

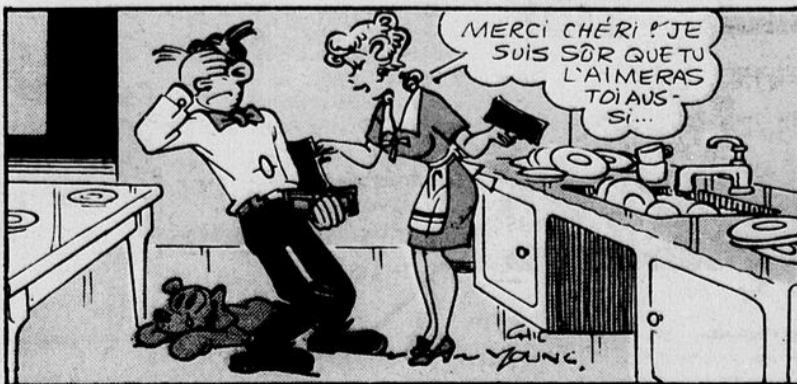
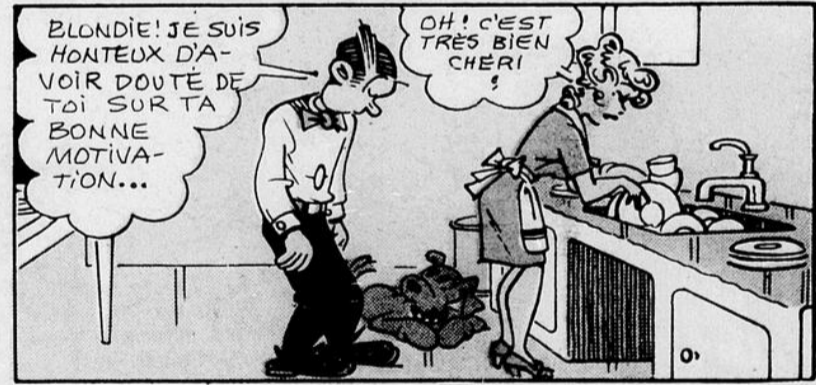
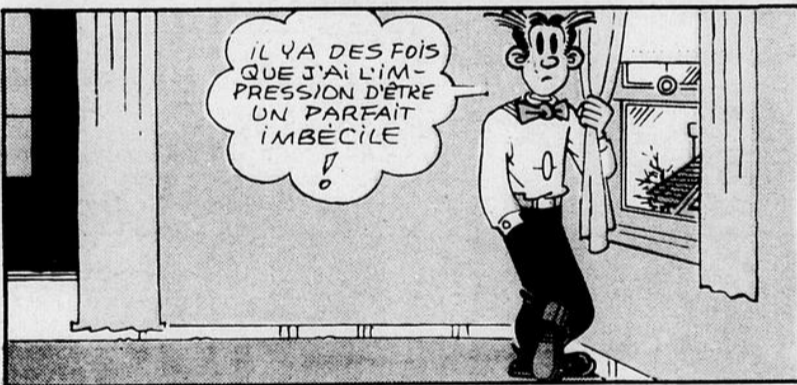
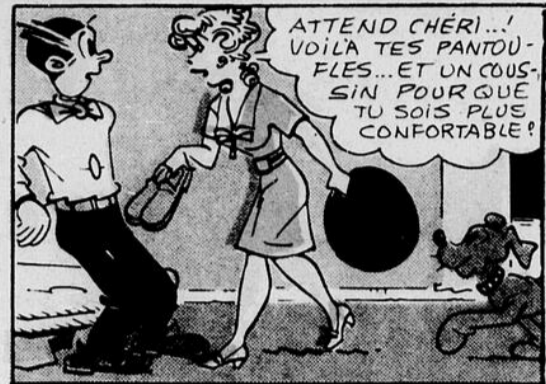
LES

UN DIVERTISSEMENT POUR LES JEUNES DE TOUS AGES

DU

# BANDES DESSINÉES

progres  
**echo**  
Hebdomadaire régional



## Possible au Québec

# La culture de l'ail

Par Bruno Landry, agr., Ph. D.  
Division de l'horticulture  
Service des production végétales

Il y a une vingtaine d'années, on cultivait l'ail au Québec sur une assez grande étendue. Depuis quelque temps on n'en cultive pratiquement plus, mais on en consomme davantage.

Une enquête poursuivie à Montréal a pourtant révélé qu'il se vend au-delà de 500.000 livres d'ail par année, au Québec, quantité que l'on importe en totalité.

De plus, les intéressés questionnés au cours de cette enquête admettent qu'ils pourraient non seulement en vendre beaucoup plus sur le marché local, mais qu'ils pourraient en exporter des quantités assez considérables.

Et cela sans parler des possibilités de le déshydrater et d'en vendre sous forme de "sel d'ail". C'est donc dire que cette culture offre de grandes possibilités de développement en plus d'être passablement rémunératrice.

L'ail est une plante bulbeuse dont toutes les parties possèdent une saveur très forte. Comme l'oignon, il appartient à la famille des "Liliacées" et ses exigences climatiques sont à peu près semblables. Cependant, contrairement à l'oignon, le bulbe ou tête d'ail est formé d'une dizaine de caïeux ou gousses réunis par une pellicule très mince. On le multiplie par ses caïeux et on recommande d'utiliser ceux qui sont bien formés, fermes et assez gros. L'ail demande une période de croissance d'au moins 90 jours. La formation et le développement des bulbes, comme dans le cas de l'oignon, sont étroitement liés à la température et à la longueur des jours lumière. Il faut donc planter à bonne heure au printemps.

### Variétés ou types d'ail

Il semble qu'il n'existe pas de vraies variétés d'ail; il s'agit plutôt de "types d'ail":

#### 1. Le type mexicain Créole

C'est l'ail rouge à pelure rouge contenant beaucoup de caïeux. C'est le type qui a la plus forte saveur des trois et son bulbe est moins volumineux que l'ail blanc italien. Par contre, il a le défaut de se conserver moins longtemps en entrepôt.

#### 2. Le type italien

Ce type est caractérisé par la couleur du bulbe qui est très blanc et la pellicule qui recouvre les caïeux semble très ferme et résistante. Le bulbe a l'avantage cependant de mieux se conserver et plus longtemps.

#### 3. Le type appelé "Californie"

Ce dernier est un ail blanc qui possède le plus gros bulbe des trois. Il mesure de deux à trois pouces de diamètre. Sa pellicule extérieure donne l'impression d'un manque de résistance à comparer à l'ail italien bien que les caïeux restent très fermes.

Les plantations se font au printemps, sitôt que l'état du sol le permet. Distance entre les rangs: 15 à 18 pouces. Distance sur le rang: 4 à 6 pouces. Profondeur de la plantation: 1 à 1½ pouce.

Les bulbes ne doivent pas être trop enterrés et lors des travaux d'entretien, il faut éviter de les butter.

On peut cultiver l'ail sur plusieurs types de sol à la condition qu'ils soient bien drainés. Les sols propres à la culture de l'oignon semblent convenir à celle de l'ail. Toutefois, les sols minéraux riches en matière organique et de nature sablonneuse ou limoneuse sont le choix du plus grand nombre de producteurs.

Le peu de données que nous possédons sur le sujet nous empêche de faire des recommandations précises. Toutefois, il

semble bien que par suite de sa ressemblance à l'oignon, le même programme de fertilisation pourrait lui convenir.



## CLEMENT

### Caractéristiques:

Les Clément sont des gens calmes, ils ne se lancent pas dans les aventures extravagantes et ne multiplient pas les erreurs. Lorsqu'ils se trouvent dans l'embarras, ils savent s'en tirer adroitement, facilement.

La volonté des Clément, n'est pas toujours assez constante, pour leur permettre de réaliser les desseins conçus par leur intelligence; non qu'ils soient indolents mais leur manque de persévérance, leur enlève la force de se relever après un échec.

Leur sensibilité, très vibrante, les domine et les absorbe de sorte, qu'ils sont assez emballés, mais ils n'ont pas un enthousiasme contagieux.

Coeur excellent, compatissant leur fournit une provision d'énergie et peut leur apporter un stimulant complémentaire, lorsque les autres ne suffisent plus.

Les Clément sont des hommes honnêtes et francs, et ce dans tous les domaines, soit dans le domaine sentimental, ou dans le domaine des affaires.

## CLAUDIA

### Caractéristiques:

Claudia est une femme raisonnable, toujours prête à rendre service, malgré ses nombreuses occupations qui devraient pourtant lui suffire amplement.

Claudia trouve toujours le temps et le moyen, d'aider soit financièrement, soit moralement, toute personne dans le besoin. Généreuse, elle ira jusqu'à donner son propre nécessaire, afin de secourir un plus malheureux qu'elle. Né sous une bonne étoile, Claudia est prédestinée à la vie un peu compliquée, côté familial. Volontaire et réaliste, consciente de ses capacités Claudia, demeurera sur ses positions, jusqu'à ce que quelqu'un ait réussi à lui prouver qu'elle avait tort.

Alors en bonne joueuse, elle acceptera et s'excusera, mais ce seulement à l'instant précis, où elle aura vraiment réalisés son erreur. Côté sentimental, Claudia est une femme au coeur de marbre, elle prend très longtemps avant de s'épanouir à l'amour, mais lorsqu'un homme sait gagner l'amour de Claudia toutes les félicités lui sont promises, car Claudia est une femme sensuelle et amoureuse de l'amour; sous toutes ses formes. Elle aime et se donne dans l'amour avec une rage de vivre, qui effraie presque son partenaire, non avisé. Après une courte période d'adaptation, Claudia saura faire le bonheur de l'homme aimé. Raisonnable, Claudia ne démontrera certains caprices, qu'à de très rares occasions. Sensée, plus que plusieurs autres femmes, Claudia raisonne avec sa tête et avec son coeur à la fois. De là, un résultat sensé, en même temps logique.

les mêmes que celles prescrites pour l'oignon.

La récolte s'effectue quand les feuilles jaunissent et se dessèchent. Les plants ou bulbes sont arrachés et placés en rangées sur le sol en superposant les feuilles d'une rangée sur les bulbes de la rangée voisine, afin de les protéger contre le soleil.

Quand ils sont séchés, soit 8 à 10 jours plus tard, on coupe les feuilles et on entrepose les bulbes jusqu'à leur utilisation. On peut aussi les conserver avec leurs feuilles en tresses de 3 à 4 douzaines que l'on suspend aux murs ou au plafond.

La température idéale de conservation est de 34 à 36 degrés F. avec une humidité relative de 65 à 70%.

### Entretien

Il faut éviter de sarcler ou de cultiver le sol en profondeur pour ne pas endommager les racines de la plante.

On combat les mauvaises herbes par les sarclages ou l'emploi de Chlore-I.P.C. appliqué en pré-émergence immédiatement après la plantation. Les quantités recommandées à l'acre sont de 4 à 8 livres dans les sols organiques et de 4 à 6 livres en sol minéral. Le produit est dissout dans un volume d'eau de 30 à 50 gallons par acre.

En post émergence, il y a danger de brûler les feuilles de l'ail.

L'ail étant attaqué par les mêmes insectes et les mêmes maladies que l'oignon, les méthodes de répression sont donc



par: Maurice Rioux, N.M.D.  
Naturopathe

## Méthodes naturistes

Chacun de nous agit différemment selon sa propre conception de penser, de dire et d'agir. Ainsi en est-il des sciences. Donc, chaque propagandiste d'une méthode naturiste a le grand tort, pour mieux assurer le succès de sa propre méthode, de dénoncer comme néfaste la méthode de son voisin.

DEWEY, qui préconise le jeûne, assure que l'usage de l'eau est à peu près superflu, dans son utilisation externe aussi bien que dans son utilisation interne.

KNEIPP, partisan de l'eau, considèrerait probablement le jeûne comme nocif. Ce sont là de petits travers propres à l'humanité, auxquels il ne faut pas se laisser prendre.

Le régime naturel, la médecine naturelle, consistent à vivre en contact et à se soigner avec les éléments: l'eau, la terre, le soleil, l'air.

Selon les individus et leur préférence, telle méthode peut-être jugée meilleure à telle autre. Elles peuvent être combinées ensemble.

Toutes les méthodes naturelles sont bonnes en soi. Le régime naturel est un des éléments des formes diverses d'application et il s'oppose seulement au régime de la civilisation, représenté par la médecine et la pharmacie.

PENSÉE: Un sot savant est plus sot qu'un sot ignorant.

(Molière)

La semaine prochaine: CURIOSITÉS NATURISTES: E.H. DEWEY. IMPORTANT:

**IMPORTANT:** Pour l'achat de vos vitamines, tisanes, herbages, articles de santé. **EPARGNEZ** avec les **PRIX CHOC** chez **MAURICE RIOUX N. MD.** 45 est, 8e Rue RIMOUSKI. ouvert de 5.00 à 9.00 tous les soirs. Tél.: 723-3079. Consultation gratuite, sur rendez-vous seulement.

**LA TONNELLERIE enr.**  
572 St-Germain, Rimouski-Est 724-2015  
Commandes téléphoniques et postales acceptées  
Service téléphonique 24 heures par jour  
GRATUIT Catalogue et prix contre 25c pour frais postal

## Ma cave à vin



### Concentrés de raisins

Le concentré de raisin semble très coûteux, mais si vous pensez à la quantité de sucre

que vous obtenez, vous admettez qu'il n'est pas nécessairement plus cher que les autres. Les meilleurs concentrés de raisins que nous connaissons sont, dans l'ordre, ceux d'Espagne, de Californie et de Chypre.

Le raisin Espagnol est le plus fortement concentré. Ordinairement, sa densité est de 1.390. C'est presque un solide. Il semble le mieux coloré; surtout le rouge TINTORERO. Il se vend en boîte de 80 oz et de 106 oz. Un gallon de concentré (2x80 oz) vaut 100 livres de raisins frais, à peu près.

Un gallon de concentré se vend de \$10.00 à \$18.00 ce qui est peu pour le travail impliqué à cultiver, cueillir, fouler,

presser, filtrer et pasteuriser un tel volume de fruits.

Un gallon de vin réclame alors qu'un gallon de concentré, dilué avec de l'eau et fermenté, donne 5 gallons (30 bouteilles) de bon vin de table, avec peu de sucre ajouté. Cela se traduit par 30¢ à 40¢ la bouteille. C'est peu comparé avec le coût du vin importé.

### AUTRES CONCENTRÉS

Un jus de pomme ou autres concentrés se paie de \$4 à \$8 par boîte de 100 onces.

Après fermentation, ils donnent une bouteille de vin ou de cidre pour environ 20¢.

### CONCENTRÉS QUE L'ON RENCONTRE ACTUELLEMENT SUR LE MARCHÉ

#### FRUITS:

Raisin rouge  
Raisin blanc  
Bleuet

Cerise  
Pêche  
Apricot  
Raisin concord  
Pomme  
Mûre  
Groseille  
Poire  
Prune  
Framboise  
Fraise

### RAISINS DIVERS POUR VIN:

Bordeaux  
Beaujolais  
Bourgogne  
Madéria  
Rosé  
Sauterne  
Chianti  
Muscatel  
Etc...

La semaine prochaine et pour quelques autres semaines à venir, nous vous donnerons des recettes à base de concentré.

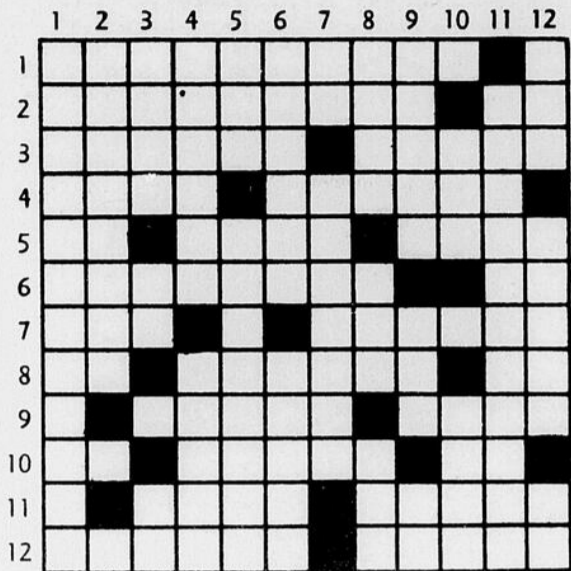
LA TONNELLERIE

**STOP... recherchons garçons et jeunes filles... Devenez jeunes gens d'affaire en vous organisant une route de journaux dans votre quartier.**  
QUARTIER ST-GERMAIN DE PREFERENCE  
Devenez porteur en vous adressant à  
**PROGRÈS-ECHO**  
RIMOUSKI 723-4800

**STOP... recherchons garçons et jeunes filles... Devenez jeunes gens d'affaire en vous organisant une route de journaux dans votre quartier.**  
Devenez porteur en vous adressant  
GASPÉ: Yves Dubé, 368-3559  
BAIE-DES-CHALEURS:  
Henri Gauvreau, 534-2289

# mot-croisés québécois

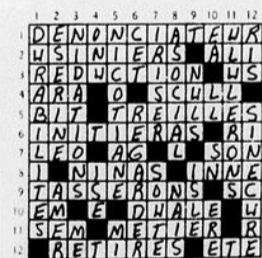
problème: no 10



**HORIZONTALEMENT**

- 1- Adorations des idoles.
- 2- Relatifs au notariat. Note.
- 3- Reliefs allongés du fond des océans. -- Sa capitale est Beyrouth.
- 4- Ville du Japon. -- Mouvements funéraires
- 5- Lac du Soudan. -- Combat entre deux adversaires. -- Greffa.
- 6- Accélération. -- Idem.
- 7- Epoque. -- Etat d'une voix d'enfant quand elle mue à la puberté.
- 8- Notre-Seigneur. -- Pape de 155 à 166. -- Aluminium.
- 9- Instrument qui sert pour opérer. -- Précipitation.
- 10- Obtenu. -- De la famille des cervidés. -- Tellement.
- 11- Ventile. -- Petit pied.
- 12- Mets à l'épreuve. -- Rivière de la Guyanne française.

- 3- Retires. -- Ferrure. -- Champion.
- 4- Aventurier, né à Montagnac (1725-1805). -- Immobilisation.
- 5- Unité de mesure. -- Relative à l'usine.
- 6- Entrelaces les fils. -- De naissance (pl).
- 7- Radium. -- Ville d'Algérie.
- 8- Mille-pattes. -- Transpire. -- Tête d'une tige de blé.
- 9- Eloigne d'un lieu. -- Ville de Belgique. -- Préposition.
- 10- Mot signifiant: fils. -- Vin blanc moussoux.
- 11- Action de mâcher les aliments.
- 12- Boisson faite avec le raisin. -- Fille de Dagobert. -- Négation.



**VERTICALEMENT**

- 1- Désavantage.
- 2- Salles où sont les lits.

## LYSE PIERS, ASTROLOGUE,

### PRÉSENTE VOTRE HOROSCOPE



**BELIER**  
(21 mars au 20 avril)

Des problèmes d'argent sont à craindre en cette journée de mercredi. Suivez les indications prescrites sur les routes, jeudi, car vous seriez sujets aux contraventions. D'autre part, la fin de semaine vous comblera puisque de nombreuses personnes écouteront vos propos avec beaucoup d'intérêt, ce qui aura lieu de vous flatter. Méfiez-vous par contre de certaines personnes âgées qui souhaiteraient vous causer préjudice en l'après-midi de dimanche. Votre milieu professionnel vous apportera diverses satisfactions au début de la semaine.



**TAUREAU**  
(21 avril au 20 mai)

Le secteur conjugal devient plutôt menaçant en ce jour. Les relations demeurent tendues et pour un rien des mésententes pourraient éclater. Fort heureusement la fin de la semaine vous réserve bien des surprises agréables et ce, même pour ceux qui se verront dans l'obligation de travailler. Vous vous verrez remettre des présents ou cadeaux. Les contacts avec des personnes étrangères vous seront des plus profitables au début de la semaine. Réprimez votre tendance à l'agressivité.



**GEMEAUX**  
(21 mai au 21 juin)

Une baisse de vitalité semble vous menacer mercredi et jeudi. Prenez un peu plus de repos et réduisez si possible vos activités. Les secteurs conjugal et associatif bénéficieront de très bons aspects au cours de la fin de semaine, c'est donc le moment d'apposer votre signature sur des contrats puisqu'ils vous seront des plus satisfaisants. Vous recevrez des legs, dons ou même rentrées d'assurance en la journée de lundi. Votre secteur affectif demeure toujours au beau fixe.



**CANCER**  
(22 juin au 22 juillet)

Votre sensibilité sera mise à dure épreuve en les journées de mercredi et jeudi puisque votre secteur affectif semble très malmené, vous vous sentirez incompris à certains moments. Par le fait de ces mêmes conjectures, il vaudrait mieux ne pas participer aux jeux de hasard car des pertes pourraient s'ensuivre. Le travail de routine ne manquera sûrement pas au cours de la fin de semaine, bien des satisfactions y sont à attendre. L'harmonie reviendra en votre secteur conjugal, lundi.



**LION**  
(23 juillet au 23 août)

Des mésententes, voire même des querelles risquent d'éclater en votre foyer, mercredi et jeudi, il serait peut-être sage de suivre les conseils qui vous seront donnés. Par ailleurs, l'amour comblera tous vos ins-

tants au cours de la fin de semaine. Pour ceux d'entre vous qui jouissez encore de votre liberté de coeur, soyez assurés de rencontrer l'âme sœur sur votre chemin. Votre forte vitalité vous permettra d'abattre beaucoup de travail lundi.



**VIERGE**  
(24 août au 22 septembre)

Un risque d'accident routier plane sur vous en la journée de mercredi, réduisez votre vitesse et soyez très prudents au volant de votre auto. Soyez conciliants avec les membres de votre entourage, des mésententes pourraient éclater. Vous effectuerez des achats mobiliers vendredi, d'autant plus que des transformations de toutes sortes seront apportées en votre foyer. Bien des joies vous parviendront en votre secteur sentimental soit en provenance des enfants ou de l'être aimé et ce, lundi.



**BALANCE**  
(23 septembre au 23 octobre)

Les dépenses seront nombreuses en ce jour, les rentrées d'argent ne s'effectueront malheureusement pas au même rythme et votre compte en banque en prendra pour son rhume. Par la suite, beaucoup de mouvement activera votre fin de semaine, il vous sera très difficile de demeurer longtemps au même endroit. Votre foyer réclamerait pourtant votre présence en les journées de lundi et mardi. Veillez donc à y être.



**SCORPION**  
(24 octobre au 22 novembre)

Votre humeur ne semble malheureusement pas excellente en ce jour de mercredi, il faudrait réprimer la nervosité qui vous accable. Par ailleurs, le secteur financier bénéficiera de très bonnes conjectures vendredi et samedi, puisque les rentrées d'argent seront des plus alléchantes. Des obstacles peuvent se dresser en l'après-midi de dimanche et ce, à cause de certains cadeaux. L'harmonie et la bonne entente régneront avec votre entourage, au début de la semaine.



**SAGITTAIRE**  
(23 novembre au 21 décembre)

Bien des ennuis viendront vous accabler en ces jours de mercredi et jeudi, les difficultés vous proviennent de toutes parts sans que vous les ayez convoquées! Heureusement la fin de la semaine vous propulsera dans un avenir rempli de nouvelles idéologies vous permettant de fuir ce qui nuisait ces jours derniers. Le secteur financier sera à son meilleur lundi et mardi. Il vous est difficile de rester au même endroit, grand voyageur que vous êtes.



**CAPRICORNE**  
(22 décembre au 20 janvier)

Méfiez-vous de vos relations amicales, mercredi et jeudi car celles-ci pourraient malheureu-

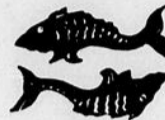
sement devenir vos ennemis incontestés. Par le fait même il ne faudrait compter que sur vous et n'espérez l'aide de personne. Par ailleurs votre secteur financier demeure toujours à la hausse et les économies s'entassent à l'insu de tous. De nouveaux projets seront mis à exécution en ce qui concerne votre secteur sentimental. La santé est très bonne.



**VERSEAU**  
(21 janvier au 19 février)

Le milieu professionnel vous causera quelques ennuis mercredi et jeudi. Fort heureusement vous recevrez l'appui de personnes influentes en la journée de vendredi. Les sorties seront nombreuses au cours de la fin de semaine en compagnie de

vos amis mais attention aux excès car la soirée de dimanche risquerait de vous apporter divers maux! D'autre part, votre tête fourmille d'idées les unes meilleures que les autres, mettez-les à exécution.



**POISSON**  
(20 février au 20 mars)

Des nouvelles pas toujours joyeuses viendront ternir votre journée de mercredi, sachez les prendre avec moins d'émotivité. Bien des honneurs vous parviendront en votre milieu professionnel au cours de la fin de la semaine, votre prestige ne cesse de grandir. Par contre, un obstacle semble s'élever en l'après-midi de dimanche en provenance de personnes âgées, usez donc de diplomatie à leur endroit.



## Phila-chronique



### HISTOIRE DE FRANCE

Tout comme pour les "Personnages Célèbres", chaque année, l'administration postale fait revivre sur les timbres des épopées de son histoire. Depuis quelques années déjà, c'est l'époque de Napoléon qui fait les frais de cette série composée de trois timbres, émis à différentes dates de novembre.

Le premier, de 0,45F (brun, gris et bleu clair), commémore la préparation de code civil (1800-1804) ordonné par Napoléon et qui est une adroite fusion du droit romain, des ordonnances royales et des lois révolutionnaires de 1789-1800. C'est ce même code qui est à la base de notre code civil dans la province de Québec et c'est d'ailleurs à l'étranger qu'il reçut l'appellation de "Code Napoléon". Émis le 3 novembre.

Le second, de 1F (brun, vert foncé et réséda), émis le 10 novembre, illustre le sacre de Napoléon, le 2 décembre 1804. Napoléon fit venir le Pape Pie VII pour ce couronnement, mais c'est lui-même qui se couronna pour montrer



son indépendance du pouvoir religieux.

Le troisième, de 0,60F (tabac, sépia et vert foncé), émis le 24 novembre, commémore le décret impérial de 1806 pour encourager l'essor industriel: "sous son règne, c'est grâce à la liberté et aux prohibitions de marchandises étrangères que l'industrie a connu son progrès et sa prospérité.

Claude Blais

## RESTAURANT

# Le Charolais

de la Grande Place Enr.

### SALLE A MANGER

## Le Charolais

- Magnifique vue sur la mer
- Repas à toutes heures
- Venez déguster un repas inoubliable dans un décor enchanteur

**EXCELLENTE CUISINE CANADIENNE**

**"Le Steak à son meilleur"**

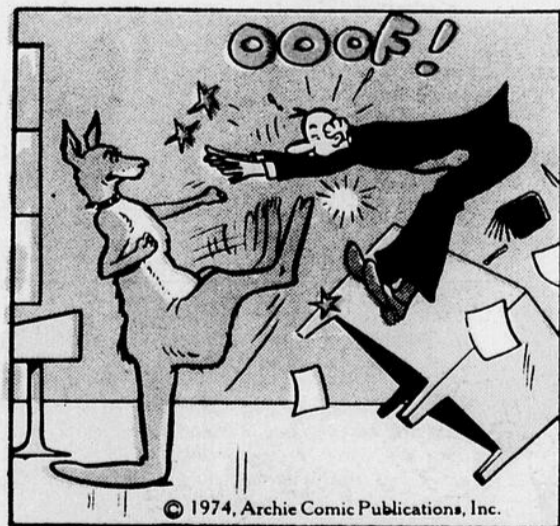
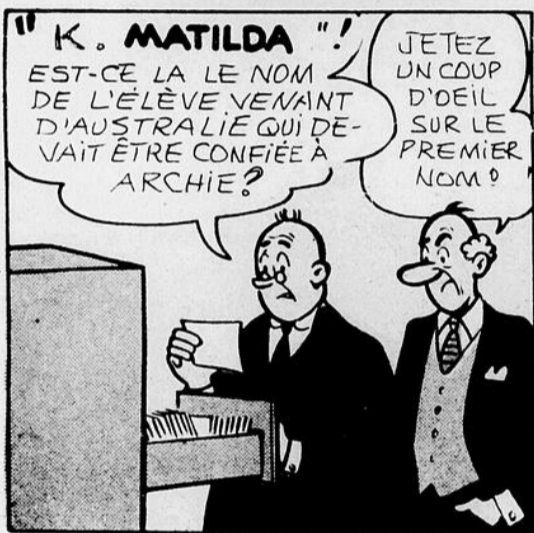
**BAR DU ROY      CAFE TERRASSE**

TV couleur

Ivanho Roy, prop.      **723-5888**

# Archie

par BOB MONTANA



**nous imprimons de tout...**

**bellavance inc.**  
division imprimerie  
137 rue léonard  
rimouski 723-7877

# le TIGRE par BUD BLAKE



# LA CHIROPRATIQUE

POUR TOUS CEUX QUI ONT UNE  
**COLONNE VERTEBRALE**

par: JULES LAMBERT, chiropraticien



Un peu comme en mécanique, le corps humain fonctionne avec une sorte de batterie, le cerveau, lequel contrôle divers moteurs, les organes, et ce, au moyen de fils qui sont les nerfs.

Le cerveau qui est à l'intérieur du crâne se continue en quelque sorte à l'intérieur de la colonne vertébrale par la moelle épinière. Cette moelle épinière se divise à la hauteur des vertèbres pour sortir entre les os de la colonne vertébrale et aller à chaque organe par des nerfs.

La grande majorité des gens connaissent la chiropratique pour ce qu'elle fait pour les maux de dos. Tel individu qui, tous les ans vers la même époque, devrait passer deux ou trois semaines au lit quand il avait un lumbago (ou son tour de reins), ne manque plus jamais l'ouvrage parce qu'il a recouru au chiropraticien.

Une autre s'est fait une entorse au dos, prend des calmants depuis des mois sans succès; puis, il reçoit une série de "traitements chiropratiques" et recouvre la santé.

Mais ce que bien des gens ignorent, c'est que la chiropratique n'est pas bornée au "mal de dos". Pour le comprendre il suffit d'examiner le rôle du système nerveux.

Ces nerfs ont deux fonctions principales. D'abord, faire fonctionner les diverses parties du corps: muscles, organes, vaisseaux sanguins; on les appelle les nerfs moteurs. Et ensuite,

ils ont pour action de transmettre au cerveau la sensation: douleurs, chaleur, etc.; on les appelle les nerfs sensitifs. D'autres nerfs ont d'autres fonctions mais occupons-nous de ceux-ci.



Il arrive qu'ils fonctionnent mal. Un nerf moteur défectueux empêchera l'organe auquel il est destiné de fonctionner normalement. Un nerf sensitif défectueux pourra provoquer de la confusion dans les sensations.

Ces troubles de nerfs proviennent souvent de déplacements des diverses parties de la colonne vertébrale, de déviations qu'on pourrait appeler "mécaniques". On est alors en face de maladies de digestion, de respiration, de cœur et le reste qui répondent aux soins chiropratiques.

## LA SAGESSE DES AUTRES



S'il y a un moyen meilleur que tous les autres, c'est le moyen naturel.

Aristote.

# Qu'est-ce qu'un camp d'été équestre?

A priori s'il peut ressembler à un quelconque camp d'été, il n'en est pas vraiment un.

Le camp d'été équestre est une école d'équitation résidentielle où en plus des cours pratiques, la majorité des activités sont orientées vers le cheval, et l'enfant est responsable du cheval qui lui est confié.

Le personnel non plus n'est pas le même. Les enfants sont encadrés par des instructeurs et assistants-instructeurs d'équitation. Dans ce domaine aussi les instructeurs de qualité sont rares et c'est aux parents de se renseigner afin de savoir à quelles grandes écoles ils ont été formés.

Quand vous inscrivez vos enfants pour telle ou telle école ou collège ou université, vous vous renseignez sur la qualité de cet établissement et sur son enseignement. Pourquoi ne pas le faire pour l'équitation? L'instructeur est lui aussi un enseignant et doit avoir les mêmes qualités que celles requises pour l'instituteur ou le professeur: bagage intellectuel, pédagogique et professionnel.

Le CLUB EQUESTRE MIRABEL représente l'une de ces institutions de qualité. Il est situé à quelques 30 milles de Montréal, a une superficie de 500 acres, et peut recevoir en été 20 à 40 enfants par session.

Le CLUB EQUESTRE MIRABEL emploie un personnel cadre de qualité puisque l'instructeur-directeur, sans parler de son passé équestre, est gradué des grandes écoles équestres de France: Institut National de Fon-

tainebleau et Saumur (Cadre Noir).

Le CLUB EQUESTRE MIRABEL offre des cours aux débutants aussi bien que des cours de préparation aux différents types de compétition. Des chevaux sont sélectionnés, entraînés et préparés en fonction de leur service par le personnel instructeur. La mise en confiance du débutant représente une grande responsabilité et une connaissance pédagogique de l'enseignement. Donc, le choix du premier cheval est très important afin de développer l'assurance qui sera nécessaire au futur cavalier.

Le prix de ces camps d'été équestres est un peu plus élevé que les simples camps d'été.

Le CLUB EQUESTRE MIRABEL offre confort, excellente nourriture, comme doivent offrir les autres, mais le choix, l'entraînement des chevaux, l'équipement mis à la disposition des élèves et le personnel spécialisé font cette différence dans les prix.

La direction du CLUB EQUESTRE MIRABEL est situé au 1560 Côte St-Louis, Mirabel, accepte en été des enfants entre 10 et 16 ans.



## CAMP D'ETE EQUESTRE

### CAMP D'ETE EQUESTRE POUR ENFANTS

Séjour de 2 à 4 semaines  
Enseignement équestre à tous niveaux  
par instructeurs diplômés

Brochure sur demande

## CLUB EQUESTRE MIRABEL

1560, Côte St-Louis, Mirabel, Québec

Tél.: (514) 258-3728

RESERVEZ DES MAINTENANT

Inscription limitées à 20 par session

La nouvelle calculatrice Xonex, un choix pour la vie. Construite avec précision, inspectée et vérifiée pour vous donner un rendement sûr et précis

# ELSI III

de Xonex



### Caractéristiques

- Capacité de 8 chiffres
- 4 opérations mathématiques
- Constante automatique
- Pourcentage direct
- Mémoire accumulative
- Enchaînement automatique de tout calcul
- Calcul monétaire
- Choix de 2, 4 ou décimales flottantes
- Arrondissement automatique de la réponse
- Adaptateur AC

**\$129.<sup>95</sup>**

\*Commandes postales acceptées à: C.P. 410, RIMOUSKI

# bellavance inc.

Rimouski Montmagny Rivière-du-Loup Sept-Iles  
Bientôt, Gaspé

Problème no 11  
9 lettres cachées  
THEME  
La montre

# MOT-MYSTÈRE

Lorsque tous les mots ci-dessous auront été utilisés horizontalement, verticalement et diagonalement dans la grille, il ne vous restera que les lettres servant à relever le MOT-MYSTÈRE.

A	adresse	D	course	L	loi	O	ombre	précise	seconde	tic tac
anc	anc	anc	anc	anc	anc	anc	anc	anc	anc	anc
B	bruit	E	est	N	nu	P	pendule	R	spiral	U
C	cadran	est	exacte	N	nu	P	pendule	R	spiral	U
G	carat	est	exacte	N	nu	P	pendule	R	spiral	U
G	carat	est	exacte	N	nu	P	pendule	R	spiral	U
S	commerce	G	globe	N	nu	P	pendule	R	spiral	U
S	commerce	G	globe	N	nu	P	pendule	R	spiral	U

La réponse du problème précédent: calcaire

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1	T	P	T	D	S	E	T	Z	M	O	S	U	E	E	E
2	O	I	E	P	L	S	C	E	E	A	E	D	R	R	T
3	M	M	M	N	E	A	E	N	B	N	N	T	I	V	I
4	I	E	B	B	D	S	R	L	A	O	I	A	R	R	T
5	T	C	S	R	R	U	I	I	C	V	L	T	E	E	E
6	E	R	A	U	E	E	L	E	P	O	A	G	H	E	P
7	N	N	O	T	R	C	S	E	S	S	L	C	S	E	S
8	O	C	O	I	C	E	O	S	X	E	R	S	S	P	M
9	I	E	S	U	S	I	T	M	O	A	E	I	O	O	M
10	S	U	B	O	T	E	T	R	M	R	C	R	N	I	P
11	I	E	E	R	N	I	I	E	D	E	T	T	C	R	N
12	C	U	E	G	U	G	L	A	R	P	R	A	E	N	X
13	E	Q	I	N	I	I	C	P	I	E	R	C	U	U	A
14	R	O	I	N	T	T	T	O	N	A	I	I	E	L	C
15	P	M	E	U	T	E	L	Y	T	S	T	D	X	I	D

Laboratoire de recherche en océanographie

# Les sondages du terrain ont débuté

L'Institut national de la recherche scientifique, maître d'œuvre du Laboratoire d'océanographie à Rimouski, vient d'apprendre les sondages du ter-

rain nécessaires avant le début des travaux de construction.

Rappelons que l'Office de développement de l'Est du Québec (ODEQ) a choisi Rimouski comme site d'implantation d'un laboratoire de recherche en océanographie et qu'à la suite des recommandations du conseil des universités, le ministre de l'Éducation a annoncé le 19 avril

dernier la construction de ce laboratoire tout en confiant sa réalisation à l'INRS.

A cette fin le comité de construction formé des principaux usagers du laboratoire (L'Institut national de la recherche scientifique, la section d'océanographie de l'Université du Québec à Rimouski (SOUQAR), Groupe interuniversitaire de recherches océanographiques du Québec, Marine Sciences Centre de l'Université McGill et la Direction générale des pêches maritimes du ministère de l'Industrie et du Commerce) a déposé au ministère de l'Éducation le devis pédagogique et le programme technique.

Grâce à la collaboration de ces organismes, on a pu déterminer les besoins industriels, gouvernementaux, et universitaires face à l'importance de l'océanographie dans une société à la recherche de nouvelles sources d'aliments, d'énergie et de minerais. Les rapports du Conseil national de la recherche aux États-Unis et ceux du Club de Rome en font foi.

On sait également que le Québec a de son côté une vocation maritime propre qui lui confèrent à la fois la longueur de son littoral, la voie unique de navigation que constitue le Saint-Laurent, les liens de son histoire et de son développement, la proportion de sa population originaire de régions maritimes ou qui dépend de la mer pour sa subsistance, enfin les ressources marines connues ou virtuelles qui lui sont accessibles. Encore aujourd'hui, plus de 80 pour cent de la population du Québec se trouve en bordure ou à proximité du fleuve Saint-Laurent. Malgré cette situation, il n'existe aucune étude complète de l'océanographie québécoise et c'est d'ailleurs pourquoi le ministre d'État à la science et à la technologie, Mme Jeanne Sauvé, révélait récemment la priorité nationale que constitue la recherche dans le domaine de l'océanographie au Québec.

Devant un objectif aussi vaste que représente le développement de la recherche en océanographie au Québec, en fournissant aux chercheurs des moyens adéquats, chacun des usagers a défini les objectifs propres qui soient compatibles avec ceux de l'ensemble et de la possibilité d'avoir accès aux services du laboratoire.

Ainsi, on sait déjà que le centre INRS-Océanologie et la section d'océanographie de l'Université du Québec à Rimouski (SOUQAR) seront des utilisateurs permanents du laboratoire tandis que nous pourrions retrouver des utilisateurs saisonniers tels que le GIROQ, le Marine Sciences Centre et le MIC.

D'un coût de \$1,500,000 ce laboratoire multidisciplinaire regroupera à la fin de l'année 1974 plus de soixante scientifiques.

taine pensée, nous nous trouvons, alors incapables de jouir des bienfaits de la vie, de lire, d'étudier, ou même d'accomplir efficacement nos affaires journalières.

Quand l'inaptitude à se concentrer atteint un degré élevé de vacillation et d'hésitation, nous constatons que la conscience s'en trouve sérieusement affectée et qu'il s'ensuit souvent des troubles mentaux et même physiques de toutes sortes.

Une certaine catégorie d'individus anormaux, tels que les idiots, et les faibles d'esprit, est absolument incapable de concentrer son attention ou de fixer son esprit sur une idée unique, alors qu'un autre type de malades mentaux est incapable de fixer avec insistance le regard en un seul point.

Des yeux vagues, incertains, irrésolus désignent deux catégories de personnes: d'une part, celles qui sont mentalement malades et par là dépourvues de raison et incompetentes, et d'autre part, celles qui ont occupé, très longtemps une position, une profession, une activité exigeant un changement constant d'accommodation.

Il est peut-être encore une troisième catégorie, mais elle est susceptible d'être rattachée à la première: il s'agit d'individus au regard perpétuellement mouvant qui, de peur que leurs fautes ne soient lues dans leurs yeux, se refusent à regarder autrui en face, ou qui, se sachant coupable d'un quelconque délit, prennent garde de ne pas fixer leur regard sur celui des autres, pour éviter, dans toute la mesure du possible, d'être reconnus par les représentants de la loi.

Nous ne pouvons donc inclure dans la classe des individus hautement compétents ceux qui incapables de concentrer leur vision, pas plus que nous ne pouvons comprendre ceux dont la vie est un échec, parce qu'ils sont totalement incapables de concentrer leur attention sur un objet précis. Mais, de même qu'une déficience visuelle peut être corrigée à l'aide de lunettes appropriées, de même la concentration humaine peut être secourue dans son effort de concentration, grâce à certains procédés et à certains exercices de nature psychologique.



# yoga

par Gervais Parent

## L'Art de se concentrer (1)

J'ai inclus cette semaine (et pour les deux autres semaines à venir) un extrait du bouquin "L'art mystique de la guérison" de H. Spencer Lewis.

Pour l'homme, ou la femme d'affaires, le manque d'habileté dans l'art de la concentration constitue un sérieux handicap.

A de nombreux égards, cette habileté ressemble beaucoup à la faculté de se détendre parfaitement et ces deux opérations sont, en fait, quelque peu liées, toutes deux étant absolument nécessaires à qui veut faire de sa vie un succès, grâce à ses connaissances et à l'emploi de ses facultés mentales.

Des milliers de gens de professions diverses ont franchement avoué que la cause essentielle de leur insuccès était leur incapacité à se concentrer. Il se passe rarement une heure dans la vie de l'homme ou de la femme d'affaires sans qu'ils éprouvent le besoin de faire appel à la concentration mentale. Cette faculté n'est pas seulement nécessaire, pour se souvenir de faits parfois très anciens, mais nous devons encore y avoir recours pour analyser, examiner et assimiler certaines questions ou régler d'une manière efficace une proposition, comme il s'en présente si souvent au cours des affaires quotidiennes.

En fait, la faculté de concentration affecte, heure après heure et jour après jour, tant de nos activités mentales et physiques, qu'elle est le facteur qui gouverne et contrôle notre vie, contribuant non seulement à son efficacité, et à son succès, mais aussi à l'appréciation, à la satisfaction et au bonheur que l'on retire de chaque instant de la journée.

Si nous étions incapables de diriger notre vue vers un point précis et d'y maintenir nos yeux fixés, nous en viendrions vite à apprécier toute la valeur qui réside dans le pouvoir de concentrer la vue. Quand nous ne pouvons fixer nos yeux correctement sur un point donné et que cette inaptitude est due à une condition physiologique de l'oeil, nous avons alors recours à l'usage de lunettes à verres spéciaux, qui obligeront les yeux à regarder correctement et permettront de fixer notre attention sur le point choisi.

En d'autres termes, si nos yeux vacillaient, hésitaient et variaient constamment dans leur attention, aussi facilement que notre esprit et notre conscience le font, lors de nos essais de concentration sur une cer-

# Echec & Bridge

Guy Viel

## L'appel de force

Qu'est-ce que faire un APPEL. C'est jouer une carte haute inutilement, soit en fournissant soit en défaussant. L'APPEL est une des armes essentielles de la défense et il est impossible de jouer correctement une bonne défensive sans en bien connaître la technique.

Il y a trois sortes d'APPEL, l'appel de force ou appel proprement dit, l'appel de préférence et l'appel destiné à signaler la distribution. Plusieurs bridgeurs de la région et plus particulièrement certains réguliers du Club de Bridge de Rimouski jouent la "défausse Italienne" qui est une variante des appels que j'expliquerai au cours des prochains articles.

Parmi les trois sortes d'APPELS mentionnés plus haut l'appel de force est de beaucoup le plus important. Il indique soit une force d'honneur soit une coupe en second. De plus il invite le partenaire à continuer dans la couleur lorsqu'il est fait en fournissant ou à la jouer à la première occasion lorsqu'il est fait en défaussant.

L'APPEL EN FOURNISSANT  
Commençons par un exemple simple



Ouest entame de l'As de carreau (qui indique le Roi dans la convention moderne) ou le Roi (qui indique l'As dans la convention classique). Le 9 de carreau fourni par Est est une carte d'APPEL, car c'est une carte anormalement haute (car Est aurait pu en fournir le 2).

Le 2 serait interprété comme une carte de refus (elle indique au partenaire de ne pas revenir dans cette suite). Est désire en effet une continuation dans la couleur qui assure 4 levées à S.A. et probablement 3 en couleur. Si le contrat se joue en S.A. Ouest doit revenir avec le Roi de carreau. Sans cet appel (le 9 de carreau d'Est) Ouest aurait placé la dame en Sud et ne serait pas revenu carreau afin de conserver la fourchette Roi et Valet.

Deuxième exemple:



# LES ENTRE-CROISÉS ACTUALITÉ

5 LETTRES CACHÉES      PROBLEME NO 10      LE FOOTBALL

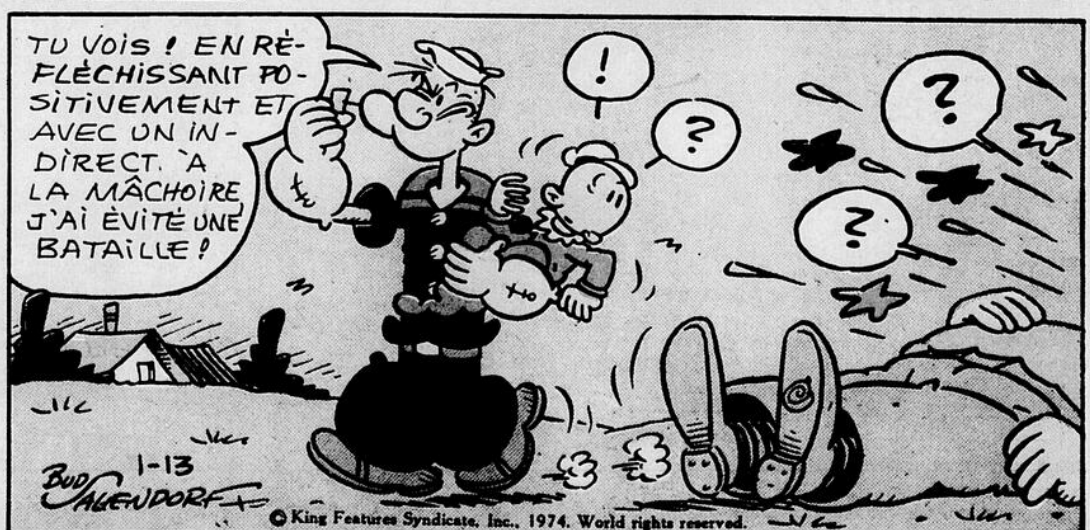
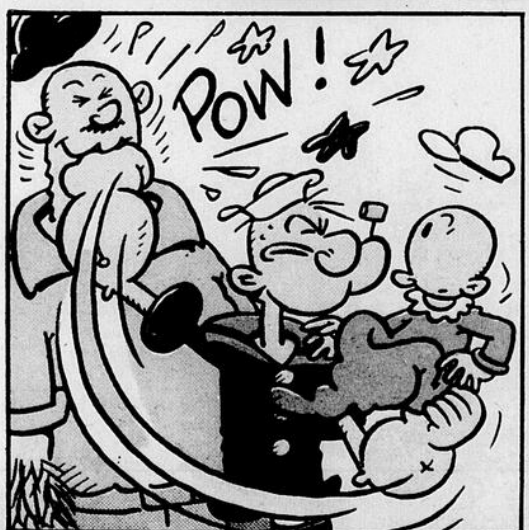
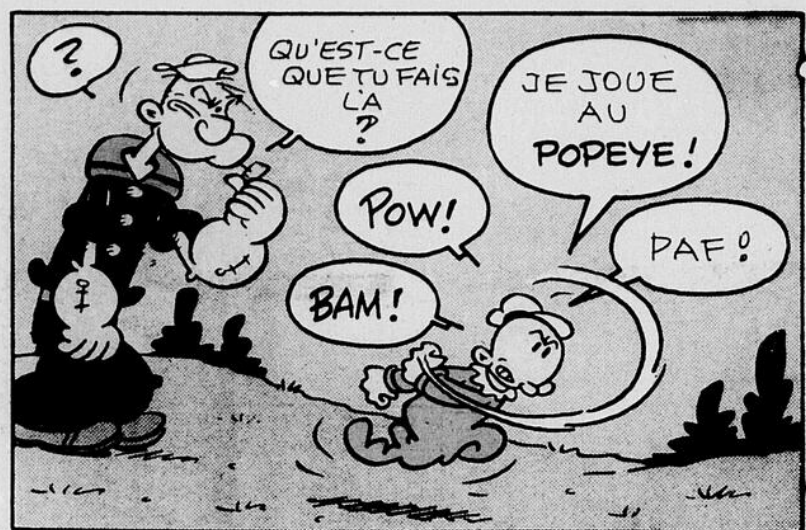
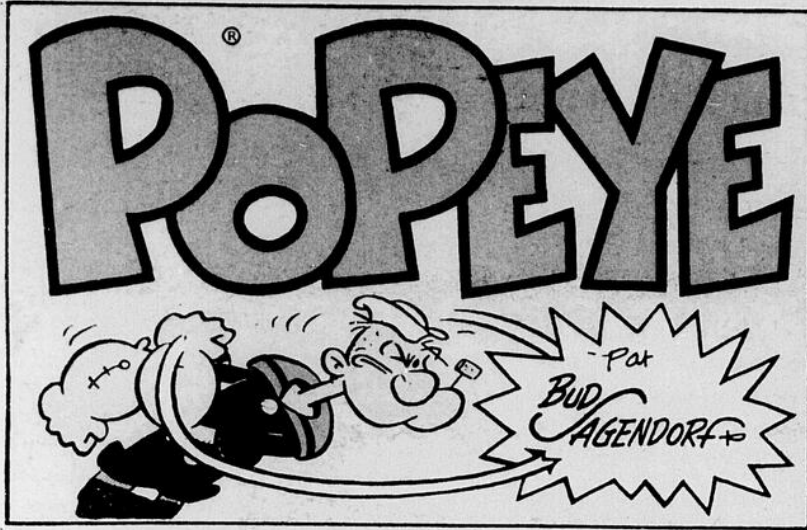
Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour compléter la grille, il ne vous restera qu'un seul mot dont le nombre de lettres est indiqué dans cette page.

- |       |       |        |         |            |
|-------|-------|--------|---------|------------|
| but 3 | rude  | joute  | montre  | défense    |
| élu   | tour  | ligue  | nombre  | sourire    |
| est   | 5     | prise  | plaqué  | 8          |
| Jeu   | arrêt | repos  | points  | applaudi   |
| 4     | balle | siège  | rapide  | bataille   |
| abri  | brave | tâche  | rebond  | défensif   |
| défi  | brisé | 6      | réussi  | receveur   |
| demi  | bruit | débité | signal  | 9          |
| élan  | cible | entrée | touché  | Argonautes |
| gain  | fiche | finale | 7       | tentative  |
|       | héros | joueur | arrière | Tiger-Cats |

La réponse du problème précédent: ministre

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
1																					
2																					
3																					
4																					
5																					
6																					
7																					
8																					
9																					
10																					
11																					
12																					
13																					
14																					
15																					
16																					
17																					
18																					
19																					
20																					





**Nous alignons et balançons tout ce qui roule!**

**PNEUS RADIALS**  
à ceinture d'acier

**MICHELIN**

- ALIGNEMENT
- BALANCEMENT
- PIÈCES DE SUSPENSION
- FREINS
- DISQUES ET TAMBOURS
- AMORTISSEURS
- PNEUS MICHELIN
- VENTE ET INSTALLATION

Commande Postale acceptée.

**ALIGNEMENT CHALIFOUR INC.**

Armand Chalifour, prés.

Rimouski, coin Saint-Jean Baptiste et Léonidas, 723-9828.  
Sept. des. 534 rue Perrault, 968-3354.