

ECHO-NOMIE



guide du consommateur

SUPPLEMENT GRATUIT DU JOURNAL PROGRÈS-ECHO

sommaire



METRO

- Peoples
- Pentagone

A lire dans le Progrès-Echo

- * Capitaine Bonhomme en ville
- * Place St-Laurent vendue
- * Fête du Vent
- * 24 heures Val-Neigette

Le gril à gaz Patio Range II

UNIQUE

P. 3

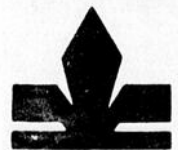
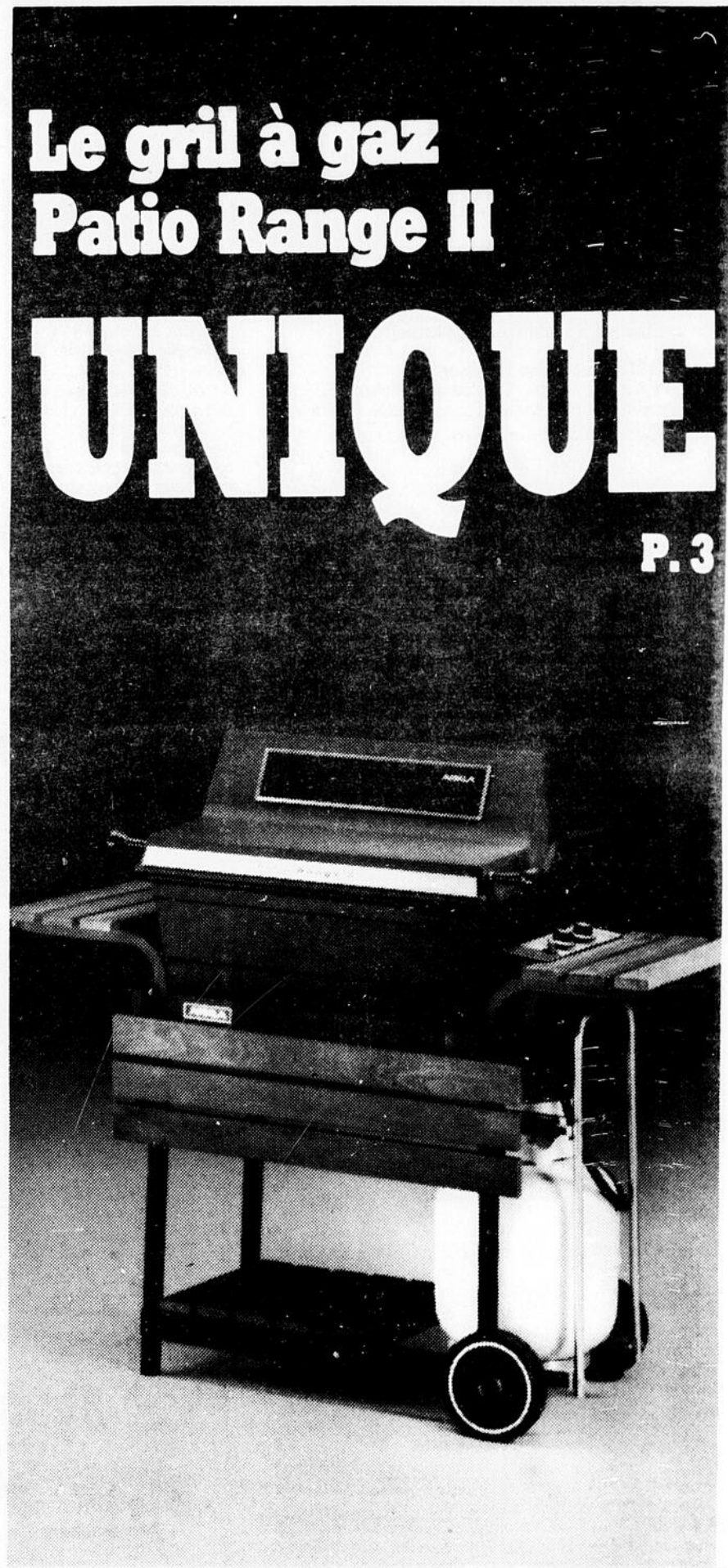
Transport en commun



P. 2

Chroniques à lire

- * Emplois pour vous P. 2
- * Echo-Bail P. 15
- * Chantale Larivé P. 6
- * Musée de la Mer P. 6



METRO

SIROIS

CETTE SEMAINE C'EST LA CHASSE AUX PRIX CHEZ METRO

PROGRÈS-ECHO MERCREDI 7 MARS SUPPLEMENT - 1

Des problèmes et des solutions

La semaine dernière, nous vous donnions un aperçu de ce que serait un service de transport en commun efficace. L'im-

plantation d'un tel service se bute à certains problèmes. Pour mieux comprendre la problématique du transport en

commun et définir des avenues de solutions adéquates, il convient de cerner comment cela se présente dans notre région.

Les problèmes au niveau de la région se présentent de façon bien différente qu'à Montréal ou à Québec. Dans ces régions, les problèmes reliés à l'augmentation en flèche de l'utilisation de l'automobile (congestion aux heures de pointe, pollution, carence d'aires de stationnement, coûts d'élargissements des routes et construction de nouveaux ponts) ont obligé les gouvernements à prioriser le transport en commun.

On ne peut pas dire que ces problèmes ont la même ampleur ici; considérons la construction de la voie de contournement

remise aux calendres grecques faute de besoins réels, notre heure de pointe qui ne dure que dix minutes etc... Néanmoins, certains plans d'aménagement de la ville de Rimouski prévoient la construction de stationnements en hauteur, plus de 3 millions pi.ca. sont occupés par des stationnements, sans compter le stationnement sur le bord des rues qui rend la rue Saint-Germain délicate à s'y faillir. De fortes sommes sont également

dépensées au chapitre des routes. En 1981, la ville a déboursé 115,000\$ pour la réfection du carrefour Saint-Germain, Saint-François, près du Mc Donald et des frais de 2,3 millions sont prévus pour 1984. L'automobile coûte quand même cher aux contribuables!

De façon générale, vivre dans la région signifie se déplacer, en moyenne, sur une plus grande distance pour le travail, les études et la consommation de services de tous ordres. De plus, se déplacer coûte plus cher et est plus dangereux qu'ailleurs; en effet, le Bas-Saint-Laurent-Gaspésie a la triste première place au chapitre des accidents routiers mortels.

Si les salaires sont de même niveau dans la région que pour la moyenne québécoise, il n'en demeure pas moins que 44,7% des personnes vivant seules à Rimouski sont sous le seuil de la pauvreté ainsi que 14,4% des ménages. De plus, le faible nombre d'industries d'importance ainsi que la vocation du centre de service et d'administration régionale font que si l'on retrouve un important nombre de hauts salariés, on retrouve également un grand nombre de

bas salariés.

La région a donc de bonnes raisons de se doter d'un système de transport en commun, même si elles diffèrent de celles des grands centres.

Il y a deux obstacles de premier ordre au développement d'un service de transport en commun dans la région. Le premier est relié à la dispersion d'une population peu nombreuse.

Même dans le secteur le plus densément peuplé, la population est relativement peu concentrée. A Rimouski, Rimouski-Est et Pointe-au-Père, un autobus doit circuler plus longtemps avant de recueillir le même nombre de passagers qu'à Montréal. Donc, le transport a moins de chance de s'autofinancer. Le problème augmente lorsque l'on pense au transport reliant les premières banlieues (Bic, Saint-Anaclet, Sainte-Blandine et Sainte-Luce) et les autres municipalités.

La solution est d'adapter le système de transport en commun à cet état de fait en utilisant des véhicules de moindre capacité et consommant moins d'essence (minibus et taxis collectifs). Ces véhicules circuleraient aux heures creuses et dans

les circuits moins achalandés. Ceci permettrait de rentabiliser les gros autobus aux heures de pointe étant donné que la clientèle tend à augmenter lorsqu'un service complet est maintenu. Rappelons que ces soi-disants «gros autobus» ont déjà refusé des passagers, il y a trois ans, à l'heure de pointe, lorsque le service était complet.

De nombreuses petites municipalités ont expérimenté et opèrent à succès un système de ce genre. Pourquoi pas ici?

Le deuxième obstacle est relié aux contraintes de la mise en oeuvre et de la perception de la population.

Idéalement, un service complet devrait desservir tous les points habités du territoire, dans la logique d'un droit égal pour tous. Par contre, mettre en place un tel système serait extrêmement coûteux.

Avant de penser à implanter un service reliant tous les autres villages, il vaudrait mieux expérimenter des circuits reliant le ou les villages qui présentent le plus de chance de succès. En plus de consolider le service de l'agglomération de Rimouski, nous songeons à intégrer les municipalités du Bic et Sainte-Luce,

banlieues qui fournissent respectivement un contingent de 600 et 285 travailleurs. Elles ont l'avantage d'être disposées en prolongement de lignes d'autobus déjà existantes. Saint-Anaclet et Sainte-Blandine qui fournissent 385 et 300 travailleurs pourraient éventuellement être desservis. Cependant, pour que les habitudes se créent, il faut opérer un service complet, régulier, pendant 1½ à 2 ans (délai observé ailleurs).

Si l'on considère nécessaire et possible d'implanter un système de transport en commun à la mesure des besoins et des particularités du territoire, il faut avant tout trouver les moyens financiers pour le faire. Une telle démarche serait trop lourde pour un ou des entrepreneurs privés. Nous parlerons donc dans notre prochaine article des modes de financement et des décisions que devront prendre la population et ses représentants dans le dossier du transport en commun. Richard Favreau, Luce Blouin, Bernard Pineau Groupe de Travail sur le transport en commun Dépt Lettres et Sc. Humaines 300 des Ursulines, Tél.: 724-1657

progrès echo Vous guide sur le **MARCHE DU TRAVAIL**

Si un emploi vous intéresse, communiquez avec le Centre d'Emploi du Canada à Rimouski au numéro: **722-3200**

Rimouski / 722-3200
Offre #7517-110: Opérateurs (trices) de débussageuses
Salaire: à discuter. Conditions: temporaire, temps plein. Exigences: posséder sa propre débussageuse, l'équipe formée de l'opérateur(trice) et de l'abatteur serait souhaitable

Offre #1502 Gouvernante pour Barrie-Ontario
Salaire: 80,000\$/sme, logé(e) et nourri(e). Conditions: permanent, temps plein, pour une période minimale d'un an. Exigence: être non-fumeur(se).

Offre #1569 Secrétaire bilingue
Salaire: 8,000\$/hre et plus. Conditions: permanent, 6 hrs/sme. Exigences: très bonne connaissance du français et de l'anglais écrit.

Offre #5133-110 Représentant(e)
Salaire: à discuter avec l'employeur. Conditions: permanent, temps plein. Exigences: posséder diplôme d'études collégiales, expérience dans la vente, résider à Rimouski, être bilingue de préférence.

Matane / 566-2833
Offre #6121-126: Cuisinier(ère) de plats exotiques
Salaire: selon l'expérience. Conditions: permanent, de soirée. Exigences: connaissance de la cuisine chinoise.

Offre #5137-114 Vendeur(euse) à domicile
Salaire: à la commission. Conditions: temps plein ou partiel. Exigences: bonne présentation et entretient.

Offre #5133-199: Représentant(e) de commerce
Salaire: à la commission. Conditions: permanent, temps plein. Exigences: expérience dans la vente, posséder une automobile.

Mont-Joli / 775-8111
Offre #473 Technicien(ne) de laboratoire de fonderie
Salaire: 9,64\$/hre. Conditions: 10 mois/année, 40 hrs/sme. Exigence: DEC en chimie ou métallurgie.

Offre #1527 (Rimouski): Dessinateur(trice) en conception mécanique
Salaire: 415,00\$/sme. Conditions: permanent, temps plein. Exigences: DEC en dessin conception mécanique, 3 ans d'expérience dans le domaine.

Offre #8226-122 (Cap-aux-Meules): Vérificateur(trice) de qualité
Salaire: 25 000,00\$ à 30,000,00\$/année. Conditions: permanent, temps plein. Exigences: formation ou expérience reliée au domaine de l'industrie de transformation de poisson et expérience en supervision ou direction de personnel.

Offre #1080 (Sherbrooke): Dessinateur(trice) génie civil municipal
Salaire: 6,50\$/hre. Conditions: permanent, 37½ hrs/sme. Exigences: 1 an d'expérience dans les plans et profils, aménagement extérieur, savoir travailler au crayon et à l'encre.

Offre #799 (Sept-Iles): Technicien(ne) spécialiste fibre de verre
Salaire: 250,00\$/sme. Conditions: permanent, 40 hrs/sme. Exigences: secondaire V, cours professionnel sur la technique de fibre de verre.
P.-S. Un cours de perfectionnement en secrétariat de direction se donnera à Rimouski à partir du 12 mars 1984. Il s'adresse aux personnes ayant travaillé au moins deux ans dans le domaine du secrétariat et détenant un diplôme d'études secondaires avec mention «secrétariat». Ce cours étant une actualisation, il est destiné aux personnes désirant oeuvrer à nouveau dans ce secteur après une absence d'au moins trois ans.

Un programme d'initiation des femmes aux métiers non traditionnels sera dispensé à Rimouski à partir du 12 mars 1984. Il s'adresse aux femmes adultes ayant des intérêts et de la motivation pour les métiers non traditionnels. Les femmes intéressées devront être suffisamment motivées pour mener leur démarche à terme en suivant des cours de formation ou de perfectionnement si nécessaire. Les personnes intéressées doivent rencontrer un conseiller en emploi.

Vous désirez vous abonner au journal Progrès-Echo?

Rien de plus facile, découpez ce coupon et vous ECONOMISEZ 5.50 pour 24 mois

Je désire m'abonner au Progrès-Echo

pour une période de 12 mois rég. 21.50\$ spécial **17,50\$**

24 mois **34.50\$ 29,00\$**

à l'étranger 1 an 60.00\$ INCLURE VOTRE CHÈQUE OU MANDAT POSTAL

Pour les nouveaux abonnés seulement

Votre nom:

Adresse:

Code Postal:


Signature: _____

CARTES DE CREDIT VISA & MASTER CARD ACCEPTÉES

NUMERO DE VOTRE CARTE DATE D'ECHEANCE

□□□□ □□□ □□□ □□□

Postez au Progrès-Echo
16, St-Germain est, C.P. 410, Rimouski G5L 7C4



723-4800

Commandes téléphoniques acceptées

Il est unique

Le nouveau gril à gaz Patio Range II

Les hauts fonctionnaires de Arkla Industries, Inc., le plus grand fabricant du monde de grils barbecue à gaz, annoncent que les caractéristiques extraordinaires du nouveau gril à gaz Arkla Patio Range II le distinguent de tous les autres grils et rendent la cuisine en plein air encore plus plaisante.

Le Patio Range II possède des caractéristiques exclusives qui forment un concept entièrement nouveau de la cuisine en plein air: c'est le premier gril à gaz qui permette de griller et de faire cuire en même temps.

«Il n'existe pas d'autre gril avec cette caractéristique», dit William L. Regan, vice-président du marketing des Industries Arkla. «Par exemple, vous pouvez griller de la viande à l'avant du gril et en même temps faire cuire un gâteau ou réchauffer un plat sur le brûleur à l'arrière grâce à la construction exclusive du brûleur Concept II à l'avant et à l'arrière».

Au lieu de la configuration traditionnelle des brûleurs à droite et à gauche que l'on trouve sur les autres grils, les brûleurs Concept II permettent la cuisson à l'avant et à l'arrière. La source de chaleur indirecte circulant à travers le gril avec la hotte fermée permet ces caractéristiques de cuisson uniques de ce gril sans pareil.

«La surface de la grille est assez grande pour cuire plusieurs steaks et entrecôtes pour la famille et pour les réunions de famille et on peut contrôler chaque brûleur séparément. Vous pouvez ainsi faire des grillades à l'avant, et cuire ou fumer ou utiliser la rôtissoire à l'arrière», dit Regan.

Les commodités du Patio Range II sont aussi importantes que ses capacités de cuisson.

Par exemple, une option exclusive Arkla sur la version LP (propane) du Patio Range II simplifie la corvée de remplir la bonbonne. Les roues du chariot à gril sont attachées à la bonbonne, et le possesseur détache simplement la bonbonne du chariot à gril et roule la bonbonne vers la voiture pour être remplie.

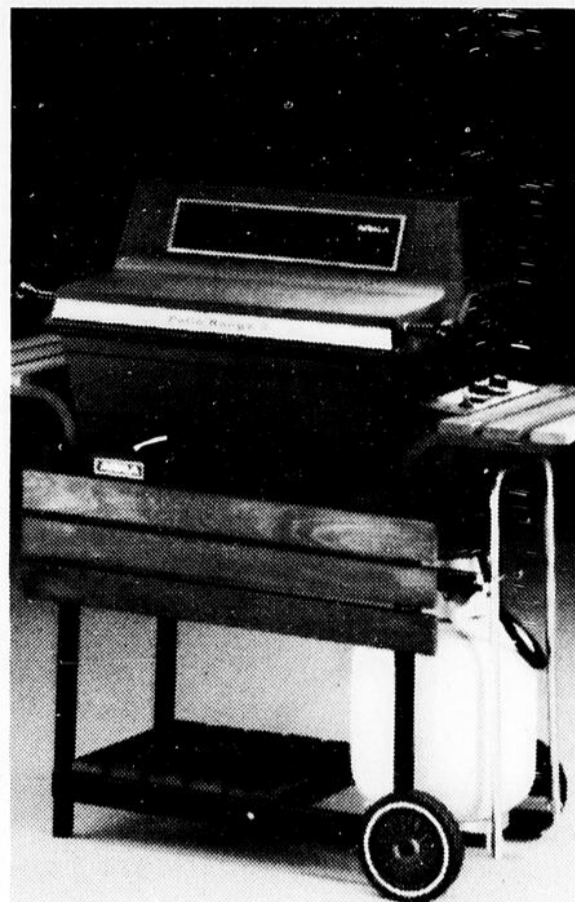
La version du Patio Range II au gaz naturel est équipée d'un tuyau de 3,65m de long facile à joindre et qui rend le choix des lieux de cuisson plus flexible.

Le modèle fonctionnel du Patio Range II est exclusif à Arkla dans sa forme et son aspect. Cela comprend une nouvelle console de contrôle des brûleurs au niveau de la grille qui est montée latéralement au lieu d'être montée à l'avant pour en rendre l'accès plus facile à l'écart. Une fenêtre à four en verre trempé fumé sur la hotte anti-rouille rend la tâche du cuisinier plus facile en lui permettant de surveiller la cuisson sans soulever la hotte. Les dimensions du Patio Range II assemblé sont 109,85cm de hauteur, 130,82cm de largeur et 54,61cm de profondeur.

Le Patio Range II avec toutes ces caractéristiques arbore aussi une garantie limitée de cinq ans pour la construction en aluminium, de trois ans pour le brûleur, et d'un an pour toutes les autres pièces, y compris la peinture. Une gauge à fuel, un allumeur automatique et des grilles de cuisson en porcelaine à multiples niveaux complètent les caractéristiques du Patio Range II.

Le Patio Range II sera disponible à l'échelon national en mars 1984.

Les Industries Arkla, Inc. sont le plus grand fabricant du monde des grils barbecue à gaz et des conditionneurs d'air à gaz; elles sont aussi le fabricant dominant de brûleurs à gaz efficaces, d'équipement de gymnastique pour la maison «Arkla Family Gym», d'éléments d'absorption de réfrigération pour les réfrigérateurs à gaz utilisés sur le marché des véhicules de récréation. En plus de son centre administratif et son usine à Evensville, Arkla possède des usines à Paragould en Arkansas, à Little Rock aussi en Arkansas et à Shreveport en Louisiane.



Le nouveau gril à gaz Patio Range II est disponible à la quincaillerie **Gérald Leblond**. D'autres établissements pourraient également offrir cette marque lorsque la saison sera arrivée.

«Le Guide Vidéo»

A l'automne 1983, le GUIDE VIDEO, édité par le CINE VIDEO CLUB faisait son apparition. Jusqu'à ce jour, celui-ci n'était disponible que dans les douze (12) succursales du CINE VIDEO CLUB, éditeur de cette publication essentielle, créée afin d'aider le public vidéophile à orienter son choix sur les films actuellement disponibles au Québec.

Depuis plus d'un an, le marché de la vidéo-cassette connaît un essor extraordinaire. Les consommateurs, devant le choix de plus en plus imposant de titres disponibles, ont besoin d'un outil parfaitement adapté à leurs besoins, de consultation rapide et pratique.

Le GUIDE VIDEO veut répondre à cette nécessité de renseigner les utilisateurs sur les films qui sont à leur disposition, tout en donnant une idée générale du contenu de chacun. Plus de 2 000 titres sont analysés dans ce livre.

Les médias ont réservé un accueil enthousiaste à cette innovation en notant qu'il était malheureux qu'on ne puisse se procurer plus facilement ce guide, primordial à tout vidéophile. Ceux-ci, de tout les coins du Québec, ont commandé leur copie par la poste.

Devant un tel accueil, le CINE VIDEO CLUB a tenu à ce que sa publication devienne accessible au plus grand nombre. Aussi une entente a été conclue avec les SUPER MARCHES PROVIGO pour assurer la distribution du GUIDE VIDEO, un ouvrage de référence où sont répertoriés la plupart des films populaires disponibles sur cassettes, est maintenant à la portée de tous.

En terminant, notons que la 2e édition du GUIDE VIDEO est en préparation. Le «GUIDE VIDEO», un instrument indispensable pour mieux connaître le marché du vidéo! SUIVEZ LE GUIDE...!

Publication de la vidéo-cassette, est maintenant à la portée de tous.

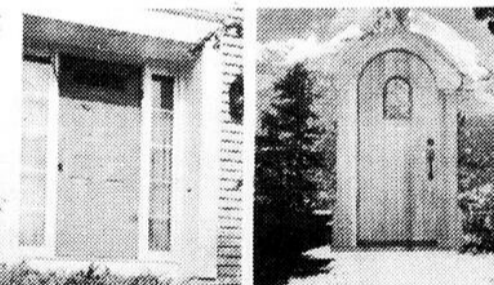
Si vous pensez Construction Rénovation Bricolage Chez B.G.B., c'est tout gagné.

- Un département de plomberie complet, ainsi qu'un vaste choix d'accessoires pour salle de bain.
- Un inventaire impressionnant de matériel électrique dont le fameux système de ventilation Aston Atic 2000.

Nous sommes également dépositaires de la peinture

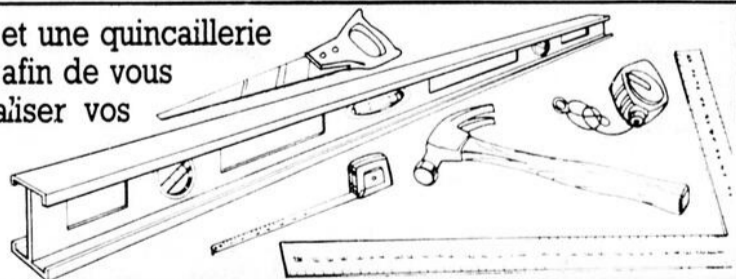
SICO

dont la preuve n'est plus à faire.



-Des portes et fenêtres qui rehausseront l'aspect extérieur de votre maison.

Des outils et une quincaillerie de qualité afin de vous aider à réaliser vos projets.



-Des matériaux de premier choix de toutes les dimensions.



-Un rayon de décoration intérieure incomparable et pour tous les goûts.



MATÉRIAUX B.G.B. LTÉE

162 - 166 OUEST ÈVECHE RIMOUSKI C.P. 218 G5L 7C1 - TEL. 722-7744
296 LEONIDAS RIMOUSKI C.P. 218 G5L 7C1 - TEL. 723-7622

GROS ET DETAIL





Vos Super Marchés d'alimentation Métro S
 en 84 en vous présente

Le
ROYAUME DES PRIX-TROPHÉES

Nos prix-trophées
 produits
 de marque-maison

Ces promotions sont en vigueur
 dans nos deux points de vente
 à Rimouski. En plus, vous bénéficiez
 d'un service de première classe

Ces prix-trophées sont en vigueur pour une durée
 de 8 semaines soit du 5 mars au 28 avril 1988



Une collection
 de prix-trophées



METRO
SIROIS

DEUX POINTS DE VENTE
 308 Route
 465 Boul.

ro Sirois entendent bien rester les numéros 1
ésentant cette semaine



BOUFFE-PRIX

en vigueur
de vente
vous profitez
ère qualité.

ur un
vril
e durée
984 Inklusivement.

Profitez de l'offre de collection des récipients



NEW LINE
**CORNING
WARE**
À partir de
2,99
Voir détails en magasin

ction
phées



C'est la chasse aux prix.

MENTS DE SERVICE POUR MIEUX VOUS SERVIR.

ul. eau **723-3783**
ul. St-Germain ouest **722-0722**

Pour nos spéciaux,
surveillez notre circulaire
distribué gratuitement.

Où aller à une partie de sucre au Québec

Le printemps est à nos portes avec ses nombreuses invitations à une joyeuse partie de sucre. Pour vous aider à trouver un endroit qui vous conviendra, le ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation vous offre gratuitement un répertoire intitulé «Où aller à une partie de sucre au Québec».

Cette brochure est de consultation très facile. L'utilisateur y découvre rapidement les établissements qui offrent des parties de sucre et toutes les facilités disponibles tant

en produits qu'en services divers.

Les cabanes à sucre sont regroupées par région agricole et sont présentées par ordre alphabétique de localités. Pour chaque établissement inscrit, on explique comment s'y rendre et on précise une foule de renseignements utiles: le nombre de personnes qu'on peut accueillir à la fois pour une partie de sucre, un repas à l'intérieur ou pour hébergement, les produits de l'étable disponibles, les services offerts et autres.

Le document regroupe

également quelques précisions sur les produits de l'étable et la loi qui les régit. Il indique également où porter plainte le cas échéant et conclut en présentant quelques suggestions de recettes à l'étable.

Toute personne ou tout groupe intéressés à se procurer ce répertoire peut en faire la demande en écrivant au ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, Case postale 1693, Québec, G1K 7J8, ou encore en se présentant au comptoir au 200, chemin Sainte-Foy, à Québec.



Le troisième âge et les médecins spécialistes

La prostate

La prostate est une glande du système génital masculin. Située sous la vessie, à la jonction des

voies génitales et urinaires, elle fournit une partie du liquide spermatique essentiel à la survie



Chers lecteurs et lectrices,

Notre histoire maritime se compose d'une foule d'événements, d'anecdotes et de faits divers, petits et grands, qui ont largement influencé notre développement social et économique. Par ailleurs, l'estuaire du Saint-Laurent recèle d'innombrables richesses écologiques, animales et végétales que nous commençons à peine à connaître.

Conscient de son mandat de diffusion de notre patrimoine maritime, le Musée de la mer de Rimouski a donc le plaisir de vous offrir cette nouvelle chronique qui, nous osons le croire, vous ouvrira une fenêtre sur ces deux réalités intimement reliées entre elles.

Seul organisme régional entièrement voué à l'interprétation et la conservation de notre histoire et de notre environnement maritime, le Musée de la mer espère par cette série hebdomadaire mettre en évidence l'importance de cet élément marin chez-nous et démontrer également son fort potentiel éducatif, esthétique et, par conséquence, touristique.

Les chroniques, à la fois courtes et agréables à lire, ont été conçues afin que, en les découplant chaque semaine, vous puissiez vous monter un petit guide de référence sur les différents aspects de notre vécu et de notre nature, face à la mer. De plus, l'histoire et l'écologie alterneront d'une semaine à l'autre.

Nous vous donnons donc rendez-vous à la semaine prochaine, pour cette nouvelle chronique... avec vue sur la mer.

Aperçu des principaux sujets traités dans cette chronique:

HISTOIRE
Les phares de Pointe-au-Père
Les systèmes sonores
Les gardiens du phare
Le pilotage
La station Marconi
Les quais
La navigation
Les naufrages
La guerre '39-'45
(Rédaction: Jean-Charles Fortin)

ÉCOLOGIE
L'estuaire
Les marées et courants
La chaîne alimentaire
Les cycles de vie
Les milieux naturels
Les oiseaux
Les poissons
Les invertébrés
Les phoques et baleines
(Rédaction: Jean-Pierre Fillion)

des spermatozoïdes. La prostate recouvre comme un manchon une partie de l'urètre, canal d'évacuation de la vessie. Lorsque la prostate est affectée, qu'elle augmente de volume, elle comprime l'urètre et perturbe ainsi l'évacuation de la vessie.

La prostate ne présente aucun problème pour une bonne majorité des hommes. Cependant, certaines maladies spécifiques de cette glande, et particulièrement le cancer, peuvent affecter plus ou moins gravement 25 % des hommes âgés de 55 ans et plus.

Les urologues sont les médecins spécialistes du système génito-urinaire de l'homme et du système urinaire de la femme. La plupart de leurs patients masculins du 3e âge les consultent parce que leurs mictions (émissions d'urine) sont difficiles ou trop fréquentes. Ces symptômes sont, dans 80 % des cas, causés par la présence d'une tumeur bénigne (non cancéreuse) de la prostate.

La tumeur bénigne de la prostate ne nécessite un traitement que lorsqu'elle perturbe sérieusement l'évacuation de la vessie. Il faut alors procéder à l'ablation de la prostate. Grâce au développement d'instruments de grande précision au

cours des dernières années, cette intervention se fait de plus en plus par voie naturelle, ce qui évite une cicatrice sur le ventre et permet une guérison plus rapide. Elle n'entraîne aucune modification de la puissance sexuelle et très rarement l'incontinence. Toutefois, l'infertilité en résulte, le sperme étant par la suite refoulé dans la vessie lors de l'éjaculation.

Quant à la tumeur maligne (cancéreuse), elle peut être trouvée précocement lorsqu'elle est encore localisée à la prostate, soit parce que le malade présente des symptômes semblables à ceux causés par la tumeur bénigne soit lors d'un examen de routine. Par exemple, l'examen annuel obligatoire des officiers de l'armée américaine permet, dans la moitié des cas, de détecter la tumeur alors qu'elle est encore limitée à la prostate. A ce stade, une intervention chirurgicale peut guérir complètement le cancer.

Malheureusement, le cancer est parfois détecté tardivement, lorsqu'il s'est répandu dans l'organisme (métastases). Souvent, ce sont les os qui sont atteints. Une série de tests permet à l'urologue de mesurer l'étendue du cancer et de choisir le

traitement approprié à chaque cas. Dans la plupart des cas de cancer disséminé, un traitement hormonal est appliqué. En effet, il a été démontré que les hormones mâles jouent un rôle important dans le développement du cancer de la prostate. L'administration d'hormones femelles, qui s'opposent aux hormones mâles, produit la plupart du temps une amélioration marquée, pour une période de temps variable.

Les urologues participent à de nombreuses recherches qui se font actuellement dans le but d'améliorer ce traitement hormonal. Une approche récente, qui consiste à s'opposer complètement à l'effet des hormones mâles par des «contre-hormones mâles» (antiandrogènes) semble prometteuse bien qu'il soit trop tôt pour tirer des conclusions précises à ce sujet.

La guérison du cancer de la prostate est assurée lorsque la maladie est décelée précocement. Un dépistage systématique, par des examens périodiques, devrait donc être fait chez tous les hommes de plus de 55 ans.

Source: La Fédération des médecins spécialistes du Québec.

La Sauvegarde prend le contrôle de l'économie Mutuelle-Vie

Le président directeur général de La Sauvegarde Compagnie d'assurance sur la vie, monsieur Henri Leblond, vient d'annoncer le 20 février la prise de contrôle de l'économie Mutuelle-Vie par La Sauvegarde en vue de la fusion des deux sociétés d'assurances.

La société Saint-Jean-Baptiste de Montréal qui est à l'origine de l'Économie Mutuelle-Vie sera compensée par La Sauvegarde pour renoncer aux intérêts qu'elle détient dans l'Économie.

Cette transaction sera concrétisée dès que l'Assemblée nationale adoptera une loi spéciale modifiant le statut de l'Économie pour en faire une compagnie à capital-actions.

Selon monsieur Le-

blond, la fusion des deux entreprises ajoutera à l'équilibre du portefeuille de La Sauvegarde par une augmentation de 40 % de son volume d'assurances individuelles en vigueur.

Suite à cette fusion, la nouvelle Sauvegarde affichera un actif de plus de 500 millions de dollars et un volume d'assurances de sept milliards de dollars.

L'apport de la Société Saint-Jean-Baptiste de Montréal dans son effort constant pour encourager les Canadiens-Français à prendre leurs affaires économiques en main a été souligné successivement par tous les conférenciers.

Étaient présents à cette conférence de presse, outre M. Leblond, M. Yvon Groulx, président

de l'Économie Mutuelle-Vie, M. Gilles Rhéaume, président général de la société Saint-Jean-Baptiste de Montréal, M. René Croteau, adjoint au président - relations institutionnelles de la Confédération des caisses populaires et d'économie Desjardins du Québec et plusieurs invités des sociétés d'assurances et du Mouvement Desjardins.

Dans leur allocution respective les conférenciers ont déclaré que la fusion de l'Économie et de La Sauvegarde est une opération financière reconfortante puisque cette dernière est une compagnie de chez nous qui oeuvre en plus au sein du plus grand mouvement économique sous contrôle québécois, le Mouvement Desjardins.

L'Esthétique écrite pour vous

avec Chantale Larivé
723-8991 ou 775-4488.



Du nouveau! Oui enfin on peut traiter les vergetures! La régénération cellulaire n'est pas une utopie. Des recherches en laboratoire par Gernetic International effectuées depuis de nombreuses années et des tests cliniques ont prouvé que l'on pouvait par des soins esthétiques améliorer ou éliminer les vergetures.

EN CABINE: Vergetures jeunes

Sur un cas jeune, nous appliquons par léger massage une lotion, une ampoule, une crème raffermissante et une crème régénératrice, une matière végétale (masque) et chaleur au maximum à l'aide d'infra-rouge.

FREQUENCE DES SOINS:

1 mois: 2 fois par semaine en cabine

Les mois suivants tous les 8 ou 15 jours en cabine, mais bien entendu les crèmes tous les matins à domicile.

Les vergetures de ce type doivent s'éliminer en 4 mois.

VERGETURES PLUS ANCIENNES:

Sur des cas plus âgés, appliquer par massage également, la lotion, l'ampoule et les crèmes plus un masque spécial régénérateur et par dessus le tout la crème Prélude + Cosmos + Matière végétale + chaleur.

FREQUENCE DES SOINS:

2 premiers mois: 2 soins par semaine en cabine

3ième mois: 1 soin par semaine en cabine ensuite tous les 15 jours.

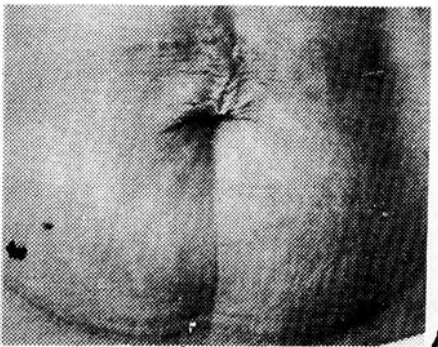
Bien entendu, les crèmes sont absolument obligatoires tous les matins à domicile.

Ces crèmes à utiliser à la maison sont la crème Prélude: produit permettant la régénération complète en cas de déshydratation, vieillissement, cicatrices, brûlures et vergetures. Crème extrêmement élaborée, elle est la plus importante de la gamme.

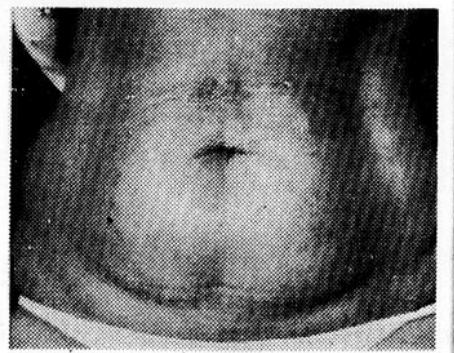
Elle s'applique par-dessus les autres crèmes spécifiques et accélère leurs résultats. Si la peau est distendue la crème Farandole.

Esthétiquement vôtre

Chantale Larivé
Cliniques Chantale Larivé Ltée
Rimouski 723-8991
Mont-Joli 775-4488



AVANT



APRÈS

MONT-JOLI ET
RIMOUSKI

Leopoles

Aubaines du mois de mars

DU MARDI AU SAMEDI
6 AU 10 MARS '84

Terre d'empotage

FIOLA
Apprêté pour plantes de maison
Sac de 4,92 co dec
Rég.: 1,49 \$

Spécial **1,17**



Détergent
à lessive
WISK
nettoie tout
votre linge
1 litre,
rég.: 3,07 \$

Prix spécial
2,47

Bottes courtes
en suède
pour dames
Pointures 5 - 10

Spécial
24,97

Imperméables

Manteaux printemps pour dames
Protège bien
quand il pleut.
Polyester. Modèle
classique d'entretien
facile.

33 1/3%
DE
RABAIS



Chandails pour hommes

Chandails mode
à manches courtes
en polyester/coton
assortiment de couleurs
Tailles: P.M.G.

Votre choix
8,47



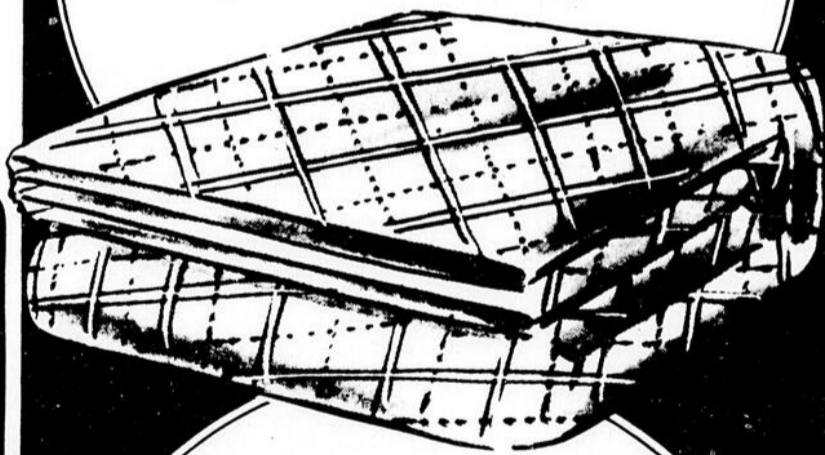
Draps-couvertures de flanellette

TEXMADE
propriété anti-rétrécissement
80% coton, 20% polyester

Spécial

70" x 90"
8,97

80" x 100"
11,47



Chandails T pour hommes

Couleurs assorties
P.M.G.

Prix spécial
2,27

Colorant pour les cheveux

Nice & Easy
shampooing colorant

Prix spécial
3,97

Caleçons pour hommes

100% coton, P.M.G.
couleurs: rouge, bleu, beige
Rég.: 2,99 \$

Spécial **2,27**

Bas thermal pour hommes

d'excellente qualité

Spécial
97 ¢ paire

Assortiment de chandails pour dames

Couleurs de printemps
assortiment de styles
à votre choix
Prix rég. jusqu'à 14,99 \$

Spécial
10,97

Ensemble de jogging pour dames

En polyester/coton
dans une variété de teintes
Tailles: P.M.G.

Prix spécial
14,77



Détergifs A.B.C.

Boîte de
6 litres

Super
spécial

2,77



Huile à moteur

VALVOLINE
Quaker State
10W30, 1 litre

Super
spécial **1,37** litre

Lots de blouses pour dames

Couleurs printemps
Gr.: P.M.G.
Prix réguliers jusqu'à 17,99 \$

Votre choix
12,47



Tasses à café

Plusieurs couleurs
à votre choix

Spécial
97 ¢

Album à colorier pour enfants

Spécial
50 ¢



Service à vaisselle

16 morceaux, pour quatre
4 tasses, 4 assiettes à dîner
4 assiettes à pain, 4 bols à soupe

Spécial **17,47**

Mini bouilloire électrique

Spécial
10,97

Chandails T pour dames

Manches courtes
couleurs variées
Prix rég.: 4,99 \$

Votre choix
3,77

Dormeuses pour bébés

Boutons pressions au devant, et aux jambes
Modèles variés
Tailles: nouveau-nés, 1 et 2 ans

Prix
spécial **2,27**

Lots de chandails ouatés pour enfants

couleurs assorties
tailles: 3 à 6 X

Spécial **3,77**

Assortiment sacs à main pour dames

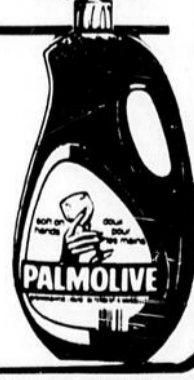
Plusieurs modèles et
couleurs sont offerts.
Pour les jeunes
et les moins jeunes.

Votre choix **5,00**

Liquide à vaisselle

PALMOLIVE
1,5 litre

Super
spécial **2,77**



Ce cours est offert en collaboration par le Cégep de Rimouski, le journal PROGRÈS-ECHO et la Direction des cours par correspondance du ministère de l'Éducation.
4e semaine

L'environnement québécois

Equilibre et qualité de vie

2- UN ECOSYSTÈME C'EST QUOI



2-2 LE FONCTIONNEMENT D'UN ECOSYSTÈME (voir 3-2)

A- Les relations de type alimentaire (suite)

Les plantes utilisent les rayons lumineux du soleil pour faire de la photosynthèse et les éléments nutritifs du sol pour construire leurs tissus et se maintenir en santé.

Les décomposeurs digèrent toute la matière organique, provenant des plantes ou des animaux, qui tombe dans leur milieu.

a- les chaînes alimentaires

DÉFINITION

chaîne alimentaire: c'est l'ensemble des relations impliquant la nourriture entre deux êtres vivants.

Exemple: un jeune bouleau est mangé par un lièvre qui est mangé par un lynx: une plante est mangée par un herbivore qui est lui-même dévoré par un carnivore.

La chaîne alimentaire est une notion simple mais très importante en écologie. Il ne faut jamais oublier que tout être vivant doit se procurer la matière et l'énergie nécessaire à sa survie. C'est par le biais de la consommation de nourriture qu'il y réussit.

Une chaîne alimentaire peut être simple ou complexe et elle correspond au passage de la matière et de l'énergie dans l'écosystème.

LE TRANSFERT CYCLIQUE DE LA MATIÈRE AU SEIN DE L'ECOSYSTÈME (figure 2.2)

Comme tu as pu voir à la figure 2.2, les êtres vivants participent à la circulation des matières organiques et inorganiques dans un écosystème.

Si on commence par le haut du tableau, on peut voir que les plantes

ou les algues, qui sont des producteurs, ont la capacité de former leurs propres tissus à partir de la matière inorganique et de la lumière du soleil par la photosynthèse.

Les herbivores consomment les tissus des plantes mais en partie seulement. La plus grande partie s'en va aux décomposeurs. Tu n'as qu'à penser à la quantité de feuilles mortes qui peuvent tomber d'une érablière à l'automne.

Les herbivores ne digèrent pas toute la matière qu'ils ont avalée: un fort pourcentage retourne lui aussi aux décomposeurs.

Comme tu peux le constater, il y a une faible production de matière animale à partir de la matière végétale.

Les herbivores tombent souvent sous la dent d'un carnivore, c'est la dure loi de la nature. Le carnivore ne consomme jamais complètement l'herbivore et la partie qu'il mange ne sera pas digérée complètement. Encore une fois, les décomposeurs héritent de beaucoup de matière organique avec, en plus, le cadavre du carnivore, si personne ne le mange.

Dans la partie de droite de la figure 2.2, intitulée exemple, tu peux voir que la masse et le nombre d'êtres vivants présents à chacun des niveaux de cette chaîne alimentaire simple décroissent très rapidement.

Si tu passes maintenant à la figure 2.3, tu pourras constater qu'il en va de même pour la valeur énergétique des organismes situés à chacun des niveaux.

LE TRANSFERT NON CYCLIQUE DE L'ÉNERGIE AU SEIN DE L'ECOSYSTÈME

À la figure 2.3, tu peux voir que l'énergie solaire, qui est à la base de la plupart des écosystèmes est en très grande partie perdue. Les

plantes ne captent qu'environ 20% de l'énergie solaire parvenant sur la terre; de plus, elles perdent plus de 90% de cette lumière absorbée sous forme de chaleur.

Il reste donc moins de deux pour cent de l'énergie solaire, qui parvient sur la terre, qui soit utilisable par les êtres vivants. Cette énergie est fixée sur la plante sous forme de sucres, particulièrement le glucose. C'est la productivité brute.

La plante a besoin d'utiliser une partie de ces sucres pour croître et assurer sa reproduction. Il reste donc, emmagasinée dans les tissus de la plante, environ 80% de l'énergie qu'elle avait réussi à transformer à partir de la lumière.

Lorsque les herbivores consomment une plante, des parties de cette plante ne peuvent être assimilées ou utilisées comme nous l'avons vu à la figure 2.2. Ces portions représentent une perte énergétique qui sera toutefois récupérée en partie par les décomposeurs. L'herbivore devra aussi dépenser une bonne partie de l'énergie qu'il a acquise par sa nourriture pour se déplacer, croître et se reproduire.

Généralement, le passage d'un niveau alimentaire (trophique) à l'autre se traduit par une perte énergétique qui se rapproche de 90%.

LA MATIÈRE ET L'ÉNERGIE DANS UNE CHAÎNE ALIMENTAIRE

À la figure 2.4, tu peux visualiser comment la matière et l'énergie circulent dans une chaîne alimentaire simple.

LT: représente la lumière totale reçue du soleil par la surface terrestre.

NU₁: représente la partie de la lumière perdue par la plante sous forme de chaleur (CH) et la partie d'énergie lumineuse non absorbée par celle-ci (LR).

PB: c'est la productivité brute, c'est-à-dire la quantité totale de sucre produit par la plante.

R₁: représente l'énergie utilisée par la plante pour ses besoins métaboliques.

PN: c'est la productivité nette du producteur; ce terme représente la biomasse totale de la plante et sa valeur énergétique.

NU₂: c'est la partie des plantes qui ne sera pas mangée par les herbivores.

I₁: lorsque le consommateur (herbivore) mange une partie de la plante, il en assimile une partie (A₁) et il en rejette une autre non digérée (NA₁) qui ira aux décomposeurs.

R₂: c'est l'énergie utilisée par l'herbivore pour survivre et se reproduire.

PS₁: c'est la biomasse totale de l'herbivore.

NU₃: c'est la partie du consommateur primaire (herbivore) qui ne sera pas mangée par le consommateur secondaire (carnivore). Exemple: la peau, les poils, les os, etc.

I₂: lorsque le consommateur secondaire (carnivore) mange une partie de l'animal (herbivore) il en assimile une partie (A₂) et en rejette une autre non digérée (NA₂) qui ira aux décomposeurs.

C: lorsque le carnivore est un être humain, il utilise souvent l'énergie provenant de la combustion de bois ou de combustibles fossiles pour la cuisson de ses aliments.

R₃: c'est l'énergie utilisée par le carnivore pour sa survie et sa reproduction.

PS₂: c'est la biomasse totale du carnivore; si le carnivore n'est pas consommé par un autre carnivore plus gros, son cadavre ira nourrir les décomposeurs.

ID: toutes les matières organiques, provenant des plantes ou des animaux d'un écosystème qui tombent au sol, forment la pâture des décomposeurs qui assurent la fermeture du cycle.

me, cela ne veut pas nécessairement dire qu'il se nourrira à partir d'un seul type de plante ou qu'une plante sera broutée par un seul animal.

Dans un écosystème, plusieurs animaux vont se nourrir à partir de plusieurs types de plantes ou d'autres animaux. La diversification des besoins alimentaires est avantageuse car elle permet d'éviter les pénuries.

Ainsi, la chaîne est une façon d'expliquer, de manière simple, le transfert de la matière et de l'énergie dans un écosystème. Cependant, dans la réalité, les

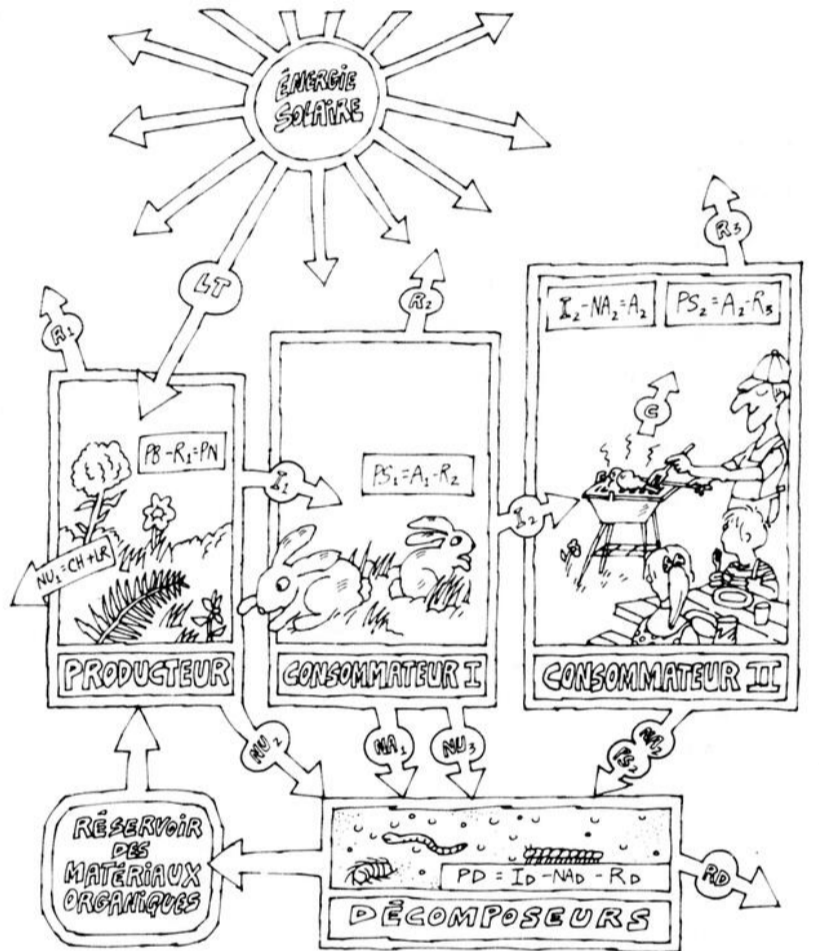


Figure 2.4 LA MATIÈRE ET L'ÉNERGIE DANS UNE CHAÎNE ALIMENTAIRE.

PD: c'est la biomasse totale des décomposeurs, bactéries, insectes, vers de terre, champignons, etc.

RD: représente l'énergie utilisée par les décomposeurs pour leur croissance et leur reproduction.

NAD: c'est le retour au réservoir des matières inorganiques. En effet, jusqu'à ce que les matières organiques se retrouvent sous leur forme la plus simple, elles sont utilisées par d'autres décomposeurs.

Lorsque les matières organiques ont été complètement réduites à leur forme inorganique, elles sont reprises par les plantes qui recommencent le cycle.

Ce sont donc les décomposeurs qui assurent la fertilité des sols à l'état naturel.

Nous distinguerons dans ce fascicule, les producteurs, les consommateurs primaires et secondaires et les décomposeurs. Toutefois, comme tu pourras le voir, il existe une très large gamme de variations autour desquelles chaque être vivant manifeste son individualité.

b- le réseau alimentaire

Même si un animal se nourrit de matière végétale dans son écosystème,

chaînes alimentaires sont beaucoup plus complexes qu'on peut l'imaginer. En fait, on devrait plutôt parler de réseau alimentaire.

Comme toi, lorsque tu vas au marché, tu n'achètes pas qu'un seul produit, le renard ne mange pas que des lièvres. En fait, il est même avantageux pour un organisme de diversifier ses sources de nourriture et il arrive qu'un organisme, au cours de sa vie, occupe des niches écologiques différentes et qu'il se nourrisse de manière diversifiée.

Plutôt que de qualifier un organisme par le biais de ce qu'il consomme plus généralement, on le situera dans un écosystème par son niveau trophique. Le niveau trophique représente le niveau auquel l'organisme se nourrit plus généralement. Par exemple, même si tu te nourris en grande partie de produits végétaux, tu devras te considérer comme un consommateur secondaire parce que ta nourriture se compose en grande partie de sous-produits animaux.

c- la pyramide de la biomasse et des nombres

Dans un écosystème, les organismes qui occupent les différentes niches écologiques n'ont pas tous la même importance en nombre et en masse.

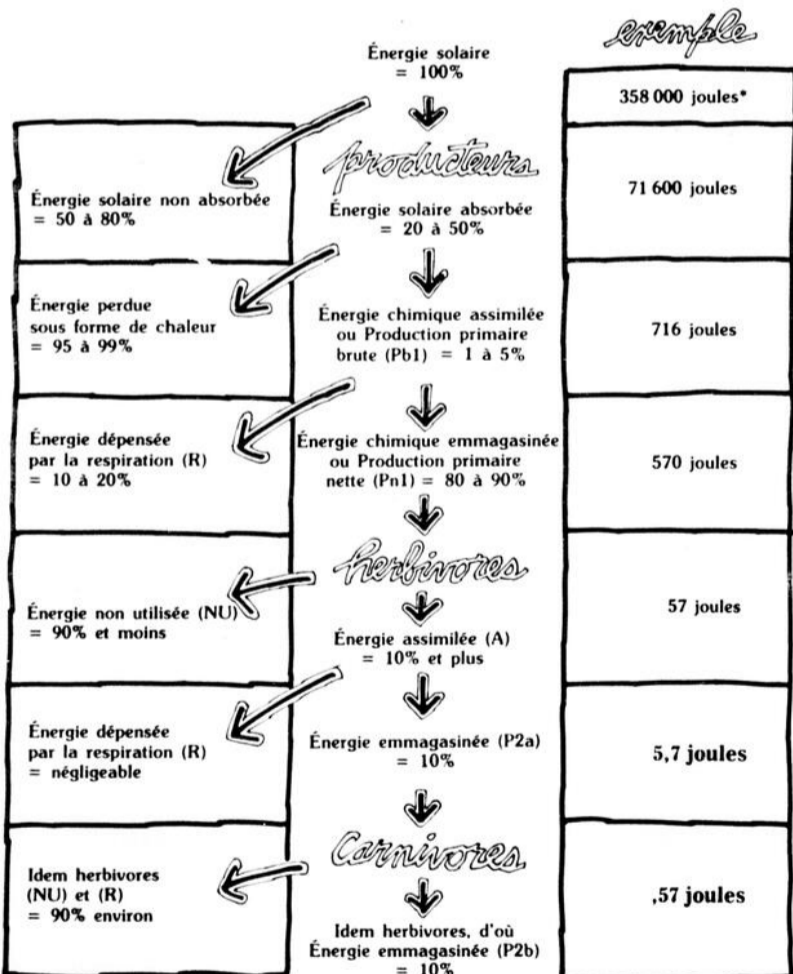


Figure 2.3 LE TRANSFERT NON CYCLIQUE DE L'ÉNERGIE AU SEIN DE L'ECOSYSTÈME.

* La joule est une unité d'énergie. 4,19 joules (1 calorie) représentent la quantité d'énergie requise pour élever d'un degré Celsius la température d'un gramme d'eau.

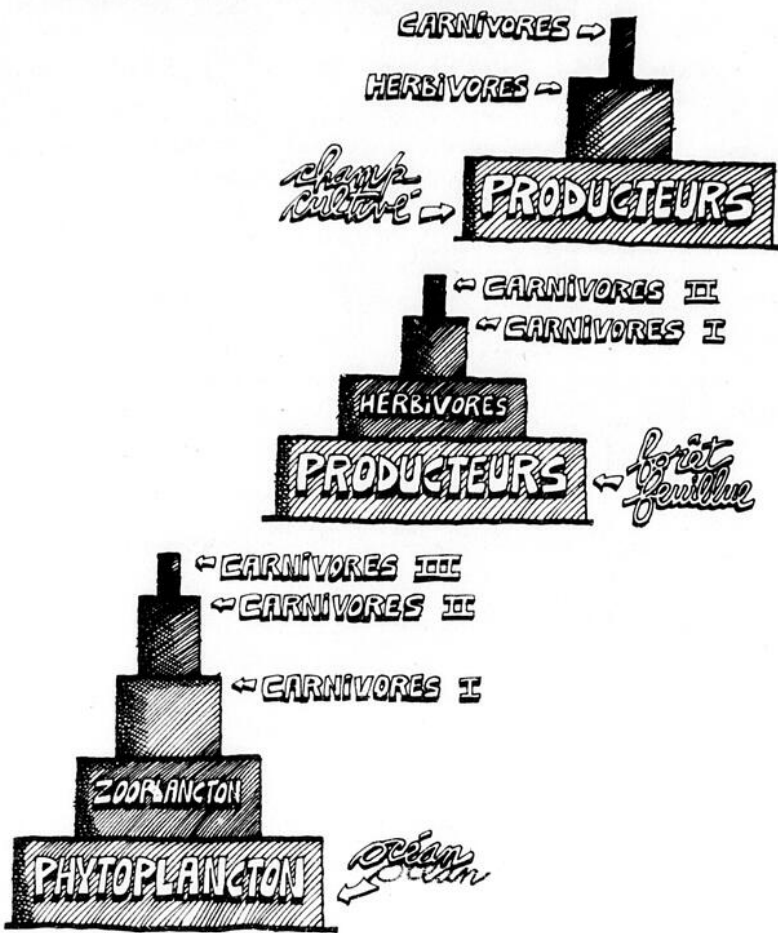


Figure 2.7 PYRAMIDE DES BIOMASSES ET DES NOMBRES.

Dépendant de la niche écologique qu'il occupe, un organisme sera présent en plus ou moins grand nombre dans un écosystème, selon la disponibilité des éléments abiotiques et biotiques nécessaires à combler ses besoins.

En général, dans un écosystème en équilibre, le nombre des carnivores sera moins grand que celui des herbivores et la biomasse, c'est-à-dire la masse totale de la matière vivante que représentent les organismes d'une espèce occupant une niche écologique donnée, sera de plus en plus petite à mesure qu'on monte dans la chaîne alimentaire.

Ainsi, toutes les plantes d'un écosystème représenteront un poids beaucoup plus grand que celui de tous les herbivores.

Tu peux voir à la figure 2.7 quelques pyramides des nombres et des biomasses dans des écosystèmes en équilibre.

Dans cette figure, les rectangles de différentes grosseurs représentent en proportion, la masse des producteurs, des herbivores et des carnivores dans un écosystème.

Tu vois trois pyramides représentant trois écosystèmes. Le premier écosystème est un champ cultivé où l'homme réduit artificiellement les niches écologiques disponibles en semant une seule espèce végétale et en empêchant les animaux d'y vivre soit en érigeant des clôtures ou en utilisant des pesticides.

Le deuxième écosystème représenté est une forêt feuillue. La biomasse des herbivores y est beaucoup plus importante puisque la diversité des plantes permet d'y accueillir un plus grand nombre d'herbivores différents. On y retrouve aussi une autre catégorie, celle des carnivores secondaires comme, par exemple, la couleuvre qui mange des grenouilles qui ont mangé des insectes ayant eux-mêmes dévoré des plantes.

La troisième pyramide représente un écosystème océanique. Les écosystèmes marins sont souvent beaucoup plus complexes que les écosystèmes terrestres et ils comportent des chaînes alimentaires très longues. Ceci est dû à deux phénomènes:

1- Dans la mer, la productivité primaire est en grande partie assurée par des algues microscopiques appelées phytoplancton ou plancton végétal. À ce plancton végétal microscopique sont associés de petits animaux microscopiques qui se nourrissent de plantes. Les animaux planctoniques des océans mangent sans distinction le plancton animal et le plancton végétal. Les organismes planctoniques sont donc partiellement carnivores, même s'ils sont en général de jeunes poissons ou des invertébrés.

2- Dans l'océan, la taille d'un animal n'est pas limitée en fonction de la locomotion. Ceci favorise l'apparition de superprédateurs, très gros poissons, cétacés à dents ou mollusques géants qui peuvent se nourrir de tout autre poisson plus petit, peu importe son rang dans la chaîne alimentaire.

Comme tu peux le constater en regardant la figure 2.7, les animaux situés au sommet d'une chaîne alimentaire dans un écosystème donné ont une biomasse beaucoup plus faible que les organismes situés plus bas dans cette chaîne. Leur nombre sera aussi beaucoup plus faible que celui de leurs proies. Lorsqu'il existe un déséquilibre entre le nombre de producteurs et de consommateurs, deux phénomènes peuvent se produire:

- 1- Si les consommateurs sont en petit nombre, ils sont bien nourris, se reproduisent sans difficulté et leur nombre augmente.
- 2- Si le nombre de consommateurs est trop élevé pour le nombre de producteurs, les consommateurs sont moins bien nourris et recherchent plus avidement de la nourriture. Ce phénomène amènera une surexploitation des producteurs qui auront de la difficulté à survivre et à se reproduire. La baisse de la productivité se répercutera sur la disponibilité de nourriture pour les consommateurs dont le nombre aura ainsi tendance à baisser pour rétablir l'équilibre. En effet, dans cette

situation, le manque de nourriture affaiblit les consommateurs qui deviennent plus susceptibles d'être touchés par les épidémies ou de moins bien résister aux conditions adverses du milieu. Ainsi, le taux de mortalité augmentera rapidement et la population diminuera jusqu'à ce que l'équilibre entre les producteurs et les consommateurs se soit rétabli.

B- Les relations de type non alimentaire

En plus des relations alimentaires qui peuvent exister entre deux organismes, des liens de diverses natures peuvent unir les êtres vivants qui partagent un même milieu.

Ces liens sont créés par le fait que des organismes de la même espèce ou d'espèces différentes sont appelés à exploiter les mêmes ressources.

Les deux principaux types de relations existant entre les êtres vivants dans un même milieu sont: la coopération et la compétition. Ces interrelations peuvent se produire à l'intérieur de l'espèce ou impliquer des individus de plusieurs espèces différentes.

Par exemple, tous les arbres d'une forêt sont en compétition pour la lumière et, dépendant de la densité des arbres, l'allure de la forêt sera modifiée. Si les arbres sont bien espacés, ils seront très feuillus tout en longueur et présenteront un houppier garni seulement au faite.

Les animaux peuvent aussi être en compétition les uns avec les autres, présentant des besoins similaires. Cependant, la compétition se fait toujours au détriment des individus concernés et tous les moyens adaptatifs sont bons pour diminuer la compétition entre les espèces et à l'intérieur de la même espèce.

La coopération, au contraire, facilite la vie des deux partenaires qui sont impliqués. La coopération peut se manifester entre deux espèces différentes mais elle apparaît surtout entre les membres d'une même espèce.

Les organismes les plus évolués, comme les insectes sociaux, les mammifères et les oiseaux, possèdent des systèmes de communication complexes qui permettent de réduire au maximum la compétition à l'intérieur de l'espèce.

Maintenant, il est temps de faire un petit exercice pour voir si tu as bien compris la notion d'écosystème et des interrelations entre les organismes qui y vivent.

**ACTIVITÉE 2.2
MON ÉCOSYSTÈME**

Dans cet exercice, tu dois me décrire ton écosystème, les lieux physiques que tu fréquentes bien sûr, mais aussi et surtout, les organismes qui t'entourent et les relations que tu entretiens avec eux. Tu dois me montrer comment ton écosystème possède chacune des trois grandes caractéristiques communes à tous les écosystèmes.

Lorsque tu auras fait cet exercice, il te faudra compléter un diagramme de ton écosystème pour la deuxième partie de ton premier devoir.

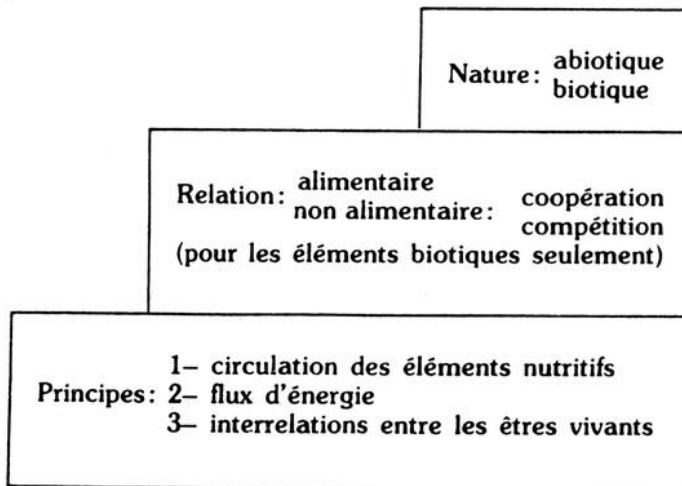
DIRECTIVES:

Dans la description de ta niche écologique au fascicule précédent, tu m'as décrit ton environnement. À partir de ces données, peux-tu identifier comment ton alimentation, ton logement, tes transports, ton travail et tes loisirs correspondent à des éléments de ton écosystème? Indique-moi aussi auquel ou auxquels des trois grands principes (ou caractéristiques) ces composantes de ton environnement se rattachent.

Exemple: mon automobile, qui me sert de transport pour aller au travail ou à mes loisirs, fait partie des éléments abiotiques de mon écosystème.

Même si mon automobile n'est pas une partie vivante de mon écosystème, elle contribue au flux d'énergie en brûlant du pétrole pour me transporter.

As-tu bien compris les directives? Allons-y! Il te suffit de compléter le tableau avec les éléments suivants:



MON ÉCOSYSTÈME

ÉLÉMENT DE MA NICHE ÉCOLOGIQUE	NATURE	RELATION	PRINCIPE
1- Ma nourriture			
2- Mon logement a) chauffage b) appareils électriques c) voisins			
3- Mes transports (indiquer le moyen de transport) a) _____ b) _____ c) _____			
4- Mon travail a) comme fonction b) avec mes collègues			
5- Mes loisirs a) physiquement b) socialement			

Conclusion de l'activité 2.2

Et voilà! Tu commences à voir que, dans ton environnement, beaucoup de phénomènes sont reliés les uns aux autres et que tu vis dans un écosystème gouverné par trois grands principes qui correspondent aux trois grandes caractéristiques des écosystèmes.

Prépare-toi maintenant à faire la deuxième partie de ton premier devoir, c'est-à-dire un diagramme théorique de ton écosystème. Mais, avant de passer à ton devoir, revise rapidement le contenu de la première partie de ce deuxième fascicule.

2-2.3 Conclusions

Ton écosystème, c'est toi et ton environnement. Tu en es indissociable, tu en es une partie.

Dans la société où nous vivons, tu peux contrôler beaucoup de phénomènes naturels qui pourraient t'être potentiellement défavorables: tu peux choisir certains éléments de ton environnement qui te sont particulièrement agréables mais tu ne saurais vivre sans nourriture ou dans un monde où il n'y aurait pas d'oxygène.

Ta vie est une manifestation de ton adaptation à l'écosystème dont tu fais partie.

2-2.4 Si on révisait?

Un écosystème est un ensemble constitué d'être vivants et de leur environnement.

Un écosystème possède trois grandes caractéristiques:

- 1- Les éléments nutritifs y circulent par le biais des chaînes alimentaires.
- 2- Il dépend d'une source d'énergie extérieure pour son fonctionnement.
- 3- Les organismes qui y vivent ont entre eux des interactions.

Les êtres vivants transforment la matière inorganique en matière organique.

L'énergie solaire est fixée par les plantes et les algues capables de faire la photosynthèse et elle devient, de ce fait, disponible aux autres organismes par le biais de la nourriture.

L'énergie ne demeure pas dans un écosystème, elle ne fait que le traverser.

Voilà! La deuxième partie du fascicule numéro 2 est maintenant terminée. Tu peux commencer ton premier devoir. La semaine prochaine, nous verrons la troisième partie du fascicule, intitulée: une question d'équilibre.

L'environnement québécois, Équilibre et qualité de vie, est un cours produit par la Direction des cours par correspondance et qui a été adapté pour la présente publication.

Auteur: Claude Villeneuve.
Responsable du projet: Denise Larin.
Illustrations: Ideacom Inc.

ISBN 2-551-05744-2
Dépôt légal - 3e trimestre 1983.
Bibliothèque nationale du Québec.

Tous droits réservés: DCC, ministère de l'Éducation, Montréal.

À suivre.

Alimentation

Choix de boissons mielleuses

1) Jus d'orange parfumé

4 onces de jus d'orange
1/4 tasse de yogourt nature
1/2 c. à thé de miel
2 fraises

Mettre au mélangeur tous les ingrédients et bien mélanger. Servir très frais.
1 portion.

2) Lait parfumé

1 jaune d'oeuf
1 verre de lait bouillant
miel
kirsch
Battre le jaune d'oeuf vivement en ajoutant le lait bouillant.
Passer au tamis.
Verser dans 4 petits verres: 1 c. à soupe de miel et 1 c. à soupe de kirsch. Arroser de lait filtré et bien mélanger.
4 portions.

3) Café velours

café
miel
liqueur de poire
Préparer un café deux fois plus fort qu'à l'habitude pour le nombre de portions désiré.
Remplir de grands verres à 1/3 de leur capacité de café.
Ajouter dans chacun: 1 c. à soupe de miel et 1 c. à soupe de liqueur de poire.
Ajouter suffisamment d'eau très chaude pour remplir les verres et bien mélanger.
Servir.

Poulet au miel

1/4 tasse de miel
1/4 tasse de beurre
2 c. à thé de sauce soya
1 poulet de 3 lb en morceaux
sel et poivre

Faire fondre le beurre et ajouter le miel et la sauce soya. Bien mélanger.

Disposer le poulet dans un plat allant au four, la peau en dessous, et arroser de sauce au miel.

Couvrir et faire cuire environ 40 minutes à 350° F.

Découvrir, retourner les morceaux de poulet et badigeonner du reste de sauce au miel.

Poursuivre la cuisson de 20 à 30 minutes jusqu'à ce que le poulet soit tendre et bien doré. Assaisonner et servir.

4 portions.

Salade d'avocat et de cantaloup et sauce au miel

Disposer sur un nid de laitue des tranches alternées d'avocat et de cantaloup. Parsemer le dessus de quelques raisins secs et arroser de sauce piquante au miel.

Sauce au miel

2/3 tasse de jus de citron
2 c. à table de miel
2 c. à thé de zeste de citron
1/2 c. à thé de sel

Mettre tous les ingrédients dans un petit bocal et agiter vigoureusement. Verser sur la salade.
2/3 tasse.

Côtelettes de porc au riz et au miel

4 côtelettes de porc
3/4 tasse de riz non cuit
1/2 tasse de raisins secs
1 c. à thé de sel
1 1/2 tasse de jus d'orange
1/2 tasse d'eau
2 c. à table de sherry
2 c. à table de miel

Faire dorer les côtelettes dans un peu de gras et les retirer au fur et à mesure qu'elles sont à point.
Ajouter tous les autres ingrédients au poêlon et bien mélanger. Disposer les côtelettes sur le dessus et couvrir.
Laisser mijoter à feu doux de 30 à 40 minutes jusqu'à ce que la viande soit bien cuite.

* Si la préparation manque d'eau, en ajouter un peu; si elle contient trop de liquide, retirer le couvercle 5 minutes avant la fin de la cuisson.

4 portions.



Le miel... Sucre au naturel!

Le miel est le plus connu pour sucrer les anciens produits alimentaires; avant que

l'utilisation du sucre de canne ne se répande, le miel était le sucre employé en cuisine. Sa saveur varie selon les fleurs que les abeilles butinent; mais, le miel que nous consommons le plus souvent est "toutes fleurs". En général, tous les miels sont liquides à la récolte. Ainsi, laissé au repos et à l'abri de l'air, il ne granule qu'au bout d'un temps assez long. Mais, l'abaissement de la température extérieure et même le fait de tremper un ustensile dans le miel peut provoquer la granulation. Toutefois, même granulé, il demeure excellent.

Le miel est une source d'énergie facilement assimilable et son action est légèrement apéritive et laxative. Grâce à ses propriétés hygroscopiques, c'est-à-dire qu'il absorbe l'humidité, les pâtisseries faites de miel, restent fraîches très longtemps et se conservent parfaitement.

Carrés aux dattes et au miel

1 1/2 tasse de farine
1/2 tasse de germe de blé
1 c. à thé de bicarbonate de soude
1 c. à thé de sel
2 1/2 tasses de gruau d'avoine
1 tasse de miel
1 tasse de graisse végétale fondue

Servir avec garniture au miel et aux dattes**

Chauffer le four à 350° F et graisser un moule de 13 x 9 x 2 pouces.

Mélanger ensemble farine, germe de blé, bicarbonate de soude, sel et gruau. Ajouter le miel et la graisse végétale et bien mélanger avec le bout des doigts.

Presser la moitié du mélange dans le moule et bien recouvrir le fond; verser la garniture et déposer le reste de la pâte sur le dessus.

Cuire au four 30 minutes ou jusqu'à ce que le dessus soit bien doré.
Laisser refroidir et couper en carrés.

** Garniture au miel et aux dattes

1 lb de dattes dénoyautées
3/4 tasse de miel
1/4 tasse de jus d'orange
1 c. à soupe de zeste d'orange râpé.

Mélanger tous les ingrédients dans une casserole et porter à ébullition. Baisser le feu et laisser bouillir environ 5 minutes en brassant constamment jusqu'à épaississement.

Miel à tout faire...

Remplacez le sucre par le miel dans les céréales du matin, dans le yogourt nature, dans une boisson chaude... ou versez-en quelques cuillerées sur une glace à la vanille, sur un gâteau blanc, sur un blanc-manger...

Et s'il est cristallisé, placez le pot dans l'eau chaude, dans la partie supérieure d'un bain-marie et faites-le chauffer doucement jusqu'à ce que les cristaux disparaissent.

Purée de citrouille au miel

1 citrouille de 4 livres
4 tasses d'eau

1 c. à thé de sel
2 c. à table de beurre

2 c. à table de miel
1/2 c. à thé d'épices mélangées

Découper la citrouille en quartiers et retirer les graines intérieures.

Mettre les quartiers dans une casserole et ajouter l'eau et le sel; amener à ébullition, réduire le feu et couvrir.

Laisser mijoter de 25 à 30 minutes jusqu'à ce que la citrouille soit tendre.

Egoutter et laisser refroidir; retirer la pulpe de la pelure et réduire en purée.

Remettre la purée dans la casserole à feu doux et remuer délicatement afin d'enlever l'excès d'eau.

Ajouter le beurre, le miel et les épices et bien mélanger.

* Servir chaud comme accompagnement d'une viande blanche ou très froid comme dessert.

4 portions.

Agneau aux pruneaux et au miel

3 lb d'agneau en cubes

1 tasse de miel

1 lb de pruneaux dénoyautés

2 c. à table de beurre

1 tasse d'amandes entières

sel et poivre

1 bâton de cannelle

Faire revenir la viande dans le beurre et la retirer au fur et à mesure qu'elle est bien dorée; verser les amandes dans le poêlon et faire dorer légèrement à feu moyen.

Remettre la viande dans le poêlon, ajouter 2 tasses d'eau, le sel et le poivre au goût et la cannelle et laisser mijoter environ 1 heure jusqu'à ce que la viande soit tendre.

Pendant ce temps, faire gonfler les pruneaux dans un peu d'eau chaude et ajouter le miel.

Incorporer pruneaux au miel à la préparation de viande 5 minutes avant la fin de la cuisson. Bien chauffer.

Servir sur un nid de riz bien chaud.

6 portions.

Gâteau au miel

1/2 tasse de margarine

1/2 tasse de sucre

1/2 tasse de miel

1 oeuf

2 tasses de farine

1 c. à thé de poudre à pâte

1/4 c. à thé de bicarbonate de soude

1/4 c. à thé de sel

1 c. à thé de cannelle

1/4 c. à thé de clou de girofle

1/4 c. à thé de gingembre

1/2 tasse d'eau

1/2 tasse de noix hachées

** Crème au miel

Défaire en crème la margarine et ajouter le sucre. Incorporer le miel et l'oeuf et bien mélanger.

Mélanger ensemble tous les ingrédients secs, sauf les noix et incorporer au premier mélange en alternant avec l'eau.

Ajouter les noix.

Verser la pâte dans deux moules graissés de 8 pouces et faire cuire de 25 à 30 minutes à 350° F.

Laisser refroidir et garnir de la crème au miel.**

** Crème au miel

1 tasse de crème à fouetter

1/4 tasse de miel

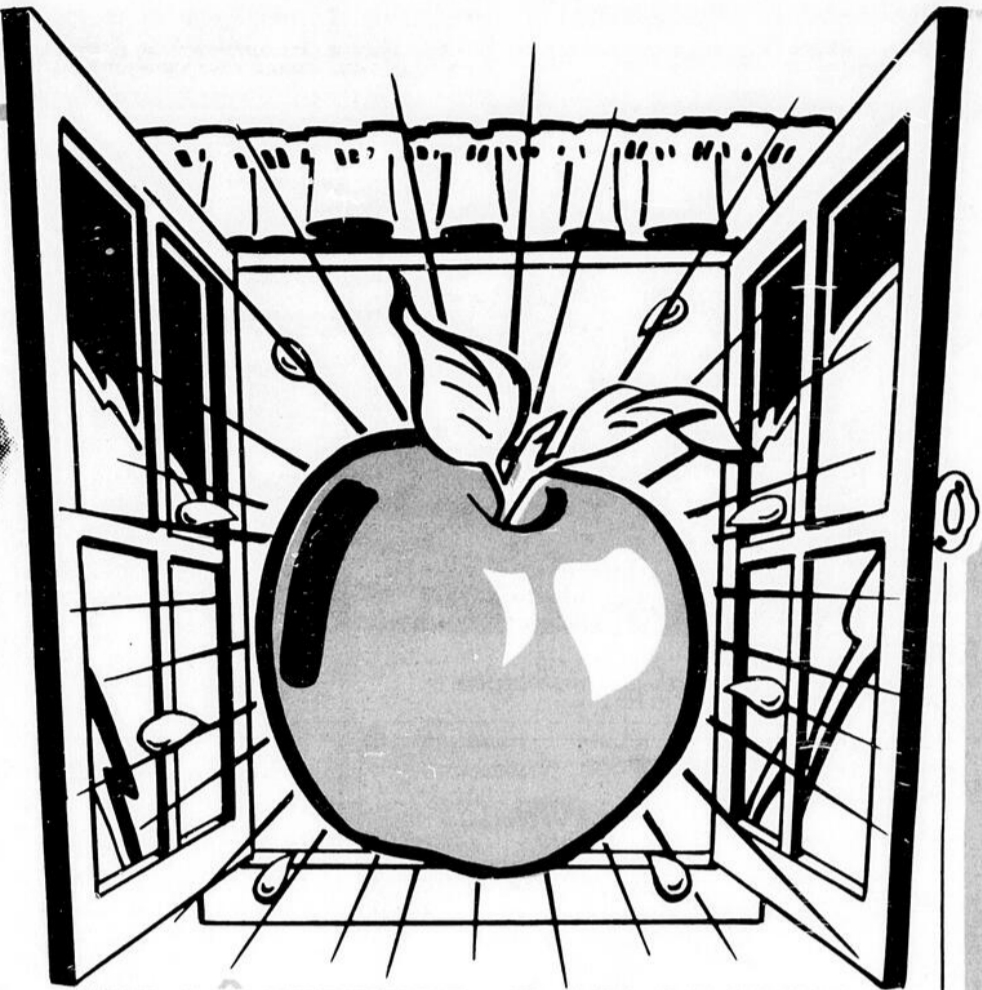
Fouetter la crème et ajouter le miel.

Bien mélanger.



**LONGE DE PORC
FRAIS
BOUT DES CÔTES
ENVIRON 1.5 kg**

216 /kg **98¢** /lb

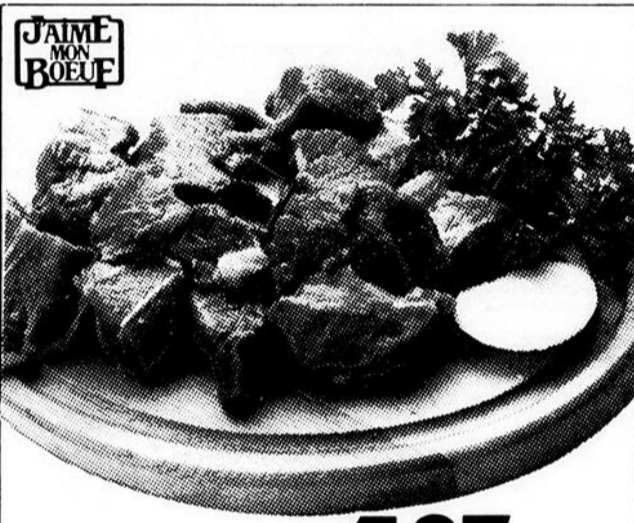


FRAÎCHEUR GARANTIE!



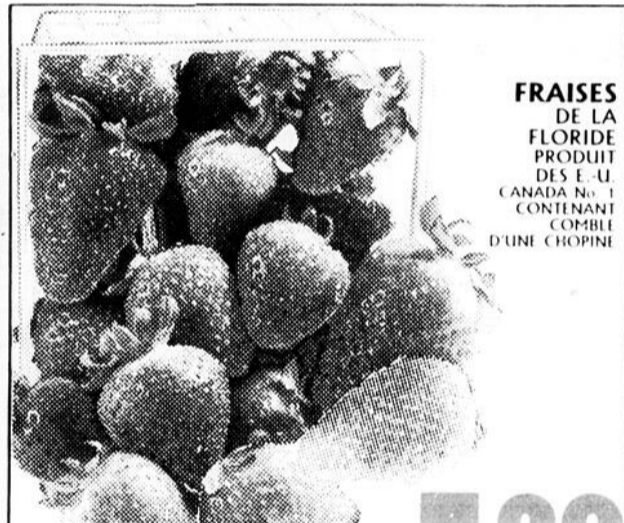
**CUISSES DE POULET
SURGÉLÉES
INDIVIDUELLEMENT
FLAMINGO
SANS DOS**

282 /kg **128** /lb



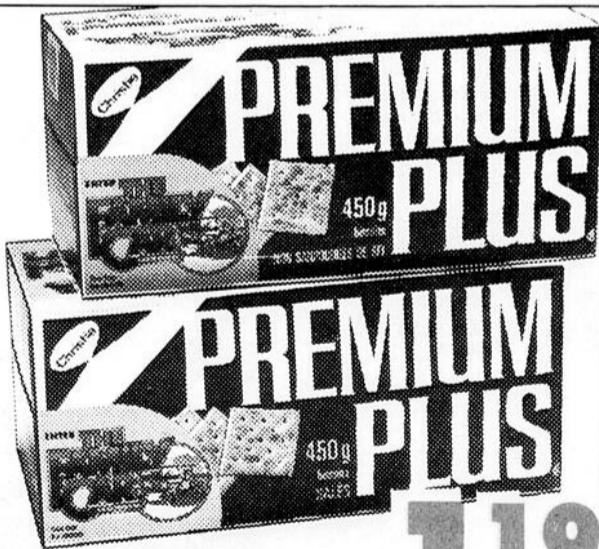
**BOEUF À RAGOÛT
DÉOSSÉ
BOEUF ESTAMPILLE
CATÉGORIE CANADA "A"**

437 /kg **198** /lb



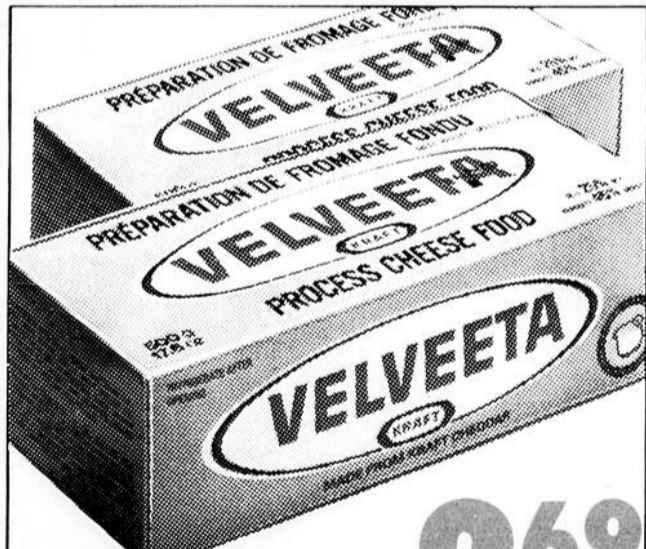
**FRAISES
DE LA
FLORIDE
PRODUIT
DES E.-U.
CANADA No. 1
CONTENANT
COMBLE
D'UNE CHOPINE**

129



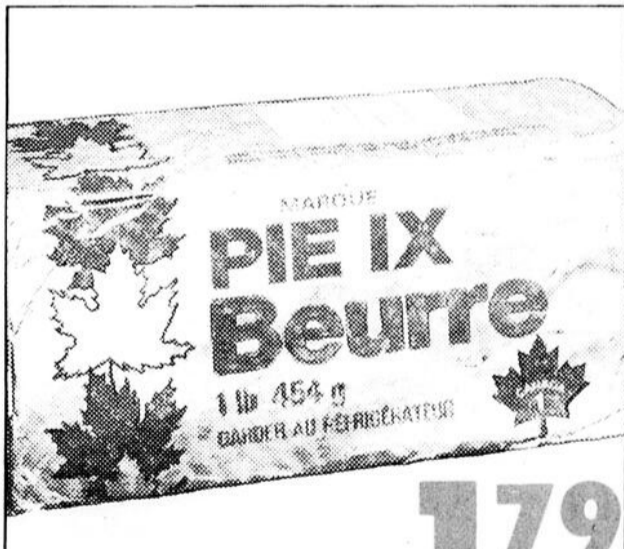
**BISCUITS SODA
PREMIUM PLUS
CHRISTIE
SALES ou NON SALES - BTE DE 450 g**

119



**PRÉPARATION DE
FROMAGE FONDU VELVEETA
KRAFT
PQT DE 500 g**

269



**BEURRE
PIE IX
454 g**

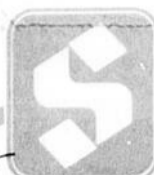
179

Les articles annoncés dans ces pages sont en réclame aux supermarchés situés dans la ville principale de diffusion de ce journal et sa proche banlieue. Les prix des produits de boulangerie sont en vigueur à partir du mardi seulement. Les conditions climatiques peuvent influencer la quantité et la qualité de nos approvisionnements en fruits et légumes. Cependant nous tenons à vous garantir en tout temps le meilleur choix disponible sur le marché. Il est possible que certains articles annoncés, particulièrement les articles non-alimentaires ne soient pas offerts dans tous nos supermarchés ou offerts dans un format différent de celui annoncé. Il se peut également que certaines illustrations soient prises à titre indicatif seulement et ne correspondent pas exactement à l'article annoncé. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Le texte prévaut en tout temps. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie au comptoir d'information.



**LE SUPERMARCHÉ
DE CHOIX**

Prix en vigueur du 5 au 10 mars inclusivement.



Donnez
à la Fondation des
maladies du cœur

FRAÎCHEUR CERTIFIÉE EN TABLETTE!

BISCUITS - DAVID
TARTES AUX FRAISES, FEUILLE D'ÉRABLE, SUPER GRAHAM
SAC DE 600 g ou GINGEMBRE - SAC DE 800 g

2¹⁹

DÉTERGENT À LESSIVE SUNLIGHT
BTE DE 6 LITRES

3⁵⁹

TOMATES ENTÈRES
ORCHARD KING
CANADA DE CHOIX - BTE DE 796 ml

67[¢]

BOISSON AUX FRUITS
F.B.I.
SAVEUR AU CHOIX
POT DE 1.82 LITRE

99[¢]

ESSUIE-TOUT - WHITE SWAN
BEIGE, BLANC, MOTIFS AU CHOIX
ORANGE, OR ou VERT
PQT DE 2 ROUL

99[¢]

MINI CRÈMES-DESSERTS PRÊTES À MANGER
LAURA SECORD
SAVEUR AU CHOIX
BTE DE 142 g - PQT DE 4
ou **YOGOURT**
SAVEUR DE FRUITS
AU CHOIX
CONT. DE 125 g - PQT DE 4

1⁷⁹

PÂTÉS
PARIS PÂTE
PÂTE DE FOIE,
PORC-BOEUF-VEAU,
VEAU-PORC-POULET
ou PÂTE À SANDWICH
BTE DE 85 g

59[¢]

MARGARINE MOLLE
LACTANTIA
CONT. DE 907 g

2⁰⁹

CIGARETTES ORDINAIRES
TOUTES MARQUES POPULAIRES
ORDINAIRES
ou FORMAT KING
CARTOUCHE DE 200

12⁷⁹
12⁸⁹

MAP-O-SPREAD CARRIÈRE
BTE DE 794 g

1⁹⁹

BISCOTTES GRISSOL
ORDINAIRE,
SANS SEL ou
BLÉ ENTIER
PQT DE 250 g

1²⁹

YOGOURT SILHOUETTE
DELISLE
NATURE, FRAM-BOISES,
FRAISES,
PÊCHES ou BLEUETS
CONT. DE 175 g

2 POUR 1⁰⁰

COKE, COKE DIÈTE, SPRITE ou SPRITE DIÈTE
6 BOUT. CONS. DE 750 mL
DÉPÔT EN SUS: 30¢ BOUT.

3⁸⁹

LASAGNE, MINI-LASAGNE ou LASAGNE AU ÉPINARDS
CATELLI
BTE DE 500 g

1²⁹

CONCENTRÉ POUR SAUCES DU CHEF
ROSBIF, POULET, BOEUF ou POUR POULET CHAUD
ou **POUR SOUPE**
AUX LEGUMES
BTE DE 170 A 175 g

1²⁹

JUS D'ORANGE PUR CONCENTRÉ SURGELÉ
MINUTE MAID
ORDINAIRE ou
AVEC PLUS DE PULPE
BTE DE 355 mL

99[¢]

DÉTERGENT EN POUDDRE POUR LAVE-VAISSELLE
SUNLIGHT
BTE DE 1.8 kg

3⁹⁹

GELÉES EN POUDDRE
JELL-O
SAVEUR DE FRUITS
AU CHOIX
PQT DE 85 g

3 POUR 99[¢]

TARTE AU SUCRE
STEINBERG
500 g

1³⁹

NETTOYANT AUTOMATIQUE POUR CUVETTE DE CABINET
SANI-FLUSH
ORDINAIRE
ou SAPIN BLEU
BOUT. DE 341 mL

1²⁹

DÉTERGENT LIQUIDE
SUNLIGHT
BOUT. DE 1 LITRE

2¹⁹

EAU DE VICHY CELESTIN
BOUT. DE 1 LITRE

99[¢]

MIEL LIQUIDE DOYON
BOCAL DE 500 g

2²⁹

PRÉPARATION POUR MUFFINS
MONARCH
SON ET MIEL, SON ou BLEUETS - PQT DE 340 g

99[¢]

CIRE LIQUIDE POUR PLANCHERS
MOP MAGIC - S.C. JOHNSON
BOUT. DE 900 mL

3⁹⁹

PRÉPARATION POUR CHOCOLAT CHAUD
CARNATION
RICHE ou AU LAIT - PQT DE 280 g - 10 SACHETS
ou LEGER - PQT DE 120 g

1⁷⁹

SAUCE À LA VIANDE POUR SPAGHETTI - ROMATA
BOCAL DE 796 mL

2¹⁸

PETITS POIS GROSSEURS 1 ET 2
STEINBERG
DE FANTAISIE - BTE DE 398 mL

69[¢]

PELLICULE TRANSPARENTE
SARAN WRAP
ROUL. DE 15 MÈTRES

1¹⁹

SACHETS DE THÉ
ORANGE PEKOE - TETLEY
PQT DE 227 g - 72 SACHETS

2¹⁹

SPAGHETTI ou COQUILLES GÉANTES
AVEC SAUCE À LA VIANDE SURGELÉES
PIAZZA TOMASSO - CONT. DE 326 g

1⁸⁵

JAMBON CUIT
MAPLE LEAF
BTE DE 454 g

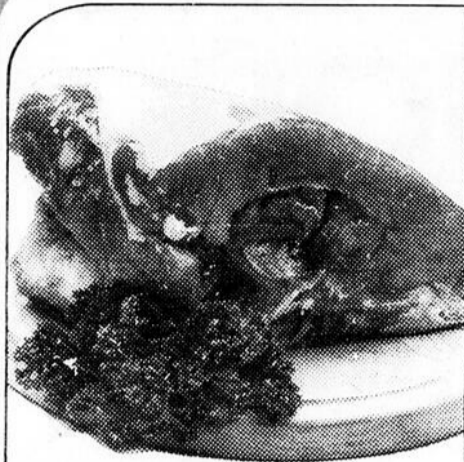
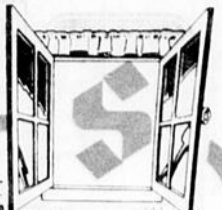
4³⁹

ASSOUPLISSANT POUR TISSUS
FREE'N SOFT
POUR SECHEUSE - BTE DE 33 g

3⁴⁴

FRAÎCHEUR ASSURÉE DANS L'ASSIETTE!

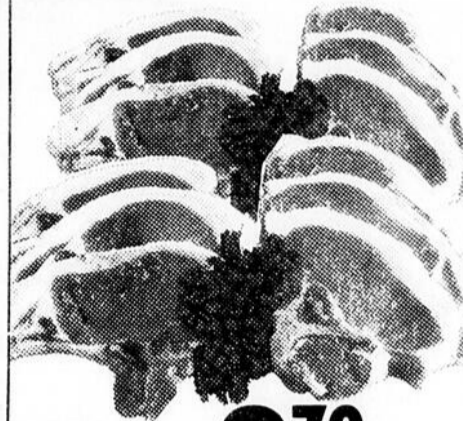
FRAÎCHEUR GARANTIE!



LONGE DE PORC FRAIS
BOUT DU FILET
ENVIRON 1.5 kg **2.60** /kg **1.18** /lb



JAMBON MIGNON DÉOSSÉ STEINBERG **6.37** /kg **2.89** /lb



MILIEU DE LONGE DE PORC FRAIS COTELETTES **3.70** /kg **1.68** /lb



FOIE DE BOUVILLON EN TRANCHES SURGÉLÉ
PRODUIT DES E.-U. **2.18** /kg **99¢** /lb

PÂTES - LA BELLE FERMIERE
BOEUF ou DINDE ET LEGUMES
FRAIS ou POULET - 350 g **1.59**

CRETONS MAISON SAGUENAY
CONT. DE 375 g **2.89**

SAUCISSES FRAÎCHES PORC ET BOEUF A L'ANCIENNE
CHARCUTERIE ROY **5.05** /kg **2.29** /lb

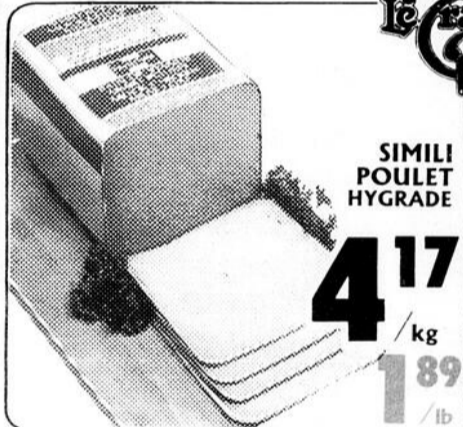
DEVANT DE VEAU DÉOSSÉ ROULÉ SURGÉLÉ **4.39** /kg **1.99** /lb

ÉPAULE D'AGNEAU SURGÉLÉ DE LA NOUVELLE-ZÉLANDE EN TRANCHES **4.17** /kg **1.89** /lb

FILETS DE TURBOT SURGÉLÉS
HIGH LINER - POT DE 454 g
ou DE MORUE SANS ARÊTES
POT DE 397 g **2.59**

SAUMON ROSE DU PACIFIQUE ENTIER SURGÉLÉ
1 A 2 kg **2.18** /kg **99¢** /lb

FILETS DE PLIE SURGÉLÉS INDIVIDUELLEMENT - MARIPAC
POT DE 500 g **4.19**



SIMILI POULET HYGRADE **4.17** /kg **1.89** /lb



JAMBON STYLE PAYSAN STEINBERG **8.80** /kg **3.99** /lb

L'Exquis
TARTE AU SUCRE
Steinberg 500g **1.39**

CHAMPIGNONS DE CULTURE CANADIENNE
CONTENANT D'UNE CHOPINE **1.29**

ACTINIDIA (KIWI) DE CALIFORNIE
PRODUIT DES E.-U. GROSSEUR 36 **98¢**

RADIS DE FLORIDE
PRODUIT DES E.-U. SAC CELLO DE 454 g - (1 LB) **48¢**

ENDIVES PRODUIT DU QUÉBEC **4.39** /kg **1.99** /lb

PRUNEAUX DÉNOYAUTÉS SUNSWEET
DE CALIFORNIE PRODUIT DES E.-U.
SAC ALUMINIUM DE 375 g **1.69**

FRUITS & LÉGUMES



CÉLÉRI PASCAL DE LA FLORIDE
PRODUIT DES E.-U. CANADA No. 1
GROSSEUR 24 - PIÈCE **88¢**



ANANAS PRODUIT DU HONDURAS GROSSEURS VARIÉES **1.08** /kg **49¢** /lb

POIRES PASSE CRASSANE
PRODUIT DE FRANCE CANADA No. 1 **1.50** /kg **68¢** /lb

OIGNONS VERTS
PRODUIT DES E.-U. LA BOTTE **87¢**

VIOLETTES AFRICAINES
POT DE 4" - PIÈCE **1.99**

JACINTHE A 3 FLEURS
POT DE 5" - PIÈCE **3.29**



SHAMPOOING ENCHANTE CLAIR, AUX HERBES ou AUX OEUFS ou RINCE CRÈME AUX HERBES
BOUT. DE 1.5 LITRE **2.49**

CRÈME POUR LA PEAU NIVEA
POT DE 120 mL **2.99**

ANTISEPTIQUE BUCCAL LISTERMINT
BOUT. PRIME DE 625 mL **2.49**



PÂTE DENTIFRICE AQUA-FRESH ORDINAIRE ou MENTHE
TUBE DE 150 mL **1.77**

LAMES - SHICK INJECTABLES SUPER INOXYDABLE - PQT DE 7, JUMELÉES INJECTABLES PQT DE 5, CARTOUCHES - SHICK II JUMELÉES - PQT DE 5 ou CARTOUCHES À LAMES JUMELÉES - ULTREX PQT DE 5 **1.88**



BOL A SOUPE ou A CÉRÉALES EN GRÈS SCANDIA
RESISTE AU FOUR MICRO-ONDES ET AU LAVE-VAISSELLE 19.5 cm - PIÈCE **1.19**

SALIÈRE ou POIVRIÈRE EN GRÈS SCANDIA
PIÈCE **1.29**

PLAT À SERVICE OVALE EN GRÈS - SCANDIA
RESISTE AU FOUR MICRO-ONDES ET AU LAVE-VAISSELLE - PIÈCE **7.99**



PILES DURACELL "D" ou "C"
POT DE 2 **3.29**

9 VOLTS - PIÈCE ou "AA" PQT DE 2 **2.99**

VERRE À BIÈRE PILSNER
355 mL - PIÈCE **88¢**

SHAMPOOING - ESPRIT POUR CHEVEUX NORMAUX ou GRAS
BOUT. PRIME DE 400 mL **3.19**



LE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Les articles annoncés dans cette page sont en réclame au supermarché de Rimouski jusqu'à la fermeture samedi prochain. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie de prix au comptoir d'information.

131, La Grande Place, Rimouski

Ketchup

Heinz

575 ml

1 69

Jus de tomates

Orchard King

1.36 l

99 ¢

Pâtes alimentaires

Steinberg

Spaghetti,
spaghettini,
macaroni coupé

1 kg

99 ¢

Laitue

romaine

des E.-U. Grosseur 24



69 ¢

Campagne provinciale d'information et d'animation sur les «Travailleuses au foyer»

L'Association féminine d'éducation et d'action sociale (AFEAS) démarre en janvier une campagne provinciale d'information et d'animation sur la situation des «travailleuses au foyer», appelées communément femmes au foyer, dont le travail non rémunéré n'est reconnu ni socialement, ni économiquement.

L'objectif général de cette campagne, qui se déroulera de janvier à mai, est de donner aux femmes et aux différents intervenants l'occasion de s'exprimer sur les mesures sociales, légales et financières à promouvoir pour mieux reconnaître le rôle des travailleuses au foyer. Pour atteindre cet objectif, l'Association féminine d'éducation et d'action sociale a obtenu une subvention du programme d'aide à l'emploi RELAIS. Cette subvention a permis d'engager sept (7) coordonnatrices régionales qui travailleront en collaboration avec des représentantes AFEAS de toutes les régions du Québec.

Parmi les activités d'animation et d'information prévues mentionnons: la rencontre des publics cibles tels: les groupes féminins et masculins et les associations professionnelles (janvier à mai 84); la publication prochaine du rapport d'analyse de l'enquête sur les femmes au foyer réalisée au printemps 82 par l'AFEAS; la tenue de colloques régionaux (mi-mars à la fin d'a-

vril) suivi d'un colloque national (mai 84).

A ces colloques régionaux seront invités nos groupes cibles et la population en général. Au colloque national, qui se tiendra à Montréal, l'AFEAS convoquera en plus certains organismes ou individus des autres provinces.

Les participant-e-s seront invité-e-s à discuter et à proposer des recommandations pour mieux définir le statut social, légal et financier des travailleuses au foyer. D'autres thèmes, comme la santé des femmes au foyer et les mesures sociales gouvernementales, seront aussi abordés.

Rappelons que le dossier les «travailleuses au foyer» est depuis deux ans une priorité d'action pour l'AFEAS. Après avoir entrepris une enquête auprès de 2 050 femmes au foyer du Québec au printemps 82, l'AFEAS a, au cours de l'année 82-83, d'abord sensibilisé ses 35 000 membres aux conditions de vie et de travail des femmes au foyer. Maintenant, l'AFEAS veut connaître ce que les femmes et différents intervenants dans ce dossier pensent de la situation des femmes au foyer et désirent comme changements.

La publication du rapport d'analyse de l'enquête sur les travailleuses au foyer, les rencontres avec les groupes cibles, les colloques seront autant d'occasions pour l'A-

FEAS d'informer et de sensibiliser la population sur le travail au foyer. Pour mener à bien ce dossier, tout comme celui des femmes collaboratrices de leur mari dans une entreprise à but lucratif, l'AFEAS a besoin de la contribution des organismes du milieu et surtout des femmes. L'AFEAS souhaite donc que toutes les personnes intéressées profitent des occasions qui leur sont offertes pour exprimer leur opinion et présenter des recommandations dans le but de reconnaître la valeur sociale et économique du travail au foyer et ainsi améliorer les conditions des femmes au foyer.

Afin d'avoir plus d'information sur ces différentes activités, surveillez les journaux de vos régions ou appelez-nous. Vous pouvez contacter la coordonnatrice régionale du projet Relais, Denise Banville au numéro (418) 724-8094 et à l'adresse suivante, 498, Richard Rimouski G5L 1K6

Ici et là...

Pour économiser collectivement plus de 40 000 000 \$ par année, et pour participer à la création de centaines d'emplois, il est essentiel que chaque famille s'engage à faire sa part dans la récupération et le recyclage: ne plus jeter le papier et le verre, et le remettre aux récupérateurs.

ECHO bail

2- LA CONCLUSION DU BAIL

Bien que la Régie du logement recommande fortement de signer un bail, certains propriétaires et locataires préféreront une entente verbale. Dans les deux cas cependant, il y a une marche à suivre. La voici:

Avant la conclusion du bail, le propriétaire doit remettre au locataire un exemplaire du règlement de l'immeuble, s'il en existe un. Il s'agit d'un ensemble de règles auxquelles doivent se conformer tous les locataires. Si le propriétaire ne le fait pas, le locataire ne sera pas obligé de respecter tout règlement que le propriétaire pourrait vouloir lui imposer plus tard.

À la conclusion du bail, le propriétaire doit remettre au nouveau locataire un avis indiquant le loyer le plus bas payé pour son logement au cours des 12 derniers mois ou celui fixé par la Régie, s'il y a lieu. Une fausse déclaration peut entraîner une amende de 200 \$ à 2 000 \$.

Dans le cas d'un immeuble de moins de cinq ans, le propriétaire doit aussi remettre au nouveau locataire un avis précisant que la Régie n'aura pas, lors du renouvellement du bail, juridiction pour fixer le loyer de son logement ou pour se prononcer sur une modification de son bail. Cette mesure permet au propriétaire de rentabiliser son investissement.

De plus, le locataire ou son conjoint, qui désire que son logement soit considéré comme résidence principale de la famille, peut à ce moment-là, en informer son propriétaire par un avis. Ces trois avis font partie du bail publié par la Régie.

Après la conclusion, dans le cas du bail écrit, le propriétaire doit en remettre un exemplaire au locataire. Il a 10 jours pour le faire.

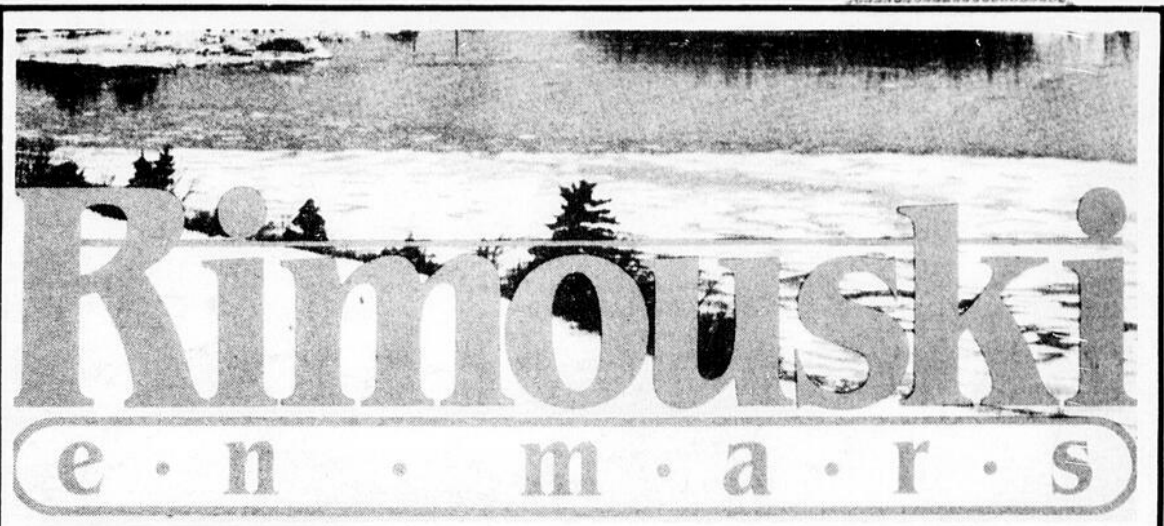
Dans le cas d'un bail verbal, le propriétaire devra quand même remettre un document indiquant son nom et adresse et reproduisant les dispositions obligatoires du bail écrit. Il a aussi 10 jours pour le faire.

La semaine prochaine: «Peut-on mettre fin à un bail?».



Une tonne de vieux papiers vaut en moyenne entre 50 \$ et 60 \$! Pourtant, nous en jetons aux ordures des dizaines de milliers de tonnes par année, et il nous en coûte parfois plus cher pour les incinérer ou les enfouir!

Les avantages de la récupération et du recyclage sont multiples: économie des ressources forestières, extension de la vie utile des lieux d'enfouissement sanitaire, diminution radicale des déchets ménagers à traiter et à éliminer, diminution des charges polluantes dans l'environnement, et création de nombreux emplois.



MANIFESTATIONS SPÉCIALES

2e SALON DE LA MOTO BUDWEISER
(24 et 25 mars)
La Roulotte
440, av. de l'Expansion
Rimouski. Pour information: 722-6763

Horaires:
Samedi, de 13 h à 22 h
Dimanche, de 10 h à 17 h

CONGRÈS REGIONAL DES TRAPPEURS DU BAS-SAINT-LAURENT
(16, 17 et 18 mars)
La Grande Place
80, rue Saint-Germain Est
Rimouski, tél.: 723-9803

Activités:
15 kiosques d'information sur les méthodes de trappe humanitaire, sur l'écorçage d'un animal, sur l'apprêt des fourrures, sur le matériel complet du trappeur, sur l'habitat.

DÉJEUNER DU 12e TOURNOI DE BALON SUR GLACE DES POLICIERS
(24 mars)

Endroit:
Restaurant Marie-Antonette
127, bd René-Lapage
Rimouski, tél.: 723-5167

N.B.: Pour le tournoi, voir sous la rubrique «HOCKEY/TOURNOIS».

SPECTACLES

SALLE GEORGES-BEAULIEU
80, rue de l'Évêché Ouest
Rimouski, tél.: 723-1880, poste 217

7 mars: «Faut divorcer» pièce de théâtre de Bertrand B. Leblanc.

13 mars: Dorothee Berryman et Pierre Labelle (spectacle de chansons et rires).

14 mars: L'Orchestre symphonique de Québec, sous la direction de Harvey Sachs.

21 mars: Ding et Dong (Vedettes des lundis des Ha! Ha! et leurs invités).

28 mars: «Chez Paul-Étte, bière, vin, liqueurs et nouveautés» (par le Théâtre populaire du Québec).

29 mars: «Jennifer Muller Dance Co.» (troupe de danse de New York).

N.B.: Tous les spectacles débutent à 20 h 30.

LA COUDÉE DU CÉGEP
80, rue de l'Évêché Ouest
Rimouski, tél.: 723-1880, poste 217

2, 23 et 28 mars, 20 h 30:
C.I.A. (Coopérative des improvisateurs amateurs)

LE COLISÉE
111, 2e Rue Ouest
Rimouski, tél.: 724-3228

22 mars, 20 h:
Programme de lutte.

ÉGLISE DE SAINT-PIE X
373, av. de la Cathédrale
Rimouski

21 mars, 18 h 30:
Concert offert par des jeunes organistes de Québec: Marc D'Anjou et Gilles Rioux.

UNIVERSITÉ DU QUÉBEC À RIMOUSKI
300, av. des Ursulines
Rimouski, tél.: 724-1782

7 mars, 21 h:
Alan Côté, chansonnier gaspésien (au local E-120, salon des étudiants).

8 mars, toute la journée:
Diverses activités (kiosques d'information, films, 5 à 7, etc.) dans le cadre de la journée de la femme.

28 mars, 17 h:
Souper «International Caravane» (caféteria).

CONSERVATOIRE DE MUSIQUE
22, rue Sainte-Marie (3e étage)
Rimouski, tél.: 722-3708

6, 13, 20 et 27 mars, à 19 h 30:
Mini-concert par des élèves du Conservatoire (entrée libre).

16 mars, 19 h 30:
Concert offert par Henri Brassard, pianiste; Martin Foster, violoniste et Richard Nail, violoncelliste (entrée libre).

LE MUSÉE RÉGIONAL DE RIMOUSKI
36, rue Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 724-2272

11 mars, midi:
«Sons et bricoches» avec Michel Frank, pianiste et Marie Doré, violoniste.

CINÉMA

CINÉMA 4
22, rue Sainte-Marie
Rimouski, tél.: 724-3163

11 mars, 16 h et 20 h; 12 mars, 20 h:
«Erendira» de Ruy Guerra (1983).

17 mars, 20 h; 18 mars, 16 h:
«Les meilleures bandes publicitaires du monde 1978».

18 et 19 mars, 20 h:
«Fantôme d'amour» de Dino Risì (1980).

25 mars, 16 h et 20 h; 28 mars, 20 h:
«Le dernier combat» de Luc Besson (1983).

31 mars, 20 h:
«La party» de Blake Edwards (1967).

N.B.: 6 mars «Laura Gaudreault» présenté par le S.E.R.N.

OFFICE NATIONAL DU FILM
124, rue Vimy
Rimouski, tél.: 722-3086

8 et 7 mars:
Festival international du Cinéma Super-8.

13 mars:
«Le vieil homme et la médaille» de Gilles Walter (1980).

20 mars:
«Après les guerres» (1983).

27 mars:
Quatre films d'animation:
«Faut s'groutier» de Richard Condie (1983)
«La Bouffe-pétrole» de Denis Poulin (1983)
«Les Naufrageurs du quartier» de Bernard Longpré (1982)
«Entre chien et loup» de Pierre Hébert (1980)

CINÉ-U.Q.A.R.
300, av. des Ursulines
Rimouski, tél.: 724-1782

8 mars, 18 h 30 et 19 h 30:
«Le mur d'intérieur», de Yolande Rouleau et Jean Chabot (1980).

22 mars, 18 h 30 et 19 h 30:
«Coeur de verre» de Werner Herzog.

SALLES AUDITO I ET II
Auditorium de Rimouski
274, rue Michaud
Rimouski, tél.: 723-3646

N.B.: Représentations tous les soirs à 19 h. Programmation disponible dans les journaux régionaux ou au numéro de téléphone susmentionné (message enregistré).

EXPOSITIONS

LE MUSÉE RÉGIONAL DE RIMOUSKI
36, rue Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 724-2272

Jusqu'au 18 mars:
Exposition de photos par Michel Labrie. Exposition collective de photos par Catherine Arsenault et J.-F. Bérubé (Recherches contemporaines).

Horaires:
Du mercredi au dimanche, de 13 h à 17 h
Du jeudi au dimanche, de 19 h à 22 h

LA GALERIE BASQUE
1402, bd Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 723-1321

Tout le mois de mars:
Exposition par les peintres de la Galerie.

Horaires:
Tous les jours, sauf le lundi, de 13 h à 17 h
Jeudi et vendredi: de 19 h à 21 h

LA GALERIE D'ART DU CÉGEP
80, rue de l'Évêché Ouest
Rimouski, tél.: 723-1880, poste 217

Du 8 au 14 mars:
Les Fournier, peintre

Du 16 au 23 mars:
Louise Lamontagne, vitrail

Du 26 au 31 mars:
Marie McCarty, peintre

Semaine des arts.

LA GALERIE COUP D'OEIL
22, rue Sainte-Marie
Rimouski, tél.: 724-3163

1er au 12 mars:
«L'art au féminin»

Du 15 au 28 mars:
«Dessins» de Carole Smith

29 mars:
«Peintures» de J.-P. Légaré

LA GALERIE D'ART DE L'U.Q.A.R.
300, av. des Ursulines
Rimouski, tél.: 722-9220

Du 6 au 10 mars:
Exposition de photos dont le thème est: La femme dans les pays en voie de développement.

Du 13 au 27 mars:
Exposition de photos par les étudiants de l'U.Q.A.R.

LE CARREFOUR RIMOUSKI
419, bd Jessop
Rimouski, tél.: 722-8666

20 mars, 20 h:
Dédé «Carrefour mode» Printemps été 1984

LECTURE

BIBLIOTHÈQUE MUNICIPALE
Édifice de l'hôtel-de-ville
205, av. de la Cathédrale
Rimouski, tél.: 724-3164

Horaires:
Du lundi au vendredi, de 13 h à 16 h 30 et de 19 h à 21 h
Samedi: de 9 h à 11 h; de 13 h à 16 h

STATIONS DE RADIO

CFP-AM 1000 KHZ
CJBR-AM 900 KHZ
CJBR-FM 101.5 KHZ
CKLE-FM 96.5 KHZ

STATIONS DE TÉLÉVISION

CFER-TV réseau TVA (canal 13 ou 11)

CIVB-TV Radio-Québec (Canal 8 ou UHF 22)
CJBR-TV Radio-Canada (Canal 2 ou 3)

TOUR DE VILLE

LE CENTRE D'INFORMATION TOURISTIQUE
50, rue Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 723-2322

N.B.: Le Service de développement du tourisme et des congrès de Rimouski offre des tours de ville avec guide accompagnateur bilingue pour les groupes de 10 à 54 personnes. Réserver 24 heures à l'avance.

BAIGNADE

PAVILLON SPORTIF DU CÉGEP
80, rue de l'Évêché Ouest
Rimouski, tél.: 723-1880, poste 249

Bains libres:
Du lundi au dimanche, de 20 h à 21 h

Bains en longueur:
Du lundi au vendredi, de 18 h à 19 h
Samedi et dimanche, de 21 h à 21 h 30

Bains pour tous:
Samedi et dimanche de 14 h à 16 h

PISCINE DE L'ÉCOLE PAUL-HUBERT
250, bd Arthur-Busse Ouest
Rimouski, tél.: 724-3479

Bains familiaux:
Lundi, mardi, jeudi et dimanche, de 19 h 15 à 20 h 30

Bains pour tous:
Vendredi et dimanche, de 19 h 15 à 20 h 30
Samedi: de 18 h à 17 h

Bains en longueur pour adultes:
Mercredi, de 20 h 30 à 21 h 30

N.B.: Les adultes sont admis pour toutes les sortes de baignades.

EQUITATION

ACADÉMIE ÉQUESTRE DE RIMOUSKI
1035, bd Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 722-5156

Services:
Cours d'équitation classique et western, manèges intérieurs, parcours de sauts, boutique d'équitation, etc.

Horaires:
De 9 h à 21 h, 7 jours / semaine, 12 mois / année.

HOCKEY TOURNOIS

LE COLISÉE DE RIMOUSKI
111, 2e Rue Ouest
Rimouski, tél.: 724-3228

Ligue Répétitive:
2 mars: Cap-Chat vs Rimouski

23, 24 et 25 mars:
Tournoi provincial de hockey bottine des pompiers

30, 31 mars et 1er avril:
Tournoi provincial de hockey de la Sûreté du Québec

Patinage libre:
Mercredi: de 13 h 30 à 15 h
Dimanche: de 19 h 30 à 20 h 30

Au Pavillon sportif, av. de la Cathédrale
Samedi: de 19 h 45 à 21 h

N.B.: Il y a une piste de jogging au-dessus des gradins du Colisée. Pour connaître les heures d'ouverture, composer le no. de tél.: 724-3217

SKI ALPIN / SKI DE FOND / RAQUETTAGE

STATION VAL-NEIGETTE
Rte 232, Sainte-Blandine
Renseignements généraux: 735-2888
Cond. de neige: 735-2161

2 et 3 mars:
«Les 24 heures de Val-Neigette» (ski alpin)

10 et 11 mars:
«Jeux territoriaux» (alpin)

18 mars:
«Challenge Sport Expert / B.G.B.» (par l'école de ski alpin)

24 mars:
Soirée sociale organisée par l'école de ski.

PARC DU MONT-COMI
R.R. 1, Saint-Donat
Renseignements généraux: 739-3253
Cond. de neige: 739-4066

10 et 11 mars:
Manifestation provinciale de télémark (slalom parallèle, descente hors piste, clinique de télémark, soupers, soirée dansante, etc.)

17 mars, 19 h 30:
Randonnée au clair de lune et soirée sociale.

18 mars:
Compétition de la Coupe gaspésienne (alpin)
Clinique de ski alpin

24 mars:
«Ski boum» suivi d'une soirée sociale.

31 mars:
Coupe de la présidente (descente parallèle en ski de fond)

LE CLUB DES RAQUETTEURS
R.R. no 1, Ouest
Sainte-Blandine
Tél.: 735-5575 ou 735-2251

3 mars:
Randonnée aux Portes de l'enfer avec repas de fêtes au lard servi au 2e refuge (18 km)

11 mars:
Randonnée aux chutes de la rivière Rimouski (18 km) suivi d'une partie de sucre.

PISTE «LA NOTRE INC.»
Pour information: 722-8843 ou 723-5680

Sentiers de ski de fond Rimouski / Bic, de 32 km (56 km aller-retour).

Accès:
- Parc de la rivière Rimouski
- Rue Lausanne (Rimouski)
- Rue Dollard (Rimouski)
- Coin rues du Bocage et Laclerc (Bic)

PARTIES DE SUCRE

ÉRABLIÈRE «CHEZ ANTHIME»
s/à Marc André Folia
R.R. 1, Sainte-Blandine
Tél.: 735-5264

Du 25 mars à la fin avril:
Ouvert 7 jours / semaine (pour groupes et individus).

L'ÉRABLE ROUGE ENR
s/à Réjean Dionne
Saint-Donat
Tél.: 739-4791 ou 739-4781

Ouvert à partir du 15 mars, dépendamment de la température.

INFORMATION TOURISTIQUE

LE CENTRE D'INFORMATION TOURISTIQUE
50, rue Saint-Germain Ouest
Rimouski, tél.: 724-3212

Produit par le Service de développement du tourisme et des congrès de Rimouski, 50, rue Saint-Germain Ouest, Rimouski (Québec) G5L 4B5. Tél. 723-2322.

triangle



Demandez
les produits

triangle
au

PENTAGONE

JEANUS JEANS
LE JEANS CONFORT

Bimouki
Matane
Mont-Joli
Port-Carllet
Gaspé
Neuville
Sept-Îles
St-Anne-des-Monts