

*Beauty*

*Santé*

Cahier publi-reportage,  
le 19 septembre 2002

La Voix de l'Est

Distributeur des produits

**RMR**

*La Griffe d'or*

Designer et fabricant

**NORMAND DÉZIEL**

*Baillier*

376, boul. Boivin, Granby  
375-1555

Automne-hiver

# Une mode jeunesse tout en couleurs et en textures

La couleur, pas question de s'en priver, elle a son mot à dire! Un parti pris de couleurs avec l'atmosphère et le charme des coloris d'automne, de sous-bois, de landes et de bruyères, des beiges taupés... Parti pris de douceur avec des tons d'hiver, brumeux, des coloris givrés et des blancs d'hiver. Des couleurs fortes et lumineuses, vibrantes, du pastel au fluo. Des monochromes et des harmonies en camaïeux: rouge rose, pârme violet, marron ocre, bleu vert...

### Les tissus ont la côte!

Chaleureux les aspects floconneux, duveteux, ouatinés, réversibles, moelleux, compacts... Douillet: les polaires, les feutrés, gratés, poilus, flannelisés... et tous les tissus « maille ».

Modernité avec les tissus techniques qui permettent aux vêtements de résister à l'eau et au vent, qui apportent le confort, une facilité d'entretien et, bien sûr, l'assurance d'un look mode: enduits, caoutchoutés, résinés, gommés, contrecollés... nylons ultra-légers, changeants, extensibles...

Important les effets de surface:

armurés, côtelés, froissés légers, craquants... les tweedés, boutonnés et moulinés. À suivre les effets usés, vieillis, lustrés, surteints, blanchis trashés... les effets peaux de bête... Festifs, les tissus brillants et satinés, les irisés, les floqués, les pailletés, les broderies...

Les imprimés ne passent par ina-

pastilles. Les figuratifs sont partout: motifs placés, chiffres, logos, animaux, personnages de BD, motifs géants...

### Du volume tout en douceur!

La mode de l'automne-hiver joue le volume tout en douceur. Les univers de mode sont multiples, ils fusionnent, se transforment, se superposent, évoluent: univers citadin ou urbain, univers ludique ou sportif, univers classique, authentique ou rétro, univers ethnique ou folklorique, univers moderniste ou techno...

On découvre plusieurs styles tous modernisés et mis au goût du jour: le style campus est plus tonique avec un côté débraillé étudié, des pulls géants, des pantalons style « néojeannerie »... Le style « cocon », formes arrondies, vêtements « gonflés » mais légers, transformables (manches en kit), réversibles... Le style « chic », plutôt pour les filles, à utiliser au quotidien avec des petits cardigans perlés, des robes pailletées, des vêtements brodés... Le style ethnique retravaillé, pantalons gansés de fourrure, blousons à velcro et découpes confort style pôle nord, vestes chinoises rebrodées, maille jacquard à motifs folklo... Le style sport avec pour les différentes pièces de multiples renforts et des détails hermétiques... Le style néojean pour tous, du plus petit au plus grand, blousons ou pantalons, ils sont customisés, effrangés, usés, imprimés, retravaillés...

perçus! Toujours des fleurs: larges, pop, crayonnées, en semi, en bouquets, naïves... mixées avec des géométriques, ou en patchwork. Avalanche de géométriques: tous les carreaux parfois en mélange ou enrichis de petits dessins, toutes les rayures bicolores, multicolores, placées... les pois et les



photo: Sears

## Des pieds et des mains



Le temps des vacances est bel et bien fini. Après s'être entraînée tout l'été pour avoir les plus belles jambes, les plus beaux fessiers, les mains et les pieds les plus extraordinaires, on arrête tout ça. Et pourtant, s'il y a un élément à ne pas négliger, c'est bien le soin des pieds et des mains. Pour vous aider, voici des conseils qui vous aideront à trouver les bons outils et les bons gestes.

**Le dissolvant:** choisissez-le sans acétone de préférence, car il est plus doux pour les ongles.

**La lime à ongles:** choisissez une lime en carton. Son côté épais permet de diminuer la longueur de l'ongle et le fin, de lisser le dessous.

**Le bain adoucissant:** une coupelle d'eau avec un peu d'adoucissant suffira pour préparer les mains aux premiers soins.

**Le soin émollient:** une fois vos mains sèches, enduisez les ongles d'un soin émollient qui aide à repousser les cuticules.

**Le bâtonnet en buis:** celui-ci repousse le bourrelet autour de l'ongle. Certaines préféreront la pierre à ongles naturelle car elle agresse moins la matrice que le bâtonnet.

**La pince à peau:** elle ôte les petites peaux indésirables. Soyez délicate sans quoi vous pourriez saigner. Rien de grave tout de même. Mais surtout ne coupez jamais le bourrelet de l'ongle car des stries risqueraient d'apparaître sur l'on-

gle.  
**Huile nourrissante et crème hydratante:** l'huile procurera les éléments essentiels dont vos mains et vos ongles ont besoin. La crème sera la touche finale. Appliquez-la toujours en mouvements circulaires des doigts au poignet.

**Le polissoir:** à utiliser une fois par semaine. Il lustre la surface de l'ongle et stimule sa repousse. En appliquant une noix de baume pour les mains, celui-ci donnera un joli reflet à vos ongles avant de vous mettre à les polir.

Si vous prenez soin de vos mains, n'oubliez surtout pas vos pieds. Voilà les étapes qui vous guideront:

- Trempez vos pieds dans un bain d'eau chaude en y ajoutant une base moussante, du gel douche ou un peu de shampooing doux.

- Coupez et limez vos ongles dans le même sens. Vous aurez besoin d'un coupe-ongles ou d'une paire de ciseaux au carré.

- Posez une solution émolliente autour de l'ongle pour ramollir les petites peaux mortes. Passez la râpe sur les callosités de la plante des pieds. Avec un bâtonnet en buis recouvert d'un côté trempé d'eau savonneuse, repoussez les peaux mortes. Utilisez une crème nourrissante pour le contour des ongles et un lait hydratant pour les pieds.

- Séchez vos ongles avant de poser la base et les deux couches de vernis.

## Cet automne, offrez-vous une nouvelle image !



Remplissez le coupon de participation ci-joint et vous pourriez gagner l'un des 2 bons d'achat de 100\$ de l'un des annonceurs de cette édition spéciale.

Faites parvenir votre coupon de participation, avant le 4 octobre 2002 à :

La Voix de l'Est  
Concours « La Voix de l'Est »  
Casier postal 5538  
76 Dufferin, Granby J2G 9L4

### Coupon de participation

« Cet automne, offrez-vous une nouvelle image ! »

Nom: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Ville: \_\_\_\_\_ Tél.: \_\_\_\_\_

J'aimerais échanger mon bon d'achat de 100\$ chez le client suivant présent dans ce cahier:

La Voix de l'Est

Les règlements du concours sont disponibles à La Voix de l'Est.

## Une garde-robe aux possibilités infinies

Cette saison, la mode réinterprète les classiques en leur ajoutant un zeste de folie. Ainsi, les chemisiers de coton sont agrémentés tantôt de frisons ou de rayures bancaires, tantôt de plis ou de cloutage. Le blouson en denim est rehaussé d'un col et de manchons détachables en fourrure. Les t-shirts, les jeans et le velours côtelé sont sublimes d'enduits métallisés, de motifs cachemire vintage ou encore d'imprimés sauvages et abstraits. Les tricots, quant à eux, sont éclectiques, ludiques et sexy et s'expriment dans des mélanges de fibres grossières sous des aspects câblés, *patchwork*, luxuré ou à motifs chevron. Le tweed scintillant vole la vedette lorsqu'il incarne la mignonne veste courte ou encore la jupe taillée sur le biais. Le masculin et le féminin se confondent dans l'option tailleur lorsque la redingote étriquée troque son pantalon à revers pour se marier à une jupe, qu'elle soit longue et féminine ou courte et sophistiquée.

Les manteaux douillets extra-grands enveloppent la silhouette tels une couverture, alors que les parkas matelassés se distinguent par la fourrure ajoutée à leur capuchon et les vestes de polar mœlleuses, par leur style épuré. Les couleurs varient de l'ivoire crémeux au chocolat au lait, en passant par le vibrant terracotta, le vert organique, le gris terreux et le riche charbon, sans oublier le bleu bébé et la nautique marine.

Une des tendances majeures de l'automne est l'utilisation de tons riches et naturels. Des subtiles varia-

tions de brun se posent sur différentes étoffes: tissés, suédés, mailles et fourrures.

Le classique chemisier en coton extensible est offert en trois variations. En version romantique gar-

la couleur unique et s'illustre dans une tenue composée d'un manteau et d'une robe en mélange de laine couleur chamois. Une autre variation de cette tendance serait le corsage et la longue jupe de maille portés avec un épais cardigan texturé ou encore, le pull côtelé à motif chevron associé à un pantalon en suède chamois.

Une longue et souple veste en suède habille le denim foncé pour une tenue qui transite facilement du bureau à la ville. Un chemisier à patte de boutonage recouverte s'insère dans un jeans sophistiqué. Une ceinture poinçonnée de ri-



nie de ruchés ou modernisée grâce à l'ajout de maxi revers aux poignets. Le chemi-

sier tailleur demeure toutefois le plus versatile de par sa simplicité et son intemporalité.

Une alternative amincissante et très tendance de se vêtir cette saison est d'adopter le look monochrome. La maille se prête spécialement bien à cette option de

vets portée bas sur la hanche ajoute une touche urbaine à l'ensemble.

Que ce soit sous la forme d'une veste ajustée ou d'un blouson ample, la fourrure a réellement pris d'assaut les passerelles des créateurs de mode cet automne. C'est donc le moment ou jamais de se lover dans une somptueuse veste en peau renversée doublée de fourrure et de la porter sur un pull à col cheminée et un pantalon de velours.

Source: texte et photos Olsen Europe

## Une mode masculine urbaine et décontractée

La mode masculine pour l'automne-hiver 2002/2003 s'adresse à l'homme urbain à l'aise dans ses vêtements, vêtu de cuirs généralement vieillis et de longs manteaux dans des styles décontractés.

Le Danois Roy Krejberg, qui signe la ligne hommes de Kenzo, aime les contrastes entre longs manteaux et pantalons taille basse très courts, les volumes amples ou au contraire près du corps. Il joue subtilement des rayures, tennis pour les plus simples, décalées entre veste et pantalon ailleurs ou encore irrégulières sur un autre costume. Le soir, des éclaboussures blanches mettent une pointe d'humour sur une chemise rayée noir et blanc.

L'hiver prochain, l'homme Louis Vuitton sera toujours chic, mais on ne l'imagine pas une minute à Wall Street. L'Américain Marc Jacobs le chausse de *rangers* et l'équipe d'une plaque d'identification autour du cou. Le pas est déterminé, la veste ou le manteau reporter multipoches devient indispensable de même que le sac caméra bien arimé autour du torse. Cet homme-là ne sait pas à l'avance de quoi sera faite sa journée, alors il multiplie

les épaisseurs de matières toutes nobles: manteau de cachemire et laine, gilet de coton ciré, trench de coton doublé cachemire, chemise de coton, débardeur, pantalon de laine rayure réfléchissante. Ne manque que le pyjama glissé en dessous d'un jean, vu sur d'autres modèles. Le soir, l'allure est résolument décontractée avec des vestes smoking en velours qui se portent sur des

chemises «grands-pères» et des pantalons de coton.

Daniel Faret joue avec le cuir: vieilli pour un manteau caramel, mélangé avec de la peau dans un ensemble blouson-pantalon, cousu *patchwork* pour un effet graphique sur un pantalon chocolat ou une veste ou

encore sculpté façon espagnole noire. Les effets géométriques et optiques rythment les pulls, aux jacquards renouvelés, tandis que l'imprimé du cachemire donne à l'homme Faret un air baroque. Le noir, enfin, est l'unique couleur du soir. Seule la matière diffère entre veste redingote damassée, chemise à lavallière, ou costume relevé par une pointe de fil lurex.



## L'accessoire mode revient en force

Après quelques saisons sous le signe du minimalisme où l'accessoire avait été pratiquement banni des podiums, voici que cet automne il regagne du terrain.

Le mot d'ordre de la saison est élégance et, de celle-ci, l'accessoire est indissociable. C'est dans un esprit classique un peu décalé que l'on choisit les accessoires qui rafraîchiront sa garde-robe automnale. Pour cet hiver, si on fait un bon ménage de sa garde-robe et qu'on garde tous les classiques impeccables, l'accessoire pourra remplacer l'achat de nouveaux vêtements. Il suffira de choisir des éléments clés au design fort. En plus des gants, foulards, chapeaux et bijoux, trois accessoires prennent le devant de la scène cet automne.

### La ceinture

Grande délaissée des saisons dernières, la ceinture passe de détail à élément de taille cet automne. On la préfère assez large avec des anneaux en guise de boucle. Bien que l'on propose de nombreuses versions à boucle de strass, ce sont les classiques en cuir uni caramel, brun ou noir qui ont la cote. La ceinture se porte bas sur les hanches, donnant ainsi l'illusion d'un torse plus long.

Les magasins en proposent de très belles. Cloutée ou trouée façon punk, la ceinture ajoutera un accent mode au costume pantalon un peu banal et lui donnera, sur-le-champ, belle allure. Même la chaîne de taille de type Chanel est dans le vent, à condition qu'on l'associe à une allure sport: tout est dans le contraste!

### Le sac

Exit les minisacs bijoux et les gros sacs à dos de tortue, le sac de la saison est la vraie, l'authentique sacoche de madame. On parle d'un sac à main de proportions régulières, ni trop gros ni trop petit, un sac pratique sans être ennuyeux. On se tourne donc vers un *look* très féminin, tel que le sac Kelly ou le Birkin de Hermès dont plusieurs manufacturiers, comme Luxe, offrent de belles copies.

Très accessibles, les sacs de tweed et de chevron sont à la fois élégants, passe-partout et pratiques grâce à leur souplesse.

### Les collants fantaisies

C'est un collant de fantaisie classique qui s'impose aujourd'hui. Les motifs sont visibles, gros mais choi-

sis dans des teintes subtiles telles que les marron, les crème, les kaki ou les violets. On s'inspire beaucoup de l'esprit graphique issu de la vague Pop Art qui déferle sur la mode ambiante. Avec jupe courte et cuisardes à semelles plates, l'effet moderne est assuré. Les carreaux et rayures priment entre autres chez le leader du collant Woolford tandis que la marque Voilà propose le très sexy et très seyant modèle muni d'une ligne à l'arrière façon années 1940.



Haute couture hiver 2002-2003

## Ungaro, Givenchy et Valentino

Emmanuel Ungaro a eu un coup de foudre pour le Laos. Le couturier a rapporté de ce pays des multitudes de tissus qu'il a fait reproduire à Paris. Une collection synonyme de vertige, avec télescopes d'imprimés ou de fleurs polymorphes dans un tourbillon de mousseline, de soie et de dentelles brodées et un maelström de couleurs. Les broderies, pierres précieuses et paillettes tombent en avalanche sur les modèles. Emmanuel Ungaro, défenseur d'une haute couture pratiquant une osmose incessante entre les diverses cultures et évitant le conformisme des logiques de groupe, s'est lancé à corps perdu dans une collection qui rappelle que couture rime avec art, artisanat et luxe.

Après deux saisons hésitantes chez Givenchy, Julien Macdonald a opté pour ce qui l'a fait connaître: le glam'rock. Les coiffures sont hirsutes, les bottes à lacets, les talons vertigineux et les couleurs flashy. Les années 80 semblent de retour avec l'esprit biker: ceinture motard ou tailleur pantalon en cuir noir noué ajouré et très ajusté; cape noire tricotée en longs poils de renard noir; veste à multiples applications de chaînes or et minirobe dos nu drapée en mousseline de soie rose et or.

Avec Valentino, arrive le règne animal dans sa version chic avec le serpent en maître de cérémonie qui se porte en ceinture, tiare ou bijoux. Rayures et taches de tigris, léopards, jaguars et girafes se retrouvent sur des robes en mousseline, des manteaux brodés sur paillettes or ou un trench en soie couleur bronze. L'autre thème majeur d'inspiration est la tapisserie avec des fleurs douces sur un manteau en cachemire rouge et jaune, plus lumineuses sur un caftan re-brodé vert ou sur une robe longue



Ungaro

plissée soleil en mousseline de soie. Le noir, malgré tout, sert de fil conducteur du matin au soir, du tailleur en laine aux capes en dentelles brodées, aux casaques et aux robes longues en satin avec insertions brodées. Le rouge Valentino affirme sa présence avec, notamment, une robe longue en taffetas rouge avec roses brodées au dos.

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



Valentino

## Le choix d'un parfum

On se souvient toujours de votre parfum! C'est pourquoi il vaut la peine de bien le choisir selon ce que vous voulez révéler... ou qui vous voulez séduire. Voici quelques trucs pour vous aider à faire le bon choix:

- **Fréquentez les boutiques spécialisées:** vous disposerez d'un plus vaste choix et ne serez pas soumise à une seule marque.

- **Ne vous laissez pas influencer par la conseillère:** écoutez simplement ce qu'elle a à vous dire (types de parfums, nouveautés, etc.). Ne succombez surtout pas aux promotions de tous genres. Profitez des offres spéciales seulement si vous connaissez le parfum et l'appréciez vraiment.

- **Demandez un choix de trois parfums (maximum):** un bouquet floral, un oriental et une fragrance fruitée ou boisée. Ne les essayez pas tout de suite sur votre peau, utilisez plutôt une mouillette. Une fois la famille de parfums choisie, faites-vous faire plutôt une autre sélection.

- **Faites-en l'essai:** votre peau ne réagit pas comme un bout de carton. Faites l'essai des trois parfums choisis à l'intérieur du poi-

gnét ou au creux du coude.

- **Laissez le temps faire son œuvre:** les premières notes d'un parfum étant fortes et volatiles, il faut laisser le temps aux notes de cœur de se révéler. Puis, avec le temps également, vous saurez, par l'émergence des notes de fond, si ce parfum saura tenir sur vous.

- **Fermez les yeux:** pour ne pas vous laisser influencer par le flacon ni par la conseillère, et vous concentrer sur l'odeur afin d'en saisir toutes les nuances.

- **Ne demandez pas l'opinion**

des autres: après tout, c'est vous qui porterez la fragrance et non eux. Peut-être n'avez-vous pas les mêmes goûts en matière d'arômes. Fiez-vous donc à votre nez!

- **Faites-vous offrir un échantillon:** avant d'arrêter votre choix, il est important de laisser vivre le parfum sur vous. La nuit portant conseil, vous saurez en 24 heures s'il vous convient et s'il vous plaît vraiment.

- **Respectez le budget:** fixez-vous un montant limite et surtout, ne le dépassez pas. Prenez le temps de bien choisir votre nouveau parfum. En effet, c'est un investissement qui vous coûtera cher si vous ne le portez pas!



### Savoir porter un parfum

- **Ne vous parfumez jamais trop:** si l'odeur déplaît à votre interlocuteur, cela peut vous être défavorable dans toutes communications, professionnelles et personnelles.

- **Optez pour le bon parfum:** léger pour le travail, les balades en nature, la saison estivale et plus soutenu pour la saison froide, les soirées romantiques et les soirées intimes entre amis.

## À bas les mythes concernant la cellulite

### Seules les femmes souffrant d'embonpoint ont de la cellulite

La cellulite est attribuable à la perte d'élasticité et de fermeté de la peau. Il y a donc accumulation de fluides et de graisse dans les couches sous-cutanées. La cellulite ne résulte pas d'un excédent de poids. La perte de poids peut réduire la masse adipeuse, mais elle ne corrige pas ni n'élimine la cellulite. Même les femmes très minces peuvent avoir de la cellulite sur les cuisses, les fesses et les hanches.

### La cellulite est héréditaire

Plusieurs facteurs influent sur la cellulite dont les gènes, le sexe de la personne, la quantité de graisse localisée à certaines régions du corps et l'épaisseur de la peau. Par exemple, si la peau est mince et qu'il y a excédent de graisse, la cellulite est plus apparente.

### Les jeunes femmes n'ont jamais de cellulite

La cellulite peut apparaître même à la puberté, sans être très apparente puisque la peau est souple.

### Il est normal d'avoir de la cellulite en vieillissant

Cette affection cutanée peut s'aggraver avec l'âge, mais il ne faut pas s'y résigner. Un programme ré-

gulier d'exercices et une alimentation sains peuvent atténuer la cellulite.

### La cellulite ne s'aggrave pas

Si l'on ne combat pas la cellulite, celle-ci s'aggrave au fil des ans. La peau continuera de perdre de sa fermeté et de son élasticité.

### Les produits tonifiants et raffermissants éliminent la cellulite

Tout comme les régimes amaigrissants, à eux seuls les exercices n'enrayeront pas la cellulite. Pour atténuer visiblement l'apparence de la cellulite, il faut absolument adopter une saine alimentation, faire de l'exercice et, préféablement, utiliser un modelant tous les

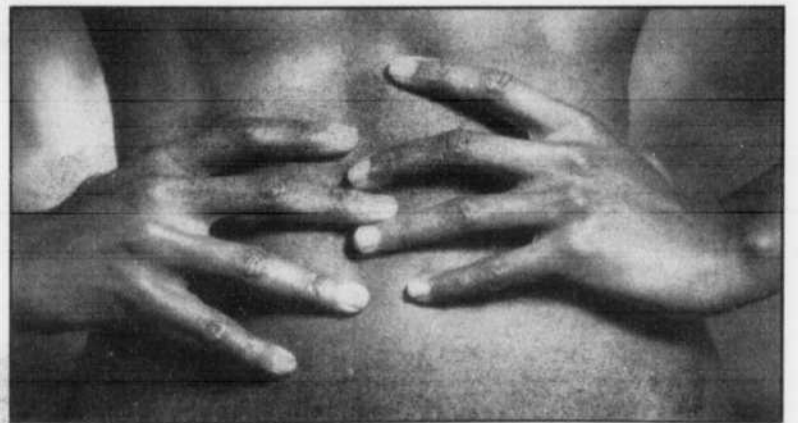
jours.

### Un régime amaigrissant strict éliminera la cellulite

À lui seul, un régime amaigrissant ne peut pas éliminer la cellulite. En fait, il existe des risques que les régimes stricts augmentent éventuellement le pourcentage de masse adipeuse, ce qui aggraverait la cellulite.

### Les hommes n'ont jamais de cellulite

Les hommes n'ont habituellement pas de problème de cellulite, car la forme de leurs cellules adipeuses est différente tout comme l'accumulation de la graisse. Cependant, certains hommes peuvent développer de la cellulite sur le cou ou l'abdomen.



Le Château

Boutique Newport

Annésia

Tristan

Frisco

**Galeries de Granby** *C'est ma place à moi!*

WAL-MART SEARS Hart IGA



*Collection 2002-2003*

*Cet automne, Laflamme  
brûle de vous couvrir  
de ses mille manteaux*

**LAFLAMME**  
UNE HISTOIRE DE MANTEAUX

328, rue Principale  
Granby • 378-8484

[www.la-flamme.com](http://www.la-flamme.com)

# Je me baigne, donc je me soigne!

## Les huiles essentielles

L'ingrédient vedette des produits de bain est sans contredit les huiles essentielles. Contrairement à ce qu'on pourrait croire, celles-ci ne sont pas systématiquement... huileuses! Il s'agit en fait d'un extrait très concentré d'une essence. On obtient les huiles essentielles par différents procédés d'extraction, qui vont de la distillation à la pression. Cela produit un liquide pur qui constitue un concentré de l'élément de base. Il faut donc une très grande quantité de cette matière première pour obtenir ne serait-ce qu'une infime quantité d'huile: 1 kilo de pétales de roses donne 100 millilitres d'huile essentielle. De préférence, achetez vos huiles dans une pharmacie ou un magasin d'aliments naturels. Vous obtiendrez ainsi une huile 100 % pure et non une copie synthétique.

## À chaque huile, ses propriétés:

- Camomille:** sédative, relaxante, calmante;
- Jasmin:** stimulante;
- Lavande:** calmante, équilibrante, désinfectante, elle accélère la cicatrisation;
- Fleur d'oranger:** calmante, analgésique;
- Romarin:** stimulante, protectrice de la peau;
- Bois de santal:** aphrodisiaque;
- Pétales de rose:** reconfortante, calmante;
- Eucalyptus:** décongestionnant;
- Ylang Ylang:** aphrodisiaque;
- Citron:** tonique, antibactérien.

## Les algues

Elles constituent une source riche en minéraux, qui ont des effets remarquables sur la tension

musculaire. Attention aux produits synthétiques qui ne font que colorer l'eau. Les algues véritables sont proposées en sachets à infuser ou font partie de la recette de certains produits (bain moussant, huile de bain, etc.)

## Les sels

Ils agissent de la même façon que les algues. Ils contiennent des minéraux qui contribuent à détendre nos pauvres muscles noués.

## Les herbes

La fleur de trèfle rouge, la fleur de calendula et la camomille, à la fois excellentes pour la peau et très relaxantes, sont les plus agréables à utiliser dans le bain. Assurez-vous que les herbes que vous choisissez sont bien fraîches afin qu'elles aient conservé toutes leurs propriétés.

# Votre programme de soins de la peau a-t-il besoin d'un petit remontant?

Avoir une peau saine peut être plus simple qu'on ne le pense. En fait, de nombreux facteurs intérieurs et extérieurs influent sur la santé de la peau. On sait que la peau est un organe qui doit être nourri. En suivant ces conseils pratiques et en modifiant quelque peu votre programme quotidien de soins, votre peau retrouvera son éclat naturel.

**Boire beaucoup d'eau:** Comme le corps est composé aux deux-tiers d'eau, il faut bien l'hydrater si l'on veut avoir une peau plus saine et plus fraîche.

**Bien s'alimenter et faire de l'exercice:** Faire régulièrement de l'exercice accroît l'apport sanguin à la peau et aide à favoriser son élasticité. Grâce à une alimentation saine et riche en vitamines et éléments nutritifs, la peau aura belle apparence.

**Essayer le «sauna facial»:** La vapeur permet à la peau de transpirer et d'évacuer les impuretés.

Sans compter qu'elle améliore la circulation sanguine.

**Toujours bien nettoyer sa peau:** Un bon nettoyage de la peau se fait en quelques étapes à l'aide de produits de soins.

**Hydrater:** Il importe de trouver l'hydratant qui convient à sa peau afin de rétablir l'équilibre hydrique.

**Arrêter de fumer:** Arrêter de fumer comporte de nombreux avantages. Or, «écraser» peut être l'une des choses les plus importantes à faire pour améliorer la santé de sa peau. L'inhalation de fumée resserre les vaisseaux sanguins, ce qui réduit l'apport de sang et d'éléments nutritifs à la peau.

**Utiliser un produit de protection solaire:** Une protection solaire appropriée constitue la meilleure défense contre les rayons nocifs ultraviolets du soleil. Il faut utiliser un écran solaire en toutes saisons et quelle que soit l'activité pratiquée — natation, ski et même les emplettes.

# Petit lexique du cuir pour les chaussures

**Agneau.** Peau du jeune mouton, utilisée le plus souvent pour les modèles confort.

**Antilope.** Peau provenant d'une gazelle ou d'une antilope. La peau est d'un velouté brillant.

**Basane.** Peau, souvent de mouton, ayant subi un tannage végétal hyperallergénique.

**Box calf.** Peau de veau dont le grain naturel a été légèrement ac-

centué et qui est ensuite glacé, repassé ou plaqué pour obtenir un aspect plus ou moins brillant.

**Cerf.** Peau très souple mais qui ne s'avachit pas.

**Chevreau.** De provenance marocaine en général, souple et brillant



après tannage (souvent fait au chrome). Souvent utilisé pour les chaussures formelles, il se prête bien au montage et n'est pas rétractable.

**Chèvre velours.** Peau de chevreau tannée au chrome avec une surface veloutée. Souvent comparée au nubuck.

**Daim.** Peau (qui ne provient pas

forcément du daim) traitée à l'huile de poisson, ou peau velours obtenue par ponçage.

**Maroquin.** Peau de chèvre ayant subi un tannage végétal accentué par un grainage à la main.

**Nubuck.** Peausserie de bovin fort dont on a retiré la partie brillante (la fleur) par un léger ponçage qui lui donne un aspect velouté. Il se teint facilement.

PAGE 6A - JEUDI 19 SEPTEMBRE 2002 - LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE

## Boutique Pamela

- HIROKO
- LANA LEE
- LASANIA
- CLICK



Prêt-à-porter 6 à 20 ans  
Lise Madison, propriétaire

**Venez voir nos nouveautés!**

350 St-Jacques  
Plaza de Granby

# 776-1030

## Le Figaro



**Coiffure unisexe**  
AVEC OU SANS RENDEZ-VOUS

OUVERT 7 JOURS SUR 7

Heures d'ouverture :

Lun., mar. et mer. : 9 h à 18 h

Jeu. et ven. : 9 h à 21 h

Samedi : 8 h 30 à 17 h

Dimanche : 10 h à 17 h

**5 \$ de rabais**  
**sur TOUT, TOUT, TOUT**

**Le Figaro**

Valide jusqu'au 5 octobre 2002 inclusivement

Sur présentation de cette annonce  
Non applicable aux 8 ans et moins

40-10 Évangéline, Galeries de Granby • 378-5844

*Pour vos beaux yeux...*



**VOUS MÉRITEZ CE QU'IL Y A DE MIEUX**

**NOTRE RÉPUTATION VOUS LE GARANTIT**

Laboratoire sur place.  
Grand choix de montures à prix compétitifs.

**NOMBREUX SPÉCIAUX**

Examen fait par un optométriste

L'ACCUEIL ET LE SERVICE PERSONNALISÉ FONT TOUTE LA DIFFÉRENCE CHEZ :

**MADELEINE GAGNÉ**

OPTICIENNE

## 263-5830

Maison Nesbitt - 215 Sud, Cowansville

## Produits coiffants

Les ventes de produits coiffants sont à la hausse. Chaque saison, les compagnies lancent de nouveaux produits à grand renfort de publicité. Shampooing, revitalisant, mousse, gel, pommade, fixatif: plus de 90 % des achats des consommateurs sont faits dans les pharmacies, les supermarchés et les grandes surfaces.

Sur les tablettes des magasins, les flacons et les petits pots de marques variées se font concurrence. Auparavant, une gamme de produits se réduisait à un shampooing, un revitalisant et un fixatif; aujourd'hui, on retrouve des shampooings et des revitalisants spécifiques pour tous les types de cheveux, naturels ou traités chimiquement, ainsi qu'une foule de produits coiffants, gels, mousses, pommades, fixatifs, à utiliser sur des cheveux secs ou humides, pour lisser, boucler ou sculpter la coiffure.

Comme ces produits coiffants ne sont vendus que dans les pharmacies et les grands magasins, et que les coiffeurs préfèrent utiliser des produits professionnels vendus exclusivement en salon, il est difficile pour le consommateur de se faire conseiller. Moins chers, ces produits sont-ils aussi performants? De l'avis des coiffeurs, ils sont généralement efficaces s'ils sont utilisés en très petite quantité. La modération donne un meilleur look.

• **La mousse extra boucles.** Cette mousse a une tenue moyenne. Elle se travaille bien sur la brosse et donne des boucles souples. On la répartit uniformément sur toute la chevelure. Cette mousse est idéale pour des cheveux fins puisqu'elle n'alourdit pas la coiffure. Quantité à utiliser: environ la grosseur d'un citron.

• **Le gel tenue longue durée.** Ce gel peut s'utiliser sur des cheveux secs ou mouillés. Il donne du corps aux cheveux sans les rendre rigides. On peut aussi mélanger gel et mousse et employer ce mélange pour gonfler les racines. Bien répartir dans la chevelure et faire le brushing. Quantité à utiliser: environ la grosseur d'un dollar.

• **La cire coiffante.** Cette cire donne beaucoup de brillance à la chevelure. Suivant la quantité utilisée, elle permet d'obtenir des pics ou

des effets couettés. On en met une petite quantité dans la paume de la main, la valeur d'un pois environ, on réchauffe la cire et on l'applique.

• **Le fixatif ultra ferme.** Ce fixatif est idéal pour les cheveux mi-longs ou courts ou encore pour les chignons parce qu'il a une tenue très ferme. Il ne faut pas trop en utiliser parce qu'il donne à la chevelure une texture sèche désagréable.

• **La mousse modelante.** Cette mousse permet de relever les racines et aide à définir les boucles des cheveux permanentés ou qui frisent naturellement. On utilise cette mousse sur les cheveux mouillés, environ la quantité d'une balle de golf, on l'étend sur les longueurs ou encore à la racine suivant l'effet désiré. À éviter pour les cheveux secs.

• **Le fixatif volumisant.** Ce fixatif s'applique sur des cheveux secs. Il permet de soulever et de modeler les racines. Il est préférable de ne pas vaporiser le fixatif trop près, mais de s'éloigner pour obtenir une brume qui facilite le coiffage.

• **Masque de coiffage innovateur.** Ce masque de coiffage s'utilise comme un gel ou une mousse. Il offre une très bonne tenue. On peut l'utiliser pour gonfler les racines ou l'appliquer sur toute la surface de la chevelure pour modeler la coiffure. Il est idéal pour les cheveux fins parce qu'il donne beaucoup de volume à la chevelure. Utiliser une petite quantité, à peine de la grosseur d'un 25 cents.

• **La pommade «lissez-lustrez».** Cette pommade est un produit de finition. Elle permet de définir des mèches, des guiches ou de faire des pics. Elle donne beaucoup de brillance à la chevelure et n'est pas collante. Idéale pour donner de l'éclat aux cheveux ternes.

• **La cire capillaire de définition.** Offerte dans un tube, cette cire peut être appliquée directement sur la chevelure. Cette cire est très grasse et rend les cheveux collants. Employée sur des cheveux frisés naturels et secs, elle permet de définir les boucles. On recommande de mélanger un peu de cire à la pommade pour ceux et celles qui ont des cheveux frisés très épais, pour en assouplir les boucles.

**Le Centre de Médecine & Chirurgie Esthétique**

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

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

Documentation sur internet:  
[www.esthetique.qc.ca](http://www.esthetique.qc.ca)

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

*L'art du savoir-faire  
l'art de satisfaire...*  
Voir notre publicité à  
Télé-Annonces câble 11

**Chirurgie plastique & esthétique**  
Dr. Claude Léveillé  
*(plus de 15 ans d'expérience)*  
visage, nez, seins, abdomen, cuisses, yeux

**Épilation au laser**  
**Greffes de cheveux**  
**Rajeunissement du visage**  
*(peeling chimique, bleu ou oxydant, laser CO<sub>2</sub>)*  
**Les traitements anti-rides**  
*(Botox, collagène, restylane, portance, artecoll, reviderm, laser)*  
**L'augmentation des lèvres**  
**Varices**  
*(par injection ou par laser)*  
**Couperose (laser)**  
**Tâches brunes**  
*(peeling ou laser)*

**Dr Claude Léveillé**  
chirurgien plastique et esthétique

**Dr Pierre Courchesne**  
chirurgien

**Dr Nicole Coulombe**  
*(omnipraticien)*  
traitement des varices

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

*Pierrette Messier*

PODIATRE

*Pour des pieds en santé!*

À DOMICILE ET SUR RENDEZ-VOUS DU LUNDI AU JEUDI

CORS • CALLOSITÉS  
ONGLES INCARNÉS • VERRUES PLANTAIRES  
ORTHÈSES SUR MESURE • ORTHÈSES CRYOS

**146, rue Alexandra, Granby 372-4735**

## Sortez du cadre

JULES et GINETTE

ainsi que toute l'équipe vous invitent à venir découvrir leur superbe

COLLECTION D'AUTOMNE

pour  
hommes

et

pour  
femmes

Tailles fortes jusqu'à 54  
et 4X grand

Vêtements féminins  
uniques en région

OUVERT TOUS LES DIMANCHES  
de 12 h à 16 h

Service de retouches  
de tous genres

LA MERCERIE

Jules  
Demers

147, rue Principale, Granby • (450) 372-4645



Et automne, offrez-vous une nouvelle image!

Remplissez le coupon de participation ci-joint et vous pourriez gagner 2 bons d'achat de 25 \$ de l'un des annonceurs de cette page.

**Belle...**

**Manucure**  
Soins des mains  
• Entretien d'ongles naturels  
• Pose d'ongles (poudre de soie) sans aucune odeur. Traditionnel, français, américain  
• Appliqués (dessins) divers...  
• Ongles importés d'Italie (uniques) pour toutes occasions : mariage, soirée costumée, soirée de bal...  
• Massage exfoliant  
• Mains chauffantes, adoucissantes

**Pédicure**  
Soins des pieds  
• Ongles incarnés  
• Cornes  
• Gerçures  
• Bain de pieds désinfectant  
• Pieds chauffants relaxants

Jusqu'au bout des doigts!...  
Sur présentation de cette annonce

**Maryse David à Granby**  
405-4031

5\$ de rabais sur tous les soins  
Valide jusqu'au 31/10/02

**Salon de coiffure Joane**  
Spécial enfants : Ton âge = Ton prix!  
(ex. : 5 ans = 5 \$)

Coupe et coiffure stylisées Hommes (barbier) et femmes

**NOUVEAU** Annie Mala  
Massothérapeute avec rendez-vous massage sur chaise : 1\$/min.

Mélanie R. Couture  
Coiffeuse avec ou sans rendez-vous

Johanne Boivin  
Propriétaire, coiffeuse avec rendez-vous

**NOUVEAU** Sonia Laramée  
Maquilleuse avec rendez-vous maquillage professionnel, classique et de fantaisie

3, rue St-Joseph, Granby 372-6612

**Esthétique**  
Bellissima

Sara Macaluso  
Esthéticienne et massothérapeute  
6 ans d'expérience

... on prend le temps d'être à l'écoute de vos besoins!

- Épilation à la cire (tiède ou chaude)
- Maquillage personnalisé (cours et conseils)
- Manucure (français)
- Massages de relaxation et thérapeutique

Reçu pour assurances  
Membre de l'A.P.M.T.Q.  
Certificats-cadeaux disponibles

Sur présentation de cette annonce

5\$ de rabais\* sur tous les soins de 20 \$ et plus

Expire le 31 décembre 2002  
Non applicable sur autres promotions.

Tirage d'un soin à chaque mois

776-9577 sur rendez-vous  
85 Drummond, Granby (Près du lac Boivin)

**SPECIAL 1/2 JOURNÉE**  
Incluant 4 heures :  
• 1 massage de relaxation  
• 1 beauté des pieds  
• 1 manucure  
Rég. 99¢ 80 \$

Lorsque vous prenez rendez-vous, mentionnez-moi cette publicité et courez ainsi la chance de gagner une demi-journée beauté.

Clinique de chirurgie et esthétique  
**NOVANI inc.**

**Micro Derma**

- Procédé non médical
- Élimine les imperfections de la peau
- Cicatrices d'acné
- Pores dilatés
- Hyperpigmentation
- Taches brunes
- Rides d'expression
- Vergetures et autres

Épilation au laser  
Liposuction

Collagène, botox, arnicoll et hyaluron  
(traitement contre les rides)

par le Dr François Laplante  
omnipraticien

www.cliniquenovani.com  
Consultation gratuite sur rendez-vous  
**777-0578**

CLINIQUE CAPILLAIRE GRANBY INC.

**HAIRFAX**

Pour vous mesdames

- Solution globale à la calvitie
- Nouveau procédé chirurgical, microgreffe capillaire

Pour vous messieurs

- Alternative non chirurgicale
- Prévention de la perte de cheveux

Une large gamme de services pouvant satisfaire vos divers besoins capillaires de toutes sortes.

**Annick Lamy**  
massothérapeute  
membre CMAPPAC

Massage thérapeutique ou de détente  
Massage sur chaise  
Service en entreprise

- Urgence
- Reçu d'assurances

**SUR RENDEZ-VOUS GRANBY ET RÉGION**  
(450) 531-LAMY (5269)

www.hairfax.com  
**372-0377**  
Consultation gratuite sur rendez-vous

**La Voix de l'Est**

**Casier postal 5539**  
76, rue Dufferin  
Granby (Québec)  
J2G 9L4

Faites parvenir votre coupon de participation à l'adresse suivante:

**COUPON DE PARTICIPATION**  
« Cet automne, offrez-vous une nouvelle image! »  
**La Voix de l'Est**

Le tirage aura lieu le 4 octobre prochain à la Maison des communications

Nom: \_\_\_\_\_  
Adresse: \_\_\_\_\_  
Ville: \_\_\_\_\_ Tél.: \_\_\_\_\_

J'aimerais recevoir un bon d'achat de 25\$ chez: \_\_\_\_\_

Les règlements du concours sont disponibles à La Voix de l'Est.

## Quatre décennies de parfums pour hommes

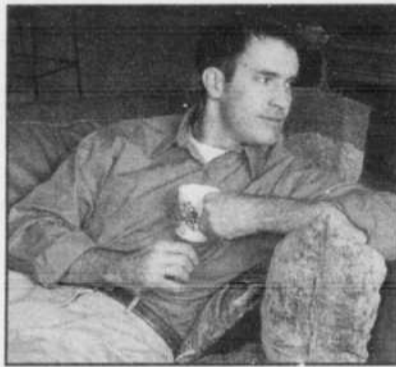
1960. L'homme sexy des années 60. Dior présente son parfum haute couture pour homme «Eau sauvage», aux notes de basilic, citron, vétiver, romarin et de petit grain. L'Amérique connaît un super boum de la parfumerie pour homme avec «Brut» de Fabergé. Quand Aramis, le mouton noir des aristocrates, lance son parfum en 1966, la gente masculine est devenue un mélange d'homme libre et d'homme terre avec des parfums d'agrumes et de sauge sur fond de myrrhe et de patchouli.

1978. L'homme vu par Azzaro. C'est un homme d'action, insaisissable. Puissant et secret, son charme attire le regard des femmes. Sa séduction intense cache pourtant une discrétion, une finesse insoupçonnée. Il marie avec le même bonheur les moments raffinés et les instants d'action. Il est 100 % masculin. Son parfum dégage des notes d'anis et d'héliotrope sur fond de musc et d'ambroisie.

Quant à «Polo», il s'adresse au jeune homme de bonne famille ou qui veut en donner le ton, mélange de cuir et de tabac avec des notes de basilic et de patchouli.

1980. L'âge d'or des grandes courses autour du monde. C'est la Route du Rhum, le Québec-St-Malo, le tour du monde à la voile. Le visage hâlé par le vent et les embruns, l'homme porte un tricot à rayures

marines et blanches et, comme parfum, des noms d'aventure avec, en cœur, des notes boisées: bois de santal, de figuier, de cèdre et de chêne. C'est aussi l'arrivée de «Drakkar Noir» pour l'homme dangereux avec, en plus, une touche de lavande et de coriandre (1982). C'est «Obsession for Men» (1986), qui dégage l'attrait du bel étranger au parfum brûlant de bergamote, d'encens et de patchouli. L'Eau pour homme d'Armani (1984) s'inscrit à la fois dans la tendance et hors des courants éphémères avec, en cœur, des notes chyprées.



1990. L'homme chic qui goûte bon les fruits et les épices. C'est le déploiement des parfums virils, sans ostentation, à la fois secrets et brillants, intemporels et actuels avec un accord pétillant de fruits et d'épices. En cœur, il évoque un sous-bois d'été. En fond, il révèle un charme tendre et viril, très raffiné. Tels se présentent «Week-end» et «Quartz de Molineux».

2000. Tout en fraîcheur. L'homme d'aujourd'hui opte pour une eau de toilette d'une grande fraîcheur qui lui procure une sensation de bien-être immédiat. Son choix, au bureau et en week-end, va vers une fragrance sobre, facile à porter, qui s'inscrit dans la tendance actuelle de transparence, tout en offrant un sillage raffiné et signé d'une grande personnalité.

## Les accessoires de la garde-robe masculine

### Ceintures

La ceinture doit être coordonnée avec les chaussures, à la fois en ce qui concerne la matière et en ce qui concerne la couleur. Ne mettez pas de ceinture en crocodile avec des chaussures en cuir lisse et réciproquement. Par ailleurs, il n'est pas d'usage de porter une ceinture avec un costume sombre (préférez les bretelles s'il faut réellement maintenir le pantalon). La ceinture est carrément prohibée avec les tenues de cérémonies, smoking, jaquette ou habit. Évitez de porter des ceintures qui ont pour boucle le monogramme de la marque.

### Gants

Ils ne sont plus guère utilisés qu'en hiver pour protéger du froid. Le gant souligne la forme de la main, ce qui a pour résultat

que l'homme ganté fait plus attention à ses gestes. Le gant doit être choisi fin, sauf s'il est réservé à une utilisation bien



précise (gants de moto). De plus, il doit coller à la peau.

L'idéal serait un gant aussi fin qu'un gant de golf, mais évidemment ce n'est pas à la portée de tous les budgets. Les gants masculins sont plus courts que les gants de femme et généralement, ils portent sur le dos des coutures dans le sens de la longueur.

La couleur des gants doit être assortie à celle des chaussures. Chaussures noires, gants noirs, chaussures marron, gants marron. Les gants d'autres couleurs sont à proscrire, sauf si ce sont des gants de sport. Évidemment, la règle ne s'applique pas aux gants en maille utilisés essentiellement pour conduire.

La matière noble demeure le cuir. Choisissez plutôt des gants doublés, en laine ou en soie. Le cuir seul épouse beaucoup mieux la main mais il a la tendance des plus fâcheuses à déteindre lorsqu'il pleut... En outre, la doublure tient plus au chaud. Différents cuirs sont utilisés pour faire des gants, cuir de chevreau, de cerf...

## Chez Versace: luxe et volupté

Pour Donatella Versace, le luxe ostentatoire et la fête font définitivement partie de la vie tout comme la femme doit être ultrasexy. Donc dentelles à l'ancienne, brocarts, peaux — agneau, crocodile ou serpent — et fourrure, comme la zibeline, sont là pour présenter une collection qui se veut sexy voire agressive. Ambiance maison close

assurée. Les minirobes à corsets ou agrémentées de dentelles fines façon combinaison côtoient des déshabillés de satin et dentelle tandis que le soir, des robes sirène pailletées ou lamées compensent des décolletés plus que profonds par des capuches souples couvrant la tête.



quatre  
mains

107, rue Court  
Granby  
372-3502

À l'occasion de leur  
1er anniversaire,  
Véronique et Daniel tiennent à  
remercier chaleureusement ceux  
et celles qui contribuent  
à leur cheminement.  
Ô Quatre Mains massothérapie,  
toujours au service de la santé.

Massage suédois, sur table ou sur chaise, thérapeutique ou de relaxation en clinique ou en entreprise.

224076V

## Reflexion Santé

- ~ Urgence
- ~ Sciaticque
- ~ Bursite
- ~ Tendinite
- ~ Réflexologie
- ~ Maux de dos
- ~ Phytothérapie
- ~ Massage sportif
- ~ Traitement cellulite
- ~ Douleur musculaire
- ~ Drainage lymphatique
- ~ Reçu d'assurance

Isabelle Lagloire, massothérapeute  
450-375-8727

187999V

Accès instantané  
à vos données  
médicales en cas  
d'urgence



MedicAlert  
Toujours là  
www.medicalert.ca

Pour information  
1 800 668-6381

# L'hiver sera beau et chaud!

Pour l'hiver, il existe une panoplie de modèles à la fois beaux et chauds qui sauront s'harmoniser, voire compléter, une garde-robe professionnelle.

## Les manteaux

Classiques, les paletots en cachemire ou en mélange laine-cachemire (moins onéreux) demeurent un excellent choix point de vue style et offrent un rapport qualité/prix imbattable. Veillez à ce que le manteau soit muni d'une pièce de chamois dans la doublure du dos afin de parer au vent et au froid.

Évidemment, la fourrure a encore et toujours sa place vu notre climat rigoureux et, de plus, elle est top tendance en ce moment. Encore là, c'est une question de prix... qu'on peut habilement contourner si on tient mordicus à enfler du vison ou du renard. La fourrure recyclée est aujourd'hui à des années-lumière des cauchemars du manteau élimé d'autrefois et quelques designers sont même spécialisés dans le remodelage de manteaux pré-portés, pourvu que les peaux soient en bon état.

À mi-chemin entre la fourrure et le manteau sport, les modèles en mouton renversé (les fameux *shearlings*) sont ce qu'il y a de plus in pour cet hiver. Très chauds, doux et bien enveloppants, ils sont polyvalents (ils accompagnent aussi bien le pantalon de cuir, les jeans, que le tailleur) et offrent une longue durée de vie.

Attention toutefois à la matière se trouvant à l'extérieur, la fourrure

étant à l'intérieur. Il faut savoir qu'un fini daim exigera beaucoup plus d'entretien (on doit le traiter absolument une fois par semaine avec un protecteur en vaporisateur) qu'un fini cuir sur lequel pluie et neige perlent plus facilement. Sinon, c'est vraiment le manteau de la saison hiver. Cependant, la tendance a un prix... Comptez débours environ



photo: Sears



1 500 \$ à 3 000 \$ pour un manteau de qualité en mouton renversé.

## Bottes

Plusieurs marques offrent désormais des bottes reflétant les tendances de l'heure et qui résistent bien aux intempéries. Dans cette catégorie, on retrouve Hush Puppies utilise un daim traité à l'imperméabilisant et à la protection Scotchgard pour cuir, ce qui lui permet de repousser les taches causées par l'eau, l'huile et les produits chimiques.

## Misez sur les accessoires

Tous les stylistes de mode sont d'accord là-dessus: les accessoires ont le potentiel de rafraîchir n'importe quelle tenue. Cet hiver, il y a une panoplie de chapeaux parmi lesquels choisir pour se faire une tête bien actuelle, mais le premier prix revient sans doute à la toque

en renard à la Louis Vuitton. Également très prisés, les casques d'aviateur en cuir doublé de fourrure protègent du vent et sont parfaits pour terminer une tenue sport-chic. Passe-partout, les tuques en laine ou acrylique façon cachemire en tricot style artisanal ont l'avantage d'être à la fois jolies, colorées et de convenir à tous les âges.

À moins de vouloir en racheter une paire tous les hivers, oubliez tout de suite les gants en cuir fin doublés de cachemire ou de fourrure pour le quotidien. Bien qu'ils soient très élégants et raffinés, ils ne résistent pas à nos hivers, et encore moins si on les porte pour déneiger l'auto, pelleter l'entrée et promener les toutous. Recherchez plutôt les modèles en daim (les taches de calcium disparaissent assez facilement, contrairement au cuir) doublés de *Thinsulate*, une matière très légère et fine qui retient la chaleur. Tout aussi chauds, les gants ou les moufles en mouton renversé (*shearling*) offrent également ces qualités mais à un prix plus élevé. C'est une question de choix...

**Paco Coiffure**

Salon de coiffure unisexe

Pour toute la famille, avec ou sans rendez-vous  
Une visite dans une atmosphère de détente vous tente?

Mar. et mer.: 9 h à 17 h 30  
Jeu. et ven.: 9 h à 20 h  
Sam.: 9 h à 16 h

N'hésitez pas à nous contacter au **378-7222**

428 Principale, Granby (face à Vidéotron)

Julie Fortin  
Diane Janvier

**Estelle Côté**

Venez essayer notre **Radiant C** en gel ou en spray

Produit de nutrition externe pour le visage  
**À l'achat des 2 produits Radiant C**  
Obtenez en cadeau une bouteille de vitamine C

Appelez-moi pour des produits de nutrition ou pour une très bonne occasion d'affaires.

Distributrice indépendante **Herbalife**

**375-2380**

136 lb  
115 lb

**Nouvelle collection d'automne disponible**

Grand choix de robes pour toutes occasions  
**Tailles: 3 à 20**

Costumes, jeans extensibles, couleurs assorties. Manteaux, Capes réversibles

Ouvert le dimanche de midi à 16 h

Coin à aubaines en tout temps

**Huguette**

285, boul. Boivin, Granby 378-4550

Lucia

## VIDÉOFLUOROSCOPIE

(radiologie en mouvement)



Dr Sylvain Gingras  
chiropraticien

**ENFIN**  
la solution à vos maux de dos et de cou

Souvent avec une simple radiographie, on pouvait penser que telle ou telle vertèbre était la cause des maux. Avec la radiologie en mouvement, on peut rapidement cerner tout dérangement de la colonne puisque nous pouvons voir en direct le mouvement. Pour un traitement efficace et rapide.

INFORMEZ-VOUS  
**378-2227**

**315 Robinson Sud, Granby**

[http://www.geocities.com/gingras\\_s](http://www.geocities.com/gingras_s)

186811V

## Mélanges et assortiments de tissus, de couleurs et de motifs



photos Sears

• Les couleurs naturelles et les textures riches inspirent la mode cet automne.

• On s'amuse à mélanger les motifs, les tissus et les couleurs et à assortir les pièces de vêtements féminins et masculins.

• La vraie fourrure, la fausse fourrure, le cuir authentique et le similicuir sont des matières importantes tout comme les tricots texturés et les tweeds.

• La palette de couleurs est foncée et simple: noir, chameau, prune et bleu marine avec une touche de rouge.

• Les gros chandails sont une façon superbe de mettre à jour sa garde-robe. Portés avec un pantalon en cuir ou un jean vieilli, rien n'est plus populaire cette saison.

• Drapées en douceur avec un accent sur les formes féminines adoucies, les robes font un retour en force.

• Les accessoires finissent le look en beauté. Les bottes à mi-mollet ou montant jusqu'au genou et à talon haut font partie des incontournables de l'automne. Les talons stables, superposés ou aiguilles sont aussi de bons choix pour les tenues de jour ou de soirée.

• L'aspect luxueux est prépondérant pour les vêtements d'extérieur. Les manteaux, de coupe ajustée, sont en cuir suédé, en laine, en similicuir ou similisuede en noir basique, chameau, anthracite et brun. Ils sont cintrés et certains ont des cols en fausse fourrure assortie.



## Vuitton, Rabanne et McCartney: l'hiver en douceur

L'automne-hiver 2002/2003 s'annonce tout en douceur et en féminité selon Louis Vuitton, Paco Rabanne et Stella McCartney, qui présentent leurs collections prêt-à-porter faites de matières moelleuses dans des tons où les faux blancs dominent sur les noirs.

Marc Jacobs pour Louis Vuitton convertit la lingerie à l'alpaga, du corset jusqu'au soutien-gorge et au short, façon barboteuse. Les camisoles en twill de soie accompagnent des robes-combinaisons tout aussi douces. Le pantalon de motard s'habille lui aussi d'un peu de satin et de cuir. Blousons et parkas de cachemire ou de cuir jouent avec les jupes de plumes. La fourrure s'invite par touches sur des cols de blousons le jour, sur des jupes en vision rasé rebrodé de pierres précieuses le soir.

Paco Rabanne s'est fait explorateur d'un Grand Nord imaginaire pour prôner un retour à une certaine tradition et au naturel. Les peaux sont traitées en patchwork cousu de lanières de cuir. Les grosses laines, à la fois sophistiquées et rustiques, deviennent des cocons blancs. La laine prend même la place des célèbres pastilles maison sur

une petite robe ivoire avant de laisser sa place aux pampilles en rhogne sur des silhouettes longilignes et encore plus féminines en se mêlant à la mousseline.



Collection Stella McCartney

doïd transparente. Progressivement, le blanc devient beige puis gris pour des ensembles de cachemire plus classiques. Quand le noir envahit la mode, le velours bien soyeux ré-

gne sur des silhouettes longilignes et encore plus féminines en se mêlant à la mousseline.

Moins exhibitionniste qu'à l'acoutumée, Stella McCartney présentait une collection tout en contrastes: féminin-masculin, sweatshirt-soie, structure et fluidité, simplicité ou superpositions. Les tons sont ceux de la pierre, du marbre florentin à peine irisé de vert d'eau ou de rose, de noir et blanc. Puisant dans sa garde-robe, la femme McCartney ose les mélanges comme un gilet de laine long zippé aux manches ballon très rustique sur une jupe de mousseline. Elle enchaîne pantalon-caleçon moulant, jupe légère et blouson avec tailleur ou manteau de satin façon smoking à la coupe nette. Le soir, le noir s'impose avec des jupes ou des tops composés d'astucieux assemblages de tissus mats, satinés ou brillants.

Que ce soit pour sa griffe ou pour Dior, la terre est le terrain de jeu de John Galliano. Ici, les jupes, souvent retenues aux hanches, se libèrent ensuite dans un déluge de mousselines plumes de paon ou en godets presque horizontaux servant d'abri à des amulettes ou des pointes de fourrure.

## Mode enfantine

## Un tour d'horizon

Créateurs, salons professionnels, boutiques... le créneau de la mode pour enfant est florissant. Et d'ailleurs le constat est assez simple, on regarde papa et maman et on imite en miniature.

De 0 à 16 ans, la mode entre dans l'univers des enfants. Ils appartiennent à un groupe, une tribu, à laquelle ils veulent s'identifier ou au contraire de laquelle ils veulent se démarquer. Les vêtements, plus qu'un appareil, sont le signe extérieur inéluctable d'appartenance ou non à un groupe. Et comme pour les adultes, toutes les tendances sont permises.

Dès le premier âge, on privilégie tendresse et douceur avec des vêtements fonctionnels, pratiques mais raffinés. Finis les bleus et roses layettes stéréotypés, place aux couleurs chaudes, vives qui évoquent la poésie et la gaieté: du blanc pur au gris perle en passant par des beiges, des fuschia, des camaïeux lilas, du prune, du parme. Grenouillères, marinières, barboteuses sont en coton la plupart du temps, mais avec une touche d'excentricité, froissés, fripés, délavés.

Jusqu'à 10, 12 ans, on privilégie l'élasticité du vêtement. C'est bien connu, nos chers petits trésors sau-

tent, courent, se roulent par terre. Les tissus sont naturels ou synthétiques, en flanelle stretch, velours matelassé, pour des vêtements qui jouent la mixité avec des pantalons près du corps, des blousons ajustés. Côté fille, on penche pour des robes trapèzes, des mini-jupes porte-feuille, soutenues de collants multicolores. Les tenues sont stretch, brillantes aux couleurs riches: parme, jaune, bleu lavande, vert naturel...

Quant aux ados, les chouchous des créateurs, ils sont sensibles aux matières modernes et pratiques, à un code vestimentaire étudié. Côté garçon, on opte pour des vêtements sportswear ou streetwear confortables, multipoches, réversibles, qui bougent, avec une influence des sports de glisse. Le look devient cultivé, décalé suivant un style clubbing, baggy, inspiré des créateurs. L'esprit récupération et métissage est important aussi bien dans les matières que dans les genres et les origines. Adieu les looks classiques, vive les tendances urbaines souvent unisexes. Pour les jeunes filles, on affirme la féminité avec un côté lolita où la mode s'habille d'élégance.

**La maison du cheveu**



Coiffure unisexé

Le plus grand centre de produits, d'accessoires et de prothèses capillaires en région!

**AVEC OU SANS RENDEZ-VOUS**

**Heures d'ouverture :**

Dim :	11 h à 16 h
Lun., mar., mer. :	9 h 30 à 17 h 30
Jeu. et ven. :	9 h 30 à 21 h
Sab :	8 h 30 à 17 h



Rhonda

**378-0722**

223 Principale, Granby



Annie

Salon recommandé et certifié

Coiffure Québec

Avez-vous pensé à inclure un don à un organisme de bienfaisance dans votre testament ?



Un héritage à partager Québec

www.unheritage.org  
1 888 304-8834

.. L'allure d'avant-garde ..



HUSH PUPPIES®

Sac à main:



collection  
2002  
automne

LANGLOIS

CHAUSSURES 20 Principale, Granby • 372-7579

Tout nouveau dans la région

# Institut Derma Cellulite Granby

22 St-Antoine Sud,  
suite 1, Granby

## Massage

- détente
- future maman
- bébé
- 3e âge
- Douleurs musculaires et articulaires • Diminue le stress • Augmente circulation et système lymphatique • Antistress • « Burn out »



## Réflexologie

Débloque l'énergie de tout notre corps. Stimule tous nos systèmes, tels que : digestif, respiratoire, nerveux, circulatoire, reproductif et plus encore. Tout notre corps se trouve sous nos pieds !

## Hyperactivité, déficit d'attention

## Bain tourbillon

à la mélisse, à la boue, aux algues, aux huiles essentielles et plus encore.

## bain tourbillon

Reçus d'assurances pour  
massages et réflexologie  
• Certificats-cadeaux

Mireille Lapalme  
Massothérapeute



375-7778

## Esthétique La Différence enr.



• Soins faciaux

• Électrolyse

• Drainage lymphatique

• Maquillage : conseils et cours

• Manucure et pédicure

• Épilation : cire chaude et tiède

• Teinture des cils

• Certificats-cadeaux  
disponibles

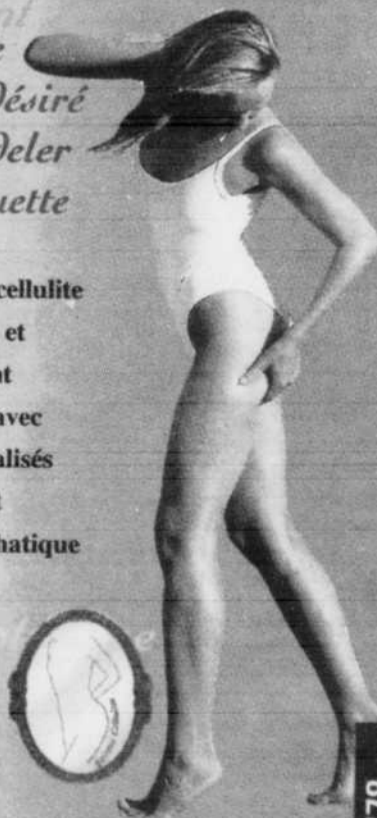


Danielle Juairé  
Esthéticienne

777-4333

*raffermissement*  
Tout ce que  
vous avez désiré  
pour remodeler  
votre silhouette

- Traitement de cellulite
- Amincissement et raffermissment
- Endermologie avec appareils spécialisés
- Enveloppement
- Drainage lymphatique
- Nutrition, etc.



Geneviève Leboeuf  
Massothérapeute spécialisée  
en soins corporels



844-5426

LA VOIX DE L'EST - CAHIER PUBLI-REPORTAGE - JEUDI 19 SEPTEMBRE 2002 - PAGE 13A

## La marche: bénéfique pour le corps et l'âme

Avez-vous considéré la marche pour améliorer votre santé? Vous pouvez créer votre propre rythme ou marcher rapidement avec des amis. La marche à l'extérieur ou à l'intérieur est extraordinaire pour renforcer le cœur et les poumons et elle vous permet de conserver un poids idéal, renforce votre immunité et améliore votre humeur.

Cependant, une bonne technique de marche est importante pour assurer le bon alignement des pieds et un travail cardio-vasculaire plus efficace. Voici donc quelques exercices courants pour encourager une technique naturelle:

### Bascule talon-pointe

Pour éviter de courir sur la pointe ou la partie antérieure de vos pieds, et pour garder vos genoux et vos pieds bien alignés, pratiquez la bascule talon-pointe. Debout, les pieds éloignés de seulement 15 cm (la largeur d'une chaussure), concentrez-vous sur la partie centrale du dessous de vos pieds. Ensuite, en commençant par les talons, les genoux détendus, basculez les deux pieds en même temps du talon à

la pointe. Répétez 10 fois.

### Balancement des jambes

Pour avoir une bonne foulée, gardez les hanches hautes. Pour encourager ce mouvement naturel, trouvez une rampe pour vous appuyer; transportez tout votre poids sur la jambe intérieure, soulevez l'autre jambe légèrement en redressant votre dos. Ensuite, balancez votre jambe à une hauteur confortable vers l'avant, puis vers l'arrière. Répétez 10 fois en essayant de ne pas toucher le sol avec votre pied. Répétez avec l'autre jambe.

### Renvoi du pied

Pour accroître la puissance et la force du pied: appuyez-vous sur une rampe et pensez à une pierre sous votre pied qui vous ennuie et dont vous pouvez vous débarrasser seulement en la renvoyant vers l'arrière. Ou pensez à la patte de derrière d'un chien qui creuse dans le sable. Debout, le dos droit, renvoyez votre pied vers l'arrière en vous servant de la force de toute votre jambe. Faites cet exercice cinq fois avec chaque pied.

## Quel homme se cache derrière cette cravate?

Histoire de se détendre un peu, voyons un peu les différents styles de ces messieurs en matière de cravate.

**Le timide.** Vous l'avez deviné, il fait un nœud discret, étroit sur une cravate discrète de couleur neutre, classique et sobre. Sa cravate descend jusqu'à la ceinture comme si elle pouvait le cacher.

**Le sportif.** Son nœud est lâche, souple, décontracté. Actif, il aime les cravates colorées, les motifs, les lignes qui éclatent. Il opte d'habitude pour des cravates faciles d'entretien qu'on peut jeter sous une pile de pulls. Elle est assez large, de texture souple et son nœud est lâche pour pouvoir lui donner du jeu dès qu'il sort d'un meeting.

**L'artiste.** Il met sa touche d'artiste dans le choix des textures, la souplesse du tissu et l'élégance du

nœud, un décontracté étudié. Les deux pans de la cravate se chevauchent complètement ou partiellement et sont retenus souvent par une perle.

**Le Don Juan.** Il provoque, cherche à accaparer le regard de la femme. Sa cravate est courte et le nœud proéminent pour se démarquer... mais peut-être aussi pour plus vite l'enlever!

**Le Techno.** Mathématique, technique, il demeure rigoureux dans ses achats et la fantaisie n'est pas son rayon. La cravate est droite, un peu étriquée, le nœud géométrique, conformiste sans détour. Il la choisira dans un ton assorti à son complet veston avec une petite ligne sobre, un ton sur ton ou des pois si petits qu'on les découvre à peine



au microscope.

**Le BCBG.** Il choisira davantage sa cravate pour la griffe, le soyeux du tissu. S'il trouve une pochette assortie, il en sera ravi. Le nœud est moyen. Il glissera facilement la pointe de sa cravate sous un pull à encolure en «V» ou un gilet.

**Le snob.** Sa cravate est signée et, on ne sait pas pourquoi, le dessous semble toujours nonchalamment prendre le dessus.

**Le marginal.** La largeur de sa cravate est toujours à l'opposé de la mode ou à l'extrême de la mode. Le nœud est non conformiste et les couleurs insolites...

*Pour pouvoir profiter de la vie, manger et rire... sans retenue!*



**Retrouvez un confort et une apparence comparables à vos dents naturelles... retrouvez votre confiance!**

Centre de santé dentaire Robert Cabana



Robert Cabana, d.d.  
Denturologiste

À votre service  
depuis 25 ans



114 St-Charles Sud, Granby 372-6511

Prêt-à-porter et importations

**Vivre la mode à son image!**

Jeune,  
sportive,  
élégante...

Je choisis

Colette de Rome

386 Principale Ouest, Magog (819) 843-1043

Mode féminine

# Collections hiver 2002-2003

La tendance est au contraste, à l'opposition chaud-froid, ombre-lumière, vrai-faux, passé revisité et futur poétisé. Dans l'apparence du désordre, la normalité se teinte d'humour et le transitoire devient permanent. Même le mystère se double de réalité. L'exercice de style trouve dans une nouvelle répartition des rôles, des influences, des interprétations, la liberté d'expression nécessaire à la création. La femme de l'hiver 2002-2003 sera à la fois pragmatique, insoumise et ludique.

Trois attitudes de mode  
Dénominateur commun aux



trois ambiances coloristiques: les blancs, les rouges, les noirs.

**Clubbing attitude.** L'ambivalence d'un luxe discret et de l'esthétisme du non-luxe, le plaisir des sens et des tenues légendaires, le glacé réchauffé par la noblesse de la matière. Une gamme de couleurs intenses, profondes, contrastées, fardées d'accents provocateurs et de teintes brumeuses.

**Strictwear attitude.** Entre vêtement à mémoire et culte du basique revisité, entre le corps caressé d'envers et protégé d'endroit, le détail anecdotique prend le contre-pied de la facilité. Une gamme de couleurs grisées, poudrées, où les neutres se voilent de mystère et les chauds de givre.

**Totem attitude.** Le choc de l'éphémère et du permanent, l'éloge du non-fini et un nomadisme urbain sur des strates accessoirisées où le faux ressemble au vrai et l'authentique camoufle des références passées. Une gamme de couleurs urbaines, naturelles, vieilles, délavées.

## Accessoires

Douceur et légèreté de la matière pour tous les accessoires de textile. Opulence des bijoux fastueux qui habillent le corps. Chic et cavalière comme un soulier de bottier, la chaussure se fait principalement de cuir. Le sac, plus rigide, opte pour une allure élégante. Brun, violacé, sang de bœuf, marine et grisées presque fanées (rose, bleu et vert)... Les couleurs se réveillent de tou-

ches flashes, presque acides. Le noir travaillé se réserve essentiellement les faveurs des cuirs et du vinyle.

**Chaussures.** *Boots*, derby et Richelieu se masculinisent jouant du bout fleuri, de la couleur étrange et de la brillance *dandy*. La trépointe de l'escarpin se fait très apparente, le bout s'arrondit, l'esprit trouve son inspiration chez les bottiers les plus chics. La botte mi-mollet ultra-plate joue du zip arrière et la belle cavalière épouse la jambe. Mules et babouches d'hiver à longs poils.

**Sacs.** La matière en union libre (vinyle et cuir, fausse fourrure et matelassage, veau doux et poney lacéré) jusqu'au plus complexe des patchworks. Veau glacé ou grain de porc pour sac trapèze, à fermoir invisible et anses courtes. Veau imprimé de fleurs victoriennes sur formes simplifiées.

**Bijoux.** Éclat de miroirs vénitiens, verre de Murano, perle, grenat, péridot et émail donnent naissance à de fastueux bijoux, travaillés en arabesques, à l'allure quelquefois rococo. La broche, les boucles d'oreilles et l'épingle à cheveux retrouvent leurs lettres de noblesse dans cette opulence. Comme une promenade dans la forêt enchantée, cerfs, escargots et lapins côtoient les fleurs séchées, cristallisées ou simplement découpées dans de la feutrine aux tons fanés...

**Ceintures.** Présentes, visiblement, à boucle de nickel travaillée. Du ceinturon brut de cow-boy posé sur les hanches à la plus raffinée des ceintures à glisser dans les pas-

sants. De la dentelle découpée dans des cuirs dorés ou usés. Du veau glacé ou verni aux tons gourmands...

**Chapeaux.** Lainages moelleux, peaux lainées, feutre de poils de lapin et feutrine ajourée. Bonnet tricoté dans des lanières de vison, toque en loup de Sibérie et fausse fourrure. Le bérêt revisité en matière souple et malléable, le bob en cuir et le Borsalino riquiqui. Le chapeau ne s'en tient pas à son rôle protecteur: il s'amuse.

**Foulards.** Cloqués, floqués, griffés, poilus, douillets et légers comme une plume, les tours de cou redoublent d'effets. Mélange de mousseline et de maille polaire, mohair, jacquard, laine *tweedée* et velours se déclinent sur écharpes ou étoles. Des fleurs, beaucoup de fleurs: en motifs au détour d'une rayure ou à appliquer sur des tissus cravate. Le foulard en twill de soie, format grand carré ou micro tour de cou, s'imprime de scènes figuratives ou de reproductions photographiques.

**Gants.** Il se coordonne au chapeau, à l'écharpe et même au sac lorsqu'il est en textile. Celui d'agneau, ou de peau retournée, ose les couleurs, les découpes et les applications prouvant une fois de plus qu'il revient sur le devant de la scène. Il a son propre langage et redevient un accessoire de charme même dans des versions pied de poule, rayées ou à carreaux sur branches colorées.



## La fourrure: l'esprit de la saison

Produit phare de la mode hiver 2002-2003, la fourrure symbolise les rêves de sophistication et de luxe, aujourd'hui accessibles.

### Attitude Luxe: l'urbanité somptueuse

La femme Luxe exprime sa féminité par le choix des matières riches et sensuelles. Pour la femme Luxe au profil jet-set baroque, somptueux et urbain, la séduction est visuelle et tactile.

- Couleur et texture avec des accents orientaux pour un look glamour

- Le look denim pour un luxe décontracté

- Le chic rustique
- Les fourrures réversibles
- Le look tout fourrure dans l'excès: fourrures très rasées et longs poils luxueux

- Détails décoratifs en zibeline, les appliqués ludiques, les broderies, les motifs néo-gothiques.

- Silhouettes déstructurées, nouées ou ceinturées

- Manteaux longs tout fourrure, châles et pèlerines

- Couleurs en opposition: les noirs et les blancs et la polychromie.

### Attitude Nouvelle Couture: le vintage moderne

La femme Nouvelle Couture est l'essence même d'une tradition. Elle préfère le chic contemporain, géométrique et monochrome.

Inspiré d'une tendance «couture vintage», le style Nouvelle Couture se veut authentique par le choix de la peau et innovateur par les traitements subtils qu'elle subit.

- Un confort naturel: des lignes strictes, sobres et graphiques

- Un style néo-classique, épuré et moderne, minimaliste

- Le vêtement souligne la ligne du corps sans le structurer

- Les fourrures sont légères, rasées, souples pour accentuer la pu-

reté du style

- Les couleurs sont fanées, raffinées, monochromes: camel, whiskey, tabac, accents de bleus froids et



de gris sombre.

### Attitude Chic Urbain: folk-chic et trash-chic

Par sa connaissance de la mode et son intérêt pour toutes les cultures, la femme Chic Urbain mélange avec dextérité le faux et l'authentique, le neuf et l'usagé.

Entre l'esprit du jour et l'esprit de la nuit, entre l'innocence et l'érotisme de formes découpées, le style Chic Urbain se veut libre de toute contrainte ou tabou.

- Une allure jeune, stylée, résolument urbaine

- Mixage d'influences, références orientales

- La personnalisation du look

- Le hippie ethnique — une interprétation luxe de la mode des années 60

- Les contradictions: des mélanges excentriques de motifs et de couleurs

- La fourrure plate, rasée, déco-

rée ou garnie de poils longs et clairsemés

- Les peaux lainées

- Le brûlé et le lavé, le tacheté, les détails rustiques, le fait-main

- Une gamme ethnique: des coloris chauds, les couleurs terre, des tons salis, usés et des accents de rouge.

### La fourrure au masculin

- La fourrure au masculin de l'hiver 2002-2003 reflète parfaitement le style de vie distinctif de l'homme contemporain: cool, décontracté, mais définitivement aisé.

Pour la nouvelle saison, la fourrure pour hommes est:

- décontractée

- sauvage, mais très masculine

- à long poil

- naturelle, avec son caractère accentué dans les tons de marron, de gris et de noir. Cabans, parkas, «duffle coats» et les trois-quarts à capuche sont les styles du moment.

Voyez...  
notre nouvelle  
collection

2002 2003 !

Vaste  
choix

cuir,  
suède et  
agneau  
renversé,  
fourrure.



... à des prix inférieurs  
à ce que vous imaginez !

fourrures  
**Denis Hivon**  
inc.

69, rue Drummond, Granby  
372-3434

Venez voir  
les nouvelles  
collections  
d'automne !



**Chantelle**  
Paris habille les femmes du monde

Certificats-cadeaux disponible  
Plan mise de côté

148 Principale, Granby • 378-6669



# ATMOSPHÈRE Spa Urbain

UNE EXPÉRIENCE  
UNIQUE



ATMOSPHÈRE Spa Urbain

Forfait  
demi-journée

90 \$

Sur présentation  
de ce coupon

Valide jusqu'au 31 octobre 2002



Acupuncture  
Orthothérapie  
Massage  
Réflexologie  
Pressothérapie  
(circulation)  
Bain de vapeur à  
oxygène  
Bain thérapeutique  
Enveloppements  
(algues, etc.)  
Exfoliation (vitalité)  
Drainage lymphatique  
Phytothérapie  
Shiatsu  
Naturopathie  
Sauna  
Bar à oxygène  
Bain de boue  
Bain flottant  
(sel Mer Morte)  
Hygiène du côlon

Semaine de la massothérapie du 21 au 27 octobre 2002

25 St-Joseph, Granby • 372-3110