

La femme a-t-elle pris conscience d'elle-même?

par **Christiane LAFORGE**

ALMA — "La femme d'Alma a-t-elle pris conscience d'elle-même?" se demande Madame Monique Harvey dans un texte qui s'est mérité une mention lors du dernier concours de la Fédération des Femmes du Québec. La question est intéressante, et si le temps n'a pas permis à son auteur d'approfondir ses recherches comme elle l'aurait voulu, il n'en demeure pas moins que son étude révèle certains aspects caractéristiques d'une ville dont plus de la moitié des habitants ont moins de 25 ans.

FEMME ET PROFESSION

L'enquête de Mme Harvey s'orientera surtout sur l'existence des femmes ayant un métier, dans le but de connaître leurs problèmes et leurs conditions de travail. Ainsi 50 femmes de différents milieux, et certaines, des professionnelles, ont répondu aux questions posées. 24% d'entre elles font partie d'associations féminines, 33% d'autres clubs. 72% pratiquent au moins un sport. 40% étaient célibataires. Parmi les femmes mariées, leur famille se compose en moyenne de 5 enfants de 8 à 27 ans.

La femme d'Alma se dit satisfaite dans l'ensemble de son existence, même si dans une proportion de 36% elles auraient aimé pratiquer un autre métier que le leur. Les professions favorites de ces femmes auraient été: infirmière, hôtesse de l'air, assistante sociale. Toujours dans le but d'atteindre un statut plus élevé, un meilleur salaire.

Les femmes reconnaissent qu'elles acceptent plus facilement de travailler à un salaire inférieur à la moyenne. La moitié seulement croit que la femme a les mêmes chances que l'homme d'atteindre les postes de commande, 17% sont convaincues du contraire.

Madame Harvey, qui est conseiller pédagogique à la Régionale d'Alma, mentionne la situation des femmes en usines et dans les magasins. Dans ces derniers, le chef de département sera toujours un homme, qu'il ait un an ou moins d'expérience, pour diriger des femmes qui peuvent être depuis plus de dix ans dans le métier.

En conclusion, Mme Harvey croit que la femme d'Alma commence à réellement prendre conscience d'elle-même. Elle croit qu'elle tend vers une égalité qui ne soit pas une identité et qu'elle demeure en grande partie assez traditionnelle dans sa façon de percevoir sa propre existence de femme.

DEVENIR EGOISTE

"Les femmes devraient commencer à être un peu plus égoïstes", dit Monique Harvey, qui sait de quoi elle parle.

Ce qu'elle est aujourd'hui est le résultat d'audace et d'efforts dont toute femme devrait être capable. Elle a connu, comme tant d'autres, les années de mariage au cours desquelles elle a cherché à être une épouse et une mère parfaite. Perfection établie par une société et qui est la négation même de la personnalité de la femme.

A 26 ans, mère de deux enfants, elle décide de retourner aux études, de vivre sa vie, de laisser tomber le masque de la perfection et de mettre en relief cette personnalité qui était la sienne, et qui n'était pas morte au cours des 6 premières années de

mariage uniquement grâce à l'amour qui l'unissait à son époux. "Nous nous adorions, dit-elle, et c'est seulement grâce à cela que j'ai pu passer à travers."

Elle retourne donc aux études à une époque où les gens considèrent que le rôle de la mère est sacré et qu'il est contre nature de ne pas s'y consacrer 24 heures par jour.

Etape par étape, elle arrive à elle-même. Elle retourne au travail, car si elle a trois enfants alors elle affirme: "Avoir des enfants c'est un choix fait librement. Mais je ne voulais pas être un meuble pour eux".

Elle ne le fut pas. Chacun prit sa part de responsabilités au sein du foyer, chacun aidant l'autre à vivre sa vie. Et ce fut merveilleux pour Madame Harvey, qui se voit, femme active-professionnelle, solidement attachée à une famille où tous se sont faits ensemble. Elle va d'un but à l'autre, indépendante des siens, soutenue par eux et les soutenant au besoin. Ce sont des complices qui portent le même nom. Et cela est possible, il suffit de refuser le carcan et d'imposer aux siens le désir d'être soi-même.

A
A
l
m
a,
l
e
s
f
e
m
m
e
s
s
o
n
t
s
a
t
i
s
f
a
i
t
e
s



"Les femmes devraient commencer à être un peu égoïstes".



"Il faut sortir du mythe de la reine du foyer".



"L'avènement de la laveuse et de la sècheuse automatiques a été le meilleur coup de pouce à la libération de la femme".

La mode de 1975, c'est de souplesse qu'il s'agit



COLLECTION LA NENDOLA — Voici une robe longue au teint jaune avec imprimés verts.



DE FLORENCE — Voici le dernier cri à Florence, tel que présenté lors des derniers défilés: une robe-chemisier en soie imprimée bleue, blanche et rouge; il y a aussi le col marin.

PARIS (AP) — Prévoir l'été alors que le thermomètre baisse et le chauffage nous est mesuré, c'est sans aucun doute faire preuve d'optimisme. Les créateurs du prêt-à-porter féminin, qui présentent leurs créations printemps-été 1975 à la Porte de Versailles, ont sans doute entendu certain appel ministériel car l'ampleur démesurée n'est plus de mise pour l'été.

Maintenant, c'est de souplesse qu'il s'agit. Ils ont prévu deux lignes souples, l'une à ampleur mesurée et sage, l'autre plus nette, plus mince, et "nerveuse".

Tout comme les créateurs de la haute-couture, ils négligent le pantalon: le "jean", pour eux, est à ranger au magasin des accessoires.

Les deux silhouettes nouvelles ont en commun des emmenchures basses, des tailles soulignées, même parfois bien serrées, à moins qu'elles ne soient pas marquées du tout, comme dans les robes-housses qui ont fait leur apparition cet hiver.

Les manteaux ont une ligne souple et sont souvent montés sur empiècement. Les tailleurs et blazers ont la taille appuyée. Les jupes ont une légère ampleur. Les robes-chemisiers sont aussi à ampleur modérée. Il y aura des décolletés sages, bateau ou carré, volantes et ganses dans un style très "lingerie". Pour le soir, le dos sera nu jusqu'aux reins, de même pour les maillots de bain une-pièce.

MODE SOUPLE

Avec la robe-chemisier, il sera bon de porter une cravate ou une écharpe nouée. Le col-cravate sera un des points de la mode d'été.

A mode souple, tissus souples, et les créateurs ont fait appel au satin fermière, au jersey, au crépon, à la soie sauve, au voile de coton, au velours stretch et à de légers lainages. Ils jouent avec les rayures, les petites fleurs, les rubans de teinte contrastante.

Mais ils ont une idée commune: la jupe ou la robe, pour la journée, couvre le genou et va plutôt jusqu'au milieu du mollet. Le soir, elle descend à la cheville.

Les couleurs de l'hiver, ces teintes brique, chaudron, grenat, bleu-vert, bleu-gris, bleu-violet, qui obligent les femmes à abuser du rose et du cassis sur les joues et les lèvres, pour ne pas avoir l'air de relever de maladie, sont totalement abandonnées.

EXPORTATIONS

Pour l'été, ce sont des dégradés de couleurs, des tons pastels — rose tendre, bleu-lavande, abricot, vert-d'eau, des couleurs neutres du blanc, du noir et du kaki.

Evidemment, le prêt-à-porter suggéré, les couturiers proposent et les femmes disposent, mais ce prêt-à-porter féminin a une grosse influence sur la mode internationale puisqu'en 1973 il a figuré dans les exportations françaises pour 1,547 millions de f.f.. Le meilleur client de la France a été l'Allemagne de l'Ouest (33,2 pour cent). En second lieu, venaient l'Union belgo-luxembourgeoise (16,1 pour cent), puis l'Italie (11,7 pour cent), la Suisse (9,4 pour cent), les États-Unis (6,7 pour cent).

Bien que couturiers et créateurs du prêt-à-porter boudent le pantalon, il faut noter que c'est cet article qui est le plus demandé à l'exportation (20,2 pour cent), les robes ne comptant que pour 12,8 pour cent dans le chiffre des ventes.



PAR PUCCI — C'est ici un ensemble de soirée dessiné par Emilio Pucci: jupe de jersey noir et une blouse imprimée rose et brune.



TIZIANI — De la collection Tiziani, il s'agit d'une robe de soirée bleu royal en chiffon crépé, le tout rehaussé d'une très large cape.

QUÉBÉCOISES PARLEZ... ACTION-FEMMES VOUS ÉCOUTE!



Chaque fois que vous vous sentez lésée dans vos droits de femme, chaque fois qu'un employeur, un commerçant, une loi ou un règlement vous semble aller à l'encontre de votre droit d'être traitées comme des citoyennes à part entière, téléphonez sans frais d'interurbain à ACTION-FEMMES. C'est l'organisme que le Conseil du statut de la femme a mis sur pied pour vous renseigner sur vos droits et vous aider à les faire respecter. On prendra aussi note de vos questions et suggestions afin de formuler, s'il y a lieu, des recommandations auprès du gouvernement ou autres organismes.

Nous avons besoin de vous pour agir!

Gouvernement
du Québec

CONSEIL
DU STATUT
DE LA FEMME

1-800-463-2851
(sans frais, ou que vous soyez au Québec)

643-4326
Région
métropolitaine
de Québec

Decoupez et conservez
ACTION-FEMMES

Il est indispensable d'observer, en ce qui concerne la nourriture, quelques règles élémentaires de l'hygiène

N.A.P. — Pour que la vie familiale soit harmonieuse, le plus précieux des biens à conserver reste la santé. S'il est important d'avoir une maison saine et propre, des vêtements bien entretenus, il est indispensable d'observer, en ce qui concerne la nourriture, quelques règles élémentaires.

Des repas trop abondants, trop riches, préparés sans discernement non seulement ne sont pas toujours profitables, mais peuvent parfois causer des troubles assez graves.

Là encore, pour bien nourrir une famille, il n'est pas besoin de dépenser beaucoup, mais de savoir le

faire en fonction des besoins de l'organisme humain.

Un être humain, pas assez nourri, ou le plus souvent mal nourri, perd ses forces tant au physique qu'au moral, il se fatigue vite, il est vulnérable aux épidémies, il risque de mourir jeune.

Pour que l'organisme se maintienne en bonne santé, il faut lui donner ce qu'il réclame, donc connaître les éléments indispensables à son développement et à son entretien.

LES SOURCES D'ENERGIE

Les aliments qui fournissent à l'organisme les ressources d'énergie dont il a besoin, se divisent en trois groupes:

— les protides: viandes, poissons, oeufs, lait, fromage, céréales

— les lipides: crème, beurre, lard, saindoux, huile (arachide, olive, noix, soja), noix de coco, beurre de cacao)

— les glucides: sucre, miel, fruits (mûrs ou secs) légumineuses et féculents (manioc, igname, riz, mil, maïs, pommes de terre et patates douces)

Un repas qui ne serait composé qu'avec des éléments choisis parmi ceux que nous avons sommairement énumérés, pourrait être satisfaisant sur le plan appétit, mais certainement pas sur le plan hygiène et santé.

Il lui manquerait d'autres produits, absolument indispensables.

Ces produits énergétiques apportent à l'organisme des sources d'énergie, de chaleur et de travail. Mais leur richesse même les rend dangereux si elle n'est pas contrebalancée par d'autres éléments, stabilisants et rafraîchissants.

L'abus des viandes, graisses, sucres ou féculents provoque des affections parfois très graves, qu'il s'agisse du foie, de l'intestin, des reins, de l'estomac et du coeur.

La maîtresse de maison n'a pas besoin de perdre un temps précieux à peser les aliments, calculer les calories ou les vitamines, pour décider enfin de ses achats et de ses menus. Sauf en cas de maladie grave où le médecin prescrira une alimentation soigneusement dosée, elle apprendra très vite à calculer elle-même les produits qui se complètent et s'équilibrent.

LES SOURCES D'EQUILIBRE

L'organisme humain a un besoin quotidien d'éléments minéraux: soufre, phosphore, calcium, chlore-sodium, potassium, fer, iode.

La plupart de ces éléments sont contenus dans les aliments énergétiques, mais se trouvent aussi dans les crustacés; moules, huîtres, abats de viande ou de volaille.

L'eau qui forme 80% du poids de notre corps est également indispensable à l'équilibre de l'individu.

La cellulose est néces-

saire au bon fonctionnement de l'estomac.

On dit que c'est le "balaï" de l'intestin, elle facilite l'évacuation des déchets. Elle est fournie par des légumes verts, les enveloppes de graines et les fruits non épluchés.

Les vitamines, enfin, numérotées par lettres alphabétiques, ont une action primordiale. L'efficacité de leur présence dans l'organisme est assez légère, mais leur absence est redoutable et peut provoquer des maladies graves, parfois mortelles.

Seules les plantes et cer-

tains aliments d'origine animale contiennent ces précieuses vitamines: légumes verts, tubercules, bulbes, racines, céréales, légumineuses, fruits, laitages, oeufs, poissons.

Pour ne pas se poser, chaque jour, le problème d'un repas équilibré, on peut fort bien se composer un menu d'une semaine ou deux, en tenant compte de ces éléments indispensables. Très vite, l'habitude vous viendra de composer automatiquement les plats qui seront aussi agréables au palais que régénérateurs et constructifs pour la santé de tous. (N.A.P.)

Les femmes ont à coeur le succès de l'Année internationale de la femme

OTTAWA (PC) — Le gouvernement fédéral et ses projets quant à l'Année internationale de la femme ont été la cible d'une série de résolutions adoptées au cours d'une conférence féminine, la semaine dernière.

Les représentants de 76 groupements féminins, y compris 16 déléguées indigènes, ont également protesté contre le revoi de Mlle Suzanne Findlay comme directrice du programme féminin au département du secrétariat d'Etat.

Les déléguées se sont aussi fortement opposées au fait que le gouvernement ait voté \$500,000 pour un programme publicitaire que les femmes ont trouvé aussi inefficace que blessant pour elles. On a fait valoir que l'agence chargée de cette campagne de publicité n'a pas daigné nommer une femme dans son équipe de production. Par ailleurs, le slogan choisi, "Pourquoi pas?" aurait eu le don de dénigrer les femmes.

Monde féminin L'acupuncture populaire

Une équipe de médecins chinois a mis au point une méthode permettant de soigner efficacement certaines formes de paralysies grâce à l'acupuncture pratiquée sur le cuir chevelu.

L'agence Chine nouvelle reçue à Hong Kong, rend compte des résultats du procédé utilisé par le docteur Chiao Shunfa, 35 ans, et ses collègues de l'hôpital du district de Chishan dans la province du Shansi.

Une analyse des six cents cas traités par l'équipe du docteur Shunfa, démontre que l'application d'aiguilles en certains points du cuir chevelu a des effets positifs dans le traitement de paralysies occasionnées par des maladies du cerveau.

Cependant, la nouvelle méthode est encore au stade expérimental, souligne la dépêche de Chine nouvelle.

L'équipe du docteur Shunfa comprend onze spécialistes. Leurs travaux constituent le principal centre d'intérêt de la section médicale de la foire de canton, inaugurée cette semaine.

CANCER DU SEIN

Une détection rapide du cancer du sein permettrait de sauver la vie de bon nombre de femmes.

C'est ce qu'a déclaré le docteur Justin Stein, président de la Société américaine pour combattre le cancer, lors du congrès annuel tenu à New York par les membres de cette association.

CONSULTATION

Dans un communiqué approuvé par les délégués, la conférence demande que les \$2.5 millions alloués au programme de l'Année internationale de la femme soient dépensés d'une façon différente de celle qui est proposée, et après consultation avec des femmes.

Elle a aussi demandé une réorganisation des quatre conférences régionales et de la conférence nationale proposées, et qu'une proportion convenable de l'argent destiné à la conférence soit consacrée plutôt à des programmes publicitaires au niveau local.

Le consensus général de la conférence veut que le ministre du Bien-être social, M. Marc Lalonde, responsable de la mise en vigueur de la législation sur le statut de la femme, prenne l'initiative, non seulement au plan fédéral, mais aussi aux paliers provinciaux et municipaux, de faire changer ou adopter toute législation et tous règlements touchant les femmes.

Un procédé appliqué à Atlanta a permis jusqu'ici de détecter onze cancers du sein, dont un seul a progressé depuis, a précisé le docteur Stein.

Par contre, une telle progression se produit dans 50 à 60 pour cent des cas, lorsque les femmes découvrent qu'elles sont atteintes ainsi que les choses se passent dans 95 pour cent des cas, et jusqu'à teintes de cette maladie.

Selon le docteur Stein, présent ces cancers n'ayant pas été détectés, la guérison est plus difficile.

Un grand nombre de procédé expérimentaux de détection ont été mis au point par la Société du cancer et par l'Institut américain du cancer.

AMI DES BETES

Depuis l'apparition subite de la vague de froid, dans le nord de l'Europe, les bonnes volontés ont été mobilisées pour secourir les oiseaux et plus spécialement des hirondelles surprises par l'hiver précoce.

Un allemand de 37 ans, Helgo Bran, professeur d'entomologie à Fribourg, a réalisé ces jours-ci sa propre opération secours.

Au volant d'un camion, il a quitté Fribourg en emportant un chargement de huit mille hirondelles, en direction du Midi. Durant son voyage, des amis des bêtes lui ont donné des boulettes de viande hachée et des insectes afin de nourrir les oiseaux affamés.

NOUS SOMMES SPECIALISTES EN DRAPERIES
POUR LA MAISON ET L'INDUSTRIE DEPUIS 1938!

MONTREAL DRAPERIES

3 JOURS SEULEMENT!
JEUDI, VENDREDI, SAMEDI
31 OCT., 1 ET 2 NOV.

FAITES FAIRE VOS TENTURES SUR MESURES GRATUITEMENT!

(INCLUANT VALANCES À PLIS FRANÇAIS)

N'IMPORTE QUEL

- **TISSU!**
- **GRANDEUR!**
- **PRIX!**

CETTE OFFRE NE S'APPLIQUE PAS AUX PLAFONDS EN PENTE OU DE STYLE CATHÉDRALE OU VALANCES DÉCOUPÉES

Gagnez UNE DES 38 TÉLÉVISIONS PORTATIVES 12" "SANYO"

UN-GAGNANT DANS CHAQUE MAGASIN PARTICIPANT AUTANT DE FOIS QUE VOUS LE DESIREZ! DES FORMULES DE PARTICIPATION SONT À VOTRE DISPOSITION DANS TOUTS LES MAGASINS MONTREAL DRAPERIES.

• Remplissez une formule et déposez-la dans une boîte spéciale placée dans le magasin. Le concours se termine le 21 décembre 1974 à la fermeture du magasin. Les télévisions seront distribuées à temps pour Noël!

• Pour recevoir leurs prix, les gagnants devront répondre correctement à une question d'adresse, en un temps donné.

• Le concours s'adresse à tous les résidents du Canada âgés de 18 ans et plus, à l'exception des employés de Montreal Draperies Inc. et de leurs familles ou des compagnies associées.

AUCUN ACHAT REQUIS

PLACE DU SAGUENAY CHICOUTIMI 549-8203

MONTREAL — QUÉBEC — OTTAWA — CHICOUTIMI — TROIS RIVIÈRES — SHERBROOKE — TORONTO — WINDSOR — BÉLLEVILLE — LONDON — KINGSTON — EDMONTON — HULL — HAMILTON — DARTMOUTH — LEVIS

STEINBERG

la maison du
consommateur
averti!

C'est un fait: le prix des aliments est élevé.

Chez Steinberg, le consommateur est assuré d'obtenir le plus de valeur possible pour son argent. Comparez le coût de votre commande.

Vous verrez que chez Steinberg vous économisez sur le total de votre marché.



JUS DE POMMES
ORCHARD KING
CANADA DE CHOIX

BTE 48 OZ **49¢**

BOEUF HAMBURGER
FRAIS HACHÉ
LA LB **75¢**

CÔTELETTES D'AGNEAU
EN PANIER, CONGELÉES
DE NOUVELLE-ZÉLANDE LA LB **89¢**

BIFTECK DE SURLONGE
JEUNE BOEUF
VIEILLI NATURELLEMENT LA LB **1.98**

FOIE DE PORC
TRANCHÉ ET CONGELÉ
LA LB **55¢**

SALADE DE CHOU
OU DE POMMES DE TERRE
STEINBERG CONT. 2 LB **1.09**

POULETS CONGELÉS
2 À 4 LB
CANADA CATÉGORIE A LA LB **65¢**

SAUCISSES FUMÉES
SANS PEAU STEINBERG
PQT 1 LB **79¢**

TOURTIÈRE
CONGELÉE STEINBERG
PQT 16 OZ **1.09**

SAUCISSES FRAÎCHES
EN VRAC STEINBERG
LA LB **75¢**

POULET PRESSÉ
HYGRADE, VIANDE ET OLIVES,
PIMENTS ET CORNICHONS PQT 6 OZ. **41¢**

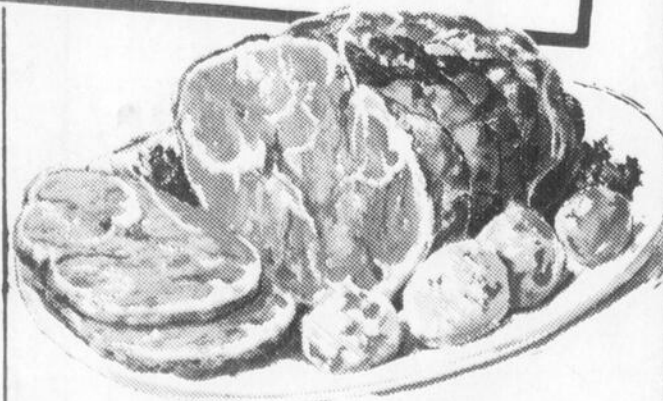
FILET
DE MAQUEREAU
PQT 5 LB **2.59**

GIGOT D'AGNEAU

ENTIER, CONGELÉ
DE NOUVELLE-ZÉLANDE

\$1.19

LA LB



JAMBON FUMÉ
DANS L'ÉPAULE

GENRE PICNIC

LA LB

79¢

CRISTAUX TANG
À SAVEUR D'ORANGE
PQT 4 ENV. 3 1/2 OZ **1.19**

ARACHIDES EN ECALES
STEINBERG
12 OZ. **57¢**

COCKTAIL DE FRUITS
DE CHOIX AYLNER
BTE 14 OZ **44¢**

RAISINS
SANS PÉPINS SUNMAID
PQT 15 OZ **86¢**

EAUX GAZEUSES
ICE CASTLE
BTE 10 OZ **15¢**

MÉLANGE À GÂTEAU
POUDING ROBIN HOOD
PQT 9 OZ **39¢**

CAFÉ INSTANTANÉ
BRIM
BOCAL 4 OZ **1.36**

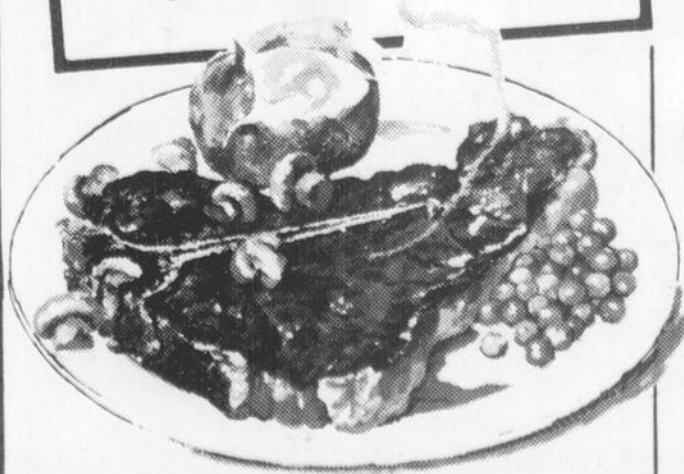
MACARONI
DIVERSES VARIETES
PQT 2 LB **64¢**

MÉLANGE À SOUPE
POULET ET NOUILLES
LONEY'S ENV. 2 1/4 OZ **32¢**

JEUNE BOEUF VIEILLI NATURELLEMENT
PORTERHOUSE T-BONE
OU **CÔTELETTES**
EN BIFTECK, BOUT ENLEVÉ

\$1.98

LA LB



QUALITÉ - VARIÉTÉ - ÉCONOMIES

MARGARINE
CARNAVAL
44¢
PQT 1 LB

MAÏS EN CRÈME
DE CHOIX ORCHARD KING
BTE 19 OZ **34¢**

TOMATES ENTIÈRES
DE CHOIX ORCHARD KING
BTE 28 OZ **49¢**

COCKTAIL DE FRUITS
DE FANTAISIE ORCHARD KING
BTE 28 OZ **69¢**

JUS DE TOMATES
ORCHARD KING BTE 48 OZ
CANADA DE FANTAISIE **51¢**

BOISSONS AUX FRUITS
STEINBERG
BTE 48 OZ **42¢**

PÊCHES
EN MOITIÉS, DE CHOIX
ORCHARD KING BTE 19 OZ **57¢**

EAU MINÉRALE
F.B.I. BOUT. 30 OZ **32¢**

RAISINS AUSTRALIENS
WASCO SAC 15 OZ **87¢**

CHOCOLAT
SEMI-SUCRÉ
CHIPITS PQT 12 OZ **98¢**

MARGARINE
EN MORCEAUX BLUE BONNET
PQT 2 LB **\$1.68**

FROMAGE TRANCHÉ
KRAFT, TRANCHES INDIVIDUELLES
PQT 2 LB **\$2.15**

HARICOTS VERTS
CONGELÉS FRASER VALE
SAC 2 LB **87¢**

SIROP DE MAÏS
BEEHIVE BTE 2 LB **68¢**

SIROP D'ÉRABLE
PUR CITADELLE BTE 26 OZ **\$1.88**

DÎNERS CONGELÉS
CHINATOWN PQT 14 OZ **\$1.10**

FARINE
ROBIN HOOD
99¢
SAC 7 LB

POMMES DE TERRE
CUITES, CONGELÉES
PENOBSCOT PQT DE 4 **83¢**

GAUFRES CONGELÉES
AU BABEURRE
AUNT JEMIMA PQT 10 OZ **59¢**

ALIMENTS POUR BÉBÉS
HEINZ POT 4 1/4 OZ **20¢**

DESSERT AUX FRUITS
FLAIR NESTLÉ BTE 10 OZ **55¢**

GÉLATINE
KNOX PQT 1 OZ **34¢**

MINI-POUDINGS
NESTLÉ, SAVEURS VARIÉES
PQT 3 BTES 5 OZ **77¢**

OIGNONS
A BOUILLIR, DU QUÉBEC
SAC MAILLÉ 10 LB **79¢**

CONCOMBRES
SUPER DE CHOIX
DE FLORIDE CH. **17¢**

CAROTTES
DU QUÉBEC
CANADA NO 1 SAC 5 LB **45¢**

BANANES
PETITES ET GROSSES
VARIÉTÉ PREMIUM
LA LB **17¢**

POMMES de TERRE
DU QUÉBEC
CANADA NO 1
SAC 10 LB **65¢**

ORANGES
DE FLORIDE, GROSSEUR 100
VARIÉTÉ HEMLIN
LA DOUZ. **79¢**

JUS D'ORANGE
CONGELÉ, CONCENTRÉ
DE FLORIDE, NATUREL
ORCHARD KING
BTE 12 1/2 OZ **35¢**

POMMES DE TERRE
FRITES
CONGELÉES SUMMERDALE
SAC 2 LB **45¢**

DÉTERSIF
EN POUDRE
STEINBERG
BTE 80 OZ **\$1.29**

CATALOGUE CARDINAL 1975
N'OUBLIEZ PAS DE PRENDRE VOTRE
EXEMPLAIRE GRATUIT À LA SALLE
DE MONTRE LA PLUS RAPPROCHÉE.

TARTE AUX CERISES
CONGELÉE McCAIN PQT 42 OZ **\$1.89**

LASAGNES
CHEF BOY-AR-DEE BTE 15 OZ **51¢**

RIZ FRIT
INSTANTANÉ DAINTY PQT 12 OZ **45¢**

BLÉ SOUFFLÉ
PETER PAN PQT 13 1/2 OZ **57¢**

SPAGHETTI
AVEC BOEUF HEINZ BTE 15 OZ **44¢**

CORDIAL AU POULET
BOVRIL POT 8 OZ **\$1.32**

SACS DE THÉ
RED ROSE ORANGE PEKOE PQT DE 60 **95¢**

CORNICHONS SUCRÉS
WYLMER POT 20 OZ **61¢**

MÉLANGE BORDENS
POUR CHOCOLAT CHAUD PQT 10 ENV. 1 OZ **94¢**

MUFFETS
QUAKER PQT 15 1/4 OZ **60¢**

MÉLANGE À PIZZA
AU FROMAGE CHEF BOY-AR-DEE PQT 15 1/2 OZ **63¢**

DÉTERSIF
DUZ AVEC SERVIETTE PQT 3 LB 7 OZ **\$2.24**

PAPIER DE TOILETTE
DELSEY PQT 4 ROUL. **94¢**

NETTOYEUR
SANI FLUSH POUR CUVETTE
DE CABINET PQT 12 OZ **87¢**

HUILE DE BAIN
EN BULBES CALGON BTE 1 LB **\$1.39**

ANTISUDORIFIQUE
MISTELLE BTE 5 OZ **\$1.19**

ADOUCCISSEUR
DE TISSUS CLING FREE BTE 7 OZ **\$1.40**

LYPSIL
POUR LES LÈVRES LE TUBE **63¢**

NETTOYEUR
TWINKLE POUR CUIVRE POT RÉG. **77¢**

Tous les prix annoncés
sont en vigueur jusqu'à
samedi inclusivement.

GROSSES ÉPONGES
JETS PQT DE 2 **57¢**

ÉPONGES
JETS PQT JUMELÉ **38¢**

LE GRAND MANITOU
VOLUME # 7 **\$2.99**

VERRES À BOISSON
SUR PIED BASE CARRÉE PQT DE 4 **\$1.59**

CHAISE EN MÉTAL
SIÈGE REMBOURRÉ
NOIR OU ROUGE CH. **\$8.99**

TARTE AUX POMMES
AVEC OU SANS CANNELLE
STEINBERG 24 OZ - 8" CH. **79¢**

GÂTEAU ÉTAGÉ
POUR L'HALLOWEEN 24 OZ **\$1.59**

DANOISE AU CARAMEL
STEINBERG 14 OZ **79¢**

BEIGNES AU MIEL
GLACÉS, STEINBERG
PQT DE 12 **75¢**





DR GUYLAINE LANCTÔT

La greffe des cheveux

7e ARTICLE

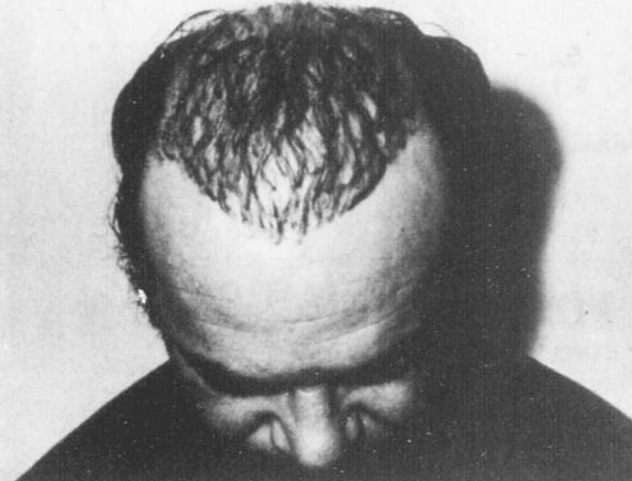
Peur que ça ne "dure" pas. Ici, il faut faire une distinction entre les cheveux greffés et les autres qui étaient déjà en place. La greffe de cheveux n'empêchera pas ces derniers de tomber; autrement dit, leur calvitie continuera de progresser. Mais les cheveux greffés, eux, continueront de pousser indéfiniment, comme ils le faisaient auparavant, et ceci même après quinze ans. Pour ce qui est de la calvitie qui progresse, il sera possible d'y remédier par d'autres greffes au fur et à mesure de sa progression.

Peur des "qu'en-dira-t-on". A part le pansement que vous portez douze heures, personne ne saura, à moins que vous ne le vouliez, que vous vous êtes fait greffer des cheveux. Le site-donneur est recouvert par les cheveux situés juste au-dessus et le site-receveur par les cheveux avoisinants (si la chirurgie a été limitée à une petite région) ou par le toupet que vous portez auparavant (si la chirurgie a été plus étendue). Dans tous les cas, il est possible de se faire greffer des cheveux sans que personne ne s'en rende compte.

Suite la semaine prochaine.

QUEST'ON

Docteur, J'aurais quelques questions à vous poser. Pour commencer, je connais quelqu'un qui doit se faire greffer des cheveux. Je voudrais savoir combien de cheveux vous lui transplantez à chaque fois et s'il y a des dangers pour qu'il y en ait qui ne repoussent pas. J'attends une réponse dans votre chronique. Merci!
Paul R. (Chicoutimi-Nord)



REPONSE

Monsieur,

Le nombre de cheveux que nous transplantons à chaque séance varie suivant les patients. Certains patients préfèrent avoir des traitements plus fréquents et de moindre durée tandis

que d'autres désirent des traitements moins nombreux et plus longs.

Dans ces derniers cas, c'est sûr que le résultat final sera plus rapidement atteint.

En moyenne, disons que l'on greffe environ 35 greffons par séance et que chaque greffon contient de 8 à 15 cheveux; d'où une transplantation de 350 cheveux par séance.

Le cheveu d'un greffon transplanté pousse toujours, si l'intervention a été bien faite, naturellement. Le greffon, c'est comme un arbre.

On le transplante avec toutes ses racines, le cuir chevelu qui l'entoure, et il conserve ses mêmes propriétés de pousse qu'auparavant.

Pour vaincre la cataracte

Des cristallins artificiels

N.A.P. — Jusqu'à ce jour, les spécialistes opéraient un sujet atteint de la cataracte, c'est-à-dire d'une opacification du cristallin, en procédant à une extraction, pratiquée à travers une incision, faite au-dessus de l'iris.

Le chirurgien recourait - et recourt encore - à l'utilisation du froid. D'où le nom de "cryoextraction", donné à cette intervention au cours de laquelle le praticien extrait le cristallin de la capsule membraneuse qui le contient.

Certains ophtalmologistes dont les professeurs Louis J. Girard, de Houston et D. L. Praeger, de New York, considèrent que cette technique appartient déjà au passé.

AU MOYEN D'UNE "MICROCANULE"

Voici, par exemple, le mode opératoire proposé par le professeur Praeger et mis au point par le professeur Kelman: il s'agit, en termes savants, de la "phacoemulsification" de la cataracte. Introduit dans la capsule qui contient le cristallin, un solvant le désagrège. Il peut, alors, être retiré, au moyen d'une microcanule, par simple aspiration.

Largement nettoyée avec des substances asept-

tiques neutres, la capsule demeure en place. L'incision, pratiquée dans le globe oculaire, n'excède pas 2,5 mm de long, le risque de complications est fortement diminué et la reprise des activités quotidiennes est moins tardive. Ce sont là trois avantages fort appréciables.

UNE NOUVELLE INTERVENTION?

Voilà plus de deux ans, à vrai dire, que le professeur Praeger applique ce procédé, mais nombre de ses confrères persistent à le considérer comme très délicat. La capsule laissée en place, disent-ils, peut conserver des fragments de cristallin attachés à sa face interne.

Si la capsule, d'autre part, n'est pas d'une pureté absolue - et comment en acquérir la certitude? - le patient risque de récupérer une vision médiocre, sinon très mauvaise qu'il faudra, tôt ou tard, tenter d'améliorer par une nouvelle intervention!

GRAVES RESERVES

De son côté, le professeur Louis J. Girard utilise, depuis quelque dix ans, dans son service, sans complications notables, une technique d'aspiration-irrigation qui associe la fragmentation du cristallin (par les ultrasons) à une irrigation de la capsule, de telle manière que le praticien est à même d'aspirer, par une très petite plaie, les débris pathologiques de cristallin et le liquide qui y a été introduit.

Comme son confrère D. L. Praeger, Louis J. Girard se heurte aux réserves formulées par maints ophtalmologistes qui considèrent comme exceptionnels les résultats acceptables obtenus au moyen de cette technique. A les entendre, les interventions classiques donnent, pour le moins, une moyenne de résultats aussi appréciables.

BEAUCOUP DE PRUDENCE!

Mêmes réserves, on s'en doute, en ce qui concerne l'implantation intra-oculaire d'un cristallin artificiel qui remplacerait le port des lunettes, obligatoires après l'opération de la cataracte.

Le professeur Fyodorov-Zakharov qui a imaginé et mis au point les lentilles dites "iris-clips" déclare cependant:

"La restitution des fonctions visuelles a été enregistrée chez 83% des opérés."

En ce qui les concerne, les Américains recourent à une lentille dite "iris-plane" qui, au dire du professeur J.-G.-F. Worst, a permis d'obtenir une remarquable statistique portant sur 1,250 cas.

En revanche, certains autres spécialistes dénoncent les complications graves survenues chez des patients qui avaient été "appareillés" avec de tels cristallins artificiels.

Ces malheureux ont tout simplement failli perdre la vue, à tout jamais! Il faut donc, à l'égard de ces "trouvailles sensationnelles", manifester beaucoup de circonspection.

Echos... Echos... Echos

REPARATRICES D'OREILLES

N.A.P. — Les boucles d'oreilles remontent aux peuples les plus antiques. Le poète grec Homère nous parle déjà des oreilles de Junon la déesse, "harmonieusement percées".

Chez les Grecs, les hommes portaient également des anneaux de métal précieux, passés dans la lobe auriculaire. Mode identique, au moins pour le sexe faible, à Rome, car Alexandre Sévère — qui justifiait son nom — défendait aux hommes ces "parures immorales".

LE DEUXIEME PRIX

Il est tard. Un buveur ivrifié rentre chez lui, d'une démarche fort incertaine.

— Surtout, ne te mets pas en colère! dit-il à sa femme. Les amis de bureau ont organisé un petit concours pour savoir qui pourrait boire le plus de champagne.

CE FILS D'AUBERGISTE

Né en 1753, fils d'aubergiste, Rivarol n'avait

qu'une arme: l'esprit. Par cranerie, ce paysan se fit bientôt appeler le "Comte de Rivarol", dans un temps où les titres aristocratiques devenaient dangereux.

Homme élégant, aimable causeur, farceur incorrigible, Rivarol était recherché, pour sa conversation pétillante, par les plus grands de ce monde. Il a laissé un savoureux "Petit almanach de nos grands hommes".

BEAUCOUP DE PRUDENCE!

Mêmes réserves, on s'en doute, en ce qui concerne l'implantation intra-oculaire d'un cristallin artificiel qui remplacerait le port des lunettes, obligatoires après l'opération de la cataracte.

Le professeur Fyodorov-Zakharov qui a imaginé et mis au point les lentilles dites "iris-clips" déclare cependant:

"La restitution des fonctions visuelles a été enregistrée chez 83% des opérés."

En ce qui les concerne, les Américains recourent à une lentille dite "iris-plane" qui, au dire du professeur J.-G.-F. Worst, a permis d'obtenir une remarquable statistique portant sur 1,250 cas.

En revanche, certains autres spécialistes dénoncent les complications graves survenues chez des patients qui avaient été "appareillés" avec de tels cristallins artificiels.

Ces malheureux ont tout simplement failli perdre la vue, à tout jamais! Il faut donc, à l'égard de ces "trouvailles sensationnelles", manifester beaucoup de circonspection.

NAISSANCES

BLACKBURN — M. et Mme Serge Blackburn (Christiane Bouchard), 530, rue Dequen, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Julie, née à Chicoutimi, le 12 octobre 1974. Parrain: M. Jocelyn Girard. Porteuse: Mme Jocelyn Girard. Porteuse: Mme Serge Blackburn.

BLAIS — M. et Mme Jean Blais (Jacqueline Jolivet), du 620, Kiti-mat, Arvida, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Jean-Sébastien, né à Jonquières, le 18 octobre 1974.

CLAVEAU — M. et Mme Claude Claveau (Diane Brassard), du 59, rue St-Joseph, Kénogami, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Stéphane, né à Jonquières, le 16 octobre 1974.

COTE — M. et Mme André Côté (Diane Murray), du 98, Verailles, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Stéphanie, née à Jonquières, le 15 octobre 1974. Parrain: M. Elie Côté. MARRAINE: Marjolaine Perron. Porteuse: Mme André Côté (mère de l'enfant).

COTE — M. et Mme Réal Côté (Moisette Tremblay), du r. #1, L'Aliment, Boileau, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Anick, née à Chicoutimi, le 2 octobre 1974. Parrain: M. Christian Larouche. Porteuse: Mme Réal Côté (mère de l'enfant).

DUFOUR — M. et Mme Claude Dufour (Marlene Morissette), du 94, Dubuc, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Karine, née à Chicoutimi, le 18 octobre 1974. Parrain: M. Roger Morissette. MARRAINE: Mme Louise Morissette. Porteuse: Mme Claude Dufour.

DUFOUR — M. et Mme Jocelyn Dufour (Rolande Gaudreault), du 30, Smith ouest, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Nathalie, née à Chicoutimi, le 18 octobre 1974. Parrain: M. Dominic Bouchard. MARRAINE: Mme Dominic Bouchard. Porteuse: Mme Jocelyn Dufour (mère de l'enfant).

DUMONT — M. et Mme Gilles Dumont (Lisette Dufour), du 163, Nérée, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Kevin, né à Chicoutimi, le 14 octobre 1974. Parrain: M. André Dumont. MARRAINE: Patricia Dufour. Porteuse: Mme Gilles Dumont (mère de l'enfant).

GAGNON — M. et Mme Bertrand Gagnon (Ghyslain Rannou), du 195, Rang 4, Falardeau, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Claude, né à Chicoutimi, le 5 septembre 1974. Parrain: M. Romain Rannou. MARRAINE: Mme Romain Rannou. Porteuse: Mme Bertrand Gagnon (mère de l'enfant).

GAGNON — M. et Mme Roland Gagnon (Suzan Boulay), de Rivière-Eternité, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Eric, né à Chicoutimi, le 5 octobre 1974. Parrain: M. Jean-Louis Boulay. MARRAINE: Mme Jean-Louis Boulay. Porteuse: Mme Roland Gagnon (mère de l'enfant).

GAGNON — M. et Mme Salomon Gagnon (Lucienne Lauzon), du 3351, boul. St-Jean-Baptiste, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Daniel, né à Chicoutimi, le 3 octobre 1974. Parrain: M. Paul Cousineau. MARRAINE: Mme Paul Cousineau. Porteuse: Mme Salomon Gagnon (mère de l'enfant).

GAUTHIER — M. et Mme Carol Gauthier (Suzie Lavoie), du 970, boul. St-Paul, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Yan, né à Chicoutimi, le 2 octobre 1974. Parrain: M. Laurent Labonté. MARRAINE: Mme Peggy Labonté. Porteuse: Mme Carol Gauthier (mère de l'enfant).

GILBERT — M. et Mme Gérard Gilbert (Cathy Pelletier), du 769, Desgagné, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Marjorie, née à Chicoutimi, le 2 octobre 1974. Parrain: M. André Gilbert. MARRAINE: Mme Guylaine Gilbert.

GILBERT — M. et Mme Gérard Gilbert (Jocelyne Girard), du 1293, François-Tr., Port-Alfred, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Sébastien, né à Chicoutimi, le 2 octobre 1974. Parrain: M. Alain Lalancette. MARRAINE: Mme Alain Lalancette. Porteuse: Mme Réjeanne Bergeron.

GILBERT — M. et Mme Michel Gilbert (Solange Gravel), du 387, St-Dominique, Jonquières, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Chantale, née à Chicoutimi, le 12 octobre 1974. Parrain: M. Gérard Gravel. MARRAINE: Francine Gravel. Porteuse: Mme Michel Gilbert (mère de l'enfant).

GIRARD — M. et Mme Jacques Girard (Rachelle Tremblay), du 570, Côté, Bagotville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Sylvie, née à Chicoutimi, le 20 septembre 1974. Parrain: M. Michel Simard. MARRAINE: Mme Colette Simard. Porteuse: Mme Jacques Girard (mère de l'enfant).

GIRARD — M. et Mme Jacques Girard (Colette), du 360 B, Morin, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Martin, né à Chicoutimi, le 8 octobre 1974. Parrain: M. Jacques Ménard. MARRAINE: Mme Jacques Ménard. Porteuse: Mme Albert Girard.

GRENIER — M. et Mme Gaston Grenier (Janette Gauthier), du 242, Beaujais, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Sophie, née à Chicoutimi, le 10 octobre 1974.

HOUDE — M. et Mme Lucien Houde (Colombe Fillion), du 127, Constantine, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Stéphanie, née à Chicoutimi, le 13 octobre 1974. Parrain: M. Jean-Paul Houde. MARRAINE: Mme Jean-Paul Houde. Porteuse: Mme Lucien Houde (mère de l'enfant).

LABERGE — M. et Mme Serge Laberge (Lise Morissette), du 186, rang St-Pierre, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Gino, né à Chicoutimi, le 20 octobre 1974. Parrain: M. Jean-Yves Durand. MARRAINE: Mme Jean-Yves Durand. Porteuse: Mme Serge Laberge (mère de l'enfant).

LAROUCHE — M. et Mme Steven Larouche (Lucy Scullion), du 121, Damasse-Hudon, Bagot, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Debbie, née à Chicoutimi, le 7 octobre 1974. Parrain: M. André Larouche. MARRAINE: Mme Johanne Larouche. Porteuse: Mme Steven Larouche (mère de l'enfant).

LAVOIE — M. et Mme Bernard Lavoie (Rénelle Lapointe), du 1888, boul. St-Antoine, Bagotville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Eric, né à Chicoutimi, le 17 octobre 1974. Parrain: M. Jacques Lapointe. MARRAINE: Mme Jacques Lapointe. Porteuse: Mme Bernard Lavoie (mère de l'enfant).

LAVOIE — M. et Mme Régis Lavoie (Lily Simard), du 472, boul. Jean-Noël Tremblay, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Caroline, née à Chicoutimi, le 2 octobre 1974. Parrain: M. Raymond Tremblay. MARRAINE: Mme Raymond Tremblay. Porteuse: Mme Régis Lavoie (mère de l'enfant).

LECLERC — M. et Mme André Leclerc (Lily Bouchard), du 124, rue Ste-Claire, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Sophie, née à Chicoutimi, le 15 octobre 1974. Parrain: M.

Michel Bouchard. MARRAINE: Johanne Bouchard.

MARTIN — M. et Mme Gilles Martin (Réjeanne Côté), du 1904, 7ème Avenue, Port-Alfred, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Denise, née à Chicoutimi, le 5 octobre 1974. Parrain: M. André Côté. MARRAINE: Hélène Martin. Porteuse: Mme Gilles Martin (mère de l'enfant).

MORASSE — M. et Mme Guy Morasse (Suzanne Pedneault), du 2017, Roussel, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Dominic, né à Chicoutimi, le 8 octobre 1974. Parrain: M. Jean Pedneault. MARRAINE: Geneviève Pedneault. Porteuse: Mme Guy Morasse (mère de l'enfant).

NOEL — M. et Mme Carol Noël (Bernadette Simard), du 782, Marie-Victorin, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Valérie, née à Chicoutimi, le 11 octobre 1974. Parrain: M. Marcel Fortin. MARRAINE: Mme Marcel Fortin. Porteuse: Mme Carol Noël (mère de l'enfant).

PARADIS — M. et Mme Gilbert Paradis (Louise Rioux), du 1240, Duchesne, 147, Chicoutimi, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils François, né à Chicoutimi, le 9 octobre 1974. Parrain: M. René Paradis. MARRAINE: Pierrette Rioux.

PELLETIER — M. et Mme Gaétan Pelletier (Lucie Gagné), de Rivière-Eternité, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Anick, née à Chicoutimi, le 14 octobre 1974. Parrain: M. Odilon Gagné. MARRAINE: Christiane Pelletier. Porteuse: Mme Gaétan Pelletier (mère de l'enfant).

PERRON — M. et Mme Georges Perron (Louise Dionne), du 311, rue Potvin, Arvida, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Isabelle, née à Chicoutimi, le 5 octobre 1974. Parrain: M. Gabriel Perron. MARRAINE: Mme Gabriel Perron. Porteuse: Mme Germain Dionne.

SAMUELSON — M. et Mme Jean-Baptiste Samuelson (Monique Duchesne), du 790, rang St-Pierre, Bagotville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Nathalie, née à Chicoutimi, le 3 octobre 1974. Parrain: M. André Malaisson. MARRAINE: Mme Mona Malaisson. Porteuse: Mme Monique Samuelson.

SAVARD — M. et Mme Gaston Savard (Claudette Bergeron), du 397, Verdun, Chicoutimi-Nord, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fils Nicolas, né à Chicoutimi, le 29 septembre 1974. Parrain: M. Yvon Bergeron. MARRAINE: Mme Yvon Bergeron. Porteuse: Mme Gaston Savard (mère de l'enfant).

SAVARD — M. et Mme Jean-Yves Savard (Lizette Gaudreault), du 141, St-Timothée, Rivière-du-Moulin, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Karine, née à Chicoutimi, le 17 octobre 1974. Parrain: M. Mauril Savard. MARRAINE: Lise Savard. Porteuse: Mme J.-Yves Savard (mère de l'enfant).

SIMARD — M. et Mme Rosaire Simard (Janine Gauthier), du 305, St-Ursule, Jonquières, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur enfant, né à Jonquières au mois d'octobre 1974.

TREMBLAY — M. et Mme Julien Tremblay (Louise Reid), du rang St-Isidore, Notre-Dame d'Hébertville, ont le plaisir de faire part de la naissance de leur fille Annie, née à Jonquières, le 18 octobre 1974.

MOTS CROISES

problème no: 309

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1											
2											
3											
4											
5											
6											
7											
8											
9											
10											
11											
12											

HORIZONTALEMENT

- Soldats des légions romaines.
- Qui manque d'aptitude. -- Tête d'une tige de blé.
- Mesure chinoise. -- Pronom personnel. -- Faire des torsades.
- Article. -- Petite chambre d'un religieux.
- Elle menace pour un avenir prochain. -- Préposition.
- Marque de la possibilité. -- Colère.
- Unité monétaire de la Roumanie. -- Eminence.
- Théâtres d'Opération Extérieures. -- Pronom personnel. -- Bromé.
- Entrecroisées.
- Personne qui édite. -- Dieu grec de la Guerre.
- Venue au monde. -- Qui peut être perçu par les sens.
- Place sur la table. -- Celles à qui on a fait tort.

VERTICALEMENT

- De très petite taille (plur.).
- Qui est à un rang indéterminé. -- Grosse pluie subite et passagère.

3- Gallium. -- Propre aux mulets.

4- Ce qui fait qu'un être est lui - même. -- Conjonction.

5- Enlève. -- Qui ne prennent pas parti entre deux puissances.

6- Négation. -- Démonstratif. -- Dont on se sert ordinairement.

7- Sorte, manière. -- Fleuve d'Irlande.

8- Qui a terminé son adolescence. -- Particule du dialecte provençal. -- Saints.

9- Terre entourée d'eau. -- Enveloppe de tissu frais.

10- Qui a satisfait sa faim. -- Qui n'a pas de barbe.

11- Décomposer un mot et en nommer les lettres. -- Qui existent.

12- Monstres féroces. -- Dans la rose des vents.

HOROSCOPE

Par LISE PIERS ASSISTANTE DU PROFESSEUR GAZON

jour, hui, celles-ci seront causées par leurs enfants.

BELIER
Affaires De nouvelles entreprises pourraient bien débuter en cette journée de lundi et les contacts, avec les personnes étrangères, qui suivront cette initiative seront des meilleurs. Des nouvelles ayant trait à ce nouveau travail vous parviendront aujourd'hui.

LION
Affaires Vous passerez une journée assez fructueuse aujourd'hui. Il est fort possible que vous effectuerez de nouvelles études et, d'autre part, les investigations que vous ferez à l'étranger vous rapporteront énormément.

SAGITTAIRE
Affaires Dame Chance vous sourit. A vous d'en profiter et de participer à des jeux de hasard, vous en sortirez gagnants. Ainsi, toute transaction faite en ce jour vous rapportera énormément.

TAUREAU
Affaires Malgré les petits ennuis qui risquent de vous accabler en cette journée, vous recevrez une aide discrète de la part d'une personne de votre entourage. Si vous avez des problèmes devant la justice, ils se verront réglés à votre avantage. Cependant, n'entrez rien de nouveau, suivez la routine habituelle.

VERGEE
Affaires Il est possible que vous fassiez des transactions immobilières, soit l'achat ou la vente d'une maison, etc. D'autre part, vous pourriez bien recevoir des dons, legs ou remboursements d'assurance au cours de la journée.

SCORPION
Affaires Beaucoup de travail sera à abattre en cette journée. Pour certains d'entre vous, vous aurez même un travail supplémentaire à effectuer en soirée quoique les profits financiers seront plutôt minces...

VERSEAU
Affaires Plusieurs d'entre vous effectuerez une transaction d'ordre immobilier soit par l'achat ou la vente d'immeubles. Pour ceux d'entre vous qui achèteront, nous vous recommandons de bien regarder la marchandise. Certains défauts pourraient être cachés.

POISSON
Affaires Des rentrées d'argent en provenance de votre milieu professionnel vous parviendront en cette journée. Il est fort possible que ce soit par une augmentation salariale. De plus, tout achat que vous ferez aujourd'hui seront de bons placements pour l'avenir.

BALANCE
Affaires Vous recevrez des documents importants par le courrier et d'autre part, vous devrez apposer votre signature au bas d'un contrat. De plus, les associations avec des gens de votre entourage immédiat sont favorisées.

SCORPION
Affaires Le secteur conjugal est à son meilleur. Pour les célibataires de ce signe, il est possible que vous effectuerez un déplacement en vue de rencontrer une personne qui vous intéresse grandement.

VERSEAU
Affaires Un frère ou une soeur demande vos services. Acceptez donc de l'aider avec le sourire car il vous en sera reconnaissant et il vous le rendra d'autant plus que vous ne le croyez. Soyez aimable envers eux, tout cela vous sera rendu bientôt.

SCORPION
Affaires Tout est extrêmement tranquille pour les Scorpions en cette journée de lundi au domaine sentimental. En effet, nous recommandons même aux célibataires de rester à la maison puisque ce n'est guère le moment de faire des conquêtes!

POISSON
Affaires Votre secteur sentimental va très bien et vous passerez d'agréables moments en compagnie de votre conjoint. De plus, les parents de ce signe auront de grandes joies au



"Mon bon marché"



Chez Métro, on vous sert bien : le personnel est d'une gentillesse spontanée. De plus, chaque Métro a son proprio, alors, lorsque vous avez besoin d'un petit conseil, voyez le propriétaire, il est toujours là puisque c'est son magasin. Des voisines Métro et un voisin Métro, voilà du bon voisinage. Métro, c'est MON BON MARCHÉ!

Lucie Royette

MARGARINE
GOLDEN GIRL — molle 1 lb **71¢**
— aluminium 1 lb **59¢**

BREUVAGE, RAISIN
Weichade bte 32 oz **45¢**

SAVON DE TOILETTE
DOVE, blanc ou rose format régulier **29¢**

HABITANT
Chow Chow rouge bocal 15 oz **63¢**
Chow Chow vert bocal 24 oz **79¢**
Marinades sucrées bocal 24 oz **75¢**

CORONATION
Olives farcies Manzanilla bocal 15 oz **89¢**
Olives nature Queen bocal 15 oz **63¢**

Cornichons tranchés sucrés
Petits cornichons à l'aneth bocal 24 oz **69¢**
Cornichons à l'aneth polski Bocal 32 oz **69¢**

JUS DE TOMATE
Bright, Canada de Fantaisie bte 19 oz **23¢**

ESSUIE-TOUT
White Swan, blanc paquet 2 rouleaux **89¢**

SOUPE AUX TOMATES
Aylmer bte 10 oz **17¢**

PRUNEUX MED.
Sunsweet 2 lb **119**

FARINE
Five Roses sac 20 lb **299**

SHAMPOOING
Herbal, régulier ou cheveux gras bouteille 8 oz **119**

DENTIFRICE
Crest, régulier ou menthe tube 100 ML **89¢**

AMPOULES
G.E., 40, 60, 100 watts paquet 2 **49¢**

SOUPE LONEY'S
Poulet et nouilles env. 2 1/4 oz **14¢**

FARINE
Five Roses Sac 10 lb **154**

CATELLI
Spaghetti, spaghettini, macaroni coupé bte 16 oz **38¢**

CAFÉ
Chase & Sanborn — moulu sac 1 lb **128**
Instantané bocal 10 oz **217**

FÈVES GERMEES
Montreal Chop Suey bte 28 oz **39¢**

SAUCE SOYA
Montreal Chop Suey bouteille 5 oz **28¢**

JUS DE POMMES
Mont-Rouge bte 48 oz **65¢**

SAVON EN POUVRE
Breeze bleu bte 3.7 lb **249**

WASCO
Noix hachées, noix en pièces paquet 8 oz **105**
Raisins secs sac 2 lb **163**

SHORTENING
Crisco bte 3 lb **204**

THÉ ORANGE PEKOE
Salada bte 120 sachets **175**

MARMELADE
Shirriff Good Morning bocal 24 oz **99¢**

BREUVAGE AU CHOCOLAT
Nestlé Quik bte 32 oz **169**

CRISTAUX À SAVEUR D'ORANGE
Rise'N Shine 4 env. 3 1/4 oz **89¢**

PAPIER DE TOILETTE
White Swan, couleurs assorties paquet 2 rouleaux **49¢**

LOWNEY'S
Cherry Blossom, Caravan, Nut Milk, Oh Henry, Glosset raisin, Glosset peanut sac 8 tablettes **89¢**
Assortiment junior sac 20 tablettes **129**
Assortiment junior sac 40 tablettes **249**

PAPIER
Stretch'N Seal bte 50' **43¢**

MÉLASSE
Grand-Ma cont. 26 1/2 oz **57¢**
cont. 40 oz **87¢**

SAUCES
St. Hubert, B.B.Q., Hot Chicken, Blanche à la King ENV **27¢**

BETTERAVES
Riviera — entières Bocal 16 oz **43¢**
— tranchées Bocal 16 oz **40¢**

SHAMPOOING POUR BÉBÉ
Johnson bouteille 7.9 oz **112**

POUDRE POUR BÉBÉ
Johnson bte 14 oz **105**

NOURRITURE POUR CHIENS
Ballard, saveurs assorties bte 25 oz **39¢**

MINI POUDING
Nestlé, saveurs assorties paquets 3 btes 5 oz **60¢**

HALLOWEEN
Kraft — caramel paquet 1.5 lb **115**
paquet 3 lb **229**
paquet 2 lb **189**

— Toffee mix

PATATES INSTANTANÉES
Shirriff bte 12 oz **69¢**

POIS ET CAROTTES
Del Monte, Canada de Choix bte 14 oz **31¢**

FÈVES COUPÉES
Del Monte, Canada de Fantaisie — Vertes ou jaunes bte 14 oz **34¢**

MACÉDOINE
Del Monte, Canada de Fantaisie bte 14 oz **29¢**

JUS
FBI, non sucré, de pamplemousse, orange, de pomme, nectar de raisin, punch aux fruits paquet 6 1/2 oz **78¢**

FESTIVAL DU FROMAGE
Kraft — Canadien — tranches individuelles paquet 8 oz **60¢**
— Velveeta paquet 16 oz **109**
— Cheez Whiz bocal 32 oz **193**
— Gruyère Burkie paquet 8 oz **89¢**
— Cracker Barrel Mild Wedge paquet 12 oz **105**
— Mozzarella block paquet 16 oz **156**

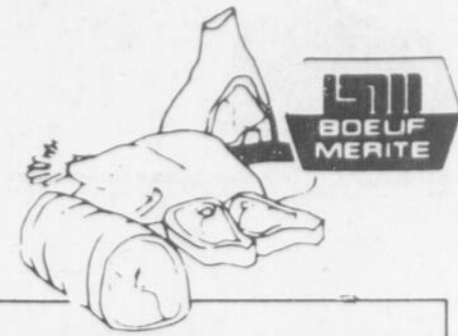
SAVON LIQUIDE
Lux — coupon 25* bouteille 32 oz **99¢**

CROUSTILLES
Dulac sac 11 oz **89¢**

TABLETTE DE CHOCOLAT
Jean & Charles — au lait pur avec noix 8 oz **119**

BISCUITS
Christie — soda salés ou non, Premium bte 16 oz **65¢**
Ritz bte 16 oz **99¢**

BISCUITS LIDO
The bte 12 oz **65¢**
bte 32 oz **139**



LA BONNE COUPE À TOUT COUP

BIFTECK DE RONDE
Tranche entière, Ruban rouge CATEGORIE "A"

158 lb

RÔTI DE CROUPE
Silver, Ruban rouge CATEGORIE "A" 2 à 3 lb

FESSE DE JAMBON
"MERITE" désossée prêt-à-manger entier **129** lb
Style Québécois demi **139** lb

FOIE DE VEAU
Importé de choix tranché **229** lb

BACON
"MERITE" sans couenne pqt 1 lb **119**

SAUCISSES FUMÉES
"MERITE" pqt 1 lb **77¢**

TOURTIÈRES
"MERITE" 16 oz **109**

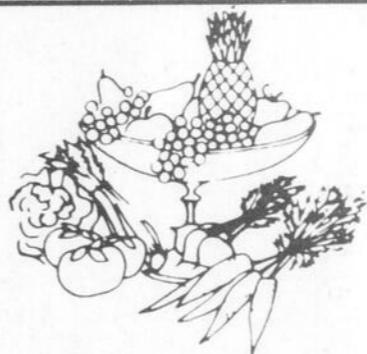
SAUCISSES AU PORC
"La Belle Fermière" pqt 1 lb **102**

BIFTECK PETIT FILET ou CÔTELETTE DE BOEUF
Ruban rouge, Catégorie Canada No 1 **198** lb

PÂTE AU POULET
"La Belle Fermière" 8 oz **69¢**

RÔTI D'ÉPAULE DE PORC FRAIS
Partie du paleron **85¢** lb
95¢ lb

FESSE DE JAMBON
"MERITE" prêt-à-servir, découennée **97¢** lb



Fruits et Légumes

POIRES "BARTLETT"
Sucrées, juteuses, C.-B. Canada de Fantaisie **3 lb / 89¢**

ORANGES
Juteuses, Floride Grosseur 125 **18 / 88¢**

BANANES
Savoureuses, Excellente qualité lb **13¢**

POMMES "McINTOSH"
Québec, Canada de fantaisie Sac poly **5 lb / 89¢**

CAROTTES
Fraîches Québec, Canada No 1 sac poly **5 lb / 39¢**

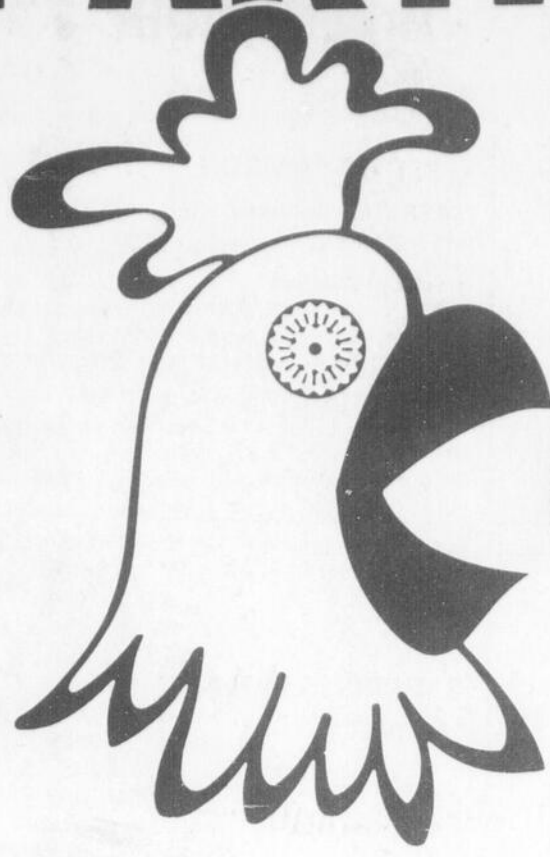
PAMPLEMOUSSES BLANCS
JUTEUX, FLORIDE Grosseur 48 **8 / 88¢**

CONCOMBRES FRAIS
VERTS E.U. Super select Catégorie Com. No 1 **2 / 33¢**

Métro vous sert bien parce qu'il vous connaît bien



PARTICIPEZ au CONCOURS



Connais-tu la nouvelle?

De ton journal

LE QUOTIDIEN

DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

\$15,000.00 EN PRIX

Comme grand prix tous les participants ont une chance de gagner une Volkswagen Dasher et un deuxième prix: une autre Volkswagen qui est tellement nouvelle... qu'on ne sait même pas encore comment elle s'appelle.

Chaque vendredi des lettres sont pigées. Si la première lettre contient la bonne réponse, le concurrent gagne le prix mystère. Si la réponse n'est pas exacte une autre est pigée et ainsi de suite jusqu'à concurrence de trois (3) lettres. Si aucune des trois (3) lettres pigées n'a pas la bonne réponse, le concours se continue et nous ajoutons de nouveaux indices.

GRAND PRIX



VW DASHER
Un nouveau-né de Volkswagen.

VENDUE PAR ST-JEAN-EUDES AUTO DE CHICOUTIMI.

Achète le Quotidien tous les jours et participe autant de fois que tu veux au tirage.
CONNAIS-TU LA NOUVELLE?

Tous les coupons de participations sont accumulés pour le grand prix final.

Les gagnants devront répondre à une question de qualification.

REÇU LE
4 NOV. 1974
BIBLIOTHÈQUE NATIONALE
DU QUÉBEC

POUR PARTICIPER
UTILISEZ LE COUPON QUE VOUS
RETROUVEZ TOUS LES JOURS DANS
L'ANNONCE DE L'INDICE
DANS
LE QUOTIDIEN
DU SAGUENAY-LAC-SAINT-JEAN

