

Restaurant-Bar  
Réception

LE LOUP-GAROU Liée

Motel Universel

# LE SUPPLÉMENT

DU ST-LAURENT ÉCHO

À l'intérieur  
Encarts  
Publicitaires  
**Provigo  
Métro**

1 SUPPLEMENT, ST LAURENT, ECHO-MERCREDI LE 7 MARS 1984

## Reine du 19e Carnaval de St-Hubert



Dimanche le 19 février était couronnée Sonya 1ère, reine du 19e Carnaval de St-Hubert. C'est devant une assistance de plus de 500 personnes que les cérémonies du couronnement se sont déroulées. Manon 1ère, reine 1983, lui a remis la couronne et le maire, Réal Malenfant, la clé de la municipalité.

On sait que la reine était choisie par le plus de billets vendus.

Sonya est la fille de M. et Mme Laurent April de St-Hubert.

Félicitations et bon règne à sa majesté Sony 1ère.

## La Croix Rouge...c'est la jeunesse!

Le Service jeunesse de la Croix-Rouge oeuvre en milieu scolaire depuis plus de 60 ans. Aujourd'hui, il prépare et distribue des dossiers pédagogiques sur les thèmes de l'hygiène, de la santé et de la sécurité. Un de ses programmes les plus populaires est "Gardiens avertis", qui attire chaque année des milliers d'adolescents désirant devenir des gardiens fiables et compétents.

Les coordonnateurs du Service jeunesse sillonnent sans cesse la province pour rencontrer les professeurs et

participer à des ateliers de formation ou des journées pédagogiques. Les bénévoles jouent également un rôle important en veillant à la diffusion des programmes jeunesse dans les écoles primaires et secondaires, oeuvrant notamment auprès des comités de parents.

Préoccupé avant tout de la santé des jeunes, ce service répond de plus aux questions des adolescents sur les maladies transmissibles sexuellement.

La Croix-Rouge offre

bien d'autres services, par exemple les Services de sécurité aquatique, du sang et de santé et action communautaire. Elle contribue également à l'aide internationale. Pour poursuivre son travail, cet orga-

nisme bénévole compte sur votre contribution.

Appuyons notre Croix-Rouge... Souscrivons aujourd'hui même!

Pour faire parvenir votre don ou pour en

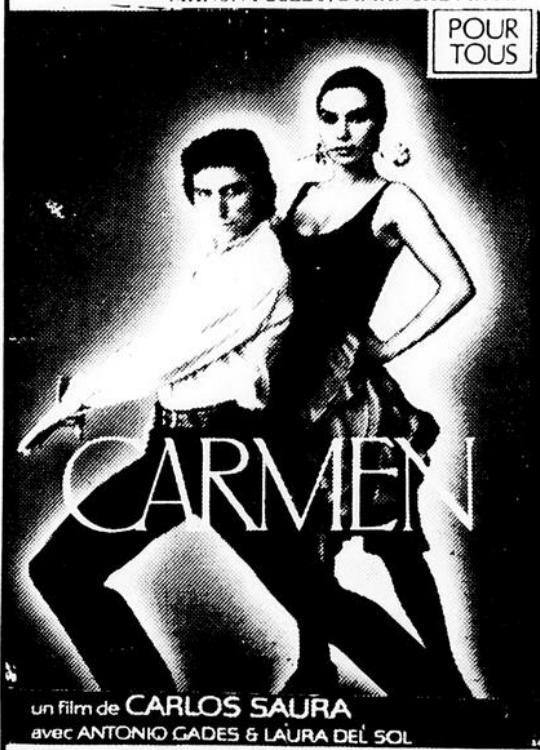
savoir plus long sur nos programmes, veuillez composer le 862-2875 ou vous adresser à Berthe Marquis, Mme, 95 Amyot, app. 204, Rivière-du-Loup, G5R 3G4.

### LE PLUS GRAND FILM DU FESTIVAL

- RICHARD GAY, LE DEVOIR

DANS LE CADRE DU RÉCENT FESTIVAL DU FILM, IL FUT LE PLUS COURU ET LE PLUS APPLAUDI... À VOIR ABSOLUMENT.

- MANON PÉCLET, DIMANCHE MATIN



+ La plante  
La plante: 7h30 Carmen: 7h40  
9 au 15 mars

Théâtre PRINCESSE  
Rivière du Loup 862 3291 SALLE 2  
Affiliation: Cine Agence

«Nous sommes le futur...  
et rien ne peut nous arrêter.»

18 ANS  
Adultes



## LA CLASSE DE 1984

avec PERRY KING • MERRIE LYNN ROSS • TIMOTHY VAN PATTEN  
et RODDY McDOWALL un film de MARK LESTER

chansons de ALICE COOPER



9 au 15 mars  
Belles: 7h30  
La classe: 9h00

Théâtre PRINCESSE Salle 1  
Rivière du Loup 862 3291

EN MANCHETTE CETTE SEMAINE DANS



## Photos-reportages sur deux graves incendies à Rivière-du-Loup

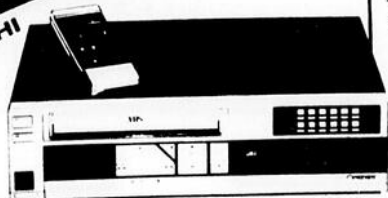
Les Télévisions  
Rivière-du-Loup inc.

176 Lafontaine, Rivière-du-Loup 862-8532

Vidéo VT-33 @ HITACHI  
4 programmes,  
14 jours

Spécial:

769.95\$

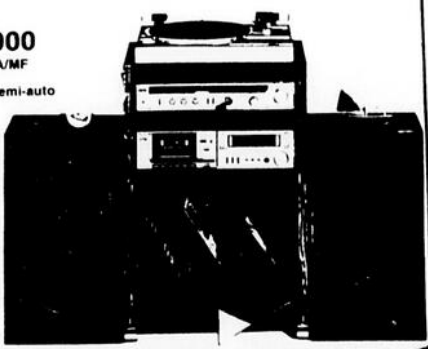


### Système SR 1900

-SR 1900 récepteur stéréo MA/MF  
• 20 watts/ canal  
-HT-1 platine tourne-disque semi-auto  
• servo moteur cc  
• cartouche enfilable  
• Rapport signal/bruit 70db  
• DE 11 magnétophone

à cassette  
• 3 positions polarisation  
-HSP-305 haut-parleurs  
• 30 watts, 2 voies  
LAC 2001 mobile à  
roulettes lin noyer  
Reg. 899 \$ Spécial

689.00\$

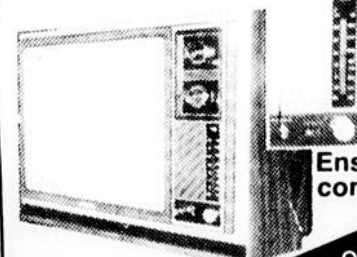


### Téléviseur CT1933R

20" couleur, avec section  
AM-FM, cabinet en bois

649.95

Ensemble  
complet



LA QUALITÉ PRIME TOUJOURS CHEZ  
**HITACHI**  
Concessionnaire autorisé

# UNIPRIX

*Des pharmacies pas comme les autres!*


PROMOTION DU 7 MARS AU 17 MARS 1984


**DENYSE COTE**

298 Lafontaine, Rivière-du-Loup

Ouvert du lundi au samedi 9h. à 21h.

**862-7042**

TEL QU'ANNONCE A LA 



**COLGATE**  
Dentifrice 100 ml

**1 09\***


TEL QU'ANNONCE A LA 




COLLECTION  
OFFICIELLE QUÉBEC 84"

11" x 14" **3 95\*** ch.

POSTERS  
"LES GRANDS VOILIERS":  
MER & MONDE 18" x 24" **4 95\*** ch.

TEL QU'ANNONCE A LA 



**OXYDOL**  
Savon 6 litres

**3 59\***

TEL QU'ANNONCE A LA 



**HORMODAUSSÉ**  
24 ampoules buvables

**10 99\***



**PAMPERS**  
Couches jetables, format de 48 Premiers-Pas ou 40 Premiers-Pas Plus ou 60 Super-absorbantes

**9 79\***

Pour la maison



**HI-DRI**  
Essuie-tout blanc, 2 rouleaux

**1 09\***

Marques de prestige à prix exceptionnels



<b>UNIPHARM</b> Alcool à friction ISOP, 450 ml	<b>UNIPHARM</b> Digestif 500 ml	<b>UNIPRIX</b> Dissolvant pour vernis à ongles 114 ml	<b>UNIPRIX</b> Liquide anti-buée et nettoyante 30 ml	<b>UNIPRIX</b> Eau minérale 750 ml
<b>1 39*</b>	<b>2 59*</b>	<b>1 39*</b>	<b>1 79*</b>	<b>59¢*</b>

Soins personnels



**L'ORÉAL HAUTE MODE**  
Shampooing colorant, teintes assorties

**4 99\***



**FACELLE ROYALE**  
Papier mouchoir blanc, boîte de 100

**89¢\***



**PRET**  
Shampooing revitalisant 300 ml plus 150 ml en boni

**2 59\***



**FACELLE ROYALE**  
Papier hygiénique blanc, 4 rouleaux

**1 69\***



**PRÉPARATION-H**  
Onguent 50 g

**2 99\***



**CONCEPTROL SUPREME**  
12 condoms

**3 99\***



**ROYAL GINSENG**  
100 capsules de Bio Chimique

**8 79\***



**BIC**  
10 rasoirs plus 2 en boni

**1 44\***

Sur remise du coupon du 7 mars au 17 mars 1984. Limite 3 par client.

VOUS NE PAYEZ LE PRIX COUPE ANNONCE QUE SUR REMISE DU COUPON AU COMPTOIR SEULEMENT. DISPONIBILITÉ GARANTIE. Si nous ne pouvons vous fournir le produit que vous désirez au prix coupé annoncé durant cette promotion, nous vous GARANTISSONS le même bas prix coupe dès que notre stock sera renouvelé. en vous remettant un BON D'ACHAT DIFFÉRE. CONSULTEZ NOTRE CIRCULAIRE POUR DE NOMBREUX AUTRES SPÉCIAUX

Les dessins sont utilisés pour fins d'illustration seulement. Les descriptions prévalent sur les illustrations en tout temps.

# Les jeunes filles sont-elles plus sensibilisées à l'importance d'un bon régime alimentaire?

Dans le cadre de l'Enquête condition physique Canada, on demandait aux participants d'évaluer leurs habitudes alimentaires au cours de l'année écoulée. Parmi les jeunes de 10 à 19 ans (une population d'environ 2 158 000 garçons et 2 061 000 filles), on a observé une proportion substantielle d'individus qui ont déclaré consommer moins de graisses, de lipides et de sel.

Les filles, en particulier, manifestent une consommation croissante de fruits et décroissante de lipides et de sel. Par contre, il semblerait qu'elles se nourrissent moins régulièrement que l'année précédente si on les compare aux garçons. On observe aussi que les filles sont moins nombreuses à prendre régulièrement un petit déjeuner riche en protéines.

Ces données peuvent indiquer que les filles se soucient davantage d'adopter un bon régime alimentaire ou peuvent simplement mettre en évidence qu'elles attachent plus d'importance au contrôle de leur poids (60 p.c. des filles comparativement à 39 p.c. des garçons de 10 à 19 ans considèrent que, pour bien se porter, il est très important de contrôler son poids).

L'Enquête condition physique Canada s'est déroulée entre février et juillet 1981. Les enquêteurs ont interrogé quelque 22 000 Canadiens de 10 ans et plus et ont fait subir des tests de condition physique à plus de 16 000 sujets de 7 à 69 ans. Les résultats se trouvent dans divers rapports qui sont publiés régulièrement par l'ECPC de même que dans ces bulletins de FAITS SAILLANTS, disponibles sur demande.

Régime alimentaire, âge 10-19, Canada, 1981

1. Modifications apportées au régime au cours de l'année écoulée, suceries: garçons: plus 11%, moins 44%, autant 43%. Filles: plus 14%, moins 45%, autant 39%. Fruits: garçons: plus 46%, moins 9%, autant 43%. Filles: plus 56%, moins 8%, autant 33%. Lipides: garçons: plus 17%, moins 27%, autant 53%. Filles: plus 12%, moins 39%, autant 45%. Aliments salés: garçons: plus 12%, moins 30%, autant 55%. Filles: plus 10%, moins 35%, autant 50%. Repas réguliers: garçons: plus 23%, moins 16%, autant 59%, filles: plus 20%, moins 22%, autant 55%.

2. Petit déjeuner: garçons: 67% avec protéines, 20% sans protéines, 14%

pas de petit déjeuner. Filles: 56% avec protéines, 26% sans protéines, 19% pas de petit déjeuner.

## La Corrélation entre un bon état de santé et l'activité

Comme l'indique le bulletin de FAITS SAILLANTS No 8, les Canadiens actifs jouissent d'une meilleure santé. Les résultats de l'ECPC montrent que les personnes qui ont une activité régulière ont donné une meilleure performance dans tous les tests de condition physique, ont déclaré se sentir mieux émotionnellement, se sont estimés en meilleure santé et ont été éliminés des tests en plus petit nombre pour des raisons médicales.

Si les personnes actives se portent mieux que les autres, cela peut résulter directement de l'activité qu'elles déploient ou il se peut que ce soit leur bon état de santé qui les entraîne à être actives. Quoi qu'il en soit, il semble bien que la santé et l'activité physique soient en relation très étroite. En fait, l'enquête révèle que les Canadiens actifs ont aussi tendance à ne pas fumer, à dormir sept ou huit heures chaque nuit et à prendre un petit déjeuner substantiel (voir le tableau ci-dessous).

En outre, 60 p.c. de la population de 10 ans et plus ont placé au premier rang des raisons de pratiquer une forme d'activité le désir de "se sentir mieux mentalement et physiquement". L'ECPC ne permet pas d'affirmer que l'activité engendre un bon état de santé ou tiennent de mauvaises habitudes d'hygiène tuent l'activité. Il est probable que l'une et l'autre assertion soient vraies. Cependant, il semble évident que l'activité, le bien-être physique et mental et les bonnes habitudes d'hygiène aillent ensemble. Pour les personnes actives, cela est l'évidence même. Les Canadiens ont donc à relever le défi de devenir plus actifs et d'inciter les autres à en faire autant.

L'Enquête condition physique Canada s'est déroulée de février à juillet 1981. Dans le cadre de cet exercice, on a interrogé 22 000 Canadiens de 10 à 97 ans et on a administré plus de 16 000 tests de condition physique à des sujets de 7 à 69 ans. Les résultats paraissent régulièrement, dans des rapports détaillés ainsi que dans ces bulletins de FAITS SAILLANTS, disponibles sur demande.

L'activité et les habitu-

des d'hygiène 20 ans et plus, Canada 1981. Chez les sujets combien... actifs\*\* 37% fument?, 70% dorment 7 ou 8 h?, 51% prennent un petit déjeuner substantiel? Moyennement actifs: 44% fument?, 70% dorment 7 ou 8 h?, 45% prennent un petit déjeuner substantiel? Sédentaires moyenne: 42% fument?, 63% dorment 7 ou 8 h?, 43% prennent un petit déjeuner substantiel? Nationale: 40% fument?, 69% dorment 7 ou 8 h?, 48% prennent un petit déjeuner substantiel? \* Qui comporte des protéines sous forme de viande, de lait ou de fromage. \*\* Les sujets "actifs" sont ceux qui pratiquent, en moyenne, une activité trois heures par semaine ou davantage, au moins neuf mois par année.

des d'hygiène 20 ans et plus, Canada 1981. Chez les sujets combien... actifs\*\* 37% fument?, 70% dorment 7 ou 8 h?, 51% prennent un petit déjeuner substantiel? Moyennement actifs: 44% fument?, 70% dorment 7 ou 8 h?, 45% prennent un petit déjeuner substantiel? Sédentaires moyenne: 42% fument?, 63% dorment 7 ou 8 h?, 43% prennent un petit déjeuner substantiel? Nationale: 40% fument?, 69% dorment 7 ou 8 h?, 48% prennent un petit déjeuner substantiel? \* Qui comporte des protéines sous forme de viande, de lait ou de fromage. \*\* Les sujets "actifs" sont ceux qui pratiquent, en moyenne, une activité trois heures par semaine ou davantage, au moins neuf mois par année.

\* Qui comporte des protéines sous forme de viande, de lait ou de fromage.

\*\* Les sujets "actifs" sont ceux qui pratiquent, en moyenne, une activité trois heures par semaine ou davantage, au moins neuf mois par année.

## Clôture du Carnaval de St-Hubert

Samedi, le 25 février avait lieu les dernières festivités du Carnaval de Saint-Hubert.

Une parade dans les rues avec chars allégoriques avait lieu pour se terminer par le "bal de la reine" à l'Hôtel Central. Parents et amis étaient présents pour acclamer Sa Majesté Sonya 1ère.

Le Carnaval de St-Hubert fut un franc succès à tous points de vue. Les organisateurs de ce carnaval qui n'ont pas ménagé leurs efforts, se sont vus remerciés par la partici-

pation inégalée de la population et par l'atmosphère de gaieté qui y régnait.

Les profits accumulés serviront à l'organi-

sation de loisirs.

Merci à nos duchesses, félicitations aux organisateurs, à la population, à l'an prochain pour le 20e Carnaval.

**MARIAGE**

**PHOTO ALAIN CÔTÉ ENR.**

Un service à votre mesure

**862-6116**

FAIRE-PART COMMERCIAL

## HUILE/GRAISSAGE/FILTRE

# 17.95\$



- Vérification niveau huile de transmission
- Freins
- Servo-direction

**TIRAGE**  
Un tirage d'un bon d'achat d'une valeur de \$50.00 sera tiré à chaque vendredi et échangeable pour la prochaine réparation de votre automobile chez 4 Saisons-Chev.-Olds.

\* Cette offre est valable jusqu'au 31 mars '84



CHEVROLET  
OLDSMOBILE



**SERVICE GARANTI**  
PIÈCES GM GARANTIES  
PRIX GARANTI



**4 Saisons Chevrolet Oldsmobile**  
101 Boulevard Cartier, Rivière-du-Loup **862-6324**



avec **CAVLINE JOYCE**  
**LINA ROMAY**

## La Fille à tout faire

Débutant à 7h30

**Vous êtes invités à la satisfaction totale!**

*Le Club des Plaisirs*

**9 au 15 mars**

**CINEMA Capitol**  
862-3419

Sur présentation de ce coupon, obtenez un escompte de 0.50c par billet. Un coupon par client.

# L'Assomption-Vie bénéficie de la tournure des affaires et enregistre de gros progrès

Les perspectives économiques des prochaines années sont plus reluisantes que juste un an passé, selon Simon Bujold, C.A., président et chef de la direction de l'Assomption Mutuelle d'Assurance-Vie. S'adressant aux détenteurs de police

réunis pour l'assemblée annuelle le mardi 21 février dernier, M. Bujold a souligné que le taux d'inflation et d'intérêt sont revenus à des niveaux plus normaux, malgré que le chômage continue d'afficher un taux excessif et est en voie de s'installer comme le problème

numéro un des Canadiens pour quelque temps encore.

Le président a déclaré que, bien que lente, la reprise économique a été soutenue en 1983. Les déboursés de consommation et l'investissement en immobilisations ont repris leur allure et, bien que faiblement, cette augmentation devrait se poursuivre en 1984.

M. Bujold a souligné que l'industrie de l'assurance-vie s'est adaptée aux changements et a su trouver des solutions qui, pourtant, sont rarement évidentes et faciles. "Ce

qui importe avant tout, a déclaré M. Bujold, c'est de prendre goût aux défis que pose le contexte économique actuel et de le relever de façon dynamique pour répondre aux attentes de la clientèle".

Les nouvelles ventes d'assurance-vie individuelle de l'Assomption-Vie ont atteint en 1983 le niveau de \$2 654 000 en primes annualisées, ce qui représente une forte augmentation par rapport aux ventes de l'année précédente. Les régimes collectifs ont eux aussi connu une hausse sensible en 1983. Selon M. Bujold, les objectifs fixés ont été

en grande partie réalisés, le revenu total de la Compagnie atteignant \$39 465 000 pour une augmentation de 5,8% par rapport à 1982. Le rapport annuel fait également état d'une évolution acceptable en fait de revenus de primes, de rentes et de placements.

L'actif de la Compagnie se chiffre maintenant à \$155 214 000, enregistrant une augmentation de 11,2% sur l'année précédente. Quant aux affaires en vigueur, contrats d'assurance et de rentes, elles sont sur la voie des \$2 milliards, se chiffrant à \$1 795 000 000

à la fin de 1983. La ligne importante des états financiers, celle du bénéfice net de l'exercice, affichait comme résultat le chiffre de \$1 147 000 comparativement à \$821 000 en 1982.

M. Bujold a mentionné le temps et les efforts mis à orienter la Compagnie de façon à affronter les situations nouvelles ont porté fruit. "Nous avons aussi à introduire de nouveaux produits sur le marché, a ajouté M. Bujold, et les résultats en nouvelles ventes nous encouragent à poursuivre nos efforts dans ce domaine".

Gilbert Doucet, vice-président et chef des opérations, a repassé les faits saillants du rapport annuel. Il a, entre autres, fait ressortir les sources de revenu et leur attribution, en plus d'expliquer comment les bénéfices non répartis ont été portés au bilan.

Rodolphe LeBlanc, C.A., de la firme LeBlanc, Doucet, Bujold/Maheu, Noiset, et Richard Bisson, F.I.C.A., ont respectivement donné les certificats d'évaluation et de réserve actuarielle.

L'assemblée annuelle était présidée par M. Gilbert Finn, A.V.A., président du conseil d'administration. Une centaine de détenteurs de police ont assisté à la réunion, en plus des administrateurs, des membres de la direction et des officiers internes. M. Finn s'est plu à souligner que les objectifs d'un plan de cinq ans adopté en 1979 avaient été largement dépassés. Par ailleurs, il a rappelé quelques chiffres de 1950, alors qu'il entraînait au service de l'Assomption. "Les progrès, a-t-il conclu, ont été vraiment remarquables".

**SEULEMENT**  
**5\$**

pour préparer votre déclaration d'impôt provincial quand vous nous confiez votre déclaration d'impôt fédéral.

Et le travail des spécialistes H&R Block est toujours garanti!

La solution  
**H&R BLOCK**  
pour votre impôt

556 rue Lafontaine  
Rivière-du-Loup  
867-2760

**Le plus grand choix de briques et pierres de la région**  
fourniture et pose



**ESTIMATION GRATUITE**

**867-1173**

bureau, 47, 1er rang est, St-Antoine



*Oui mon Colonel!*



**Le Dîner**  
3 morceaux, frites, salade et pain  
**2,65\$**

avec ce bon Ord.: 3,75\$  
**La Villa du Poulet**  
Expiration: 1<sup>er</sup> avril 1984.



**Seau de 15 morceaux**  
(5 à 7 personnes)  
**8,75\$**

avec ce bon Ord.: 10,60\$  
**La Villa du Poulet**  
Expiration: 1<sup>er</sup> avril 1984.

## LA DENTUROLOGIE

### Les réparations

Une des tâches du denturologiste est celle de réparer les prothèses dentaires. Malheureusement, ce fait est très souvent méconnu du public. Il n'est pas simple de réparer une prothèse brisée car un tel travail doit être effectué minutieusement en plusieurs étapes, dans un laboratoire. Même lorsqu'elle est bien réparée, une prothèse doit être vérifiée en bouche par votre denturologiste.

Beaucoup de gens réparent eux-mêmes leur prothèse avec de la colle. Ils ont tort. Une telle réparation n'est pas durable et la présence de colle empêchera ensuite le denturologiste de repositionner adéquatement les parties brisées. Dans de tels cas, il vaut mieux vous adresser immédiatement à votre denturologiste; celui-ci ne recolle pas les parties brisées mais il les joint à l'aide d'un acrylique neuf. Qu'il s'agisse d'une prothèse brisée ou d'une dent détachée, la réparation est toujours effectuée avec un nouvel acrylique.

Il faut toutefois signaler qu'une réparation n'est jamais garantie. Dans la majorité des cas, les brisures ou pertes de dent (s) surgissent lorsqu'une prothèse est vieille. Il est alors préférable de la renouveler pour la raison suivante. L'instabilité de la prothèse en bouche peut entraîner des problèmes d'occlusion et provoquer un bris, d'autant plus facilement que la prothèse est ancienne. Une réparation ne peut corriger les motifs à l'origine de la fracture, ce qui implique qu'un nouveau bris peut survenir, non plus à l'endroit de la réparation, mais juste à côté.

Si votre prothèse doit être réparée, consultez votre denturologiste. Etant donné sa compétence, il pourra effectuer une réparation de qualité et sécuritaire; il vous évitera ainsi bien des ennuis puisqu'il pourra, en même temps, faire les ajustements nécessaires.

Sujet de la prochaine chronique: Rebasage et regarnissage

### Montréal, site de la conférence du Toastmasters International en 1984

Toastmasters International, un organisme mondial qui dispense des programmes de formation au commandement et à la communication et des cours d'art oratoire, tiendra sa conférence régionale à l'hôtel Sheraton Mont-Royal du 8 au 10 juin 1984. On y attend environ 700 membres issus de 26 clubs situés au Québec, dans l'est de l'Ontario et le nord de l'Etat de New York.

Sous le thème "Montréal... avec plaisir!", la conférence s'attachera à faire connaître aux délégués les nombreux attraits, le charme indiscutable et le caractère chaleureux de cette grande ville cosmopolite. Une joute oratoire opposant huit finalistes de district à l'issue de laquelle un délégué régional sera appelé à nous représenter au concours mondial d'art oratoire qui se tiendra à Orlando, Floride, en août 1984 clôturera la conférence.

Le président de la conférence, M. Vigi Gurushanta de Bea-

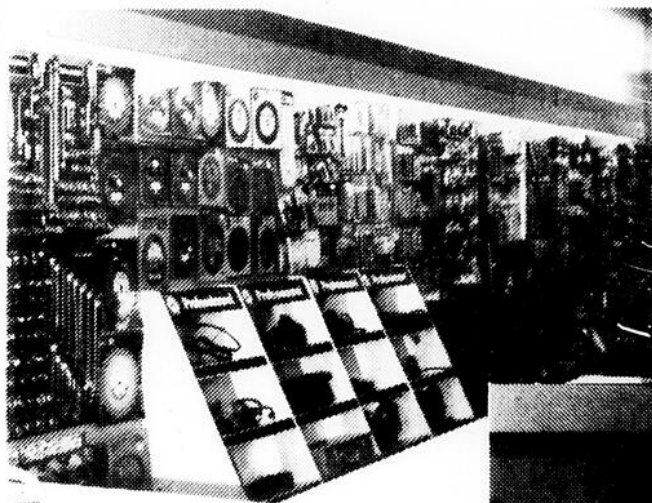
consfield, a déclaré qu'il attendait environ 1.200 délégués et invités, ce qui devrait briser tous les records d'assistance antérieurs à des conférences similaires. Il a également précisé que le programme des activités pourrait aisément se comparer à celui d'un congrès annuel du TI. Le président international, M. Edward Dunn du Dakota Sud, de même que d'autres dignitaires du TI assisteront à la conférence.

Les programmes de formation au commandement et à la communication dispensés par les clubs Toastmasters sont fort prisés par les dirigeants de tous les paliers de gouvernement tant au Canada qu'aux Etats-Unis. Ils le sont également par les organismes commerciaux, sociaux et culturels de même que par la haute direction de plusieurs multinationales. Toastmasters International dont le siège social est situé à Santa Ana, Californie, regroupe environ 100.000 membres répartis dans 4.500 clubs et 45 pays.

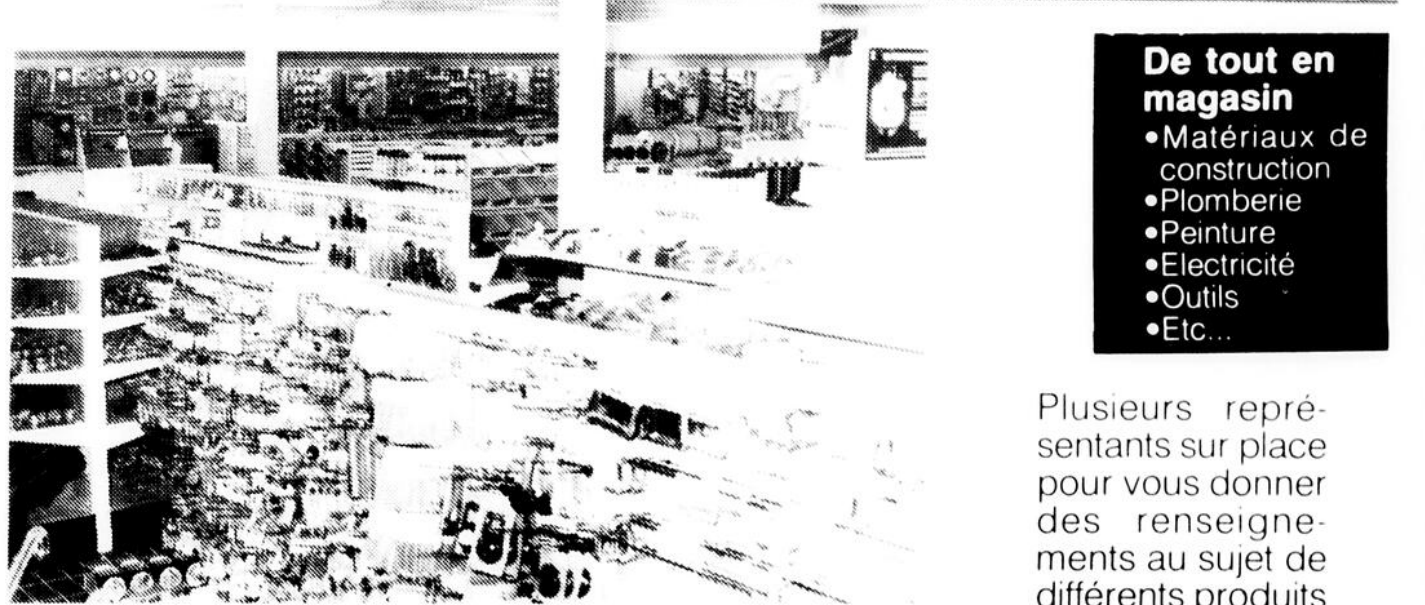
NOUVEAU - NOUVEAU - NOUVEAU - NOUVEAU - NOUVEAU

# OUVERTURE OFFICIELLE LE JEUDI 8 MARS AU 70 RUE FRASER

## Nombreux spéciaux en magasin



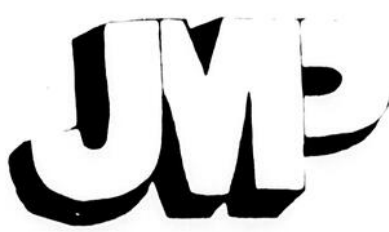
Escompte de **20%**  
sur toute la marchandise en magasin à l'exception des matériaux et des marchandises déjà réduites



### De tout en magasin

- Matériaux de construction
- Plomberie
- Peinture
- Electricité
- Outils
- Etc...

Plusieurs représentants sur place pour vous donner des renseignements au sujet de différents produits



# Les Matériaux **Fer plus** J.M. Pelletier inc.

70 rue Fraser Rivière-du-Loup 867-3003

LIVRAISON DANS TOUT LE TERRITOIRE

# "Le guide Vidéo" disponible dans les succursales des Super-marchés Provigo

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

Depuis plus d'un an, le marché de la vidéo-cassette connaît un

essor extraordinaire. Les consommateurs, devant le choix de plus en plus imposant de titres disponibles, ont besoin d'un outil parfaitement adapté à leurs besoins, de consultation rapide et pratique. Le GUIDE VIDEO veut répondre à cette nécessité de renseigner les utilisateurs sur les films qui sont à leur disposition, tout en donnant une idée générale du contenu de chacun. Plus de 2000 titres sont analysés dans ce livre.

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

Québec, ont commandé leur copie par la poste.

Devant un tel accueil, le CINE VIDEO CLUB a tenu à ce que sa publication devienne accessible au plus grand nombre. Aussi une

entente a été conclue avec les SUPER-MARCHÉS PROVIGO pour assurer la distribution du GUIDE VIDEO, à prix populaire et à travers tout le Québec.

LE GUIDE VIDEO, un ouvrage de réfé-

rence où sont répertoriés la plupart des films populaires disponibles sur cassettes, est maintenant à la portée de tous.

En terminant, notons que la 2e édition du

GUIDE VIDEO est en préparation. "LE GUIDE VIDEO", un instrument indispensable pour mieux connaître le marché du vidéo!

SUIVEZ LE GUIDE...

## Historique du sous-titrage

La technique et la technologie du sous-titrage codé ont été

d'abord implantées aux Etats-Unis. Le 16 mars 1980, la première émission américaine sous-titrée fut diffusée et les décodeurs mis en vente.

L'espoir naquit chez les malentendants canadiens. Mais, il était impossible de se procurer un décodeur au Canada, donc de faire apparaître les sous-titres sur leur écran.

exige, comme condition à l'obtention d'un permis d'exploitation, que les télédiffuseurs sous-titrent une partie importante de leurs émissions.

Le 4 janvier 1982, le réseau français de Radio-Canada diffusait la première émission sous-titrée codée par des Canadiens pour les malentendants canadiens.

A la fin des années 80, le Comité spécial concernant les handicapés publia son rapport **Obstacles**, recommandant l'établissement d'un centre canadien de sous-titrage. Ce rapport recommandait également que le CRTC

Pour de plus amples renseignements, téléphonez ou écrivez à: L'Agence canadienne de développement du sous-titrage, 910, rue de la Gauchetière, E. bureau 290, Montréal, Québec, H2L 2N4, Tél. (514) 284-9125.

# pharmacie brunet

## C'EST BIEN

<b>CENTRE PHOTO</b> DÉVELOPPEMENT DE FILMS-COULEURS PROCÉDÉ C-41 <table border="1"> <thead> <tr> <th></th> <th>RÉG.</th> <th>SPECIAL</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>12 poses</td> <td>7.79\$</td> <td>3<sup>97</sup></td> </tr> <tr> <td>15 poses</td> <td>8.69\$</td> <td>5<sup>57</sup></td> </tr> <tr> <td>24 poses</td> <td>12.99\$</td> <td>8<sup>17</sup></td> </tr> <tr> <td>36 poses</td> <td>18.39\$</td> <td>11<sup>77</sup></td> </tr> </tbody> </table>		RÉG.	SPECIAL	12 poses	7.79\$	3 <sup>97</sup>	15 poses	8.69\$	5 <sup>57</sup>	24 poses	12.99\$	8 <sup>17</sup>	36 poses	18.39\$	11 <sup>77</sup>	<b>Cosmétiques REVLON et ANNABELLE LIQUIDATION</b> Escompte de <b>50%</b>
	RÉG.	SPECIAL														
12 poses	7.79\$	3 <sup>97</sup>														
15 poses	8.69\$	5 <sup>57</sup>														
24 poses	12.99\$	8 <sup>17</sup>														
36 poses	18.39\$	11 <sup>77</sup>														
<b>CIGARETTES</b> Toutes marques populaires canadiennes  <b>12.69 CH.</b> limite 3 par client	<b>PAMPERS</b> Absorption normale - 72 Super absorbante - 54 Super absorbante - 60 Premier pas - 48 Premier pas plus - 42  <b>8.99 CH.</b>	<b>"FACETTE"</b> Papier mouchoir format 400  <b>1.59 CH.</b>	<b>NUTRI-DIÈTE</b> Saveur assorties Pouding 18 sachets ou Lait fouetté 20 sachets  <b>8.39 CH.</b>													
<b>VASELINE</b> Lotion 500 ml  <b>2.99 CH.</b>	<b>LALCO "VITAL"</b> Produit Naturel 60 capsules  <b>4.29 CH.</b>	<b>ALPHA KERI</b> Huile de bain 480 ml  <b>4.99</b>	<b>HEAD &amp; SHOULDERS</b> Shampoing régulier ou Revitalisant 350 ml  <b>2.99</b>													
<b>POLIDENT</b> Comprimés pour dentifrices 104 comprimés  <b>2.69</b>	<b>BAIN DE MER</b> MIMI 32 oz  <b>1.79</b>	<b>SCOPE</b> Rinçage bouche 750 ml  <b>2.99</b>	<b>CORICIDIN-D</b> 50% EN PRIME 24 - 12 comprimés  <b>1.99</b>													



## NOUVEAUX MARIÉS

**Vous venez de vous marier!**

Le Saint-Laurent-Echo publiera l'une de vos photos gratuitement.

Postez votre photo au Saint-Laurent-Echo, 16 rue du Domaine Rivière-du-Loup, G5R 4C3 (vous pouvez venir porter à nos bureaux).

N'oubliez pas d'indiquer correctement vos noms, fils et fille de....(si vous le désirez), l'endroit.

OUVERT LE DIMANCHE DE 10H00 À 17H00

Centre Commercial Rivière-du-Loup LIMITE 3 PAR CLIENT

LIVRAISON GRATUITE, 867-2121

NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS

Pharmacie brunet

# Zellers

# PRINX

En Solde du Mercredi  
7 au samedi 10 mars  
ou jusqu'à épuisement des stocks

# CHOICES

# INTELLIVISION

De l'action vidéo  
au bout de vos doigts!

Appareil principal "Intellivision II"

# 119<sup>97</sup> ch.



• Se raccorde facilement au téléviseur • Commandes manuelles amovibles avec fils plus longs. • Appareil compact pour rangement facile. Cartouche "Lock'N Chase" EN PRIME. (Aucun bon d'achat différé!)



Au  
choix

# 14<sup>97</sup> ch.

Cartouches de jeux "Intellivision" de "Mattel"

- "BOWLING"
- "TRON DEADLY DISC"
- "LE CHASSEUR DE NUIT"
- "MAZE-A-TRON"
- "LE FOOTBALL NFL"
- "COURSE D'AUTOMOBILES"
- "LE SKI"
- "TRIPLE ACTION"
- "LA BOXE"
- "BASKETBALL"
- "CHASSE SOUS-MARINE"
- "SOCCER"
- "SHARP SHOT"
- "VECTRON"
- "MARÉCAGE À GRENOUILLES"

L'assortiment peut varier d'un magasin à l'autre. (Aucun bon d'achat différé!)

## Zellers

298 Boul. Thériault,  
Centre Commercial, Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h



# SUPER ENCAN "84"



## **Le Centre Commercial de Rivière-du-Loup**

298 Blvd Thériault, Rivière-du-Loup

### Règlements:

1-Les clients doivent présenter au bureau d'échange une preuve d'achat d'un des marchands du Centre Commercial datée entre le 5 et le 31 mars 1984

2-On lui remettra 50% de la valeur de sa preuve d'achat en "Super dollar".

3-Ces "supers dollars" donneront droit de miser lors de l'encan qui aura lieu le 31 mars 1984 dans le mail du Centre Commercial.

4-Lors de l'encan seuls ces "Supers dollars" seront acceptés comme monnaie.

5-Heures d'ouverture d'un bureau d'échange:

Lundi-Mardi: 10h00 à 12h00

Mercredi-Samedi: 13h30 à 17h00

Jeudi et Vendredi: 10h. à 12h.00 et 19h00 à 21h00

13h30 à 17h00

100

## Centre Commercial DE RIVIERE-DU-LOUP

100



# SUPER DOLLAR



100

Ce coupon est valide pour participer aux encans limite de 1 par client

100

# La Sauvegarde prend le contrôle de l'économie mutuelle-vie

Le président directeur général de La Sauvegarde Compagnie d'assurance sur la vie, Monsieur Henri Leblond, vient d'annoncer en conférence de presse la prise de contrôle de l'Economie Mutuelle-Vie par La Sauvegarde en vue de la fusion des deux sociétés d'assurances.

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

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

Selon Monsieur Leblond, la fusion des deux entreprises ajoutera à l'équilibre du portefeuille de La Sauvegarde par une augmen-

tation de 40% de son volume d'assurances individuelles en vigueur.

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

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

Etaient présents à cette conférence de presse, outre M. Leblond, M. Yvon Groulx, président de l'Economie Mutuelle-Vie, M. Gilles Rhéaume, président général de la Société Saint-Jean-Baptiste de Montréal, M. René Croteau, adjoint au président relations institutionnelles de la Confédération des caisses populaires et d'économie Desjardins

du Québec et plusieurs invités des sociétés d'assurances et du Mouvement Desjardins.

Dans leur allocution respective les conférenciers ont déclaré que la fusion de L'Economie et de La Sauvegarde est

une opération financière réconfortante puisque cette dernière est une compagnie de chez nous qui oeuvre en plus au sein du plus grand mouvement économique sous contrôle québécois, le Mouvement Desjardins.

## Pour tous les mordus du chocolat

Un nouveau livret de recettes "Les Fantasvites au chocolat" vient de sortir. Faciles à suivre, ces nouvelles recettes au cacao Fry's permettent de faire de bons petits desserts à partir de produits de base et quelques ingrédients supplémentaires.

Ces recettes sont

offertes gratuitement à tous les "mordus" de chocolat. Nous serons heureux d'envoyer le livret "Les Fantasvites au chocolat" à ceux qui feront parvenir une enveloppe affranchie avec leur nom et adresse, à: Fry's Cocoa, Cookbook, 170 Atwell Drive, Dept. 10, Rexdale, Ontario M5W 5Z5.

## Comprendre les victimes d'agression sexuelle... et leur besoin de réconfort

IL SERA PLUS FACILE DE POURSUIVRE LES AGRESSEURS

D'ici peu, les victimes d'agression sexuelle qui porteront plainte contre leur agresseur n'auront plus, dans la grande majorité des cas, à témoigner à la Cour. Le nouveau guide d'intervention pour les victimes d'agression sexuelle est accompagné d'une trousse médico-légale permettant de recueillir certaines preuves nécessaires à la poursuite et qui servira de «témoin», lors d'une éventuelle procédure judiciaire.

En effet, lorsqu'une victime d'agression sexuelle se présentera dans un centre hospitalier, un centre local de services communautaires ou dans un cabinet privé pour recevoir des soins médicaux, le médecin pourra procéder, avec le consentement de la victime, à un examen médico-légal à l'aide de cette trousse.

Cet examen, plus élaboré qu'un examen médical habituel, comprend plusieurs prélèvements qui fourniront aux autorités policières des informations pertinentes servant à identifier l'agresseur et à établir le caractère sexuel de l'agression. Ceci évitera, dans la grande majorité des cas, non seulement à la victime mais également au médecin de comparaître à la Cour.

Un nouveau guide d'intervention pour les victimes

L'agression sexuelle

Le nouveau guide d'intervention pour les victimes d'agression à caractère sexuel et la trousse médico-légale qui l'accompagne ont été élaborés par un comité formé de représentants du Conseil du statut de la femme, des ministères de la Justice et des Affaires sociales ainsi que de la Corporation professionnelle des médecins du Québec.

L'agression à caractère sexuel est un des crimes violents les plus répandus, mais paradoxalement, le moins dénoncé.

Depuis plusieurs années, des efforts sont faits pour améliorer l'approche juridique relativement à ce crime. Aujourd'hui, les victimes d'agression à caractère sexuel ne peuvent plus être interrogées sur leur vie sexuelle et, si elles le désirent, leur identité peut ne pas être dévoilée. Les suspicions entourant la victime ne sont plus au cœur du débat, mais plutôt la découverte de la culpabilité ou de la non-culpabilité de l'agresseur.

Une campagne d'information a été préparée afin de sensibiliser toutes les personnes ayant à travailler auprès des victimes d'agression à caractère sexuel aux problèmes particuliers de celles-ci. L'expression graphique du thème de cette campagne de sensibilisation auprès des intervenants sera « Comprendre les victimes d'agression sexuelle et leur besoin de réconfort ».

Si les victimes d'agression à caractère sexuel ne portent pas plainte plus souvent, c'est sans doute à cause du fardeau judiciaire qu'entraîne la poursuite, mais aussi à cause de nombreux préjugés qui, malheureusement, entourent encore aujourd'hui ce crime. Ce nouveau guide d'intervention et sa trousse médico-légale ont pour buts:

**Comprendre**  
*les victimes d'agression sexuelle*  
...et leur besoin de réconfort

Fruit de plusieurs années de recherche et de travail, ce nouveau guide d'intervention et son outil principal qui est la trousse médico-légale pourront maintenant être utilisés dans tous les centres hospitaliers, les CLSC et les cabinets privés. Ainsi, toute victime d'agression sexuelle, qu'il s'agisse d'une femme, d'un enfant ou d'un homme, bénéficiera des mêmes services et sera accueillie avec égards où qu'elle soit au Québec.

La trousse: un outil juridique

Une fois l'examen médico-légal terminé, les prélèvements et autres preuves recueillis, la trousse médico-légale sera remise, avec le consentement de la victime, à un agent de la paix qui la scellera et l'acheminera au Laboratoire de police scientifique, pour fins d'analyse et de constatation légales. Des ce moment, c'est le Procureur de la poursuite qui prend la responsabilité, au nom de la société, de traduire l'agresseur devant les tribunaux.

- d'abord d'assurer à toutes les victimes un accueil avec égards et tous les soins dont elles ont besoin, ou qu'elles soient au Québec;

- en second lieu, de sensibiliser toutes les personnes ayant à travailler auprès des victimes d'agression sexuelle aux problèmes spécifiques de celles-ci et à leur besoin de réconfort;

- en troisième lieu, de faciliter la démarche des victimes qui décident de porter plainte contre leur agresseur et de fournir aux policiers et aux médecins un outil médico-légal qui augmentera l'efficacité de leur travail lors d'une éventuelle poursuite devant les tribunaux;

- finalement, de combattre les mythes et les préjugés entourant l'agression sexuelle avec, pour ultime objectif, de faire diminuer le nombre d'agressions sexuelles au Québec.

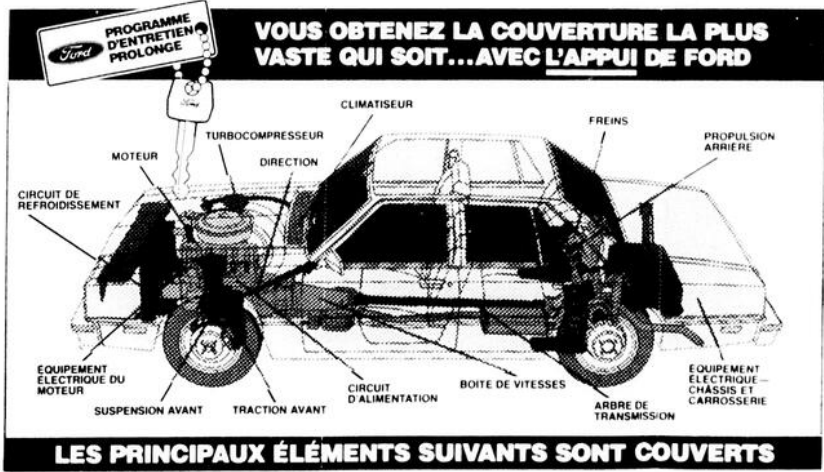
La formation des intervenants se poursuit actuellement à travers tout le Québec. Le public sera informé des que l'implantation du nouveau guide sera complète.

Gouvernement du Québec  
Ministère des Affaires sociales  
Ministère de la Justice  
Conseil du Statut de la femme  
en collaboration avec

La Corporation professionnelle des médecins du Québec

## OBTENEZ UNE GARANTIE

**3 ans ou 60,000 km d'une valeur de 300\$**  
Gratuitement, du 29 février au 8 avril 1984 avec une Lynx, une Topaz ou un Ranger '84



Lynx et Topaz une expérience incroyable



Ranger, '84 c'est Ford, c'est fort

Renseignez-vous auprès de nos vendeurs conseils:  
**Jos Cyr, Bertrand Deschênes, Roger Ouellet**

Et, au poste de vente de st-Pascal:  
**Jules Duval**



136 Chemin des Raymonds, Parc Industriel,  
Rivière-du-Loup, 867-1420

# Fleischmann a tort!

Selon le Bureau laitier du Canada, la margarine Fleischmann a interprété à sa façon et de manière à les rendre à son avantage, les résultats d'une étude scientifique dont le sujet n'était pas l'alimentation, au cours d'une campagne publicitaire intensive conçue dans le but d'accroître les ventes de son produit au détriment du beurre.

Fleischmann, précise le Bureau laitier, a utilisé incorrectement les résultats de cette étude qui avait pour but de vérifier les effets d'une drogue

sur des candidats sélectionnés dont le taux de cholestérol sanguin était anormalement élevé.

L'étude en question, le Lipid Research Clinics Coronary Primary Prevention Trial (LRC-CCPT) ne constituait pas une évaluation du régime alimentaire et les résultats officiels, tels qu'ils ont été publiés ne font aucune référence à quelq'un aliment que ce soit.

L'étude porte plutôt sur les effets de la cholestyramine, une drogue qui, croit-on, pourrait

réduire le taux de cholestérol chez une infime partie de la population qui possède un taux anormalement élevé de cholestérol sanguin et est donc considérée par la science médicale comme étant de haut risque en termes de maladies cardiovasculaires. Ses résultats, selon le Bureau laitier, ont été utilisés à tort, de façon à renforcer l'impression que pourrait encore entretenir un secteur de la population à l'effet que le beurre et les oeufs peuvent être la cause de maladies cardiaques.

En réalité, les résultats de cette étude peuvent être résumés de la façon suivante:

a) En utilisant une drogue pour réduire le taux de cholestérol sanguin parmi un groupe d'individus dont le taux de cholestérol est plus élevé que la moyenne, il est possible de réduire légèrement le nombre de décès causés par les maladies cardiaques dans ce groupe, en comparaison avec un autre, mais n'ayant pas été soumis à cette drogue.

b) Le taux de mortalité,

dans les deux groupes, quelles qu'en soient les causes, demeure inchangé.

Toute autre considération n'est qu'interprétation et extrapolation.

Fleischmann, déclare le Bureau laitier, interprète les résultats d'une enquête scientifique à ses propres fins, en vue de laisser croire que la prévention des maladies cardiaques dépend uniquement du régime alimentaire des individus. Ceci est non seulement insidieux, mais donne à la popula-

tion un faux sentiment de sécurité qui pourrait bien s'avérer dangereux à la longue.

Jamais auparavant une entreprise a ainsi tenté de tirer avantage d'une telle évaluation statistique à ses propres fins, ajoute le Bureau laitier. En laissant croire à la population que la margarine constitue une solution valable à la prévention des maladies cardiaques, Fleischmann induit le public en erreur et ne tient pas compte de facteurs plus importants.

Mann, de l'Université Vanderbilt, au Tennessee, déclarait récemment: les régimes alimentaires polyinsaturés à basse teneur en matières grasses et en cholestérol sont largement surestimés, trop souvent prescrits et non suffisamment contrôlés. C'est une manœuvre de marketing qui vise à favoriser certains produits alimentaires".

Ce commentaire prend aujourd'hui une signification capitale et se révèle d'une grande actualité dans le présent contexte.

Le docteur George V.

## L'AGRO-ALIMENTAIRE UN SECTEUR-CLÉ DE NOTRE ÉCONOMIE

L'agro-alimentaire, l'une des industries les plus dynamiques du Québec, est un élément déterminant de l'économie québécoise. Agriculture Canada continue d'appuyer ce secteur plein d'avenir.

### 1 Toute une ressource!

Nous pouvons être fiers de notre industrie agro-alimentaire. Sa main-d'œuvre dynamique et compétente, ses productions de grande qualité, ses organisations professionnelles remarquables et ses ressources plus qu'adéquates sont gages de prospérité.

### 2 Tout un défi!

Déjà au premier rang de l'industrie manufacturière du Québec par la valeur de ses expéditions, l'agro-alimentaire doit relever un grand défi: conserver ses ressources actives et dynamiques et maintenir ses aptitudes à innover. Agriculture Canada continue d'appuyer les efforts du secteur pour relever cet important défi en:

- créant et favorisant de nouvelles techniques de production et de transformation,
- encourageant l'entrepreneuriat local dans l'exploitation des ressources disponibles,
- participant financièrement à la commercialisation de nouveaux produits.

### 3 Tout un avenir!

Fort de son expérience, de ses talents et des moyens qu'Agriculture Canada met à sa disposition, le secteur agro-alimentaire du Québec est destiné à un avenir des plus brillants.



Agriculture Canada  
Eugene Whelan  
Ministre

Agriculture Canada  
Eugene Whelan  
Minister



## PARLONS PHARMACIE

### L'avènement de nouveaux médicaments

«J'ai lu quelque chose sur un nouveau médicament américain contre l'arthrite. Pourquoi ne se vend-il pas au Canada?»

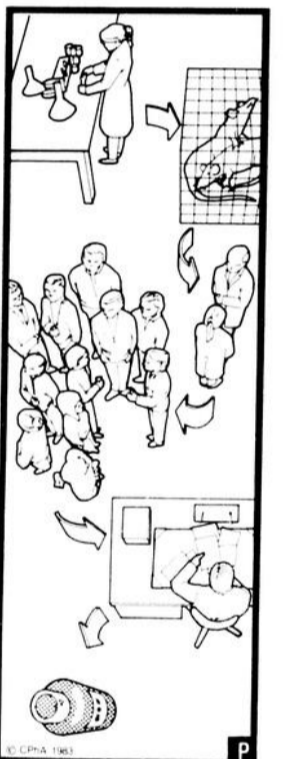
Aucun médicament ne peut être mis sur le marché canadien avant d'avoir obtenu l'autorisation de la Direction générale de la protection de la santé.

Il faut des années avant qu'on puisse mettre un nouveau médicament sur le marché. Dans leurs laboratoires, les chimistes essaient des milliers de substances dans l'espoir de découvrir ne fût-ce qu'un seul médicament nouveau.

Il existe des tests exhaustifs en laboratoire. Quand les résultats sont prometteurs, on entreprend alors des tests précliniques sur des animaux et sur de petits groupes de volontaires, pour en vérifier l'innocuité.

Quand les résultats obtenus sont intéressants, le fabricant demande au gouvernement l'autorisation d'effectuer un essai clinique (chez des êtres humains). On administre le nouveau médicament à des volontaires en santé. Ceux-ci font l'objet d'une observation minutieuse, en vue de découvrir s'ils éprouvent des effets nocifs. Advenant des résultats défavorables, le médicament doit être reformulé avant qu'on entreprenne d'autres essais cliniques. De telles études peuvent durer plusieurs années. Par exemple, un antibiotique utilisé couramment de nos jours a nécessité environ 20 années d'études et d'essais avant d'être accepté comme moyen thérapeutique.

Une fois tous les essais terminés, le fabricant demande à la Direction des drogues l'autorisation de distribuer le nouveau médicament à des investigateurs qualifiés qui l'essaieront chez des personnes souffrant de la maladie pour laquelle le médicament a été conçu. Si les résultats de ces tests sont



bons, le fabricant communique alors au gouvernement l'information connue sur ce médicament et les résultats de ses études. Ces documents, qui peuvent comprendre quelques pages ou plusieurs centaines de volumes, sont étudiés par les membres de la Direction des drogues. S'ils jugent que tout est satisfaisant, ils autorisent le fabricant à mettre le nouveau médicament sur le marché canadien.

Les gouvernements canadien et américain ont leurs propres programmes distincts pour l'autorisation des nouveaux médicaments. C'est pourquoi les médicaments vendus aux États-Unis ne sont pas tous distribués au Canada, et le contraire est vrai également. En outre, certains médicaments en vente libre ici ne sont vendus que sur ordonnance aux États-Unis.

Une chronique par l'Association pharmaceutique canadienne, Ottawa (Ontario).



Je me renseigne.

Retournez le coupon à:  
Publications Canada  
Case postale 1986  
Succursale «B»  
Ottawa, Ontario K1P6G6

Cochez les documents que vous désirez recevoir.

- Agriculture  
 Aide à l'expansion du secteur agro-alimentaire

- français  
 anglais

En lettres carrées S.V.P.

Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_ Province \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_

161-AA-1

Canada

# COOP

## MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

# SUPER VENTE



LIQUEURS PEPSI, PEPSI DIET, PEPSI DÉCA

# 6/2.99

PLUS DÉPÔT



**SHORTENING CRISCO**  
1.36 L 3 LBS, BTE

# 2.89

NOUS NOUS  
RÉSERVONS LE DROIT  
DE LIMITER  
LES QUANTITÉS



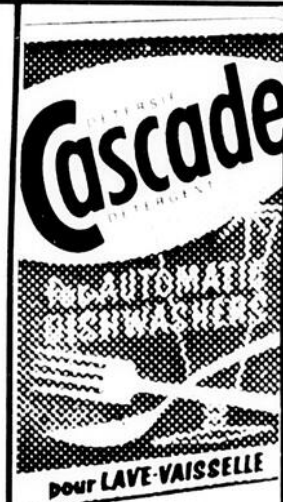
**HUILE CRISCO**  
3 LITRES

# 5.99



**DÉTERGENT  
LIQUIDE  
VAISSELLE**

2.99 LB



**LAVE  
VAISSELLE**  
1.8 KG

# 4.39



**DÉTERGENT  
LIQUIDE**

VAISSELLE JOY  
1 LIT + 25% BONUS

# 2.39



**GLACAGE GATEAUX**  
470 GR

# 1.69

**MÉLANGE À  
GATEAUX**

DUNCAN  
HINES BLANC  
OU CHOCO-  
LAT, 520 GR.

# 1.09

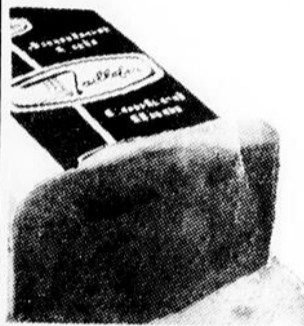


# coop

## MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

PRODUITS



**SIMILI POULET**  
TRANCHÉ SUR DEMANDE

**2.62** KG **1.19** LB

**SAUCISSON DE BOLOGNE**  
"TAILLEFER"  
MORCEAU DE 2 LBS ET PLUS TRANCHE



**2.18** KG **.99** LB



**ÉPAULE DE JAMBON**  
GENRE PICNIC FUMÉE  
TAILLEFER

**2.69** KG  
**1.22** LB



**SAUCISSE FRAICHE**  
TAILLEFER

**3.59** KG  
**1.67** LB



**JAMBON**

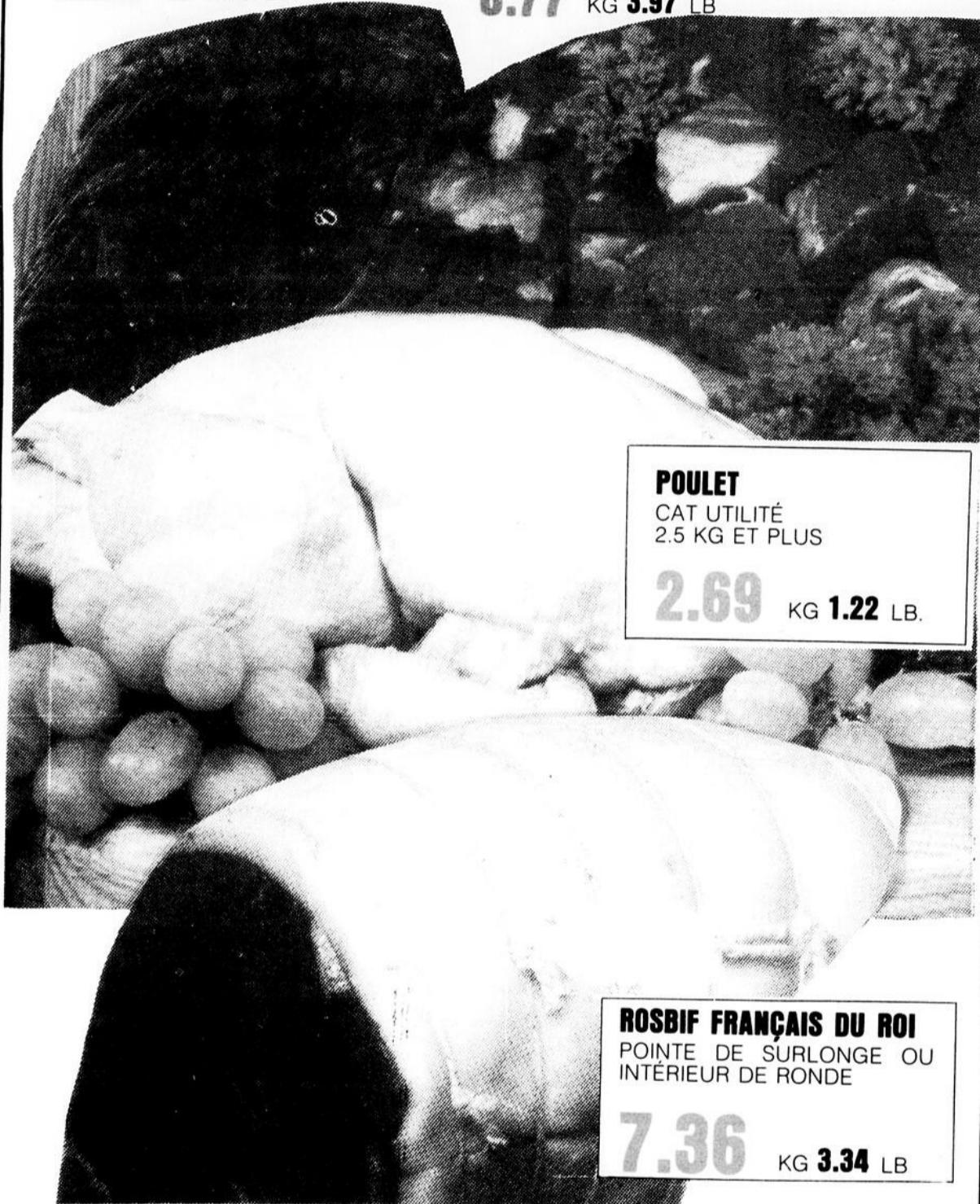
**9.49** KG  
**4.30** LB

### BOEUF FRAICHEUR PORC-BOEUF

BOEUF PROVENANT DE COUPE A-1

**BOEUF HACHÉ**  
MI-MAIGRE  
**3.66** KG **1.66** LB

**CUBES BOEUF**  
POUR FONDUE OU BROCHETTES  
**8.77** KG **3.97** LB

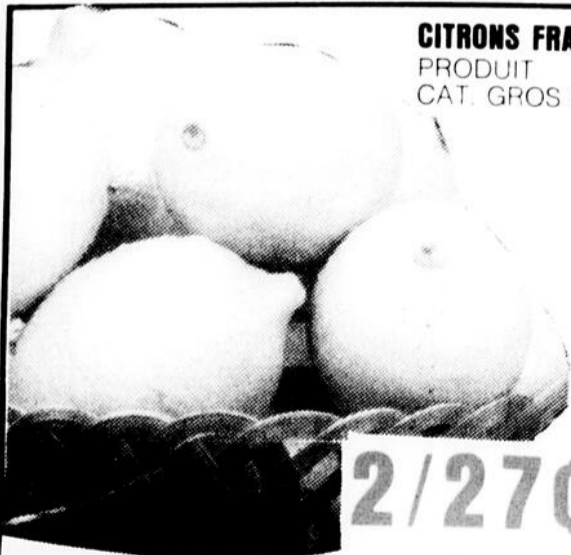


**POULET**  
CAT UTILITÉ  
2.5 KG ET PLUS

**2.69** KG **1.22** LB

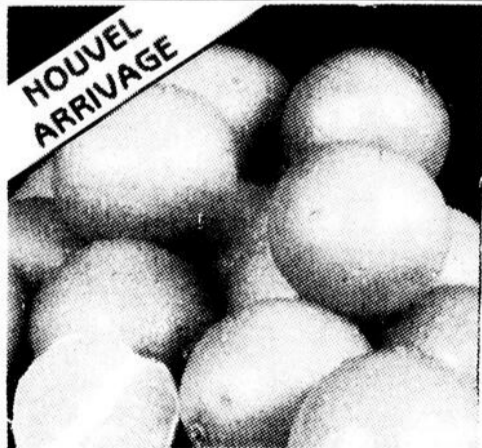
**ROSBIF FRANÇAIS DU ROI**  
POINTE DE SURLONGE OU  
INTÉRIEUR DE RONDE

**7.36** KG **3.34** LB



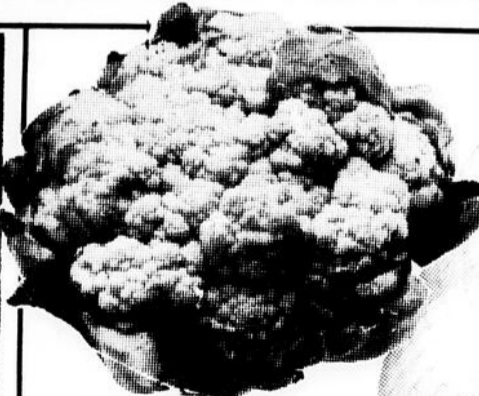
**CITRONS FRAIS**  
PRODUIT  
CAT. GROS 95

**2/27¢**



**ORANGES JAFFA**  
IMPORTÉS D'ISRAËL  
GROSSEUR 123

**1.57** DOUZ.



**CHOUX FLEUR**  
PROD. CALIF.  
GROS. 16, CAT. NO 1

**1.77** CH.



**OIGNONS JAUNES**  
PRODUIT ONTARIO CAT. NO 1  
SAC 5 LBS


**1.27**



**Minute Maid**  
JUS D'ORANGE  
ORDINAIRE OU PLUS DE PULPE SURGÉLÉ, MINUTE 355 ML.

**.89**

**COOP**  
*Kellogg's*  
**Rice Krispies**  
350 g



**CÉRÉALE RICE KRISPIES**  
725 GR.

**2.19**

NEW RECIPE and NESTLE QUIK COUPON  
NOUVELLE RECETTE et COUPON QUIK NESTLE

# Carnation



**LAIT ÉVAPORÉ**  
CARNATION 385 ML. **59c**



**CHOCOLAT CHAUD CARNATION**  
500 GR. **2.69**



**COLORANT À CAFÉ**  
COFFEE MATE CARNATION 500 GR. **2.49**



**CAFÉ "HILLS BROS"**  
BOCAL DE 10 OZ.

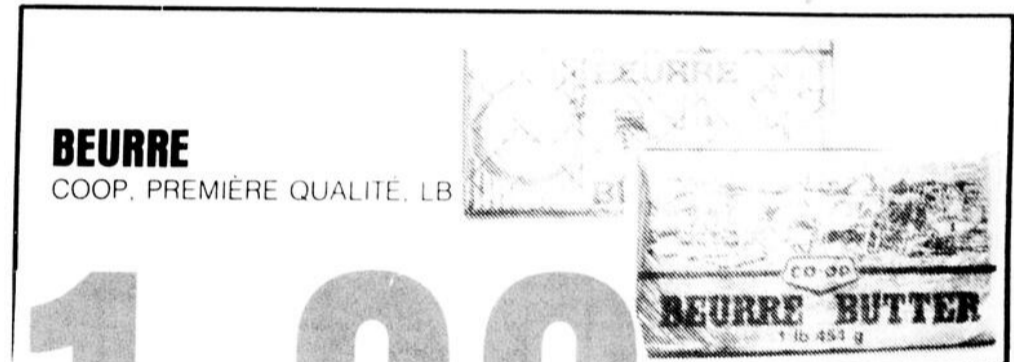
**4.99**



**MARGARINE MOLLE MONARCH**  
2 LBS

**1.89**

**BEURRE**  
COOP, PREMIÈRE QUALITÉ, LB



**1.99**

**GAUFIES EGGO**  
CONGÉLÉ 11 OZ KEEOLOG'S

**1.19**




**PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU VELVEETA KRAFT**  
PQT DE 500 G - 16 TRANCHES

**2.69**



**EAU DE JAVEL "COOP"**, CONTENANT DE 3.6 LITRES

**.99** CH.

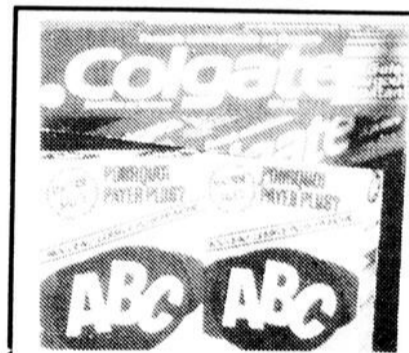


**BISCUITS SODA SALES "DAVID"**, 450 GR

**.99**



**0.29**



**PÂTE À DENT COLGATE 100 ML**

**1.09**

**DÉTURGENT ABC 12 LITRES**

**5.99**




**BISCUITS DAVID**  
TARTE AUX FRAISES OU M. FEUILLES, SAC 600 GR.

**2.29**


**SEMAINE DES PRODUITS**

# YORK



FÈVES JAUNES, FÈVES VERTES, MACÉDOINES, POIS VERTS, POIS ET CAROTTES, MAIS SAUCE 14 ONCES

**.59c** AU CHOIX



**ASPERGES LONGUES OU COUPÉES**  
"YORK" LONGUES BTE 12 OZ **1.79**  
COUPÉES BTE 12 OZ **1.09**

# coop

MAGASIN COOP  
RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

# SPÉCIAUX

# LEVER-SUNLIGHT

**GAGNEZ!  
UN VOYAGE AUX  
OLYMPIQUES  
DE LOS ANGELES**

SUPPORTEZ NOTRE  
EQUIPE OLYMPIQUE

SAVON PUR  
**SUNLIGHT**  
PURE SOAP

A fresh bright clean!

Lessive fraîche, éclatante!

**DÉTÉRGENT LIQUIDE  
VAISSELLE 1 LITRE**

**1.99**

**POUDRE  
À LESSIVE  
6 LITRES**

**3.69**

**DÉTERSIF EN POUDRE POUR  
LAVE-VAISSELLE  
SUNLIGHT  
BTE DE 1.8 KG**

**3.99**

**SAVON  
SUNLIGHT  
3 PAINS**

**0.99**

**100% EXTRA**

**DENTIFRICE  
ROUGE OU VERT  
CLOSE UP +50  
BONS**

**0.99**

**TUBE LIPSYL**

**.79 CH.**

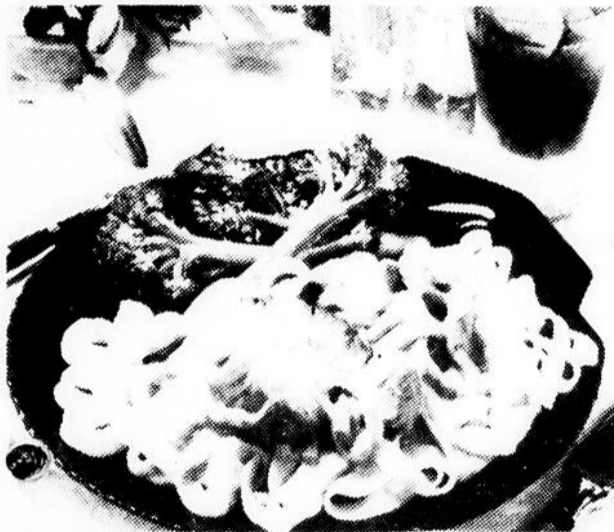
**BROSSE À DENTS AU CHOIX  
PEPSODENT**

**.89**

# Vite fait, bien fait

Recettes des cuisines de Campbell

L'origine du boeuf Stroganoff remonte au 19<sup>e</sup> siècle. Le menu suivant en comporte une version moderne, prête en moins de 20 minutes grâce au four à micro-ondes.



## Boeuf Stroganoff

- 1 lb (500 g) de bifteck de ronde désossée (1/4 po/2 cm d'épaisseur)
- 1 gousse d'ail moyenne, émincée
- 2 c. à soupe (25 mL) de beurre ou de margarine
- 1/2 tasse (125 mL) d'oignon coupé en tranches fines
- 1 boîte (10 oz/284 mL) de crème de champignons condensée Campbell
- 1/2 tasse (125 mL) de crème sure
- 1/4 tasse (50 mL) de lait
- 1 c. à soupe (15 mL) de sherry sec
- 1 c. à soupe (15 mL) de pâte de tomates nouilles cuites

Découper la viande en languettes minces. Mélanger ail et beurre dans une cocotte de 2 pintes (2 L) pour four à micro-ondes. Faire cuire aux micro-ondes à haute intensité pendant 1 ou 2 minutes. Ajouter viande et oignon. Couvrir. Faire cuire aux micro-ondes à haute intensité pendant 3 à 4 minutes ou jusqu'à ce que la viande perde sa couleur rose. Incorporer soupe, crème sure, lait, sherry et pâte de tomates. Couvrir de nouveau. Faire cuire à haute intensité pendant 7 à 9 minutes ou jusqu'à ce que le tout soit chaud, en remuant de temps en temps. Laisser reposer 2 minutes à couvert. Verser à la louche sur les nouilles. Pour 4 personnes.

- 3/4 tasse de bière
- 1-1/2 c. à thé de sauce Worcestershire
- 1/2 c. à thé de moutarde en poudre

Faire chauffer l'autocuiseur, y faire fondre le beurre. Saler et poivrer les filets et les placer dans le récipient. Combiner le reste des ingrédients; les verser sur le poisson. Fermer hermétiquement l'ustensile. Placer le régulateur sur la soupape de sécurité. Laisser cuire 10 minutes à partir du moment où le régulateur commence à osciller. Retirer du feu; laisser tomber la pression d'elle-même avant de retirer le régulateur. Retirer le couvercle. Épaissir la sauce si désiré. Donne 4 portions.

## Poulet chasseur

- 1-1/2 kilo (3 lb) de poulet (coupé en morceaux)
- Sel et poivre
- 3 c. à soupe de shortening
- 1 enveloppe (1-1/2 oz) de mélange à sauce à spaghetti
- 1 boîte (6 oz) de concentré de tomate
- 1-3/4 tasse d'eau
- 1 boîte (4 oz) de champignons émincés
- 1 paq. (8 oz) de spaghetti, cuit

Saler et poivrer le poulet. Faire chauffer l'autocuiseur. Y mettre le shortening et y faire revenir le poulet. Combiner le mélange à sauce à spaghetti, le concentré de tomate et l'eau; verser le mélange sur le poulet. Ajouter les champignons et leur liquide. Fermer hermétiquement le couvercle et placer le régulateur. Laisser cuire 10 minutes à partir du moment où il commence à osciller. Retirer du feu. Refroidir immédiatement l'ustensile. Retirer le régulateur avant d'enlever le couvercle. Servir le poulet sur le spaghetti bien chaud. Donne 4 à 6 portions.

Pour de plus amples renseignements sur la cuisson sous pression, écrire à Cuisines PRESTO, 3600 Danforth Avenue, Scarborough, Ontario MIN 2E6



Avec l'autocuiseur le poulet chasseur est prêt à servir en 20 minutes.

## La cuisson à l'autocuiseur fait gagner du temps

De nos jours, le temps est précieux pour la plupart des gens. Il est indéniable que la préparation des repas prend beaucoup de temps et empiète souvent sur les autres activités. L'idéal serait de pouvoir cuisiner des mets savoureux, sans passer des heures à la cuisine. Est-ce possible?

La cuisine à l'autocuiseur est la solution idéale. La préparation d'un repas "digne d'un roi" en très peu de temps est l'un des avantages de l'utilisation de cet ustensile souvent ignoré. L'autocuiseur est largement utilisé dans de nombreuses régions du Canada depuis plusieurs décennies. Beaucoup apprécient déjà la commodité d'une cuisson restreinte et la diversité de recettes que procure l'autocuiseur. D'autres toutefois ignorent encore tous ses avantages, et en particulier par rapport aux micro-ondes. Un autocuiseur coûte moins cher qu'un four à micro-

vitamines et leurs sels minéraux essentiels et préserve leur saveur naturelle.

De nombreuses recettes peuvent être préparées en moitié moins de temps ou en un tiers du temps nécessaire dans un four à micro-ondes. Par exemple, alors qu'il faut 30 minutes au four à micro ondes pour faire cuire des boulettes de viande, il n'en faut que 14 minutes à l'autocuiseur. Des crevettes à l'orientale y cuisent également en moitié moins de temps.

De plus, on peut également utiliser l'autocuiseur, comme le four à micro-ondes, pour décongeler les aliments. Il ne faut que 20 minutes pour décongeler la plupart des plats cuisinés surgelés, sur la grille de l'autocuiseur, avec 1/2 tasse d'eau. Certaines viandes, comme le rôti et les côtelettes de porc, peuvent être décongelées pendant 30 minutes, puis dorées et cuites dans le même récipient.

Les nouveaux adeptes de l'autocuiseur ne possèdent pas de livre de cuisine spécial pour cet ustensile; ils seront heureux de savoir qu'il est très facile d'adapter une recette or-

dinaire. Bien que l'expérience soit encore le meilleur guide, on peut généralement réduire de 2/3 la durée spécifiée pour la cuisson classique. La cuisson à l'autocuiseur demande une certaine quantité de liquide pour former de la vapeur, mais on peut fort bien remplacer l'eau par du vin, de la bière, du bouillon ou du jus de fruits.

N'oubliez pas que la cuisson sous pression ne comporte absolument aucun risque quand on suit les instructions et que les avantages qu'elle procure sont multiples. Les recettes suivantes des Cuisines Presto vous prouvent que les mets ainsi cuisinés sont tout aussi "gastronomiques" que ceux préparés selon la méthode classique ou aux micro-ondes. Essayez par exemple les filets de sole et le poulet chasseur et profitez des loisirs que leur préparation écourtée vous procurera!

- Filets de sole**  
500 g (1 lb) de filets de sole (ou de flétan, de brochet ou d'aiglefin)
- 2 c. à soupe de beurre
- Sel et poivre

## Nourrir l'enfant d'âge pré-scolaire

Par M.A. (Vic) Amer, Ph.D.

C'est durant les années qui précèdent l'entrée à l'école qu'il faut établir de bonnes habitudes en matière de nutrition, un poids normal et un style de vie actif que l'enfant pratiquera au long de sa vie. C'est par l'expérience et l'exemple que les habitudes d'un enfant seront influencées. Les parents et tous ceux qui côtoient les enfants d'âge pré-scolaire ont la responsabilité toute spéciale de leur donner un exemple positif en se nourrissant bien eux-mêmes, et de leur procurer un vaste choix parmi les quatre groupes d'aliments. Faire manger certains légumes aux enfants s'avère parfois un problème. S'ils préfèrent tel légume cru, il faut leur laisser manger ce légume cru plutôt que de les forcer à consommer un légume cuit. Parfois, il est sage de leur laisser prendre la quantité qu'ils désirent. Essayer un peu de tel aliment vaut mieux que de ne pas en prendre du tout. L'enfant d'âge pré-scolaire a besoin d'environ 2-2 1/2 tasses de lait par jour, le lait étant un élément essentiel dans la formation de bons os et de bonnes dents. Cependant, certains jeunes enfants ont tendance à boire plus de lait qu'il n'est nécessaire au détriment d'autres aliments. Dans ce cas, on suggère de servir le lait vers la fin du repas. On doit limiter les sucreries et les desserts ne



doivent pas servir de récompense pour "avoir bien vidé son assiette". Les portions servies devraient être plutôt petites et les collations basées sur le Guide alimentaire canadien. Voici un exemple du menu d'une journée.

**Déjeuner:** 125 ml de jus de pomme, 50 ml de farine d'avoine, 50 ml de lait, 1/2 tranche de pain grillé.

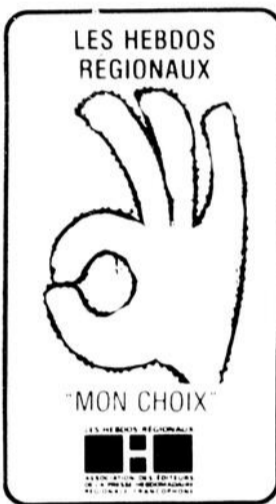
**Avant-midi:** 1 rouleau de ble entier et 125 ml de lait.

**Dîner:** 1/2 tasse de macaroni au fromage (fait avec du lait et du fromage), 1 carotte et 2 biscuits au gruau et au beurre d'arachides.

**Après-midi:** 1 banane et 125 ml de lait.

**Souper:** 60 g de poulet, 125 ml de patates pilées, 50 ml de fèves vertes, 125 ml de lait et 1/2 poire.

Selon les termes du Guide alimentaire canadien, ce menu procure 2 1/2 portions de lait, 4 portions de fruits et légumes, 3 portions de pain et céréales, 2 portions de viande, poisson, poulet ou équivalents.



201 Lafontaine  
Rivière-du-Loup  
Serge Michaud Prop  
Tél 862-3521-22 rés: 862-7151

Spécialité Boeuf de marque rouge et bleue

<p><b>Boeuf haché</b> Maigre <b>5.49</b> kg 2.49 lb</p>	<p><b>Cuisses de poulet</b> Bte 5 kg <b>2.18</b> kg .99 lb</p>
<p><b>Pointe de surlonge</b> Complète fraîche <b>4.17</b> kg 1.89 lb</p>	<p><b>Rosbif</b> Français, tournedos <b>8.59</b> kg 3.89 lb</p>
<p><b>Cubes de boeuf</b> <b>5.49</b> kg 2.49 lb</p>	<p><b>Jambon</b> Demi-cottage <b>5.05</b> kg 2.29 lb</p>
<p><b>Côtelettes de porc</b> <b>3.73</b> kg 1.69 lb</p>	<p><b>Jambon cuit</b> Tranché <b>5.49</b> kg 2.49 lb</p>
<p><b>POISSONS</b></p>	<p><b>Cretons</b> Micho, bol 300 gr <b>1.89</b> chacun</p>
<p><b>Filet de turbot</b> <b>4.39</b> kg 1.99 lb</p>	<p><b>Foie de porc frais</b> <b>1.30</b> kg .59 lb</p>
<p><b>Eperlans</b> <b>2.18</b> kg .99 lb</p>	

# LA PREUVE EST FAITE!

Mercredi, le 22 février 1984, les personnes suivantes ont participé à l'étude de comparaison de prix effectuée chez Provigo, Steinberg, Super Carnaval, Métro et IGA.

## ECONOMIES

Mme Simard



En comparaison avec **PROVIGO**, Madame Annette Simard, du 24, Glorieux, Neufchâtel, a payé chez Métro **15,49 \$** ou **18,29%** de plus pour le total de ses achats.

Mme Duguay



En comparaison avec **PROVIGO**, Madame Suzanne Duguay, du 337, Marie-Victorin, St-Nicolas, a payé chez I.G.A. **15,57 \$** ou **18,39%** de plus pour le total de ses achats.

M. Mme Simard



En comparaison avec **PROVIGO**, Monsieur et Madame Simard, du 63, Xavier-Giroux, app. 5, Beauport, ont payé chez Super Carnaval **0,69 \$** ou **0,81%** de plus pour le total de leurs achats.

M. Tremblay



En comparaison avec **PROVIGO**, Monsieur Eliot Tremblay, du 325, Franklin, Québec, a payé chez Steinberg **17,28 \$** ou **20,41%** de plus pour le total de ses achats.

	PROVIGO D'ESTIMAUVILLE	SUPER CARNIVAL BEAUPORT	STEINBERG D'ESTIMAUVILLE	METRO BERNER BEAUPORT	IGA BOUL. WAMBI ELLE-VANER
COCKTAIL DE FRUITS Del Monte, boîte de 540 ml	1.19	1.19	1.41	1.41	1.40
MARGARINE DURE La Quebécoise, emb. de 454 g	.59	.59	CARNIVAL .67	1.02	IGA .85
MAIS EN GRAINS de fantaisie, Niblets, boîte de 341 ml	.59	.59	.95	.95	.95
JUS DE TOMATES Heinz, boîte de 1,36 litre	.97	.99	1.19	1.18	1.18
MACARONI AU FROMAGE Catelli, boîte de 225 g	.39	.39	.75	.75	.72
SUCRE BLANC granule, Marie Perle, emb. de 2 kg	.99	.99	1.89	1.89	1.89
KETCHUP Heinz, bout. de 750 ml	1.77	1.79	2.24	2.24	2.29
NOURRITURE POUR CHATS Purrr, boîte de 6 oz	.23	.25	.52	.52	.51
DETERSIF pour la lessive, ABC, boîte de 2 kg	2.99	2.99	3.29	3.29	4.19
SOUPE aux tomates, Aylmer, boîte de 10 oz	.33	.33	.33	.34	.56
JUS DE POMMES St-Hilaire, boîte de 48 oz	.97	.99	1.75	1.77	1.50
ESSUIE-TOUT White Swan, emb. de 2 roul.	.87	ATLANTIC .87	1.09	1.73	1.79
CHAMPIGNONS en morceaux, Extra, boîte de 284 ml	.69	.69	JADE 1.03	ELBEE .69	IGA .98
ANTIGEL pour pare-brise, Record, cont. de 4 litres	1.29	1.29	STEINBERG 1.49	LAURENTIDE 1.45	1.49
CEREALES Corn Flakes de Kellogg's, boîte de 675 g	1.89	1.89	2.05	2.05	2.07
DETERSIF pour la lessive, Tide, boîte de 2,4 kg	3.47	3.49	3.47	5.49	5.35
CAFE instantane, Maxwell House, bocal de 10 oz	4.77	4.99	5.99	5.59	5.99
COUCHES PAMPERS Super Absorbantes, emb. de 60	9.73	9.88	9.99	54 & SUPER 11.29	9.39
CHAMPIGNONS blancs (500 g) kg 4,37 \$ lb 1,98 \$	2.19	2.20	2.85	1.97	568 ml 1.29
ORANGES SUNKIST, gr. 113, la douz.	1.99	1.99	GROSSEUR 88 3.09	2.59	2.49
RAISINS VERTS sans pépin (530 g) kg 3,51 \$ lb 1,59 \$	1.86	1.73	2.21	PERLET 3/4 kg 2.08	2.21
FARINE tout usage, Robin Hood, emb. de 2,5 kg	2.55	2.55	3.31	3.31	2.29
DETERGENT liquide, Sunlight, cont. de 1 litre	2.23	2.23	2.29	2.77	2.74
SHORTENING Crisco, emb. de 454 g	1.09	1.09	1.25	1.25	1.33
FROMAGE SINGLES 16 tranches Kraft, emb. de 500 g	3.25	3.25	3.55	2.89	3.52
SAUMON ROSE Clover Leaf, boîte de 220 g	1.69	1.69	1.87	1.49	1.85
SAUCE A SALADE Miracle Whip, Kraft, bocal de 500 ml	1.45	1.45	1.76	1.76	1.73
BEURRE D'ARACHIDES cremeux, Kraft, bocal de 500 g	1.99	1.99	2.39	2.39	2.36
GARNITURE A TARTE aux cerises, Vachon, boîte de 540 ml	1.79	1.79	2.09	1.69	2.15
MOUTARDE preparee, Schwartz, bocal de 500 ml	.98	1.05	1.25	1.25	1.25
SAVON format regulier, Ivory, emb. de 4 pains	1.39	1.39	1.58	1.39	1.55
ASSOUPLISSSEUR DE TISSU Downy, cont. de 2 litres	3.17	3.17	3.39	3.74	3.75
MELASSE Grand-Ma, cont. de 1,35 kg	2.26	2.26	2.89	2.49	2.49
THE SALADA Prior Pack, emb. de 100 sacs	1.99	1.99	1.96	1.99	1.98
PAPIER CELLOPHANE Saran Wrap, roul. de 30 m	1.89	1.89	2.25	2.25	2.20
LITIERE sanitaire, Saular, emb. de 4 kg	1.69	1.19	2.06	1.89	2.05
OLIVES FARCIES manzanilla, Coronation, bocal de 375 ml	1.99	1.99	2.16	2.22	2.25
NETTOYEUR tout usage, Lestoil, cont. de 800 ml	2.55	2.55	2.75	2.75	2.59
CEREALES Rice Krispies de Kellogg's, boîte de 350 g	1.47	1.47	1.76	1.70	1.70
RIZ Minute Rice, boîte de 700 g	2.49	2.49	2.83	2.83	2.82
POIS LE SIEUR # 1 & # 2, de fantaisie, boîte de 284 ml	.77	.77	.95	.94	.58
SAUCE pour sandwich chaud, Esta, boîte de 400 ml	.57	.57	.79	.50	.79
VIANDES TRANCHÉES Bologne, poulet, olives Hygrade, emb. de 175 g	.85	.88	.89	.89	.89
BACON MAPLE LEAF regulier ou a l'érable, emb. de 500 g	2.65	2.65	3.05	3.17	3.29
SAUCISSES FUMÉES Hygrade, emb. de 450 g	1.38	1.58	2.29	1.38	1.28
<b>MONTANT TOTAL (taxe incluse)</b>	<b>84.55</b>	<b>85.24</b>	<b>101.93</b>	<b>100.14</b>	<b>100.22</b>
<b>DIFFERENCE (\$)</b>		<b>.69</b>	<b>17.28</b>	<b>15.49</b>	<b>15.57</b>
<b>DIFFERENCE (%)</b>		<b>.81</b>	<b>20,41</b>	<b>18,29</b>	<b>18,39</b>

### LES FAITS

Provigo a toujours su defier la concurrence en maintenant sa politique de bas prix. Etant avantageusement favorise par son importance dans le milieu des marches quebecois, PROVIGO profite donc d'un immense pouvoir d'achat lui permettant d'offrir les meilleurs prix a sa clientele.

### LA PREUVE

Je soussigne, Claude Choquette de la firme GILLES GUERIN & ASSOCIES, Comptables agreees, declare avoir ete present lors des achats effectues dans les differents milieux des marches alimentaires. J'affirme donc

### AVANTAGEUSEMENT VOTRE

que le tout s'est deroule dans la plus stricte legalite et confirme l'exactitude des prix etablis par Provigo, Steinberg, Metro, Super Carnaval et IGA le 22 jour du mois de fevrier 1984.

*(Signature)*  
signature du temoin

Provigo, c'est aussi une foule de petites attentions et de services:

- le service d'emballage aux caisses
- la carte courtoisie (permettant d'echanger les cheques)
- une variete de 7.000 produits en magasin.



# LA PREUVE EST FAITE!

## LES FAITS

Provigo a toujours su defier la concurrence en maintenant sa politique de bas prix. Etant avantageusement favorise par son importance dans le milieu des marches quebecois, PROVIGO profite donc d'un immense pouvoir d'achat lui permettant d'offrir les meilleurs prix a sa clientele.

<b>MARGARINE DURE</b> La Québécoise emb. de 454 g  <b>.59</b>	<b>KETCHUP</b> Heinz bout. de 750 ml  <b>1<sup>77</sup></b>	<b>ESSUIE-TOUT</b> White Swan emb. de 2 roul.  <b>.87</b>	<b>CAFÉ</b> instantané, Maxwell House bocal de 10 oz  <b>4<sup>77</sup></b>
<b>MAÏS EN GRAINS</b> de fantaisie, Niblets boîte de 341 ml  <b>.59</b>	<b>NOURRITURE POUR CHATS</b> Purrr boîte de 6 oz  <b>.23</b>	<b>CHAMPIGNONS</b> en morceaux, Extra boîte de 284 ml  <b>.69</b>	<b>COUCHES PAMPERS</b> Super absorbantes emb. de 60  <b>9<sup>73</sup></b>
<b>JUS DE TOMATES</b> Heinz boîte de 1,36 litre  <b>.97</b>	<b>DÉTERSIF</b> pour la lessive, ABC boîte de 2 kg  <b>2<sup>99</sup></b>	<b>ANTIGEL</b> pour pare-brise, Record cont. de 4 litres  <b>1<sup>29</sup></b>	<b>BACON MAPLE LEAF</b> régulier ou à l'érable emb. de 500 g  <b>2<sup>65</sup></b>
<b>MACARONI AU FROMAGE</b> Catelli boîte de 225 g  <b>.39</b>	<b>SOUPE</b> aux tomates, Aylmer boîte de 10 oz  <b>.33</b>	<b>CÉRÉALES</b> Corn Flakes de Kellogg's boîte de 675 g  <b>1<sup>69</sup></b>	<b>SAUCISSES FUMÉES</b> Hygrade emb. de 450 g  <b>1<sup>38</sup></b>
<b>SUCRE BLANC</b> granulé, Marie Perle emb. de 2 kg  <b>.99</b>	<b>JUS DE POMMES</b> St-Hilaire boîte ou bocal de 48 oz  <b>.97</b>	<b>DÉTERSIF</b> pour la lessive, Tide boîte de 2,4 kg  <b>3<sup>47</sup></b>	<b>ORANGES SUNKIST</b> gr. 113 la douz.  <b>1<sup>99</sup></b>

NOUS NOUS RESERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITES.



LES SUPERMARCHÉS  
**provigo**

# Zellers GRAND SOLDE DE LOGICIELS FANTASTIQUES

En solde du Mercredi 7 au samedi 10 mars ou jusqu'à l'épuisement du stock.

**Commodore**



## L'ordinateur copain "VIC-20" "Commodore"

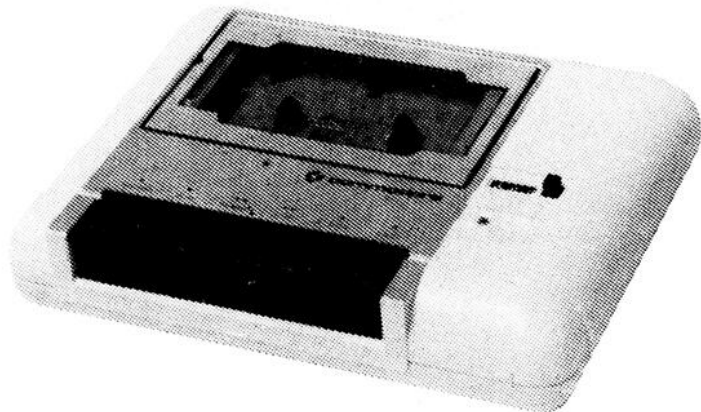
Ordinateur couleur évolutif, mémoire extensible de 32K RAM, clavier dactylographe de grandeur standard. Une aubaine Zellers!

**129<sup>97</sup> ch.**

## Lecteur "Datasette" "VIC-20"

Méthode de stockage de programmes sur cassettes standard.

**59<sup>97</sup> ch.**



**ATARI**

## Ordinateur de jeux vidéo "Atari<sup>md</sup> 2600<sup>md</sup>"

Découvrez le monde captivant et fascinant des jeux "Atari": ordinateur de jeux vidéo Atari VCS, livré avec deux manettes de contrôle.



**81<sup>97</sup> le tout**

Jeux vidéo "Atari" Un seul bas prix au choix

Un seul bas prix au choix

- INDY 500
- BACKGAMMON
- FIREWORLD<sup>md</sup>
- VIDEO OLYMPICS<sup>md</sup>
- E.T.<sup>1</sup>
- HAUNTED HOUSE
- EARTH WORLD<sup>md</sup>
- VIDEO PINBALL<sup>md</sup>
- CIRCUS ATARI<sup>®</sup>
- MAZE CRAZE<sup>md</sup>
- MATH GRAN PRIX<sup>md</sup>
- WARLORDS<sup>md</sup>
- DEMONS TO DIAMONDS<sup>md</sup>
- RAIDERS OF THE LOST ARK<sup>2</sup>

**12<sup>97</sup> ch.**

- SUPER BREAKOUT<sup>3</sup>
- STAR RAIDERS<sup>md</sup>
- YARS' REVENGE<sup>md</sup>
- DEFENDER<sup>3</sup>
- BERZERK<sup>4</sup>
- SPACE INVADERS<sup>5</sup>
- ASTEROIDS<sup>md</sup>
- MISSILE COMMAND<sup>md</sup>

**19<sup>97</sup> ch.**



## Jeux vidéo "VIC-20"

- "STAR BATTLE"
  - "ALIEN"
  - "JUPITER LANDER"
  - "ROAD RACE"
  - "RADAR RAT RACE"
  - "SKY IS FALLING"
- "ADVENTURE"
  - "THE COUNT"
  - "CHESS"
  - "PINBALL"
  - "SUPER SMASH"
  - "COSMIC CRUNCHER"
- "GORF"
  - "GARDEN WARS"
  - "PIRATES"
  - "VOODOO CASTLE"
  - "SPEED BINGO MATH"
- "COSMIC JAILBREAK"
  - "PERSONAL FINANCE"
  - "VISIBLE SOLAR SYSTEM"
  - "CLOWNS"
  - "FORT KNOX"
  - "MISSION"



Au choix

**2997** ch.

- PHOENIX<sup>6</sup>
- GALAXIAN<sup>7</sup>
- BATTLEZONE<sup>md</sup>
- VANGUARD<sup>8</sup>



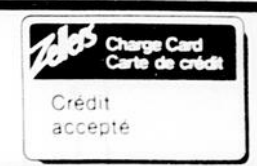
\* md - dénotent les marques déposées de Atari, Inc. © 1982 Atari Inc. tous droits réservés. Jeux programmes. Ordinateur de jeux vidéo et 2600 sont des marques déposées et sous licence de Universal City vcs Studios, Inc. 1 E.T. et le personnage E.T. sont des marques déposées et sous licence de Universal City Studios, Inc. 2 marque déposée de Lucafim Ltd., utilisée par Atari, Inc. 3 dénote une marque déposée de Williams Electronics Inc. 4 est une marque déposée et une marque de Stern Electronics Inc. 5 est une marque déposée de TAITO America Corp. 1980. 6 est une marque déposée, sous licence de Centuri, Inc. 7 est une marque déposée de Bally Midway Mfg. Co., sous licence de Namco-America, Inc. 8 est une marque déposée, sous licence de Centuri Inc. 9 Dig Dug, crée et conçu par Namco Ltd. est fabriqué sous licence par Atari, Inc. Marque déposée et © Namco 1982. 10 est une marque déposée de Namco, Ltd. 11 marques déposées et © 1983, Nintendo of America Inc.

IL SE PEUT QUE LE CHOIX DES JEUX "VIC-20" ET "ATARI" VARIENT D'UN MAGASIN À L'AUTRE

**Zellers**

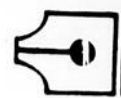
298 Boul. Thériault,  
Centre Commercial, Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h





La Brasserie Labatt Ltée et le comité des Loisirs de l'Isle-Verte organisaient un dîner-bénéfice le 24 février dernier au Restaurant le Barillet. Cette activité, dans le cadre de la tournée du Capitaine Bonhomme organisée pour souligner deux grands événements nautiques tenus durant Québec '84: Le Challenge Labatt Canada et les Voiles Filantes Labatt Bleue. L'activité ne passa pas inaperçue, le capitaine Bonhomme était en grande forme à la joie des nombreux spectateurs. Le dîner servi par le Restaurant le Barillet a fait le plaisir de tous les convives. Sur la première photo on reconnaît dans l'ordre habituel: M. Denis Robitaille, président du Carnaval de l'Isle-Verte, le Capitaine Bonhomme, Claude Simard représentant Labatt, Denis Thériault, prés. loisirs de l'Isle-Verte. La deuxième photo nous montre M. Jacques Soucy de l'Isle-Verte et M. Gilles Lauzon Agent Labatt. M. Soucy a essayé de transcrire la recette de la Labatt Bleue dictée par le Capitaine Bonhomme.



**LA PAGE COMMERCIALE**



Du nouveau en ville, Publicité Graphitek, un service de marketing, graphisme et conseils en planification. Les bureaux de publicité Graphitek ont situés au 506 Lafontaine au-dessus de la Mercerie Vézina. Publicité Graphitek comme le dit le slogan c'est: "un outil de communication", alors communiquez avec ce service, cela vous aidera peut-être à mieux communiquer. La photo dans l'ordre habituel: Gabrielle Fluet, Hélène Ross et Guylaine Marquis.

**Ayez tous vos calculs sous les yeux, grâce à nos Sharp à imprimante!**



Toutes les Sharp offrent également d'autres services de calcul et de gestion des données. Elles offrent également des fonctionnalités de gestion des données et de gestion des données.

Calculatrice de bureau EL 1601. Affichage à cristaux liquides. Touches de fonctionnement automatique de la virgule et d'arrondissement. La Base ord. 49,95

**74<sup>99</sup> ch.**

(Hors photo) Calculatrice de bureau EL 1607. Affichage à cristaux liquides. Sélection automatique d'impression. La Base ord. 103,95

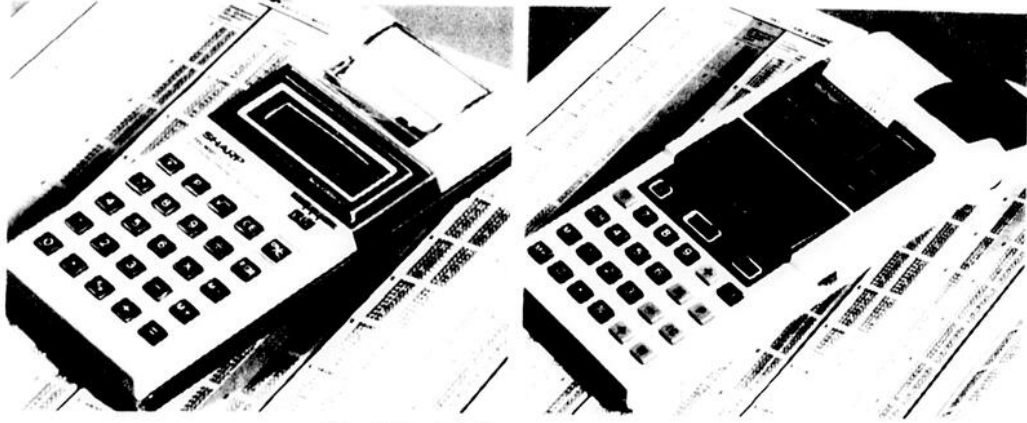


**Prime!**

Recevez 20% de prime supplémentaire sur les calculatrices Sharp EL 1601 et EL 1607. La prime est valable jusqu'au 31 mars 1984. Pour plus de détails, consultez les formulaires de participation au rayon de la papeterie de votre magasin la Saie ou consultez les formulaires joints.

**Participez à notre concours Sharp!**

Vous pouvez gagner un tour de main, un Sharp d'une valeur de 450,00, ou des règlements complets sur les formulaires de participation au rayon de la papeterie de votre magasin la Saie ou consultez les formulaires joints.



La Base ord. 49,95

**39<sup>99</sup> ch.**

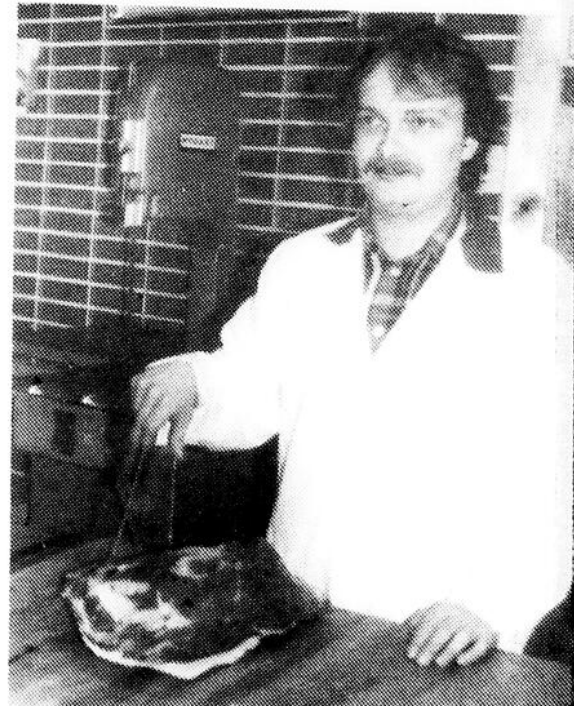
Calculatrice à main EL 8180 avec imprimante à papier thermique. Affichage à 8 chiffres. Calcule aussi les racines carrées.

La Base ord. 79,95

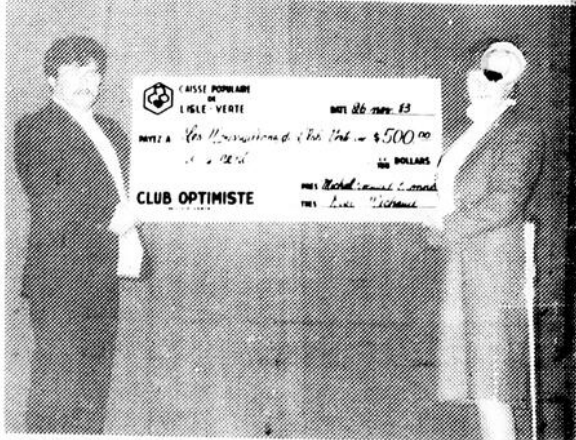
**64<sup>99</sup> ch.**

Calculatrice à main EL 1186. Affichage à 10 chiffres. Sélection d'impression intégrale ou d'impression des totaux de vos opérations uniquement.

Papeterie, rayon 706. En vigueur jusqu'au 10 mars.



Quel beau surlonge steak semble dire Charles, de la Boucherie Gendron, à son client. A la Boucherie Gendron, située au 201 rue Lafontaine, le boeuf est toujours à son meilleur. La ménagère économe prend plaisir à faire son marché de viande à cette enseigne.



Le Club Optimiste de l'Isle-Verte a remis récemment un chèque de \$500.00 au Corps musical "Les Moussaillons" du même endroit. Sur la photo, on reconnaît M. Michel Romuald Dionne, président du Club Optimiste qui remet à Madame Jacqueline Dion le chèque de \$500.00 pour "Les Moussaillons".



• Rimouski et Rivière-du-Loup: lundi à mercredi, 9h30 à 17h30; jeudi et vendredi, 9h30 à 21h; samedi, 9h à 17h.

Pour tout renseignement, téléphonez-nous à: • Rimouski 722-8181 • Rivière-du-Loup 867-2951



**VARIÉTÉS**

Spéciaux en vigueur du 6 au 11 mars 1984

**Michel Denis**

240 Lafontaine, Rivière-du-Loup, 362-6326

LIVRAISON GRATUITE  
DANS UN RAYON  
DE 15 MILLES

**CETTE SEMAINE À NOTRE COMPTOIR COSMÉTIQUES**

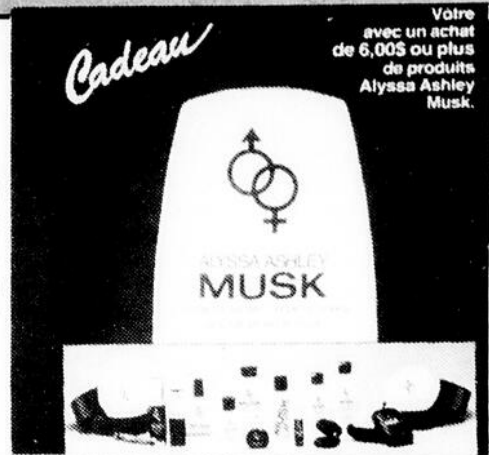
L'air du temps de  
"Nina Ricci"

avec un achat de \$20.00 de produits  
Nina Ricci obtenez un magnifique cof-  
fret contenant: un parfum 3 ml, un  
savon 25 gr. et une lotion crème 45  
ml, pour la modique somme de \$5.00  
**Valeur réelle \$25.00**



**MUSK**

avec un achat de \$6.00  
ou plus de produit  
Alyssa Ashley Mis obtenez gratuitement une  
lotion hydratante pour  
le corps 220 ml



Offre  
avec un achat  
de 6,00\$ ou plus  
de produits  
Alyssa Ashley  
Musk.

**Cigarettes**  
CRAVEN  
carton régulier ou King Size  
**\$12.79**

**Viva**  
Essuie-tout  
paquet de 2 rouleaux  
**.99**

**Pampers**  
Couches premier Pas  
48 super absorbante  
60 Premier Pas avec  
attaches réutilisables  
**\$9.69**

**Oral-B**  
brosse à dent 25, 30, 35, 40, 60  
**\$1.29**

**Vicks Vaporub**  
format de 150 ml  
**\$4.19**

**Artic Power**  
déterfisant en poudre pour la lessive  
format 6 litres  
**\$3.49**

**Olympic**  
bain de mer  
900 ml  
**.75**

**Palmolive**  
lave-vaisselle liquide  
Bouteille 1 litre  
**\$2.29**

**Calmex diurex Eliminx**  
Ultra-tisane  
format 30 sachets  
**\$2.19**

**Pastilles Vicks et Acta**  
saveurs assorties  
**.29**

**Ajax**  
détachant en poudre 600 gr  
**.99**

**Autos miniatures**  
répliques de voitures de courses  
2 pour **.99**

**Royal ginseng**  
Ampoules buvables, format de 10 ampoules  
**\$9.99**

**Efferdent**  
comprimés nettoyeurs à dentiers  
Boîte de 84 + 12 gratuit  
**\$2.39**

**Bausch'n Lomb**  
solution saline pour verres de contact, format de 240 ml  
**\$2.39**

**Delsey**  
papier hygiénique en paquet de 4 rouleaux  
**\$1.39**

CA SE PASSE ENTRE NOUS

Heures d'ouverture:  
Simple comme

**9 a 9**  
heures

sept jours  
par semaine

CA SE PASSE ENTRE NOUS

# Le poulet McCroquettes: une réussite

Qui aurait cru qu'un grand chef français allait un jour concocter des

mets qui feraient quotidiennement les délices de millions de gens?

Le Chef René n'est pas le premier venu. Né en Europe, il y a gravi

les échelons de sa profession et a été responsable des cuisines des

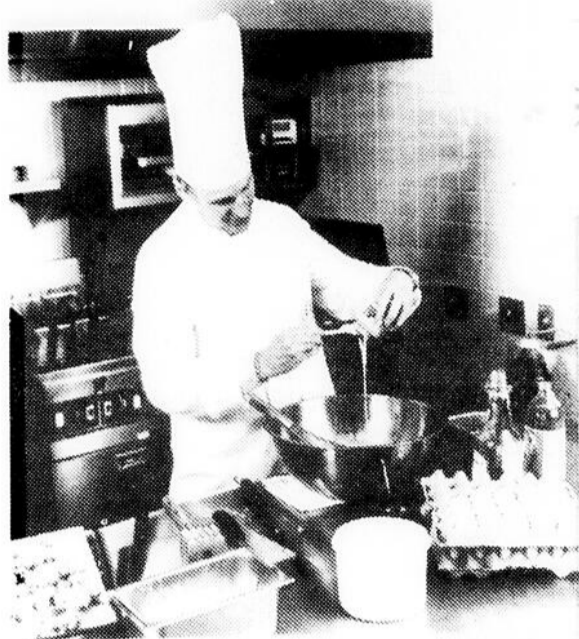
plus prestigieux hôtels d'Europe.

En 1976, le Chef René s'associait à la chaîne McDonald's, chef de file des restaurants à service rapide. Depuis, on le retrouve derrière chaque nouvelle création, derrière chaque nouveau produit offert à sa clientèle, par les restaurants McDonald's.

Le défi est de taille: il s'agit de créer des mets appétissants, savoureux et nourrissants, qui répondent à des normes de qualité uniques au monde. Tout est conçu pour que le client soit servi aussi rapidement que possible et pour lui permettre de déguster son repas fraîchement cuisiné, dans une atmosphère agréable et chaleureuse.

La recette du Poulet McCroquettes est, et à juste titre, une réussite complète!

Chaque morceau de poulet fait l'objet d'un contrôle minutieux: ils doivent être de bonne consistance et tendres afin de bien répondre à



Le Chef René, créateur du POULET MC CROQUETTES.

la promesse d'être "irrésistiblement savoureux"!

Les morceaux de poulet sont d'abord plongés dans une sauce délicate à base de lait et de farine, puis recouverts de chapelure fine et ensuite frits jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés.

De délicieuses petites bouchées de poulet désossé, succulentes et croustillantes, que l'on peut déguster avec l'une des quatre sauces mises au point par le Chef René: sauce bar-

becue, sauce à la moutarde forte, sauce aigre-douce et sauce au miel...hummm!

Aux restaurants McDonald's, le Poulet McCroquettes sera offert en contenants de six morceaux (une collation), neuf morceaux (un repas) ou vingt morceaux (pour deux gourmets).

Le Poulet McCroquettes respecte la tradition de haute qualité de tous les produits servis chez McDonald's.

La qualité, ça se goûte!

**LE SPORT CA SE PASSE CHAQUE SEMAINE**

**DANS**

**CHRONIQUES...REPORTAGES...ANALYSES...PHOTOS D'ACTIONS...**

avec

**Le St-Laurent Echo**  
L'HEBDOMADAIRE RÉGIONAL  
40c - VOTRE HEBDO A-1

Mario Pelletier

Gilles LeBel

**Zellers**

Vous invite à participer au

## SUPER CONCOURS:

VOUS POURRIEZ GAGNER

Une des dix

VACANCES-FAMILLE EN

**FLORIDE**

ou un des 40  
Ensembles de  
VALISES DE  
VOYAGE



RINCE-BOUCHE  
**SCOPE**

750 ml  
Rég.: \$3.79

Spécial:

**\$3.17**



DENTRIFICE  
**CREST**

100 ml  
Rég. \$1.67

Spécial:

**\$1.27**

Se renseigner au magasin

**Zellers**

298 Boul. Thériault, Centre Commercial,  
Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h



### Le troisième âge et les médecins spécialistes

## Jouir d'une bonne vision longtemps

Une bonne vision ajoute beaucoup à la qualité de la vie chez les personnes du troisième âge. Il leur est donc fortement recommandé de subir un examen visuel chez un médecin ophtalmologiste, une fois l'an, pour prévenir toute détérioration possible.

#### Le glaucome

Le glaucome est causé par une augmentation de la pression du liquide (l'humeur aqueuse) contenu dans l'oeil. Pour une raison ou pour une autre, ce liquide ne s'évacue pas, par le canal existant à cette fin, comme il devrait le faire. La substance aqueuse s'accumule donc à l'intérieur de l'oeil et crée une pression sur le nerf optique, entraînant une baisse progressive et non récupérable de la vision. Le glaucome peut apparaître soudainement, provoquant

une chute rapide de la vision, une douleur oculaire violente et souvent même de fortes nausées; c'est le glaucome aigu. Mais en général, le glaucome, au début tout au moins, ne se manifeste par aucun symptôme; c'est le glaucome chronique, plus sournois. Seul un ophtalmologiste, au cours d'un examen de routine, peut détecter le glaucome chronique. Même s'il peut être congénital, le glaucome survient surtout après quarante ans et les personnes qui présentent les facteurs de risque suivants doivent être particulièrement vigilantes: une histoire familiale de glaucome, une forte myopie, un diabète.

Le glaucome peut être soigné par des médicaments (gouttes ou comprimés) ou par la chirurgie, avec beaucoup de succès, surtout s'il a été détecté tôt.

Au P  
les n  
la ph  
qui e  
tèle s  
les g  
du sp  
vété  
gran  
donn  
jours

**LA PAGE COMMERCIALE**



Au Palais des Modes, le printemps est dans l'air, les nouveautés pré-été sont au grand complet. Sur la photo du haut, on voit Madame Lorraine Caron qui est toujours empressée à bien servir la clientèle soit dans les robes, manteaux ou le sport dont les grandeurs varient de 2 à 26 1/2. La photo du bas fait voir Madame Céline Bois, du département du sport, qui se plaît à nous montrer les ravissants vêtements pour le sport ou le bureau dans les grandeurs de 3 à 15 ans. Le Palais des Modes donne toujours le même bon service et est toujours à la fine pointe de la mode.

**LE SUPPLEMENT**  
ST-LAURENT-ÉCHO

Édité par LE ST-LAURENT-ÉCHO  
16 du Domaine  
Rivière-du-Loup,  
G5R 4C3  
TOUS LES SERVICES: 862-1774

Courrier troisième classe.  
No de permis: 1 368



la Baie

Laissez nos nouvelles couleurs de la mer éclairer votre visage...

Les Océanes de Lise Watier, à la Baie.



Pour le printemps, la nouvelle vague de couleurs "Les Océanes" de Lise Watier offre de merveilleuses teintes brillantes tels coraux vibrants, bleus de cristal et sables tropicaux. Elles s'agencent admirablement aux tons neutres et naturels de la mode nouvelle saison. Venez vite les admirer à votre magasin la Baie.

**\* Une prime de la Baie et de Lise Watier**

Avec tout achat de 10.00 ou plus de produits Lise Watier à la Baie, vous recevrez sans frais, l'ensemble "Horizon Beauté" comprenant: un désincrustant doux au miel et amandes 15 mL; un vernis pour les ongles Rouge Coquelicot; un fard à joues en poudre Rose Jardin; un flacon d'Eau fraîche Andrade en atomiseur de 12 mL.

Produits de beauté, rayon 240.  
En vigueur jusqu'au 17 mars.



• Rimouski et Rivière-du-Loup:  
lundi à mercredi, 9h30 à 17h30,  
jeudi et vendredi, 9h30 à 21h,  
samedi, 9h00 à 17h

Pour tout renseignement, téléphonez nous à

- Rimouski 722-8181
- Rivière-du-Loup 867-2951

# SUPER EXPOSITION D'ALLIANCES

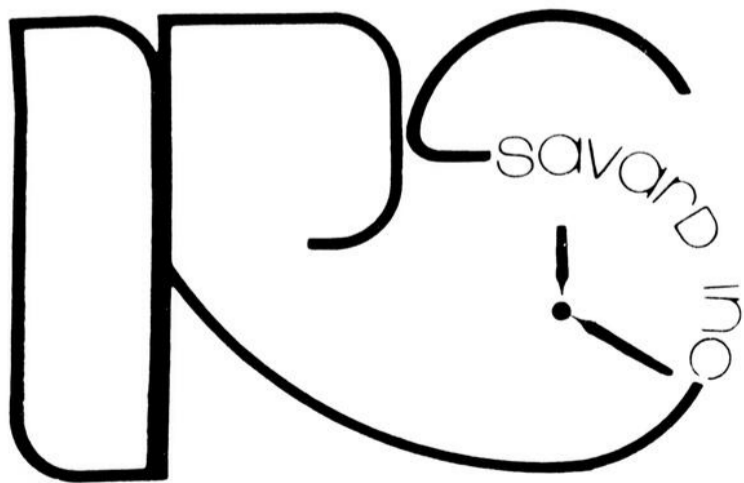
Plus de 400 modèles en montre

## LES 8-9-10 MARS

A notre  
**Bijouterie  
du Centre  
Commercial  
de  
Rivière-du-Loup**



Bagues de remontage



### **Bijouterie R. Savard inc.**

Centre Commercial, Rivière-du-Loup 867-2321  
488 Lafontaine, Rivière-du-Loup, 862-2195