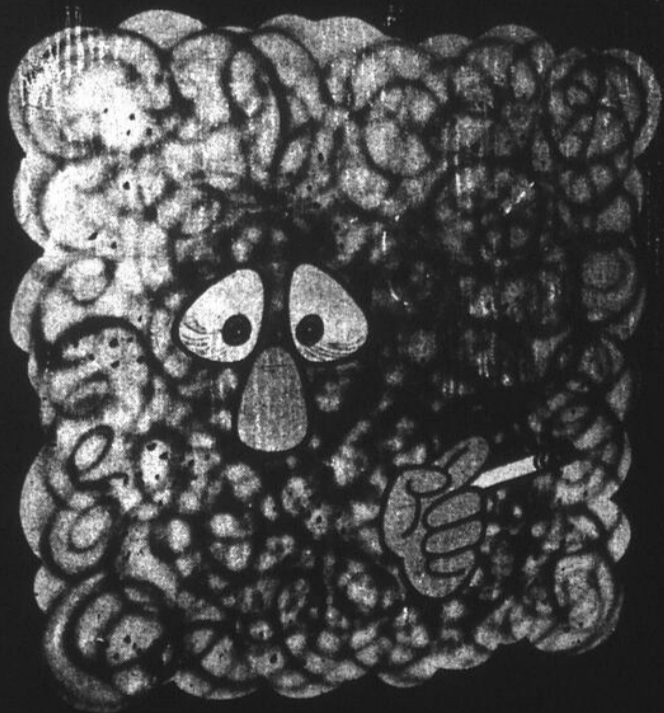


fumer:



un problème psychologique plutôt que physique



La cigarette remporterait probablement assez facilement le championnat des biens de consommation inutiles. D'ailleurs, peu de fumeurs désirent poursuivre leur consommation de cigarettes. Bien au contraire, on entend fréquemment des gens affirmer qu'ils n'aimeraient rien de plus que d'arrêter de fumer.

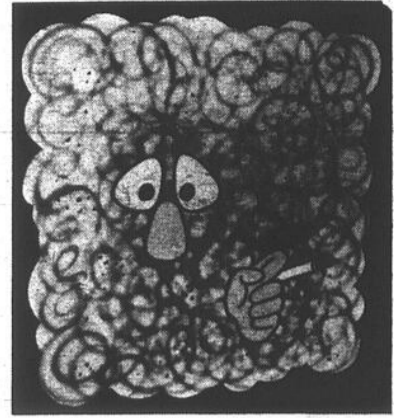
Pourtant, dit-on également, "J'en ai besoin", "Je suis pris par l'habitude", "Je manque de volonté" et on continue de fumer. A moins que ce ne soit le classique "je pourrais arrêter n'importe quand, ce n'est qu'une question de volonté".

Toutes ces déclarations oublient que d'une part la cigarette crée une habitude — faible, mais habitude quand même — et que les manufacturiers consacrent des sommes importantes à persuader les consommateurs qu'ils doivent fumer que fumer fait viril et doit être associé aux moments les plus agréables de la vie.

Les médecins et les organismes soucieux des problèmes de santé ont réalisé des campagnes de publicité destinées à renseigner les fumeurs sur les dangers qu'implique leur habitude, mais avec un succès assez mitigé. Chez les fumeurs, leur "score" est une seule fois attentivement le message imprimé sur chaque paquet de cigarettes: "Le ministère de la Santé nationale et du Bien-Etre social considère que le danger pour la santé croît avec l'usage." S'il est un résultat assuré, ce sont les sarcasmes que soulèvent ces messages et ces campagnes d'information. Les fumeurs sont bien pris et pas par là ou ils le pensent bien souvent. Ce n'est pas par les poumons que la cigarette les tient, c'est par la tête...

C'est d'autant plus difficile de se débarrasser de l'habitude.

fumer:



Lors de la présentation de courts métrages, l'appareil situé à droite de la photo contrôlé par Reynald Chabot, émet des impulsions d'une durée de 1/150e de seconde qui s'impriment dans le subconscient des patients de la Clinique de désintoxication.

Une première mondiale pour la désintoxication des fumeurs

C'est au-dessus des oreilles, dans une zone où la fumée ne se rend jamais, que se situe l'habitude de griller cigarette sur cigarette qui afflige un nombre étonnamment grand de Québécois.

A partir de cette constatation, Reynald Chabot, un psychologue à l'emploi du ministère de la Justice a mis au point un mode de traitement de cette toxicomanie qui fait appel à une technique entièrement nouvelle l'impression subliminale.

Cette technique psychologique d'une puissance exceptionnelle qui avait il y a quelques années fait les beaux jours des agences de publicité et avait été utilisée entre autres pour mousser les ventes de cigarettes a maintenant été bannie de la publicité à cause justement de sa puissance. On se souvient de ces annonces de liqueurs douces qui apparaissaient subrepticement sur les écrans de cinéma durant une fraction de seconde et qui poussaient tous les spectateurs à consommer lorsque venait l'entracte.

Par un juste retour des choses, cette technique psychologique est maintenant utilisée pour débarrasser des patients d'une habitude que la publicité a contribué (beaucoup plus que la nicotine) à établir solidement.

L'utilisation de cette technique à la Polyclinique Concorde (300, boul. de la Concorde, Laval, 667-3020) est une première au Québec, au Canada et vraisemblablement au monde, à la connaissance de Reynald Chabot.

La motivation premier facteur de succès

S'il s'adresse à l'inconscient avec la technique de l'impression subliminale, Reynald Chabot n'en affirme pas moins que la motivation des fumeurs est la première condition d'une cure de désintoxication fructueuse. L'autre facteur important, c'est la connaissance de la manie et du produit.

Au niveau de la motivation, la Clinique fait un tri des candidats avant de former les groupes qui suivront la cure. Un fumeur vient-il de perdre son emploi, de divorcer ou traverse-t-il une période difficile, il est automatiquement rejeté. Il s'agit de mettre toutes les chances du côté du succès et dans une période de tension ou de crise, la cure risquerait de ne pas connaître de succès. On se livre également à un examen physique complet qui permet de faire le point de la condition physique des candidats et de déterminer les dommages physiques subis à la suite de la consommation de la cigarette durant plusieurs années.

Une fois le groupe formé, il demeurera inchangé durant les six semaines que dure le traitement proprement dit, on s'attaque à la connaissance qu'ont les patients de leur manie. Si on renseigne sur les risques médicaux inhérents à l'habitude de fumer, l'accent n'est pas mis sur la peur du cancer, mais plutôt sur la connaissance du profil de consommation de chacun des fumeurs. On leur remet une carte qui est remplie quotidiennement au cours des deux semaines suivantes et qui renseigne sur les activités et les moments de la journée au cours desquels la consommation augmente. On peut ainsi déterminer quel est le moment le plus propice pour mettre un terme à cette fâcheuse habitude.

Contrairement à ce que l'on peut croire, tous ne fument pas pour les mêmes raisons. Reynald Chabot affirme que 20% des fumeurs obtiennent du simple fait de porter un paquet de cigarettes à un endroit déterminé une jouissance égale à celle qu'ils ont lorsqu'ils fument.

Ceux qui ne peuvent se priver d'une cigarette à la suite d'un repas particulièrement réussi, fument pour accroître un plaisir qui existe déjà, d'autres fument pour obtenir un plaisir des manipulations tactiles et orales qu'ils font subir à leurs cigarettes. Certains fument pour obtenir une stimulation physique ou psychologique et d'autres enfin, obtiennent de la cigarette une forme de détente.

Lorsqu'on connaît les raisons qui ont provoqué l'apparition de l'habitude de fumer, lorsqu'on connaît à fond la manie, on peut alors trouver des remplacements qui n'ont pas l'inconvénient de produire une dépendance. Cette connaissance permet de rendre supportables les moments les plus difficiles de la désintoxication.

Subliminale

C'est au cours de la troisième rencontre que les patients sont soumis pour la première fois à la technique qui fait l'originalité du traitement donné par le groupe de la Polyclinique Concorde.

Les patients regardent un court métrage qui semble parfaitement normal, mais au cours de la projection l'opérateur envoie des impulsions qui ne durent que 1/150e de seconde. Même si les fumeurs en cours de désintoxication savent que de tels messages seront émis durant la projection, la vitesse à laquelle ils apparaissent sur l'écran en rend la perception consciente absolument impossible. L'inconscient, cependant, capte le message et il l'enregistre. Son impact est alors beaucoup plus grand que si le même message avait été livré de façon normale même s'il avait été livré de façon absolument rationnelle et accompagné de toutes les démonstrations possibles.

On ne peut dévoiler le contenu de ces messages au risque de voir leur efficacité réduite pour les futurs patients qui en connaîtraient le contenu. Reynald

Chabot explique cependant que ces messages mettant l'accent "sur les avantages gagnés lorsqu'on ne fume plus."

La technique est-elle dangereuse? "De toute façon, une décision n'est jamais entièrement rationnelle, explique Reynald Chabot, on s'adresse toujours dans une certaine mesure à l'inconscient. Bien sûr que l'utilisation de cette technique extrêmement puissante implique des dangers, mais il ne faut pas oublier qu'on ne réussirait pas avec la technique subliminale à vendre du steak haché à des gens qui n'aiment pas ça. A moins de se livrer à un véritable lavage de cerveau."

La démarche de la Clinique de désintoxication pour fumeurs est aussi éloignée du lavage de cerveau qu'il est possible de l'être. En tout premier lieu, on met l'accent sur la motivation des patients et on ajoute à une démarche très rationnelle une étape inconsciente.

Si le contenu des messages sublimineux est gardé secret pour des raisons d'efficacité, une conversation avec des patients permet d'en deviner quelques-uns. Certaines expressions, certaines idées reviennent fréquemment, d'un groupe à l'autre, sensiblement formulées de la même manière. Au risque de voir notre indiscretion forcer les organisateurs de la Clinique de modifier le contenu d'un de ces messages, il nous a semblé qu'un des messages subliminaux devait décrire les fumeurs comme des gens qui "se cachent



Ne pas engraisser après avoir cessé de fumer, un problème qui nécessite une grande attention.



Plus besoin d'un écran de fumée, mais on gesticule lorsqu'on ne fume plus...

derrière un écran de fumée lorsqu'ils craignent de poser un geste."

Pas manipulés

La rencontre d'un groupe d'anciens fumeurs convertis à quelque chose de très spécial. On dirait des Témoins de Jéhovah qui viennent tout juste de recevoir l'illumination...

* Des deux groupes que nous avons rencontrés (une douzaine de femmes et d'hommes) il se dégage l'idée que l'impression subliminale ne joue pas un rôle important dans le traitement qu'ils ont subi. Tous préféreraient mettre l'accent sur leur motivation et l'importance du groupe comme instrument de support de l'individu. Se sont-ils fait manipuler? Non, leur démarche a été entièrement rationnelle, les impressions subliminales s'ajoutant au traitement pour accélérer et renforcer la motivation des patients.

La découverte d'un monde: celui de la publicité

De nombreuses agences de publicité utilisent des psychologues pour l'élaboration de leurs messages publicitaires. C'est ainsi que l'on met au point des annonces qui auront un impact extrêmement puissant. Lors du traitement de la Clinique de désintoxication, on met l'accent sur la désintoxication face à la publicité autant, sinon plus que de la désintoxication à la nicotine.

Au cours du traitement, on fait en quelque sorte des "analyses de textes" des annonces de cigarettes. C'est fou, lorsqu'on y réfléchit deux secondes, à quel point ces publicités contiennent des contradictions. Reynald Chabot souligne, entre autres, l'utilisation de scènes de la nature, comme des couchers de soleil dans la publicité de la cigarette. "Pourtant, fait-il remarquer, qu'est-ce qui est moins naturel, plus polluant, que la cigarette."

Grâce à cette démarche d'analyse de la publicité, les patients découvrent l'impact de la publicité sur leurs habitudes de vie. Il n'y a pas que les fabricants de cigarettes qui utilisent des techniques subtiles pour faire passer des produits inutiles et même dommageables...

La découverte du rôle de la publicité dans les mécanismes de consommation, si elle était le seul résultat de ce traitement, vaudrait amplement les \$75 que coûte l'inscription à la Clinique de désintoxication.

Un plus grand succès

A cause de la dépendance psychologique qui afflige les fumeurs, la désintoxication de la cigarette n'est pas une entreprise facile. Les fumeurs qui arrêtent de fumer par un simple effort de la volonté, sans suivre un traitement organisé, reprennent très souvent leur vieille habitude. Les cliniques de désintoxication ont pour la plupart un taux de réussite de 60% calculé deux mois après la fin du traitement. C'est peu.

Les résultats obtenus à la Polyclinique Concorde sont nettement plus encourageants: un mois et demi après la fin du traitement, on obtient jusqu'à maintenant un taux de succès de 90%. C'est beaucoup plus qu'ailleurs et Reynald Chabot ne doute pas que la responsabilité de ce succès repose sur la méthode d'impression subliminale qu'il a mise au point.

Pilules, filtres, gommes, gargarismes

Parce qu'un très grand nombre de fumeurs désirent laisser tomber leur habitude, des entrepreneurs rapides à flairer le vent ont mis sur le marché des produits destinés à rendre moins pénible l'opération "poumons roses".

Parmi les plus connus et les plus populaires de ces produits, on trouve les fume-cigarettes qui, affirme le manufacturier, permettent de réduire la consommation de nicotine tout en fumant autant... De cette façon, l'économie est sauve et tout le monde reste en santé. On fume, ce qui fait le bonheur des manufacturiers de cigarettes, avec un filtre Smoker's Kit qui se vend à près de \$16, ce qui fait le bonheur du fabricant de ce gadget, et on fait un effort pour arrêter de fumer, ce qui fait plaisir au ministre de la Santé et à soi-même.

Si les vendeurs de ces fume-cigarettes affirment que leur efficacité est remarquable à la condition de suivre à la lettre les directives données par le manufacturier, et si leur prétention de stopper une forte proportion de la nicotine semble être fondée, les médecins et les pharmaciens que nous avons consultés s'accordent tous à dire que ces appareils servent plus à entretenir l'habitude qu'à s'en débarrasser. La raison de ce phénomène est très simple: la nicotine ne provoque pas le développement d'une habitude physiologique forte, l'habitude se crée plutôt au niveau psychologique et elle est le fruit de la publicité beaucoup plus que de la nicotine.

Le même défaut s'applique aux filtres non-réutilisables vendus par les magasins United Cigars au prix de \$2.54 pour vingt filtres servant chacun pour 25 cigarettes. Même si là aussi on affirme qu'une expérience faite "ces filtres sont beaucoup plus efficaces que les Smoker's Kit", il n'en demeure pas moins que le même principe que cité précédemment s'applique. De plus ces filtres, s'ils coûtent moins cher à l'achat que les porte-cigarettes, peuvent devenir plus coûteux avec le temps. Si on les utilise durant plus de

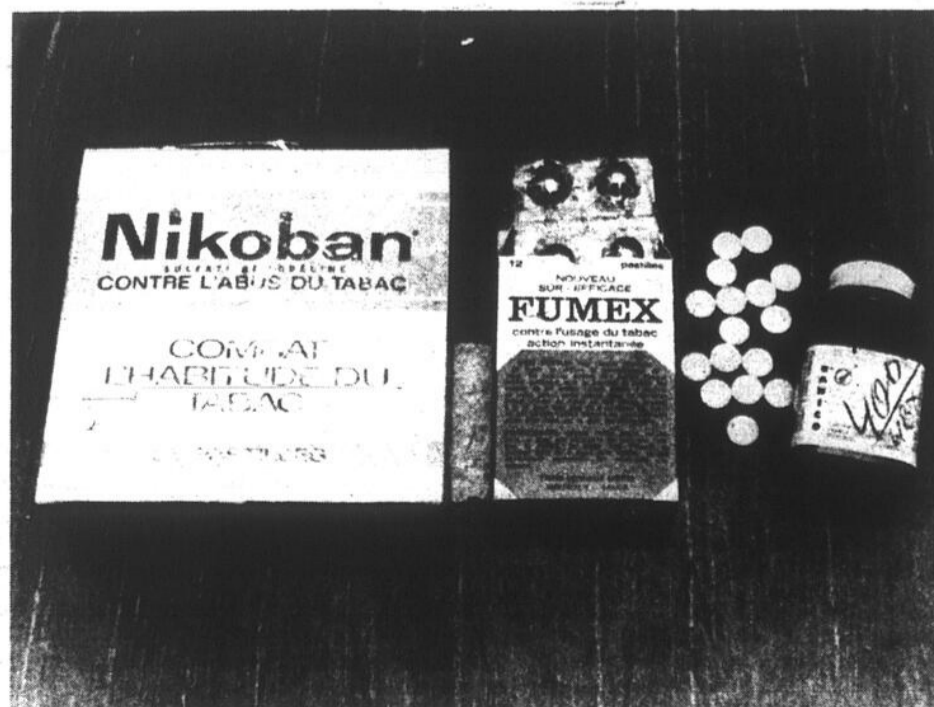
quatre mois, à raison d'un paquet de 25 cigarettes par jour, on atteint le même coût... et on fume toujours.

On trouve également sur le marché des pilules, gommes à mâcher et gargarismes dont la fonction est également d'aider à se débarrasser de l'habitude de fumer.

Les pilules se distinguent en ce qu'elles contiennent un succédané de la nicotine qui ne créerait pas d'habitude et aiderait à surmonter la période de sévrage. Ce même principe a été appliqué pour aider les héroïnomanes. On leur remplaçait leur dose d'héroïne par du métadone qui, malheureusement créait une habitude aussi forte mais sans causer les mêmes problèmes de santé. Ce traitement a été abandonné presque partout puisqu'on arrivait qu'à changer superficiellement les habitudes des narcomanes traités.

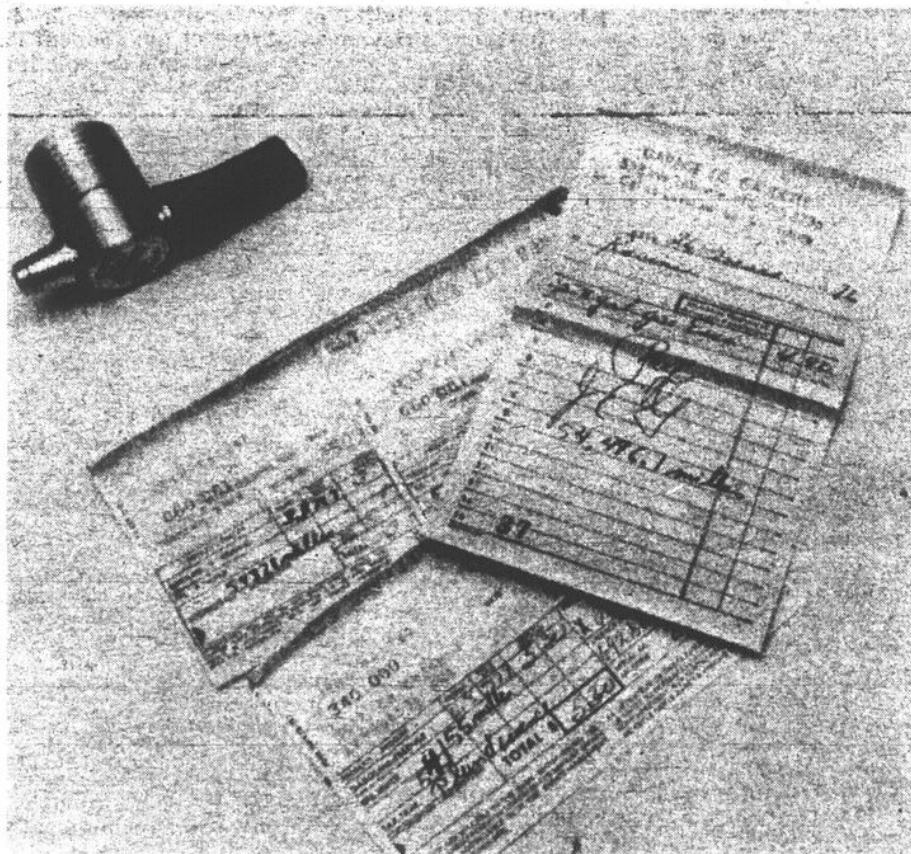
Même s'il n'existe aucune indication à l'effet que les fumeurs qui prennent de ces pilules suivent le même scénario, les témoignages des fumeurs qui ont expérimenté cette méthode concordent: elle ne sert qu'à entretenir l'habitude, tout en la réduisant légèrement. Eventuellement, on revient à ses habitudes originales en abandonnant la pilule plutôt que la cigarette.

Les gommes à mâcher et les gargarismes procèdent d'un principe totalement différent que celui qui inspire les produits décrits précédemment. Alors les premiers prétendent combattre l'habitude causée par la nicotine en réduisant progressivement la consommation ou en la remplaçant. Ces produits se basent sur ce que l'on pourrait appeler le principe de la "bête puante". Ce petit animal par ailleurs fort sympathique fonde toute sa défense sur l'émission d'un liquide à l'odeur... surprenante et ces produits provoquent chez les fumeurs qui en font la consommation l'apparition d'un mauvais goût de la cigarette. Il suffit de cesser d'en prendre pour régler le problème et revenir à son habitude.



Nous n'avons heureusement pas eu à déboursier un cent pour obtenir un Minicharger qui se vend habituellement \$34.95. Notre perte s'est donc élevée à peu de choses: \$1.82 pour les 2.4 gallons d'essence que l'utilisation du Minicharger a coûté.

**OUI,
on peut
économiser
de l'essence
SANS le
Minicharger**



Comme nous l'avons annoncé dans notre édition de la semaine dernière, nous avons conduit un test de l'économiseur d'essence Minicharger sur une Duster 73 équipée d'un moteur 6 cylindres.

Les résultats que nous avons obtenus après avoir parcouru plus de 500 milles indiquent qu'il est possible de réaliser une économie d'essence... La méthode est simple et pas dispendieuse: n'installez pas d'économiseur d'essence sur votre voiture...

Au cours des 317.9 milles que nous avons faits sans Minicharger, nous avons consommé un total de 13.4 gallons d'essence. La consommation moyenne s'établissait donc à 23.72 milles au gallon.

Avec le Minicharger, la consommation d'essence a augmenté de façon importante: 238.4 milles qui ont demandé 12.4 gallons d'essence. Une consommation de 19.22 milles au gallon.

L'augmentation de la consommation d'essence en utilisant cet appareil dont on prétend qu'il permet des économies, s'élève donc à 19%. De plus, le Minicharger se vend au détail au prix de \$34.95. Les automobilistes seraient mieux avisés de remettre cette somme au vendeur sans installer l'appareil dans leur voiture.

Prévu par les tests

Ce résultat, s'il semble surprenant à première vue, avait toutefois été prévu par les tests effectués en laboratoire par les spécialistes du Centre national de recherche scientifique d'Ottawa. Lorsqu'installés sur un moteur couplé à un dynamomètre, les économiseurs d'essence offerts sur le marché ont tous obtenu des résultats décevants lors de ces tests réalisés avec une rigueur scientifique beaucoup plus grande que lors des essais que nous avons effectués.

Nos essais

Au cours de la semaine dernière, nous avons conduit 556.3 milles au cours de nos activités normales, c'est-à-dire en ville, sur autoroute, et sur des routes de campagne.

La première partie de nos essais s'est déroulée comme suit: Lundi, 17:00 heures: Installation du Minicharger à Saint-Hubert et plein d'essence. Le compteur indique 54,155 milles.

Trajet parcouru: Saint-Hubert — Sainte-Théodosie (lundi); Sainte-Théodosie — Montréal, Montréal — Laval, Laval — Sainte-Théodosie (mardi); Sainte-Théodosie — Verchères mercredi

où nous avons refait le plein d'essence et enlevé le Minicharger.

A ce moment, l'odomètre indiquait 54,275.3 milles. Il a fallu verser 6.6 gallons d'essence dans le réservoir de la voiture pour refaire le plein. Sur cette distance de 120.3 milles, notre consommation s'élevait donc cette fois à 26.33 milles au gallon sans l'utilisation du Minicharger.

Cette première partie du test s'est faite en conduisant lentement (maximum de 50 milles à l'heure), sans accélérer brutalement et en tentant dans la mesure du possible de rouler à une vitesse constante.

La deuxième partie de nos essais s'est déroulée sous des conditions de conduite plus normales, c'est-à-dire vitesse maximum de 70 milles à l'heure, accélérations moyennes et dépassements.

Si cette fois la différence a été moins grande que lors de la première série de tests, il n'en demeure pas moins que le Minicharger a été entièrement déclassé une fois de plus.

Lorsque nous avons refait le plein d'essence à Montréal, jeudi, le Minicharger a été replacé sur le moteur.

Trajet: Montréal — Sainte-Théodosie (jeudi), Sainte-Théodosie — Montréal, Montréal — Sainte-Théodosie. En refaisant le plein l'odomètre indiquait 54,496.1 milles, il a fallu ajouter 5.8 gallons. La voiture avait donc consommé 5.8 gallons d'essence pour parcourir 118.1 milles, soit 20.36 milles au gallon.

Sans Minicharger, nous avons accompli le trajet suivant durant la fin de semaine: Sainte-Théodosie — Verchères — Sainte-Théodosie Montréal, Sainte-Théodosie (samedi), Sainte-Théodosie — Varennes — Sainte-Théodosie (dimanche), Sainte-Théodosie — Montréal (lundi).

Le plein d'essence a nécessité 9.5 gallons qui ont servi à couvrir 215.2 milles. La consommation sans économiseur s'élevait donc à 22.65 milles au gallon.

Minicharger battu

Dans les deux tests que nous avons effectués, le Minicharger a provoqué une hausse de la consommation d'essence: 30.8% dans le premier test, 10.2% dans le second. En moyenne, le Minicharger faisait augmenter de 19% la consommation d'essence de notre voiture. Pas fort, comme résultat!

Un aspect de ces essais est cependant rassurant: en diminuant notre vitesse de croisière, en évitant les accélérations brutales et en ne dépassant pas (ce qui nécessite également une accélération brutale), nous avons réalisé une économie de près de 16% de l'essence consommée (sans le Minicharger). Avec l'économiseur d'essence, la consommation a augmenté dans une mesure moindre, mais augmenté tout de même lors de la deuxième série de tests. En conduisant doucement, nous avons cette fois encore réussi à abaisser la consommation d'essence de plus de 10%.

Un autre point de vue sur les économiseurs

Monsieur Emile A. Cuvelier du service de la pollution automobile du ministère de l'Environnement nous a fait parvenir les commentaires suivants à la suite de la publication de notre reportage sur les économiseurs d'essence.

"J'ai été très intéressé par votre article sur les économiseurs d'essence et ne puis que vous féliciter sur la mise en garde que vous faites pour que les automobilistes se méfient de ces gadgets plus ou moins farfelus et presque toujours inefficaces."

"Travaillant depuis de nombreuses années dans la recherche des causes de la pollution automobile et dans leur élimination, je ne puis qu'être d'accord avec monsieur Martin Friend. Cependant, je ne puis être aussi affirmatif que lui quand il déclare que l'énergie que l'on peut tirer de l'essence ne peut être augmentée au-dessus d'un certain point."

"Je m'explique. Effectivement, toute la perte d'énergie due à la friction aux accessoires, à la trans-

mission, etc... ne laisse comme utilisable qu'une faible partie de celle-ci".

"Mais, même si les calculs faits par M. Friend sont exacts et qu'il ne reste que 10% de disponible, comment ces 10% sont-ils utilisés?"

"Le fonctionnement du moteur peut se diviser en 4 stades bien distincts.
1° le régime de ralenti, incluant le ralenti accéléré, lorsque, par temps froid l'étrangleur est fermé;

Écrivez-nous

Le consommateur aux prises avec un commerçant ou un fabricant peu soucieux de la qualité de leurs produits ou désintéressés du service après-vente peut faire appel à CONSOMMACTION, par écrit. Nous interviendrons directement ou nous dirigerons le consommateur vers les personnes qui l'aideront. Le lecteur doit inclure à son envoi copie des contrats de vente, des contrats de crédit,

des garanties, des lettres expédiées au commerçant, des réponses de ce commerçant. Ces documents nous permettront d'intervenir plus efficacement auprès des marchands ou des fabricants mis en cause.

Le lecteur doit également inscrire son nom et son adresse sur la lettre, mais seules les initiales de son nom apparaîtront dans le journal. Nous

essaierons de répondre le plus tôt possible, en tenant compte en premier lieu des sujets qui semblent intéresser le plus grand nombre possible de lecteurs.

Tous les envois doivent être adressés à CONSOMMACTION, Dimanche-Matin, 5701, rue Christophe-Colomb, Montréal.

(suite de la page 4)

- 2° le régime d'accélération;
- 3° le régime stabilisé;
- 4° le régime de décélération.

"Il faut également savoir qu'il y a, dans un carburateur, deux systèmes bien distincts d'alimentation en essence. Le premier utilise des canaux latéraux qui sont constamment ouverts et sert à distribuer l'essence au ralenti, lorsque le papillon est fermé, (Stade 1). Le second, lorsque le papillon est plus ou moins ouvert (accélération et régime stabilisé, (Stades 2 et 3), permet à l'essence de sortir par le ou les gicleurs principaux en se pulvérisant.

"Je ne veux pas ici tomber dans la technicité mais il faut quand même savoir qu'à ces 3 premiers stades il n'y a pas, dans l'état actuel de nos connaissances, de grandes économies à réaliser sans que cela ne cause une perte de puissance.

"Au stade 4, lors des décélération, le problème est différent. Supposons qu'un automobiliste roule à 70 milles à l'heure, avec un moteur qui tourne à 3,500 rpm. En prévision d'un arrêt, disons à 300 pieds, que va-t-il faire? Utiliser le frein-moteur en relâchant la pédale d'accélérateur.

"A ce moment-là, le papillon se referme, et il se crée une dépression extrêmement forte sous celui-ci. Cette dépression va provoquer une succion par les canaux de ralenti et amener vers les cylindres une quantité d'essence 5 fois plus grande qu'au ralenti si, par exemple, ce ralenti est fixé à 700 rpm.

"Or, le papillon qui permet l'arrivée de l'air vers le moteur est fermé, ce qui provoque l'admission dans les cylindres d'un mélange qui, au lieu d'être de 15/1 par exemple, sera peut-être de 4 ou 5/1.

"Ce mélange, beaucoup trop riche en essence, brûle mal et ce, au moment où on ne sollicite aucune autre énergie du moteur que celle nécessaire au ralenti, pour qu'il ne cale pas.

"Ce fait est prouvé lorsqu'on fait un contrôle des gaz à l'aide d'un analyseur à infra-rouge.

"Si le taux d'hydrocarbures imbrûlés, que l'on peut considérer comme de l'essence non-utilisée, est de 100 parties par million au ralenti, il va tomber à 50 ou 60 ppm à l'accélération et à haut régime, mais il va grimper jusqu'à 1500 et souvent 2000 p.p.m. lors de la décélération.

"Cela signifie que, en décélérant, on a aspiré, donc consommé, une grande quantité d'essence sans lui demander d'apport d'énergie.

"Des calculs assez poussés et de nombreux tests faits pour l'EPA ont chiffré cet excédent de consommation inévitable et inutile à près de 5% de la consommation totale sur un parcours mixte (ville et route) et à près de 8% sur un parcours strictement urbain."

C'est un mal dont on s'accommode, faute de mieux, mais qui se traduit lors des tests anti-pollution par une élévation de plus de 50% des hydrocarbures. Ces normes qui sont fixées par le gouvernement fédéral jusqu'en 1980 à 2 grammes par véhicule-mille (1.5 aux USA) pourraient donc être diminuées au moins de moitié si on pouvait obturer l'arrivée aux décélération.

Si on compte près de 10,000,000 d'automobiles au Canada, faisant en moyenne 10,000 milles par année, 1 gramme de moins d'hydrocarbure au mille signifie 100,000 tonnes de moins par année dans notre atmosphère.

Cela peut représenter près de 30 millions de gallons d'essence utilisés en pure perte, tout en nous empestant et en nous polluant.

En conclusion de cet exposé, on peut donc dire, sans contredire M. Friend qu'il existe encore une possibilité de diminuer la consommation d'essence.

Revenons aux gadgets. Certains de ceux-ci ont, et je l'ai moi-même expérimenté à maintes reprises, un certain effet sur la consommation.

En effet, il y a parmi ceux-ci, ce que l'on pourrait appeler des appauvrisseurs de mélange, munis parfois de valves, de billes, d'entonnoirs, de grilles, d'hélices, etc... mais qui, par une ouverture située sous le papillon, permettent une admission d'air supplémentaire. Un ratio prévu à 15/1 par le constructeur va passer à 16 ou 17/1.

"Cet excédent d'oxygène va permettre une meilleure explosion de l'essence et le monoxyde de carbone (CO) va baisser, parfois de façon spectaculaire.

"Mais cet oxygène supplémentaire va, inévitablement, faire augmenter la température à l'explosion et provoquer non moins inévitablement, une augmentation des oxydes d'azote (NO NO). Les normes officielles du gouvernement fédéral fixent ceux-ci, jusqu'en 1980, à 3 grammes par véhicule-mille (idem aux USA). La plupart des voitures récentes se situent entre 2 et 2.5 grammes.

Avec les gadgets cités plus haut, on arrive à 6.7 et souvent 10 grammes par véhicule-mille. N'oublions pas que ce sont les oxydes d'azote (mortels) qui, en se combinant avec les hydrocarbures forment le Smog et qui rendent l'atmosphère opaque aux rayons ultra-violet du soleil, avec tout ce que cela comporte de dangers, surtout sur la végétation et sur nos pauvres bronches!

"J'avais moi-même, il y a quelques années, fait des recherches sur les économiseurs d'essence et je croyais, moi aussi, avoir trouvé la solution miracle. Jusqu'au jour où, à l'aide des moyens techniques que mes fonctions mettent à ma disposition, j'ai pu constater que le remède était pire que le mal.

"C'est alors que j'ai radicalement changé mon fusil d'épaule en axant mes recherches sur la seule possibilité qui restait de faire baisser g la fois la pollution par les hydrocarbures et la consommation d'essence sans augmenter les autres sources de pollution et en conservant au moteur toute sa puissance initiale.

"J'ai alors conçu deux autres "gadgets" si vous voulez les appeler ainsi, pour lesquels j'ai obtenu des brevets au Canada, aux USA, en Europe et au Japon. Le premier est un nouveau concept de carburateur où l'essence est strictement dosée à chaque régime et où seule la quantité nécessaire au ralenti est admise pendant la décélération. Le deuxième utilise un carburateur standard mais un dispositif électronique obtue totalement les canaux de ralenti pendant ces décélération. Ceux-ci sont réouverts automatiquement dès que le régime revient à 800 rpm, pour éviter le calage du moteur.

"Si mon carburateur ne peut qu'être installé sur une voiture neuve, par le constructeur, mon deuxième appareil, qui ne coûterait que \$30 ou \$40, lorsque fabriqué en grande série, pourrait s'installer en 20 minutes sur n'importe quelle automobile, quelle que soit sa marque et quel que soit son âge.

L'économie d'essence est en fonction du parcours et plus on fait de parcours en ville, plus on "travaille" l'accélérateur et plus l'économie d'essence est grande, sans parler de la pollution qui est réduite à son strict minimum.

"Pour terminer, ne condamnez pas systématiquement tous les gadgets, tout au moins sans avoir reconnu la validité de l'exception qui confirmera peut-être la règle.

Emile A. Cuvelier

L'HISTOIRE D'ELVIS 44

Succès "SOLID GOLD" du roi ELVIS PRESLEY



CHAQUE CARTOUCHE CONTIENT L'ÉQUIVALENT DE DEUX MICROSILLONS.

- TREAT ME NICE
- I NEED YOUR LOVE TONIGHT
- THAT'S WHEN YOUR HEARTACHES BEGIN
- G.I. BLUES
- EASY COME, EASY GO
- SUSPICION
- PUPPET ON A STRING
- HEARTBREAK HOTEL
- ONE NIGHT MEMORIES
- BLUE SUEDE SHOES
- ARE YOU LONESOME TONIGHT
- HI HEEL SNEAKERS
- OLD SHEP
- RIP IT UP
- SUCH A NIGHT
- A FOOL SUCH AS I
- TUTTI FRUTTI
- IN THE GHETTO
- WEAR MY RING AROUND YOUR NECK
- WOODEN HEART
- CRYING IN THE CHAPEL
- DON'T CRY DADDY



LISEZ-LES, VOS CHANSONS PRÉFÉRÉES D'ELVIS SONT TOUTES LÀ.

- HOUND DOG
- I WANT YOU, I NEED YOU, I LOVE YOU
- ALL SHOOK UP
- DON'T
- I BEG OF YOU
- A BIG HUNK O' LOVE
- LOVE ME
- STUCK ON YOU
- GOOD LUCK CHARM
- RETURN TO SENDER
- DON'T BE CRUEL
- LOVING YOU
- JAILHOUSE ROCK
- CAN'T HELP FALLING IN LOVE
- I GOT STUNG
- TEDDY BEAR
- LOVE ME TENDER
- HARD HEADED WOMAN
- IT'S NOW OR NEVER
- SURRENDER



COMPLÉTEZ LA FORMULE DE COMMANDE SANS DÉLAI. LES QUANTITÉS SONT LIMITÉES

Profitez dès aujourd'hui de cette aubaine sensationnelle La collection fabuleuse des plus grands succès d'ELVIS

COMMANDES TÉLÉPHONIQUES ACCEPTÉES DU LUNDI AU VENDREDI de 9 h à 5 h. Tél.: 333-1920 Soir et fin de semaine: tél. 727-3118

ACCEPTONS LES APPELS À FRAIS VIRÉS DE TOUS LES COINS DE LA PROVINCE



POSTEZ À

Expédiez-moi sans délai la collection d'ELVIS au prix de \$9.95 sur microsillons et de \$12.95 sur bandes 8-Piste plus 8% de taxe provinciale et \$1.00 de frais de manutention. J'inclus mon chèque ou mandat-poste ou je desire porter à mon compte Chargex Master Charge

Signature exigée avec carte de crédit No ÉPARGNEZ * Commandez deux collections en spécial UNE COLLECTION 4 disques \$11.75 UNE COLLECTION 2 Cartouches 8-Piste double \$14.99

SPECIAL DEUX COLLECTIONS 8 disques \$22.50 DEUX COLLECTIONS 4 Cartouches 8-Piste double \$28.98

COLLECTION COMBINÉE 4 disques avec 2 Cartouches 8-Piste double \$25.74

Commandes C.O.D. acceptées inclure \$1.00 de dépôt. Commandes téléphoniques acceptées du lundi au vendredi de 9h à 5h tel. 333-1920

Soir et fin de semaine: 727 3118

COLLECTION SOUVENIR ENRG. C.P. 385, Succ. St-Laurent, Qué.

NOM
ADRESSE
VILLE CODE POSTAL
TÉLÉPHONE

D.-M. 4-4-76

gastromic chez soi

par josette bourbonnais

2 c. à soupe poivre vert (en boîte)
2 steaks de 8 ou 10 oz (surlonge)
1 oz de cognac
1 tasse de fond de veau
1/2 tasse de crème à 35%

Ecraser le poivre et en imprégner les deux côtés des steaks. Saler au goût. Mettre le beurre dans une poêle, faire cuire au goût. Retirer les steaks de la poêle et les tenir près d'une source de chaleur. Déglacer la sauce au cognac. Ajouter une tasse de fond de veau (on peut y substituer une c. à soupe de farine



steak au poivre vert en chemise

ajoutée à la cuisson des steaks et une tasse de concentré de boeuf en cube, puis laisser réduire de moitié.)

Ajouter la crème et faire chauffer sans bouillir tout en remuant.

Faire deux crêpes: 1 oeuf, 1/2 tasse de farine, une pincée de sel, un soupçon de noix de muscade et un peu de beurre fondu ou d'huile:

Envelopper les steaks avec les crêpes très fines et napper avec la sauce. Servir avec brocolis au beurre et salade de cresson assaisonnée de sauce César (vinaigrette additionnée de moutarde de Dijon plus parmesan râpé et croûtons).

Vin suggéré par le chef: un Médoc ou un St-Emillion de Calvet.

Huitres Café Martin: Auparavant, le Chef Henri nous a fait goûter les huitres Café Martin dont il nous a donné la recette très simple. Ajouter de la menthe séchée, de l'estragon et un peu de crème à 35% à une sauce Hollandaise. En napper les huitres fraîches et les passer au four, puis à la salamandre (gril).

COÛT À LA MAISON APPROX.

\$6 à \$7
POUR DEUX PERSONNES

LA MAISON DU BIFTECK



GEORGES STEAK HOUSE

SITUÉ AU CAFE DU NORD
DÉLICIEUX SCAMPIS

DINERS D'HOMMES D'AFFAIRES

STATIONNEMENT GRATUIT

10715, boul. PIE-IX
322-2020

MONTREAL-NORD



Chef Henri du Café Martin

Le Chef Henri Bouchard, né à Montréal, est un des rares cuisiniers du Québec à totaliser un nombre impressionnant d'années de service dans le même restaurant. 40 ans ! Comme disent cavalièrement nos "cousins" français: faut le faire! C'est dire qu'il a vu passer des propriétaires... Et aussi des chefs au cours de ces années-là! Ce n'est pas lui qui est allé à l'école, c'est l'école qui est venue à lui! Le Chef Henri, qui détient ce poste depuis cinq ans, dans la vénérable institution (le Café Martin existe depuis 1927), n'était pas destiné à ce métier. Il avait commencé à apprendre celui de son père, la soudure à l'oxygène. Il entre à 20 ans au Café Martin avec son oncle qui était alors sous-chef et qui lui a appris les rudiments de base du métier. Le chef était alors à l'époque Rodolphe Funk, un Alsacien, qui a fait sa marque un certain temps. Vint alors Angelo, de descendance italienne, et c'est ainsi que Chef Henri apprend petit à petit les raffinements du métier avec les diverses régions représentées par les chefs qui y passent. Il est alors troisième dans la cuisine, puis son oncle part chez Des-

jardins, puis chez "feu" M. Neptune. Henri passe alors second et compte 16 ans de métier. Mais comme dans les bonnes maisons, les chefs tiennent à leur situation, Henri attendra longtemps et patiemment son tour, ne perdant pas une occasion d'apprendre, de se perfectionner, d'échanger avec les cuisiniers étrangers faisant des séjours plus ou moins prolongés, de lire et surtout, dit-il, D'OBSERVER. "Une sauce ça s'apprend avec tous les sens, sa couleur, son odeur qui nous renseigne et, enfin, son goût! Dans mon temps, il n'y avait pas d'école, c'était les aînés qui nous formaient". Le dernier chef sous lequel il travaillera sera Roger Delfour qui l'a, lui aussi, fortement impressionné. Le propriétaire du restaurant, qui ne tarit pas d'éloges à l'égard de son chef, affirme que le Café Martin, c'est toute la vie d'Henri, mais aussi que c'est sa présence constante depuis 40 ans qui en a fait ce qu'il est, un lieu de rencontre d'une clientèle de 4,000 Montréalais qui le fréquentent pour la majorité d'entre eux depuis deux et trois générations.



Un moment de réflexion sur les offres du Secteur des Affaires Sociales

Pourquoi perturber le réseau des Affaires sociales par des séances d'études, des journées de grève et autres moyens de pression quand des offres équitables devraient être prises en sérieuse considération?

Hausse moyenne de 34% rétroactivement au 1er juillet 1975
 + 8% au 1er juillet 1976
 + 6% au 1er juillet 1977
 + les meilleurs avantages sociaux au Canada
 + une formule d'indexation au coût de la vie

C'est à y penser!

VOICI QUELQUES EXEMPLES

OFFRES PATRONALES					
Classification	Salaire actuel 30-06-75	Salaire au 01-07-75	Salaire au 01-07-76	Salaire au 01-07-77	Nombre d'heures par semaine
	MIN — MAX	MIN — MAX	MIN — MAX	MIN — MAX	
Infirmière-auxiliaire	\$112.74 — \$142.46	\$146.09 — \$184.88	\$157.69 — \$199.74	\$167.11 — \$211.70	36 ¹ / ₄
Éducateur	\$114.70 — \$234.44	\$144.93 — \$296.44	\$156.55 — \$320.08	\$165.85 — \$339.45	38 ³ / ₄
Travailleur social professionnel	\$8.696.00 — \$18.189.00	\$11.000.00 — \$23.009.00	\$11.880.00 — \$24.850.00	\$12.593.00 — \$26.341.00	Rémunération sur base annuelle
Secrétaire médicale	\$109.55 — \$133.00	\$150.85 — \$181.65	\$162.75 — \$196.35	\$172.55 — \$208.25	35
Préposée aux malades	\$108.03 — \$127.60	\$139.93 — \$165.66	\$151.16 — \$179.08	\$160.23 — \$189.95	36 ¹ / ₄
Infirmière	\$136.30 — \$219.31	\$201.55 — \$291.45	\$217.50 — \$314.65	\$230.55 — \$333.50	36 ¹ / ₄
Menuisier	\$154.23	\$208.48	\$225.14	\$238.70	38 ³ / ₄
Préposé à l'entretien ménager	\$114.70	\$159.65	\$172.44	\$182.90	38 ³ / ₄
Cuisinier(ère)	\$139.50	\$201.89	\$218.16	\$231.34	38 ³ / ₄
Aide-infirmière	\$103.68	\$134.49	\$145.36	\$154.06	36 ¹ / ₄
Technicienne en radiologie	\$134.05 — \$217.00	\$170.10 — \$276.15	\$183.75 — \$298.20	\$194.95 — \$316.05	35



Le Comité Patronal de Négociation du Secteur des Affaires Sociales.

À noter que la semaine de travail est la plus courte au Canada. À ces offres salariales s'ajoute toute une gamme d'avantages sociaux (vacances, fêtes payées, assurances diverses, primes nombreuses, sécurité d'emploi, etc ...) parmi les plus complets et les plus généreux au pays.

Nous croyons que ces offres sont équitables.



Nuque effilée de cette coupe d'été.

la permanente

mais oui, ça revient!...

Les tabous, ça n'existe pas que dans les mœurs, ça a la vie dure dans la mode comme ailleurs, et aussi dans la coiffure! Les tabous font et défont la mode car il est bien connu que dans ce domaine, on brûle ce qu'on a adoré et on adore ce qu'on a brûlé, il n'y a pas si longtemps!...

Ainsi, on affirme qu'il n'y a que les ciseaux, trois ans plus tard on ne jure que par le rasoir, et cinq ou dix ans après, on redécouvre les mérites des ciseaux, il n'y a que ça! On décolore, on revient au naturel, on crêpe, on pose des bigoudis, on vante les cheveux raides, puis frisés, puis défrisés pour les bien dotées de la nature, on n'est jamais vraiment satisfait, et c'est la vie! Ca fait la gloire des coiffeurs et le jeu des

femmes qui adorent changer de tête!

Donc notre propos, aujourd'hui, est la permanente, "l'indéfrisable" de nos mères et grand-mères!... Ca revient au même. Mais servi à la moderne, comme la soupe!

Notre coiffeur-vedette, Robert Blouin, de La Caboché, 2157, rue MacKay, près de Sherbrooke. On sait que Robert est un pionnier de la coupe courte, très géométrique, voire extravagante, et qu'il enseigne ses méthodes, donne des démonstrations dans les congrès de coiffeurs, dans toute la province.

Cette année, pour l'été surtout, saison des piscines, des sports au grand air, il a choisi pour la femme moderne, active, des coiffures courtes et

Robert Blouin: "C'était un tabou chez les femmes que toute permanente était obligatoirement très frisée!..."



breuses, sans problèmes. Il ne vous suffit que de les tenir propres, d'employer de bons produits et, bien souvent, de faire sécher vos cheveux en les replaçant avec les doigts, ou le séchoir à main, sans même de mise en plis!"

Robert conseille donc aux femmes aux cheveux courts qui trouvent leurs cheveux indociles, trop raides, trop plats, une légère permanente, adaptée à leur style, à leur genre de vie. Selon le visage, l'âge, le goût aussi de la cliente, on peut donner une permanente très souple, moyennement frisée ou encore très frisée.

Permanentés, puis coupés

Nous disions servis à la moderne, car le dernier cri, c'est justement de faire la permanente sur la longueur normale des cheveux, puis, aussitôt terminée, de couper l'excès de frisure, afin de modeler, de styliser la forme de la tête, selon chaque personne. D'après les photos, nous

Par
Josette Bourbonnais

Photos
Pierre Lasalle



La permanente est terminée sur la pleine longueur des cheveux.



Plus frisée sur le dessus et le devant, les cheveux très frisés encadrent doucement le visage.

moyennes, sans souci. Assez drôlement, il incite presque les femmes à ne se rendre chez leur coiffeur qu'une fois ou deux par mois, pour se libérer de tout souci. Il leur conseille donc des cheveux courts, à rafraîchir toutes les trois ou quatre semaines et, comme voie de conséquence, un léger "frisage", en souplesse, pour maintenir leur coiffure d'un shampoing à l'autre.

Robert préfère ne les voir qu'une fois par mois, mais entièrement satisfaites! Ce qui est d'une rare honnêteté! Il dit: "Si vous êtes assurée d'une bonne coupe, d'une frisure à la fois souple et nerveuse qui donne du corps et aussi du volume à votre chevelure, vous pouvez partir un mois en vacances, en croisières, au bord de la mer, ou vaquer à vos activités nom-

voyons différence avant et après la coupe. On dessine en quelque sorte la ligne de la coiffure sur la tête frisée, d'une façon toute personnelle. On peut aussi exécuter cette méthode sur des cheveux plus longs mais alors, d'insister Robert, il faut avoir une coupe très dégradée.

Cette nouvelle façon de se coiffer est, en fait, une économie car cette permanente dure plusieurs mois, tout l'été, par exemple avec, selon la vitesse de repousse, deux ou trois coupes. Il en coûte de \$20 à \$25, plus \$18 à \$21 de coupe et on n'a pas besoin d'aller chez le coiffeur toutes les semaines. Economies de temps et d'argent. Lorsque les racines perdent de la "force de frisage", au bout de 4 ou 5 semaines, on peut faire recouper un demi-pouce.



Ensemble en daim Louis Féraud.



Deux-pièces à jupe plissée soleil, rouge à pois blancs, modèle 1920



Chasuble jersey de coton mille raies multicolores à porter avec ou sans sous-pull.



Imperméable acétate très mode, ligne tube fendu sur les côtés.

Quand on a fait le tour des grands magasins, des rues commerçantes principales de la métropole et qu'on n'a rien trouvé à son goût, on pense tout à coup aux petites boutiques d'importation, où trouver cette mode exclusive et l'on s'aperçoit aussi, avec une surprise agréable qu'il n'en coûte pas plus cher qu'ailleurs et même moins bien souvent. C'est le cas de la boutique PRESTIGE, du Westmount Square, qui importe en exclusivité de six ou sept maisons parisiennes, dont Celain Sadda, Louis Féraud cuir, O'Trio et Berneman, entre autres.

Son propriétaire, assez curieusement, car ils sont rares, est un tailleur de métier. Abner Lallouz est entré dans le métier à 17 ans à Paris. Il a fait d'abord 12 ans de la couture pour dames pour la maison Celain Sadda dont il achète maintenant des modèles, puis il est venu au Canada il y a 20 ans.

A Montréal, il travaille d'abord dans la couture, crée des modèles pour diverses manufactures, dessine, fait des patrons. En tout huit ans. Il déclare: "J'étais très mal payé à l'époque alors je suis devenu décorateur et je suis entré chez N.G. Valiquette. J'ai beaucoup apprécié cette expérience connexe à mon métier". Mais quand on aime créer des vêtements, on ne peut être heureux que dans la couture. M. Lallouz pense un moment à lancer sa propre manufacture mais se heurte à un problème, le manque de main-d'oeuvre spécialisée dont se plaignent, nous le savons aussi, tous les manufacturiers.

Il résout donc ce problème en créant sa propre compagnie, il y a sept ans, mais une compagnie d'importations exclusives. Il croit dans la mode parisienne sur laquelle il s'aligne et se rend quatre fois chaque année chez ses fournisseurs qui lui assurent, par contrat, ce privilège. Il lui arrive aussi de donner ses propres idées et de les faire exécuter à Paris.

De bleu, de blanc, de rouge

A Paris, de rapporter M. Lallouz, la grande mode ce printemps-ci. C'est les trois couleurs du drapeau national! Bien dosées, ces couleurs prises ensemble ou deux par deux, sont éclatantes, fraîches, stimulantes et conviennent à presque toutes les carnations.

La robe revient aussi en force et la grande favorite est la jupe, droite, fendue sur le côté, avec des multitudes de chemisiers coupés dans des tissus imitant la soie mais d'un entretien très facile et d'un prix très abordable. Et puisque nous parlons prix, le propriétaire de PRESTIGE, nous donne un aperçu de sa collection.

Ses manteaux vont de \$135 à \$250 (y compris les cuirs et les daims), les ensembles laine, suède et antilope de \$158 à \$310; les chemisiers commencent à \$12.50 et atteignent \$22 les pantalons et les jupes vont de \$29 à \$50 et \$60. Mais on trouve aussi de gentils costumes, plus légers de \$45 à \$99.

D'une façon générale, M. Lallouz estime que l'émigration a appris beaucoup à la Canadienne française, très souple, en matière d'élégance. Il déclare: "C'est à mon sens, la femme la plus élégante du monde occidental, en tous les cas beaucoup plus que l'Américaine. A mon passage à Miami, j'ai reconnu les Québécoises à leur élégance. La Québécoise sait ce qu'elle veut, elle a du goût. Et même si je suis du métier, j'ai beaucoup appris d'elle, par ses critiques, ses idées précises, son goût personnel".

De Paris: le prêt-à-porter boutique...

Par Josette Bourbonnais

Photos: André Hébert



Ensemble en jersey de coton rayé avec, dernier cri, la ceinture pochette.



M. A. Lallouz

La beauté est dans le POTAGER

Nos grand-mères et nos arrière grand-mères ne se rutilaient pas comme nous en cosmétiques, lotions, masques, soins esthétiques et pourtant nos grand-pères chantaient leur teint de rose ou de lis...
C'est que d'une part, elles savaient s'alimenter, se reposer mais aussi cueillir et utiliser surtout tout ce qui poussait dans le potager...
Céleri, laitue, carotte, cresson, oignon, menthe, le persil, thym, le cerfeuil, mais aussi la gentille capucine, la pensée, le nénuphar, l'écorce de bouleau, le tilleul et qui l'eût cru, le chiendent, le pissenlit et même l'ortie, leur étaient prétextes à recettes, bien sûr, mais aussi à compositions de beauté et aussi à remèdes simples mais efficaces.

Dans un effort pour revenir à la nature, plusieurs auteurs se sont donné pour tâche de retrouver les remèdes dits "de bonnes femmes" pour nous les offrir.
L'ARMOIRE AUX HERBES est de ces livres que toutes les femmes désirent posséder, ne serait-ce que par simple plaisir de lectures à faire à bâtons rompus. Rédigé par Jean Mary, publié par les Editions du Jour, ce livre charmant parle de 188 plantes, herbes potagères, fleurs, fruits, arbres que nous connaissons toutes de nom, au moins de nom mais que nous ne saurions peut-être pas employer. Pour \$4.95 on peut apprendre comment confectionner des apéritifs naturels, des soupes rafraîchissantes et une multitude d'autres petits trucs bien utiles.



STIMULA®

Le condom de notre temps.
Conçu pour le plaisir du couple grâce à sa texture spéciale.

Searle. Fabricants de **Conture**® un condom galbé, et de **Prime**® le condom "traditionnel" de qualité spéciale. Chez votre pharmacien.

SEARLE

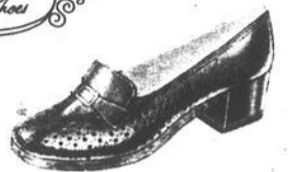
MADAME!

Vous qui avez les pieds larges, c'est ici que vous trouverez chaussure pour votre pied.

CONFORT A VOS PIEDS



TAN BLANC



TAN

Nous nous spécialisons dans les chaussures larges D.E.E3E.

DÉPOSITAIRES:

**CHAUSSURES
J. GAUTHIER**

1831 est, LAURIER

(angle Papineau et Cartier) MtL

521-1260

**CHAUSSURES
D. TADDÉO**

6071, boul. MONK

(Angle Jolicoeur) Ville-Emard

766-1884

Les Aspirateurs
Singer... Egalent
en excellence les
Machines à
Coudre
Singer.

Dollar pour
Dollar

Aucune autre
marque
d'aspirateurs ne
réunit autant
d'attributs
pratiques
et de rendement.
Le Silver
POWERmaster*
de Singer...
Solide... à grand
rendement... aux
usages
multiples...
C'est exactement
ce qu'il vous faut!

NE COÛTE
QUE

\$89

*Une marque de commerce de
La Compagnie Singer
du Canada Ltée



SINGER

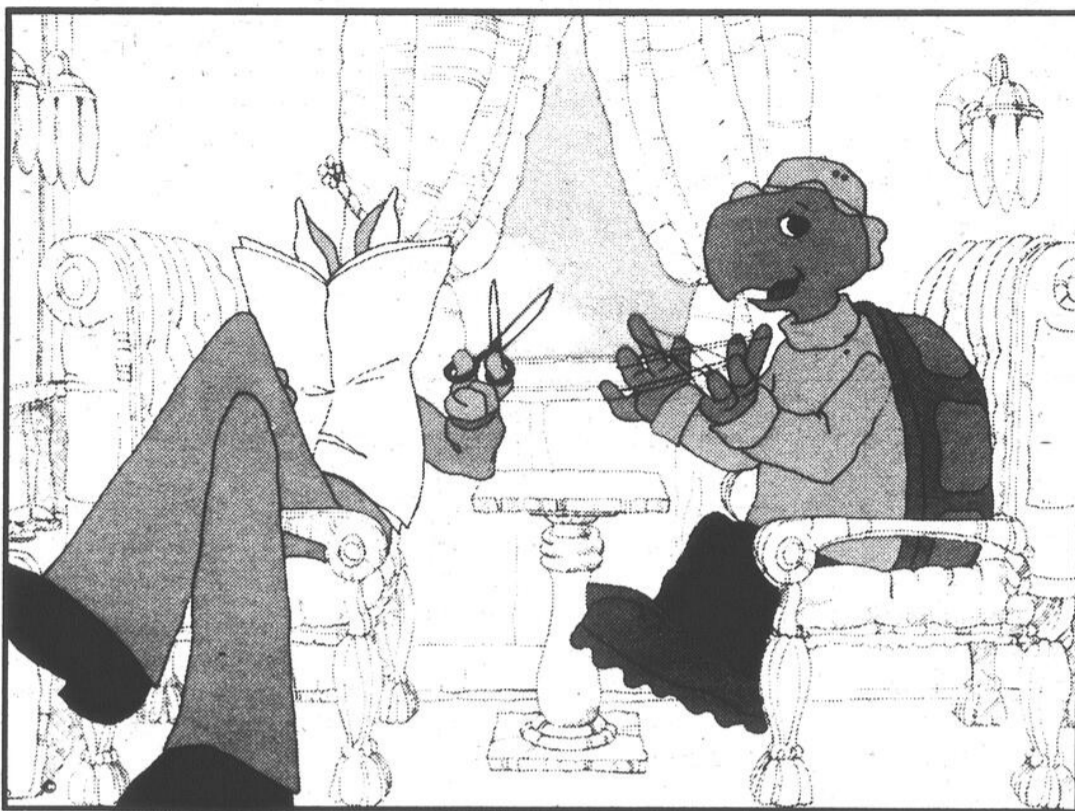
Consultez votre bottin téléphonique pour connaître l'adresse du Centre de Couture Singer ou du Concessionnaire autorisé participant le plus près de chez vous.

TOUT LE MONDE JOUE AU
SUPER
BINGO
Dimanche-Matin
chaque dimanche gagnez jusqu'à
\$1000

Des cheveux bouclés sans permanente!

Même si vous avez les cheveux raides et difficiles à friser, vous pouvez désormais obtenir des boucles et des ondulations souples et ravissantes, d'apparence tellement naturelle que tout le monde pensera que vous avez les cheveux naturellement ondulés. Pour cela vous n'avez qu'à vous faire un shampooing. Appliquez Perform avec le vaporisateur. Peignez pour bien faire pénétrer le produit dans les cheveux. Faites votre mise en plis. Laissez sécher. Vous verrez alors comme vos cheveux formeront des boucles épaisses, souples et très durables. Quelle liberté — vous pouvez vous ébouriffer les cheveux, dormir dessus, les laisser flotter au vent! Votre coiffure tient par n'importe quel temps. Un coup de peigne et vos ravissantes boucles reprendront leur place! En vente dans les bonnes pharmacies, les grands magasins et les rayons de produits pharmaceutiques et de produits de beauté. Satisfaction garantie, sinon Perform vous remboursera votre argent. Pour obtenir un format d'essai, envoyez 25¢ avec vos nom et adresse à Perform, Service PW-53, Acton, Ontario.

Épargne véritable



"Le chemin de l'épargne est difficile, nous a-t-elle



"Petit train va loin avec un compte d'épargne véritable!"

dit, mais la Banque de Montréal a su me faciliter les choses. On m'a bien expliqué les différents modes d'épargne offerts à la Banque en me faisant voir les avantages de chacun. Puis on m'a conseillé d'ouvrir un compte d'épargne véritable. Ce que j'ai fait. J'obtiens ainsi un meilleur rendement au point de vue des intérêts. Comme je dépose régulièrement, je me suis aperçue que petit à petit ça commençait à paraître. Ce qui est très encourageant. C'est pour ça que je dis: petit train va loin."

Service Médaille d'Or

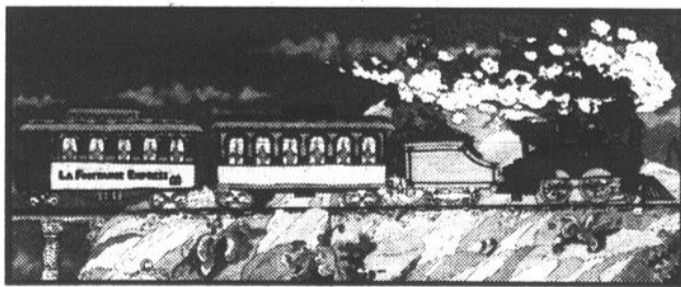
Avant de quitter le fameux train, le conducteur a tenu à nous assurer que la Banque était désireuse d'offrir un service en or... "Je dirais même un Service Médaille d'Or", a-t-il ajouté.



"Profitez de notre Service Médaille d'Or."

Rencontre avec la tortue à bord du La Fontaine Express de la Banque de Montréal

"Petit train va loin" nous déclarait la tortue en nous accueillant à bord du La Fontaine Express de la Banque de Montréal. On sait que ce célèbre convoi qui sillonne nos parages transporte de joyeux passagers vers les succursales de la Banque: le conducteur (Hervé Brousseau), la cigale, la fourmi, le lion, le chat, le renard, le lièvre et la tortue. Mais revenons à cette dernière.



Le La Fontaine Express de la Banque de Montréal

Un compte d'épargne véritable

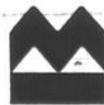
Nous avons voulu en savoir davantage sur cette amusante déclaration de la tortue.

C'est de bonne grâce qu'elle consentit à nous exposer ses vues au chapitre de l'épargne:

Qu'est-ce qu'on peut faire pour vous?

La Première Banque Canadienne

Banque de Montréal



JUSQU'À
60%
DE RÉDUCTION

VOIR ANNONCE
EN PAGE 15

AUJOURD'HUI DIMANCHE
VENTE DE LIQUIDATION
DIAMOND
OPERA
DANS L'AFFAIRE DE

Le **ROI** du **RADIO**
507, rue St-Zotique

**LE PLUS
GROS
MAGASIN
en
STÉRÉO
et TV
SONY
à Montréal**

TECHNICIEN A VOTRE SERVICE

2 ETAGES PLEINS D'AUBAINES
EN STEREO ET T.V.

- SATISFACTION GARANTIE
OU VOTRE ARGENT REMIS
- DÉFIONS TOUTES COMPÉTITIONS
- PRIX DE GROS
- PLAN MISE DE COTE
- CHARGEX
- MASTER CHARGE

**Le ROI
du RADIO**

MONTREAL
507 est, rue St-Zotique
Tel: 270-3604
TROIS-RIVIERES
987, rue St-Maurice 378-8387
SHERBROOKE
22 nord, Wellington
SOREL
101, rue Charlotte
HAWKESBURY
Mall Shopping Center

PAGE C 12 — DIMANCHE-MATIN — 4 AVRIL 1976

Les télécouleurs compacts Trinitron Sony

Télécouleur Trinitron Sony KV-1203

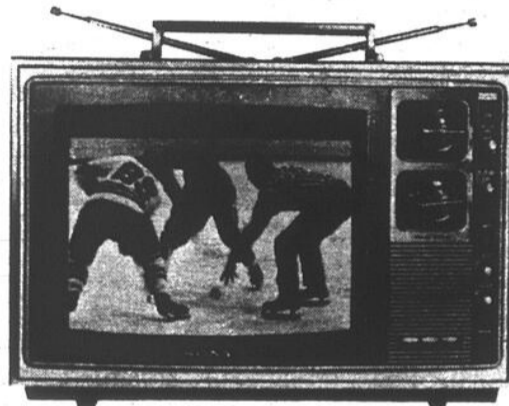


image simulée

Cet appareil possède toutes les qualités qui assurent aux autres télécouleurs Trinitron de Sony une image superbe et un fonctionnement à toute épreuve. Ecran de 12 pouces (en diagonale). Couleur automatique. Entièrement transistorisé et muni de l'interrupteur intégral Econoquick Sony qui élimine tout gaspillage d'électricité.

\$479⁹⁵ OU MOINS

Télécouleur Trinitron Sony KV-1501

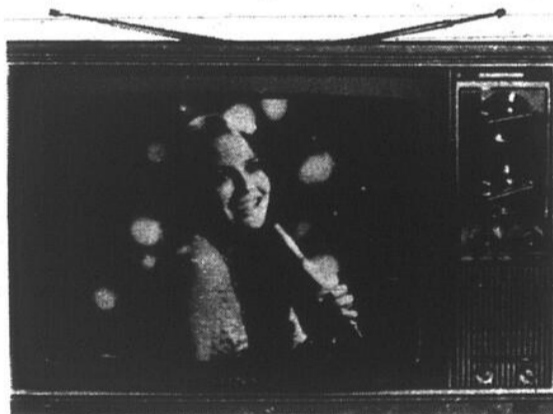


image simulée

Télé Trinitron portatif à canon unique de réelle valeur Sony. Ecran de 15 pouces (en diagonale). Réglage automatique des couleurs. Entièrement transistorisé. Interrupteur intégral Econoquick Sony éliminant tout gaspillage d'électricité. Couleurs brillantes. Prête à fonctionner. Qualité Sony à prix avantageux.

\$549⁹⁵ OU MOINS

Télécouleur Trinitron Sony KV-1740

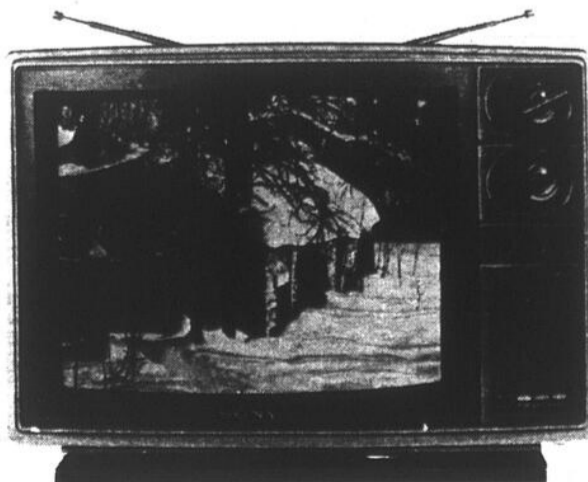


image simulée

Appareil portatif Sony à grand écran. Le fameux tube à déviation Sony à grand angle de 114 degrés comporte un écran de 17 pouces (en diagonale); profondeur de 15 pouces seulement de l'avant à l'arrière. Image Trinitron brillante et précise. Interrupteur intégral Econoquick. Réglage fin automatique. Le montage entièrement transistorisé assure un fonctionnement à toute épreuve.

\$699⁹⁵ OU MOINS

Les télécouleurs Trinitron Sony sont tous munis d'une garantie globale de 2 ans sur les pièces et la main-d'oeuvre. Passez chez votre dépositaire Sony.

SONY OF CANADA LTD.

Montréal • Toronto • Ottawa • Winnipeg • Calgary • Edmonton • Vancouver

Décoration raffinée avec des draps

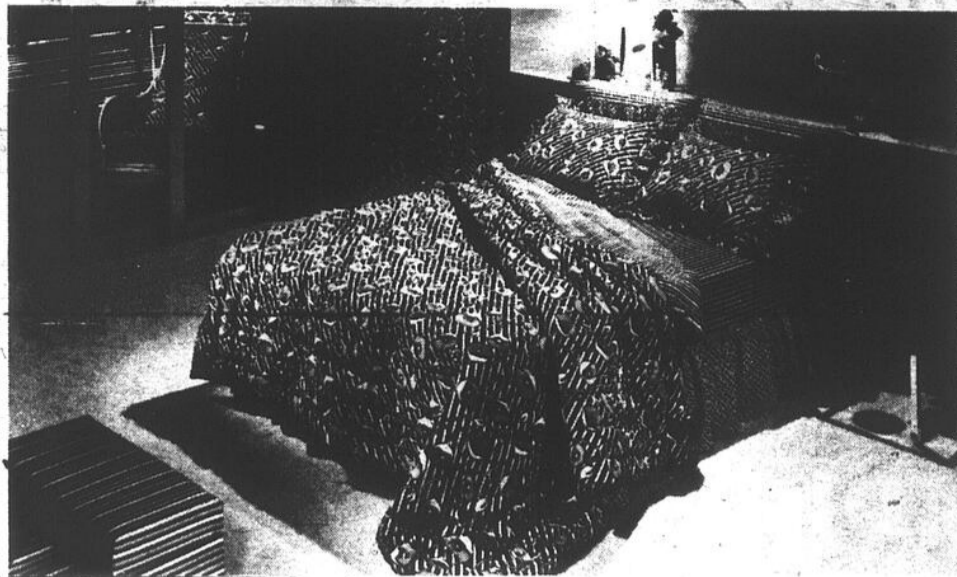
Il est souvent facile de décorer à peu de frais... avec des idées originales. Il suffit de les trouver. Une décoratrice diplômée de l'Université de Washington sera les 12 et 13 avril prochains, de 11 h 30 à 13 h 30, au 5e étage du magasin Eaton, centre-ville pour expliquer comment décorer avec des draps.

Mme Judy Lindahl se sert des draps "Nations des Nations" de Fieldcrest pour réaliser une décoration adaptée à presque toutes les pièces d'un appartement: chambre, salle de bains et même salon.

Judy démontrera lors de mini-conférences, des techniques assez nouvelles. Par exemple, comment couvrir une tête de lit, encadrer des tableaux ou des reproductions, tendre un mur, confectionner des abat-jour, comment habiller des tables, faire des coussins-harem, des stores et des paravents pliables...

Armée d'outils très simples comme pistolet-brocheuse, éponges, amidon liquide, fer à repasser adhésif-vaporisateur, elle exécutera ces tâches simples mais demandant un certain doigté et de la technique. Judy se fera, par ailleurs, un plaisir de répondre aux questions de détails de son auditoire.

Cette décoratrice a déjà rempli les fonctions de styliste-mode pour les patrons Simplicity elle est maintenant à l'emploi de la maison Fieldcrest et, à ce titre, a fait récemment une tournée dans les Etats-Unis pour démontrer ce nouvel emploi de draps à motifs modernes et ensoleillés.



Accord
des
coquelicots
et
des
rayures
pour
cette
chambre
moderne

Les télécouleurs compacts Trinitron Sony



Télécouleur Trinitron KV-1740 de Sony

Pour la gamme complète des téléviseurs,
stéréos, magnétophones et radios SONY

VOYEZ



CITÉ ÉLECTRONIQUE Inc.

Montréal
3185, Hochelaga
525-2551

Montréal
Place Versailles
351-1500

Montréal-Est
9797, Hochelaga
645-7461

Longueuil
2187, De La Province
527-8943

Laval
Centre d'achats
Laval 681-2573

Laval
Centre d'achats
Duvernay 661-9403

Québec
383, Canardière
529-5793

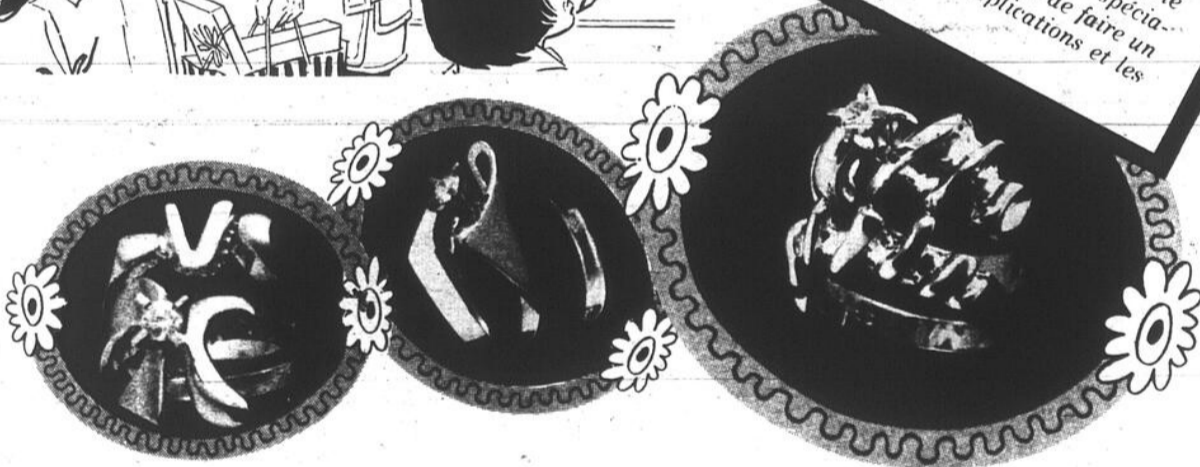
Sherbrooke
918 ouest, King
569-9908

Trois-Rivières
Matteau, 2045, Royale
375-4779



VOTRE
CADEAU
DE PÂQUES
UN BIJOU L.S.M.
LES PLUS GRANDS MANUFACTURIERS
DE BIJOUX POUR TOUTE LA FAMILLE

La sagesse exige que vous agissiez avec prudence dans le choix de bagues à diamants. Venez consulter nos spécialistes qui sauront vous conseiller sur la façon de faire un tel achat, en vous donnant toutes les explications et les garanties nécessaires.



Les Manufacturiers de Bijoux



Diamantaires

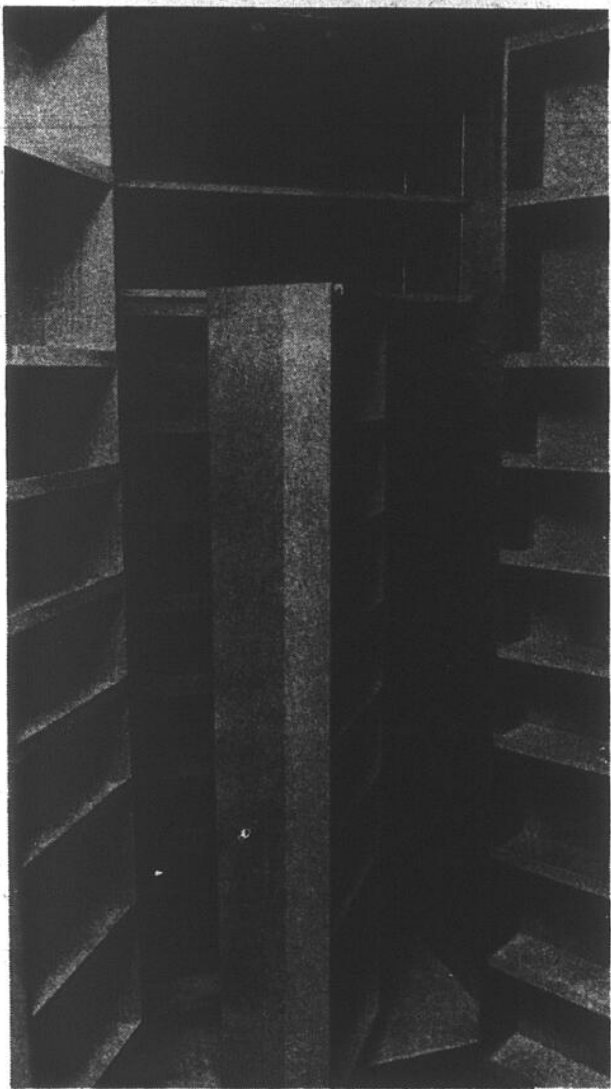
SUCCURSALE
461, rue NOTRE-DAME
REPENTIGNY
581-0080

SIÈGE SOCIAL
3555 est. boul. MÉTROPOLITAIN
Suite 200 - MONTRÉAL
374-3220

SUCCURSALE
4, rue PAIEMENT
STE-GENEVIÈVE, P.Q.
620-1660

Manufacturiers de bijoux pour hommes et femmes. Tels que signes du zodiaque, nefertiti, madones, croix, chaînes, bracelets, breloques. Ensembles bagues à diamants, bagues de fiançailles, bagues exclusives telles que serties de diamants, saphirs bleus, émeraudes, rubis. Exécution de modèles exclusifs sur demande.

MESSIEURS MARTIN LARIN ET SABOURIN
VOUS INVITENT À VENIR VOIR
LEUR NOUVELLE COLLECTION



Un placard à surprises: 6 ou 8 surfaces de rangement. Une cuisine peut coûter de \$2,000, \$4,000 à \$8,000 et plus selon les demandes.

"J'aime mieux rester dans ma cuisine..."

Par Josette Bourbonnais
Photos: Pierre La Salle

On comprend mieux la chanson quand on visite des cuisines de rêve où tout a été pensé pour éviter le maximum de difficultés et de travail à la ménagère. Cuisines de rêve où tout a été pensé, calculé, étudié pour un maximum d'efficacité, un minimum de perte de rangement et un minimum d'efforts avec un grand maximum de concentration des tâches. Car tout dans les cuisines-meubles du Service de Rénovation Métropolitain, 4058 ouest, Jean-Talon, est conçu avec des soucis de "minimum" et de "maximum" qui peuvent faire la joie comme le désespoir des femmes.

Tout d'abord "Quaker-Maid" sont "créées" pour chaque client en 16 modèles de portes, 4 bois différents (pécan, pin moucheté, chêne et cerisier) et une vingtaine de couleurs ou teintes (y compris pastels). Les surfaces de rangement sont incroyables: des armoires de coin à double révolution pour l'épicerie, des placards immenses à 6 et même 8 rangées de compartiments installés dans des doubles portes tournantes... Des tiroirs larges comme ceux des commodes de chambre et de tout petits pour les objets plus petits, des compartiments pour les accessoires électriques et des glissières escamotables pour poubelles, etc... Plus rien ne traîne, que les objets décoratifs, séries d'assiettes ou de casseroles de cuivre! Des hottes recouvertes du même bois que les portes, une petite bibliothèque-bureau pour la gastronome, les galeries pour les collections et, surtout, une résistance à toute épreuve, ne serait-ce que les glissières guidées en acier des tiroirs!... A noter que le Service de rénovation effectue des devis précis pour chaque cas personnel, sans frais et sans obligation.



Plaques tournantes des armoires de coin.

boutique **AMOUR**

ATTENTION!

**DÉFILÉ DE MODE
AU CANAL 10,**
A L'INTÉRIEUR DU PROGRAMME
"POUR VOUS MESDAMES"
**MARDI,
LE 6 AVRIL
À 10 h 30 A.M.**

MESDAMES,
Notre collection du printemps est
de toute beauté.

Wyncham

NOTRE SPÉCIALITÉ:
FORTES TAILLES
16 1/2 à 32 1/2 — 36 à 52

master charge **CHARGE X**

PLACE VERSAILLES
7275 EST, SHERBROOKE
352-5940

Tirage pour la fête des Mères
Un magnifique set de salle à manger, style canadien,
ACTUELLEMENT EN MONTRE À NOTRE BOUTIQUE,
sera tiré le samedi 8 mai 1976. Tout achat de \$25.00
minimum donnera une chance de gagner, un achat de
\$50.00, 2 chances, etc. Il s'agit d'une œuvre origina-
le de M. Jean-Pierre Viens, artisan de Ste-Jovite.

Wyncham

PAGE 14 — DIMANCHE-MATIN — 4 AVRIL 1976

**PROCUREZ-VOUS
LE BIJOU
DE VOS RÊVES**

AUX FUTURS MARIÉS

avant d'acheter vos bijoux,
venez nous consulter
faites un choix judicieux
vous obtiendrez:

qualité,
bon goût,
les meilleurs prix

Bijoux or: breloques,
zodiaques. Montres
Seiko, Bulova et
Girodau. Bijoux de
nouveau

**le plus grand choix de
cristal, horloges,
cadrons, caméras**

83 553
89 2014
83 762

LES IMPORTATIONS C.M. LTÉE

**5975, BOUL. MONK, VILLE-ÉMARD
À DEUX PAS DE LA VOIE RAPIDE DÉCARIE**

TÉL: 769-8815



"L'offre était tellement bonne que j'en ai acheté deux"

À L'OCCASION DE PÂQUES

ROXY

VOUS FAIT DES OFFRES
QUE VOUS NE POUVEZ REFUSER...

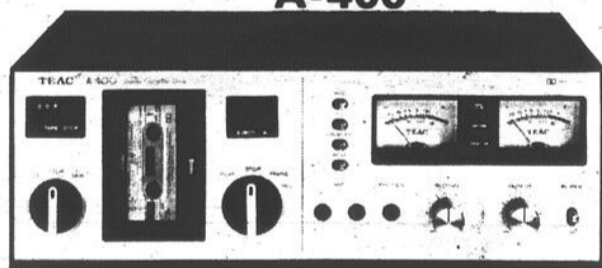
SPÉCIAUX INCOMPARABLES
SUR LES MAGNÉTOPHONES...

TEAC



BOBINES CASSETTES et
MONDIALEMENT CONNUES

A-400



- Têtes: 2 (effacement et enregistrement/lecture)
- Moteur: Courant continu asservi.
- Pleurage et scintillement (pondéré eff.) 0,08%
- Réponse en fréquence (Hz) (bande CRO2) (haute-énergie) 30-16K
- Rapport signal/bruit (dB): 60dB (pondéré avec Dolby)
- Indicateur de niveau: Deux UVmètres. Indicateur de crêtes à LED
- Entrée: 2 microphone: 0.25mV/-72 dB (600-10K Ohms). 2 ligne: 0.1V 50K Ohms ou plus.
- Sortie: 1 sortie casque jack (80) 2 sorties ligne 0.3V pour charge de + 10K Ohms
- Alimentation* 100/117/220/240 V 50/60Hz 11W.
- Dimensions (1xhxp) mm 440 x 155 x 285.
- Poids / Kg: 6

PRIX SUGGÉRÉ
\$449.



A-2300 SD



Le réducteur de bruit Dolby B* a été intégré à l'électronique du A-2300SD Caractéristiques:

- Standard: 1/4 piste, 2 canaux stéréo.
- Têtes: 3 (lecteur/enregistrement/effacement)
- Moteurs: 3 (1 synchrone à hystérésis pour cabestan/2 asynchrone pour bobines)
- Bobines: 18 cm
- Vitesse: 19/9.5 cm/s (±0.5%)
- Pleurage et scintillement (pondéré, efficace): 0.08% à 19 cm/s; 0.1% à 9.5 cm/s
- Réponse en fréquence (Hz) Bande haut niveau: 40-24k 3 dB 19 cm/s; 40-16k 3 dB 9.5 cm/s
- Rapport signal/bruit: 58 dB (65 dB pondéré & 3% distorsion) 65 dB (74dB pondéré & 3% de distorsion) avec Dolby

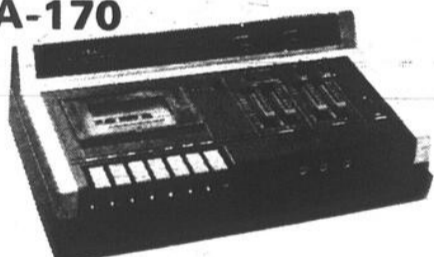
PRIX SUGGÉRÉ
\$998.



- Distorsion harmonique: Inférieure à 1% à 1 kHz, niveau de modulation normal

NOUVEAU!
POUR LA PREMIÈRE
FOIS AU CANADA

A-170



Même avec son prix abordable le A-170 est issu de la technologie TEAC. Caractéristiques:

- Têtes: 2 (effacement et enregistrement/lecture)
- Moteur: courant continu asservi
- Pleurage et scintillement (pondéré eff.) 0,09%

PRIX SUGGÉRÉ
\$329.

- Réponse en fréquence (Hz) (bande CRO2) (haute-énergie) 30-16K
- Rapport signal/bruit (dB) 60 dB (pondéré avec Dolby)



QUANTITÉS
LIMITÉES

INCROYABLEMENT RÉDUIT
PRIX
10 à 25% +

GRATUIT

UN CASQUE D'ÉCOUTE
STÉRÉO TEAC HP100, D'UNE
VALEUR DE \$50. AVEC L'ACHAT
DE L'UN OU L'AUTRE DE CES
TROIS APPAREILS "TEAC"... CHEZ
ROXY!



ROXY

331, boul. STE-ROSE

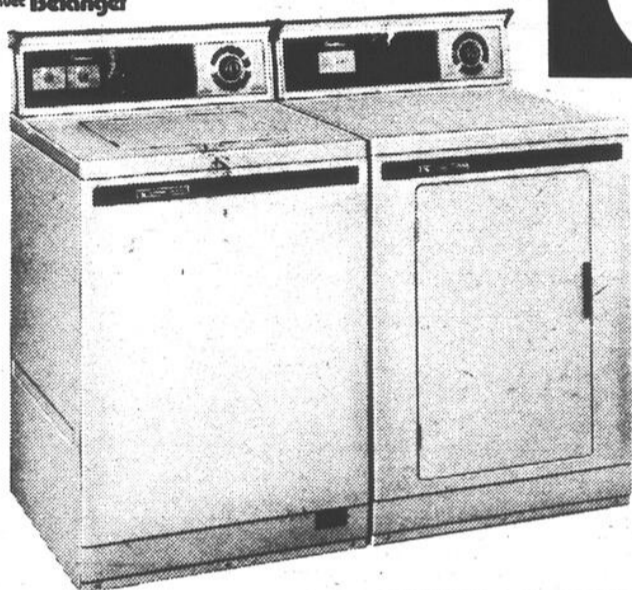
627-3995 — 627-2629

LES PRIX... NOUS NE LES RENCONTRONS PAS... NOUS LES BATTONS!

125 MAGASINS

Ah!
mes beaux
Bélanger

l'esprit
olympique
avec Bélanger

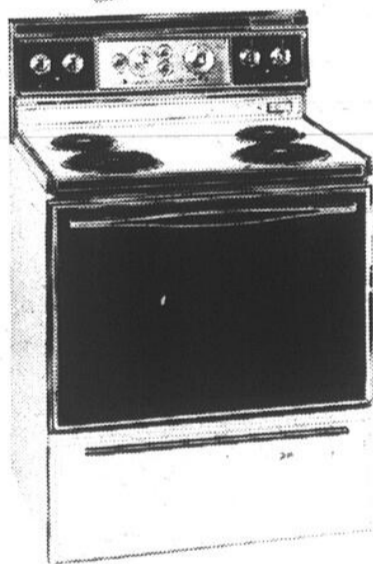


**LAVEUSE & SÈCHEUSE
CHÂTELAINE
LAVEUSE MOD. BL. 2698**

Panneau de contrôle illuminé / 5 cycles de lavage / bouton sélecteur de lavage / 4 contrôles de la température de l'eau / 4 combinaisons de vitesses de lavage-essorage / 3 contrôles du niveau de l'eau / filtre à charpie et distributeur d'agent de blanchiment !

SÈCHEUSE MOD. BS. 2698

Panneau de contrôle illuminé / bouton sélecteur de tissus / 4 choix de température / filtre à charpie circulaire / repassage permanent / avertisseur visuel pour filtre à charpie !



**CUISINIÈRE "BON APPÉTIT"
MODELE BB. 4799B**

CARACTÉRISTIQUES DE LA SURFACE DE CUISSON:

Tableau de commande vitré éclairé / Four auto-nettoyant pyrolytique et lampe-témoin: F: Minuterie automatique avec cuisson différée, cuisson et garde-chaud / Horloge de 24 heures ! Minuterie / Lampe-témoin de four. Prise de courant chronométrée / Éléments de surface détachables et réglables à volonté.

CARACTÉRISTIQUES DU FOUR:

Four auto-nettoyant pyrolytique / Élegante porte de tour en verre noir / lèchefrite et grill / porte de tour, grilles et tiroir détachables / 2 grilles ajustables.

**PARTICIPEZ
AU GROS
LOT DE**

\$10,000⁰⁰

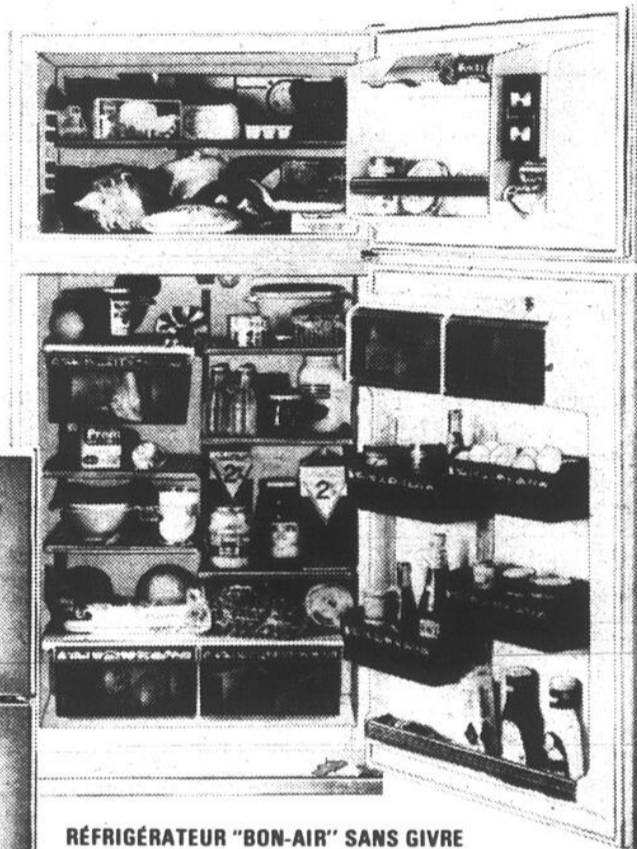
Bonne Valeur

BV

MAGASIN
DE MEUBLES

FURNITURE
STORE

Best Value



**RÉFRIGÉRATEUR "BON-AIR" SANS GIVRE
16.3 pi. cu. MODÈLE BF-1697**

**CARACTÉRISTIQUES DE LA SECTION
CONGÉLATEUR:**

Une capacité de 155 lb. / distributeur de jus congelés / étagère pour jus congelés / étagère de porte / tablette ajustable / 2 tiroirs à glace / bac à glace / contrôle de refroidissement / diffuseur d'air réglable.

**CARACTÉRISTIQUES DE LA SECTION
RÉFRIGÉRATEUR:**

6 étagères amovibles et ajustables en porte-à-faux / bac à oeufs, en porte-à-faux / 1 étagère standard / spacieux tiroir à viande et légumes jumelés / compartiment à beurre à température réglable / beurrier / compartiment à fromage / 3 étagères de porte ajustables; en porte-à-faux.

*Les appareils ménagers
Bélanger...*

*Un événement
dans votre cuisine!*

UTILISEZ CE COUPON



**SUPER CONCOURS EXCLUSIF
AUX
MARCHANDS BONNE VALEUR
UNE VALEUR GLOBALE DE
\$10,000**

INCLUANT MEUBLES ACCESSOIRES
ÉLECTRIQUES ET UN VOYAGE

TRIMESTRIEL
POUR DEUX PERSONNES
TIRAGE LE 23 DÉCEMBRE 1976

NOM

ADRESSE

VILLE

TEL.

Que veut dire les lettres BV

BONNE VALEUR

REPARTIS A TRAVERS TOUTE LA PROVINCE