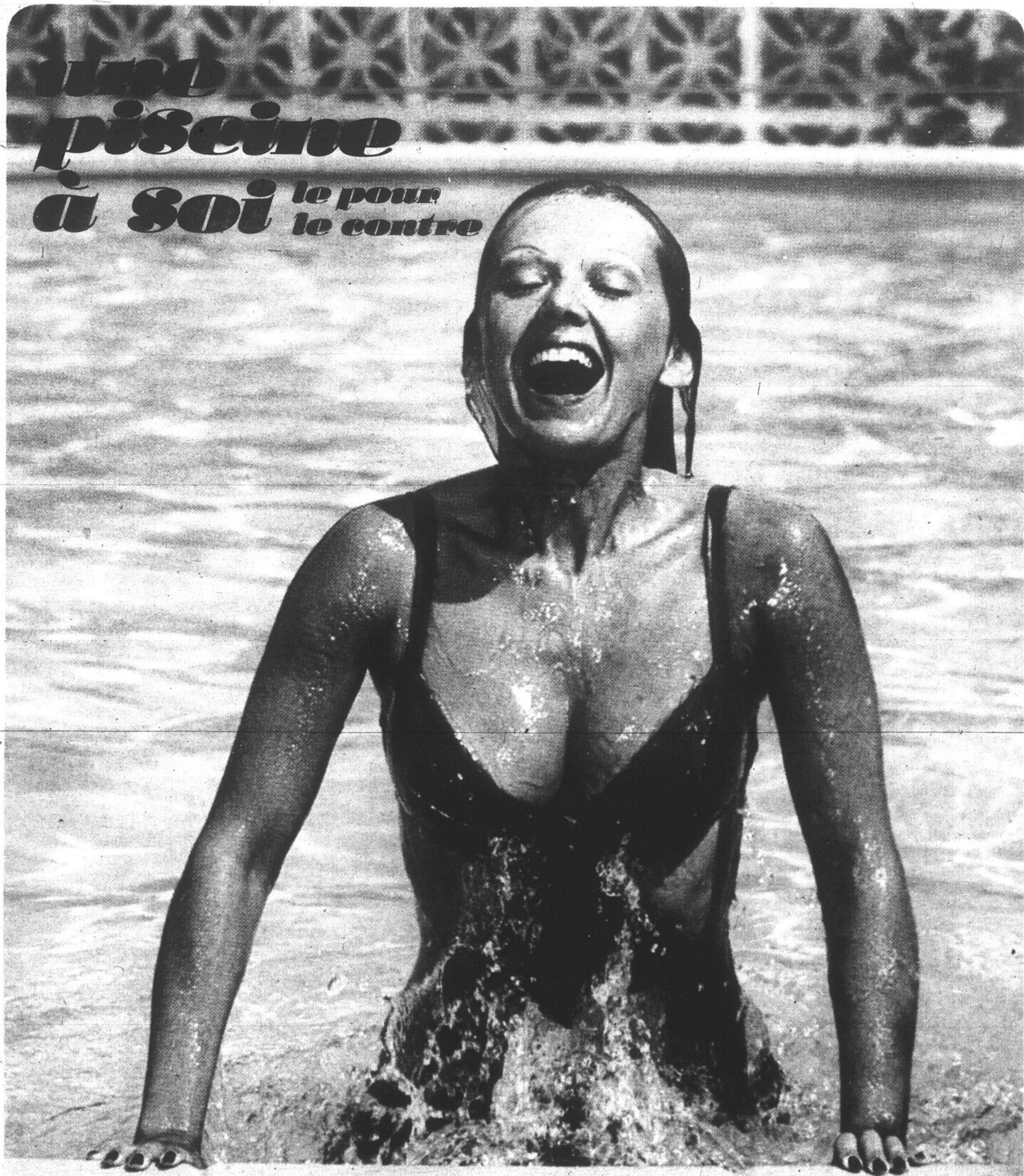


# CONSOmmuction

*une  
piscine*

*à soi le pour  
le contre*



# une piscine...

## achat

par André Bastien

Il est encore trop tôt pour sortir des boules à mites les maillots de bain, mais, si on en croit les commerçants, le temps est venu de penser à l'été.

Les fabricants et les distributeurs de piscines battent le rappel de leurs clients, annonçant à pleine page, dans les journaux, des "spéciaux" pré-saison — modèles 1974 offerts, disent-ils, au prix de 1974 —, brandissant le risque d'une nouvelle augmentation des prix.

### Un nouveau besoin

Cette campagne publicitaire hâtive aura certes retenu l'attention des consommateurs qui songeaient déjà à faire l'acquisition d'une piscine, mais elle aura également acquis de nouveaux adeptes à la cause de la "saucette maison".

Les fabricants de piscines ont bénéficié au cours des dernières années d'une conjoncture favorable.

Les services de protection de la santé ont fermé une à une les plages situées à proximité des grands centres; celles qui échappent encore à la règle commune sont généralement bondées dès les premiers beaux jours, de même que les piscines publiques, construites en trop petit nombre.

Et puis, pour le consommateur enclin à ménager ses pas, l'attrait est grand de posséder sa piscine bien à soi. Encore faut-il avant de poser ce geste connaître le pour et le contre, afin que le rêve ne se transforme pas rapidement en cauchemar.

### Les coûts réels

A première vue, le prix d'achat d'une piscine "hors de terre" semble à la portée de plusieurs familles.



Une piscine bien à soi...

forme	dimen- sions	struc- ture	prix
ronde	15'x42"	acier	\$395
ronde	18'x48"	acier	\$649
ovale	20'x15'x48"	acier	\$699
ronde	15'x48"	acier	\$740
ronde	18'x48"	acier	\$749

P.S.: prix tirés de réclames publicitaires publiées à la mi-février.

Ces coûts varient en fonction du matériau employé pour la fabrication de la structure. Il faut compter 20 pour 100 de plus pour une structure en aluminium; 50 pour 100 de plus, avec l'emploi de la fibre de verre.

Les fabricants offrent d'autres modèles aux dimensions encore

plus respectables, mais les prix grimpent rapidement:

### OVALE (aluminium)

- 18' x 12' x 48" \$1,070.
- 24' x 15' x 48" \$1,370
- 30' x 15' x 48" \$1,550.
- 33' x 18' x 48" \$1,770.

Si généralement la piscine est livrée avec un filtreur et l'équipement d'entretien, il faut prévoir un déboursé supplémentaire pour la préparation du terrain et le montage des divers éléments. Ce montant varie entre \$250 et \$400, parfois davantage si la nature du terrain exige des travaux plus importants.

### Les coûts indirects

L'aménagement du terrain aux abords de la piscine, l'achat d'équipement: plongeur, bouées, chaises de jardins, glissade, etc. et

les frais d'entretien viennent gonfler une note déjà passablement élevée:

### PRIX MOYENS

- filtreur (s'il n'est pas inclus): entre \$100 et \$150;
- Equipement d'entretien: \$50.
- Chlore et autres produits chimiques: \$50 pour un été.

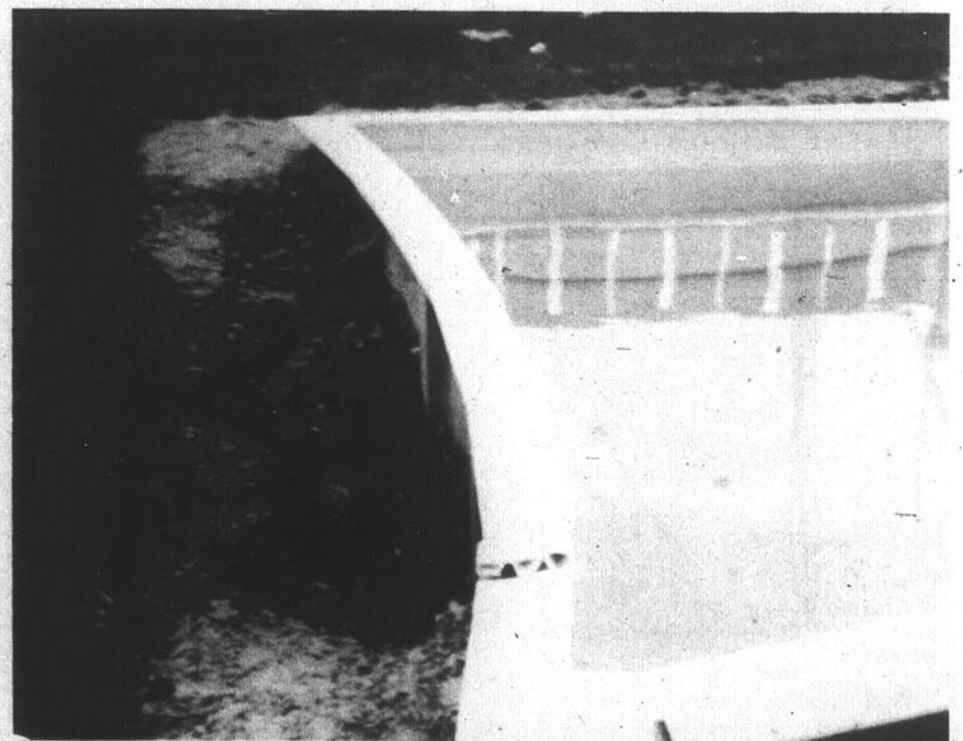
A cela, il faut encore ajouter une hausse de la "taxe d'eau" si vous possédez un compte; une hausse générale de taxes (foncière et scolaire et de service) si vous avez opté pour une piscine creusée; les frais d'assurance et le coût d'érection d'une clôture aux abords de la piscine.

Un dernier conseil en terminant: taisez soigneusement votre achat, sinon gare! Parents et amis vous courtiseront, avec comme résultat une hausse de vos factures d'épicerie.



### Un garage honnête

n.d.l.r. — Tous nos lecteurs auront certes compris que nous avons publié par inadvertance la photographie du terrain de la compagnie A. et L. Robert Automobile Inc., en page C3, de notre édition du 2 mars. Dans cette page, nous traitons des entreprises qui utilisaient la voie des "petites annonces" pour échapper à l'inquisition des agents de l'Office de protection du consommateur. L'entreprise A. et L. Robert n'était point concernée dans cette affaire et seule une erreur au montage peut expliquer la présence de la photo de son terrain dans nos pages. L'erreur est d'autant plus grande qu'il s'agit d'un concessionnaire réputé honnête de la compagnie Chrysler.



Une fuite d'eau peut être désastreuse.

# Choix

Qu'il est loin le temps de notre enfance où, par une chaude journée d'été, on ne savait trop pourquoi un col bleu, précédant une cohorte d'enfants en liesse, venait ouvrir une borne-fontaine.

Tous les jeunes du quartier, sans doute alertés par un sixième sens, accouraient en maillots pour se lancer dans une ronde bruyante autour du jet tombant sur l'asphalte brûlante.

Les temps ont bien changé nous dit la publicité! Désormais, chacun peut profiter des plaisirs de la nage sans devoir compter sur la venue d'un employé du service d'aqueduc ni sans devoir faire la queue à la porte d'une piscine publique. Chacun peut avoir sa piscine bien à lui, pour "une chanson" ou presque!

## Pour tous les goûts

Le prix d'achat d'une piscine aux dimensions respectables varie entre \$400 et \$4,000 à \$5,000; ce prix peut atteindre toutefois \$25,000 pour une piscine creusée; \$200,000 il s'agit d'une piscine intérieure pour "nantis".

Si votre budget est modeste, vous pouvez opter pour un modèle hors de terre dont la structure extérieure est constituée de montants en acier recouvert d'une ou deux couches de peinture anti-rouille. Une toile de vinyle complète cet ensemble. Règle générale, le commerçant inclut un équipement complet pour la purification de l'eau.

Aux dires des spécialistes, vous devriez vous méfier des égratignures sur le revêtement extérieur; la rouille pourrait s'y installer à demeure.

Durant l'hiver, vous devrez laisser de l'eau dans la piscine, mais le gel aura toutefois un effet néfaste à long terme; bien que ne possédant pas de données précises sur cette question, certains affirment qu'il réduit la durée du produit.

En payant 30 ou 40 pour cent plus cher, vous pouvez choisir un modèle constitué d'une toile de vinyle et de montants en aluminium. Ce métal résiste à la rouille.

Les consommateurs soucieux de "qualité à tous prix" choisiront la fibre de verre, avec revêtement extérieur en acrylique, en payant 50 pour 100 de plus que pour les modèles avec ossature en acier.

L'acheteur de ce genre de piscine bénéficie d'un certain nombre d'avantages dont une garantie de cinq ans sur l'ensemble. Il peut vider sa piscine l'hiver, éliminant ainsi tous risques de bris par le gel.

Pour tous ces modèles, la profondeur d'eau est d'environ 4 pieds, 45 pouces pour être exact. Il est possible toutefois de faire creuser le sol au centre pour obtenir une profondeur de 5 pieds, moyennant une dépense supplémentaire — entre \$100 et \$150 — au moment de l'installation.

## Pour tous les budgets

Certains n'hésiteront pas à dépenser \$3,000 ou \$4,000; pour ce prix, ils obtiendront une piscine creusée.

Les modèles les moins coûteux sont constitués d'une toile de vinyle et de parois en bois ou en métal.

Un problème existe et il est de taille: si, pour une raison quelconque — un chien tombé dans la piscine et perçant la toile avec ses griffes — le niveau de l'eau baisse, la terre de remplissage sur les bords extérieurs, n'étant plus retenus par la pression du liquide, brisera les parois.

Des fabricants offrent à des prix plus élevés des piscines en fibre de verre. A surveiller toutefois: sous l'action combinée de l'eau de pluie et de la pression, le sol sous la partie la plus profonde de la

piscine peut s'enfoncer légèrement, provoquant ainsi des bris sur le pourtour.

Les piscines en béton avec parois de fibre de verre ou "tout béton", béton coulé ou béton soufflé, sont certes les plus coûteuses, mais les

avantages valent largement leurs prix.

"C'est du solide, de dire l'un des fabricants, et cela, en dépit de la nature du sol. Nous pourrions vous construire une piscine dans un marécage, tout en vous offrant une garantie de dix ans sur l'ensemble".



# Installation

Le prix d'installation d'une piscine hors de terre varie entre \$250 et \$400; certains consommateurs voudront économiser cette somme en effectuant eux-mêmes le travail.

Interrogé à ce sujet, M. Ken Valois, président de Val-Mar, un important fabricant québécois de piscines, a déclaré qu'il vaut mieux faire appel à un spécialiste en raison des problèmes de sol qui peuvent se présenter.

Ceci étant dit, il a bien voulu donner quelques conseils à ceux qui tenteront l'aventure.

L'emplacement choisi pour l'installation de la piscine doit être plat; toutefois, si le terrain est accidenté, il peut être nivelé sans risque.

Pour enlever la tourbe, marquez le périmètre de la piscine en utilisant une corde d'une longueur représentant son rayon: vous devez

en premier lieu localiser le centre et planter un piquet dans la terre; en second lieu, placez un clou au centre du piquet où vous attacherez votre corde. Par ce moyen, vous pourrez délimiter le périmètre en utilisant de la farine, du sable blanc ou des piquets de bois.

Vous devrez par la suite enlever la tourbe — elle pourrait dégager de mauvaises odeurs — et le surplus de terre aux endroits plus élevés.

L'empiètement pour la paroi de la piscine peut être constitué de ciment, de blocs de ciment ou de sable. Pour ce dernier matériaux, il suffit de creuser une tranchée de 4 pouces de hauteur par 6 pouces de largeur et de la remplir avec du sable fin ou du sable à brique.

Il est très important que le terrain supportant les parois de la piscine soit plat. Un empiètement au niveau rendra l'installation plus plaisante à

la vue et permettra un bon fonctionnement d'entretien.

Avant de débiter, le consommateur devra lire attentivement les instructions du manuel d'installation généralement fourni par le fabricant.

Une fois votre base terminée, vous apportez toutes les pièces à l'endroit de la construction, tout en les plaçant dans l'ordre du montage. Vous pourrez ainsi vérifier s'il manque des pièces ou si l'une d'entre elles est endommagée.

Une couche de 3 pouces de sable fin suffit généralement pour recouvrir le sol qui accueillera la piscine. Il doit être étendu uniformément pour éviter des renflements sous la toile de vinyle.

Au moment du remplissage, veillez à l'élimination des plis; un pouce d'eau suffit pour vous empêcher de faire soigneusement ce travail.

Tout objet tranchant doit être

tenu loin de la piscine. Il faut vous assurer également que les échelles installées ne sont pas coupantes et qu'elles ne perceront pas la toile.

Un circuit permanent (sous-terre) raccordé à un détecteur de mise à la terre est préférable. Un circuit de 15 ampères sera suffisant. S'il n'y a aucun circuit permanent, le raccord au moteur peut être effectué à l'aide d'une extension reliée à une prise de courant située à au moins 10 pieds de la piscine.

Vous devrez vous assurer que la piscine est installée de telle sorte que le moins de saletés de toutes sortes, ramassées par les pieds des baigneurs, ne pénètrent dans l'eau. M. Valois recommande l'installation d'un bain de pied à l'entrée de la piscine.

En terminant, il est important de savoir que les fabricants ne se tiennent pas pour responsables des dommages causés par suite d'une mauvaise installation.



Les bouchers ont parfois de "bons tuyaux".

### Par André Bastien

A la suite de la publication de notre relevé de prix dans l'édition du 16 février, la direction de la publicité et des promotions de la chaîne en alimentation Métro a déclaré dans une lettre qu'elle s'expliquait difficilement la comparaison de certains prix qui paraissaient dans ce tableau et dont l'écart n'aurait pas rendu justice aux marchands du groupe.

"Chez Métro, lit-on dans cette missive, le département des viandes est grandement désavantagé dans votre article. Il se peut qu'un manque de dialogue ou d'explication de la part du boucher de service chez notre marchand Métro, lors de votre enquête, en soit la cause".

"afin de rendre justice à tous et de permettre des relevés de prix plus précis, le bureau chef Métro serait heureux de mettre à votre disposition les services d'un technicien en viande qui pourrait vous fournir des explications et des comparaisons que vous apprécierez sûrement et qui vous permettront de renseigner vos lecteurs d'une façon encore plus efficace et plus précise".

Nous avons accepté cette "aimable" invitation. Pour dissiper également toute équivoque quant à la valeur de notre relevé, nous avons effectué un nouveau relevé de prix dans un magasin Métro et dans un établissement Richelieu, en accordant une attention toute particulière au comptoir des viandes. Le lecteur pourra juger des prix en consultant le tableau publié ci-après.

Au cours de notre visite chez Métro, nous avons constaté l'absence de certains formats de produits de marque "nationale" là où le magasin offrait un produit de marque "maison"; exemple, le format de 15 oz de ketchup Heinz est remplacé par un produit portant l'étiquette Métro.

Chez Richelieu, le propriétaire de l'établissement a contesté le relevé des prix des aliments offerts à des prix spéciaux. Jugeant du bien-fondé de cette remarque, nous indiquerons désormais dans notre compte rendu les "aubaines".

\* Comme nous l'expliquait le technicien en viande des magasins Métro, M. Flamand, il n'entre dans la composition du boeuf haché aussi bien de la vache — dit boeuf de l'ouest ou boeuf économique — que du boeuf. La qualité des morceaux de viande composant ce produit détermine son prix.

# le prix des aliments



Une conservation rendue difficile...

photo: André Hébert

achetez en petite quantité!

# Oignons

Le prix actuel des oignons dans les marchés d'alimentation favorise les achats en grande quantité. Au niveau du détaillant, le sac de 50 livres se vendait la semaine dernière \$2.85 alors qu'il a déjà atteint \$20. Le consommateur payait pour sa part \$0.69 pour un sac de 5 livres.

Pour cet achat, il faut toutefois se garder d'agir trop rapidement, indépendamment du prix demandé.

Les oignons qu'on trouve présentement sur le marché se conservent difficilement, qu'ils proviennent du Québec ou de l'Ontario.

Aux dires des spécialistes, ce phénomène est lié à la mauvaise température au moment de la dernière récolte. Les pluies et le froid n'ont en rien altéré la qualité de l'oignon, mais ils ont rendu difficile sa conservation. "Le légume n'a pas eu le temps de venir à maturité; dès qu'il quitte l'entrepôt, il aurait tendance à germer".

Le séjour au réfrigérateur éliminerait tous risques de germination, mais en ce domaine, comme dans d'autres, il faut tenter l'expérience pour en avoir le "cœur net".

A moins que votre niveau de consommation soit élevé, il vaudrait mieux acheter les oignons en petite quantité, jusqu'à l'arrivée de la récolte mexicaine, en avril ou mai.



M. Flämmand (photos: André Hébert)

## ERRATUM

Nos lecteurs auront sans doute remarqué une erreur en page C5 de notre édition du 2 mars; dans notre chronique "le prix des aliments", il fallait lire dans le tableau des prix le nom de Dionne Econo-Mart plutôt que celui de Dominion. Cette mention a été faite correctement dans le texte précédant les résultats de notre tournée chez les détaillants en alimentation.

produit	marque	unité	Métro	Richelieu
<b>VIANDE</b>				
Steak de ronde		1 lb	\$1.68	\$1.68
Boeuf haché*		1 lb	\$0.59	\$0.79
Steak haché	extra maigre	1 lb	\$1.58	\$1.79
	maigre	1 lb	\$1.28	\$1.29
Rôti de palette		1 lb	\$0.88	\$0.99
Pot-au-feu		1 lb	\$1.18	\$1.25
T-Bone		1 lb	\$2.18	\$2.09
Côtelettes de porc		1 lb	\$1.30	\$1.35
Côtes de porc		1 lb	\$1.73	\$1.69
Poulet de (3 à 4 lb)		1 lb	\$0.85	\$0.85
Poulet de (5 à 6 lb)		1 lb	\$0.89	\$0.93
Poitrines de poulet		1 lb	\$1.33	\$1.29
Cuisses de poulet		1 lb	\$1.05	\$0.95
Saucisses	La Belle Fermière	1 lb	\$1.05	\$1.23
Bacon	Maple Leaf	1 lb	\$1.41	\$1.49
<b>LÉGUMES</b>				
Oignons		5 lb	\$0.69	\$0.69
Céleri	Californie gros. 24		\$0.39	\$0.39
Laitue			\$0.49	\$0.45
Tomates	Floride no 1	5 lb	\$0.69	
	Mexique no 1	2 lb		\$0.99
Pommes de terre	Ile-du-Prince-Edouard	10 lb	\$0.69	
	Nouveau-Brunswick	10 lb		\$0.49
<b>CONSERVES</b>				
Café instantané	Maxwell House	10 oz	\$2.39	\$2.39
	Marque du magasin	10 oz	\$1.89	\$2.15
Confiture aux fraises	Kraft	24 oz	\$1.52	\$1.55
Soupe en boîte (riz et poulet)	Campbell	10 oz	\$0.25	\$0.26
	marque du magasin	10 oz	\$0.24	\$0.23
Pêches en boîte	Aylmer	14 oz	\$0.52	\$0.48
Pois en boîte	Del Monte (Can. de fant.)	14 oz	\$0.35	\$0.37
	marque du magasin (Can. de Choix)	19 oz	\$0.28	\$0.36
<b>PRODUITS LAITIERS ET OEUFS</b>				
Lait entier		1 p.	\$0.51	\$0.51
Lait 2 pour 100		1 p.	\$0.49	\$0.49
Beurre	le moins cher	1 lb	\$0.94	\$0.97
Fromage	Cracker Barrel (doux)	8 oz	\$0.72	\$0.77
Crème glacée	marque du magasin	1/2 g.	\$1.29	\$1.30
Oeufs	Gros	1 dz	\$0.74	\$0.77
	moyens	1 dz	\$0.70	\$0.74
<b>PRODUITS DIVERS</b>				
Farine tout usage	Robin Hood	7 lb	\$1.19	\$1.21
Sucre		5 lb	\$2.49	\$2.09
<b>PRODUITS</b>				
Poudre à lessive	Tide	5 lb	\$2.29	\$2.39
Papier hygiénique	Royale de Facelle	2 r.	\$0.53	\$0.53
Javelisant	Javex	64 oz	\$0.68	\$0.69
	marque du magasin	64 oz	\$0.79	\$0.79
<b>HYGIÈNE</b>				

# Courrier

## CONSUMMATION

écrivez-nous!

Le consommateur aux prises avec un commerçant ou un fabricant peu soucieux de la qualité de leurs produits ou désintéressé du service après vente peut faire appel à CONSOMMATION, par écrit. Nous interviendrons directement ou nous dirigerons le consommateur vers les personnes qui l'aideront. Le lecteur doit 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 susceptibles d'intéresser le plus grand nombre possible de lecteurs. Tous les envois doivent être adressés à CONSOMMATION, Dimanche-Matin, 5701, rue Christophe-Colomb, Montréal.

### la rouille

"En octobre dernier, j'ai fait l'acquisition d'une Mercury Marquis, modèle 1971, d'un particulier. Au moment de l'achat, j'avais remarqué sur le côté droit de petits renflements; "de la rouille", me suis-je dit, mais comme les points de rouille étaient peu nombreux, je n'ai pas fait plus attention. D'autres renflements ont fait depuis leur apparition sur le côté gauche et le long de la vitre arrière. Puis-je espérer un remboursement".

M.G.L.  
Vous n'auriez pas dû accepter cette automobile, à moins, bien sûr, que le prix de vente ait compensé largement cet inconvénient. Comme vous avez conclu cette affaire tout en sachant que la rouille faisait déjà son oeuvre, vos recours sont pratiquement inexistantes. Vous pouvez vous adresser au fabricant, mais là encore, vous essuieriez sans doute un refus. Dans cette affaire, il ne faut pas vous attendre à un miracle.

### jouet Mattel: bis

"J'ai fait l'achat d'une machine à coudre Mattel, chez un marchand de jouet de Joliette, au prix de \$14.96. Comme le jouet ne fonctionnait pas, j'ai acheté deux nouvelles cartouches de colle; le problème demeure le même. La colle se change en eau peu après son application sur le tissu. Ou puis-je écrire pour obtenir un remboursement".

M.L.L.  
Comme nous l'indiquions dans notre édition du 23 février, vous pourrez obtenir un autre jouet Mattel correspondant à la valeur de la machine à coudre en retournant le jouet à Mattel Canada Ltd, Place Bonaventure, Montréal.

### produits de beauté

"J'aimerais obtenir des renseignements sur les produits de beauté Maria Gallant. Ces cosmétiques sont très coûteux: une crème de nuit dont le contenu est de 2 onces se vend au prix de \$16.80. Aux dires de mon esthéticienne, les produits de beauté de cette compagnie seraient miraculeux".

Mme F.C.  
Au moment où vous lirez ces lignes, vous aurez sûrement vu notre dossier sur les cosmétiques dans l'édition du 9 mars, en pages C2 et C3. Tous les cosmétiques sont sensés faire des miracles, mais, faut-il le rappeler, ces produits n'ont rien de miraculeux. Un peu d'huile, un peu de parfum, et un peu d'eau, quelques ingrédients mystérieux dans des proportions infimes, n'ont jamais fait disparaître de rides ou de cernes, repousser des cheveux ou affermir les seins. S'il en était autrement, il tomberait sous le coup de la réglementation des drogues.

### l'affaire du bruit mystérieux

Dans notre édition du 2 mars, nous publions la lettre de M. D.P. sous le titre "un bruit mystérieux". En résumé, le signataire de la missive nous informait de ses démêlés avec un concessionnaire de la compagnie Ford Canada. Le représentant de cette entreprise nous avait promis à la suite d'un appel téléphonique, qu'un représentant de Ford Canada visiterait le plaignant. C'est désormais chose faite. M. Fernand Bélanger, représentant de service de Ford Canada a pris contact avec Consommation, après un entretien avec notre lecteur. Un essai sur route de l'automobile ne lui a pas permis de déceler le moindre bruit suspect à des vitesses de l'ordre de 70, 75 et 80 milles à l'heure. "Je dois revoir ce client dès les premiers beaux jours pour un nouvel essai, en espérant que les routes seront en meilleur état. Mais pour l'instant, l'automobile semble en parfaite condition. Le propriétaire dit maintenant que le bruit se fait entendre entre 80 et 95 milles à l'heure, mais il ne doit pas s'attendre à ce que j'essaie le véhicule à cette dernière vitesse. J'ai 36 ans, et je suis encore trop jeune pour mourir".

### une facture trop élevée

Suite à l'étude du dossier de deux jeunes femmes qui faisaient état d'une facture de l'Hydro-Québec dont le montant leur semblait trop élevé (voir notre édition de la semaine dernière), M. André Saindon de la direction des relations publiques de l'entreprise d'Etat nous a fait part des renseignements suivants.

Au cours de la période du 8 octobre au 4 décembre, l'Hydro-Québec a fait parvenir à ses deux clientes une facture pour une consommation qui avait été estimée, puisque le releveur de compteur n'avait pu visiter le local.

Lors de la dernière visite de cet employé, il a constaté une consommation beaucoup plus importante en raison de l'emploi d'un système de chauffage à l'électricité.

La facture contestée comportait un ajustement en fonction de la consommation réelle pendant la période du 8 octobre au 4 décembre.

Si vous possédez un système de chauffage à l'électricité et que vous receviez une facture où la consommation est estimée, nous vous suggérons de prendre contact avec le service

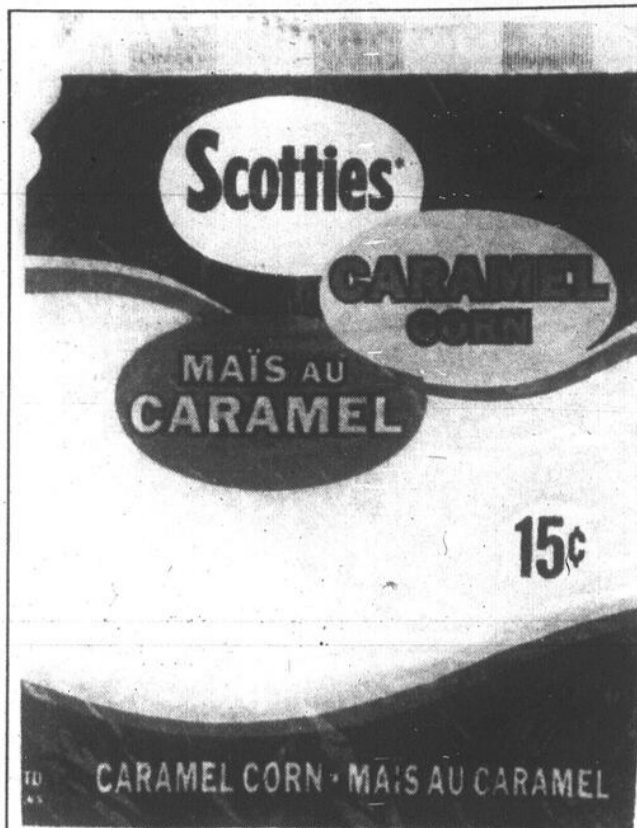
à la clientèle de l'Hydro-Québec. Un releveur de compteur vous visitera régulièrement pour vous éviter une situation semblable à celle qu'ont vécue nos jeunes lectrices.

### la loi des dépôts volontaires

"J'aimerais que vous me donniez quelques conseils. Voici mon problème: il y a six ans, tout n'allait pas rond dans nos affaires. Nous avons beaucoup de dettes en raison de la santé délicate de nos deux enfants. Un spécialiste en matière de budget familial nous a parlé de la Loi des dépôts volontaires et nous avons retenu sa suggestion. Aujourd'hui, nous en avons terminé avec nos créanciers; toutefois, bien que nous ne songions pas au crédit, notre nom demeure entaché. Comme nous pensons acheter une maison prochainement, je voudrais savoir si le fait d'avoir bénéficié de la Loi des dépôts volontaires pourrait nous valoir un refus de la part du prêteur".

Mme M.D.

Nous vous suggérons une visite aux principales agences d'information en matière de crédit de votre région. Ces services qui renseignent les entreprises de prêt peuvent encore ignorer que vous en avez fini avec la Loi des dépôts volontaires. Certains, pour voir leur nom rayé de la "liste noire" des institutions de crédit on fait un léger emprunt dans une banque, sans toutefois dépenser l'argent, pour que, dans le futur, cette expérience de crédit conforme aux normes des prêteurs — argent remis dans les délais — soit notée à leur dossier. Nous ne croyons pas toutefois que cela vous soit utile. Au moment de l'achat de votre maison, nous vous suggérons d'expliquer les raisons qui vous ont obligé à vous prévaloir de la Loi des dépôts volontaires, en faisant la preuve que vous vous êtes libérés entièrement de vos dettes selon les prescriptions de la loi.



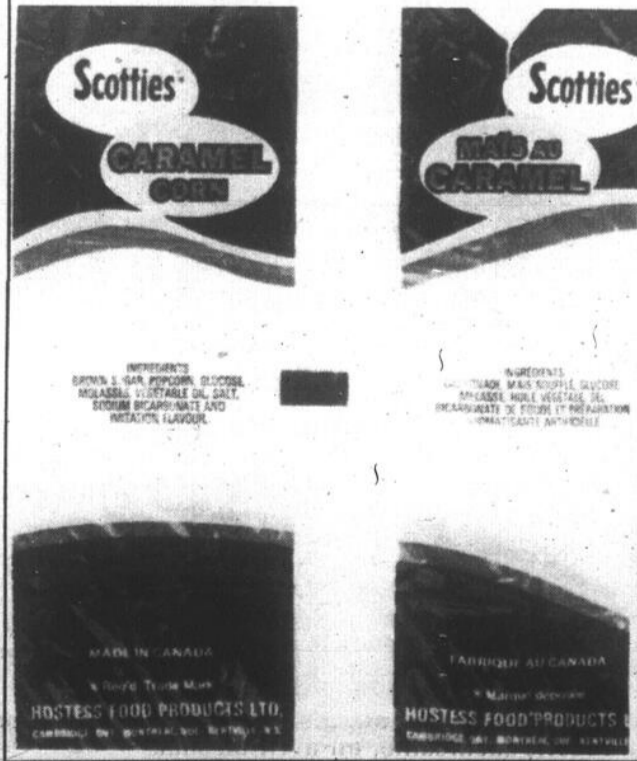
### pour un sac de bonbons

"Est-ce que tous les produits alimentaires doivent présenter leur poids ou leur volume sur l'étiquette. Sinon quels produits ne sont pas soumis à cette loi?"

"Ci-inclus, vous trouverez un sac de "mais au caramel" de la compagnie Hostess Food Products ne portant aucune mention de quantité".

Mlle F.L.

Selon les termes de la loi et des règlements des aliments et drogues, l'étiquette apposée sur un aliment doit porter la marque ou le nom de commerce s'il en existe un; le nom usuel de l'aliment; et à proximité du nom usuel, la déclaration véridique du contenu net en termes de poids, de volume ou de nombre conformément à la pratique habituelle pour désigner cet aliment. Par contre, 13 catégories d'aliments ne réqueraient pas, d'après la loi, la liste de leurs ingrédients sur l'étiquette: les produits de boulangerie, le boudin noir, le boudin rouge, les confiseries, les préparations aromatisantes, les desserts à la gélatine, les sauces d'assaisonnements sans valeur nutritive, les épices à pâtisseries, les épices à marinades, les préparations de colorants d'aniline, les liqueurs douces, le boudin blanc. Une nouvelle réglementation exigera toutefois à compter du 1er mars 1976 que l'étiquette de tous produits alimentaires peemballés porte dans les deux langues officielles, une liste complète d'ingrédients. Le pourcentage de chaque ingrédient devra être indiqué à moins que le fabricant ne préfère donner la liste des composants dans l'ordre décroissant d'importance avant qu'ils ne soient combinés.





NOVELEC

# le prix du succès

par:  
andré  
bastien

Plus de la moitié des maisons résidentielles construites au Québec portent le symbole Novelec. Selon les termes de la publicité de la Ligue électrique du Québec qui décerne ce symbole aux constructeurs d'habitations, les maisons Novelec

doivent correspondre à des normes bien définies quant à l'utilisation de l'électricité: isolation thermique, vaporifuge, ventilation des locaux, portes et fenêtres, systèmes et appareils de chauffage et de réglage, canalisations, éclairage et chauffe-eau. En établissant ces normes de construction, la Ligue électrique n'a point voulu se substituer au législateur. "Ces normes, expliquent un représentant de l'organisme qui regroupe les entreprises oeuvrant dans le domaine de l'électricité — dont, bien sûr, l'Hydro-Québec, complètent les dispositions du Code national de la construction résidentielle, dans le cadre d'un programme d'utilisation plus judicieuse de l'électricité".

Le mot "parcimonieux" serait ici plus judicieux, en regard de la publicité, puisque, somme toute, on promet une économie au niveau de l'utilisation de l'énergie.

Le succès de la campagne de la Ligue électrique du Québec — 2.000 certifications à la naissance du symbole contre plus de 20.000 en 1974 — a obligé les dirigeants à réorienter leur action. Participant à l'élaboration d'un code québécois de la construction, la Ligue électrique du Québec aurait démontré les avantages des normes Novelec au niveau du chauffage et cela, peu importe la nature du combustible.

"Si le gouvernement adopte ces normes, notre travail sera terminé".

Sensible aux critiques formulées à l'endroit des méthodes de contrôle de qualité, le représentant de la Ligue électrique du Québec déclare à ce sujet qu'aucun organisme ne peut accomplir ce que seul le gouvernement peut faire.



M. Gérard Lefèvre

(Photo André Hébert)

Les renseignements qui suivent devraient permettre aux lecteurs de juger de la valeur de ce symbole.

**Nombre de maisons résidentielles de construction récente affichant ce symbole:**

Selon des chiffres approximatifs, près d'une maison sur deux construite au cours des dernières années porterait le symbole Novelec.

**Mode de certification:**

Le constructeur d'habitations doit signer une convention.

**Engagement pris par le constructeur:**

Le constructeur doit respecter lors de l'érection de l'immeuble les normes Novelec existantes pour la catégorie dans laquelle peut être classé cet immeuble.

Il doit aviser le représentant autorisé de la Ligue électrique du Québec en temps utile et chaque fois que cela est nécessaire pour qu'il vérifie si les normes Novelec ont été respectées, et ce, en accordant le délai nécessaire pour ces vérifications.

Le constructeur doit également fournir au représentant les documents et renseignements suivants: vue en élévation de chacune des faces de l'immeuble; vue en plan de chacun des étages types; coupe de chacun des murs extérieurs et des toits; capacité de chauffage installé dans chaque pièce type; capacité en gallons et en kw de chacun des réservoirs d'eau chaude; capacité de chacun des systèmes de ventilation.

En terminant, il doit contresigner le certificat que remet la Ligue électrique du Québec à l'acheteur de la maison.

**Actions de la Ligue électrique du Québec en vue de s'assurer du respect des normes Novelec:**

Des employés de l'Hydro-Québec procèdent à des vérifications selon la technique de l'échantillonnage.

"Le succès de cette campagne de certifications, explique le représentant de l'association, dépasse de beaucoup nos moyens".

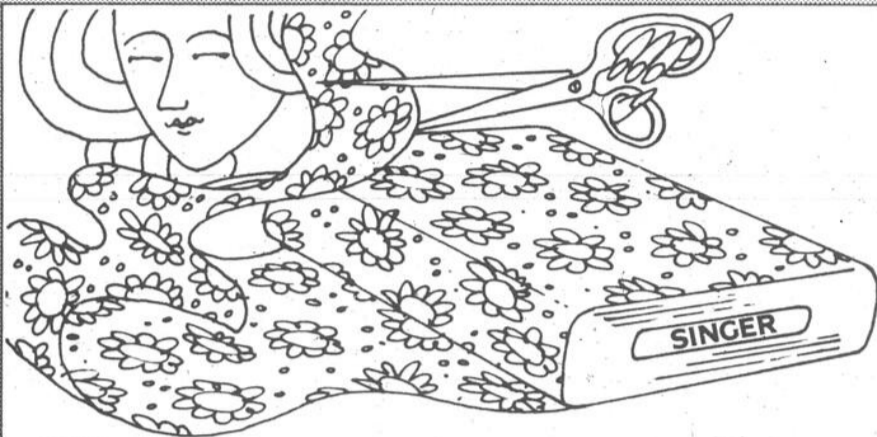
**Actions de l'association lors de la réception d'une plainte:**

Les plaintes des consommateurs seraient nombreuses; elles feraient l'objet d'un examen attentif, mais ne concerneraient pas le non-respect des normes Novelec. Il faut toutefois se rappeler que les normes de ce symbole n'ont aucun caractère obligatoire et que les moyens de représailles de la Ligue électrique du Québec contre un constructeur indélicat sont limités.

**Sources de renseignements:**

Gérald Lefebvre, secrétaire général de la Ligue électrique du Québec.

LA VENTE SURBOUM SINGER



## Singer vous passe la carte de l'épargne sur les tissus.

Regardez un peu ces fabuleux spéciaux de la Vente Surbourn.

\$1<sup>39</sup>

la vge

Velours de coton côtelé très fin 45".  
Ord. \$4.00

\$3<sup>99</sup>

la vge

Gabardine de polyester 60".  
Ord. \$6.00

\$3<sup>99</sup>

la vge

Tricot bouclé extensible 60".  
80% nylon et 20% coton.  
Ord. \$5.00

\$3<sup>99</sup>

la vge

Tricot double à coordonner 60".  
85% polyester et 15% soie.  
Ord. \$5.00

\$3<sup>29</sup>

la vge

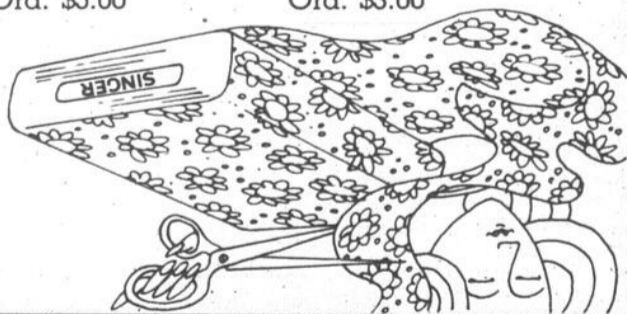
Crêpe de polyester velouté 45".  
Ord. \$5.00

\$1<sup>69</sup>

la vge

Nouveaux imprimés en rayonne 45".  
Ord. \$3.00

NE MANQUEZ PAS CETTE OCCASION UNIQUE DE COUDRE EN ÉCONOMISANT.



# SINGER

Centres de couture

Pour connaître l'adresse du centre SINGER le plus près de chez vous, consultez les pages jaunes à la rubrique: Machine à coudre

*Centre-ville	878-9351
*Ogilvy's	288-8481
*Plaza Alexis-Nihon	925-9492
*Plaza Côte-des-Neiges	731-9429
*Les Galeries d'Anjou	353-6010
*Plaza St-Hubert	270-1196
*Centre Comm. Fairview	697-3380

*1, Place Longueuil	679-4870
Verdun	769-4541
6974, rue St-Hubert	270-3202
Centre Laval	681-6442
Le Carrefour Laval	681-9185
*St-Jean, Québec	1-348-4305

Centre d'achat St-Martin	681-6475
Centre d'achat Boulevard	729-1809
Montréal-Nord	322-3705
Lachine	637-3765
Plaza Ontario	526-1694
5620 ouest, Sherbrooke	488-0887

\*Tissus disponibles à ces magasins

# Coût de la vie

un coup  
d'oeil  
chez le  
voisin

La section des prix internationaux de Statistique-Canada publie régulièrement des indices qui établissent le rapport entre les prix de détail et le coût de la vie dans les pays étrangers et ceux d'Ottawa. Les "indices de poste" ont été créés à l'origine afin de fixer le niveau des indemnités aux fonctionnaires et aux militaires canadiens postés à l'étrangers.

La publication des résultats de la dernière enquête de Statistique Canada nous permet ainsi de jeter un coup d'oeil chez le voisin, bien que les maux qui peuvent l'affliger ne nous fassent guère oublier les nôtres.

Ottawa	100	Mexico (Mexique)	110
Bonn (Allemagne)	120	New York (Etats-Unis)	115
Bridgetown (Barbade)	110	Paris (France)	130
Bruxelles (Belgique)	130	Pretoria (Afrique du Sud)	100
Buenos Aires (Argentine)	115	Rio de Janeiro (Brésil)	110
Canberra (Australie)	110	Rome (Italie)	115
Copenhague (Danemark)	130	San Francisco (Etats-Unis)	110
Frankfurt (Allemagne)	135	Stockholm (Suède)	140
Genève (Suisse)	145	Tokyo (Japon)	155
Londres (Angleterre)	105	Vienne (Autriche)	135
Madrid (Espagne)	110	Washington (Etats-Unis)	105
Marseille (France)	120		

## Singer vous passe une autre main gagnante durant LA VENTE SURBOUM SINGER

**A**



Le meuble Laurentien avec tabouret assorti. 341/443880

Le système exclusif Flexi-Stitch\* vous permet de coudre facilement les tissus d'aujourd'hui. De plus, le dispositif à boutonnières deux-temps, le dispositif à faufilage rapide et le système de reboinage automatique sont incorporés. Épargnez \$90 et commencez votre petit centre de couture chez vous. Ord. \$569.95.

**ÉCONOMISEZ \$90 SUR LA TOUCH & SEW\***

**J**



La machine à coudre Fashion Mate\* \$100 (mallette pratique ou meuble en supplément)

La Fashion Mate\* comprend trois positions d'aiguille vous permettant de coudre les boutons, surjeter et raccommoder sans accessoires. Elle fait aussi les boutonnières. En plus, elle a la canette à l'avant exclusive et le pied presseur à enclenchement.

**K**



La machine à coudre à POINT EXTENSIBLE Stylist\* \$199 (avec mallette pratique)

6 points incorporés; 3 points extensibles, points zig zag, droit et invisible — tous prêts à vous servir. En plus il y a le levier releveur auto-enfileur, la canette à l'avant exclusive, et le pied presseur à enclenchement.

NE MANQUEZ PAS  
CETTE OCCASION  
UNIQUE DE COUDRE  
EN ÉCONOMISANT.

# SINGER

Centres de couture Singer et concessionnaires autorisés participants.  
Singer vous aide en tous points!

Facilités de paiement  
Une allocation généreuse sera accordée sur votre machine à coudre, peu importe son âge ou sa marque.

\*Marque déposée de la compagnie Singer du Canada Ltee.

Pour connaître l'adresse du centre SINGER le plus près de chez vous, consultez les pages jaunes à la rubrique: Machine à coudre

*Centre-ville	878-9351	Plaza St-Hubert	270-1196	Centre Laval	681-6442	Montréal-Nord	322-3705
*Ogilvy's	288-8481	*Centre Comm. Fairview	697-3380	Le Carrefour Laval	681-9185	Lachine	637-3765
Plaza Alexis-Nihon	925-9492	*1, Place Longueuil	679-4870	*St-Jean, Québec	1-348-4305	Plaza Ontario	526-1694
*Plaza Côte-des-Neiges	731-9429	Verdun	769-4541	Centre d'achat St-Martin	681-6475	5620 ouest, Sherbrooke	488-0887
*Les Galeries d'Anjou	353-6010	6974, rue St-Hubert	270-3202	Centre d'achat Boulevard	729-1809	*Tissus disponibles à ces magasins	

# Le renard

## un manteau pour riches

Les manteaux de renard se vendent désormais plus chers que ceux de vison pâle. Pourtant, il y a quelques années à peine, le renard se vendait peu ou pas. Des manufacturiers de vêtements d'hiver en garnissaient les rebords et les cols des manteaux de drap sans plus. Puis, en janvier 1974, ou

enregistre un premier mouvement à la hausse. Statistique Canada rapporte que le nombre de renards dans les fermes d'élevage a augmenté de 6 pour 100. La valeur de la production de peaux a augmenté, passant de \$99,101 à \$137,254. Le prix moyen a ainsi connu une hausse de 48

pour 100, passant de \$66,60, en 1972, à \$98,39 en 1973. Le prix de la peau du renard sauvage a connu également une montée sans précédent: entre \$100 et \$125, comparativement à \$25. Un important fourreur de la région montréalaise explique cette augmentation sans

précédent à l'engouement subit des acheteurs européens pour les manteaux de fourrure à poils longs. "Les Allemands, les Français, les Italiens ne choisissent pas un vêtement en fourrure en fonction des mêmes critères que le consommateur canadien.

Il importe peu aux européens que le manteau tienne bien au chaud, mais qu'il donne du chic, de la "classe", etc."

Le renard et le lynx connaissent tous deux une popularité grandissante dans les grandes capitales européennes et comme cette clientèle représente l'essentiel du marché de la fourrure, nous devons subir les contrecoups des goûts outre-atlantiques.

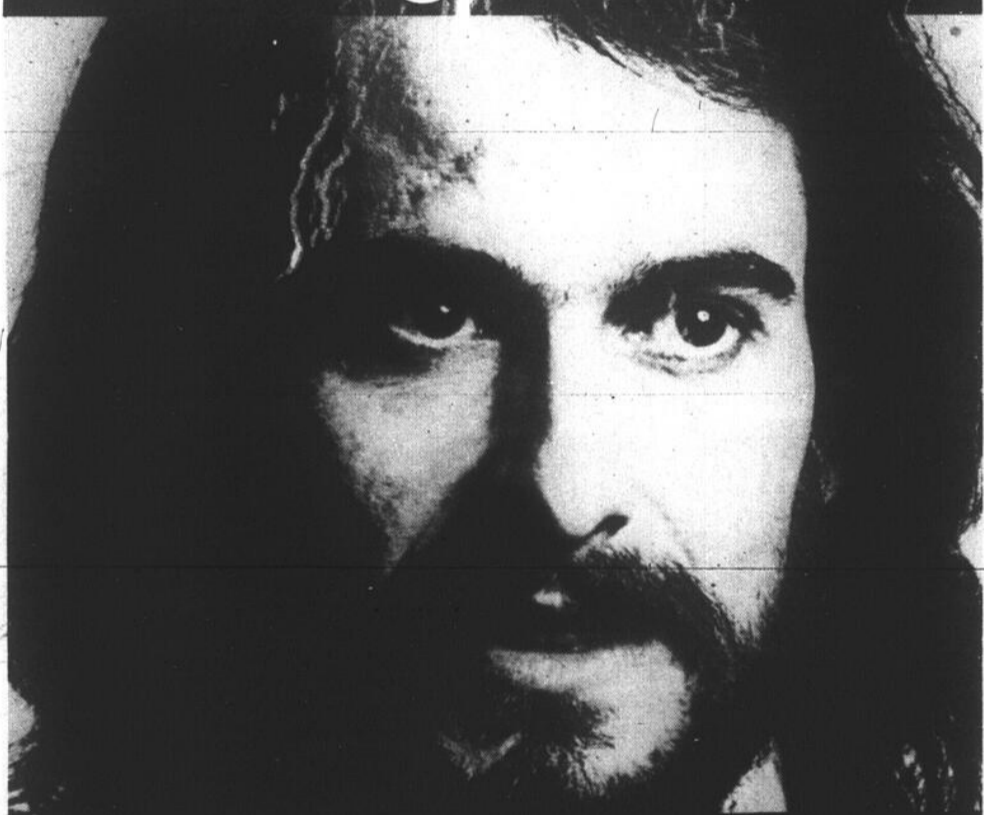
Si vous ne pouvez vous procurer un manteau de renard, vous avez toujours la possibilité d'acheter un vison puisque les Européens boudent les peaux de teintes pâles.



Plus coûteux que le vison pâle.

(Photo: Pierre LaSalle)

CFGL 105.7 radiodiffuse  
le récital que donnait  
au GRAND THÉÂTRE DE QUÉBEC  
**MICHEL FUGAIN**  
et son Big Bazar



le dimanche 16 mars à 14 h.

**ROGER WITTAKER**

le dimanche 16 mars à 19 h.

Prochains récitals sur nos ondes:

ADAMO : 23 mars à 14 h.

MIREILLE MATHIEU : 30 mars à 14 h.



105.7

CFGL le FM qui parle et qui chante

## Un conseiller fiscal du ministère du Revenu du Québec vous attend près de chez vous

Québec — Une cinquantaine de conseillers fiscaux du ministère du Revenu du Québec parcourront le Québec, d'ici la fin d'avril, pour accorder une assistance gratuite aux contribuables dans la préparation de leur déclaration de revenus de 1974.

Ces représentants du ministère sont en service dans trente municipalités du Québec. Il y a sûrement un bureau provisoire près de chez vous. N'hésitez pas à vous y rendre ou à y téléphoner si vous avez besoin de renseignements pour bien faire votre rapport d'impôt.

Les trente bureaux provisoires sont ouverts à compter de neuf heures le matin jusqu'à sept heures le soir. Il en est de même pour le bureau permanent du ministère situé au 187, rue Frontenac, à Sherbrooke et dont le numéro de téléphone est 563-3034.

Le bureau permanent du ministère à Montréal est ouvert aux heures habituelles, soit de neuf heures à 16 h 30. Cependant, deux comptoirs de renseignements ont été aménagés dans la station de métro

Berri-DeMontigny et on peut s'y rendre tous les jours ouvrables à compter de 16 heures jusque dans la soirée. Le bureau du ministère à Montréal est situé au 701, boulevard Saint-Laurent et le numéro de téléphone à composer pour obtenir des renseignements est 873-2611.

À Québec, le bureau du ministère québécois du Revenu est situé au 200 sud, rue Dorchester et le numéro de téléphone est 643-6150. Ce bureau est ouvert de 9 heures à 17 heures et le nombre de personnes préposées aux renseignements a été sensiblement augmenté (tout comme à Montréal d'ailleurs) pour fournir un service rapide aux contribuables.

Si vous habitez dans une municipalité trop éloignée de celle où sont situés les trois bureaux permanents du ministère, consultez votre journal ou écoutez votre station locale de radio pour savoir où est situé le bureau provisoire le plus près de chez vous et n'hésitez pas à réclamer l'assistance gratuite de notre représentant. Le ministère du Revenu du Québec prévoit effectuer

près de deux millions de remboursements, cette année. Il y a de fortes chances que vous soyez du nombre des contribuables qui peuvent en réclamer. Faites donc votre déclaration dès maintenant. Assurez-vous d'avoir les deux enveloppes mises à votre disposition par le ministère.

**CONSULTEZ LE GUIDE ET LE SUPPLÉMENT DU GUIDE:** vous avez peut-être droit à des déductions supplémentaires, ce qui augmente vos chances d'avoir un remboursement. Si vous ne trouvez pas de réponse à vos questions dans le guide supplémentaire ni dans le guide qui accompagne votre formule, n'hésitez pas à communiquer avec notre représentant au bureau le plus près de chez vous.

Faites votre déclaration sans tarder et attentivement pour éviter les erreurs. Si vous réclamez un remboursement et que vous suivez scrupuleusement les instructions données sur la formule et dans le guide, le chèque de remboursement devrait vous parvenir tôt.

PUBLI-  
REPORTAGE

# redevenir petite fille et

par  
jossette  
bourbonnais

Redevenir petite fille ou petit garçon de trois, quatre, cinq ans, pour aller dans une maternelle moderne! Voici un rêve que tout adulte qui visite "Blanche-Neige", 3555e est, boulevard Métropolitain, ne peut s'empêcher de faire tant la vie y semble gaie, intéressante, pleine et tant les petits que nous y voyons évoluer paraissent s'amuser, s'intéresser, s'instruire sans effort! Non pas qu'ils s'agitent continuellement, chahutent, crient, ni ne rient sans raison, certains petits visages même sont soudain empreints de sérieux, de concentration, occupés qu'ils sont à scruter un monde en miniature, à travailler de leurs menottes encore gauches, à discuter, à explorer, à palper, défaire et refaire des objets, à reproduire par le dessin ou autre technique, à se renseigner par un matériel audio-visuel des plus modernes.

## Le bloc opératoire

Nous arrivons en pleine... opération d'appendicite! Une maman éplorée, qui prend son rôle au sérieux, amène sa grande fille au médecin. C'est une poupée-mannequin, grandeur nature d'un enfant de 8 ans, avec avec abdomen amovible permettant aux enfants de découvrir tous les organes du corps humain. Sous la surveillance et les conseils du professeur, le chirurgien (Nathalie Lauzé, 6 ans), assisté d'Eric Belleau (5 ans) procède à l'interrogatoire de la mère, à l'auscultation de la fille avec tout le vocabulaire médical courant. On décide d'une appendicectomie, rien que-cela! Et le professeur montre aux enfants, déguisés pour la circonstance, et qui ne se départissent pas d'un sérieux extraordinaire, ce qu'est l'appendice, comment fonctionnent les intestins. Le petit groupe a déjà appris à l'aide de planches et de transparents tous les autres organes, poumons, coeur, foie, estomac, tube digestif, les différents systèmes circulatoires, respiratoires, digestifs.

Et voilà comment quelques-uns des petits enfants montréalais s'amuse à apprendre les choses de la vie. Inutile de dire que la poupée malade nouvellement arrivée à la maternelle "Blanche-Neige" et pour le moment réservée aux "grands" de 5 et 6 ans a un certain succès!

## Une ville miniaturisée

Dans une autre salle, une ville en miniature. Sur une table immense à la hauteur des petits de 3 à 5 ans, des rues sont tracées, des bâtiments élevés, des feux de circulation clignotent, des voitures, des camions circulent et, plus loin, la banlieue, coupée de la métropole par le fleuve avec ses maisons familiales, le réseau ferroviaire et les autoroutes apprennent aux jeunes la vie nord-américaine, sans oublier les usines, les magasins, les hôtels, les postes d'essence, etc... Un peu plus loin encore, la campagne. Pour les petits citadins, on a reconstitué les fermes, les champs cultivés, on a disséminé les troupeaux de bovins, les quelques rares chevaux qui nous restent.

Les lignes de transport d'électricité et leurs centrales ont été construites dans l'immensité du Nord Québécois avec les rivières et les lacs nombreux. Mais sur d'autres tables, on trouve tout d'un coup un zoo ou le désert et ses oasis. Un globe terrestre gigantesque pour la taille des petits usagers trône dans un angle de la pièce et ces géographes en herbe vous situent le Québec, l'Afrique ou l'Europe qui ne sont plus alors de vains mots pour eux.

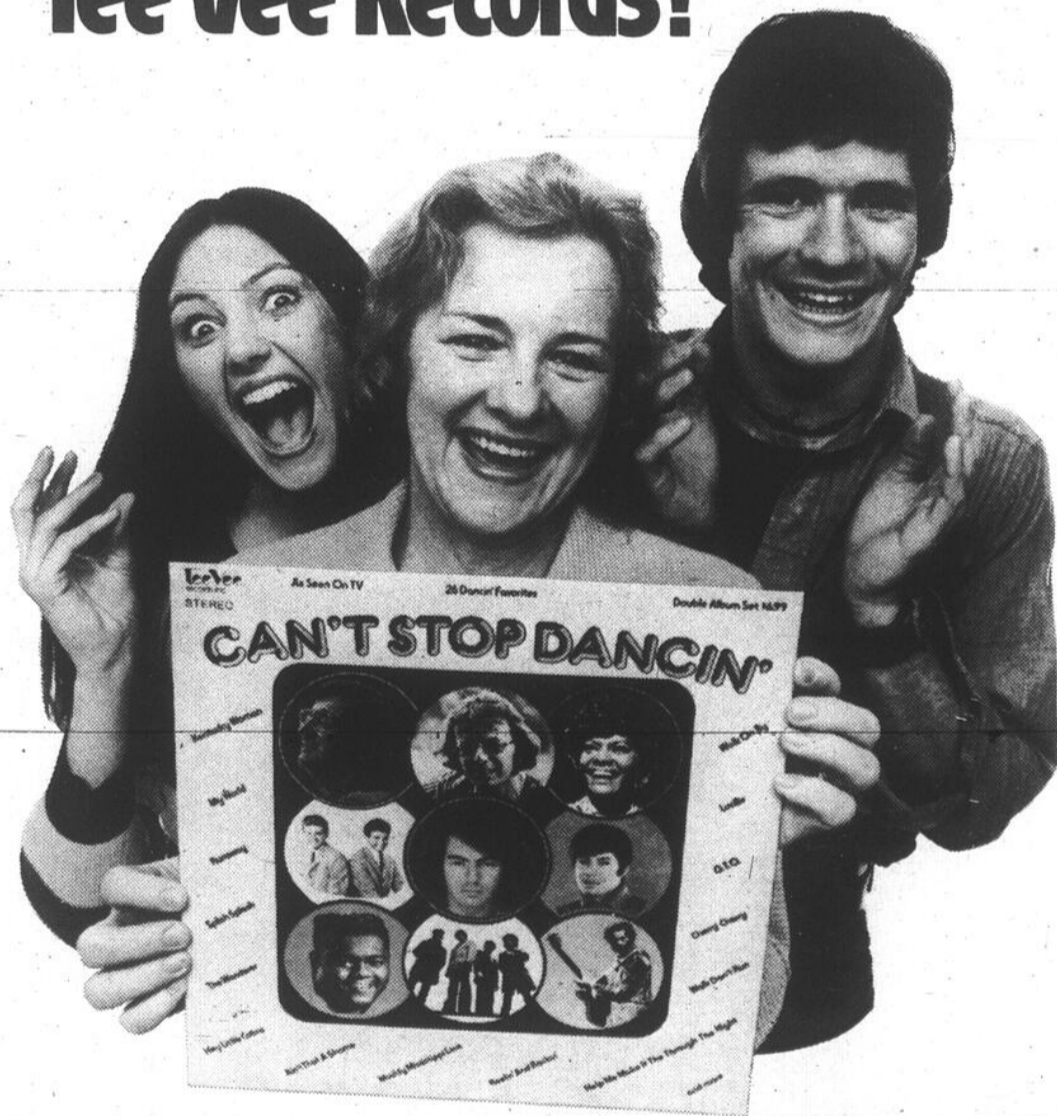
## L'environnement "Manos"

La directrice de cette maternelle, Mme Jeanne Gélinas explique la base de ce système éducatif dont le nom "Manos" qui veut dire main en grec, suggère la manipulation. A "Blanche-Neige" tout le monde a le droit de toucher à tout. Et on ne s'en prive pas! Cette méthode a été mise au point en collaboration avec M. Emmanuel Androulidakis qui compte 25 ans d'expérience dans l'enseignement. M. Androulidakis précise "l'éducation change continuellement et suit les progrès technologiques et économiques. L'enfant vit dans un monde dominé par la machine et les grandes réalisations, les jouets mécaniques, la radio, la télévision. Il arrive à l'école muni d'une série de connaissances quasi scientifiques dont le système et le programme scolaires ne tiennent pas compte. L'environnement Manos tend à créer un climat éducatif riche en sources de stimuli de perception. Toutes les notions et tous les concepts sont concrétisés au moyen d'un matériel didactique approprié, à savoir un objet, une image, un effet sonore. L'enfant apprend presque uniquement par le truchement des sens et le professeur devient un guide.



Photo  
André Hébert

## "La danse, ça vous connaît, Tee Vee Records!"

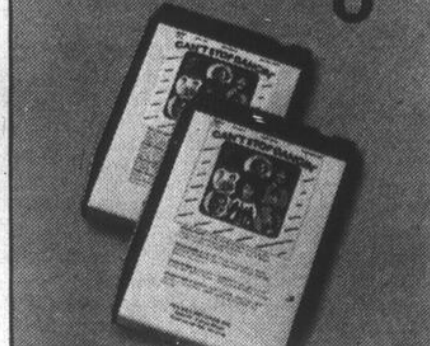


Tee Vee Records présente  
"Can't Stop Dancin'". Un  
mélange de plusieurs styles...  
avec des vedettes telles que  
Del Shannon, Chuck Berry,  
Dion, Neil Diamond, Bobby  
Darin, Ronnie & the Daytonas,  
The Ventures, Fats Domino,  
The Stampeders, Pat Boone,  
The Bee Gees, Vickie Carr.  
"Can't Stop Dancin'".

Ensemble 2 disques

699

2 rubans ou cassettes 899



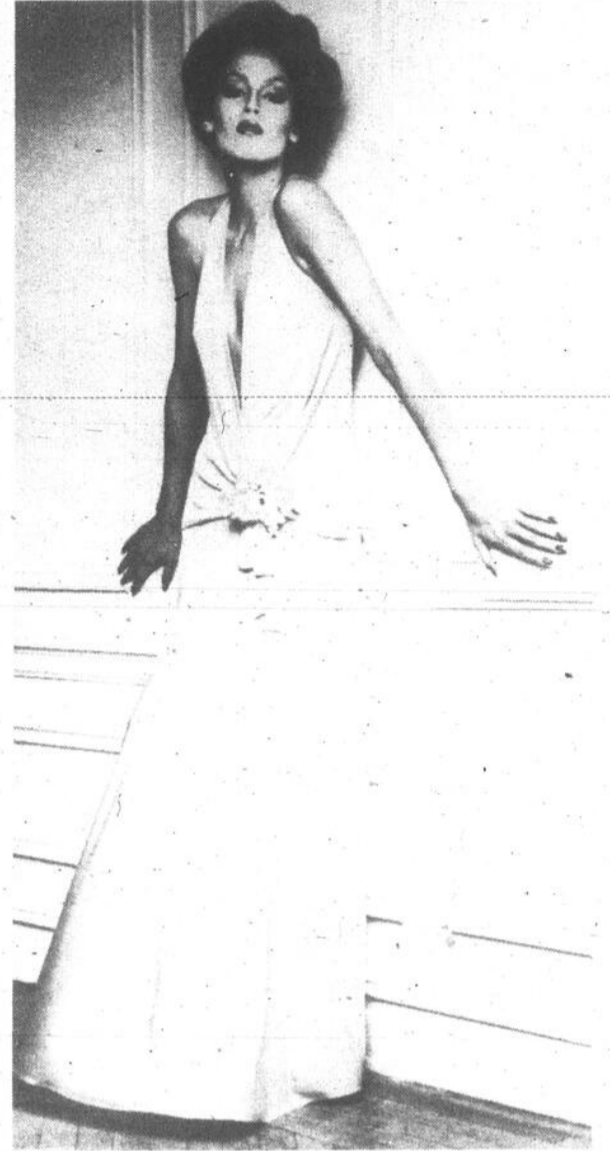
Cherchez l'étalage Tee-Vee Records à votre magasin préféré.  
**La danse, ça nous connaît.**



Jerry Silverman a sculpté cette robe de Quiaba mille raies ajustée sous la poitrine.



Liberté de mouvement avec cette robe de jersey à empiècement smocké de John Anthony.



C'est le côté sensuel de John Anthony qui ressort dans cette magnifique robe au décolleté vertigineux en chiffon de soie pêche au drapé retenu à hauteur des hanches.

La mode américaine, comme l'européenne:

# Ampleur et mouvement

par josette bourbonnais

Certains observateurs voient 1975 comme une année de transition en général, et déjà, une certaine tendance semble se dessiner tant en Amérique qu'en Europe, à savoir une grande souplesse, de l'ampleur, un retour même à un romantisme étudié, le renoncement aux "gadgets" nombreux qui ont plu depuis une quinzaine d'années.

Trois couturiers importants chez nos voisins du Sud semblent donner le pas et le jeune styliste de Jerry Guttenberg Ltd. depuis son entrée très remarquée à la Maison Blanche, n'est pas le moindre. Déjà confirmé dans ce domaine difficile, Albert Caprano n'avait toutefois jamais donné de défilé de ses créations, qui se trouvent toutefois dans plusieurs grandes garde-robes du monde. Cette légèreté et ce volume donnés stratégiquement par de fins plissés, ces bordures contrastantes ou ces découpes soulignées de biais sont le leitmotiv d'Albert cette saison. La plupart de ces vêtements de jour sont de soie naturelle dans des fonds crème, rosés et les rares tons plus foncés sont des teintes de bois et des bleu marine. Les décolletés osés sont nombreux même pour des vêtements tailleurs et une sensualité discrète émane de la plupart de ses modèles.

PAGE C 10 DIMANCHE-MATIN - 16 MARS 1975

Pour Jerry Silverman et son associé Shannon Rodgers, il ne faut jamais mésestimer le pouvoir d'une petite robe pour le moral d'une femme. L'essence de leur collection printemps-été est cette part que prendront les vêtements dans la vie des femmes: le voyage, le mouvement et cette manière de vie. "Le plaisir dans la vie, c'est ce que vous faites pour vous-même et les

vêtements-font partie de ce plaisir-là."

On dit de Shannon qu'il se mêle au public pour observer, saisir les attitudes des femmes et que ses silhouettes pour le printemps sont toutes de minceur et de grâce.

Nombre de ses robes tombent librement à partir d'un empiècement plissé ou nervuré mais sans exagération dans l'ampleur, il a d'ailleurs baptisé une de ses lignes tentes, les "Tepee". Un autre élément de sa collection est l'équilibre de ses jupes étudié pour chaque silhouette, certaines coupées sur le biais qui bouge joliment en marchant. Jerry et Shannon ont opté pour l'allure deux-pièces plus spécialement ceux coupés dans une matière nouvelle, le crêpe douppion, extensible à la surface ressemblant à une toile de soie.

John Anthony s'est largement inspiré de tissus qu'il a choisis avec amour: un semis de fleurs printanières sur fond noir ou marine. Les grandes lignes de sa production sont donc des couleurs dégradées, le contraste des tissus légers et la légèreté des coupes fluides. Des tissus unis sont assortis aux fleurs des imprimés et les couleurs se marient avec harmonie: les marine aux roses chauds, aux mauves et aux verts feuille et les fonds noirs s'illuminent de roses dorés et de vert céladon. Ses robes sont libres ou quelquefois ceinturées, les manches s'égaient de revers ou de poignets blancs, les manteaux ne sont pas doublés et se permettent de généreux cols ou de larges empiècements, mais jamais ajustés, en forme ou droits.



Albert Caprano a créé cette robe de rêve pour le soir en organza écossais aux tons de bleu et de fuschia.

# «Et si vous étiez diabétique...»

par Josette Bourbonnais

On est jamais trop informé. Les accidents et les maladies, on croit toujours que ça n'arrive qu'aux autres... Jusqu'au jour où... C'est pour cela que des associations comme celle du diabète du Québec existent, pour renseigner ceux qui en souffrent mais aussi ceux qui s'ignorent, comme le rappelle Mlle Hélène Légaré, diététicienne à l'Hôtel-Dieu de Montréal. Hélène insiste bien qu'au Québec, on compte environ 200.000 diabétiques dont 100.000 reconnus et 100.000 qui s'ignorent! Cela donne à penser!

## Qu'est-ce que le diabète?

Théoriquement, c'est le mauvais fonctionnement du pancréas. Et le pancréas est cette glande à la double fonction: 1e) fournir de l'insuline pour faire assimiler le sucre; 2e) donner du sucre au moment où on en a besoin. Les trois principaux facteurs qui amènent cette maladie sont tout d'abord l'hérédité, un accident et une infection du pancréas, ou pancréatite.

Ajoutons qu'après 40 ans, plus de femmes que d'hommes en sont atteintes à cause de la pré-ménopause, période où leur système hormonal ralentit et où elles ont tendance à devenir obèses.

Les symptômes sont assez connus: faim et soif excessives, taux de sucre élevé dans le sang et l'urine, fréquence des infections, avec des complications (vue, peau, tuberculose, troubles des reins et du tube digestif et durcissement des artères).

## Traitements

Tout le monde sait que les diabétiques reçoivent des injections d'insuline mais peu savent qu'on en doit la découverte en 1921 à deux Canadiens: Banting et Best. Cependant, Hélène Légaré rappelle que le régime alimentaire est primordial dans le traitement du diabète, régime également recommandé à tous ceux qui doivent corriger leur poids pour quelque raison que ce soit.

Tous les services de diététique aident les consommateurs à se dresser un menu quotidien avec les éléments essentiels à se maintenir en bonne santé.

Pour les diabétiques, leur association fournit la brochure trimestrielle "Survivre" qui prodigue des conseils infiniment précieux et leur apprend à établir les quantités d'aliments requises, selon leur poids, leur activité, leur âge et leur taille. Un point important, souligne Hélène, est de ne jamais oublier de tenir compte du goût du patient, sans quoi il ne suivra pas son régime!

C'est ainsi que dans un numéro (janvier 73) de Survivre une diététiste avait dressé les sept tableaux d'aliments indispensables avec leur correspondance caloriques par portion: fruit, légume A, légume B, viande, lait, gras, pain. Chacun de ces éléments est codifié selon leurs valeurs caloriques (40 ou 70 calories par portion p. ex.) et le malade sait qu'il doit "pêcher" dans toutes les classes pour atteindre son total de calories, total calculé suivant des règles précises aussi. On répartit ensuite les calories comme suit: 50% en sucres, 35% en gras, 15% en protéines.

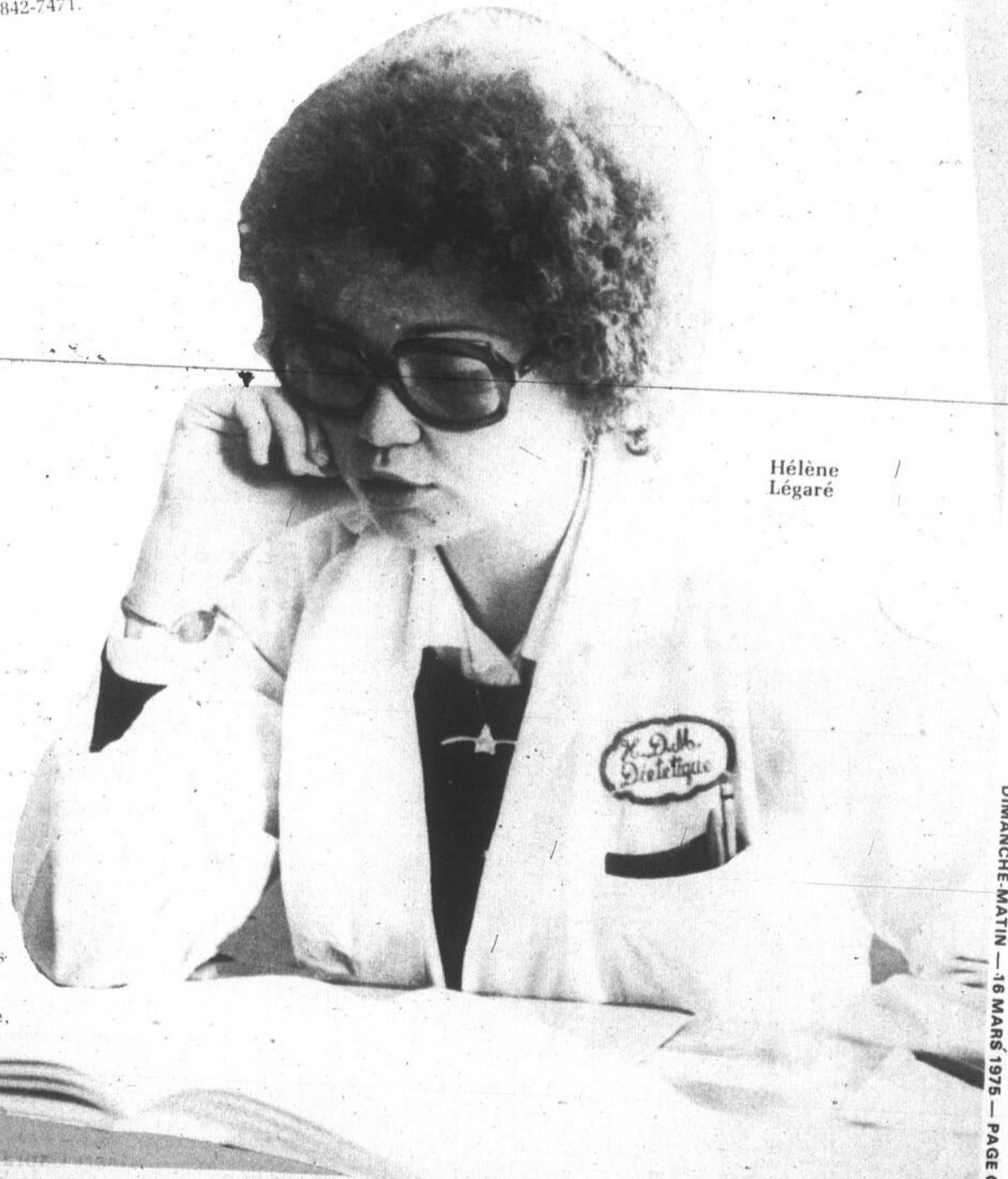
Voici un exemple très simple. On compte que pour conserver son poids égal il faut 10 calories par livre de poids. Une personne pesant 110 livres aura donc besoin de 1100 calories au repos, inactive. On ajoute 10% pour un vieillard à l'activité réduite, de 25 à 30% pour une ménagère,

de 30 à 35% pour une secrétaire et chez un travailleur manuel, de 50 à 75% de ce total, mais 150% pour un adolescent en pleine croissance.

Une fois la ration calorique quotidienne fixée, il faut se rappeler une autre règle: il faut diminuer 3.500 calories pour perdre une livre de poids, donc X jours selon les quantités de nourriture absorbées. Pour le diabétique une autre règle encore: boire un litre d'eau par 1.000 calories absorbée chaque jour!

Enfin tous les interdits: les sucres! Le sucre est éliminé sous toutes ses formes raffinées ou concentrées, par exemple le miel même naturel, la mélasse, les confitures, gelées, sirops, le sucre blanc, la cassonade, les bonbons, tartes, pâtisseries, sucre à la crème, sirop d'érable ainsi que toutes les boissons gazeuses commerciales et les fruits en conserves qui contiennent 45% de sucre (ou alors les rincer avant de les consommer).

Rappelons pour les intéressés l'adresse de l'Association du Diabète du Québec: 934 est. rue Ste-Catherine, suite 240, Montréal H2L 2EQ, tél.: 842-7471.



Hélène Légaré

**DÉCOUVERTE D'UN PRODUIT QUI  
DONNE À VOS CHEVEUX DES  
BOUCLES ET UNE ONDULATION  
D'APPARENCE NATURELLE**

Peu importe que vos cheveux soient difficiles à friser. Vous pouvez maintenant avoir de boucles et d'ondulations si souples que tous croiront qu'elles sont naturelles et cela, sans lotion à friser. Ce merveilleux produit se nomme PERFORM et accomplit des miracles auxquels on ne pensait même pas il y a quelques mois. Perform donne non seulement des ondulations souples, mais les protéines qu'il contient pénètrent chaque cheveu de la racine à la pointe lui procurant une élasticité qui résiste même à la chaleur humide de la douche. Il est d'application si facile, si agréable. Faites-vous un shampooing, appliquez Perform et enroulez les cheveux sur les bigoudis ou faites vos bouclettes habituelles et laissez sécher. Les boucles et ondulations seront souples et lustrées et, d'un simple coup de peigne ou de brosse, vous obtiendrez la coiffure que vous préférez. Beau temps, mauvais temps, à la chaleur, à l'humidité, votre mise en plis tiendra beaucoup plus longtemps. Un point très important, Perform est sûr pour tous les genres de cheveux, il n'endommage ni ne décolore les cheveux oxygénés ou teints. Vous l'obtiendrez dans les pharmacies et aux comptoirs de cosmétiques des grands magasins, au prix de \$1.75. Un seul contenant peut être utilisé par au moins huit jeunes filles ou femmes. Satisfaction garantie ou argent remis. Pour obtenir un flacon échantillon, envoyez 25¢, avec votre nom et adresse à:

**PERFORM**  
Dept. PW 34  
Acton, Ontario

**DU LUNDI AU VENDREDI,  
6 HEURES P.M.**

**PARLE PARLE,  
JASE JASE...**

avec  
**RÉAL GIGUÈRE**



Un magazine quotidien d'affaires publiques où se côtoient l'information et la variété. Des animateurs renseignés reçoivent pour vous des personnalités de choix qui abordent, sans préjudice, des sujets hauts en couleurs.

**cftm tv 10**  
UN ASSOCIÉ DU RESEAU  
DE TELEVISION - **TVA**

PAGE C 12 — DIMANCHE-MATIN — 16 MARS 1975

par josette bourbonnais

**gastro  
nomie**



Photo André Hébert  
Le Che Jean Jorda du Ritz de Paris.

**une anecdotique**

Faire une incursion dans l'histoire de la gastronomie, c'est souvent se promener dans l'histoire tout court.

Et quel meilleur guide trouver qu'un chef amoureux de son métier comme l'est Jean Jorda, depuis 13 ans en fonction au Ritz de Paris! En quinzaine gastronomique au Ritz-Carlton de Montréal, le Chef Jorda répond à nos questions, peut-être naïves, concernant les menus et les plats renommés.

Se considérant en quelque sorte comme l'un des héritiers spirituels d'Escoffier qui aida le premier propriétaire du célèbre hôtel, César Ritz, il raconte l'origine des **Toasts Melba**. "Un dimanche après-midi, Escoffier goûtait, près de César Ritz et de sa femme, quelques heures de détente dans la campagne londonienne. Mme Ritz voulut prendre le thé accompagné de toasts légers. Aussitôt, le gastronome se mit à l'oeuvre et revenait peu de temps après avec les toasts que l'on sait. On voulut les baptiser du nom de la bénéficiaire qui refusa net. Elle proposa de leur donner le nom de la cantatrice qui séjournait alors à Londres et dont Escoffier était un fervent admirateur."

Laissons Jean Jorda nous proposer un menu. **Une crème Agnès Sorel?** En l'honneur de la Dame de Beauté, favorite de Charles VII: c'est une crème de volaille garnie d'une fine julienne de champignons ou un **consommé Rachel**, en l'honneur de la comédienne de Molière, qui se sert accompagnée de petits croûtons garnis de moelle de boeuf pochée.

Et si nous prenions des **Ecrevisses cardinalisées à la façon du Prieur?** Eh! bien! nous aurions une recette d'écrevisses au court-bouillon (vin blanc, échalottes, oignons, céleri), fortement relevé d'épices et de piments qui était préparée par les religieux d'un couvent du Bugey pour la visite de leur archevêque.

Mais si nous préférons un **Filet de sole Coquelin**, nous obtiendrons le plat préparé en l'honneur du grand comédien: filets pochés au vin blanc entourés de pommes vapeur, cuisson réduite à glace, montée légèrement au beurre. S'il s'agit d'un **Filet de Barbue Dugléré**, du nom du grand Chef français qui ouvrit le Café de la Paix à Paris, nous aurons alors un poisson cuit avec quelques tomates fraîches.

**Le Blanc de St-Pierre Waleska** avait été créé pour la maîtresse de Napoléon, Marie Waleska; ce plat est accompagné d'une lame de homard, le tout nappé de sauce Mornay au beurre de homard, passé sous la salamandre et garni d'une lame de truffe.

**La poularde Marengo**, du nom de la victoire du même grand homme a eu histoire. On avait détaché trois cavaliers de la garde en quête de nourriture. L'un revient avec un poulet et trois oeufs, le second avec des écrevisses et le troisième avec des tomates, un oignon et quelques champignons. En empruntant la gourde de Bonaparte, le cuisinier créa ce jour-là l'un des grands classiques de la cuisine française.

C'est l'heure des sucreries. Prenons une **Tarte Tatin**. Née de l'inattention de deux soeurs de la région de Sologne. L'une voulut faire une tarte aux pommes. Elle prit un plat, mit du beurre, du sucre et des pommes en gros quartiers, et le plat au feu et... passa à autre chose. Soudain, elle repensa à sa tarte, courut au fourneau et s'aperçut qu'elle avait oublié la pâte. Qu'à cela ne tienne, elle la mit par-dessus et remit le plat au four. Quelques minutes plus tard, elle sortit son dessert, renversa le tout sur une assiette et les pommes caramélisées recouvraient à ravir la pâte. Se déguste tiède.



**Subito presto  
un visage  
séduisant!**

Le maquillage en quelques secondes est à l'ordre du jour car la vie trépidante de la femme moderne l'exige. Mais votre maquillage ne sera jamais réussi, même si vous y avez consacré des heures... les poils superflus et disgracieux sont toujours bien en vue.

Cela vous cause tellement de soucis et dire que vous pouvez y remédier en quelques précieuses minutes grâce à la méthode Gregory.

L'épilation par électrolyse est permanente, indolore et peu coûteuse. Nos techniciennes courtoises, gentilles et habiles vous prennent en mains dans nos cliniques consacrées uniquement à ce service... et nous tentons de jour en jour d'améliorer nos méthodes.

Jugez par vous-même de l'efficacité de notre travail. Téléphonnez-nous afin d'obtenir / une consultation, un traitement, un estimé prix-temps à titre gracieux, sans obligation.

Cliniques d'Épilation-Permanente



**systeme gregory**

(CANADA) L.T.E.E.

Lun., mar., mer., 10-7; jeu., ven., 10-8

**CENTRE-VILLE:** 1010 ouest, rue Ste-Catherine  
301, Edifice Dominion Square ..... 861-9741  
**SNOWDON:** 5253, boulevard Décarie  
Suite 502 (à côté du Théâtre Snowdon) ..... 481-3522  
**GALERIES D'ANJOU:** Suite 227  
8001 boul. Les Galeries d'Anjou ..... 354-1600  
**VILLE DE QUEBEC:** 695 est, boul. Charest ..... 529-1879

# «docteur»

par josette bourbonnais

"Docteur, ma vie sexuelle est-elle finie?" C'est cette petite phrase lancinante dans les bouches de ses patients qui a décidé le Dr Lionel Gendron à écrire ce livre, fruit, comme toutes ses autres publications, d'une pratique de plus de 20 ans de médecine générale.

A tous ceux qui se poseraient la même question sans avoir encore été consulter un médecin, le Dr Gendron fait la même supplique: "N'attendez pas si longtemps, ne permettez pas au stress de l'existence d'affecter votre sexualité, ne laissez pas s'installer le sentiment de détresse s'installer en vous. Informez-vous!"

Dans l'avant-propos de ce nouveau livre qu'il publie lui-même, et distribué par l'Agence de distribution populaire (4.00), l'omnipraticien rappelle qu'on a trop tendance à conclure rapidement à l'incapacité sexuelle à l'occasion d'une maladie physique ou psychique, la plupart du temps temporaire, et ce, par manque d'information.

Il y traite, sous forme de vingt-six cas vivants et imagés, à peu près toutes les formes de frustrations sexuelles et les solutions psychothérapeutiques ou médicales possibles.

Il rappelle: "les gens attendent trop longtemps, survivent avec leur problème, laissent la détresse s'installer au lieu de cultiver l'espoir, de se renseigner, de consulter, et, après l'angoisse, c'est l'impuissance ou la frigidité qui s'installent pour de bon."

Les cas sans doute les plus pathétiques qu'il a rencontrés dans sa pratique sont ceux d'amputés des deux sexes qui plongent dans le désespoir, ces couples devenus boiteux à la suite d'un accident, d'une opération mutilante. C'est à peu à cause d'un lourd héritage de tabous, d'idées préconçues, d'une éducation faussée, dit-il, que l'on s'est habitué à considérer un homme handicapé physiquement comme un incapable, un impuissant sexuel, un homme fini! Au contraire, la recherche médicale, précise le Dr Gendron, la maladie physique temporaire, parfois même permanente, ne paralyse pas l'activité érotique.

## ma vie sexuelle est-elle finie?..."

Les hystérectomisées consultent souvent, quelques mois après l'opération par perte de l'intérêt sexuel. Leurs troubles sont le plus souvent d'ordre psychique. A ce sujet, le Dr Gendron affirme que la femme hystérectomisée ne perd ni sa féminité, ni son intérêt érotique après l'ablation de l'utérus. Les trois facteurs importants de guérison sont la communication entre les époux, l'information et le temps.

Les divers cas courants de la vie sont exposés dans ce volume qui peuvent causer la cessation de la vie sexuelle normale avec approches de solution possibles: fatigue, vieillissement, obésité, ménopause, andropause, divorces, diabète, troubles de la puissance de l'homme, etc... Le tout dans un langage clair, simple, à la portée de tous.



7h00. Petit show radio JEAN-PIERRE COALLIER "Part I"  
10h00. DANIELLE OUIMET  
13h00. NORMAND FRÉCHETTE  
16h00. JEAN-PIERRE COALLIER "Part II"

18h00. GUY GODIN



20h00. RAYMOND ARCHAMBAULT



105.7

CFGL le FM qui parle et qui chante

PRIX SUGGÉRÉ

**35**¢  
plus dépôt

pour **30** OZ FL

Le vrai goût du Cola à un prix vraiment bas. Comparez l'économie!



Réal Béland dit:  
"Moi je l'ai l'**KIK**  
Le cola de chez nous."

\*Marque déposée



## turbot poché

**AU  
BEURRE  
BLANC**

**\$250 PAR  
PERSONNE**

Les maîtres de maison se font souvent un monde de préparer le poisson ou en privent leur famille pour une question de parfum! Voici une recette ultra-simple sortie de la cuisine des Chenêts, ce nouveau petit restaurant, 2075, rue Bishop, entre le boulevard Maisonneuve et la rue Sherbrooke.

**3 livres de turbot pour 4 personnes**

Faire pocher pendant 5 à 6 minutes, sans bouillir, dans un court-bouillon composé d'eau, vinaigre, vin blanc, oignons, carottes, sel, poivre en grains.

**BEURRE BLANC**

**8 onces de beurre frais**

**4 échalotes (françaises)**

**1 1/2 once de vinaigre de vin**

**1 1/2 once de vin blanc,**

**sel, poivre de cayenne**

Hacher les échalottes. Les déposer dans une casserole épaisse (de préférence en cuivre étamé) y ajouter le vin blanc, le vinaigre, sel et cayenne. Laisser réduire au trois quarts. Incorporer le beurre par petits morceaux en remuant avec une cuiller en bois. Egoutter le poisson, le déposer dans un plat garni de demi-lunes de citron et de persil et le napper nappé de la sauce au beurre blanc. C'est rapide et très simple.

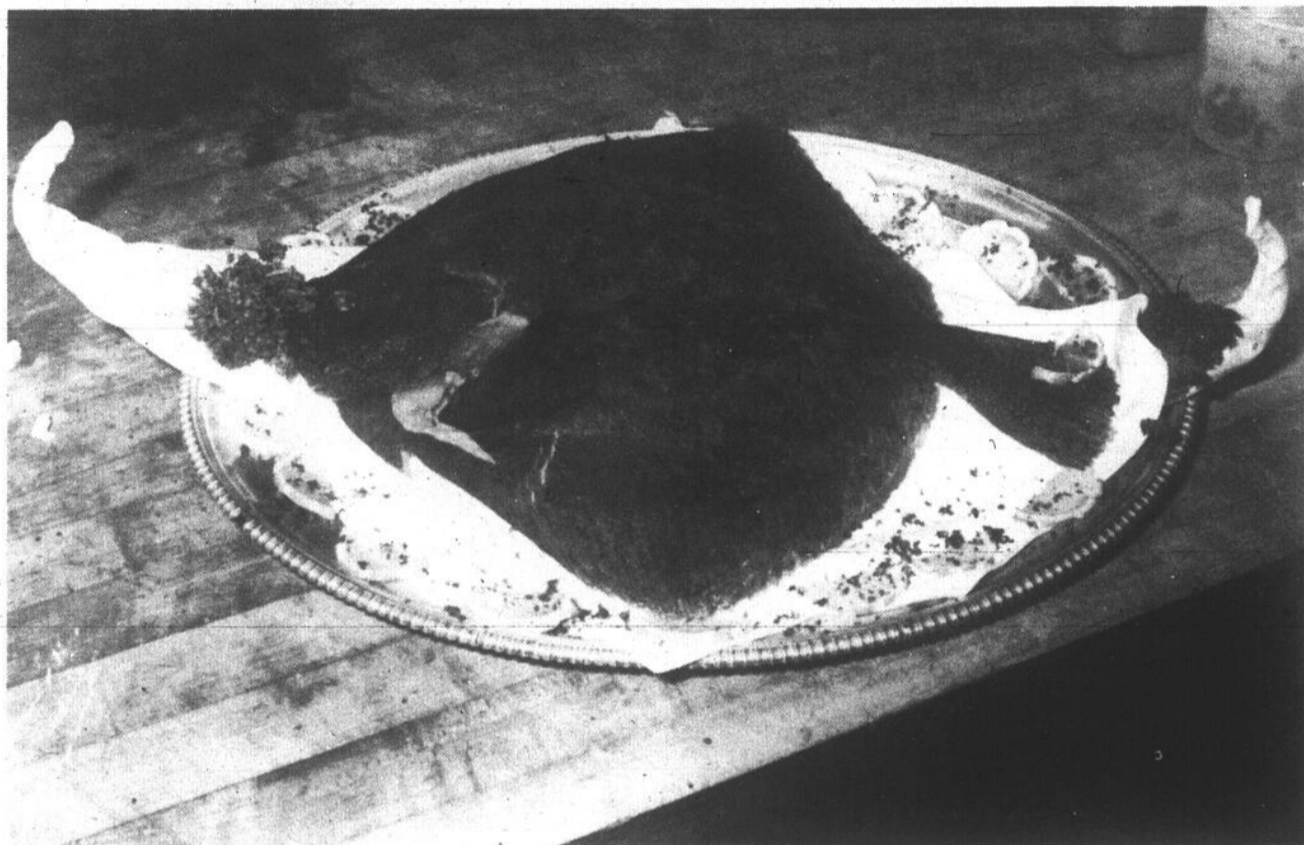
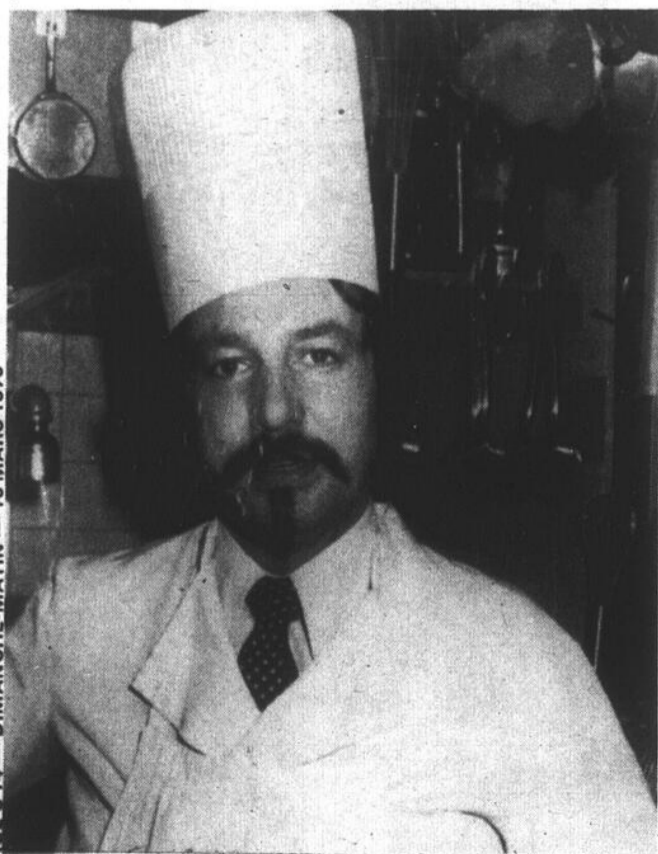


Photo  
André  
Hébert



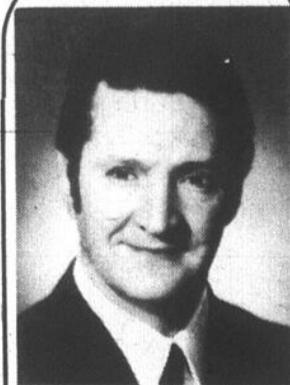
PAGE C.14 — DIMANCHE-MATIN — 16 MARS 1975

(Photo André Hébert)

## Chef Michel des Chenêts

De la douceur angevine à l'hiver canadien en passant par la marine... Il est sûr que d'avoir eu des parents restaurateurs aide à fortifier une vocation de cuisinier, même si ce n'est pas le cas de tous les grands chefs connus. Notre chef d'aujourd'hui, Michel Gillet, qui est aussi le propriétaire des "Chenêts", est né dans cette douce province chantée par Du Bellay mais, à la différence du poète, Michel a aimé l'air marin puisqu'il a choisi de faire son service militaire dans la marine, sur "le France" et si son petit village de Corné, où une aïeule avait l'hôtel l'Etoile-d'or, lui tient à cœur, il a délibérément opté pour l'Amérique d'abord, puis pour notre métropole. Nous avons évoqué ensemble les toits d'ardoise fine de Trélazé, les pêcheurs d'Angers, les petits vins du terroir de Segré, de Saumur, et la pêche au poisson-chat des Ponts-de-Cé. Michel aime parler métier autant que de son pays, il y retourne souvent et rapidement, embrasser sa mère, rire avec les anciens amis le temps d'un gueuleton, pour ne pas perdre le contact, ni l'oreille de ce "parler", l'un des plus purs de France avec celui de Touraine.

Michel Gillet a fait son apprentissage au "Petit Mickey" à Angers, participa à plusieurs concours régionaux, finaliste en 1963 comme meilleur apprenti de l'Ouest, premier prix à Nantes et fit un stage "Chez Léon" à Lyon, autre ville gastronomique réputée de France. Après son service, Michel n'avait qu'une idée: s'établir en Floride. Il y renonce vite au profit de Montréal. Il travaille six ans chez "Barbe-Bleue", s'octroie une année sabattique comme les professeurs qu'il passe chez des amis dans le Connecticut, au "Chambord", hôtel français, avant d'ouvrir son propre commerce, "les Chenêts", il y a presque un an. Il est marié et sa femme, Nadia, l'aide beaucoup dans la tenue du restaurant, l'accueil à la clientèle. La décoration de la salle à manger où les tables juponnées de nappes jaunes à dentelle écru, les murs habillés de fine toile sur laquelle rutilent les cuivres de batteries de casseroles, les gravures attestent cette réponse féminine.



**M. Daniel Farese**

Nos prochains cours sur les vins débiteront le 3 avril à 7h30 M. Daniel Farese, médaille d'honneur du comité national des vins de France, titulaire de nombreuses associations gastronomiques et viticoles et professeur à l'institut, sera heureux de vous accueillir. Pour prospectus, s'adresser à:



**L'INSTITUT NATIONAL  
DES VIANDES**

10216, boul. Lajeunesse  
Mtl 357

Tél.: 389-8241

**LA MAISON  
DU BIFTECK**



**GEORGES  
STEAK HOUSE**

SITUE AU CAFE DU NORD  
DELICIEUX SCAMPIS

DINERS  
D'HOMMES D'AFFAIRES

STATIONNEMENT GRATUIT

10715, boul. PIE-IX  
322-2020

MONTREAL-NORD

**ON ROCK GARDEN**  
CUISINE CHINOISE RENOMMÉE

LE BON ENDROIT POUR MANGER  
VOUS AIMEREZ SON ATMOSPHERE AMICALE  
ET SES PRIX RAISONNABLES

741 EST, FLEURY (coin St-Hubert)

**BUFFET:** LUN. au VEND. de 11 h A.M. à 2 h P.M. STATIONNEMENT GRATUIT

LIVRAISON GRATUITE  
plus PONT-VIAU — DUVERNAY **381-8529**  
LAVAL-DES-RAPIDES



**HANCHOW INT.**

10236, LAJEUNESSE angle FLEURY Mt  
pour les connaisseurs en cuisines orientales

BAR-SALON — BOISSONS TROPICALES — RÉCEPTIONS

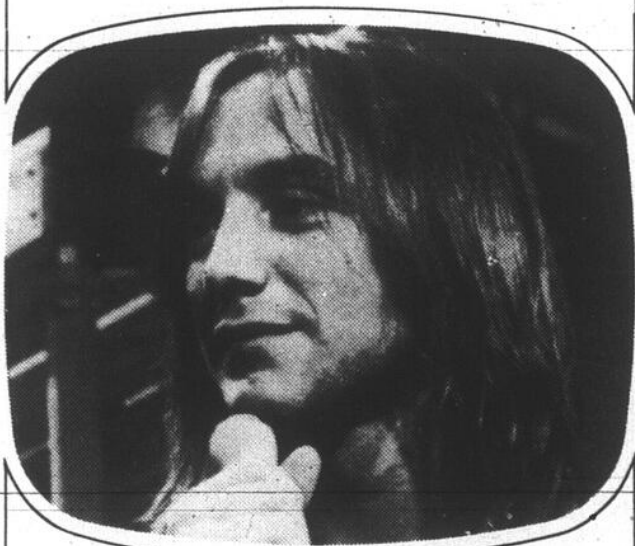
GRAND CHOIX DE VINS CANADIENS ET IMPORTÉS

RÉSERVATIONS **388-9291**

DIMANCHE, 6 HEURES 30

**SHOWBIZZ**

avec  
CLAUDE DUBOIS



Un rendez-vous hebdomadaire,  
une heure de chansons au goût  
du jour au cours de laquelle  
les interprètes et les vedettes de  
la chanson vous entraînent  
dans un tourbillon de refrains  
populaires et de succès de  
l'heure.

**cftm tv 10**  
UN ASSOCIÉ DU RÉSEAU **TVA**  
DE TELEVISION

Moi itou,  
je profite du  
"spécial  
2 livres"

**CATELLI**

Economisez 10¢ à l'achat de spaghetti ou de  
macaroni CATELLI en FORMAT DE 2 LIVRES

M. LE MARCHAND nous vous rembourserons  
10¢ plus 3¢ de manutention pourvu que ce coupon  
ait servi seulement à l'achat de spaghetti ou de  
macaroni CATELLI en FORMAT DE 2 LIVRES. Sur  
demande, vous devrez présenter les factures  
prouvant l'achat d'un stock en rapport avec la  
valeur des coupons retournés pour rembourse-  
ment. Cette offre est nulle, là où la loi l'interdit, la  
taxe ou en restreint l'usage de quelque façon. Ce  
coupon est émis par Catelli Limitée. Nous nous  
réservons le droit de refuser d'honorer ce coupon s'il est présenté  
par des agents, courtiers étrangers, etc. Ce coupon ne vaut qu'à  
l'achat de spaghetti ou de macaroni CATELLI en FORMAT de  
2 LIVRES; toute autre utilisation constitue une fraude.

POUR REMBOURSEMENT, postez à:  
Catelli Ltée, boîte postale 3000, St-John, Nouveau-Brunswick.

Cette offre se termine le 15 mars 1975. D.M.-3

**10¢**



**N'oubliez pas  
de nous  
avertir!**



## *Déménagement*

Rappelez-vous d'avertir à l'avance Gaz Métropolitain que vous allez emménager dans votre nouvelle maison ou appartement desservi par le gaz naturel. Cela nous permettra de vous facturer régulièrement sur une base mensuelle . . . c'est plus facile pour la plupart des gens que de recevoir une facture couvrant trois ou quatre mois de consommation. S'il vous plaît, appelez ou écrivez à Gaz Métropolitain à 527-8481. Le plus tôt possible.

**Le gaz naturel,  
c'est tellement  
mieux.**

 **Gaz Métropolitain, inc.**  
1717, rue du Havre, Montréal, H2K 2X3