

À LIRE CETTE SEMAINE



Menus mieux vivre

Manger santé dans les restaurants à longueur d'année ne tient plus du rêve. Le concept Menus mieux vivre a atteint Québec récemment, aussi bien que le Bas-Saint-Laurent et la Gaspésie. C-3

Aliments et comportement

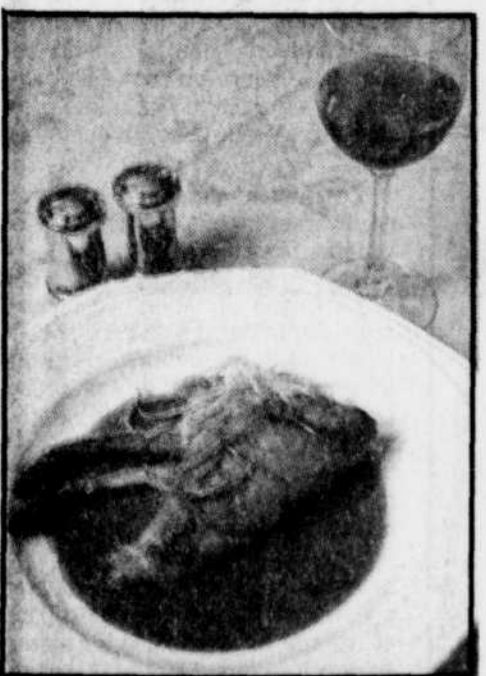
Les théoriciens de l'alimentation proposent bien souvent une façon de manger et de vivre. Mais il importe en général de tenir compte de l'influence des aliments sur le comportement. C-3

FLASH CONSOMMATION

Sièges à surveiller

L'Association canadienne des automobilistes (CAA) avise les utilisateurs de sièges d'auto pour enfants que le modèle Safe-T-Ryder 2000 des Industries Dorel pourrait présenter une défectuosité, les écrous de sa barre pivotante se desserrant, ce qui pourrait amener à se détacher partiellement de la coquille du siège de sécurité. Bien que Transports Canada ait procédé à un examen complet du problème et que des essais n'aient pas révélé de risques réels pour la sécurité, on recommande de vérifier périodiquement ces boulons afin de s'assurer qu'ils demeurent fixés solidement par l'écrou. Les Industries Dorel fourniront sans frais des boulons et écrous de remplacement à tous ceux qui possèdent ce modèle fabriqué en 1988 et 1989. Les modèles 2001, 2008 et 2474 ne sont pas concernés par cet avis. Pour obtenir un assemblage de remplacement, la CAA suggère de communiquer directement avec Dorel à l'adresse suivante : Mme Catherine Jolicœur, Les industries Dorel Inc., 4750 Boul. des Grandes Prairies, Montréal, Québec H1R 1A3, (514) 323-5701. La CAA administre ce programme pour Transports Canada. Pour des informations relatives aux sièges d'auto pour enfants, on peut communiquer avec Mme Jacqueline Abgral au CAA-Québec. 624-2424.

LES RECETTES DE SERGE BRUYERE



Canard au citron et poivre vert

Un peu de citron vert, de poivre vert, un peu de vin blanc et un canard : voici la base de la recette proposée cette semaine par Serge Bruyère et son équipe. C-2

Ça ne coulera pas beaucoup cette année !

Après deux années records, la saison 1990 ne s'annonce pas très bonne pour les producteurs de sirop d'érable, du moins si on se fie aux indices connus en ce début de saison.

textes de GUY BENJAMIN
LE SOLEIL

D'ailleurs, la saison pourrait être de courte durée si le mercure continue à se maintenir au-dessus des normales de saison, comme c'est le cas depuis un peu plus d'une semaine. Tout le monde le sait, une bonne gelée la nuit et du soleil le jour pour tout dégeler est la condition idéale dont rêve tout acériculteur.

C'est loin d'être le cas jusqu'ici cette saison. Les producteurs ont commencé pour la plupart à faire bouillir la sève la semaine dernière, même si la récolte d'eau d'érable n'est pas très abondante.

Le premier indice peu encourageant date de l'automne dernier alors que la neige hâtive a empêché le sol de geler en profondeur, un autre élément important pour connaître une bonne saison des sucres, comme le rappelait M. Fernand Godbout, qui exploite une érabièrerie depuis une vingtaine d'années à Saint-Raphaël de Bellechasse.

C'est chez lui que se sont réunis bon nombre de producteurs de cette circonscription alors que les membres de la société d'agriculture avaient invité les restaurateurs de cette région à une rencontre pour les inciter à utiliser davantage les produits de l'érable. Et les acériculteurs étaient nombreux à ce dîner puisque la saison des sucres n'occupe pas tout leur temps.

Bonne nouvelle

Malgré les prévisions pessimistes des producteurs, le consommateur n'aura pas à subir une hausse du prix du sirop d'érable. Le sirop se vendait entre 35 \$ et 40 \$ le gallon la saison dernière, en baisse d'environ 5 \$ sur le prix de 1988.

La saison dernière fut exceptionnelle en quantité et en qualité, rappelle M. Godbout, qui grâce à 5500 entailles a produit 1000 gallons. Normalement, sa production est de 600 à 700 gallons.

La récolte de l'eau d'érable obéit à des cycles de sept ou huit ans, faisait remarquer M. Gaston Rioux. Cinq à six années de petites et de moyennes récoltes sont suivies habituellement par deux saisons au cours desquelles bien du monde a tendance à parler de surplus de production. Le directeur-général de la coopérative des producteurs de sirop d'érable préfère quant à lui parler de réserve de sirop plutôt que de surplus.

Quand les producteurs parlent de la bonne récolte de 1989, ils la comparent à celle de 1981. Autre indice peu encourageant pour ce printemps, la saison 1982 ne fut pas extraordinaire.

Le Québec compte 11 000 acériculteurs, qui fournissent 70 % de la production mondiale, 90 % de la production canadienne. L'an dernier, la production a atteint les 40 millions de livres (13,2 livres par gallon). Bon an mal an, il s'écoule 30 millions de livres de sirop, dont 85 % est exporté aux États-Unis et dans une trentaine de pays d'Europe et de l'Asie.

Le 40 millions de livres est un chiffre officiel auquel il faudrait ajouter 30 %, estime M. Rioux, pour tenir compte de la production vendue directement par l'acériculteur à sa ferme.

Pour la majorité des acériculteurs, la production de sirop d'érable procure un revenu d'appoint qui vient s'ajouter à celui de la ferme. À ce chapitre, la situation qui prévaut dans Bellechasse est caractéristique.

Sur les 900 producteurs agricoles de cette circonscription, 600 exploitent une érabièrerie, et le montant total de leurs ventes des produits de l'érable a atteint 5,226,000 \$ l'an dernier. Leur production ne représente que 6 % de la production provinciale.

Même si la saison ne s'annonce pas trop bonne, les Québécois n'ont pas à s'inquiéter, il y aura quand même assez de sirop pour permettre à tout le monde de se sucrer le bec.

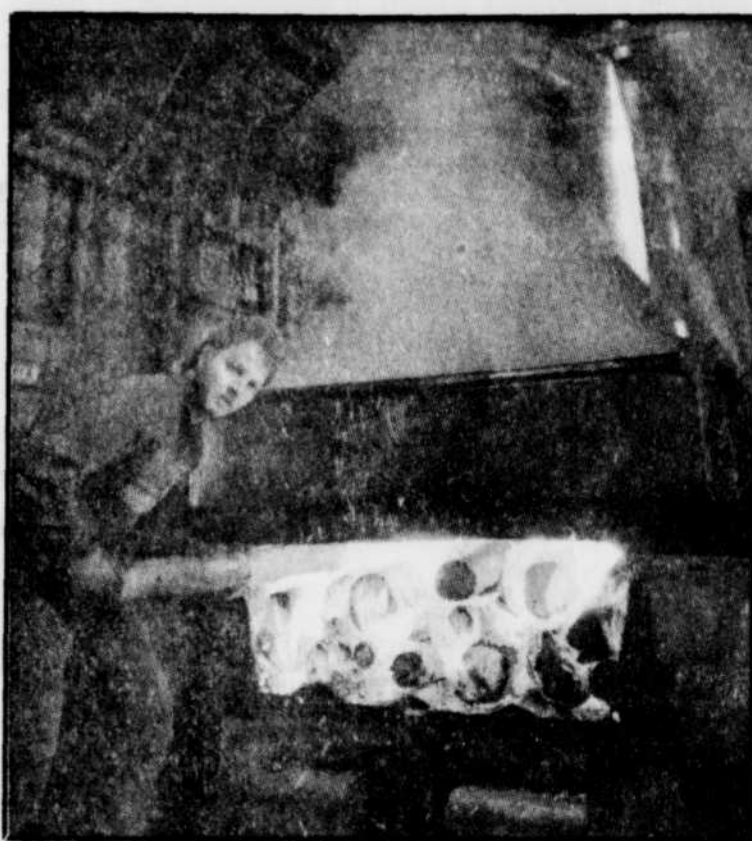
C'est la ruée vers les cabanes à sucre

Pour bien des Québécois, la fièvre du printemps c'est aussi la ruée vers les cabanes à sucre pour se gaver de fèves au lard, de pâtés à la viande, d'omelettes, d'oreilles de « crisse », de ragoûts, de crêpes, d'œufs dans le sirop et de tire sur la neige.

Pendant cinq à six semaines, les cabanes sont prises d'assaut, mais le reste de l'année, bon nombre de Québécois oublient presque l'existence des produits de l'érable, une situation que voudraient voir changer les producteurs de sirop d'érable.

Pour les aider dans leurs efforts de commercialisation, les acériculteurs aimeraient bien pouvoir compter sur le monde de la restauration, réticent jusqu'à maintenant à mettre sur la table des produits à base de sirop d'érable.

Va pour les restaurants de



À moins que Dame nature décide soudainement de collaborer, les acériculteurs pourraient récolter beaucoup moins d'eau d'érable cette saison que le printemps dernier.

Feu, feu, joli feu... réchauffe l'eau d'érable qui deviendra un délectable sirop. Richard Godbout est l'un des membres de la famille qui met l'épaulle à la roue quand vient le temps des sucres.

dans son utilisation. Pour Mme Létourneau, il est possible de servir des desserts à base de sirop d'érable à un prix abordable tout en admettant que le contrôle des portions doit être bien assuré.

Dans le choix de son sirop d'érable, le consommateur ne doit pas se laisser prendre par la couleur, avertit M. Gaston Rioux, en mentionnant que le sirop se retrouve en cinq catégories, extra-clair, clair, medium, ambré et foncé.

De l'avis du directeur-général de la coopérative des producteurs de sirop d'érable du Québec, à Plessisville, le sirop de catégorie medium est le plus apprécié, à cause de son goût juste assez fort de sucre. Pour

Martin Côté, un producteur de Saint-Lazare, le consommateur devrait toujours goûter au sirop avant de l'acheter. Certains préféreront un sirop clair, d'autres choisiraient le medium.

Une fois la question de la saveur réglée, le consommateur doit rechercher un sirop ayant la bonne densité, c'est à dire de 66 degrés « brix ». Un sirop de la bonne densité se conservera facilement. Si le sirop n'est pas assez dense, des moisissures se formeront à la surface. Un sirop trop dense aura tendance à se cristalliser, précise M. Rioux. On doit aussi s'assurer de la pureté du sirop.

Aux yeux des diététistes, le sirop d'érable est un produit ni mieux ni pire que les autres sucres au point de vue de la santé.

Salon national de l'habitation

Les premiers prix Habitas-Innovation à Québec

Le Salon national de l'habitation, qui se tiendra du 12 au 16 avril, pendant la fin de semaine de Pâques, au Centre municipal des congrès de Québec, présentera plusieurs nouveautés dont le premier concours Habitas-Innovation de Québec.

par YVES THERRIEN
LE SOLEIL

C'est ce qu'a annoncé hier en conférence de presse le président de Promexpo, M. Pierre Parent, qui organise le salon de Québec où près de 120 exposants occuperont les lieux.

Les prix Habitas, jusqu'à maintenant, étaient décernés dans la région de Montréal

lors du salon de mars. Bien que des entreprises de Québec puissent remporter des prix à Montréal, celui de Québec devrait leur faire une meilleure place. Cependant, comme M. Parent l'a précisé, il n'y a pas que les produits ou concepts québécois qui peuvent être primés mais bien tout ceux qui sont distribués dans la région et qui présentent soit des inno-

vations soit des améliorations à un produits existants. Les finalistes des deux catégories Habitas-Innovation et le gagnant du Habitas-spécial seront dévoilés le 13 avril.

D'autre part, la directrice générale du salon, Mme Audrey Robitaille, a confirmé ce que LE SOLEIL publiait au début du mois, en expliquant qu'une vingtaine d'entreprises beauceronnes seront à l'honneur regroupées sous le thème « La Beauce sait faire » pour mettre en évidence le dynamisme, l'originalité et la qua-

lité des produits de l'habitation de ce coin de pays.

Comme à Montréal, l'Association de la construction du Québec (ACQ), associée au salon, présente son concept « Ma première maison » qui réunira constructeurs et autres spécialistes pour donner une manne d'informations sur l'accès à la première propriété, le financement et les garanties. D'ailleurs, ce concept a connu un vif succès pendant le salon montréalais puisque 150 maisons ont été vendues pour une valeur de 10 millions \$.

Parmi les autres exposants, les visiteurs pourront rencontrer différents constructeurs de la région, des représentants de produits de rénovation, portes et fenêtres, verrières. Une section sera consacrée au domaine de l'énergie (chauffage et climatisation), une autre à l'aménagement extérieur et à la décoration intérieur. Le groupe Ro-Na présentera divers ateliers. De même, des meubles seront exposés. Fait à noter, selon Mme Robitaille, Ikéa participera au salon, ce qui serait une première du genre pour ce commerce.



LE SOLDE DE TAPIS PEERLESS,
ÇA VAUT LE COÛT!

10% À 50% DE RABAIS

PARLEZ-EN À UN EXPERT



BOUTIQUE • COLLECTION • PEERLESS



COUVRE-PLANCHERS

MAURICE
PELLETIER

NOUVEAU

Québec:
5000, des Replats
(en arrière du restaurant
Bouvier)
624-1290

Lévis:
4600, boul. Rive-Sud
Saint-David
837-3681

Les Recettes de *Serge Bruyère*

Canard au poivre et au citron vert

Cette recette, conçue pour six personnes, a été réalisée spécialement pour les lecteurs du SOLEIL par Serge Bruyère et son équipe.

INGRÉDIENTS :

- 1 canard de 3 à 3½ livres (1,3 à 1,7 kg)
- 2 échalotes sèches
- 30 grains de poivre vert
- 1 citron vert
- 300 ml (1¼ tasse) de vin blanc
- 400 ml (1½ tasse) de fond de veau
- 2 cuillères à soupe de sucre
- 1 noix de beurre

PRÉPARATION :

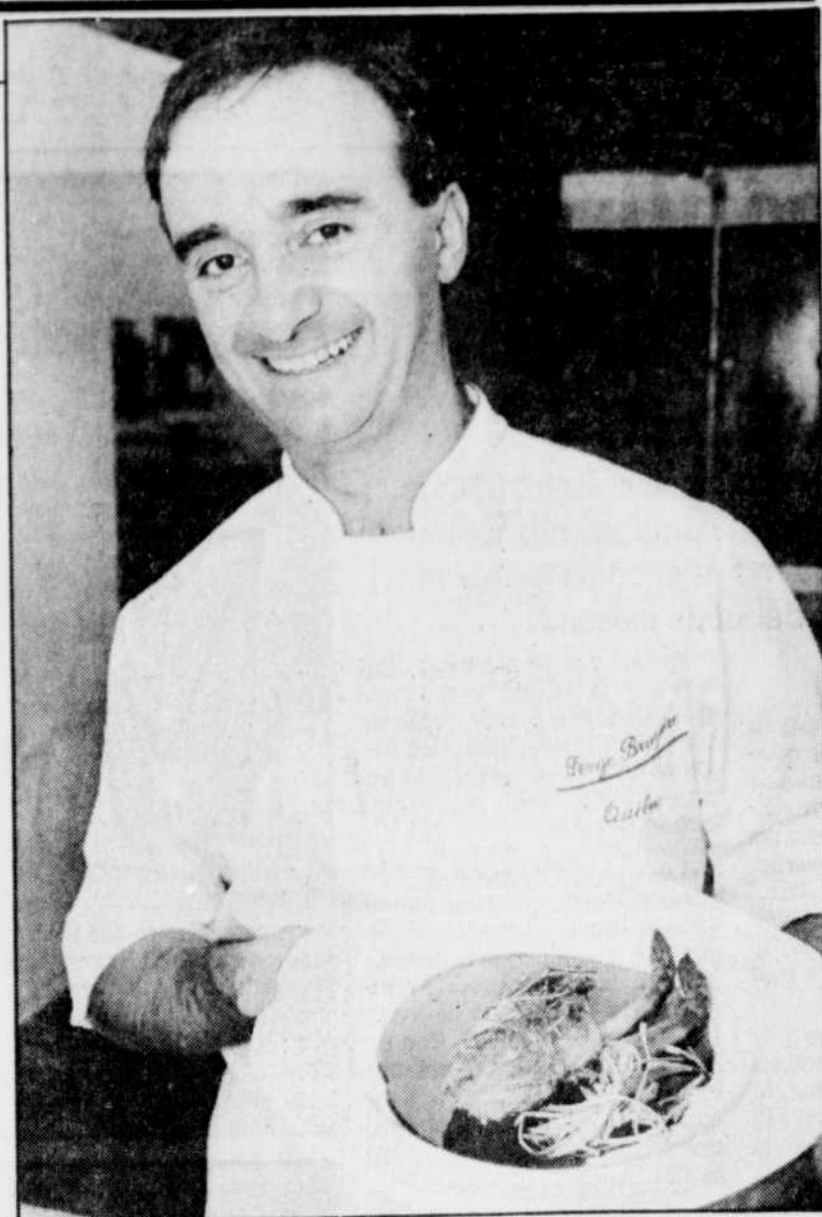
- Mettre le canard à cuire dans une casserole à four chaud : 400°F pendant 50 minutes.
- Hacher les échalotes sèches et réserver.
- Éplucher le citron vert et couper en fines juliennes.
- Au terme de la cuisson, couper le canard en six (6) morceaux, c'est-à-dire le couper en deux (2) puis enlever chaque cuisse et couper en deux (2) les poitrines.
- Enlever l'excédent de carcasse qui servira à faire la sauce.
- Enlever la graisse qui se trouve dans la casserole.
- Mettre la casserole sur le feu et

y déposer la carcasse du canard, c'est-à-dire les morceaux d'os qui se trouvent après la viande. Faire revenir quelques minutes avec les échalotes hachées et le poivre vert.

- Déglicer avec le vin blanc et le fond de veau.
- Laisser bouillir cinq (5) à six (6) minutes.
- Dans une casserole, faire fondre les deux (2) cuillères à soupe de sucre jusqu'à coloration « caramel »; y verser la sauce à travers un tamis.
- Y ajouter également la julienne et le jus de citron.
- Laisser cuire en remuant les morceaux de canard une dizaine de minutes.
- Servir un morceau dans chaque assiette avec une garniture de légumes.

CONSEIL :

- La graisse que vous avez gardée peut être utilisée pour cuire vos pommes de terre à la poêle.
- Ces pommes de terre seraient délicieuses comme légume d'accompagnement.



Le canard au poivre peut être servi avec une garniture de légumes.

Les entrepôts sont pleins, mais le sirop va coûter plus cher

THETFORD MINES — Même si les entrepôts sont remplis à craquer, les transformateurs de sirop d'érable en vrac devront payer 0,10 \$ de plus la livre cette année pour du AA (extra clair) mais les producteurs n'auront pas pour autant plus d'argent dans leurs poches. Quant aux consommateurs, ils ne doivent pas s'attendre à une baisse de prix des produits.

par FORTUNAT MARCOUX
LE SOLEIL

Cette situation est la conséquence directe du plan conjoint qui régit l'industrie acéricole au Québec depuis le 28 février dernier. Ce plan est né d'un mariage de raison entre la Fédération des 11 000 producteurs acéricoles du Québec (UPA) et la Coopérative des 3200 producteurs de sucre d'érable du Québec dû au fait qu'à l'aube d'une nouvelle saison des sucres, les stocks accumulés équivalent à une récolte annuelle normale (25 000 à 30 000 livres).

Producteurs et acheteurs se sont entendus sur une liste de prix de base pour la prochaine année: 1,70 \$ la livre pour du sirop AA, 1,45 \$ pour du A, 1,40 \$ pour du B, 0,90 \$ pour du C, 0,70 \$ pour du D, et 0,29 \$ pour du NC (non classé). Pour le sirop AA, c'est 0,10 \$ de plus que le prix payé l'an dernier mais c'est beaucoup moins que les 2,75 \$ la livre que la coop avait versés à ses sociétaires il y a deux ans.

Les principaux acheteurs sont la Coop de Plessisville (9 à 11 millions de livres annuellement), Borden-Beaudry (8,5 millions), et Heinz-Shady Maple Farms (Gary Coppola) (5,5 millions). A eux trois, c'est 75 à 80 % du volume de l'industrie.

Aussi pauvres

Les producteurs seront aussi pauvres que l'an dernier même s'ils toucheront jusqu'à 0,10 \$ de plus la livre. Leurs revenus nets n'augmenteront pas. D'abord, ils devront cotiser 0,04 \$ la livre pour l'administration du plan conjoint. Ensuite, ils devront assumer les frais d'intérêt pour les stocks invendus.

Les gouvernements fédéral et provincial ont subventionné les frais administratifs de la banque de sirop pour les deux dernières saisons mais ils ont indiqué clairement qu'ils ne dépanneraient plus les producteurs.

Les grandes lignes de la convention liant les parties ont été divulguées en conférence de presse, hier, à Thetford Mines, par les présidents de la fédération et de la coop, MM. Jean-Yves Faucher et André-Paul Laroche respectivement. Ces derniers ont reconnu que l'accord régissait l'industrie de l'acériculture au Québec et n'avait aucun effet sur les exportations. Des producteurs québécois pourraient vendre leur sirop aux États-Unis à un prix inférieure à 1,70 \$ la livre et y trouver leur compte en n'ayant pas de cotisation à payer ou de frais d'intérêt à rembourser. M. Laroche a précisé que cette brèche pourrait être comblée éventuellement par l'exigence que le sirop soit reconditionné au Québec avant d'être expédié sur le marché extérieur.

Contingentement

M. Faucher a déclaré que la fédération n'avait imposé aucun quota de production à ses membres. «On s'est contenté de leur dire que les frais d'intérêt seraient élevés s'il y avait trop de stocks invendus et que, conséquemment, le prix net de la vente serait moindre.»

Pour leur part, les sociétaires de la coop ont été avisés de diminuer leur production de 40 %.

MM. Faucher et Laroche ont laissé entrevoir que la fédération et la coop pourraient s'entendre sur des quotas de production dès l'an prochain.

BAS PRIX À TOUT PRIX!



ACHAT SPÉCIAL!

4.99 ch.

Casier à 15 tiroirs
Idéal pour ranger quincaillerie, collections, bijoux, etc. No 1399225

Économisez plus de 20%

9.99 ch.

Minuterie enfichable
Jusqu'à 12 réglages marche/arrêt par jour. No 0281085. Notre prix 12.99

Modèle disp. non identique à celui illus.

1.49 le pqt

Ampoules de marque Pascal
Choix de 60W ou 100W. 4/pqt. No 0244031. 0244058. Notre prix 1.75

Économisez 35%

8.95 l'ens.

Tournevis "Unidriver" 13 pces
12 embouts se rangeant dans la manche. No 0422282. Notre prix 13.95

1.79 ch.

Cassette audio vierge
Durée de 90 minutes. Grade normal. No 0634085

Économisez plus de 25%

4.99 la bte

Sacs à ordures de marque Pascal
40 sacs de 26 x 36". Attaches incl. No 0884758. Notre prix 6.99

1/2 PRIX!

2.49 ch.

Pistolet d'arrosage isolé
En plastique et métal. Régulateur de débit. No 0648302. Notre prix 4.99

Économisez plus de 15%

6.99 le cont.

Ciment à joints pré-mélangé
Pour planches murales ou joints. Cont. de 4 L. No 0442445. Notre prix 8.59

Économisez plus de 70%

20.99 le pqt

Choix de graines de semence
Graines de fleurs & de légumes ass. No 0797936. 0702935. Notre prix .79

1/2 PRIX!

3.49 ch.

Râteau à feuilles
18 dents & long manche en bois. No 0333018. Notre prix 6.99

Économisez plus de 40%

99.99 le sac

Terre d'empotage "folia mix"
300 po cu. Pour vos plantes d'intérieur. No 0538396. Notre prix 1.79

19.99 ch.

Coupe-herbe électrique 8"
Coupe le fil à la bonne longueur. No 0912557. Notre prix 21.99

Le rapini est avantageusement connu pour sa valeur nutritive

(D'après PC) — Le rapini jouit peut-être d'une excellente popularité auprès des cuisiniers italiens, portugais et chinois, « mais il n'est pas très recherché dans ce pays parce que les gens ne savent pas ce que c'est », affirme un marchand de légumes italien du marché éclectique de Kensington, à Toronto.

Connu aussi sous le nom de brocoli rabe, broccolotti di rape, broccolotto, choy sum et chou à fleurs chinois, le légume — vert foncé, feuillu et avec des bourgeons jaunes — a une saveur forte.

Parent à basse teneur en calories du navet et du chou — il n'en contient qu'environ 40 par tasse

— le rapini constitue aussi une bonne source de vitamines A, C et K, ainsi que de potassium et d'acide folique.

À cause d'une augmentation de l'immigration en provenance d'Europe et d'Asie, les légumes comme le rapini sont maintenant cultivés en Amérique du Nord. La plus grande partie de la récolte parvient au Canada de Californie et du Texas.

Si vous décidez d'y goûter, choisissez bien le rapini ferme, pas celui qui semble ramolli ou lourd. Ce genre de rapini se conserve bien dans le bac à légumes du réfrigérateur pendant quelques jours.

Les Italiens cuisinent le rapini de diverses façons, y compris à la vapeur, frit et braisé.

La racine de céleri, ou céleri-rave, est un autre légume que l'on trouve plus fréquemment durant les mois d'hiver et sa saveur se situe entre le céleri et le persil.

De l'automne au début du printemps, on peut le trouver dans beaucoup de marchés parmi les légumes cultivés pour leur racine, ceux qui ont l'air ébouriffé et mal soigné. Mais une fois qu'il est pelé et trempé brièvement pour éviter sa décoloration, il ajoute un assaisonnement distinct ainsi qu'un peu de corps aux salades, aux purées et aux soupes.

Le céleri-rave ne contient pas beaucoup de calories — environ 20 par tasse — et, en outre, on y retrouve de petites quantités de vitamines B, de calcium et de fer.

**À NE PAS MANQUER
DEMAIN
à 18 h 30**

**LE D'ORSAY
RESTAURANT • PUB**

présente

SOUPER-QUIZ...

Un tour du monde
super amusant
avec 5 comédiens
professionnels.

- TABLE D'HÔTE RÉPUTÉE
- JEUX - QUESTIONNAIRES LOUFOQUES
- REMISE DE PRIX ET RIRES ASSURÉS

"Un divertissement
comme vous n'en avez
jamais eu..."

**SPÉCIAL
29,95 \$**

**65, rue Buade
Vieux-Québec**

**RÉSERVATIONS:
694-1582**

**POUR BIEN CONSTRUIRE
ET RENOVER**

Le cahier "HABITAT" du SAMEDI... un outil indispensable pour simplifier vos projets de rénovation.

LE SOLEIL

ABONNEMENT: 647-3333

Pour les gens de l'extérieur, composez le numéro sans frais: 1-800-465-5283

Heures d'affaires:
Lundi au vendredi: 7h00 à 17h30
Samedi et Dimanche: 9h00 à 12h00

**CENTRE COMMERCIAL
PLACE LAURIER**
2730, boul. Laurier
Tél.: 653-9307

**CENTRE COMMERCIAL
PLACE FLEUR DE LYS**
552, boul. Hamel
Tél.: 522-7171

PASCAL

Ces prix sont en vigueur jusqu'au sam. 24 mars. "Notre prix" indique notre prix de tous les jours.

On est ce que l'on mange

MONTREAL (d'après PC) — Les théoriciens de l'alimentation proposent bien souvent une façon de manger et de vivre à laquelle la personne confiante se soumet. Leurs conseils sinon leurs diktats font adopter ou délaisser le beurre, la margarine, les pâtes alimentaires, le boeuf, les oeufs, le sucre, le sel...

Mais il importe en général de tenir compte de l'interaction des aliments et encore plus de leur influence sur le comportement plutôt que de l'absorption d'un produit en particulier. Si les aliments fournissent de l'énergie, leurs effets vont bien au-delà : ils peuvent stimuler la créativité, provoquer la somnolence ou l'hyperactivité et, de manière générale, modifier le comportement.

Chacun connaît, pour l'avoir éprouvé, l'effet à court terme de certaines nourritures et boissons, l'alcool et le café par exemple. Mais peu de gens savent que les fromages fermentés contiennent de la tyramine, un acide aminé aux propriétés stimulantes alors que la laitue, les radis, les oeufs et le homard sont calmants.

Les fruits de mer sont reconnus pour stimuler l'appétit sexuel parce que l'iode qu'ils contiennent exerce un effet stimulant sur la thyroïde qui aiguise les pulsions sexuelles.

Catégories

Les aliments se divisent en deux catégories, ceux qui agissent sur le système sympathique, donc qui calment, et ceux qui agissent sur le para-sympathique, qui stimulent.

Outre le fromage fermenté et le café, les aliments qui stimulent sont le chocolat, le gingembre, les germes de luzerne, le poivre fraîchement moulu, les fumaisons, la vanille, la foie de poulet et le romarin. Certains plats assaisonnés de safran, muscade ou menthe poivrée sont également stimulants.

Les aliments calmants ont une teneur élevée en choline et en lé-

cithine, tels les jaunes d'oeufs, en calcium tel le lait et en tryptophane, comme les aliments protéinés. Le plus riche de tous est la dinde.

Les bananes, les figues, l'ananas, les fraises et les pommes de terre sont aussi calmants.

D'autres aliments sont toniques, c'est-à-dire qu'ils fortifient de façon lente et continue. Ces aliments riches en protéines, en sels minéraux et en vitamines sont : la viande, le foie, le poisson, les bouillons de viande ou de légumes, les noix et fruits secs, le pain complet, le chocolat, le germe de blé.

Le sel et le sucre, mis au banc des accusés pour de multiples raisons, sont aussi à considérer. Le sel provoque la rétention d'eau qui entraîne l'irritabilité.

Les additifs chimiques (colorants, saveurs artificielles) sont également des irritants responsables de l'hyperactivité des enfants et des maux de tête chez les adultes. Le glutamate monosodique, connu comme responsable du « syndrome du restaurant chinois », provoque des maux de tête, des démangeaisons, de la transpiration, une sensation de somnolence et peut mener jusqu'à la dépression chez la personne sensible.

Le sucre est nécessaire, mais modérément. Il faut diminuer la consommation de sucre raffiné, rapidement absorbé, et le remplacer par des hydrates de carbone complexe : légumineuses, pâtes, pain, fruits dont le sucre est assimilé lentement et qui maintient l'équilibre du glucose dans le sang.

Les « menus mieux vivre » gagnent du terrain chez les restaurateurs

Manger santé dans les restaurants à longueur d'année ne tient plus du rêve. S'inspirant du concept *Menus mieux vivre* mis en oeuvre par le Département de santé communautaire (DSC) de l'Hôpital général Lakeshore de Pointe-Claire près de Montréal, le mouvement qui a pris naissance dans la métropole à l'aube de 1988 a atteint Québec récemment, aussi bien que le Bas-Saint-Laurent et la Gaspésie.

par GILLES ANGERS
LE SOLEIL

Cependant, ce programme n'a rien de commun avec les *Menus santé* annuellement en vigueur dans de nombreux restaurants du Québec à l'occasion du mois de la nutrition.

Les *menus mieux vivre*, un principe adaptable aux exigences et à la personnalité de chaque établissement, visent la réduction significative de gras, de sodium, de sucre, de cholestérol et de calories tout en prenant rigoureusement en compte les quatre groupes d'aliments du Guide alimentaire canadien.

Mais le goût n'est pas immolé à l'autel de la diététique. Gastronomie, plaisir et santé sont intimement associés. Tous les mets sont permis, y compris les traditionnels pains de viande, ragoûts de boulettes, pâtes chinoises à la condition qu'ils soient significativement dégraissés et leur goût relevé de fines herbes, éventuellement.

Les restaurants *santé*, parrainés par des diététistes professionnelles consultantes et certifiées par le DSC de l'Hôpital général Lakeshore — organisme qui anime par idéal le réseau sans en tirer d'avantages pécun-

naires —, doivent se subordonner à une politique de prix accessibles.

« Nous ne voulons pas que les *menus santé* coûtent cher », atteste la créatrice et l'administratrice du programme, Mme Lorraine Paquette, que LE SOLEIL a jointe à son bureau de Pointe-Claire.

Aussi, dans les restaurants accrédités *L'été sans fin* de la rue du Campanile à Sainte-Foy et de Place Québec, il est possible de s'offrir un repas très substantiel pour 5 ou 6 \$, la nourriture se vendant du reste au poids à 9,85 \$ le kilo.

Selon le propriétaire des deux établissements, M. François Guay, la demande de la part des consommateurs devrait être très forte pour ce genre de restauration.

« L'avenir est à ce genre de restaurants où les gens préoccupés de leur bien-être et de leur santé cardio-vasculaire n'ont pas à se casser la tête pour trouver dans un menu les mets qui conviennent », plaide de son côté Mme Chantale Martineau de l'Hôpital Laval, diététiste consultante pour les restaurants *L'été sans fin*.

Il y a une trentaine de restaurants accrédités par *Menus*



M. François Guay, dans son restaurant « L'été sans fin », de la rue du Campanile à Sainte-Foy.

mieux vivre dans tout le Québec. Dans la région de la Vieille Capitale, la cafétéria de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus s'est jointe aux deux succursales de *L'été sans fin* tandis qu'on dénombre dans le Bas-Saint-Laurent et la Gaspésie *Le Pantagruel*, *Le Sablonnet*

et *La Gourmande* de Rivière-du-Loup, *Le Cabanois* de Cabano et *Le Marmiton* de Trois-Pistoles.

Enfin, *Le Béluga* de Notre-Dame-du-Portage, la *Café Azimut* de La Pocatière et la base de plein air de Pohenegamook sont sur le point d'emboîter le pas.

FABRICVILLE

Vente du Printemps

VENTE EN VIGUEUR DU 21 AU 24 MARS

Voyez nos nouveautés printanières et estivales qui arrivent chaque jour!

PATRONS SIMPLICITY GRATUIT
Achetez-en 1 obtenez-en 1 sur présentation ou adhésion à la carte d'or. Limite 2 gratuits

ACHAT SPÉCIAL 99¢
Une boîte de 10 bobines de fil, tout usage, 100% polyester

TOILE MORGANSHIEL 899¢
Fabuleuse sélection de couleurs printanières. Rég. 1199¢ m. Épargnez 25%

POPELINE "Hivic" 799¢
Imprimée. Poir et rayures, en violet, vert et noir. Rég. 999¢ m

GABARDINE "FREEDOM" 599¢
115 cm 100% Coton. Rég. 799¢ m. Épargnez 25%

TISSU BALI 499¢
Couleurs mode. Rég. 699¢ m

COTON SATINÉ 849¢
115 cm 100% Rayonne. Rég. jusqu'à 1399¢

GEORGETTES "ST-TROPEZ" 899¢
Unies ou imprimées. Rég. 1199¢ m / 1399¢ m

COTON "NOVELTY" 599¢
115 cm 100% Coton. Rég. 799¢ m. Épargnez 25%

SATIN Iridescent 749¢
115 cm Rayonne / Polyester. Rég. 999¢ m. Épargnez 25%

CHALLIS "IRIS" 399¢
115 cm 100% Rayonne. Rég. 599¢ m. Épargnez 33 1/3%

IMPRIMÉ "MADISON AVE" 1099¢
115 cm 100% Polyester. Rég. 1499¢ m

"SOIES" 25%
115 cm Coton / Rayonne. Rég. 999¢ m. Épargnez 20%

IMPRIMÉ "CAIRO" 799¢
115 cm 100% Soie. Rég. 999¢ m

SOIE NOILE 1099¢
115 cm 100% Soie. Rég. 1699¢ m. Épargnez 35%

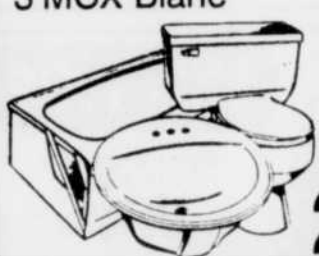
SATIN RAYÉ VENICE 799¢
115 cm 100% Polyester. Rég. 1199¢ m. Épargnez 33 1/3%

120 MAGASINS A TRAVERS LE CANADA. MEILLEURE QUALITE - MEILLEURS PRIX
En raison de manque d'espace, tous les articles ne sont pas disponibles dans tous les magasins.

PLACE LAURIER
651-3489

1505, RUE D'ESTIMAUVILLE
661-6128

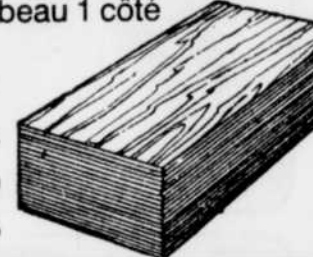
ENSEMBLE "BRIGGS" 3 MCX Blanc



Comprend:
• toilette isolée
• lavabo
• baignoire, fond antidérapant et isolé
SEULEMENT 259⁰⁰

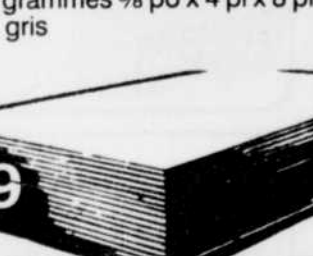
CONTRE-PLAQUÉ BC Fin, beau 1 côté

4 pi x 8 pi
1/4 po 17¹²
1/2 po 23⁸⁴
3/4 po 29⁴⁰
1 po 33⁵⁶



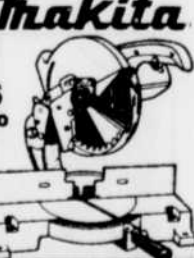
PANNEAU DE MÉLAMINE 1re qualité, 120 grammes 5/8 po x 4 pi x 8 pi blanc, amande, gris

SUPER PRIX 24⁹⁹



SCIE À ONGLETS Makita

• motorisée
• 10 po
• modèle LS 1020
Cour.: 449,99
SPÉCIAL 339⁹⁹



PARQUETERIE 12 po x 12 po prévernée, bouvetée couvre 10 pi ca

MERISIER SELECT 20⁹⁹
CHÊNE SELECT 22⁹⁹



PORTES EN ACIER STANLEY

• 34 po x 80 po
• cadre recouvert de vinyle
Modèle B01 Cour.: 236,99
Modèle B03 Cour.: 312,99
Modèle B06 Cour.: 317,99
213⁰⁰ 299⁰⁰ 286⁰⁰

ASPIRATEUR CENTRAL "Broan"

• modèle 20C
• installation au mur
• boyau de 30 pi
• accessoires inclus
• 2 prises
SUPER PRIX 359⁰⁰



PEINTURE Émail Alkyde semi-lustré super blanc 130-110

Émail latex fini perle super blanc 163-110
Seulement 26⁹⁹
LES 4 LITRES



DU BOIS DES MATÉRIEAUX

TUILE DE PLAFOND

- blanche
- 12 po x 12 po
- bouvetée

SEULEMENT 32¢ chacune

En vigueur jusqu'au 3 avril 1990 ou jusqu'à épuisement des stocks
Heures d'ouverture: du lundi au mercredi, de 8 h à 17 h; les jeudi et vendredi, de 8 h à 21 h; le samedi, de 8 h à 17 h.

centre de bricolage

Chez Tole

49, Marie-de-l'Incarnation
QUÉBEC
681-6221

NOS PRIX
CHOC
ÉLIMINENT LA
CONCURRENCE

COMPAREZ LES PRIX, LES ÉCONOMIES ET LA DIFFÉRENCE.
PROFITEZ TOUS LES JOURS DE

PRIX FRACASSANTS

chez *Super* **VALDI**

Chez Super Valdi
c'est satisfaction
garantie ou argent remis



PRIX VALDI 6/1.99

Coca-Cola
Classique,
Nouvelle Vague ou diète
Sprite
Ordinaire ou diète
6 x 750 ml (Bouteilles consignées)

PRIX AU SUPERMARCHÉ 6/5.29
ÉCONOMISEZ 3.30



PRIX VALDI .99

Biscuits
Colonial
Brisures de chocolat
ou chocolat fudge
Sac de 400 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.99
ÉCONOMISEZ 1.90



PRIX VALDI 2.29

Papier hygiénique
Classic Touch
Pqt de 8 roul.

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.29
ÉCONOMISEZ 1.00



PRIX VALDI .79

Essuie-tout
Prestige Plus
Pqt de 2 roul.

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.49
ÉCONOMISEZ .70



PRIX VALDI 1.99

Détergent en poudre
pour la lessive
Surf
Bte de 5 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 4.35
ÉCONOMISEZ 2.36



PRIX VALDI 2.59

Détergent liquide
pour la vaisselle
Sunlight
Cont. de 1 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.55
ÉCONOMISEZ .96



PRIX VALDI .89

Eau de javel
pour la lessive
Printemps
Cont. de 3,6 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.79
ÉCONOMISEZ .90



PRIX VALDI 1.69

Assouplisseur liquide
pour la lessive
Printemps
Cont. de 3,6 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.09
ÉCONOMISEZ 1.40



PRIX VALDI 2.49

Café instantané
Royalty
Pot de 200 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.29
ÉCONOMISEZ .80



PRIX VALDI 2.19

Café moulu
Maxwell House
Mouture régulière,
fine ou extra-fine
Sac de 300 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.99
ÉCONOMISEZ .80



PRIX VALDI .39

Diner macaroni
au fromage
Catelli
Bte de 225 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ .89
ÉCONOMISEZ .50



PRIX VALDI .99

Pâtes préparées
Chef Boyardee
Au choix
Bte de 425 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.59
ÉCONOMISEZ .60



PRIX VALDI .89

Pâtes alimentaires
Lancia
Variées
Sac de 900 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.79
ÉCONOMISEZ .90



PRIX VALDI 1.89

Sauce à spaghetti
à la viande
Bravo
Bte de 796 ml

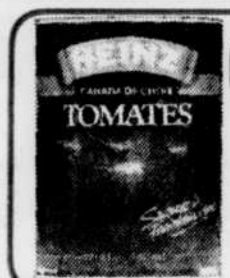
PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.79
ÉCONOMISEZ .90



PRIX VALDI .69

Mais à grains entiers
Clark
Bte de 341 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.19
ÉCONOMISEZ .50



PRIX VALDI .99

Tomates entières
Heinz
Bte de 796 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.49
ÉCONOMISEZ .50



PRIX VALDI 1.99

Pellicule moulante
Glad
Bte de 60 m

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.77
ÉCONOMISEZ .78



PRIX VALDI 2.29

Papier aluminium
Reynolds
45 cm x 7.6 cm

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.49
ÉCONOMISEZ 1.20



PRIX VALDI 3.99

Sacs à ordures
pour l'extérieur
Glad
Pqt de 20

PRIX AU SUPERMARCHÉ 5.39
ÉCONOMISEZ 1.40



PRIX VALDI .99

Ampoules
Générale Électrique
40, 60 ou 100 watts
Pqt de 2

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.19
ÉCONOMISEZ 1.20



PRIX VALDI 1.29

Jus de tomates
Heinz
Bte de 1,36 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.97
ÉCONOMISEZ .68



PRIX VALDI .89

Jus de pommes
concentré
Granny Smith
Pot de 1,36 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.59
ÉCONOMISEZ .70



PRIX VALDI .89

Moutarde préparée
Heinz
Pot de 500 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.63
ÉCONOMISEZ .74



PRIX VALDI 1.89

Sauce à salade
Village
Régulière ou légère
Pot de 1 L

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.99
ÉCONOMISEZ 1.10



PRIX VALDI 2.99

Confiture
Smuckers
Fraises ou framboises
Pot de 500 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.89
ÉCONOMISEZ .90



PRIX VALDI 1.69

Tartinade aux noisettes
Nugatti
Pot de 400 g

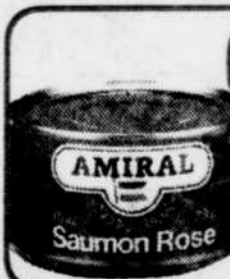
PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.69
ÉCONOMISEZ 1.00



PRIX VALDI .99

Thon pâle en morceaux
Pantry Shelf
Bte de 184 g

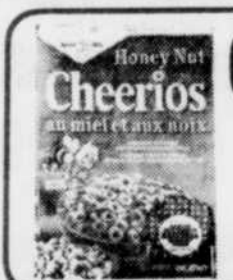
PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.99
ÉCONOMISEZ 1.00



PRIX VALDI 1.39

Saumon rose
Amiral
Bte de 213 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.49
ÉCONOMISEZ 1.10



PRIX VALDI 2.99

Céréales
Cheerios - Miel et noix
General Mills
Bte de 525 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 4.23
ÉCONOMISEZ 1.24



PRIX VALDI 1.99

Céréales
100% de son
Nabisco
Bte de 575 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 2.63
ÉCONOMISEZ .64



PRIX VALDI .99

Soupes
Habitant
Aux pois ou aux légumes
Bte de 796 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.53
ÉCONOMISEZ .54



PRIX VALDI .99

Biscuits soda
Colonial
Salés ou non salés
Bte de 450 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 1.65
ÉCONOMISEZ .66



PRIX VALDI 4.99

Serviettes hygiéniques
Always Maxi
Bte de 24 ou 30

PRIX AU SUPERMARCHÉ 5.99
ÉCONOMISEZ 1.00



PRIX VALDI 10.39

Couches jetables
Huggies
Grandeurs au choix

PRIX AU SUPERMARCHÉ 11.89
ÉCONOMISEZ 1.50



PRIX VALDI 2.29

Antisudorifique en bâton
Mennen Speed Stick
Pour femmes 50 g ou
Pour hommes 75 g

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.49
ÉCONOMISEZ 1.20



PRIX VALDI 2.59

Shampooing
Breck
Cont. de 400 ml

PRIX AU SUPERMARCHÉ 3.29
ÉCONOMISEZ .70



Super Valdi
5005 De l'Ormière
Les Saules (ville de Québec)



Super Valdi
2555 Montmorency
Giffard (ville de Québec)



Valdi
4750 boul. de la Rive Sud
St-David (Lévis)

**CHEZ VALDI, REMBOURSEMENT
GARANTI SANS PROBLÈME!**

Les "PRIX AU SUPERMARCHÉ" sont les prix courants de produits identiques ou analogues offerts dans les principaux supermarchés à la date du 29 janvier 1990. Valdi se réserve le droit de limiter la quantité et de substituer des produits de qualité comparable. Prix Valdi valides jusqu'au 24 mars 1990.

Prix en vigueur seulement aux adresses indiquées.

La reproduction ou l'utilisation de cette annonce sans l'autorisation écrite de Valdi ou de son agence publicitaire est strictement interdite.

HEURES D'OUVERTURE: Lun-Mar-Mer: 9h00 à 18h00
Jeudi et Ven: 9h00 à 21h00
Samedi: 9h00 à 17h00

Super **VALDI**

Le «junk food» américain se fait de plus en plus raffiné

WASHINGTON — Pieds de porc baignant dans le vinaigre, fromage en bombe, succédané de crabe, sel au « goût de beurre » : à défaut de flatter le palais, de nombreux aliments américains défient l'imagination et les bons conseils des nutritionnistes.

par Dominique SCHROEDER
de l'Agence France Presse

N'importe quel supermarché de quartier recèle des produits supérieurs pour le non-Américain. Au rayon des fromages, outre le cheddar en bombe, d'un étalement plus facile, on trouvera le cheddar au vin, orange vif marbré de rouge, la bûche de fromage enrobée d'amandes effilées teintées en rose et de la mozzarella râpée qui n'est pas de la mozzarella, ni même du fromage mais un mélange d'eau, de caséine, d'huile partiellement hydrogénée, d'amidon alimentaire, de gomme, de vitamines et de divers émulsifiants et acides. Le tout avec un « arôme naturel ».

L'imagination des fabricants se déchaîne aussi au rayon assaisonnements. Le sel parfumé au beurre, d'une couleur jaune canari, est destiné à relever le goût du pop corn, des frites, du maïs ou des salades. Ce produit existe en « parfum fromage » et en version combinée « beurre-fromage », d'un bel orange vif.

Les amateurs de beurre ou de crème fraîche qui surveillent leur ligne pourront saupoudrer leurs légumes de poudres au goût de ces produits laitiers mais n'en contenant pas un gramme. Seule règle : que les légumes soient chauds pour que la poudre se liquéfie, créant ainsi l'illusion de la matière grasse.

Pour les salades, l'Américain l'embarasse du choix. Outre les copeaux de jambon (sans jambon pour être sans cholestérol), il optera pour l'un des innombrables assaisonnements disponibles : italien, français, au fromage, à la crème (sans crème), russe (d'un rouge agressif). Ou, « moutarde et miel », voire « noix et framboises ». Plus chics et plus chers, l'assaisonnement « parisien », « un mélange extraordinairement romantique de moutarde de Dijon et d'épices naturelles avec la douceur délicate du vin de Sauternes », ou la vinaigrette au champagne, une combinaison « exceptionnellement élégante ».

Beaucoup de ces produits font le désespoir des nutritionnistes, comme ceux qui constituent la base de l'alimentation américaine (hamburgers, frites, sandwiches).

« L'alimentation américaine n'est pas bonne », reconnaît le Dr Premala Brewster, directrice de l'Institut de médecine préventive et de nutrition du Maryland. « Elle contient beaucoup de cholestérol, trop de sel, de graisse, elle est faible en fibres et produit trop d'acide dans l'organisme ».

Les États-Unis sont pourtant l'un des pays où l'on parle le plus de nutrition. De nombreux journaux publient des suppléments « Nourriture » où l'alimentation est évoquée non seulement sous l'angle gastronomique mais aussi diététique. Quasiment tous les produits manufacturés portent sur leur emballage deux tableaux : l'un précisant le nombre de calories et les principaux éléments nutritifs contenus dans une portion, l'autre indiquant quel pourcentage de la consommation quotidienne idéale ces éléments représentent.

Pour Richard Power, nutritionniste à Washington, la prédilection des Américains pour le « junk food », qui « pourrait ruiner leur santé d'ici 20 ans », s'explique par des raisons pratiques et financières, car les aliments plus sains coûtent souvent plus cher.

Selon M. Power, « les habitudes alimentaires des Américains s'améliorent progressivement » mais dans un proche avenir, « un écart formidable » va se creuser entre les riches, capables de s'offrir une alimentation saine, et les pauvres.

Ellen Brown, auteur de livres de cuisine et diététicienne, se dit encouragée par « les progrès réalisés par la nourriture américaine pendant la décennie écoulée ». « Je pense qu'il y aura une progression géométrique dans les années 90 en ce qui concerne la qualité et le goût de ce que nous mangeons », dit-elle en prévoyant « un réveil généralisé des palais américains ». Et, assure-t-elle, « une fois que le goût aura fait des progrès, il ne régressera plus ».

Chez télépère



Tout pour la
décoration sous
un même toit!

LA VENTE du PRINTEMPS chez L'UNIQUE MAXI-CENTRE D'AUBAINES EN DÉCORATION



ÉPARGNEZ JUSQU'À
50%
SUR
• TAPIS
• PRÉLARTS
• TUILES
• CÉRAMIQUES

TAPIS RÉSISTACHE® DE DUPONT

Quelle offre! Tapis 100% nylon Antron de Coronet. Une palette de coloris exceptionnelle. Un tapis haut de gamme

AU BAS PRIX TI-FRÈRE **1799\$**
Valeur sugg. 3499\$ v.c.
PRIX TI-FRÈRE **1799\$** v.c.

TAPIS COMMERCIAL

100% nylon, envers de mousse, facile à installer.

PRIX TI-FRÈRE **499\$** v.c.

SAXONY DE HARDING

100% nylon Antron XL. Garantie de 10 ans contre l'usure.

PRIX TI-FRÈRE **1999\$** v.c.

PRÉLARTS SANS CIRAGE

Armstrong, Domco, Monnington, Tarkett, Nair

AU BAS PRIX TI-FRÈRE **499\$** v.c.

TUILES

Tuiles commerciales de 1/8" d'épaisseur. Balances de contrats, légères imperfections.

PRIX TI-FRÈRE **59¢** pi ca

TAPIS TON SUR TON

100% nylon, choix de plusieurs couleurs.

SPÉCIAL TI-FRÈRE **1099\$** v.c.

COUPONS À PRIX COÛTANT

Balances de rouleaux de tapis et pré-larts, grandeurs jusqu'à 12' x 16'.

RÉDUITS JUSQU'À **60%**

CÉRAMIQUE

plus de 20 000 pi ca en stock

MUR
Excellent choix en magasin
à partir de **99¢** pi ca

PLANCHER
Grand choix de formats et couleurs
à partir de **139\$** pi ca

ÉPARGNEZ JUSQU'À

60%

SUR STORES HORIZONTAUX
ET VERTICAUX EN STOCK

• Stores en P.V.C. • Aluminium • Stores plissés
• Stores rayés • Stores en dentelle

SPÉCIAL PORTE-FENÊTRE

P.V.C. (vinyle) 3 1/2" 72" x 84"

PRIX TI-FRÈRE **3999\$** ch.

STORES VERTICAUX
EN TISSU 3 1/2" Valeur de 119\$ 72" x 84"

PRIX TI-FRÈRE **4999\$** à partir de

STORES VERTICAUX
3 1/2" EN ALUMINIUM 72" x 84"

LOT SPÉCIAL A **3999\$** ch.

STORES VERTICAUX
2" AL 72" x 84"

LOT SPÉCIAL À **5999\$** ch.

STORES VERTICAUX
FINES CANELURES 3 1/2" 72" x 84"

PRIX TI-FRÈRE **7999\$** ch.

• Nous fabriquons
vos stores sur
place selon vos
dimensions.

ÉPARGNEZ JUSQU'À

70%

SUR LITERIE EN MAGASIN

Plus de

- 1500 couvre-lits
- 2000 douillettes
- 1000 ensembles de draps
- 1000 duvets
- 3000 verges de tissus
- 1000 panneaux de dentelle



COUETTE

80% plumes d'oiseaux, 20% duvet

à partir de **9999\$** lit 1 place

HOUSSES DE COUETTE

Vaste sélection

PRIX TI-FRÈRE **2999\$** à partir de lit 1 place

ENSEMBLES DE DOUILLETES
Lot spécial, toutes les grandeurs, 1 seul prix

5999\$ ch.

OREILLERS

100% polyester, non allergène

PRIX TI-FRÈRE **499\$** ch.

COUVRE-MATELAS
emboîtant

1499\$ lit 1 place

PANNEAU DE DENTELLE
26" x 81" avec frange

PRIX TI-FRÈRE **1299\$** ch.

DRAPS DE PERCALE
180 fils au pouce carré. Comprenant drap plat, drap ajusté et taies

à partir de **2999\$** lit 1 place



jusqu'à
60%
DE RABAIS

SUR
ACCESSOIRES
DE SALLES DE
BAINS

RIDEAUX DE DOUCHE

Plus de 1800 en stock

à partir de **599\$** ch.

PÈSE- PERSONNE

Garantie 1 an, choix de couleurs

à partir de **1499\$** ch.

TAPIS DE BAIN

Lavable à la machine. Envers antidérapant, grandeur 20" x 32"

PRIX TI-FRÈRE **1499\$** ch.

PORTE-SERVETTE

Plastique résistant, choix de 6 couleurs

PRIX TI-FRÈRE **649\$** ch.



jusqu'à
70%
DE RABAIS

SUR PAPIERS
PEINTS EN
MAGASIN

BORDURES

pré-encollées, 15 pieds linéaires, choix variés

à partir de **399\$** ch.

LOTS À LIQUIDER*

Choix varié, très belle qualité, pré-encollées.

Réduits de **50%**

* sur marchandise sélectionnée

PAPIER PEINT IMPORTÉ

Prix courant: 499\$ R.D.

PRIX TI-FRÈRE **2599\$** R.D.

PEINTURE TI-FRÈRE

SOUS-COUCHE
LATEX

blanc **999\$** le 4 l

LATEX
SEMI-LUSTRE

blanc **1699\$** le 4 l

Personne ne vend moins cher... c'est garanti

215, boulevard Hamel 681-6023
(face à l'hôpital Christ-Roi)

SERVICE À DOMICILE
GRATUIT



Pourquoi pas un ragoût de phoque?

SAINT-JEAN, Terre-Neuve (PC) — Pourquoi pas des saucisses au phoque? Une casserole de légumes et phoque? Un ragoût de phoque?

S'il n'en tient qu'aux Terre-Neuviens, les gens du continent pourront bientôt goûter le phoque ailleurs qu'en photo ou au cinéma.

Les écologistes et autres défenseurs des animaux ont littéralement tué la chasse aux phoques, au début des années 80, ne permettant plus aux chasseurs que de s'attaquer à un nombre réduit de phoques adultes, notamment pour la fourrure. Les pêches étant rendues difficiles par la réduction des quotas de prises, les Terre-Neuviens songent à adopter des mesures radicales pour s'en sortir.

Le dernier projet à l'étude: créer un marché pour la viande de phoque, une viande dense, de couleur foncée et d'une texture semblable à celle du bœuf.

« Les Terre-Neuviens ne mangent pas beaucoup de viande de phoque », admet Dick Whitaker, directeur de la division des produits maritimes de l'Institut de Marine de Saint-Jean, un organisme de recherche créé par le gouvernement provincial.

« La raison en est que les gens d'ici ont pour tradition de ne se servir que des ailerons du phoque pour en faire une sorte de pâte. »

Les techniciens en alimentation de l'institut espèrent, d'ici quelques mois, mettre en marché à titre expérimental quelques produits tirés du phoque et les faire circuler un peu partout au Canada.

Au cours de l'été, on vous offrira peut-être de ces brochettes de viande de phoque que vous ferez cuire sur le barbecue ou des émincés de phoque fumé à déguster sur des biscuits à hors d'œuvre. On parle également de ragoût et de saucisse.

« En utilisant le phoque en entier, on ne pourra plus nous accuser de massacrer cet animal pour sa seule fourrure », soutient M. Whitaker.

Le plastique biodégradable arrive

PARIS (AFP) — Demain, les stylos bille, les rasoirs jetables, les couches jetables ou les simples sacs poubelle n'encombreront plus pendant deux siècles les décharges publiques après n'avoir servi que quelques jours ou quelques semaines. Arrive le plastique biodégradable comprenant 60 % de matières premières végétales.

Conçu par le groupe italien Ferruzzi, ce nouveau produit, présenté au salon de l'agriculture qui se tient actuellement à Paris, est réservé à la fabrication d'objets ne nécessitant qu'une courte durée de vie.

Selon Jean-Pierre d'Estienne d'Orves, porte-parole du groupe

italien, des essais en vraie grandeur sont en cours et la commercialisation du produit, par la société Novamont (groupe Ferruzzi), devrait débiter dans le courant de l'année.

Le nouveau produit, résistant, est composé de 60 à 80 % d'amidon de céréales ou de dérivés et le reste d'un polymère d'origine pétrochimique non toxique, hydrophile et insoluble.

Il ne contient en outre aucun additif tels que des métaux lourds, des catalyseurs chimiques.

Métabolisé tout d'abord par les micro-organismes du sol (moisissures, bactéries), il est rapidement attaqué par les rongeurs et les insectes.

« La vitesse de dégradation dépend de la forme et de l'épaisseur de l'objet ainsi que de l'environnement dans lequel il se trouve », a indiqué M. d'Estienne d'Orves. En conditions standards de décharge, un produit en film sera dégradé en 8 à 10 semaines et un objet épais en plusieurs mois, voire quelques années.

SOLDES DES RECORDS DE VENTES AU CANADA

EN VOICI DEUX EXEMPLES:
SEARS VOUS OFFRE PLUS DE 130 PRODUITS ET GAMMES DE PRODUITS
QUI DÉTIENNENT LE RECORD DE VENTES AU CANADA*!

*RECORD DE VENTES AU CANADA D'APRÈS DES SONDAGES INDÉPENDANTS
EN VIGUEUR AU MOMENT DE LA PRÉPARATION DE LA PUBLICITÉ

PANTALONS HABILLES DE SEARS
RECORD DE VENTES AU CANADA*
*D'après des sondages indépendants dans tout le pays
en vigueur au moment de la préparation de la publicité

VÊTEMENTS POUR GARÇONS DE SEARS
RECORD DE VENTES AU CANADA*
*D'après des sondages indépendants dans tout le pays
en vigueur au moment de la préparation de la publicité

RABAIS 250%



Séparables molletonnés pour garçons... faites votre choix parmi les Teenage Mutant Ninja TurtlesTM et autres modèles. Tailles 4-6X et P, M, G.
Sears ord. 14,99\$ - 17,99\$. Ch. 10,99\$ - 13,49\$
T-shirts. P-TG. Ord. 9,99\$ - 13,99\$. Ch. 7,49\$ - 10,49\$
La sélection peut varier d'un magasin à l'autre.
Les prix ord. mentionnés sont des prix Sears.

PRIX EN VIGUEUR JUSQU'AU SAMEDI 24 MARS 1990,
sauf avis contraire, dans la limite des stocks disponibles

SEARS

vous en avez pour votre argent...et plus

SATISFACTION OU REMBOURSEMENT • SERVICE APRÈS-VENTE ASSURÉ DANS TOUT LE CANADA •
LA CARTE DE CRÉDIT N° 1 DES MAGASINS À RAYONS AU CANADA • LE MAGASIN DES MARQUES KENMORE, DIEHARD, CRAFTSMAN

Les mentions 'Ord.' ou 'Était' de Sears Canada Inc. se rapportent à des prix Sears. Heures d'ouverture: 9h30 à 17h30 du lundi au mercredi; de 9h30 à 21h le jeudi et le vendredi; de 9h à 17h le samedi. Québec, Place Fleur de Lys, 529-9861, Ste-Foy, Place Laurier, 658-2121, Lévis, Galeries Chagnon, 833-4711.
Copyright Canada, 1990, Sears Canada Inc.

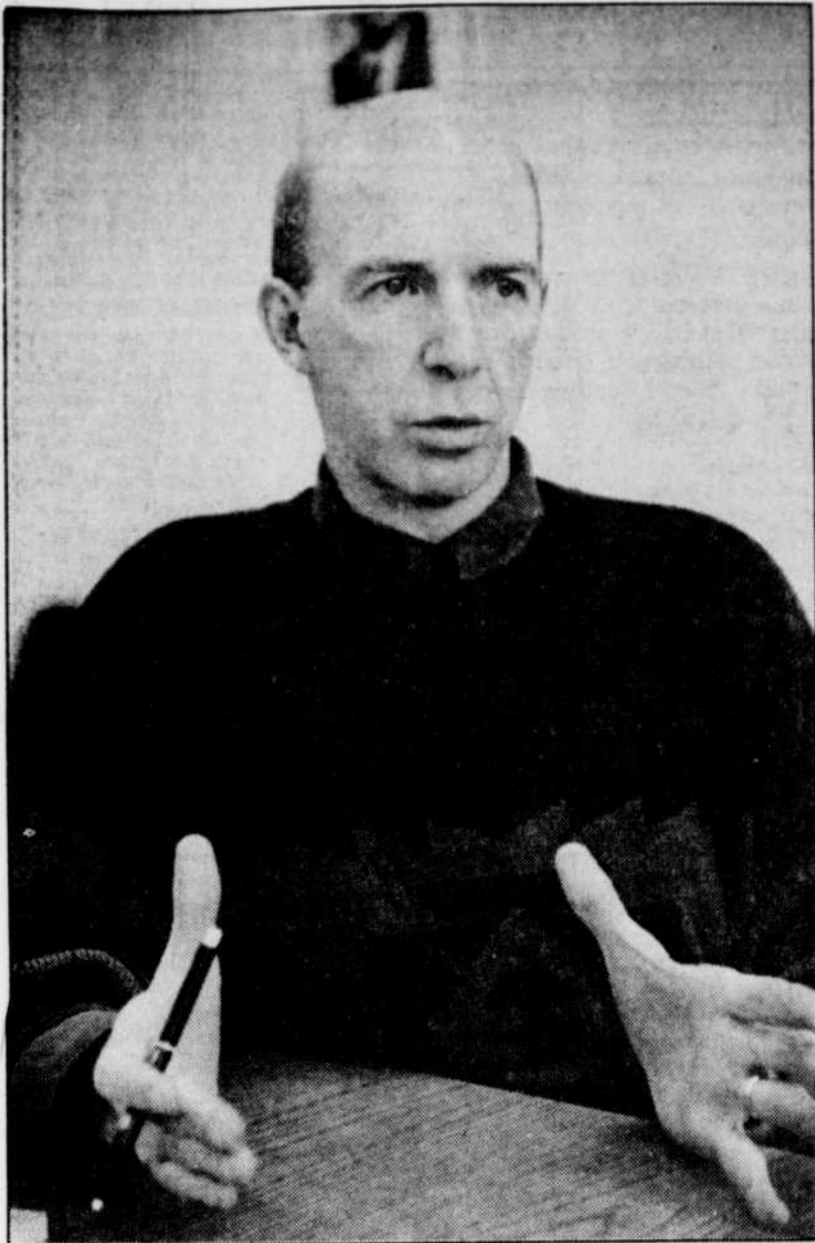
MAINTENANT SEULEMENT 16⁷⁹

ch.
Sears ord. 28\$



Confortables pantalons pour femmes, polyester/acrylique facile d'entretien. Choix de 6 couleurs fraîches. Tailles moyennes 10-20. Profitez de ce bas prix pour compléter votre garde-robe printemps!

MAGASINAGE EN PERSONNE



Georges E. Sioui, historien: pour ne plus prier les Saints Martyrs canadiens.

Un livre sur la question des Indiens d'Amérique

Un Indien réécrit l'histoire des siens

La scène se passe il y a 40 ans, au Village-des-Hurons, près de Québec. Une imposante mère supérieure enseigne l'histoire aux petits Indiens de la réserve. Avec des élans de sincérité qui ne souffrent pas le doute, elle explique : « Vos ancêtres étaient des Sauvages qui n'avaient pas la connaissance de Dieu... Le roi de France en eut pitié et leur envoya des missionnaires qui ont essayé de les convertir, mais vos ancêtres ont tué ces missionnaires qui sont devenus les saints martyrs canadiens. Chaque jour, vous devez demander pardon à Dieu pour les péchés de vos ancêtres... Mettez-vous à genoux maintenant, nous allons prier les saints martyrs canadiens. »

par LOUIS-GUY LEMIEUX
LE SOLEIL

Georges E. Sioui avait six ans et se trouvait parmi ces enfants d'une réserve indienne du Québec comme les autres à qui des professeurs patentés enseignaient, et ont enseigné pendant quatre siècles, que les auteurs de leurs jours étaient des sauvages idolâtres et cannibales.

Aujourd'hui, le petit Huron-Wendat de Wendake qui était sorti profondément blessé de son premier cours d'histoire est devenu, comme par hasard, historien lui-même. Il vient de publier aux Presses de l'université Laval : « Pour une autohistoire amérindienne », un ouvrage qui pose la question des Indiens d'Amérique de façon globale et engagée.

Et, comme le signale son préfacier, Bruce G. Trigger, « pour la première fois, un Amérindien esquisse les règles qui devraient s'appliquer à l'étude de l'histoire des autochtones ».

Autohistoire...

Première contribution à cette relecture de l'histoire qu'il appelle de tous ses vœux, Georges Sioui invente le néologisme « autohistoire » qui pourrait bien faire école.

Mais qu'est-ce donc que cette autohistoire dont parle l'universitaire ? Ce serait l'histoire autochtone écrite, en conformité avec les valeurs amérindiennes, par des Amérindiens ou par ceux qui veulent se donner la peine d'acquiescer une connaissance exacte de ces valeurs et de la perception autochtone.

Le but d'une telle démarche est de comprendre le rôle que les autochtones jouent dans l'histoire mondiale et de définir ultimement la place amérindienne dans l'histoire. George Sioui, comme plusieurs des siens, est persuadé que les valeurs amérindiennes ont davantage influencé le comportement des Euro-Américains que ceux-ci n'ont modifié le code culturel amérindien.

Le Cercle de la vie

La race rouge, selon l'auteur, a su conserver un génie propre et un système de valeurs qui pourraient, aujourd'hui plus que jamais, servir de modèle à l'humanité, malgré l'hécatombe des guerres et des épidémies qui ont fait passer la population aborigène des Amériques de 112 millions d'habitants à 5,6 millions, en 400 ans.

La philosophie originale qu'il illustre et propose Georges Sioui est toute entière contenue dans l'idée du « Cercle sacré de la vie », une conception spirituelle du monde qui s'oppose à la théorie de l'évolutionnisme social.

Le génie amérindien serait de reconnaître l'interdépendance universelle de tous les êtres physiques et spirituels, qu'ils soient

hommes ou animaux, minéraux ou végétaux. Le Cercle sacré de la vie établit entre ceux-ci un contact intellectuel et émotif qui, parce qu'ils sont tous « parents », assure l'abondance, l'égalité et donc la paix.

Vaste programme donc qui dépasse l'histoire pour devenir le fondement d'une morale sociale.

Fier d'être Huron et Amérindien, Georges E. Sioui se présente plus comme un habitant de l'Amérique francophone que comme un Québécois ou un Canadien.

Il ne pleure pas sur la grandeur passée de sa race, mais avance plutôt que celle-ci n'est pas morte. « L'avenir, dit-il, permettra aux autochtones de jouer un rôle très important en fournissant à l'Amérique du Nord et au reste du monde un modèle de société viable. »

À noter un chapitre éclairant sur la pensée et la vie du baron de Lahontan qui fut le défenseur européen le plus passionné des indigènes d'Amérique et qui, s'il n'a pas découvert l'Amérique, a su le mieux explorer les us et coutumes de ses premiers habitants.

« POUR UNE AUTOHISTOIRE AMÉRINDIENNE », essai sur les fondements d'une morale sociale, par Georges E. Sioui, Les Presses de l'université Laval, 150 pages.

CARRIÈRES ET PROFESSIONS 647-3270

Toutes les annonces publiées dans ces pages sous la rubrique Carrières et Professions sont assujetties à la loi numéro 50. Les emplois annoncés s'adressent donc aux hommes et aux femmes.

PAGE CANADA

Une compagnie d'envergure nationale membre du Groupe Glenayre, est à la recherche de

REPRÉSENTANT(E)S

pour la région de Québec pour la vente de pagettes, téléphones cellulaires et télécopieurs. Cette personne devra posséder un minimum de deux ans d'expérience dans ce domaine ou tout autre domaine connexe. Nous vous offrons salaire de base + commission + allocation de voiture, ainsi qu'une gamme complète d'avantages sociaux. Faire parvenir votre curriculum vitae à:

PAGE CANADA
Département Ressources Humaines
8310, boul. Décarie
Ville Mont-Royal, QC
H4P 2P5

Notre bureau de Québec est à la recherche d'un(e)

GÉRANT(E) DE SERVICE

pour sa division de photocopieurs

Vous possédez:

- plusieurs années d'expérience dans ce domaine
- vous êtes autonome et responsable
- vous êtes en mesure de gérer du personnel

Nous offrons un poste rémunéré selon vos qualifications.

Envoyer votre C.V. avant le 30 mars 1990, au:
Dépt 6933 - Le Soleil
390, Saint-Vallier Est
Québec, QC G1K 7J6

PHARMACIEN(NE)

Ste-Marie de Beauce

Temps plein

Pour pharmacie communautaire

Contactez: Jean-Louis Marceau

(418) 387-4942

REPRÉSENTANT(E)

Automobile

Si vous êtes une personne honnête, déterminée, ambitieuse, persévérante, axée sur les résultats, disciplinée, intéressée à faire de l'argent mais surtout à aider nos clients, disponible, autonome et aimez l'automobile.

Vous êtes peut-être la personne que nous recherchons.

Vous devez être animé par un grand désir de réussir et posséder de l'expérience dans la vente. Inutile de vous présenter si vous n'avez pas ce profil.

Nous vous offrons un milieu de travail humain, un revenu à la hauteur de vos réalisations et l'opportunité de vous réaliser au sein d'une équipe dynamique.

Veuillez faire parvenir votre curriculum vitae à l'attention de:

M. Richard Gendreau



1350, boul. Charest Ouest
Sainte-Foy (Québec)
G1N 2E5

SECRÉTAIRE JURIDIQUE

EXPÉRIENCE MINIMALE DE TROIS ANS

CONTENTIEUX ET

PROCÉDURES CIVILES

TRAITEMENT DE TEXTE WORD

PERFECT 4.2

BEAUVAIS, TRUCHON ET ASSOCIÉS

55, rue d'Auteuil, Québec

Téléphone: 692-4180

(Transmettre curriculum vitae à Madame Lina Guimont)

Reynolds + Reynolds (Canada) Ltée, un fournisseur de systèmes informatiques pour les concessionnaires automobiles est à la recherche d'un(e):

TECHNICIEN(NE) DE SERVICE

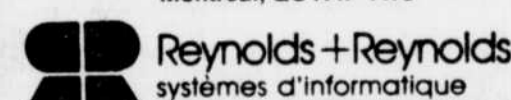
Le poste est offert à Québec mais de nombreux déplacements à l'extérieur de la ville seront nécessaires pour répondre aux besoins de notre clientèle.

De préférence, la personne sera bilingue et possèdera une solide expérience en réparations de systèmes informatiques.

Un programme d'entraînement sera offert ainsi qu'un véhicule de service.

Veuillez faire parvenir votre curriculum vitae à l'attention de:

M. Daniel Gaudry
5000, rue Jean-Talon ouest, suite 260
Montréal, QC H4P 1W9



LE SOLEIL

est actuellement à la recherche de candidat(e)s pour agir à titre

d'AGENT DISTRIBUTEUR

Dynamique et autonome, le (la) candidat(e) retenu(e) assumera l'entière responsabilité de la vente, du service et de la distribution du Soleil pour la région de MOISIE à HAVRE ST-PIERRE.

FONCTIONS

- Planifie et organise son travail en vue d'accroître la pénétration du produit sur tout le territoire;
- effectue des tâches relatives au maintien de la clientèle et à la sollicitation de nouveaux clients et points de vente;
- recrute, entraîne et dirige les personnes qui devront l'assister dans le travail de vente et de distribution;
- perçoit l'argent provenant de la vente du produit;
- participe aux campagnes de promotion sur son territoire.

EXIGENCES

- Secondaire V ou l'équivalent plus trois (3) années d'expérience pertinente dans la vente ou la distribution;
- être résident(e) de la région;
- possède (ou est prêt(e) à acheter) une fourgonnette;
- dépôt monétaire garanti.

CONDITIONS DE TRAVAIL

Les revenus sont proportionnels aux ventes effectuées. Le produit est déjà solidement implanté dans le territoire et le revenu de départ est avantageux. Les possibilités de développement sont très grandes et la personne qui saura exploiter le plein potentiel du territoire en retirera des profits extrêmement avantageux.

Nous invitons les personnes intéressées à faire parvenir leur curriculum vitae avant le 30 mars 1990 à:

Madame Odette St-Onge
Conseillère en gestion du personnel
LE SOLEIL
390, rue Saint-Vallier Est
Québec (Québec)
G1K 7J6

AGENT (E) DE PRÉVENTION

La Société du port de Québec est à la recherche d'un (e) agent (e) de prévention.

Le candidat coordonnera les programmes en santé et sécurité au travail, assumera la prévention-incendie dans les activités portuaires, verra à l'application des lois et règlements sur le transport des marchandises dangereuses et sur la protection de l'environnement.

QUALIFICATIONS REQUISES

- Détenir un diplôme d'études universitaires en santé et sécurité du travail ou
- Diplôme d'études universitaires en environnement et prévention
- Deux (2) années d'expérience pertinente
- Être bilingue serait un atout

RÉMUNÉRATION

Selon la convention collective en vigueur

Les personnes intéressées sont priées de faire parvenir leur curriculum vitae avant le samedi 31 mars 1990 à l'attention de:

Société du port de Québec
Direction des ressources humaines
150, rue Dalhousie
C.P. 2268, Québec Qc
G1K 7P7



Société du port de Québec
Port of Québec Corporation



CONSEILLER TECHNIQUE EN SOUSCRIPTION

LE GROUPE PROMUTUEL offre des services professionnels en matière de gestion et d'assurance à ses 41 Sociétés mutuelles d'assurance générale, membres de la Fédération. Il occupe une part importante du marché québécois de l'assurance de dommages avec plus de 100 millions \$ de primes souscrites.

Sous l'autorité du directeur réassurance facultative et souscription, vous réviserez et tenez à jour le manuel de tarifs commerciaux et élaborerez des guides de souscription. De plus, vous dispensez des programmes de formation pratique au personnel des Sociétés mutuelles membres sur l'application des techniques de souscription.

Vous possédez une formation collégiale en assurance, une expérience de sept ans en souscription commerciale ainsi qu'en vente d'assurance I.A.R.D. La possession du titre F.I.A.C. constitue un atout. Nous prendrons en considération les profils jugés équivalents.

Vous avez déjà démontré une grande aisance dans vos communications et une facilité dans vos relations interpersonnelles. De plus, une grande disponibilité aux déplacements est essentielle pour l'obtention de ce poste.

La rémunération est basée sur les qualifications et est accompagnée d'une gamme complète d'avantages sociaux.

LE GROUPE PROMUTUEL offre des chances égales à tous et traite toutes les candidatures de façon confidentielle.

Les intéressés sont priés de faire parvenir leur curriculum vitae avant le 30 mars 1990 à l'attention de Monsieur Gilles Paré, directeur réassurance facultative et souscription.

GROUPE PROMUTUEL
FÉDÉRATION DE SOCIÉTÉS MUTUELLES
D'ASSURANCE GÉNÉRALE

1091, chemin Saint-Louis, bureau 300
Sillery (Québec)
G1S 1E2

LA COMMISSION SCOLAIRE CATHOLIQUE DE SHERBROOKE

OFFRE D'EMPLOI

DIRECTRICE OU DIRECTEUR GÉNÉRAL

Nous recherchons une directrice ou un directeur général pour la COMMISSION SCOLAIRE CATHOLIQUE DE SHERBROOKE.

CARACTÉRISTIQUES DE LA COMMISSION SCOLAIRE

La commission scolaire est un organisme qui dispense l'enseignement primaire et secondaire à plus de 20 000 élèves. Elle assure aussi la formation des adultes de l'ensemble de la région 05. Plus de 1 700 personnes oeuvrent dans ses établissements. Son budget dépasse 100 millions de dollars.

RESPONSABILITÉS

Sous l'autorité du conseil des commissaires la directrice ou le directeur général est responsable de l'ensemble des programmes pour toutes les unités administratives des établissements et des champs d'activités, conformément aux dispositions législatives réglementaires et en vigueur.

QUALIFICATIONS MINIMALES REQUISES

Diplôme universitaire terminal de deuxième cycle ou de premier cycle. Dix années d'expérience pertinente, dont au moins cinq dans un emploi de cadre. La connaissance du réseau de l'éducation et de la pédagogie est un atout.

PROFIL DU CANDIDAT

La personne recherchée possède des qualités exceptionnelles de gestionnaire compétent et expérimenté. Elle a des habiletés reconnues au plan des relations interpersonnelles, et a démontré sa capacité de gérer avec succès un organisme de grande taille. Ses réalisations démontrent aussi ses connaissances dans la gestion des ressources humaines, matérielles et financières.

TRAITEMENT

Selon la politique administrative et salariale régissant les conditions d'emploi des directrices et directeurs généraux des commissions scolaires.

Les personnes répondant aux exigences du poste et intéressées par cette offre d'emploi doivent faire parvenir leur candidature accompagnée de leur curriculum vitae. Toute demande sera traitée confidentiellement et devra être acheminée au plus tard le 20 avril 1990 à:

SOGEM inc.
Société de Gestion en Management
531, GINGRAS
SAINT-FOY (QUÉBEC)
G1X 3X8

380 OFFRES D'EMPLOIS

TELEMARKETING
Pour personnes à la maison ou mobiles de famille. Travail temps partiel 17h30 à 21h30. Salaire + commission. Ténacité, communication, expérience non requise. 628-9630.

TELEPHONISTE demande (responsable, bilingue, expérience sur console S.L. ou Miel souhaitable). S'adresser à 649-1919. Hôtel Le Roussillon, Mme Savoy.

URGENT besoin de personnes sérieuses et ambitieuses pour aider dans mon commerce international. Temps plein, temps partiel. 622-6445. Lise Poulin.

VENDEUR(S) de portes et fenêtres avec expérience, magasins région Québec, à temps plein ou partiel. Faire parvenir curriculum vitae au 627-5377. Le Soleil, 290, rue St-Vallier, Québec G1K 7J6.

VENDEUSE(EUR) pour TISSUS, temps partiel, 15 à 20 heures/semaine, dévouée, disponible et autonome, bonne en calcul. Sylvie 529-1776.

383 SERVICES DOMESTIQUES ET GARDERIE

COUPLE ferait entretien ménager, grand ménage, résidentiel. 624-1702. 684-3939.

DAME avec expérience, garderie enfants, heures de semaine, du lundi au dimanche. 628-7199.

FEMME de ménage demandée, 12 heures par semaine, avec voiture si possible. 527-8037.

FEMME ferait ménage à la demi-journée. 666-3900.

GARDERIE enfants chez moi, 1 an et plus, Charlesbourg. 628-8468.

GARDIENNE avec références (présent, pour 2 bébés à mois et 1/2 an, Cap-Rouge). 628-1089.

NOUS ferions du ménage, à très bas prix. Ste-Foy, Sylvie 628-9627.

PERSONNE responsable demandée pour s'occuper de 2 enfants en bas âge, à la maison, voir à effectuer des tâches domestiques, disponibilité requise de 8 à 18h, du jour au soir. Ste-Foy, bonne rémunération, appels 1h 628-7231.

RECHERCHONS personne responsable pour garder 2 enfants à notre domicile, secteur Cap-Rouge, 5 jours/semaine. Appels 1h 628-7231.

RECHERCHONS personne responsable pour garder 2 enfants à notre domicile, secteur Cap-Rouge, 5 jours/semaine. Appels 1h 628-7231.

STE-FOY gardienne à la maison demandée, 6 ans et 1 mois, non fumeuse, références. 628-6213.

URGENT, gardienne à notre domicile pour bébé 3 mois, 3 jours/semaine. Cap-Rouge, non fumeuse, avec références. 627-4851.

385 SERVICES SPECIALISES

A 627-9084, 871-4809, COMPTABILITE, tenue de livres, informatisée, états financiers, prêts, impôts, entreprises et particuliers.

A 663-4543 ou résidence 667-0267, François Thériault, B.A., Services comptables.

A 627-2484, COMPTABILITE, tenue de livres, états financiers, impôts, entreprises et particuliers.

A 832-5402, services comptables pour PME, Martin Poirier, B.A., Services comptables.

A 633-2205, RAPPORTS D'IMPOT, tenue de livres, informatisée.

A 681-6558, TRAITEMENT DE TEXTES.

CMHJ plans de maison, conception de tous genres, estimation par ordinateur, prix concurrentiel, 878-2880 après 18h.

COMPTABLE ferait états financiers et impôts des compagnies. 622-5678.

CONSEIL EN GESTION - PME

Planification et analyse financière. Tenue de livres, états financiers, Gestion des comptes à recevoir, inventaires, états de la trésorerie, analyse et évaluation. Conseils adhés. Roland Rochette inc. 622-7713.

CURRICULUM D.S. ENR. Conception et mise au point de curriculum vitae et lettres d'accompagnement. 647-0668.

ERGONOMIE: étude de poste de travail, réorganisation du travail, formation, informations ergonomiques. 682-7854.

HOMME et femmes feraient grand ménage, peinture intérieure et extérieure, lavage de tapis et divans. 667-1602.

IMPOT, gain en capital - revenus de location 667-4760.

JE fais des rapports d'impôts à domicile. 626-7240.

L.R.V. comptabilité PME, impôts, particuliers et compagnies, expérience 20 ans. Lise 627-1145.

RAPPORTS d'impôt, tenue de livres, pays, états financiers, informatisés. Beaudoin 661-4997.

SERVICE DE rédaction de textes, recherches, 681-4965

SERVICE de traitement de textes, travaux tous genres, 666-7408.

TRAITEMENT de textes LOTUS, ACAD, 664-1375

849-2729 Traitement de texte Insertion graphique

TRAITEMENT de textes, excellent français, 688-8899

TRAITEMENT de textes 839-9913

Le plus grand choix d'emplois vous est présenté tous les jours dans les pages d'annonces classées.

647-3311

UNE CARRIÈRE EN INFORMATIQUE A QUÉBEC...

OUI!

devenez

Agent en Techniques de Bureau

maîtrise des appareils 900 82 (wang, micom, IBM-pc, secretariat)

Programmeur Analyste programmeur 420 51 (unix, langage C, stage en entreprise...)

Service aux diplômés. Possibilité de prêts étudiants et de prolongation des prestations d'assurance chômage

coût de type professionnel de niveau collégial menant à un A.E.C. ou C.E.C. ou à un diplôme de niveau supérieur et de salaire 1993/94

avec question de mois! 694-0211

INSTITUT CONTROL DATA

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

1000 Place Ville Marie, Montréal, Québec H3B 2K9

388 RECHERCHE EMPLOI

CUISINIERE proposée aux personnes de famille. Travail temps partiel 17h30 à 21h30. Salaire + commission. Ténacité, communication, expérience non requise. 628-9630.

FINANCE

ACHETE comptant chaque poste, date, compte à recevoir, hypothèque, balance prix vente. 622-8432.

Alternatif Financement Financement refinancement consommation, hypothèque, commercial, tous compétitifs 677-2139

ARGENT - RAPIDE

PAYONS COMPTANT, dans les 48 heures, valeur de rachat sur polices d'assurances. M. Larouche 688-7996

FINANCIERES PRIVEES: Prêt commercial, crédit-bail, cash-flow, financement d'équipement, marge de crédit, etc. LORESCO & ASS. courtier. Financement hypothécaire, résidentiel, commercial, balance vente. 624-1748.

FINANCEMENT, immeubles de la valeur, jusqu'à 90% de la valeur au prix payé. Natoire 662-1444.

VOUS êtes propriétaire avec problèmes financiers, contactez avec Pierre A. Duvallier 622-7170

397 OCCASIONS D'AFFAIRES

A.A.A. (Ambition-Affaires-Arsent)

Accédez au SUCCÈS DEVENUE PROPRIÉTAIRE ROUTE/DISTRIBUTRICES

Facilité financement sur place 1 (418) 623-0443

-AMUSEMENT VIDEO- Nouveau concept exclusif au Cap-Rouge, rentabilité assurée, route protégée. 622-7377

ASSOCIÉ demandé avec mise de fonds, pour nouveau concept d'entreprise. 649-7854

DEVENEZ PROPRIÉTAIRE D'UN COMMERCE RENTABLE

Distributeur compacte de liquides ouverts. Temps plein ou partiel. 20% de crédit à l'achat. Aucun employé, aucune vente à payer. Aucune expérience, aucune venue. Nous établissons votre route. Tous biens andrés disponibles. Investissement à partir de 2100 \$

Information 847-5927

ENFIN AU QUÉBEC

Tout les sérieux seulement qui veulent partir en affaires à temps plein ou partiel

MINCEUR 2000

Un appareil provenant d'une technologie européenne pour la réduction des poids. Facilité de financement sur place pouvant aller jusqu'à 100% selon approbation du crédit. Pour informations: 623-0443.

PARTIR EN AFFAIRE

Pour gens sérieux seulement

Revenus illimités

Aucun investissement

Secondaire V. équivalente

Information: 622-7548

PROJETS A VENDRE

Pour personnes sérieuses qui veulent partir en affaires. Info: (418) 623-0443.

TERRITOIRES libres dans votre région. Pour aussi peu que 100 \$, vous dirigerez votre propre entreprise en vous créant un groupe de vendeurs/cadres. Possibilité de revenus sans limites. Si vous aimez la vente, écrivez-nous sans tarder. C.P. 1243

Trans-Invites GSA SK4

399 RECHERCHE

COMPAGNIE de location, nous recherchons des prêteurs privés prêt 10 000\$, jusqu'à 200 000\$, prêt garanti et rendement intéressant. 624-1842 demander M. Fortier

URGENT! Emprunteurs 5000 \$, offre au taux d'intérêt. Tel. en tout temps 667-0094

LOGEMENTS

400 ANCIENNE-LORETTE

A 1 MOIS GRATUIT

31/2 Meuble, 41/2 répert, moderne, intérieurement, 1519 Place des Coteaux, App. 204. Tel. 872-3451

A 1509 PL. DES COTEAUX Grands 31/2, 41/2, modernes, spacieux, tranquille et facile d'accès, 672-1671.

A 871-8975 Beau 41/2, insonorisé, intercom, rue de la Colline. 653-1242.

A 877-1624, 688-8331, 31/2, 41/2 DE LA COLLINE, tout compris, moderne immédiatement ou juillet

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

A 647-3311

400 ANCIENNE-LORETTE

A 1345 COLLINE, beau 41/2 au 3ème étage d'un 4 logements, voir sur la ville, semi-meu. au n. 643-7743, 667-2364.

A 644-6441 31/2, 41/2 libre, moderne, insonorisé, ascenseur, intercom

A 1340 De La Colline, grand 41/2, ensolleilé et insonorisé, aires au vent, balcon. 877-1346 et 877-4738

A 1465 rue St-Paul, grand 41/2, ensolleilé, 877-2558, 878-5610

A 1355 Colline, 41/2, grand, ensolleilé, à voir! 872-2671

ANCIENNE-LORETTE, sous-sol 21/2 semi-meuble, chauffage, 31/2 étages, non fumeur, 3005 par mois, libre maintenant. 626-2193, après 17h 871-4886.

BEAU grand 41/2, neuf, insolation supérieure, 425 \$, 871-2145, 877-0637, 642-4990.

1235-1245 DE LA Colline, 31/2 meuble au non, après 17h 627-4289.

GRAND 41/2 insonorisé, juillet ou avant, 871-1014

GRANDS 31/2, 41/2, modernes, aires ouvertes, insonorisé, secteur tranquille, mai, juillet, 871-4878

31/2 MODERNE, entrée laveuse, sècheuse, 450\$, sous arrosé, libre, voir sur ville. 877-3790

41/2 MODERNE, insonorisé, juillet, 877-4065, 847-1879.

QUARTIER Laurentien, grand 31/2, propre, 400 \$, 872-1403

401 BEAUPORT

A 647-1852

Av. Seigneurie, grands 31/2, 41/2 chauffés, eau chaude, 900 francs services, piscine, conciergerie, 40 logis disponibles 653-1242.

A 2790 PL. ST-NARCISSE Grands 31/2, 41/2, 51/2, remis à neuf, intercom, aspirateur central. 666-7954, 623-3125.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC Mois GRATUIT, 11/2, 31/2 meuble, 41/2, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 708 Boul. Ste-Anne 11/2, 31/2 meuble, libre, 661-6232, 667-8418, 666-5477.

A 3465-3475 PETITCLERC

La CADEUL se heurte à la démobobilisation

L'assemblée générale convoquée par la CADEUL pour décider d'un gel de cours de six heures, aujourd'hui, n'a pu avoir lieu faute de quorum. C'est la deuxième fois en moins d'un mois que la confédération étudiante, forte de quelque 30 000 membres, se heurte à la démobobilisation de ceux-ci.

par LISE LACHANCE
LE SOLEIL

La CADEUL avait en effet annoncé, à grands renforts de publicité, la tenue d'une assemblée générale destinée à voter sur une absence du campus, de 12 h 30 à 18 h 30 aujourd'hui, afin de participer à une manifestation devant l'Assemblée nationale. Le but de l'exercice : s'opposer à la hausse des droits de scolarité.

Alors que le quorum est de 1500 étudiants, seulement 350 jeunes, environ, se sont présentés au pavillon de Konink. L'assemblée s'est donc transformée en réunion d'information.

Pourquoi ce détachement ? « Nous avions confié aux associations de chaque faculté la responsabilité de faire la mobilisation de leurs membres. De toute évidence, il y a eu lacune », a répondu au SOLEIL le président de la CADEUL, Raymond Boisvert.

Pour sa part, le vice-président de l'Association des étudiants en sciences et génie (AESGUL), Luc Giguère, a déclaré à notre journal qu'il était « normal qu'il n'y ait pas de monde ». Au nom de la qualité de l'enseignement, a-t-il rappelé, l'AESGUL s'est prononcée officiellement pour le dégel des frais de scolarité et contre la grève. Pas question donc, pour les étudiants en sciences et génie, de se rendre à des assemblées portant sur ces questions, surtout que leur vote a été très clair lors du référendum du mois dernier.

Comme cette faculté et celle de l'administration qui s'est jointe à elle regroupent 10 000 étudiants (le tiers des effectifs du campus), leur absence n'aide pas la CADEUL à obtenir quorum. Ajoutons que d'autres groupes se sont également manifestés officiellement contre la position de la confédération. Les étudiants en médecine, par exemple.

(Le tiers des effectifs du campus), leur absence n'aide pas la CADEUL à obtenir quorum. Ajoutons que d'autres groupes se sont également manifestés officiellement contre la position de la confédération. Les étudiants en médecine, par exemple.

À titre indicatif, le président de la CADEUL a demandé aux personnes présentes de lever la main si elles étaient en faveur d'une participation à la manif d'aujourd'hui. La majorité a exprimé son accord. Raymond Boisvert a d'ailleurs incité les étudiants à se joindre à leurs camarades des autres universités et cégeps du Québec qui doivent se retrouver devant l'Assemblée nationale. « Vous devez y être si le droit à l'éducation est important dans notre société », s'est-il exclamé. « Nous avons la responsabilité des générations qui vont nous suivre. »

Plusieurs interventions au micro ont abondé dans le même sens. On a invoqué divers moyens de pression. Parmi les propositions : que tous téléphonent « à notre cher député qui s'était personnellement engagé à défendre les droits des étudiants durant la campagne électorale et qui ne l'a pas fait ». Le numéro de Réjean Doyon a alors été communiqué.

À la fin de la réunion, quelques dizaines d'étudiants ont voulu se rendre au bureau du recteur Michel Gervais, en face, au 15^e étage de la tour de l'éducation. Leur tentative a échoué. Mis « au par-qué », le service de sécurité a bloqué au 13^e étage et l'ascenseur et l'escalier...

En Bref

■ Opposition des chargés de cours

Les chargés de cours de l'université Laval s'opposent à toute majoration des frais de scolarité. En prenant cette décision, le conseil syndical de Laval se joint aux chargés de cours de l'UQAM et de l'Université de Montréal. Les raisons qui motivent cette décision sont nombreuses, affirme le syndicat affilié à la CSN. Il insiste particulièrement sur le danger d'une diminution de la fréquentation universitaire, alors que le taux de scolarisation est plus bas au Québec que dans le reste du Canada. Il s'inquiète, en outre, des sommes qui seront consacrées au régime des prêts et bourses. Selon les chargés de cours de Laval, l'État se retire de plus en plus des programmes sociaux. « On semble avoir mis de côté tout projet de société pour s'en tenir à une gestion au jour le jour. Il est temps que le gouvernement se remette à l'écoute des aspirations des citoyens et qu'il établisse des priorités claires en matière d'éducation », déclare-t-il.

■ Décès du linguiste Jean Darbelnet

La défense du français passe par une meilleure connaissance de l'anglais chez ceux qui sont en contact avec cette dernière langue. Voilà ce que croyait Jean Darbelnet, qui est décédé récemment à Québec à l'âge de 85 ans. Membre de la Société royale du Canada, professeur émérite de l'université Laval, ancien professeur aux universités McGill et Harvard, Jean Darbelnet était un linguiste bien spécial : défenseur méticuleux de la langue française en même temps qu'angliciste puriste. Sa carrière témoignait de cette interpénétration. Il a donné des cours de français aux universités d'Edimbourg et de Manchester puis, ayant obtenu une agrégation d'anglais, il a enseigné cette langue dans les lycées français jusqu'en 1937, moment où il est devenu chargé de cours de langue française à Harvard. Il a été professeur de langue et littérature françaises et directeur du département de français de McGill avant d'enseigner le français dans le Maine et d'être embauché par l'université Laval comme professeur titulaire de stylistique comparée du français et de l'anglais. Selon André Desmarais, de l'université Laval, « la langue française perd un de ses meilleurs défenseurs contre l'emprise du français ». Jean Darbelnet s'était surtout fait connaître du public au cours des années 60 en participant à l'émission : « La parole est d'or », à Radio-Canada.

■ De bons plaideurs

La faculté de droit de l'université Laval est de nouveau à l'honneur. Un de ses étudiants, Sylvain Landry, s'est classé troisième meilleur plaideur au Concours de plaidoirie Laskin rassemblant une centaine de candidats des diverses facultés de droit du Canada. L'événement, qui s'est déroulé à Ottawa les 2 et 3 mars, était consacré au droit administratif et constitutionnel. Les concurrents débattaient d'un problème touchant le droit de l'environnement. Ils devaient simuler un appel devant la Cour suprême. Dirigée par Me Michel LeBel, l'équipe de Laval comprenait, outre Sylvain Landry, Michel Larouche, François Mathieu et Mme Jean Yoon.

■ Les étudiants et les micro-ordinateurs

Le plus important regroupement d'achat en informatique du monde étudiant universitaire (Regroupement R.I.Q. Informatique Inc.) vient de conclure une entente de distribution exclusive avec un chef de file canadien en micro-informatique, Computerland. Cette entente est intervenue dans le cadre du programme « garantie de prêt » consenti par le gouvernement du Québec aux étudiants des niveaux universitaire et collégial désireux d'acquiescer un micro-ordinateur. L'élargissement du programme annoncé à l'automne par le ministre Claude Ryan porte à plus de 110 000 le nombre d'étudiants admissibles à une garantie de prêt de 3000 \$. On considère donc qu'il s'agit là d'un marché de 30 millions \$ pour la première année et de quelque 20 millions \$ annuellement, par la suite. Éléments très importants : l'entente assure une uniformité des prix à travers tout le Québec. Qu'il soit à Québec, Montréal, Rimouski ou Chicoutimi, un étudiant paiera le même prix pour un équipement identique. Cette politique peut représenter des économies de 200 \$ à plus de 1000 \$. Toute coopérative étudiante — à l'université ou dans un cégep — peut adhérer au R.I.Q. L'organisme regroupe déjà sept coopératives universitaires sur 17.

C-14

605 AUTOS À VENDRE

CARAVAN 1990 Special Liquidation, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

CARAVAN 89-90, spécial liquidation, Pelletier 881-0033

CAVALIER 1985, 5 vitesses, 19 000 km, très propre, 828-4386

CAVALIER familiale 1983, 71 000 km, peinture/reins/neufs, 847-7553, poignée 644-488

CELEBRITY 85, bon état, propre, 5800 \$ à discuter, 871-0314 soir

CELEBRITY familiale 1986, V6, automatique, Eurosport, 94 000 km, 6800 \$, Soir 652-8846

CHEVROLET Cavalier 1985, 112 000 km, équipement complet, air climatisé, régulateur vitesse, pneus, freins et échappement neufs, listée à 5000\$, autobus 4000\$, échange accepté 822-2424

CHEVROLET Caprice Classic 89, 12 000 km, Garage, 832-8487

CHEVROLET Celebrity familiale, 84, V6, très bonne condition, 5800 \$, 825-2335, 825-2429

CHEVROLET Corsica 1988, 84 000 km, Après 17h 667-5155

CHEVROLET Monte Carlo 77, prix à discuter, 872-4195

CHEVROLET Monte Carlo 1979, 107 000 km, très propre, 839-4773

89, CHEVROLET Dinsley, 4 portes, V6 automatique, climatiseur, Maison Plymouth Chrysler 627-4700

CHRYSLER Fifth Av. 90, 60 000 km, Pelletier 681-0033

CHRYSLER Laborer Médillon 1980, 520 \$ négociable, 837-3180

COLT 100 LX 1989, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

CONTINENTAL 1983, 49 000 km, bon état, Garage, 832-8487

CORVETTE 1967, blanche, Radio Base, pneus thermostatiques, jantes sortie Thru, 31 995 \$, 623-8816

DATSUN 280 ZX GL, 1982, tout équipé, sortie 1 hiver, 831-894

DODGE 600, 1984, 4 portes, tout vit., 4 cylindres, automatique, 35 000 km, très propre, 653-9846

1988, DODGE 600, 4 portes, 4 cyl. automatique, 21 300 km, La Maison Plymouth Chrysler 627-4700

DODGE 600 1986, tout Landou, 4 portes, comme neuf, 49 000 km, cause maladie, 6200\$, 847-7001

DODGE 600 SE 1988, tout équipé, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

1984, DODGE Aries, 4 portes, 4 cyl. automatique, 73 303 km, Maison Plymouth Chrysler 627-4700

DODGE Aries LE 1988, 50 000 km, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

DODGE Caravanne 1986, 2.6i, ref. tout neuf, air, ABS, direction assistée, régulateur, 9 500 \$, 653-9847

DODGE Caravan 1988, 54 000 km, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

89 DODGE Shadow, 4 portes, 4 cyl. automatique, climatiseur, Maison Plymouth Chrysler 627-4700

DODGE Shadow ES 87 Turbo manuelle, tout équipé, 7000\$, 682-5386

1988, DODGE Spirit, 4 portes, 4 cyl. automatique, climatiseur, 18 300 km, La Maison Plymouth Chrysler 627-4700

DYNASTY 89-90, Spécial Liquidation, Pelletier 881-0033

ESCORT 87 manuelle, 72 000 km, parfaite, 4200 \$, soir 882-0237

EXCEL 1988, 33 000 km., 6 000 \$, Soir 627-1935

FIAT 85, rouge, parfaite condition, manuelle, 84 000 km, pneus hiver et été, 7000\$, 687-4679

FORD Econoline 80, 80 000 km, remis chaque hiver, finition intérieure 89, impeccable 827-2824

FORD Escort 86, 2 portes, manuelle, en bon état, 832-9337

FORD Escort 1985, GL, 80 000 km, 2000 \$ discutible, 871-0314

FORD Escort 82, manuelle, prix à discuter, après 18h 833-6530

FORD ESCORT GT 86, rouge, très propre, 5700 \$ 849-6615

FORD Escort L 1984, 5 vitesses, excellente condition, 40 000 km, entre 17h et 21h 822-5009

FORD Fairmont 1981, 85 000 km, très bonne condition, 1000 \$ discutible, Tel. 843-4375

FORD FESTIVA 1989, manuelle, 4 vitesses, 10 500 km, 7000 \$, 624-8450, soir et fin sem

FORD LTD 1979, 50 000 miles, prix à discuter, 844-1145

FORD LTD familiale 1985, V6, automatique, am-fm, 96 400 km, 3500\$, 833-2045 soir

FORD Taurus 88, modèle L, 38 000 km, contactez Hubert 663-3698

LE COIN DE LA CRÉATIVITÉ

LE COIN DE L'ARTISANAT

5074

5120

NO 5074

NO 5120

Ajouter un charme unique au décor de votre maison de campagne avec ces jolis travaux d'applique. Patron et instructions pour oreillers poignés et décorations au mur inclus.

Catalogue anglais « Fashion & Craft » 0252, 48 pages, plus de 150 modèles, 4,25 \$ plus 1 \$ de frais de poste et de manutention.

Les prix sont sujets à changements sans préavis. Écrire vos nom, adresse, code postal, le no du patron et la grandeur, s'il y a lieu. Ne pas demander des mesures autres que celles indiquées. Seuls les mandats-postes et les chèques sont acceptés. Ces patrons ne sont pas remboursables et ne sont pas en vente au bureau du SOLEIL. Ils sont disponibles en ANGLAIS accompagnés d'un lexique FRANÇAIS. Délai de 20 à 30 jours pour la livraison, remettre le chèque au nom de: TORONTO STAR SYNDICATES.

Poster à: Service des patrons LE SOLEIL Reader Mail 7 Curity Avenue Toronto, Ontario M4B 3L8

605 AUTOS À VENDRE

FORD Probe LX 1989, automatique, 4 cyl., 2.3i, ABS-FM cassette, 44 000 km, 13 500 \$, balance de garage transférable, 626-9251

FORD Taurus familiale GL 87, 4 cyl., automatique, 47 000 km, balance de garage, très propre, 11 700\$. Faut voir! 683-1762, 650-1027 après 19h

FORD Tempo GL, automatique 1986, 4 portes, 46 000 km, 5500\$ discutible, 824-4785

FORD Thunderbird 1979, 4000 \$, 847-7832

FORDS 88, 45 000 km, garantie, ontraque 10 ans, 844-3379 soir

GRAND AM 88, 4 portes, tout équipée, garantie, 661-2282, 529-5508

GRAND CARAVAN 1989 air climatisé, 14 500 km, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

GRAND Prix 80, très équipé 3500 \$ discutible, 664-1138

HONDA Accord EXI 87, état neuf, tout équipé, 67 000 km, garantie, 12000 \$, 12 500 \$, 663-6967

HONDA Accord LX 1983, 4 portes, manuelle, 126 000 km., 2000\$ terme, 527-7479

HONDA Accord Hatchback 1986, 5 vitesses, 90 000 km, 652-3516

HONDA Accord 882 manuelle 110 000 km bon ordre 2100\$ 659-3849

HONDA Accord LX 1986, 79 500 km, manuelle, 8000 \$, 658-9228

HONDA Civic 1984, hatchback, 5 vitesses, 3800 \$, Tel. 822-2154

HONDA Civic 1981, très propre, 1350 \$, 661-6682 soir et fin de sem.

HONDA Civic 1984, hatchback, 2800 \$, 651-7822

HONDA Prelude 81, noire, 8000 \$, air, achetée janv. 90, manuelle, état neuf, urgent, 667-6105

HONDA Prelude 87, rouge, 5 vitesses, 40 000 km, allure sportive, 12 000 \$, 12 000 \$, 667-6105

HONDA Prelude 1988 automatique air climatisé, 25 000 km, 667-9778

1988, HONDA EXCEL 2, 2 portes, 4 cyl. automatique, 22 000 km, 667-9778

HYUNDAI Excel 1987, 2 portes, 4 cyl. automatique, 22 000 km, 667-9778

HYUNDAI Sonata 1989 air climatisé, prix à discuter, 687-4679

JAGUAR SOVEREIGN 85 6 cyl., charcol, impeccable, freins à neuf, 64 000 km, 30 000\$, 653-4990

JETTA 86, 5 vitesses, tout équipé, radio-cassette, 524-0382, 492-0321

JETTA 1985, air, gaz, manuelle, 5 vitesses, 40 000 km, 4000\$, 827-4225, 666-8679

JETTA 87, GL, 70 000 km., 8700\$, très propre, 8 pneus, 652-5462

JETTA Carat 1986 équipée 6500\$, 8 pneus neufs 18 831-3321 Nicole Pelletier Dodge Chrysler 627-4700

JETTA GL 1989, 6500 km, garantie, 13 000 \$, 877-4151

JETTA GL turbo diesel, 1988, air climatisé, servodirection 88 000 km, 12 000 \$, 12 000 \$, 667-9778

1988, PLYMOUTH VOYAGER 5 passagers, V6 automatique, 33 200 km, La Maison Plymouth Chrysler 627-4700

89, PLYMOUTH Voyager, 5 passagers, 4 cyl. automatique, Maison Plymouth Chrysler 627-4700

PONTIAC 6000 87, 75 000 km, 8900\$, 843-0327

PONTIAC Firebird 1988, V6, 2.8 litres, Multi-Port, 7000 km, manuelle, 5 vitesses, Denise 1-248-0172

PONTIAC GRAND PRIZE 1989, 19 500 km, rouge, grand, intérieur gris, tout équipé, automatique, overdrive, air climatisé, excellent état, antirouille, balance de garage, 644 totale, P.V. transférable, 654 000 km, 131 000 km, prix à discuter, cause départ à l'étranger, 651-4019

PONTIAC Grand Am LE 1985, blanche, roues sport, pneus neufs, 5 vitesses, 2.3 L, 3000\$, 835-5344

PONTIAC SUNBIRD SE 88, manuelle, mos, tout équipé, 38 000 km, 8300 \$ 661-0513

PONTIAC Sunbird 1989, 2 portes, 5 vitesses, 6 cylindres, 40 000 km, 627-0040

PONTIAC Sunbird SE 1986, 84 000 km, excellente condition, 839-4773

PONTIAC Tempest 1988, manuelle, 2.3 L, 3000 km, 847-7131

PORSCHE 928 S4 1989, automatique, 7000 km, noir, 683-6212

PORSCHE 924, 1977, rouge, 8 000\$, excellent état, 825-2535, 825-2549

PRELUDE 1983, 110 000 km., peinture neuve, manuelle, parfait état, 6500\$ négociable, 83-8666

PULSAR 85, tout ouvrant, 95 000 km, impeccable, fermement propriétaire, 648-8806

RENAULT 5 GTL 85 108 000 km, 12 800\$, négociable, 681-1940

2 RENAULT 5 1984, accidentées 800 \$, soir, 1-888-3218

RENAULT Alliance 84, 90 000 km, 1350\$, 654-0327

RENAULT Fuego 84, 2.2 L., 75 000 km, 2500 \$, 681-1870

SAAB 900S 1986, 2 portes, équipée, 80 000 km, Après 17h, 623-9798

SHADOW 89-90, spécial liquidation, Pelletier 881-0033

SHADOW demo special 1990, Pelletier Dodge Chrysler, 822-2424

SPIRIT ES 1990, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

SUBARU GL 86, 56 000 km, 681-5480

SUNBIRD SE, automatique 1987, 62 000 km, balance de garantie, 7 900 \$, 1-632-9938

SUZUKI Forsa 87, manuelle, 54 000 km, 4900\$ discutible 849-9605

SUZUKI turbo 88, 42 000 km, tout ouvrant, régulateur de vitesse, garantie 100 000 km, 628-9995

TAURUS 89, Spécial Liquidation, Pelletier 881-0033

TEMPEST 89, Spécial Liquidation, Pelletier 881-0033

THUNDERBIRD 85 A VOIR ABSOLUMENT! Moteur neuf, environ 10 000 km, peinture neuve, 7600 \$, 667-9219

TOYOTA 78, autom., 95 000 km, 7500 \$ discutible, 847-2336

TOYOTA 4x4 Tercel SR5 1985, 82 000 km, 6000\$, 849-9089

TOYOTA Camry de luxe sedan 6 cylindres, 1989, équipement complet, 9000 km, 2 tons de gris, freins ABS, over drive, il faut voir! Guy Bouteil, Boul. Toyota, 663-4565, 681-0683

TOYOTA Camry 88 manuelle, 55 000 km, 12 800\$, négociable, 681-1940

TOYOTA Camry LE, 1987, 4 portes, automatique, 833-8904

TOYOTA Celica GT, Liftback, 1987, très bon état, 23 000 km, Après 16h, 661-9369

TOYOTA Corolla SR 5, 81 pour pièce ou route, 300 \$, discutible, 522-0201, 877-2805 soir

TOYOTA Corolla GT5 86, tout ouvrant, roue, 46 000 km, 659-3794, 663-0471

TOYOTA Corolla 86, GT5, Twin Cam noir comme neuf, 8300\$ discutible, 688-1724, soir 628-3218

TOYOTA Corolla 1988, 5 vitesses, 60 000 km, 9200 \$, 9200 \$, 661-9369

TOYOTA Corolla GT5 85, 72571, 80 000 km, 8000\$, 651-7257

TOYOTA Tercel 1983, 100 000 km, automatique, propriétaire féminin, 2500\$ terme, 662-6615 soir

TOYOTA Tercel familiale 86, 5 vitesses, 63 000 km, très bonne condition, 1950\$, 849-5940

625 CAMIONS À VENDRE

TOYOTA Corolla 1987, 5 portes, 5 vitesses, 86 000 km, 7800\$, 842-6899

TOYOTA Corolla 87, 36 000 km, 5 vitesses, 8000 \$, 687-0587

TOYOTA Corolla DX 89, automatique, climatiseur, 3 500 km, 884-2516

TOYOTA Supra 88 Turbo tres propre, intérieur cuir, 622-4744

TOYOTA Tercel 1988, automatique, 44 000 km, garantie 5 ans, 5 km illimité, négociable, 626-9834

TOYOTA Tercel 1981, manuelle, 2 portes, 200 000 km., 6000 \$, 661-8665

TOYOTA Tercel 87, automatique, 41 000 km, 6000\$, 927-0156, 644-4066

TOYOTA Tercel DX 88 42 000 km, 666-4293

VOLKS, achat, vente, Jette, Golf, Fox, Rabbit, réparation, pièces usagées, G. Demers Auto 51-Henri 882-2377

VOLKS Fox 1987, manuelle, 84 000 km, 5700\$, Soir 647-2174

VOLKS Fox GL 1988, 23 000 km, Pelletier Dodge Chrysler 822-2424

VOLKS Fox GLS 1988, bleue, 22 000 km, 5 vitesses, 832-6487

VOLKS Golf 86, 79 000 km, 5 vitesses, à discuter, Josée 684-4950, 628-6511

VOLKS Golf 87, à essence, 5 vitesses, 78 000 km, très propre 651-1638

VOLKS Rabbit LS 83 diesel, 3 portes, plusieurs pièces neuves 3600\$, 833-6391, 837-8916

VOLKSWAGEN Cabriolet 1988, Spécial Edition, automatique, 5200\$, Garantie 5 ans/120 000 km, (tôt le matin ou de 22h à minuit)

VOLKSWAGEN Fox 1987, GL, 4 portes, 45 000 km, bon état, 5500\$, Soir 832-7914

VOLKSWAGEN Fox GL familiale 1988 32 000 km très propre, 627-2824

VOLKSWAGEN Golf 1987, 57 000 km, entretien irréprochable, 8200\$, Garantie 5 ans/120 000 km, Philippe 652-7581

VOLVO 740 GL, 1990 5 vitesses, aucun comptant 583 825 + 9%, Exode Auto inc. 650-3305, 664-5111

VOLVO 740 GLE 1986, automatique, 80 000 km., 877-2691

VOLVO 740 GLE 1987, manuelle, 5 vitesses, 18 500 \$, 681-5358

VOLVO Turbo 1984, 240 G.T.L. 100 000 km, 4 portes, tout ouvrant, 10 000 \$ 828-9463 après 15h30

VOLVO Wagon 1983, 97 000 km, négociable 5545 \$, 651-2931, 822-2107

VOYAGER 86, 5 places, mécanique, carrosserie A-1 8395 \$, 848-1479

VOYAGER 1985, modèle SE, tout équipé 112 000 km, 871-5642

VOYAGEUR 89, spécial liquidation Pelletier 881-0033

622 4 x 4

BLAZER Tahoe 2 X 4, V6, automatique, 10 900 km, impeccable, 10 900 \$, 878-7752

GMC 4x4 pickup, 5 1988 et JIMMY 1989, 19 000 km, Bouchard Pontic Buick 824-4201

GMC BLAZER 89, Pelletier Autos 681-0033

JEEP Nissan Pathfinder 1987, bas mileage, 624-2674

PATHFINDER SE 87, 5 vitesses, 79 000 km., 624-0748

1989 RANGER Custom 4x4, V6, 5 vitesses, 9000 km, boîte courte, tout équipé, 847-0427

SIDELICK JLK 1989, 17 000 km, tout rigide, air, noir, 835-3503

TOYOTA Four Runner 88, 43 000 km, garantie, 832-0116

Trooper 11 87, 44 000 km, manuelle, air climatisé 14 000\$ 622-0502

URGENT, Jeep Sahara, mal 1989, 2 toits plus portes basses, 10 000 km, tout équipé, 681-2599

625 CAMIONS À VENDRE

AUBAINE, très bonne condition: 2 Step Van et 1 Cube 12 pieds, moteurs de compagnie neufs et transmissions récentes, réparations de 12 000\$ et plus sur chacun, tout vendre, 9000\$, ch. 1-800-567-8647 ou 1-819-375-5446

CAMION avec Hiab, 6 à 10 roues, plate-forme 16 à 20, Pelletier Autos 681-0033

CAMION Boom Truck 8 L, 48 à 60, Pelletier 681-0033

CAMION plate-forme diesel 14 à 22, Pelletier 681-0033

CAMION réfrigéré, 12 à 18, Pelletier Autos 681-0033

DODGE MAXIVAN 88 Pelletier Autos 681-0033

DODGE VAN 86, avec échelle 28 Pelletier 681-0033

FORD F250 88 Pelletier Autos 681-0033

625 CAMIONS À VENDRE

FORD Pick-Up la tonne, 1988, comme neuf, 12 900\$, 626-6127

FORD Ranger 1988, boîte tonne, de luxe, garantie 18 500 km, 9750 \$, 878-4717

GMC 88, 3/4 TONNE Pelletier Autos 681-0033

GMC 1986 Jimmy V6, manuelle Bouchard Pontic Buick 824-4201

1989, GMC Pick-Up, 1/2 tonne, V8 automatique, 20 185 km, La Maison Plymouth Chrysler 622-4700

GMC STEP VAN, 14 PELLETIER Autos 681-0033

HI-CUBE essence, diesel 88 PELLETIER Autos 681-0033

MINI RAM 85 Pelletier Autos 681-0033

NACELLE 34 à 55 Pelletier Autos 681-0033

PICKUP DATSUN King Cab 1980, 20 185 km, L'auto, parfaite condition, 1-277-2088

PICKUP Ford F250 XL 85, 6.9 litres diesel 149 000 km., 877-3830

PICK-UP Mazda B2000 84, 106 000 km, 4200\$ non négociable, 623-2030

PICKUP Toyota, 1988, 2x4, 21 000 km, boîte de fibre, 626-9247

PICKUP Toyota 1985, 76 000 km, 5200\$, 842-0756

VANDURA 1989, 21 000 km, achte en déc. 89, garantie prolongée transférable, 14 900 \$, 663-3633

637 EQUIPEMENT DE FERME

TRACTEUR Renault 651, 4 cyl., diesel, 1980, 4x4, 1900 heures, souffleur, cabine, loader, 1-228-7872

663 MACHINERIE

PELLE Nissan, 1989, avec casse-béton, modèle 260, 53 000 \$, 350 heures, Chorozer sur roues 1989, modèle 810, 38 500 \$, 843-1867

A VOIR! Pepine Case 680, moteur, transmission, torce etc. refaits à neuf, 651-8846

CHARIOT élévateur d'entretien, 3000 lbs, Pelletier 681-0033

DEMOTTEUSE à rouleaux avec boîte de 14 verges pour terre noire, 5000 \$, 876-2088

TRONCONEUSE "Slasher" Tanquay CC1008-5025, en bas de 65 000 \$,

PAS DE SORNETTES



juste
L'HEURE JUSTE

plus des voitures de qualité
à la fine pointe de la technologie

Vos concessionnaires

TOYOTA