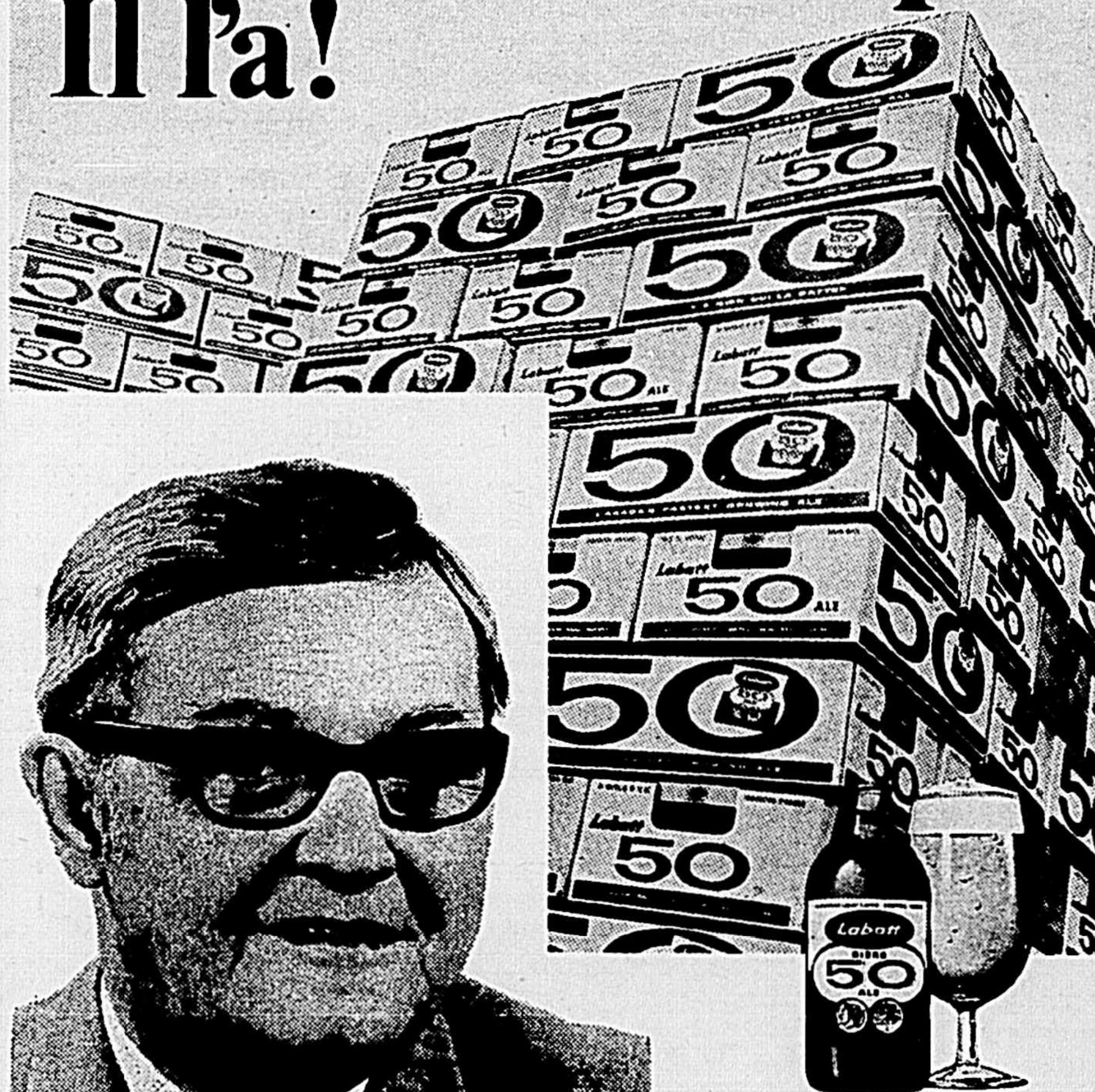
Pièces murales au petit point

Usage de l'aiguille poinçon - de la crampe

Tapis avec crochet à clenche

Différents bricolage avec la paille et la laine sur des moules en plastique.

# Tu l'as ou tu l'as pas Il l'a!



**Léo Thérout**  
votre distributeur Labatt

Partout au Canada, Labatt, y a rien qui la batte! Brassée au Québec par La Brasserie Labatt Limitée.

## CHEZ NICOLE

VETEMENTS POUR ENFANTS ET BEBES

Le magasin de la mère soucieuse.

555, ave de l'Hôtel-Dieu

Tél. 774-5451



Ouvert tous les jours à compter de 11 h. du matin.

Salon d'amincissement vous donne une garantie de 5" d'amincissement en 5 sessions, ou argent remis. Pour toutes informations, rendez-vous ou appelez.

370, rue Saint-François

Tél. 773-9823

## SALON CATY

Lise Michon Beaucage, prop.

permanents — teinture — mise en plis de tous genres, avec ou sans rendez-vous.

370, rue Saint-François

Tél. 773-0122

## SALON D'ESTHÉTIQUE MONCIA ENRG.

Mlle Cécile Despard, prop.

Dépositaire des produits Lancôme et des parfums Guy Laroche

370, rue Saint-François

Saint-Hyacinthe

Tél. 773-9595

# VOYAGE AUTOUR DU MONDE, DES HORIZONS NOUVEAUX

Malgré la facilité, le confort et le plaisir que nous offrent les compagnies de transport aérien, ferroviaire ou routier, il n'est pas toujours possible de se permettre un voyage, ne serait-ce qu'un bref séjour, en terre étrangère.

Ce n'est pas qu'il faille prendre pour soi, l'expérience malheureuse de Beaudelaire, quand il dit : "Aimer savoir celui qu'on tire du voyage".

Chacun s'est rendu compte du plaisir qu'on peut avoir à visiter des pays inconnus, à vivre avec des gens différents de soi, et à connaître des us et coutumes étrangers à ses propres usages.

Les avantages qu'on retire d'un voyage sont nombreux; c'est tout un bagage de connaissances

qui ne peuvent qu'enrichir la personne qui se donne le soin de regarder d'un oeil attentif, les richesses des pays visités.

Cela a toujours été une nécessité pour l'homme que de voyager. Bien que ce ne soit plus pour les mêmes raisons ou les mêmes besoins, il n'en reste pas moins que tout individu garde au fond du coeur, un goût de l'étranger.

Pour répondre à ce besoin, les autorités du Centre culturel n'ont pas manqué d'inscrire à l'horaire, une activité qui s'adresse à toute personne qui aime les voyages, même si elle n'a pas le loisir de s'en permettre.

*Voyage autour du monde*, à l'horaire depuis déjà deux ans, est une

activité qui permet de prendre contact avec tout pays. Elle est animée par M. Pierre Boislard.

Le but est de faire connaître à la population maskoutaine les peuples et pays qui composent la terre.

Les renseignements sont donnés par le truchement de films, de diapositives, de conférenciers ou d'explorateurs invités, etc.

Les responsables de l'activité, afin de fournir des données les plus exactes possibles, font affaire directement avec les ambassades.

Les motifs qui peuvent pousser les gens à s'inscrire à *Voyage autour du monde* sont nombreux.

Les uns profitent de l'occasion pour compléter leurs connaissances

sur tel et tel coin de terre, sans pour cela sortir de son patelin; d'autres surtout des professeurs, veulent se documenter en géographie et histoire afin de mieux enseigner à leurs élèves; d'autres enfin projettent un voyage et viennent y recueillir les données élémentaires ou autres du pays où ils se rendront.

Il arrive souvent au cours de l'année que les responsables présentent aux membres de l'activité, un éminent personnage de passage en terre québécoise, ou fassent venir des délégations d'un pays étrangers : des musiciens, des voyageurs, des conférenciers, des danseurs exotiques, etc.

*Voyage autour du monde*, c'est une activité qui ouvre des horizons nouveaux.



M. Pierre Boislard, animateur



Beau choix de  
**CROISIÈRES**  
aux Antilles pour '72

Réservez à l'avance,  
évitez d'être déçus.

1 semaine en Jamaïque  
**\$199.**

comprenant :

- billet avion, aller-retour par jet
- transferts entre l'aéroport et l'hôtel
- chambre luxueuse au Mahoe Bay Club pour 7 nuits
- 7 petits déjeuners à l'hôtel
- une visite guidée de Montego Bay

**Noël :**

**Barbades :**

départ, 22 décembre  
retour, 2 janvier.

**Bahamas :**

départ, 26 décembre  
retour, 2 janvier.

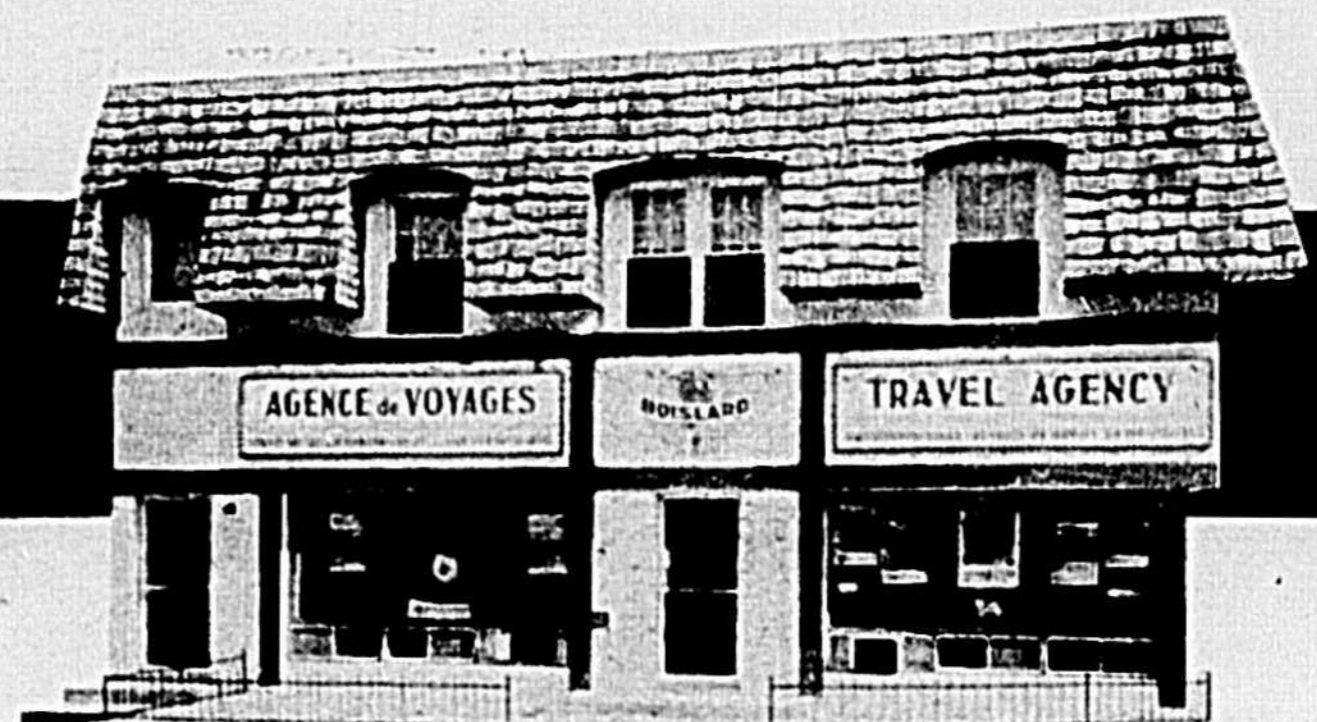
AGENCES DE VOYAGES

# BOISLARD

PIERRE M. BOISLARD

2095, rue Girouard  
Saint-Hyacinthe  
Tél. 774-6436

377, boulevard Laurier  
Beloeil  
Tél. 467-7984



# Historique de la piscine du Centre culturel et récréatif

La piscine du Centre culturel de S.-Hyacinthe érigée avec le triple concours des autorités municipales, provinciales et fédérales paraît être dans notre ville une des plus remarquables réussites de ces dernières années.

Conçu, construit et aménagé en 1967 dans le cadre du centenaire de la Confédération canadienne, le Centre culturel se situe dans la partie Nord-Ouest de la cité de S.-

Hyacinthe dans un secteur très accessible où l'espace est vaste et très attrayant.

La dimension de la piscine est semi-olympique et cette dernière attire un nombre de plus de 77,153 personnes chaque année. On y pratique les sports aquatiques sous toutes ses formes : natation, plongeon, water-polo, etc.

Voilà longtemps que s'imposait chez nous une

telle création où l'on peut maintenant se récréer dans un atmosphère des plus agréables.

Cette piscine est à la hauteur de l'augmentation constante de la population maskoutaine qui anticipe des loisirs sains et utiles.

Les heures d'ouverture sont nombreuses pour toute la famille : par exemple, les enfants peuvent venir six jours par semaine du lundi au sa-

medi, de 4 h. 30 à 6 heures p.m., et les adultes de 8 h. 30 à minuit.

Le dimanche la piscine est à la disposition du grand public de 2 heures à 5 heures.

En plus, des cours de natation se donnent dans une proportion extraordinaire et les gens en sont, on ne peut plus, satisfaits.

Des tremplins de haute qualité (Duraflex), un système de musique a-

gréable, un bain sauna moderne et des salles de déshabillage accueillantes contribuent à donner le service nécessaire à la population maskoutaine.

La sécurité aquatique y est appliquée sévèrement et en tout temps un sauveteur y assure une surveillance constante.

L'eau est traitée et filtrée par un système à terre diatomée et chauffée à une température de 81 degrés F.

Rien n'arrête la population maskoutaine de se rendre à la piscine du Centre culturel. La neige, la pluie, le gel, des températures atteignant 20 degrés sous zéro, les tempêtes n'ont eu raison des fervents de la natation.

Dans ce cahier nous avons voulu nous éclairer sur cet établissement à la portée de tous.

Nous vous souhaitons la bienvenue.

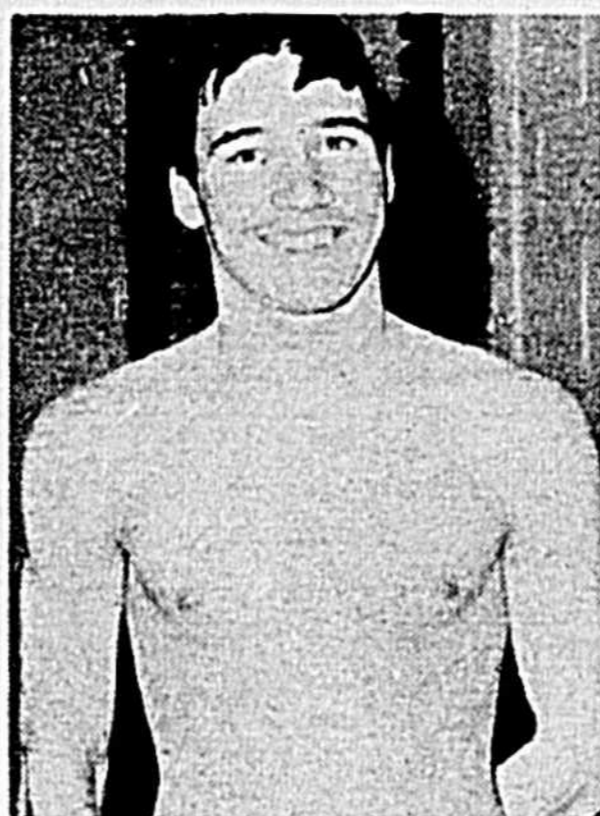


Lyne Thériault

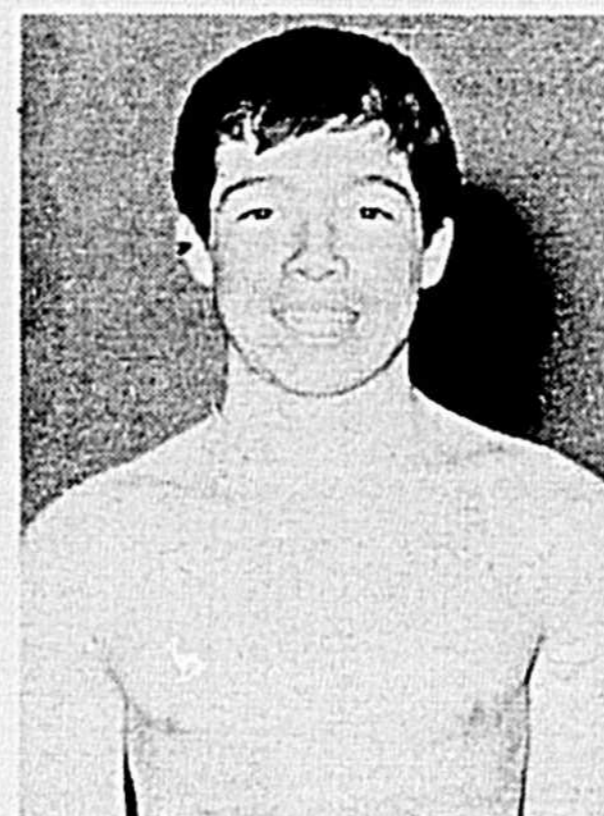


Brigitte Guay

## L'équipe de natation s'achemine vers de nouvelles performances



Denis Lecomte



Alain Plourde

L'équipe de natation du Centre culturel de Saint-Hyacinthe en est à sa deuxième année de formation.

Sous l'habile direction de Robert Demers, entraîneur de l'équipe et régisseur des piscines de Saint-Hyacinthe, l'équipe de Saint-Hyacinthe a atteint cette année des performances sans précédents.

Elle compte en effet dans ses rangs plus de 60 garçons et filles s'entraînant de 3 à 6 fois par semaine dépendant de la force de l'athlète et de sa performance.

L'âge varie de 6 ans à 19 ans puisqu'une équipe comprend 5 catégories : 8 ans et moins, 9-10 ans, 11-12 ans, 13-14 ans et 15 ans et plus.

Ces jeunes adeptes de la compétition nagent de 3 à 18 milles d'entraînement en moyenne par semaine dépendant de l'âge de l'athlète.

Par exemple un enfant de 10 ans et moins peut nager de 1/2 mille à 1 mille par jour à sa séance d'entraînement et ceux de 13 ans et plus nagent de 1 à 3 milles.

C'est donc dire que nos représentants maskoutains se préparent très sérieusement et leur formation est soigneusement suivie.

Ils apprennent le crawl, la brasse, le papillon et le dos.

Les tournants spécialisés à chacun des styles, le conditionnement physique, les exercices multiples de natation, la correction des styles s'ajoutent pour former des nageurs de haute qualité.

Tous les enfants sont les bienvenus dans l'équipe de la Cité de Saint-Hyacinthe. La Direction du Centre culturel adopte comme idéologie le principe que former de plus en plus de bons nageurs est de donner la chance à tous de se faire valoir.

Selon Robert Demers, l'instructeur de cette équipe prestigieuse, "un jeune débutant a autant de chance de se faire valoir qu'un bon nageur s'il prend goût à cette discipline".

"C'est pourquoi, dit-il, nous nous devons d'accepter même ceux qui ont peine à franchir une longueur de piscine".

Qui sait?... "Notre futur champion olympique est peut-être le prochain venu dans notre équipe?"

Nous faisons tout en notre pouvoir pour corriger les styles de ces nageurs et par la suite nous les entraînons. Voilà notre secret".

Donc, si vous aimez la natation de compétition, allez rencontrer M. Robert Demers, il se fera un plaisir de vous renseigner.

## Des cours de natation pour tous les âges

Depuis son ouverture, la piscine du Centre culturel de Saint-Hyacinthe accueille des milliers d'enfants et adultes aux cours de natation.

Dès l'âge de 3 ans, on y apprend les principaux rudiments de la natation, de l'acclimatation aux mouvements les plus perfectionnés.

Ces cours se divisent en trois parties principales :  
**Maternels** : 3 à 6 ans  
**Enfants** : 6 à 15 ans  
**Adultes** : 16 ans et plus.

**MATERNELS** : 3 à 6 ans

Ces cours de maternels sont spécialement conçus pour les jeunes enfants qui ne savent pas nager. Avec l'aide d'un petit flotteur spécial dégonflable, de forme ovale, l'enfant apprend à se mouvoir dans l'eau en toute sécurité et avec aisance. Quand l'enfant progresse et qu'il renforceit, on sou-

tire de l'air du ballon par petite quantité et peu à peu l'enfant nage seul.  
**ENFANTS** : 6 ans et plus

Les cours de natation pour les 6 ans et plus comprennent plusieurs niveaux tous sanctionnés par la Société canadienne de la Croix-Rouge.

Les instructeurs, diplômés de la Croix Rouge, sont en rapport constants

avec cette société, s'assurant ainsi de tous les changements, des nouvelles méthodes, afin de donner un enseignement des plus modernes.

Ils doivent obligatoirement se soumettre à un examen à tous les deux ans afin de connaître justement tous les nouveaux changements.

On y enseigne donc :  
 le pré-juvénile acclimatation  
 le juvénile débutant  
 le junior semi-avancé  
 l'intermédiaire perfectionnement  
 le sénior avancé  
**ADULTES** :

Les cours pour adultes demeurent une des activités les plus populaires de la piscine. Un choix d'heures considérables contribuent à faire de ces cours le rendez-vous de ces adultes.

Comme pour les enfants, tous les niveaux y sont enseignés.

Un adulte débutant (juvénile) qui commence en septembre peut facilement réussir son junior en avril et amorcer l'intermédiaire avant la fin de la saison soit à la fin de mai.

Tous peuvent apprendre à nager, il suffit de quelques semaines et le tour est joué.



Bruce Marjoribanks



## La plongée sous-marine monte en popularité

Vu l'intérêt sans cesse grandissant des Québécois pour la plongée sous-marine, le Centre culturel en collaboration avec le Centre de Plongée sous-marine du Québec organise un cours pour tous les intéressés.

Ce cours de cinquante heures s'adresse tant aux hommes qu'aux femmes. Il débutera le 15 novembre pour se terminer à la fin de février.

Tous les nageurs moyens capable d'exécuter deux longueurs de piscine sans arrêt peuvent se rendre au Centre à partir du 26 septembre pour la période d'essai.

Pour le cours vous devez fournir votre équipement de base c'est-à-dire palmes, masque et tuba. Le cylindre et le régulateur seront la responsabilité des instructeurs.

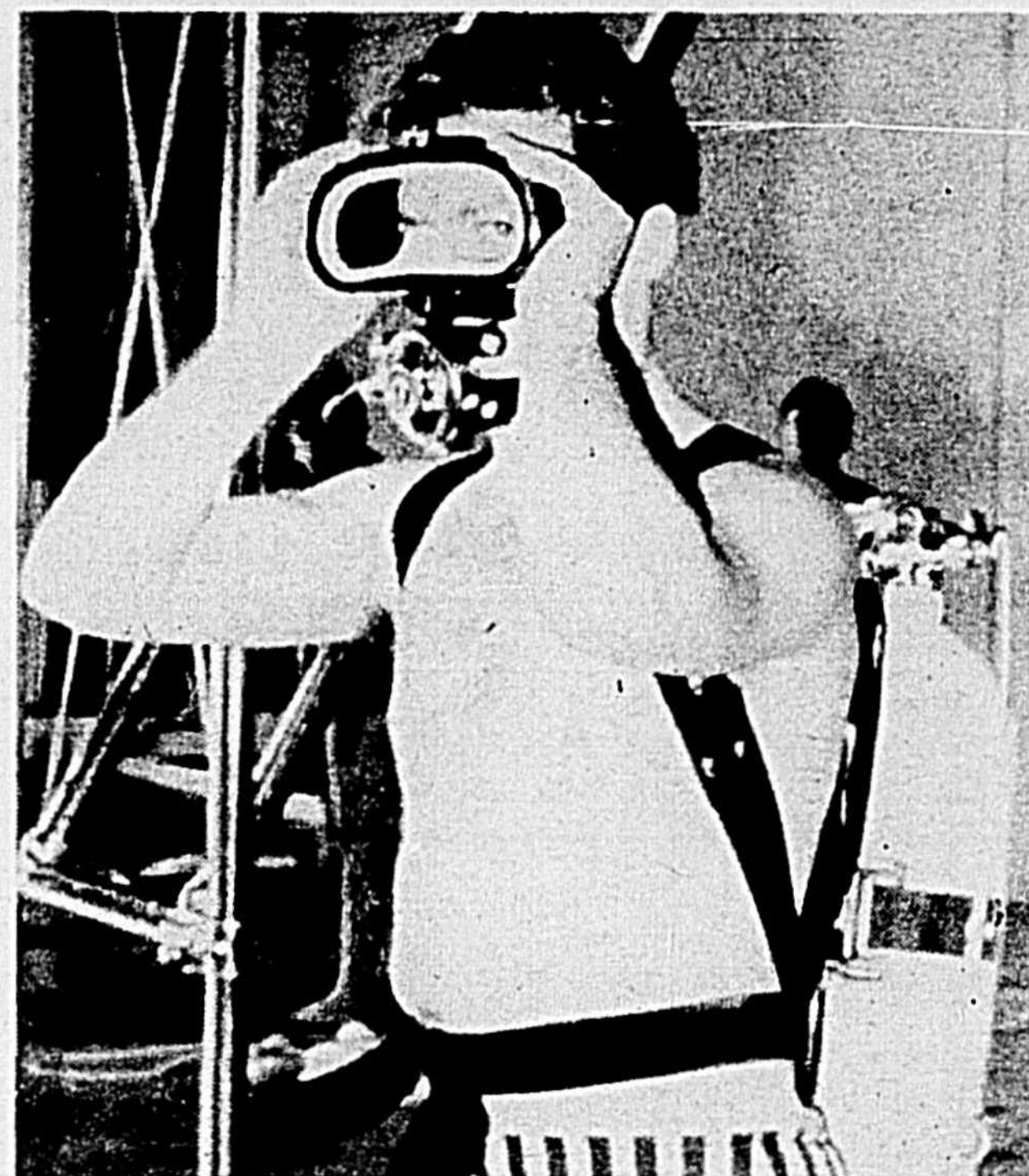
Ce cours comprend deux parties : une pratique d'une durée de trente-cinq heures où l'on vous apprend la façon d'évoluer dans l'eau et l'autre, théorique, qui donne les principes de base de la plongée.

Donc tous ceux qui désirent s'adonner à cette discipline, rendez-vous à la piscine du Centre culturel tous les dimanches

à partir du 26 septembre entre midi et deux heures. Le prix du cours n'est que de \$45.00, si vous n'êtes pas abonné au Centre culturel, il vous en coûtera \$10.00 de plus. Une réduction de \$10.00 sera accordée aux femmes.

Ce cours est sanctionné par le Centre de Plongée sous-marine du Québec et par la P.A.D.I., une des plus importantes associations américaines.

Pour de plus amples renseignements, communiquez avec le Centre culturel ou encore avec Denis Duchesne, responsable de l'organisation de ce cours, à 773-1807.



S T A T I S T I Q U E S			
Participation aux activités du Centre			
année	nombre d'activités	section culturelle, sportive et sociale	section de la piscine
1968	8	19,937	40,151
1969	22	46,060	45,610
1970	28	86,120	77,763
1971	42	?	?

## De nouvelles équipes au water-polo

Les équipes de water-polo du Centre culturel feront parler d'elles lors de la prochaine saison.

De source certaine, nous avons appris dernièrement que l'équipe féminine et l'équipe masculine seront presque complètement remaniées.

Robert Demers assumera la direction entière de l'entraînement et de la

cédule des joutes à l'étranger.

Des joueurs nouveaux s'ajouteront à la formation tandis que d'autres moins sérieux devront céder leur place.

L'équipe féminine sera à son meilleur à la mi-décembre et débutera très tôt les compétitions hors concours.

L'équipe masculine sera à son maximum de

condition physique vers la mi-mars ou début d'avril si tout va bien.

Un nombre illimité de nouveaux joueurs seront acceptés à l'entraînement à la seule condition qu'ils soient âgés de 14 ans au moins.

Il sera intéressant de suivre les progrès de ces équipes durant la saison qui vient.

## ARPIN ET LANGELIER INC.

COURTIERS ASSURANCES AGRES

Tél. 773-8435

690, rue Sainte-Anne

Saint-Hyacinthe

## JOCELYN LEDOUX

FLEURISTE

516, rue Mondor

Tél. 774-4757

## RÔTISSERIE PARENTEAU

A. Champigny et Y. Héту, props.

HOT CHICKEN — BAR-B-Q. — BOBO BAR — SPAGHETTI  
TOURTIÈRE — HAMBURGER STEAK — CLUB SANDWICH

OUVERT 7 JOURS PAR SEMAINE  
LIVRAISON GRATUITE

1025, rue Bourdages

Tél. 773-8533

## AUTOBUS MASKOUTAINS

LE MOYEN LE PLUS ÉCONOMIQUE DE TRANSPORT

Tél. 774-4411

380, rue Saint-François

Saint-Hyacinthe

## Denis De Jordy Sports Inc.

DEPOSITAIRE  
DES FAMEUX

# Speedo



POUR DAMES ET JEUNES FILLES  
**MAILLOTS OLYMPIC**  
une pièce, bikini, tailles : 24 à 40  
prix de : \$6.95 à \$19.95

POUR HOMMES ET GARÇONS  
**COSTUMES DE BAIN**  
Tailles : 20 à 40  
prix de : \$4.25 à \$7.  
ACCESSOIRES POUR NATATION



- lunette
- chronomètre
- bonnet de bain de compétition
- ballon de sécurité
- accessoires pour la plongée sous-marine

Le sport c'est notre spécialité :

- HOCKEY
- SKI
- RAQUETTE
- FOOTBALL
- BASKETBALL
- VOLLEYBALL
- BASEBALL
- TENNIS
- BADMINTON

548, rue Mondor

Saint-Hyacinthe

Tél. 773-0544

# Horaire de la piscine du Centre

## BAIN LIBRE POUR ADULTES

LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Mixte 8:30 à 11:45 BAIN LIBRE	Fermée

## COURS POUR ADULTES

7:30 à 8:30	7:30 à 8:30	7:30 à 8:30	7:30 à 8:30	7:30 à 8:30	7:30 à 8:30	12:00 à 2:00
Cours collectif FEMMES	Cours collectif HOMMES	Cours collectif FEMMES	Cours collectif FEMMES	Cours spéciaux	Cours spéciaux	Plongée sous-marine

## SAUNA

Sauna FEMMES	Sauna HOMMES	Sauna FEMMES	Sauna HOMMES	Sauna FEMMES	Sauna HOMMES	Sauna HOMMES
4:30 à 5:45 8:30 à 11:45	4:30 à 5:45 8:30 à 11:45	4:30 à 5:45 8:30 à 11:45	4:30 à 5:45 8:30 à 11:45	4:30 à 5:45 8:30 à 11:45	5:00 à 5:45 8:30 à 11:45	2:00 à 5:00

## BAIN LIBRE POUR ENFANTS ET ADULTES

4:30 à 5:45	4:30 à 5:45	4:30 à 5:45	4:30 à 5:45	4:30 à 5:45	5:00 à 5:45	2:00 à 5:00
						FAMILIAL

## COURS POUR ENFANTS (6 ANS ET PLUS)

SAMEDI		COURS COLLECTIFS GRATUIT AVEC CARTE DE MEMBRE	COURS SEMI PRIVE \$1.00 DU COURS AVEC CARTE DE MEMBRE	PRIX DES ABONNEMENTS PISCINE, SAUNA ET COURS COLLECTIF COMPRIS Tous les payeurs de taxes à la Cité de St-Hyacinthe sont considérés comme résidents.		
Semi Privé	Collectif			Étudiant INDIVIDUEL	Résident	Non résident
9:00 à 10:00 FILLES	10:00 à 11:00 11:00 à 12:00 FILLES			\$12.00	\$20.00	\$15.00
1:00 à 2:00 GARÇONS	2:00 à 3:00 3:00 à 4:00 GARÇONS			\$30.00	\$40.00	\$50.00

## COURS POUR ENFANTS (3 A 6 ANS)

MERCREDI	VENDREDI	VENDREDI	SAMEDI
3:30 à 4:30 Maternelle	12:30 à 1:30 Maternelle	1:30 à 2:30 Maternelle	4:00 à 5:00 Maternelle

## Horaire des cours de natation

### ADULTES

Lundi : du 27 septembre au 6 décembre (femmes) : débutantes, semi-avancées, juvéniles, juniors.  
Mardi : du 28 septembre au 7 décembre (hommes) : débutants, semi-avancés, juvéniles, juniors.  
Mercredi : du 29 septembre au 8 décembre (femmes) : débutants, juvéniles, avancées, intermédiaires, séniors.  
Jeudi : du 30 septembre au 9 décembre (femmes) : juvéniles, juniors.  
(les cours se donnent de 7 h. 30 à 8 h. 30 et sont collectifs.)

### ENFANTS (6 ans et plus)

Du samedi 2 octobre au 11 décembre  
Filles : 9 h. à 10 h. : cours semi-privés  
10 h. à 11 h. : cours collectifs  
11 h. à 12 h. : cours collectifs  
12 h. à 13 h. : cours collectifs  
Garçons : 13 h. à 14 h. : cours semi-privés  
14 h. à 15 h. : cours collectifs  
15 h. à 16 h. : cours collectifs

### MATERNELS (6 ans et moins)

Mercredi : du 29 septembre au 1er décembre : de 15 h. 30 à 16 h. 30  
Vendredi : du 1er octobre au 3 décembre : de 12 h. 30 à 13 h. 30  
de 13 h. 30 à 14 h. 30  
Samedi : du 2 octobre au 4 décembre : de 16 h. à 17 h.

Il est à noter que les cours collectifs sont gratuits avec la carte de membre. Les cours semi-privés ne coûtent que \$1 avec la carte de membre.

## À la découverte de la nature

Quoi de plus spectaculaire que la belle NATURE!

Cette merveille est du domaine de l'exploration.

Le mouvement "CLUB DES JEUNES NATURALISTES" favorise la découverte de ces merveilles. Le C.J.N., en effet, nous permet de faire de multiples recherches scientifiques, de découvrir la flore et la faune qui nous entourent, d'explorer le sol que nous foulons aux pieds, de pénétrer dans ses profondeurs pour y découvrir : insectes, animaux, flore, minéraux, etc.

Ce mouvement nous invite aussi à excursionner ici et là, à travers bois, forêts, prairies, cours d'eau, montagnes, etc,

pour s'enrichir de riches connaissances.

Des expériences diverses se situent continuellement tout au cours de l'année : laboratoire, dissection, germination, conservation, protection font l'objet de découvertes nombreuses et sensationnelles.

De plus, l'astronome amateur a aussi sa place. Il peut étudier et déchiffrer la voûte céleste pour y découvrir des merveilles sans nombre.

Le C. J. N. s'adresse donc à tous ceux qui aiment la NATURE et qui désirent la connaître davantage. Il permet de vivre amplement, de jouir plus grandement de toute la belle CREATION.

Une amie naturaliste  
Béatrice

## GARAGE JOSÉ ET ROSARIO ENR.

JOSÉ TEIXEIRA, président

spécialistes des voitures sports et européennes  
concessionnaire Volvo

1100, rue Saint-Louis

Saint-Joseph

Tél. 773-9966

## OSIAS LEMIEUX LTÉE

Entrepreneur général

réparation — construction

2470, rue Beauparlant

Saint-Hyacinthe

Tél. 774-6468

## MOTEL SAINT-HYACINTHE

RECOMMANDE AAA

télévision — air climatisé — piscine  
salle à manger — bar

4825, boulevard Laurier

Douville

Tél. 773-2538

## AUBIN & SAINT-PIERRE INC.

JEAN RATHÉ, président

Équipement agricole et industriel

Boulevard Laurier

Douville

Tél. 774-5356

## LE TIR A L'ARC, UN SPORT D'ADRESSE

Le tir à l'arc est un sport d'adresse et non une compétition de vitesse. Il faut le pratiquer lentement, avec progression et persévérance. Chaque séance de pratique devrait être précédée d'une mise en condition physique, simple, mais efficace.

C'est un sport d'adresse et de conditionnement physique. C'est une technique différente des autres sports. Il est psychologiquement nécessaire d'habituer ses réflexes à une série de mouvements de base, auxquels aucun archer ne peut se soustraire. On y arrive par de bonnes et nombreuses pratiques. C'est grâce à ces pratiques que le subconscient enregistre suffisamment les mouvements, qui deviennent alors des habitudes acquises.

C'est cette seconde nature, qui seule, permettra de parfaire votre tir, qui, tout d'abord était simple, est ensuite devenu de plus en plus compliqué.

Ce faisant, l'archer apprend à conserver la maîtrise de ses mouvements.

Un bon nombre de débutants abandonnent le tir à l'arc ou n'en font presque plus, parce qu'ils n'ont pas su comment faire convenablement tel ou tel mouvement. Ils ne peuvent surmonter cette épreuve qui s'accroît avec le désagrément de ne jamais pouvoir convenablement et ils ont cette impression de n'être pas aptes à tirer comme ils le voudraient.

Le débutant parviendra facilement à goûter

le plaisir de savoir tirer, quand on lui apprendra tous les mouvements de base ainsi que la maîtrise préliminaire. Ses premiers exercices l'encourageront à aller plus loin parce qu'il aura goûté le plaisir d'atteindre la cible et celui-ci lui fera répéter ces mouvements de base essentiels et de les exécuter de mieux en mieux.

Il s'agit donc d'être méthodique dès le début, de soigner les détails de chaque mouvement à exécuter.

Sans méthode et sans tenacité, un débutant

reste toujours un débutant. Il n'avance à rien et abandonne. La bonne méthode et tous les petits détails entraînent graduellement à surmonter les obstacles qu'il faut absolument vaincre avant d'aller plus loin.

Le but de l'enseignement du tir à l'arc est de faire de plus en plus, un archer de bonne compétition, et de la femme, de mieux en mieux, une femme de compétition.

Pour renseignements, communiquer à 774-4645 ou 773-8558.



## Le bain sauna: une source de détente

Le bain sauna par définition signifie l'endroit de "chaleur sèche" ou "vaporisée" dans le but d'obtenir la sudation, elle est d'origine finlandaise.

Originellement, les saunas consistaient en un séjour dans une chambrette où on avait préalablement placé des pierres chauffées et que l'on ar-

rosait périodiquement.

Le même principe est aujourd'hui utilisé en gardant un taux d'humidité variant entre 40° et 60° F.

Le sauna n'est pas conçu comme moyen d'amaigrissement. Il est vrai qu'il dilate les glandes sudoripares et permet une sudation abondante occasionnant une perte d'eau pouvant varier de 1 à 3 livres; mais cette perte d'eau et de poids est par conséquent illusion puisqu'elle est compensée par l'absorption de nourriture et de nouveaux liquides.

Cependant avec un régime alimentaire suivi par votre médecin et une série d'exercices physiques bien choisis, vous pourriez perdre du poids très facilement en prenant régulièrement des bains sauna.

Prendre un bain sauna est une expérience des plus agréables. Il est une source de détente des plus extraordinaires et contribue à assouplir les muscles, nettoyer la peau, apaiser le rhume et la bronchite et autres troubles respiratoires.

Le bain sauna est recommandé pour les gens tendus, les cas d'asthme

et de haute pression. Il est cependant déconseillé aux gens souffrant d'épilepsie, de thrombose, de diabète et d'insuffisance cardiaque.

## L'escrime: l'art noble par excellence

L'escrime, développant à la fois les qualités physiques de détente, d'adresse, d'endurance et les qualités morales d'énergie, de volonté, de combativité, est un sport complet qui convient à tous les tempéraments.

Il peut être pratiqué par les deux sexes.

Sport d'élite, l'escrime met en valeur et développe les qualités sensorielles de l'individu, et en particulier le sens du toucher, de la vue, de l'ouïe.

Le sens de l'équilibre, qui se traduit dans la pratique par la stabilité et l'assiette de la position, l'indépendance du

train inférieur et du train supérieur ou leur action coordonnée.

L'escrime constitue un moyen de choix pour discipliner les impressions sensorielles, et les actions psychomotrices dans les diverses phases de l'assaut.

L'escrimeur représente la plus haute expression du type sensoriel.

L'escrime, art noble par excellence, est une merveilleuse culture du corps et de l'esprit. Par ses réflexes extraordinaires, son jeu de poignets, son travail musculaire des jambes et plus particulièrement des cuisses, ce sport a des affinités avec la danse.



### AGENCE CHAPDELAIN INC.

Assurances de tous genres

955, avenue Du Palais

Tél. Bureau : 774-6434

Résidence : 774-7414

Résidence : 774-7308

Saint-Hyacinthe

Hervé Chapdelaine, C.C.A.

Laurent Chapdelaine, C.D.A. agréés

Pierre André Hamel, C.D.A.

## DÉCORATIONS SICOTTE ENRG.

Notre spécialité :  
la décoration intérieure.

485, rue Sainte-Anne

Saint-Hyacinthe

Tél. 773-8509



MICHEL ROUSSEAU, prop.

# de Mill ENR.

Ecussons - Gravures - Trophées - Impressions sur soie

2710, rue Saint-Pierre

Tél. 773-3972

## ROSAIRE PETIT, M.M.T.

plomberie - chauffage - brûleurs à l'huile

gaz propane

Tél. 773-9544

2650, ave. Saint-Joseph

Saint-Hyacinthe, P.Q.



## SALON RITA, FLEURISTE

R. BISAILLON, prop.

artiste graduée

\* fleurs pour toutes occasions

\* arrangements floraux

\* décorations artificielles

460, de l'Hôtel-Dieu

Saint-Hyacinthe

tél. 774-6152

## RENÉ J. MONGEAU LTÉE

DIRECTEURS DE FUNÉRAILLES

Robert Boutin, prés.

AIR CLIMATISÉ

1105, rue Girouard

Saint-Hyacinthe

Tél. 774-8000

# SINGER...

## Symbole de qualité

### OFFRE SANS PRÉCÉDENT ÉPARGNEZ de \$20 à \$50

SUR LES  
MATELAS

SYMBOLE  
DE QUALITÉ



VOUS ÉPARGNEZ \$20 sur le matelas  
VOUS ÉPARGNEZ \$20 sur la base  
VOUS ÉPARGNEZ \$40 sur un ensemble

**VOUS ÉPARGNEZ \$50 sur un ensemble "Queen Size"**  
(Régulièrement \$219.95, maintenant réduit à \$169.95, l'ensemble 2 mcs)

... Des milliers de ces matelas furent vendus auparavant au prix de

**\$79<sup>95</sup>**

**MAINTENANT! Le "46ième Anniversaire" de Singer**

SEULEMENT  
**\$59<sup>95</sup>**

- Même fabrication
- Même couill
- Mêmes caractéristiques

- Fabrication de 510 ressorts
- Piqué sur double lisière de mousse
- Support "Perma-Edge"
- Côtés préfabriqués
- Couill luxueux et résistant



SINGER

**CETTE OFFRE EST POUR UN TEMPS LIMITE**

*Toujours votre meilleur achat! L'incomparable!*

**Matelas FLEUR DE LIT**

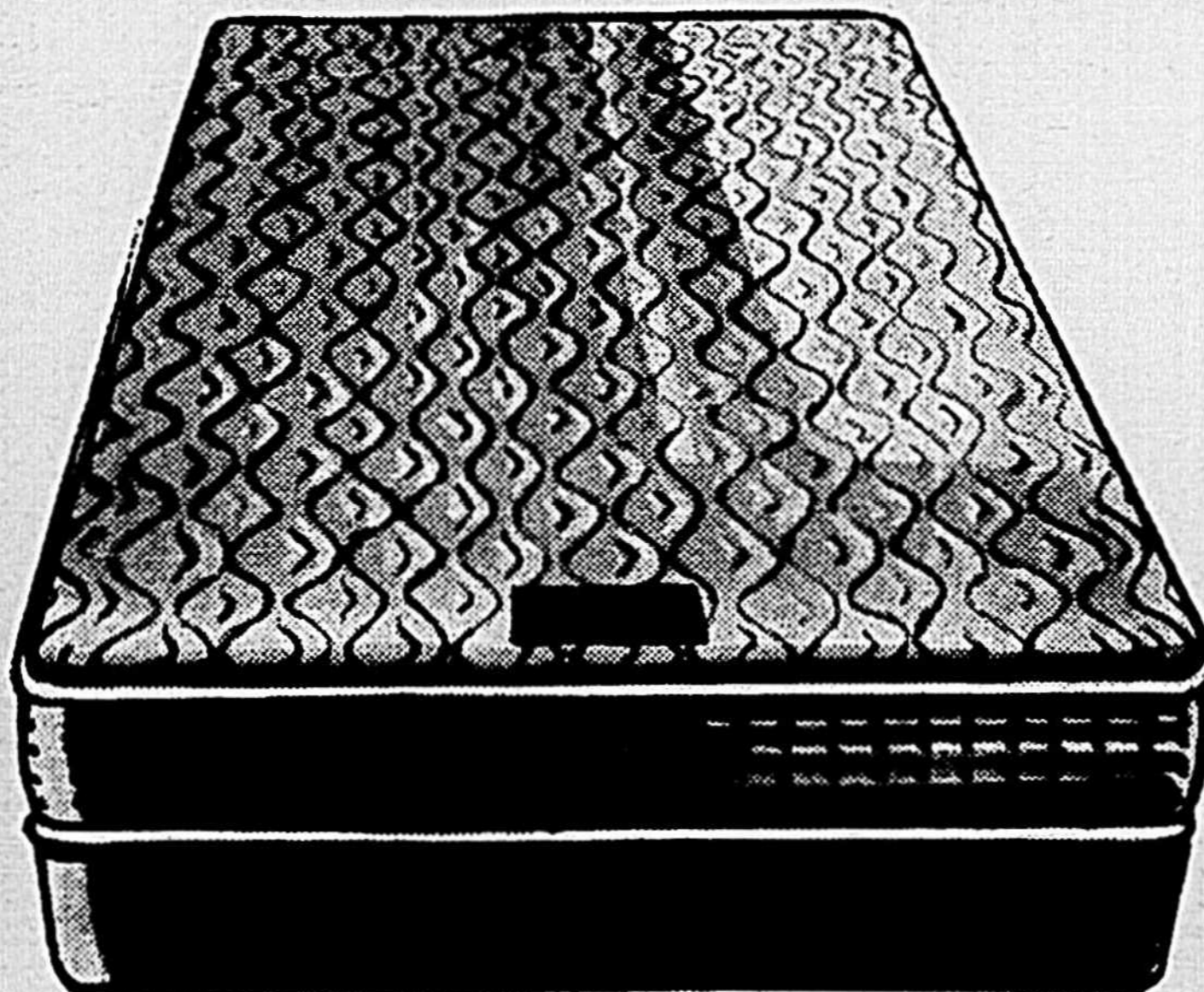
de



- Surface des plus luxueuses piquée sur dacron et mousse assurant ainsi un repos confortable
- Bordure à oeillets pour une ventilation supplémentaire
- Une garantie de 20 ans, lorsqu'il est acheté par ensemble
- Entièrement encasé de mousse, luxueux couill de damas importé

**Toujours votre meilleure valeur à**

**\$99<sup>95</sup>**  
LE MORCEAU



# GERMAIN LARIVIERE LITÉE

130, boul. Laurier - Sainte-Rosalie - Tél. 799-3241 - 773-8453 - Montréal : 861-4412