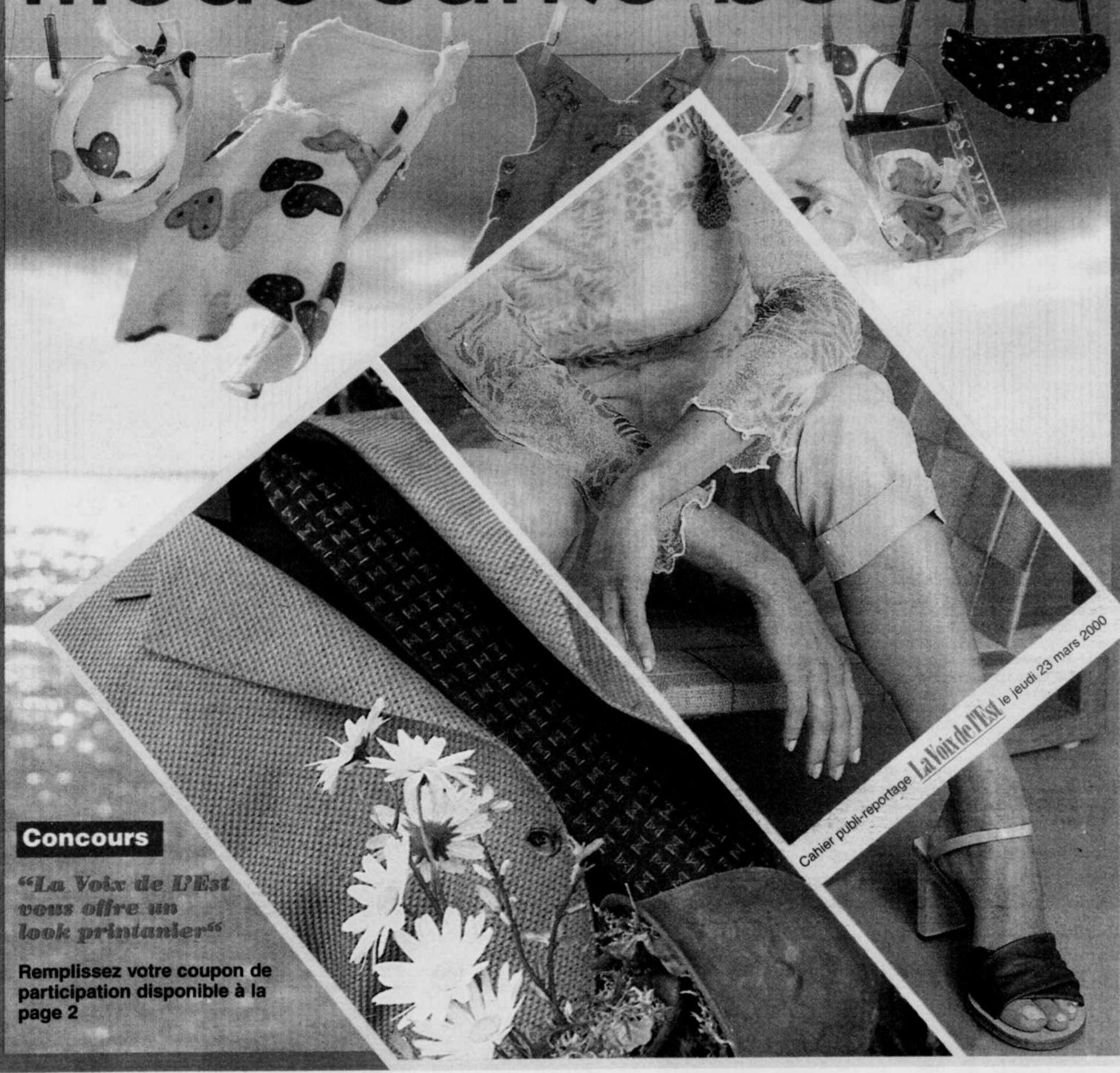


# mode • santé • beauté



## Concours

*“La Voix de l’Est  
vous offre un  
look printanier”*

Remplissez votre coupon de  
participation disponible à la  
page 2

Cahier publi-reportage *La Voix de l’Est* le jeudi 23 mars 2000

*Boutiques*  
**Newport**



Dépositaire officiel  
**HUSH PUPPIES**

*Cette saison... Du nouveau...  
Plein la vue...*



**Galleries de Granby**  
375-0920

175702

## Maillots 2000: fleurs et exotisme !



photo: collection Pilpel

Inspirés des îles Hawaï, les maillots de l'an 2000 se font pétillants, se parent de couleurs fruitées, d'imprimés floraux. Du côté des modèles, nous retrouvons le tani-kini qui a gagné en popularité l'été dernier, le bandeaukini ainsi que des maillots qui dévoilent de façon séduisante le dos dans un jeu de bretelles savamment disposées.

Pour vous messieurs, le paréo masculin noué sur la hanche est totalement divin ! Les maillots moulants avec ou sans surpiqures, de couleurs kaki, noir, marine conviennent parfaitement à ceux qui aiment autant le sport que le soleil.

Côté accessoires:

- Les sandales planes « tongs » s'harmonisent avec votre maillot. Vous les trouverez dans une multitude de coloris.
- Les bandanas, les fichus et les serre-têtes seront très en vue.
- Pour elle et lui, les colliers en perles de bois, de toutes formes, de toutes longueurs, de toutes couleurs, avec insertions de coquil-



photo: collection Pilpel

lages, de plumes, de métaux, en superposition au cou et au bras ajoutent à l'exotisme.

## Trucs-coiffure pour l'été

### Coiffure express

Quand vous voulez accélérer l'opération mise en forme ou quand l'humidité rend vos cheveux fins complètement fous, la permanente est une bonne solution. Si l'idée ne vous sourit guère, vous pouvez très bien vous simplifier la vie en lissant vos cheveux mouillés à l'aide d'un gel. Il s'agit d'une solution pratique qui donne du style et qui convient à tous les types de cheveux. Un autre truc: un peu de mousse, pour une rafraîchissante allure décoiffée.

### Histoire d'accessoires

Un must cet été: le serre-tête. On le choisit de couleur neutre pour qu'il se coordonne à toutes les tenues, et plutôt étroit, à la manière grecque. Les rubans de toutes sortes sont également tentants.

Ornés de raphia, de lanières de cuir, de perles de bois ou d'os, les

nouveaux peignes sont plus beaux que jamais. Et ils sont toujours aussi utiles pour dégager les côtés du visage ou pour fixer les cheveux torsadés ou les mèches qui s'échappent du chignon. D'ailleurs, le chignon revient en force ce été.

Enfin, les bandes élastiques recouvertes de tissu ont toujours la cote. Elles donnent une touche d'élégance aux queues de cheval et aux tresses sans endommager les cheveux humides ou cassants.

### Soins d'appoint

• Une bonne habitude à prendre, surtout si vos cheveux sont cassants: une fois par semaine, enduisez votre chevelure d'un masque capillaire ou d'un traitement à l'huile chaude.

• Si vos cheveux sont gras, choisissez plutôt un traitement pour les pointes.

• Si vous lavez vos cheveux tous les jours, adoptez des produits nor-

malisants, plus efficaces que les produits ordinaires pour cheveux gras parce qu'ils aident à régulariser la production de sébum.

• Pour les cheveux teints, choisissez un bon traitement protecteur à base de produits naturels.

• Pour les cheveux gris, pas de traitement spécifique. On les empêchera de prendre des reflets jaunâtres en appliquant souvent un protecteur solaire en gel ou en vaporisateur.

• Celles qui ont des pellicules, un problème causé par une sécheresse permanente du cuir chevelu, utiliseront un masque pour cheveux secs et elles feront attention à l'eau salée, qui peut dessécher davantage le cuir chevelu.

• À la mer, nous devrions toutes nous procurer un shampooing conçu pour débarrasser les cheveux des résidus de sel marin.

### Protection assurée

Le soleil, le vent, l'eau chlorée des piscines et le sel marin dessèchent, décolorent et fragilisent les cheveux, surtout s'ils sont déjà secs ou s'ils sont colorés ou permanentés. Il est recommandé de les enduire d'un produit nourrissant renfermant un filtre solaire.

Ou encore saturez vos cheveux mouillés de votre produit revitalisant habituel, à condition qu'il renferme un filtre solaire. Car gagner sa chevelure d'une substance huileuse l'empêche de se dessécher, mais non de cuire au soleil.

À éviter: tous les produits coiffants à base d'alcool, donc desséchants, de même que les shampooings et les revitalisants très parfumés. Et à utiliser moins souvent: le séchoir et tous les instruments qui maltraitent nos cheveux.

## La mode masculine En évolution

Les couleurs classiques, toujours présentes, se font de plus en plus souvent prendre de vitesse par un arc-en-ciel plus joyeux, plus clair aussi. La gent masculine a mis du temps à oser la couleur. Mais tranquillement, les hommes consentent à changer leurs habitudes et à intégrer la couleur dans leur garde-robe. La raison ? La palette n'est plus considérée comme avant-gardiste - la grande peur des hommes - puisqu'on en voit partout ! Résultat, le jean masculin se décline en blanc et écru, la gamme des verts tire plus sur le tilleul, le bleu rappelle les nuances du ciel et même le vert forêt n'est plus uniformément sombre. En ce qui concerne les motifs, l'homme met de côté les rayures et les carreaux. La sobriété de l'uni lui fait du bien.

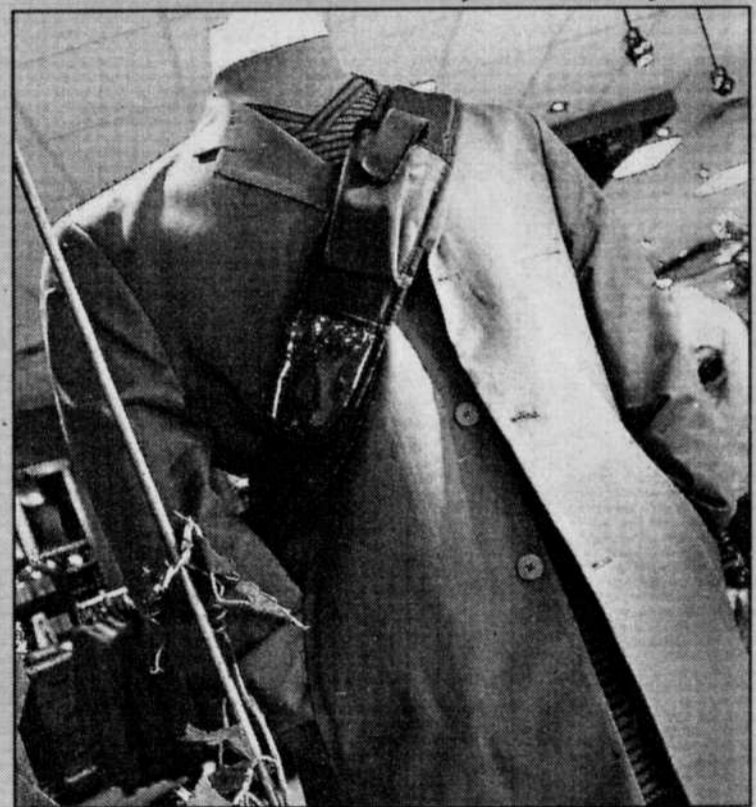
Si la couleur apporte de la gaieté, les matières confèrent une touche de distinction. Le coton ouaté demeure un incontour-

pantalon ou en chemise par-dessus le t-shirt.

Mais on peut aussi se permettre un peu plus de recherche dans le textile sans que cela fasse trop



Accompagné d'une chemise sport, le jeans bien vieilli est toujours en bonne position.



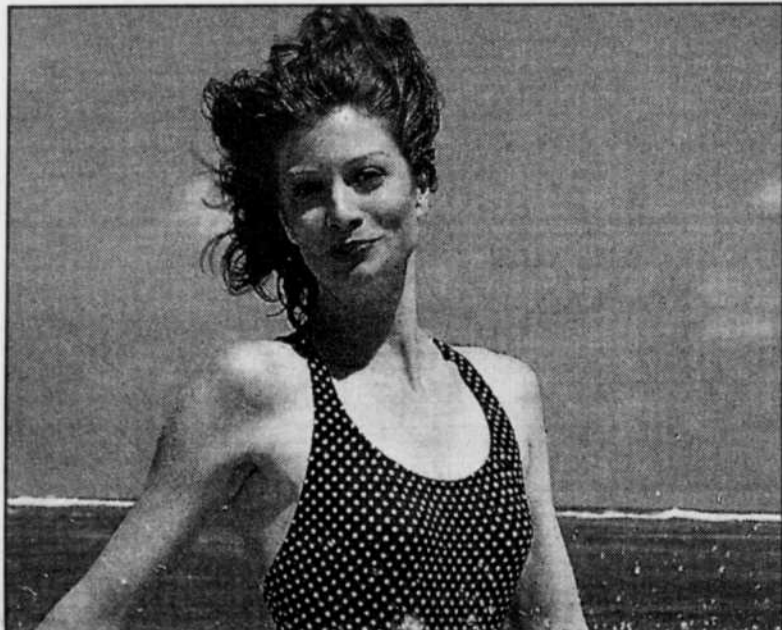
Nouvelle allure décontractée pour le traditionnel habit.

nable. Mais attention, on ne l'utilise pas à toutes les sauces, car il ne faut pas confondre tenue de sport et tenue décontractée. Quand nombre de femmes hurlent de voir leur mec dans un ensemble de jogging gris chiné du vendredi soir au lundi matin, on peut s'attendre à quelques suggestions.

Pour ce qui est des matériaux, il faut que décontraction soit synonyme de raffinement. On peut donc dire oui à un chandail en coton ouaté, mais il faut qu'il soit de bonne qualité, pas rigide comme du carton et bien coupé. Le jean bien vieilli est toujours en bonne position, que ce soit en

apprêté. Par exemple, le pantalon de lin naturel à jambes larges est une grande vedette de l'été pour les messieurs, de même que la chemise de soie peau de pêche - trop brouillon pour le bureau.

Il reste enfin l'homme tout coton. Ce dernier ne quitte jamais son jean ni son chino. Il a du mal à laisser ses polos et ses t-shirts blancs Calvin Klein. Dans sa garde-robe, on retrouve aussi bien des chemises en toile épaisse et des chandails - de coton - qui demeurent rarement dans leur forme initiale. Ce type d'homme acceptera de porter un blazer pour sortir entre amis seulement si la couleur est discrète.



## Quoi de nouveau sous le soleil du printemps ?

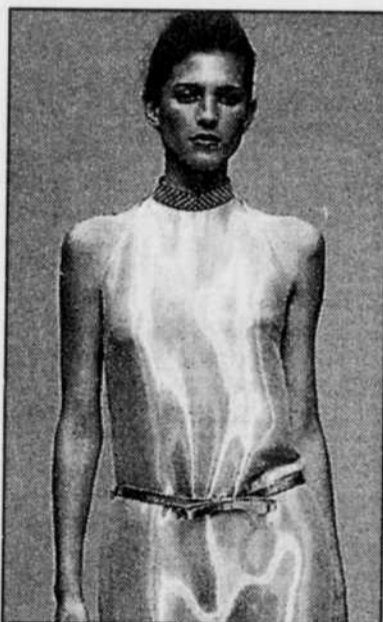


Le corsage est taillé comme un simple bandeau.



photo: Collection Olsen

La notion de confort est omniprésente dans les collections.



Finis lustrés, vêtements épurés évoquent le futur

**Le choc du futur.** Les stylistes ont les yeux rivés vers le futur et créent des vêtements épurés, tout confort et futuristes.

**Beauté lumineuse.** Les maquilleurs parlent de fards lumière injectés de microparticules qui réfléchissent la lumière pour un teint santé et satiné.

**Pieds légers.** Finies les chaussures échasses et casse-gueule. À l'ère *sportswear*, la démarche se veut leste et sportive avec des modèles légers et ergonomiques.

**Le strict minimum.** Sur une silhouette épurée, évoquant la mode japonaise, les boutons, coutures et surpiqûres se font de plus en plus rares.

**Corsaire, le pantalon.** Le pantalon de la saison s'arrête précisément au-dessous le genou, comme la jupe d'ailleurs qui cache la rotule.

L'ère *sportswear*. On associe

désormais la pantalon de jogging avec la veste traditionnelle et on taille le coton ouaté pour en faire des jupes, des robes ou des pantalons cargo.

**Mains libres.** Ultraplats et géométriques, s'accrochant à l'épaule, à la taille, mais aussi aux bras et chevilles, les sacs de la nouvelle cuvée font double emploi, remplaçant du même coup colliers et bracelets.

**La maille au rang d'honneur.** La maille occupe une place de plus en plus grande dans les collections estivales.

**Matériaux techno.** Si la mode fait peau neuve, c'est grâce en partie aux filatures qui innovent avec de nouvelles matières synthétiques ou naturelles, au fini tantôt lustré ou plastifié.

**Par la bande.** Le corsage, coupé droit comme un simple bandeau, remplace la traditionnelle chemise.

## Branchées sur New York

Vous appréciez la mode new yorkaise ? Voici quelques informations provenant directement de la Grosse Pomme, désormais reconnue comme l'une des capitales de la mode les plus courues au monde.

• **Vogue.com:** le plus *hip* des sites Internet. Il est bourré de photos, d'images de vedettes et de photos tirées des défilés de New York (collections été 2000).

• **Canal Street.** Le repaire des contrefacteurs asiatiques de New York. Après les sempiternelles copies des montres Rolex et Cartier, la petite société se spécialise dans les modèles de sacs branchés.

• **La nouvelle boutique DKNY.** La nouvelle boutique de Donna Karan, sur Madison à New York, est calquée sur le concept du magasin le plus branché de Paris:

Colette. Sur deux étages: de la déco, des magazines de mode underground, des vêtements, des bougies, des chaises design, etc.

• **Surdose de pashmina.** Il n'y a pas un grand magasin à Manhattan qui n'offre des écharpes en pashmina (étoles en laine extraordinairement douce et fine venue du Cachemire). Elles atterrissent sur les épaules de toute New-Yorkaise bcbg qui se respecte.

• L'accessoire ultrabranché de la New Yorkaise: les bracelets et colliers en billes de cristal. On les choisit de toutes les couleurs.

• Les victimes de la mode ne sortent jamais sans leur « sac-baguette » Fendi. Une expression toute française pour nommer ce sac à courte bandoulière qui se glisse sous le bras, comme une baguette. En format mini, on l'appelle alors le « sac-croissant ».

## Une mode estivale qui convient à toutes les silhouettes

Les minijupes, qui ont fait la pluie et le beau temps les saisons dernières sont aujourd'hui remplacées par leurs grandes (et longues) sœurs, coupées sous le genou ou rasant le sol.

Règle générale, les femmes réagissent assez bien à ces nouveaux ourlets. Cette mode plus couvrante et légèrement décalée du corps convient à toutes les silhouettes.

En effet, les ourlets à mi-mollet sont très prisés auprès de la jeune clientèle branchée. On les décline en jupe-jogging, ligne A, montée sur une taille coulissante,

ou version plus habillée, sans bande de taille, munie d'un système de fermeture éclair invisible.

La plupart du temps, les adolescentes associeront ces nouveaux modèles avec des chaussures tout confort de type tennis ou encore avec des mules sport à semelle tracteur.

Et jusqu'aux pantalons de la saison qui affichent le même ourlet. Le pantalon corsaire — le pantacourt des années 70 revisité au goût du jour — est un modèle fuselé et souvent stretch, coupé lui aussi sous le genou ou à mi-mollet.

La Voix de l'Est vous offre un look printanier !

La Voix de l'Est vous offre un look printanier !  
COUPON DE PARTICIPATION

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

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

Tél.: \_\_\_\_\_

J'aimerais échanger mon bon d'achat de 100\$ chez le client suivant présent dans cette édition spéciale:

Remplissez le coupon de participation ci-joint et vous pourriez remporter l'un des

2 prix de  
**100\$**

en produits ou services de l'un des annonceurs de cette édition spéciale.

Faites parvenir votre coupon de participation avant le 31 mars 2000 à

La Voix de l'Est  
Concours « La Voix de l'Est » vous habille  
Case postale 5381  
76 Dufferin, Granby  
J2G 9L4

ou venez le déposer dans la boîte prévue à cet effet

Le tirage aura lieu le 31 mars à 15 h.

## Printemps 2000: nouveaux looks, nouvelles couleurs !

**L'insouciance des années 60**  
Style rock n'roll, influence hippie, jeans perlés, franges et couleurs folles comme au temps des hippies. L'insouciance reprend ses droits et c'est notre garde-robe qui en profite !



photo: collection Joseph Ribkoff

Des imprimés façon Caraïbes, des couleurs de carte postale: soleil et dépaysement pour le printemps !

**Les rayures donnent le ton**  
La ligne de conduite à adopter cette saison: les rayures ! Nautiques en marine et blanc ou à effet optique en de multiples largeurs, on les suit à la trace sur les pulls et sur tous les basiques.

### Rafraîchissantes comme une limonade

Plein soleil sur les couleurs les plus chaudes du printemps: jaune citron, mandarine, orangé, pamplemousse rose... Un rafraîchissant cocktail de couleurs prêtes à savourer maintenant !

### Chauds, les Tropiques !

Des chemises hawaïennes, des couleurs de carte postale, des imprimés façon Caraïbes: c'est toute une imagerie tropicale qui déferle sur la mode printemps. Une nouvelle vague sur laquelle il fera bon surfer !



Comme dans les années 60: influence hippie et insouciance reprennent leurs droits

## Produits textiles: l'innovation sous toutes les coutures

Cravates intachables, chaussettes anti-odeurs, blousons thermorégulateurs, petites culottes parfumées: les industriels français se bousculent pour lancer ces textiles du futur.

« Depuis le succès de notre présentation de ces nouveaux concepts à la fin de l'an dernier, les industriels, mis en appétit, nous submergent de questions et de demandes d'essais », explique la directrice régionale de l'Institut Textile de France (ITF), à Lyon.

C'est dans ce centre qu'une centaine d'ingénieurs, de chimistes et de laborantins s'activent à tester les textiles de demain. Contamination de tissus aux staphylocoques, mesure de l'efficacité d'un sweatshirt polaire sur un mannequin thermique, contrôle des mouvements de la sueur... tout est analysé avec soin.

Actuellement, quatre domaines sont particulièrement en vogue: l'antimicrobien, l'anti-acarien, l'infroissable et les UV bloquants. C'est sans doute le résultat d'un souci croissant pour le confort, la santé et l'environnement.

Le grand espoir vient de la micro-encapsulation, qui consiste à emprisonner un produit actif dans de minuscules gouttelettes collées à raison de dizaines de milliers dans les fibres du tissu. Au contact avec la peau, elles éclatent et répandent un insecticide, un parfum, un antiseptique, etc.

La technique existe depuis les années 60. Elle est déjà utilisée dans les cigarettes mentholées, les bonbons acidulés ou encore pour le papier autocopiant. Elle fait maintenant ses débuts dans le textile.

Certains industriels imaginent déjà s'en servir pour produire des collants dépilatoires, de la lingerie

amincissante ou aphrodisiaque, des draps imbibés de somnifères. Enfin des tissus qui soignent, se frottent-ils les mains.

« On est obligé de mettre des bémols », explique la directrice. « Introduire des médicaments dans un vêtement oblige à obtenir une autorisation de mise en marché, une procédure longue et coûteuse. Et puis, on n'est pas des médecins. »

« On guérit la fibre, pas la peau », insiste Michel Bourgeois, responsable des biotextiles à l'ITF, qui croit en revanche dur comme fer à la généralisation des antimicrobiens.

« L'armée est très intéressée, les sportifs aussi. Il faut simplement surveiller les formulations antiseptiques un peu sauvages » ajoute-t-il. « On prépare d'ailleurs un label pour contrôler l'efficacité et l'innocuité des produits. »

Les vêtements filtrant les rayons du soleil, venus d'Australie, ont également le vent en poupe. L'équipe de France cycliste est déjà équipée en maillots. En Allemagne, le géant de la vente par correspondance Quelle, a lancé une ligne de vêtements en viscose, et Clayeux, spécialiste français du vêtement pour enfant, vient d'annoncer la commercialisation imminente du « premier T-shirt anti-UV en Europe ».

Mais les industriels ont encore beaucoup à faire. Les fameuses microcapsules détestent le lavage et ont une durée de vie assez limitée. L'ITF milite pour le « greffage électronique » des textiles, qui confère un effet permanent aux propriétés ainsi introduites. Mais aucune machine n'existe encore en Europe. Seule la Russie utilise cette technique pour habiller ses militaires et ses minéurs.

## La maille nous fait la vie douce !



photo: collection Joseph Ribkoff

Ce printemps, la maille traditionnelle cohabite avec les tricots plus texturés ou ajourés.

Point par point, la maille s'est tricotée une place de choix dans l'univers de la mode. Infroissable, douillet et tout confort, le tricot cocon nous fait la vie douce. Ce printemps, le traditionnel jersey cohabite avec des tricots plus texturés ou ajourés.

La maille rentre donc dans les rangs, et comme on le fait avec les matériaux tissés, on cherche à lui donner différents aspects.

Les plus populaires ? Le tricot mosaïque (constitué de petits losanges ajourés), le tricot dentelle, tout en relief, le tricot moustiquaire et les rayures en ton sur ton, simultanément opaques et transparentes, en alternance.

# Fais-moi du cinéma

29 mars au 15 avril

## À GAGNER !

1 voyage de rêve en Californie

d'une valeur de 10 000\$

- 13 ensembles cinéma maison d'une valeur de 3 700\$ chacun
- 13 certificats-cadeaux de 1 000\$ de votre centre
- 13 trousseaux de beauté d'une valeur de 150\$ chacune
- 13 chaises de directeur cinéma d'une valeur de 100\$ chacune
- 126 laissez-passer simples (adulte) pour un film de votre choix aux Cinémas des Galeries de Granby

### Pour participer:

C'est facile ! Chaque tranche d'achats de 25\$ (taxes comprises) effectuée dans l'un des 13 centres commerciaux participants entre le 29 mars et le 15 avril donne droit à une participation au concours. Seuls les coupons autorisés par notre hôtesse seront valides au tirage. Un bon de participation se retrouve dans le journal vendredi.

EXPO  
L'ORÉAL  
PARIS  
FACE QUI S'ÉCARTÈNE  
RECALCULÉ EN 1977  
CINÉMAS  
DES GALERIES DE GRANBY

Galerias  
de Granby



## Sears - IGA - Hart

40, rue Évangéline, Granby (Québec) J2G 8K1 Tél.: (450) 378-5598

Détails et règlements disponibles au bureau d'administration du centre. Ce concours s'adresse aux personnes âgées de 18 ans et plus. Les prix doivent être acceptés tels quels et ne peuvent être échangés, monnayés ou transférés.

## Confort et minimalisme du côté des chaussures !

À l'image du prêt-à-porter estival tout confort et minimaliste, les collections de chaussures affichent une allure sportive et un profil ergonomique. On a bel et bien mis au rancart les talons aiguilles et les bouts effilés; l'accent est donc mis sur la semelle de caoutchouc inspirée du monde athlétique. Le

invisibles remplacent les traditionnels lacets tandis que le néoprène et autres microfibres extensibles moulent désormais le pied comme un gant.

Dans ce nouvel état d'esprit sportif, les hommes ne sont pas en reste. La mode masculine a franchi un pas de géant avec des



mot clé pour l'été, c'est le confort, un acquis pour les consommatrices qui ne veulent plus retourner en arrière. Selon les goûts, on jouera donc avec différentes hauteurs de semelles compensées. En effet, la traditionnelle semelle de cuir a été remplacée par le caoutchouc spongieux et antidérapant qui s'agence désormais aussi bien avec la ballerine, le Mary Jane (qui a remplacé l'escarpin), le flâneur, la sandale ou la mule. La semelle compensée permet de conserver une bonne hauteur sans occasionner de perte de confort pour autant.

Toujours dans cette optique d'épuration des formes, les velcros

modèles greffés de semelles moulées et compensées ultralégères en versions mules, tennis ou sandales.

Dans ce raz-de-marée sport-wear, la chaussure de ville classico-classique sort grande perdante, évincée par les modèles athlétiques. Seuls la mule à talon-bobine — le nouveau petit talon stable d'un pouce et demi à la Audrey Hepburn — et les chaussons-ballerines dans les délicates teintes pastel tirent leur épingle du jeu. C'est que ces fines chaussures correspondent tout à fait à la vague néoromantique qui déferle parallèlement au courant sportif.

## La mode boudoir

Le prêt-à-porter féminin lorgne du côté de la lingerie pour se renouveler. En regardant les collections printanières des designers phares de la planète, on comprend que l'avenir de la robe passe obligatoirement par la transparence, le satin et la dentelle.

Plus sensuelle que sexy, cette mode boudoir, tout en demi-teintes et en clair-obscur, fait tout à coup apparaître le dessous au-dessus. Juppon de dentelle et gaine satinée, courte combinaison de mousseline et camisole mœlleuse se coordonnent ainsi avec de petites vestes et cardigans pour sortir au grand jour.

Se promener avec de telles tenues ailleurs que sur un podium ?

N'y pensez même pas, à moins que vous ne cherchiez à vous faire arrêter pour grossière indécence...

Heureusement, plusieurs couturiers ont cherché des solutions au problème que posait la transparence. Et pour « cacher ce sein qu'on ne saurait voir », la superposition s'est révélée efficace une fois de plus. Dans sa nouvelle collection D, Donna Karan superpose ainsi des t-shirts et des robes diaphanes aux coloris différents (turquoise sur rose, beige sur marron) qui créent un bel effet. Même stratagème chez Calvin Klein et Richard Tyler, qui confectionnent tous deux des doubles robes, organza sur lycra.

## La robe t-shirt ou jupon

C'est l'équivalent de la cravate chez les hommes. La robe t-shirt ou jupon, les femmes ne s'en lassent décidément pas. D'une saison à l'autre, on la retrouve avec plaisir, plus ou moins longue ou

plus ou moins décolletée. Ce printemps, la coupe n'est plus moulante, mais légèrement décalée. La nouvelle architecture semi-ajustée est agrémentée çà et là de petites fentes ou de drapés placés.



*Nous vous invitons...*

à venir voir notre  
**NOUVELLE COLLECTION  
DE CUIR ET SUÈDE  
POUR LE PRINTEMPS**



69 Drummond, Granby 372-3434 175648



*Pour les mariages  
et les remises de diplômes...  
Jules a ce qu'il vous faut !*

**LOCATION DES TENUES DE CÉRÉMONIES**

SYD SILVER  
*Formals*

**CLASSY**

**Habits  
à partir de  
159\$**

**GANT U.S.A.**

*Les nouveautés printanières à découvrir  
dans les grandes collections*

Vêtements et souliers

**KENNETH COLE**  
new york

**Jules Demers**

**MAINTENANT AU  
147 PRINCIPALE  
GRANBY 372-4645**

**4YOU**  
CLOTHING COMPANY  
Tailles fortes jusqu'à 54  
**OUVERT LE DIMANCHE  
DE 12 H à 16 H** 174848

## Avant-goût du printemps



Des tons neutres crémeux aux teintes épicées végétales, en passant par les pastel, les tons naturels obtiennent la cote de popularité cet été. Les pantalons fluides à cordon, les débardeurs, les tissus diaphanes, les vestes souples, les pantalons corsaires, les manches trois-quarts et les poches multiples figurent parmi les principales tendances. Bref, l'allure printanière est décontractée et féminine, à la fois simple et sophistiquée.

Du côté masculin, les pantalons à poches multiples, à cordon et de teintes neutres représentent les éléments clés de l'été. Les vêtements tout-aller adoptent une forme souple et décontractée. Enfin, la mode enfantine est influencée par celle des grands. En effet, les enfants s'inspirent souvent de leurs aînés et des vedettes rock pour s'habiller.



photo: Deux par Deux

Tons neutres crémeux, pantalons fluides: l'allure printanière est décontractée et féminine.

Influencée par celle des grands, la mode enfantine adopte la marinière et le style sportif.

## L'ère « sportswear »

On le constate dans différents sondages, la santé et l'économie sont des préoccupations de première importance dans la population. Ces soucis ou intérêts, selon le cas, reviennent également dans le milieu de la mode. Les mots clés au sein de l'industrie par les temps qui courent? Confort et rapport qualité/prix équitables. La griffe pour la griffe à prix d'or, les consommateurs, dans un contexte de restrictions budgétaires, n'en veulent plus.

À notre époque où l'on voue un culte à la jeunesse et où l'on tente de préserver autant que possible son corps des ravages du temps, la pratique constante d'un sport doublée d'une alimentation saine s'avère on ne peut plus valorisée.

On endosse aujourd'hui le vêtement « sportswear » non plus seulement pour s'entraîner, mais par simple coquetterie, pour faire jeune.

Depuis quelques années donc, bon nombre de créateurs de mode et manufacturiers ont vu le filon lucratif et pris le virage élastique en multipliant

les références sportives dans leur collection. Ralph Lauren, un des premiers à flairer l'affaire, lançait il y a quelques années le concept Polo Sport comprenant une fragrance, une gamme de produits pour les soins corporels au bouchon en forme d'haltère, de même qu'une collection de vêtements « sportswear », tous ces beaux objets présentés dans une nouvelle boutique, rue Madison, transformée pour les besoins de la cause en gymnase blanc immaculé.

Le concept de Lauren a depuis fait des petits et de nombreux couturiers, dont Tommy Hilfiger ont également chacune leur branche « sportswear », offrant une gamme de vêtements stretchs et décontractés adaptés pour la ville.

La mode « sportswear » est là pour rester. Ce n'est plus un simple phénomène de mode, mais un véritable phénomène de société. En fait, le « sportswear » se porte comme un drapeau. Il sert à afficher le rapport privilégié qu'on entretient avec son corps.

# 0%

**D'INTÉRÊT POUR 1 AN**

- Aucun dépôt initial requis
- Aucuns frais d'administration

\* Achat minimum de 300 \$, 12 versements mensuels égaux, sans dépôt ni intérêt. TAXES INCLUSES. Sujet à l'approbation de Crédiplan. Valable jusqu'au 1er avril 2000.

### Aspirateur central Eureka

Modèle 1801 (unité motrice seul.)

- Usage intensif
- Moteur 3 ventilateurs
- Filtre autonettoyant



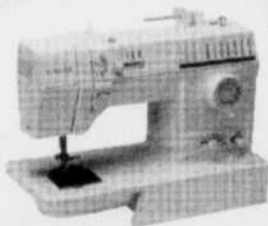
**38<sup>25</sup>\$** /mois\*  
TAXES INCLUSES

### Machine électronique Singer XL-1000



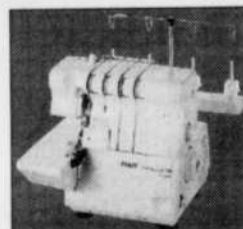
ACHETEZ UNE MACHINE À COUDRE NEUVE à partir de seulement **29\$** /mois\*

### Machine à coudre Singer 9018



**38<sup>25</sup>\$** /mois\*  
TAXES INCLUSES

### Surjeteuse PFAFF Hobbylock 756



**62<sup>21</sup>\$** /mois\*  
TAXES INCLUSES

Grand choix de robes pour bal ou remise de diplômes

**La collection printemps est à son meilleur !**

**30%** sur les manteaux

**30%** sur les pantalons



**J'♥ Boutique VillaGeoise inc.**

Vêtements pour dames et jeunes filles

Carmen Bonneville, propriétaire • Denise Lessard, conseillère

193, Place Daigneault  
COWANSVILLE  
263-8646

**CENTRE DE COUTURE ET D'ASPIRATEURS MARTIN INC.**

**SINGER-PFAFF EUREKA Patons SAMSUNG**

77, rue Robison Sud, Granby 375-1821



## Les impératifs printemps-été 2000

### Quelle allure ?

Un mélange de hippies, « cow girl » et bohémienne. Un heureux mélange tout en couleur, tout en douceur. Notez que le jeans à toujours sa place. Cette saison, il sera brodé, blanchi, pailleté, frangé etc.



photo: collection Olsen

### Quelles couleurs porter ?

Les couleurs fruitées sont très présentes. Vert lime, jaune citron, orange, rose fuschia, turquoise. Nous les retrouvons aussi en version pastel.

### Quoi choisir ?

**Jupe:** en version longue, sportive, nylon, cargo, fendue sur le côté.

**Pantalon:** le pantalon est sans contredit l'incontournable de la saison. Vous le retrouverez sous la forme classique, capri, corsaire, sportif, cargo, pantacourt avec un brin de broderie et de couleur délavée.

**Pull/Cardigan:** à manche courte ou sans manches. Beaucoup de rayures, de style hippie, d'imprimé fleuri, de transparence.

## Sur le mode techno

Lunettes d'acrylique aux lignes aérodynamiques, collant gainant 100 % microfibres, chaussures en plastique moulé, chemise de polyuréthane, pantalon tout nylon...

Il n'y a pas à dire, la mode d'aujourd'hui rime de plus en plus souvent avec technologie. Trois mots de passe dans cette course aux nouveaux designs et matériaux: alléger, rapetisser, épurer.

Les créateurs de lingerie, par exemple, innoveront par une recherche de dématérialisation avec des sous-vêtements invisibles. Dans ce jeu de cache-cache avec la matière, on remarque des effets translucides, des ouvertures insolites, des couleurs cristallines, presque invisibles.

Les couturiers, de leur côté, n'en ont que pour la transparence. Robe

Robe: plusieurs robes style passe-partout, à rayures, à motif hawaïen, sans manches.

### Accessoires

**Chaussures:** la chaussure de l'été est très « glamour », elle est délicate, possède des brides et des lanières fines. Elle prend toutes les formes, mule, sandale, spartiate, s'habille de cuir glacé, de peau de serpent et se pare de paillettes et de broderies.

**Sac à main:** les sacs à main se font petits, colorés, extravagants. Ils sont en cuir, en peau de serpent, en paille, en raphia, tantôt ornés de billes, tantôt de broderie.

**Ceinture:** les ceintures se font fines, marquant la taille. À porter sur un pull, pantalon, jupe, sans tenir compte des ganses.

### Et sur la tête ?

Des foulards, des bandanas, des triangles aux allures hippies. Une avalanche de couleurs, d'imprimés de toutes sortes.

### Les colliers, boucles d'oreilles, parures de cheveux

Les accessoires sont principalement composés de billes de bois, de pierres naturelles, de perles de couleurs, de plumes. Les boucles d'oreilles se font plus visibles. Les colliers sont près du cou comme pour le ceinturer. Les parures de cheveux prennent une allure florale.

### Mise en beauté

**Coiffure:** les cheveux longs adoptent aussi bien le look sophistiqué que le look hippie. Pour les cheveux courts, l'asymétrie, les franges, les cheveux très effilés sont toujours très en vue.

**Maquillage:** très tutti frutti ou très naturel, on verra de tout cette saison.

diaphane, corsage de dentelle, pantalon translucide. Le vêtement perd de plus en plus souvent son opacité pour montrer le corps au grand jour.

Dans sa collection de bagages, la maison Rugby préfère, quant à elle, le nylon poids plume au cuir. Ces modèles au design ultraplats sont garnis de fentes discrètes et de fermetures éclair qui permettent de remplir le sac à volonté.

Jusqu'à la compagnie Ericsson qui envahit le monde de la mode et travaille en modèle réduit. Au même titre que la montre de plongée Swatch ou les tennis Nike Air, la firme décrit désormais son nouveau cellulaire — pas plus gros qu'un boîtier de poudre compact — comme un nouvel accessoire de la garde-robe féminine !

Pour vos beaux yeux...



VOUS MÉRITEZ CE QU'IL Y A DE MIEUX

NOTRE RÉPUTATION VOUS LE GARANTIT

Laboratoire sur place. Grand choix de montures à prix compétitifs. **NOMBREUX SPÉCIAUX**

Examen fait par un optométriste

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

**MADELEINE GAGNÉ**

OPTICIENNE

**263-5830**

Maison Nesbitt - 215 Sud, Cowansville

Pour l'an 2000, retrouver ses cheveux, c'est une réalité !

**Derm-O-Graft**

Avec la greffe chirurgicale ou non chirurgicale, ce sont maintenant deux solutions définitives qui existent à la perte de vos cheveux.



Guy Lafleur  
Légende du hockey



**HAIRFAX**

Clinique capillaire Hairfax  
550 St-Jacques, Granby

**372-0377**

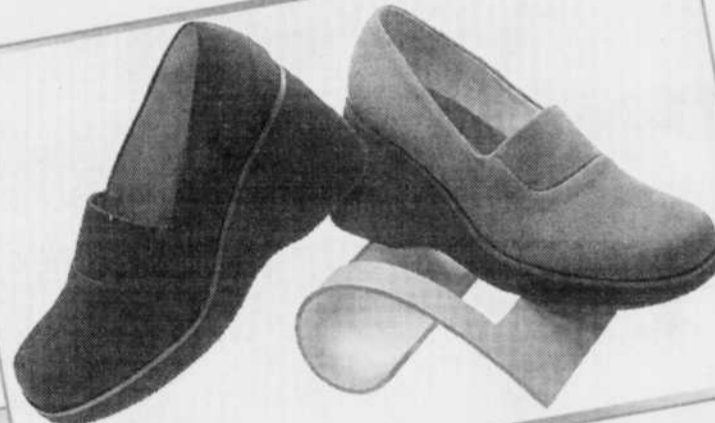
www.hairfax.com

Consultation d'évaluation gratuite

## Les souliers

### HUSH PUPPIES

Aussi légers qu'une brise d'été...



Aussi confortables que votre chaise longue par une journée ensoleillée !



**LANGLOIS**  
CHAUSSURES

20 Principale, Granby 372-7579

# Un air de printemps

**AQUA ALLEGORIA**  
Rosa Magnifica  
de GUERLAIN

*Les eaux de charme*  
Parfumerie

Des odeurs transparentes comme des eaux fraîches qui possèdent la ténacité des eaux de parfum !

Disponible en 5 fragrances : Lavandes, Vélours, Pamplelune, Yang-vanille, Rosa Magnifica et Herba Fresca.

Notre personnel expérimenté vous guidera dans notre vaste choix de parfums pour hommes et femmes.

Parfums exclusifs  
cosmétiques  
accessoires

Dépositaire des produits :  
Craze & Evelyn

Aux Galeries de Granby  
378-7953

**WONDERBRA**  
*Première*

Lilianne  
LINGÈRE

Disponible aux  
Galeries de Granby 378-5750

Du 23 au 26 mars

ÉPARGNEZ L'ÉQUIVALENT DE LA TPS ET DE LA TVQ

sur la marchandise à prix régulier

Boutique  
**Intuitions**  
Élégance dans les tailles fortes 14+

Galeries de Granby 777-7756

BOUTIQUE  
**XTRÊME**

Une boutique unisexue, aux grandes marques à découvrir...

Nouvelle collection Printemps-Été 2000

- Timberland
- Phat Farm
- Maurice Malone
- Clench

Aux Galeries de Granby  
372-2525

Pelle Pelle • Polo • GUESS • Johnny Blaze  
FUBU • Willie Esco • Nautica • Guess • Petra

une allure de démon pour le printemps !

au pays

**MINI-MODE**

Vêtements et chaussures 0-18 ans  
Galeries de Granby 777-1337

**Cachot**  
MODE FÉMININE

La nouvelle collection printanière...  
une mode détente !

**CONRAD C**

Aux Galeries de Granby 378-7101

**BIOHERM** Nouveau

**AQUA RELAX**  
À base d'huiles essentielles

- Eau relaxante (fragrance)
- Crème relaxante (massage)
- Élixir d'huiles essentielles
- Douche veloutée
- Bain relaxant
- Lait hydratant

Très bientôt disponibles :

- Crème hydratante
- Gommage

**PHARMAPRIX**  
Le vrai sens des valeurs

Aux Galeries de Granby  
378-9946

**ORANGE**

Branchez-vous sur la collection **ORANGE** chez

**sports experts**

Galeries de Granby  
777-7678

## Collection printemps-été: les points forts

**Vague sportswear.** Marc Jacobs a désormais plusieurs émules. En effet, le virage plus décontracté amorcé par le jeune designer américain il y a quelques saisons en a inspiré plus d'un.

**En avant le blanc.** De pied en cap, on déroule le tapis rouge pour la teinte immaculée.

**Effets miroirs.** Les nouveaux matériaux injectés de lycra, de nylon ou de lurex vont briller

sous le soleil ce printemps.

**Maille confort.** On l'a dit et redit, mais le jersey occupe une place grandissante dans le prêt-à-porter, remplaçant même, de plus en plus souvent, la traditionnelle veste.

**Chausser ces chaussons.** Fins et plats, les nouveaux modèles tout confort éclipsent les stiletos avec leur pente vertigineuse.

**Tissus craquants.** Toile-moustiquaire, nylon empesé, soie et lin enduits, une garnison de nouveaux matériaux poids-plume envahissent le prêt-à-porter estival et nous propulse vers le troisième millénaire.

**Architecture flottante.** Légère-

ment décalées, les nouvelles coupes élaborées par les designers soulignent subtilement les formes du corps sans le contraindre.

**Les ourlets en baisse.** Deux ourlets de jupe cohabitent: le premier, coupé sous le genou et le second, frôlant le bitume.

**Pantalon Pierrot.** Après le pantalon corsaire, voici le modèle Pierrot. Toujours taillée sous le genou, la culotte prend aujourd'hui de l'expansion avec sa coupe flottante.

**Corsage escrimeur.** Simple comme bonjour, coupé à ras le cou et sans manches, celui-ci déclassé le chemisier de coton.

Le p'tit monde de Julie



475 Dufferin, Granby 372-8029

Boutique érotique  
**Plaisir Intime**

**NOUVELLE ADMINISTRATION**



- Jeux de société érotiques
- Lingerie fine (tailles régulière et forte)
- Prêt-à-porter et maillots de bain
- Appareils de stimulation
- Revues et vidéos XXX
- Farces et attrapes
- Huiles et lubrifiants
- Nouveautés!
- Démonstration à domicile

185 Principale, Granby  
**777-0804** • (Situé face au Studio Sexe)



Deux ourlets cohabitent: le premier, sous le genou et le second, frôlant le bitume.



Vêtue de blanc, dites bonjour au printemps.

## Brune, blonde ou rousse



photo: collection Olsen

Avoir l'embaras du choix: c'est vraiment ce qui attend toutes celles qui ont décidé de changer la couleur de leurs cheveux! En effet, certaines marques offrent jusqu'à une quarantaine de nuances. Laquelle vous conviendra le mieux?

Pour « trouver sa couleur », il faut avant tout tenir compte de sa carnation. Les teints olivâtres seront mis en valeur par des nuances foncées; par contre, le blond platine les fera paraître ternes. Une peau plutôt jaunâtre sera embellie par des nuances de rouge et d'or. Si vous avez une carnation plus rosée, les couleurs chaudes comme le blond doré ou le brun doré vous iront à merveille.

Seules les femmes au teint mat ou celles qui ont une peau parfaite pourront se permettre des reflets cendrés, car cette nuance souligne impitoyablement le moindre défaut et les traces de fatigue. La plupart du temps, il est plus seyant d'aller vers le plus pâle. Le teint s'adoucit avec l'âge, il faut donc estomper la nuance des cheveux en conséquence.

## Conseils pour le maquillage des yeux

### Mascara

**Pour des cils bien courbés:** avant d'appliquer le mascara, à l'aide du recourbe-cils, pressez pendant trois secondes, d'abord à la racine des cils supérieurs, puis à la courbe de ceux-ci; répétez trois fois.

**Pour des cils plus épais:** appliquez du mascara sur le dessus des cils en baissant les yeux et en commençant par la racine, puis en étirant vers les pointes; brossez et peignez les cils pour les séparer; passez ensuite le mascara sur le dessous des cils pour les recourber et les allonger; brossez et peignez de nouveau. Une couche suffit généralement pour les cils inférieurs.

**Pour un regard lumineux:** appliquez deux couches de mascara noir ou brun-noir, puis une touche de mascara bleu, violet, vert ou bourgogne sur la pointe extérieure des cils supérieurs.

**Vous avez l'œil fatigué et rouge?** Au lieu d'un mascara noir, utilisez un mascara marine foncé ou bourgogne. Jamais de vert; cela le ferait paraître encore plus rouge.

### Ombres à paupières

Utilisées à sec, les ombres à paupières donnent un fini léger poudré, tandis que, légèrement mouillées, elles donnent un effet plus accentué et une meilleure tenue.

**Pour un maquillage qui dure:** appliquez sur les paupières et leur contour un gel ou fluide contour des yeux, le fond de teint puis un anticernes un ton plus clair (sur les régions pigmentées ou en creux et non sur les poches, sinon on risque de les accentuer), puis poudrez légèrement.



2. Dans le pli de la paupière et sur le tiers externe supérieur de l'œil, appliquez un fard mat d'intensité plus forte;

3. Appliquez une couleur d'intensité intermédiaire sur la paupière mobile et une couleur plus intense dans le pli de la paupière et sur le tiers externe supérieur de l'œil.

### Coups d'éclat

- Yeux verts, fards verts, yeux bleus, fards bleus? Cette pratique n'est pas conseillée car elle risque d'affadir votre iris. Optez plutôt pour des couleurs complémentaires:

**Yeux verts:** violet, rose, tons brique

**Yeux bleus:** jaune orangé, tons dorés et bruns chauds

**Yeux bruns à reflets jaunes:** bleu ou violet.

- Vous avez les paupières flétries ou les yeux saillants? Évitez les ombres nacrées sauf au cœur du sourcil, où elles donnent beaucoup d'éclat.

### Eye-liner et crayon

Un fin trait d'eye-liner ou de crayon à la racine des cils agrandit l'œil et définit le regard. Pour un tracé plus doux, utilisez des ombres en poudre que vous appliquez soit telles quelles à l'aide d'un embout-mousse fin, soit à l'aide d'un pinceau à eye-liner légèrement humecté.

## Tendances esthétiques

- Les liens entre le corps médical et les esthéticiens se resserrent. Ces derniers feront des traitements avant et après chirurgie au laser et plastique et offriront des services de soutien aux dermatologues et aux chirurgiens plastiques et travaillant au laser.

- Les esthéticiens traitent le corps tout entier, pas seulement le visage. Ils donnent des conseils de nutrition, connaissent parfaitement les produits contre le vieillissement et les suppléments, pratiquent l'exfoliation et les traitements antistress pour les hommes et les femmes de tous âges.

- La biotechnologie (utilisation d'ingrédients à base de plantes) entre dans la création des produits.

- Aussi bien les fabricants que les salons associent des ingrédients et techniques scientifiques avancés aux produits et services naturels.

- Désormais, les faciaux sont davantage considérés comme un soin d'entretien que comme un luxe. Les adolescents savent que prendre soin de leur peau est aussi important que les traitements contre l'acné. Les personnes de 20 et 30 ans veulent se protéger du soleil. Les femmes mûres attacheront de plus en plus d'importance aux soins antirides.

- Les traitements comme le Reiki, les thérapies « pierre et cristal » et « couleurs », et la réflexologie se généralisent et accompagnent souvent les services traditionnels offerts en salon.

Réalisation: La Voix de l'Est

Rédaction publicitaire et mise en pages: Louise Boissonneault

Conception graphique de la une: Lorraine Roy

Infographie: l'équipe des infographistes

Publicité: Claude Paradis

Photos: l'équipe des photographes de La Voix de l'Est

Un merci spécial pour leur collaboration à cette édition spéciale à Chaussures Langlois, Mercerie Jules Demers, Boutique Huguette et Boutique Mini Mode. Les photos de la une proviennent de la Mercerie Jules Demers, de la Boutique Mini-Mode et de la collection Olsen.

**Je déteste l'été...**  
**Chez Laflamme, c'est le temps de l'entreposage!**

On va chercher votre manteau chez vous.  
 On le nettoie et on le prépare pour l'hiver prochain.  
 On l'entrepose et on vous le rend quand vous voulez.

Nos 50 ans d'expérience prolongent la beauté de votre fourrure.

Appelez-nous ou profitez de **10% de rabais** en réservant par Internet

**LA FLAMME**  
 UNE HISTOIRE DE MANTEAUX

328, rue principale, Granby (Québec) T : (450) 378-8484  
 www.la-flamme.com

**ENFANT**

**Maternité en beauté**  
 31 Évangéline, Granby 372-3450



Venez voir la  
marchandise

Printemps  
2000!

Marchandise d'hiver  
TOUS LES  
CHANDAILS,  
JUPES et  
BLOUSES

39 \$

MANTEAUX  
D'HIVER

50 %

Boutique France



290, boul. Boivin, Granby  
378-6511



175803

Bach  
et ses Bottines

Chaussures pour enfants



ACCUMULEZ LES ÉTAMPES ET  
VOUS SEREZ GAGNANT !

Chers clients, afin de vous  
remercier de votre  
encouragement, nous payons les  
taxes pour vous.

C'est facile, accumulez les  
étampes que nous apposerons  
sur notre carte d'affaire et, lors  
de votre troisième achat, nous  
paierons pour vous les taxes  
de la dernière facture.



300, rue St-Jacques, Granby  
776-1575

174948

Le romantisme: toujours à la mode

Aux antipodes de la mode techno futuriste à laquelle adhèrent une bande de stylistes internationaux, se profile une allure plus romantique. Ce goût particulier pour les tons pastel et l'allure rétro amènent certains stylistes à



nostalgique. Ce clan stylistique appelé « Be poetic » se distingue par son romantisme, dépourvu toutefois de froufrous ou autres fioritures du genre. Directement issu des années 50 et 60, ce style minimaliste affichant des teintes toujours aussi légères, presque transparentes, oscille en douceur de la perle au lilas, en passant par l'azur, le vert céladon et le rose.

Donna Karan, prêtresse de la mode américaine, fut l'une des premières à sortir ses pinceaux d'aquarelliste, en misant sur les variations de rose. Plutôt que de venir saluer les spectateurs en noir comme elle le faisait depuis des années, la styliste arborait, lors de sa présentation, un large pull rose de cachemire, coordonné à une longue jupe crème. La « série noire » de la mode

revoir leurs classiques et à remettre au goût du jour des icônes de mode comme Audrey Hepburn et Grace Kelly. Font à nouveau partie de leur lexique: le capri, le twin-set et la petite robe sans manches.

Il existe deux façons de faire évoluer la mode. La première consiste à reformuler constamment les différents codes vestimentaires et à repousser les limites du bon goût. On parle ici entre autres du phénomène streetwear, une mode aux tons parfois acidulés, prisée par les jeunes adolescents. L'alternative, nostalgique celle-là, a pour fondement les grands classiques de la mode et la recherche du beau. Cette allure néobourgeoise plaît particulièrement aux professionnelles dans la trentaine.

Conseils pour gérer  
le stress et la tension

Notre façon de réagir face au stress peut agir sur notre santé en général et, spécifiquement sur la santé de notre cœur. La Fondation des maladies du cœur vous propose quelques suggestions pour vous aider à mieux gérer le stress dans votre vie:

- Identifiez les symptômes de stress.
- Examinez votre mode de vie et déterminez ce que vous pourriez changer: votre situation au travail, votre situation familiale ou votre horaire.
- Utilisez des techniques de relaxation telles que le yoga, la méditation, les exercices de respiration, les massages.
- Faites de l'exercice, l'activité physique est l'un des meilleurs remèdes qui soient contre le stress.
- Gérez votre temps. Acquitez-vous des tâches essentielles et classez les autres par ordre de priorité.
- Surveillez votre alimentation - l'alcool, la caféine, le sucre et les gras, tous diminuent votre capacité physique à faire face au stress.
- Reposez-vous et dormez suffisamment.
- Parlez aux autres de ce qui vous préoccupe, à vos amis, à des conseillers professionnels, à des groupes d'entraide, à des proches.
- Accomplissez une chose à la fois. N'essayez pas d'en faire trop en même temps.

nanso  
BEACH

Collection  
Printemps-été

DÈS AUJOURD'HUI  
CHEZ

Les  
Tiroirs  
Secrets

148 PRINCIPALE, GRANBY  
378-6669

175649

## Mode parisienne: les tendances

• **Virage minimaliste.** La grande majorité des créateurs suivent la tendance amorcée à New York, il y a déjà quelques saisons en misant sur une silhouette dépouil-



Chanel s'inspire des matériaux technologiques à effets miroir et brillance dans sa nouvelle collection.

lée, aux lignes aujourd'hui légèrement décalées du corps.

• **Le blanc pur,** de pied en cap, défile sur toutes les passerelles. Les designers parlent ainsi de leur envie de pureté, d'optimisme et de modernité.

• **Les mises en beauté naturelles** (peu d'ombres à paupières et lèvres vinyle translucides) et les chevelures longues et très raides

ont la cote.

• **Cacher la rotule.** Pudiques, les ourlets de la belle saison seront ou coupés sous le genou ou frôlant le bitume.

• **Le confort d'abord.** Les chaussures de l'été auront pitié de nos pieds. Fins, très plats, avec les ballerines et les tongs (flip-flop) en avant-plan, les nouveaux modèles nous feront la démarche leste.

• **La maille vole de plus en plus** la vedette, remplaçant la chemise et la veste.

• **Après avoir été éclipsé** puis banni dans le petit lexique des rédactrices de mode, le **poncho** amorce une deuxième carrière dans le monde du prêt-à-porter de luxe.

• **La marinière envahit la cité.** D'Hermès à Vuitton en passant par Guy Laroche, la marinière d'organza, de coton ou de cuir défile sur les podiums parisiens.

• **Faut que ça brille!** Effets de brillance et de miroir dans les collections de l'été prochain, grâce à une garniture de nouveaux matériaux technologiques.

• **Vu et revu, l'organza** aérien et craquant se porte non plus en dessous des tenues pour donner du gonflant, mais au grand jour, par-dessus un t-shirt ou une robe de satin perdant du même coup son aspect précieux.

## Les parures de la saison estivale

Or, argent ou plastique? Stiletto ou ballerine? Neutre ou flamboyant? Rien de tel pour donner de l'éclat aux tenues estivales qu'un accessoire bien choisi.

Pour des raisons de restrictions budgétaires — budget vacances oblige — nous avons misé sur des accessoires à prix abordables. Dans cette perspective, le plastique se classe bon premier au chapitre des parures estivales. Pour la belle saison, le matériau insubmersible se décline en barrettes, colliers, sandales, bracelets de toutes sortes. Pour ajouter à sa diversité, on y injectera également la couleur désirée: du turquoise mer des Caraïbes au jaune soleil en passant par le faux blanc corail.



Toutes les variations de clips confondues — offertes désormais dans un vaste choix de couleurs — sont, de loin, les parures les plus populaires de la saison. Les gros

modèles, qui prennent bien les cheveux et les mèches de différentes longueurs, servent à faire de jolies chignons au look fausement négligé. Le zigzag en plastique, une espèce de passe qui dégage le visage, a lui la cote chez les adolescents.

L'argent arrive bon deuxième — comme la médaille — dans le palmarès des décorations de la saison chaude. En effet, on préfère désormais son reflet bleuté, plus rafraîchissant, au miroitement doré et cuisant de l'or. On trouvera sur le marché une quantité de petits bijoux et d'objets allant de la barrette poisson, à la pince design, en passant par la ceinture liane ou le bracelet à maillons.

## Petits, grands ou ronds: Une mode masculine qui les avantage tous!

En mode masculine, quelques dessinateurs s'attardent sur les détails qui avantage aussi bien les petits, les grands que les ronds.

Pour les hommes petits, on propose souvent des vestons à simple boutonnage (trois boutons) surmontés d'un petit col étroit et qui s'attache haut. Le fait de boutonner son veston plus haut

allonge le thorax.

Passons aux ronds. L'encolure de leur veston se croise plus bas sur le torse. Juste sous la poitrine. Ainsi, on voit plus la chemise, la cravate, car le regard se porte sur le torse, plutôt que sur le ventre.

Quant aux géants de plus de six pieds, on leur recommande les complets étroits.

Les silhouettes trop larges, trop épaulées, leur donnent une allure d'armoire à glace.

• **L'erreur la plus fréquente?** Les hommes en général achètent leur veston trop grand avec des épaules trop larges et un tour de poitrine trop ample. Les hommes ventrus ne devraient pas non plus enfilez des pantalons à plis.

**DÉCOUPEZ**

*Collection printemps 2000*

Venez voir en magasin nos spéciaux sur fins de collections!

Nouveau Pantalons de suède lavable

*Avec vous depuis plus de 25 ans!*

**20% DE RABAIS**  
sur présentation de cette publicité

Valide jusqu'au 30 mars 2000. 1 coupon par achat. Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

- Vêtements en cuir sur mesure
- Nous nettoyons les cuirs, suèdes et fourrures
- Réparation de manteaux de cuir
- Plus grand choix en région de manteaux de cuir

**BOUTIQUE**  
**Joseph & Margot INC**

**87 Robinson Sud, Granby 372-0719**

## INVITATION

Nous avons le plus grand choix de belles robes toutes occasions (3 à 20 ans)

- Mariages
- Remises de diplômes
- Voyages
- Ensembles sport

Dans les meilleures marques  
Aussi, plusieurs créations et exclusivités  
Collection de beaux maillots  
Vêtements vacances

**Coin aubaines en tout temps**

**OUVERT LE DIMANCHE**

# Huguette

**285, boul. Boivin, Granby 378-4550**

## Des trucs pour se rafraîchir en été

La chaleur vous accable ? Voici quelques trucs rafraîchissants pour vous aider à supporter en beauté la canicule de l'été.

• **Pour garder le corps au sec.** optez pour les poudres parfumées qui absorbent la transpiration et adoucissent la peau.

• **Hypersensible au soleil ?** Évitez de sortir aux heures les plus chaudes, portez un grand chapeau, rafraîchissez-vous avec un éventail et fuyez les lieux renfermés non ventilés. À la plage ou à la piscine, allez souvent à l'eau. Vous empêcherez votre visage de « s'illuminer » sous l'effet de la chaleur. Utilisez des produits décongestionnants pour le visage.

• **Jambes lourdes.** Il faut dormir en surélevant les pieds pour désen-

fler les jambes. Évitez les chaussures avec des brides aux chevilles et bannissez les talons hauts. Appliquez sur les jambes et sur les pieds des produits en aérosol ou en crème; ils procurent une sensation de fraîcheur.

• **Bains et douches.** Privilégiez douches et bains tièdes pour éviter un phénomène réflexe de sensation de chaleur. En effet, l'eau froide bloque la chaleur à l'intérieur du corps, alors que l'eau tiède dilate les vaisseaux et permet à la chaleur de sortir du corps. Placer le pommeau de la douche de façon à recevoir de l'eau fraîche en pluie sur la nuque, le long de la colonne vertébrale, les jambes et les pieds est une façon de profiter de ses moments de détente.

• **Maquillage d'été.** Pour vivre en beauté les chaleurs humides, choisissez des textures légères, des gels, des hydratants « poids plume », des tons toniques ou pastel. Adoptez surtout des produits de maquillage à l'épreuve de l'eau et de la chaleur. Pour des yeux toujours impeccables, appliquez un produit qui permet aux fards de mieux tenir. Préférez des mascaras et des khôls résistants à l'eau. Si vos pores se dilatent et que votre maquillage s'atténue sous l'effet de la chaleur, laissez-vous tenter par des sérums « coups d'éclat », qui resserrent les pores en douceur.

Vous pouvez aussi utiliser des fonds de teint à base d'eau ou encore des poudres solaires.



Portez un chapeau pour vous protéger du soleil et vous rafraîchir.



**EN FORME ET EN SANTÉ POUR LE PRINTEMPS**

---

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE POUR FEMMES SEULEMENT

---

AUCUNS frais d'inscription  
AUCUNS frais d'adhésion  
CARTE d'ENTRAÎNEMENT PERSONNALISÉE INCLUSE  
TARIF d'ENTREPRISE disponible

**PROMOTION**

**4 mois : 100 \$**

(EN VIGUEUR JUSQU'AU 1ER AVRIL 2000)



TARIFS DISPONIBLES POUR :

- 1 mois
- 2 mois
- 6 mois
- 1 AN

Suivi de perte de poids

---

**HEURES D'OUVERTURE**

Du lundi au vendredi :  
de 7 h à 21 h

Samedi :  
de 7 h 30 à 15 h

**132 PRINCIPALE**  
**GRANBY**  
(AU SOUS-SOL DE PANIER-SANTÉ)  
**375-7510**

*Coiffure Le Manège*



**REDKEN**  
5TH AVENUE NYC

8, rue Comeau, Granby 375-0564

**OUVERT LE DIMANCHE**

Dimanche:  
de 12 h à 16 h

Du mardi au vendredi:  
de 9 h à 21 h

Samedi:  
de 9 h à 16 h

Bienvenue à toute la famille!

JE LE MÉRITE BIEN!

**Sylvain Pelletier**  
Massothérapeute, Kinésithérapeute

— QUI DIT PRINTEMPS, DIT GRAND MÉNAGE. —

*Pour embellir votre environnement, vous faites l'aménagement extérieur de vos plantes et de votre terrassement. Vous faites aussi une beauté intérieure à votre maison.*

*Eh bien ! Mesdames, pourquoi ne pas penser à vous pour une fois. Votre corps a lui aussi besoin d'un GRAND MÉNAGE. Vous avez peut-être remarqué la présence de cellulite sur vos jambes. Elle se loge principalement aux cuisses, aux mollets et parfois aux muscles fessiers. Elle peut apparaître à tout âge.*

**QUE PEUT-ON FAIRE ?**

*Il est bon d'intervenir tôt pour prévenir les douleurs aux jambes à long terme avec un traitement adéquat.*


*Information gratuite sur rendez-vous.*

**CLINIQUE « VOTRE SANTÉ »**  
107, rue Louis-Hébert, St-Alphonse-de-Granby

Tél.: **776-6539**  
(sur rendez-vous)

Reçus d'assurance disponibles

MEMBRE DE  
**L'Ordre des Orthothérapeutes**  
A.M.S. inc.



## Questions et réponses sur le sommeil

Nous passons environ le tiers de notre vie à dormir. Vous avez peut-être tendance à penser que cela fait de nous des experts en la matière. Testez vos connaissances avec ces énoncés vrais ou faux:

1. Vous pouvez contrôler le décalage horaire en mangeant ou en évitant certains aliments avant le vol.
2. Les experts du sommeil se prononcent contre l'utilisation de somnifères.
3. Lorsque vous éprouvez de la difficulté à dormir, un peu d'alcool peut vous aider à relaxer et à vous mettre en mode sommeil.
4. Le silence complet est essentiel à un sommeil réparateur.
5. Des exercices violents vous « assommeront » et vous aideront à vous endormir.
6. Un verre de lait au coucher peut favoriser le sommeil.
7. Tout le monde a besoin de huit heures de sommeil.
8. L'insomnie peut vous rendre malade.
9. Il n'est jamais bon de faire une sieste dans l'après-midi.
10. Parler en dormant est un signe de maladie mentale.

### Réponses:

1. **Faux.** Des études ont permis de déterminer qu'aucun aliment ne permettait d'éviter le décalage horaire.
2. **Faux.** Les experts reconnaissent que les somnifères pris selon les instructions constituent un moyen temporaire efficace de gérer son sommeil.
3. **Faux.** À première vue, l'alcool peut sembler vous endormir, mais il s'agit véritablement d'un stimulant qui vous gardera éveillé.
4. **Faux.** Le « bruit blanc », qui fait référence au bruit de fond comme le son d'un ventilateur, de la radio, d'une chute ou de l'océan, peut souvent couvrir les autres bruits et favoriser le sommeil.
5. **Faux.** En fait, les exercices violents ont l'effet contraire, ils tendent à vous survolter et à rendre le sommeil encore plus difficile à atteindre.
6. **Vrai.** Le lait contient du tryptophan, un soporifique naturel reconnu pour sa capacité à induire le sommeil.
7. **Faux.** Bien que huit heures soient considérées comme normales, certaines personnes n'ont besoin que de cinq ou six heures, alors que d'autres peuvent en exiger dix.
8. **Vrai.** Des études démontrent que les personnes qui ont de la difficulté à dormir sont malades plus souvent. La fatigue chronique affecte le système immunitaire et rend la maladie plus difficile à combattre.
9. **Faux.** Des études indiquent qu'une sieste de 15 à 20 minutes peut améliorer la vivacité d'esprit et diminuer la fatigue. Elle peut également aider à réduire les conséquences d'une nuit d'insomnie.
10. **Faux.** Le fait de parler pendant son sommeil est tout à fait inoffensif et généralement temporaire. Il est souvent attribuable à la tension ou à la maladie.

## Les filtres solaires dans tous leurs états

Gels, vaporisateurs, crèmes, laits, lotions, bâtons, toutes les formes de filtres solaires sont valables. Avec la couche d'ozone, les rayons X ne passent pas, les ultraviolets non plus. Les ultraviolets B (UVB) pénètrent à 20 % et les UVA, eux, passent directement et ne sont pas filtrés par la couche d'ozone. Les UVA sont soit courts, soit longs. Les courts seraient aussi dangereux que les UVB, les longs le sont moins, mais on les tient responsables du vieillissement de la peau. Les filtres solaires doivent toujours être appliqués 30 minutes avant d'aller au soleil parce

que si vous êtes déjà partie sur la plage sans crème, vous avez largement le temps de brûler. De plus, il ne faut pas oublier que, après 16 h, vous pouvez encore brûler. La controverse sur les filtres solaires tient au fait qu'ils représentent une fausse sécurité. En mettre sur le corps et rester trois heures au soleil, cela demeure risqué, car vous n'avez plus de coup de soleil pour vous avertir du danger.

Les UVA brûlent en une demi-heure une peau vierge. Les UVB prennent quatre fois plus de temps. Après une heure au soleil, il est de temps de changer d'air.

## Centre chiropratique Bromont

*pour mieux servir notre clientèle*



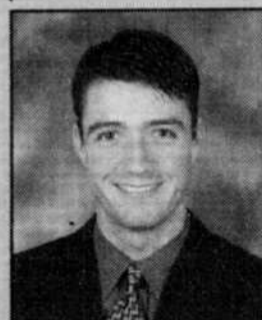
Dr Gilles Brunelle

Nouvelles technologies  
Nouvelles connaissances  
Nouvelle expertise

Un SCAN  
thermographie  
électromyographie  
radiographie

**Toute une équipe !**  
Chez nous, nos diagnostics sont  
examinés par 3 spécialistes

HEURES  
D'OUVERTURE  
Du lundi au jeudi  
de 7 h 30 à 12 h  
et  
de 14 h 30  
à 18 h 30



Dr Louis-Pierre Brunel



Dr Michael R. Chitaroni

Consultation et examen sans frais

103, boul. Bromont, Bromont 534-2533

175746



*Notre collection tissus  
printemps 2000  
est arrivée !*

• Coton • Polyester • Rayonne • Voile • Mousseline  
• Lin • Satin • Chiffon • Crêpe • Etc.

Rabais pour finissants\*

\* Détails en magasin.



**DÉCOR  
PARENT**

255 York  
(angle Paré)  
Granby

**372-6155**



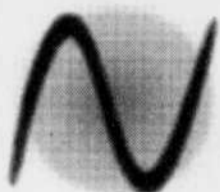
175651



Vous souffrez de  
**surdité**



**ENFIN  
DISPONIBLE AU CANADA !**



NATURA™

La toute nouvelle prothèse auditive numérique basée sur une technologie simulant le fonctionnement de l'oreille interne.

- Meilleure compréhension
- Aucun contrôle de volume nécessaire
- Prothèse complètement automatique

— NOUS VOUS OFFRONS —

**EN PLUS**

UNE  
GARANTIE DE

**4 ANS\***  
SANS FRAIS

Sur toute nouvelle prothèse\*\*

Les examens, les visites annuelles, les nettoyages, les modifications, les examens électroacoustiques, les ajustements et les réparations faites...

au bureau seront **GRATUITES.**

• CONSULTATION ET  
EXAMENS SANS FRAIS

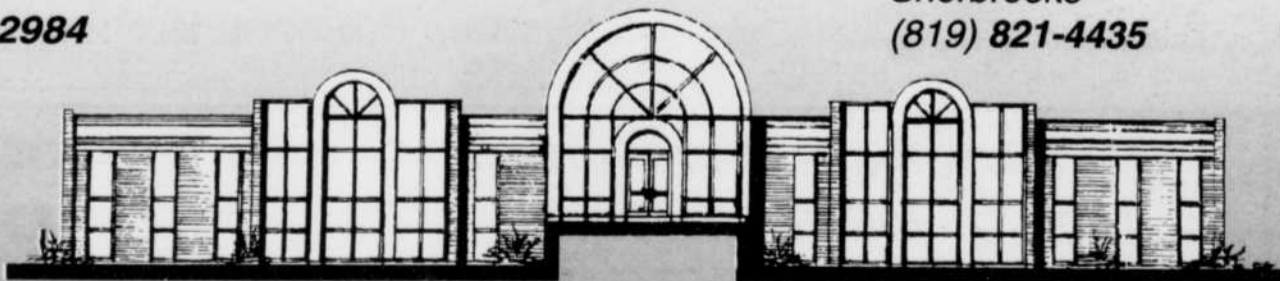


*LaPlante & Associés*  
Audioprothésistes

• PROTHÈSE AUDITIVE  
SANS FRAIS\*\*\*  
défrayée par la  
R.A.M.Q. (carte soleil)

Centre médical Carrefour Haute-Ville  
35, rue Principale  
Granby  
(450) 372-2984

Centre professionnel Belvédère  
300, rue Belvédère Nord, bureau 104  
Sherbrooke  
(819) 821-4435



\* Sujet à certaines conditions

\*\*Excluant les prothèses auditives défrayées par le gouvernement

\*\*\*Prothèse illustrée non couverte par la R.A.M.Q. Sujet à certaines conditions.

Sans frais : **1-888-821-4435** / AUSSI À : Drummondville,  
Thetford Mines et Victoriaville