



PLAZA DE L'HABIT

La clef de l'élégance

Plan mise de côté pour Noël.

Marques automnales de prestige

- Yves St-Germain
- Charles Christian de Paris
- Christian Dior
- Monsieur Merit

7 pour 1
gratuit

Bas
Chemise
Cravate
Ceinture
Mouchoir de poche
Etui à habit

Face au Woolworth

Un cachet distinctif à votre papeterie de bureau

- Par impression d'une photo "Couleur naturelle" sur vos enveloppes, lettres d'affaires, cartes d'affaires et plus encore.
- Pour informations, 898-3091, catalogue GRATUIT sur demande.

Studio Belle Photo Enr.

96, St-Jean-Baptiste L'Isle-Verte 898-3091

Laurier Bélanger
Propriétaire

Pour vos
petites annonces
classées. Tél.:

862-1774

le supplément

DU ST-LAURENT-ECHO

DISTRIBUE GRATUITEMENT DANS LE GRAND RIVIERE-DU-LOUP

15 octobre 1980

Pour l'assurance de
votre manteau de
fourrure et l'entrepo-
sage, consultez la
maison

Lebouthillier
Fourrure & Fils Enr.
Cacouna
Tél.: 862-4558

Les nouvelles Blizzard aérodynamiques 1981

Bombardier Limitée a su y allier aérodynamisme, puissance et coup d'oeil. Des motoneiges d'avant-garde signées Ski-Doo pour 1981...Blizzard 9500 Plus, Blizzard 7500 Plus, Blizzard 5500. Elles témoignent d'un raffinement hors-pair et excitent l'oeil avec leurs nouvelles couleurs rouge feu et jaune. Leur profil surbaissé, aérodynamique ne peut que retenir l'attention sur les sentiers, cet hiver.

Toutes les motoneiges Blizzard haute-performance 1981 présentent les caractéristiques suivantes:

* Capot et pare-brise aérodynamiques, offrant un minimum de résistance à l'air. Le capot, de fibre de verre moulu "Resinject", est une création exclusive de Bombardier.

* Châssis monocoque aluminium-acier à la fois léger et rigide, capable de répondre à toutes attentes, sans protester.

* Transmission en alliage d'aluminium et arbre de renvoi à roulement à billes de conception nouvelle. Engrenages d'entraînement montés sur un nouvel essieu moteur hexagonal, pour une réponse précise et instantanée.

* Suspension à glissières "Torque-Reaction" permettant un débattement de 12.7cm-5" et supportant une chenille mordante faite de caoutchouc renforcé de fibre de verre, large de 38.1cm-15" et longue de 289.6cm-114", et dotée de cannelures internes assurant un dégagement constant de la neige sous le pont.

* Siège de type compétition, guidon ajustable, skis à écartement prononcé 85cm-33.5", dotés d'amortisseurs et frein à disque autoréglable, le tout destiné au confort des usagers et à un maniement facile.

* Pare-chocs protubérants en aluminium modulé, enveloppant l'avant et l'arrière de la motoneige.

* Carburateurs jumelés assurant l'alimentation du puissant moteur Bombardier-Rotax à démarrage manuel. Le moteur est

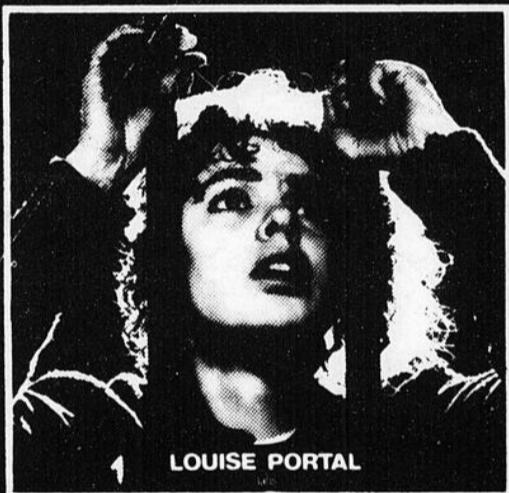
monté de façon à abaisser le centre de gravité. d'une contenance de 27.3L-6.0 gal. imp. et très facile d'accès.

* Réservoir de carburant

2 GRANDS SUCCES AU MEME PROGRAMME

Coupable d'avoir aimé la vie...
Condamnée pour l'avoir vécue
passionnément.

14
ANS



LOUISE PORTAL

CORDELIA

L'HISTOIRE D'UN VIOL,

DE L'AGRESSION ULTIME DE L'HOMME SUR LA FEMME
OU LA BRUTALITÉ EMPRUNTE LES GESTES DE L'AMOUR

J'avais peur...
J'avais peur de mourir
dans un trébuchet
au fond d'une ruelle...

Je pensais même
qu'il allait me battre
pendant des heures,
pis qu'il allait
me tuer après...
pour rien...

C'est
la peur...
LA PEUR
ET LA
HONTE!



Mourir: 7.30h.
Cordelia: 9.15h.

MOURIR A TUE-TETE

17 AU 23 OCT **Théâtre PRINCESSE** Salle 2
Rivière du Loup 862 3291
Affiliation: Ciné Agence

* Dimensions équilibrées: largeur hors-tout de 99cm-39", longueur de 263cm-103.5" et hauteur de 107cm-42.25".

Blizzard 9500 plus, une machine destinée au motoneigiste d'expérience qui sait maîtriser les grandes vitesses. Admirablement carrossée, elle présente une allure agressive avec son capot et son siège d'un rouge flamboyant, coupé de noir et de fines lignes blanches. Le moteur: un Bombardier-Rotax de 436.6cm.3 dont l'alimentation est

coordonnée par une valve rotative et dont les deux cylindres ont un fini "Nikasil" assurant une meilleure distribution de la chaleur et une longévité accrue des éléments mécaniques...Circuit intégré de refroidissement par liquide, alimenté par pompe à engrenage...Carburateurs jumelés Mikuni VM-36...Système d'allumage transistorisé (C.D.I.) entièrement nouveau...Echappements calibrés avec silencieux... Bouches de sortie de chaleur sous le pont... Transmission "Instant

Torque" à trois rampes. Poids: 199.5kg-440 livres. **Blizzard 7500 plus**, de la puissance brute pour parcourir à toute volée les sentiers. Moteur Bombardier-Rotax de 339.2cm.3 à valve rotative, refroidi par liquide...Deux carburateurs Mikuni VM-34 et, comme pour la 9500 Plus, un allumage transistorisé, des échappements calibrés avec silencieux, une transmission à trois rampes et une instrumentation des plus complètes comprenant un tachymètre, un odomètre et une jauge de température.

IL EST UN AGENT TRÈS SPÉCIAL!

DUR...RUSÉ... INTRAITABLE!

Traqué au coeur des Alpes Suisses
par la Pègre Internationale,
un Témoin Important doit être
ramené devant la Justice!

14
ANS



CHARLES
BRONSON

AVEC LES COMPLIMENTS DE
**CHARLIE
CHARLIE**

JILL PELAND ROD STEIGER

Christopher Lee Milo O'Shea & Oliver Tobias

"LE TRESOR DE LA MONTAGNE SACREE"

Montagne: 7.30h.
Charlie: 9.15h.

17 AU 23 OCT. **Théâtre PRINCESSE** Salle 1
Rivière du Loup 862 3291
Affiliation: Ciné Agence

LES PRIX SONT EN VIGUEUR
JUSQU'AU 18 OCTOBRE 1980
NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT
DE LIMITER LES QUANTITÉS

EPICIERIS UNIS

GEM

VOTRE
RENDEZ-VOUS
QUOTIDIEN

PRODUITS AYLMEYER
HARICOTS
jaunes et verts coupés

MAIS EN CRÈME

POIS VERTS
grosseurs assorties

POIS ET CAROTTES
Canada de choix btes 14 oz

2/.69

SAUCE
pour sandwichs chauds
St-Hubert bte 400 ml

2/.69

EAU DE JAVEL
concentree Mix-O cont 128 oz

.99

PÂTES ALIMENTAIRES
coudes/spaghetti/spaghettini
Gattuso cello 1 kilo

1.09

BREUVAGE AUX FRUITS
assortis F.B.I. 6 bout 6 oz

.88

DÉTERSIF EN POUDRE
Arctic Power bte 6 litres

3.19


COCA-COLA
bouteilles consignées 750 ml

6/2.29

PAPIER DE TOILETTE
couleurs assorties
Royale pqt 8 rlx

2.69

BIFTECK
intérieur de ronde
ou attendri
boeuf
Canada
catégorie «A»



2.88
la livre

ROSBIF
pointe de surlonge ou
croupe desossée roulée

2.88
la livre

BOEUF
en cubes

2.78
la livre

CRETONS
Cuisine Rochette 283 g

1.58
chaque

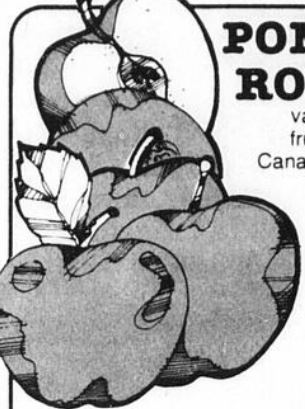
SAUCISSES
porc et boeuf sur plateau
Cuisine Rochette

1.48
chaque

SIMILI POULET
St-Castin

1.28
la livre

POMMES ROUGES
variété McIntosh
fruits du Québec
Canada de fantaisie
sac 5 lb
chaque



1.29

OIGNONS JAUNES
légumes du Québec
Canada no 1 sac 5 lb chaque

.88

POIREAUX
légumes du Québec
calibre gros pqt 2

.49

MINI-CAROTTES
légumes du Québec
Canada no 1 sac de 12 oz chaque

.38

POIRES
variété Bartlett fruits des E.-U.
Canada de fantaisie calibre 150
la livre

.48

GHERKINS SUCRÉS
Mc Larens
moyens
bocal 12 oz

1.19

BONBONS
Viau
variété Halloween
cello 200 à 225 g

.89

BISCUITS
enrobés Venus/Bantam
Viau bte 350 g

1.19

BONBONS
Toffee/boules au beurre/
pastilles touffruits
Dare sac 425 à 450 g

1.29

JUS DE RAISINS
Welch bout 40 oz

1.59

GRUAU
précut
Robin Hood bte 13 oz

.89

GÂTEAUX
Snacking saveurs assorties
Betty Crocker bte 14 oz

1.19

CUP-A-SOUP
saveurs assorties
Lipton bte 4 erv

.69

FARINE
tout usage
Purity sac 3 5 kilos

2.39

CONFITURES
fraises/framboises
Carmélite bocal 24 oz

1.59

HUILE D'ARACHIDES
Planter's
bout. 500 ml

1.69

FROMAGE
tranche singles
Kraft pqt 500 g 24 tranches

2.29

PAINS HAMBURGER
St-Castin pqt 12

.85

AMPOULES ÉLECTRIQUES
40/60/100 watts
G.E. pqt 2

.99

DENTIFRICE
Ultra Brite
tube 100 ml

1.29

SAUMON
sockeye
Clover Leaf bte 7 1/2 oz

2.09

DÉTERGENT LIQUIDE
pour la vaisselle
Palmolive cont. 1 litre

1.99

SAVON DE TOILETTE
Format personnel
Cashmere bouquet le pain

.25

COUCHES
nouveau-nes
Pampers pqt 30

2.99

NOURRITURE POUR CHATS
Cat Chow
Purina bte 1 kilo

1.39

MOUCHOIRS DE PAPIER
couleurs assorties
Royale bte 60 3 plis

.49

JUS D'ORANGES
Kent 12 oz

.69

La Chanson d'ici

Procurez-vous un microsilillon des plus belles «CHANSONS D'ICI» de vos auteurs compositeurs et interprètes préférés.

Fabienne Thibeault \$6.49
Chantal Pary
Detente subliminale
Robert Paquet

chaque album simple \$3.99

Radio Star

Courez la chance de gagner cinq microsilillons de «LA CHANSON D'ICI» offerts par votre station locale. A chaque jour de la semaine, votre station de radio vous fera entendre un des dix interprètes de «La Chanson d'ici».

Découpez le coupon de participation et conservez-le. Notez le nom de l'interprète du concours «La Chanson d'ici» à chaque jour de la semaine. Inscrivez-y vos noms, adresse et numéro de téléphone.

«La Chanson d'ici»

Nom de l'interprète _____

Lundi _____

Mardi _____

Mercredi _____

Jeudi _____

Vendredi _____

Nom _____

Adresse _____

Tel. _____

C.J.F.P.
1, rue Frontenac
Rivière-du-Loup

Postez-le à votre station de radio.

sons et lumières REPERCUSSION

MUSIQUE

Depuis quelques années, toute une classe d'instruments musicaux s'est affirmée. Grâce à l'apport de cultures autres qu'occidentale, de même qu'au travail de plusieurs musiciens, les instruments de percussion ont pris une dimension importante au sein de la musique, qu'elle soit sérieuse ou populaire.

Les tablas indiennes, les gongs asiatiques, les tam-tams africains se sont intégrés à la batterie, au vibraphone et à tous les autres instruments qui se jouent en frappant avec des bâtons ou avec les mains. Les Michel Séguin (Toubabou), Gary Burton,

Carl Palmer, Vincent Dionne et les Percussions de Strasbourg ont prouvé que les instruments de percussion pouvaient avoir un langage plus évolué que le bégayement constant des répétitions rythmiques. Ils peuvent parler, même à bâtons rompus.

C'est dans ce sens que le groupe "REPERCUSSION" oriente son travail. "REPERCUSSION" veut "renvoyer dans une direction nouvelle (Petit Robert)" le rôle jusqu'ici échu aux instruments de percussion. A cette fin, "REPERCUSSION" met sur pied une tournée au cours de laquelle le groupe donnera deux types de concerts, l'un pour adultes, le second pour les

enfants. A ce jour, plus de deux cents concerts ont été donnés à travers la province et les réactions ont été plus qu'encourageantes.

Le concert pour adultes comporte une transcription de la fugue extraite de la toccata et fugue en sol mineur de J.S. Bach, des oeuvres contemporaines québécoises telles "Château de cartes" de Vincent Dionne et "Sensors I" d'Alcides Lanza, de même que des oeuvres contemporaines de compositeurs étrangers tels Maurice Ohana et William Kraft.

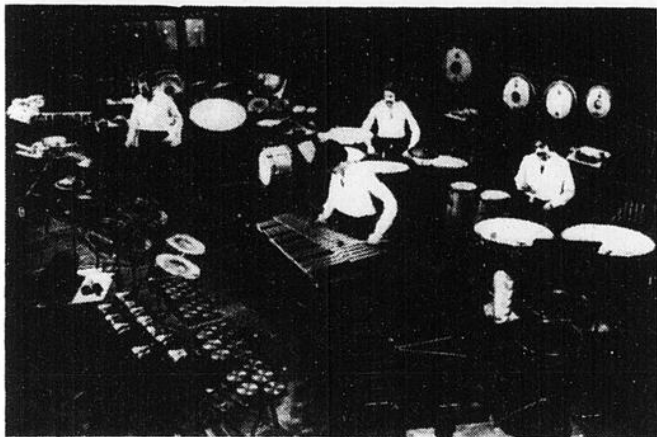
Le concert pour enfants est constitué d'un répertoire spécialement choisi pour le jeune public et s'oriente plus vers un aspect didactique. Au fil des ans, les concerts pour enfants sont devenus de véritables cours de musique où l'animation tient une grande place. Rythme, harmonie, timbre, nuances et mélodie, les fondements mêmes de la musique y sont abordés.

A travers la présentation des divers instruments, dont certains ont été inventés par les membres du groupe, et l'exécution d'une pièce spécialement commandée pour ces concerts à un compositeur québécois (Pierre Genest), "REPERCUSSION" rapproche l'enfant de la musique et lui montre comment, à l'aide de tout ce qui lui tombe sous la main, il peut organiser des sons et faire de la musique.

Fondé depuis 1974, "REPERCUSSION" est formé de quatre musiciens, dont trois "premier prix de percussion" du Conservatoire de musique du Québec, Robert Lépine (1976), Chantal Simard et Michel Drapeau (1978). Aldo Mazza pour sa part détient un baccalauréat en musique de l'Université McGill. En plus de leur participation aux activités de "REPERCUSSIONS", les membres du groupe exercent leur métier de musicien avec des formations telles l'Orchestre symphonique de McGill, l'Association de musique actuelle de Québec, l'Orchestre symphonique de Loyola, etc.

Entendre et voir "REPERCUSSION" est une expérience unique. Aucun groupe au Québec, et même peu dans le monde, donnent une nouvelle dimension à la musique tant classique qu'actuelle, tant sérieuse que populaire, comme "REPERCUSSION". Un tel impact ne peut qu'avoir des conséquences importantes. A vous de profiter de toutes les répercussions.

Le groupe pourra être vu et entendu au Centre Culturel de Rivière-du-Loup, le 22 octobre prochain.



Sons et lumières

Il se passe quelque chose chez-vous? Un spectacle, un film, une troupe de folklore, une exposition, un groupe musical etc.; faites-nous le savoir avant le jeudi 5 heures et nous nous ferons un plaisir de passer votre communiqué. Afin d'assurer une meilleure diffusion, la longueur exigée est d'une demi-page 8 1/2 x 11 dactylographiée à double interligne. Faites-nous parvenir vos communiqués au St-Laurent-Echo, 16 du Domaine, C.P. 1026.

**FAITES EN SORTE
QUE VOTRE ANNONCE
RAPPORTE**

**CONSULTEZ LES
EXPERTS DU**

Le St-Laurent-Echo

862-1774



Pétaradant!
On rit, on frémit, on s'oxygène
dans cette grande vadrouille
de la cocasserie.

LE POINT (Robert BENAYOUN)

**Époustouflant... palpitant...
désopilant...**

LE JOURNAL DU DIMANCHE (Pierre BILLARD)

ANNIE GIRARDOT ● PHILIPPE NOIRET

DES CASCADES DE RIRE
avec **LA plus drôle**
des inspecteurs de police!

POUR
TOUS



ON A VOLÉ LA CUISSE DE JUPITER

avec FRANCIS PERRIN
CATHERINE ALRIC

Film de PHILIPPE de BROCA Dialogue MICHEL AUDIARD

UN SUSPENSE ANGOISSANT!

Son fils est traqué par la pègre
et pourchassé par la police.
Pour le sauver, il deviendra...

POUR
TOUS



un film de CLAUDE PINOTEAU
avec LAURENT MALET - CHRIS WIGGINS - HOLLIS McLAREN
DONALD PLEASANCE et EDUARD CARPENTIER
Musique de CLAUDE BOLLING
une co-production CINEVIDEO (Montréal) / FILMS ARIANE - FR 3 (Paris)

17 AU 23 OCTOBRE
HORAIRE
L'homme en colère
Sem.: 7h.30
Sam.-Dim.: 8h.45
On a volé la cuisse
Sem.: 9h.00
Sam.-Dim.: 7h.00-10h.15
Samedi 18 oct. à 1h.30
Représentation
de ces 2 films
Pour tous.
Adm.: \$1.50

CINEMA
Capitol
RIVIERE DU LOUP
862-3419

Une série de conférences sur l'amour et la sexualité

CONFERENCE

L'Université Populaire présente une nouvelle série de conférences audio-

visuelles intitulée "L'AMOUR". La première conférence

de cette série a pour thème "L'ÉROTISME AU FÉMININ" et sera pré-

Au Centre Culturel de Rivière-du-Loup

Jean Lapointe



Jeudi 16 octobre
Vendredi 17 octobre
à 20:30

Ciné Jeunes
dimanche 19 oct. à 14:00 h.



Conférence audio visuelle
lundi 20 oct. à 20:30 h.



L'ÉROTISME AU FÉMININ

Billets et cartes:

J.A. Boucher
Sonothèque
Coop étudiante

A VENIR: le 22 oct.

Répercussion concert J.M.C.



sentée par le docteur Jean-Yves Desjardins, du département de sexologie de l'Université du Québec.

Chaque conférence sera traitée de façon audiovisuelle. Les documents présentés par le docteur Desjardins ont été acclamés dans différents congrès internationaux et qualifiés par les grands maîtres de la sexologie américaine, Masters et Johnson, comme étant "des oeuvres majeures de la sexologie, accessibles à tous..."

La série L'AMOUR se propose d'amener les couples à mieux se connaître dans leur similitude et leurs différences, à fournir aux hommes et

aux femmes des éléments de connaissance susceptibles de faciliter leur harmonisation érotique et d'améliorer la qualité des relations érotiques et amoureuses.

"L'ÉROTISME AU FÉMININ" nous fait entrer dans l'intimité érotique d'un couple. Sur des images d'une grande beauté et d'une grande simplicité, Jean-Yves Desjardins, présent sur scène, nous fera "découvrir" le cheminement, les difficultés, les défis et les pouvoirs de la femme érotique de 1980.

"Mon but fondamental, de dire Jean-Yves Desjardins, c'est d'amener les femmes à récupérer une vision globale de tout ce qu'elles sont comme femmes, comme êtres sexués, comme êtres érotiques...tant au plan de la connaissance d'elles-mêmes qu'au niveau de leurs émotions vécues".

Une conférence à entendre, des documents à voir...pour une perspective nouvelle de la sexualité féminine.

Au Centre Culturel de Rivière-du-Loup, le 20 octobre 1980 à 20.30 heures. Une production de l'Université Populaire.

SPECTACLE

Histoires de fantômes, de Francine Tougas



Texte, musique et chansons: Francine Tougas.
Mise-en-scène: Murielle Dutil.

"...Histoires de Fantômes, c'est un voyage en catimini dans un monde fragile et tout en ombres, celui de l'amour et de ses fantômes. C'est une brèche dans le mur du pourquoi et du comment. C'est le passé et le présent d'une amoureuse impuissante qui se gave de rêves et qui en est malade..."

Histoires de Fantômes, c'est un monologue. Parfois drôle, parfois non. C'est une confidence, un exorcisme, un débordement. C'est un geste parmi d'autres pour sortir de l'impasse. Un pas parmi d'autres sur le chemin d'une nouvelle puissance: celle du coeur et du sexe.

Avec un presqu'espoir au bord des lèvres, je dédie ce témoignage à toutes les femmes en solitude. A toutes les femmes". A voir les 17 et 18 octobre au Café Québécois.

VENTE DE BOEUF

CATEGORIE D1 POUR CONGELATEUR

environ 100 lbs. à 150 lbs.	
DERRIERE DE BOEUF la lb.	1.59
DEVANT DE BOEUF la lb.	1.25
environ 250 à 300 lbs.	
DEMI CARCASSE la lb.	1.39
environ 60 à 75 lbs.	
LONGE LONGUE la lb.	1.69
RONDE COURTE la lb.	1.75

MORCEAU COMPLET

EPAULE la lb.	1.59
HAUT DE COTES la lb.	1.29
RIBS STEAK la lb.	1.49
BAS DE COTES la lb.	.99
GIGOT la lb.	1.09

Tél.: 862-3521
3522

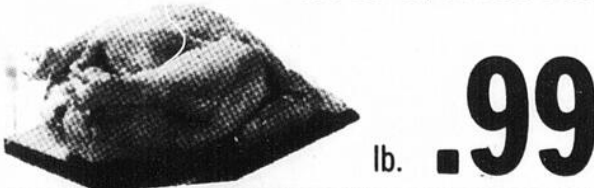
Boucherie

Gendron Enr.

201, Lafontaine, Rivière-du-Loup

Bière & Porter

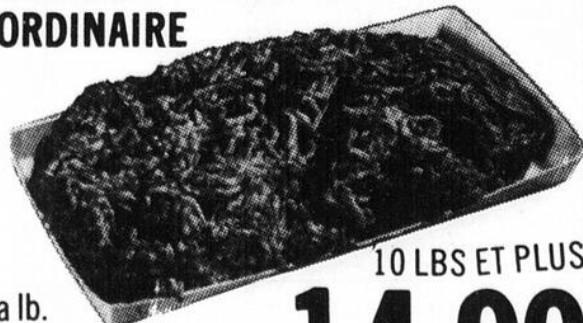
POULET cat. Utilité, env. 5 à 6 lbs.



lb. **.99**

TOUTES CES VIANDES PROVIENNENT DE L'ABATTOIR DU TEMIS INC. SOUS INSPECTION FEDERALE APPROUVE CANADA

BOEUF HACHE FRAIS ORDINAIRE



la lb. **1.59** **14.90** 10 LBS ET PLUS

sons et lumières

(B.B.)-L'ouverture des fêtes du 75ième anniversaire de fondation de la paroisse Saint-Ludger, le 27 septembre dernier, a donné lieu au dévoilement du gagnant du concours de la chanson-thème de ces célébrations.

C'est un citoyen originaire de Saint-Ludger, M. Denis Chouinard, directeur du Choeur Saint-Louis et président du jury du concours, qui a eu l'agréable tâche d'annoncer que Mme Robert Chénard, du 340 de la rue Raymond, était l'auteur de la chanson gagnante, parmi celles soumises au jugement des juges.

On voit ici Mme Chénard, au centre, entourée de M. Chouinard et de l'abbé Ronald Landry, curé de Saint-Ludger. Les deux principaux critères pour le choix de la meilleure chanson-thème étaient son contenu historique et sa facilité d'interprétation.

Mme Chénard, qui avait choisi de composer des paroles sur l'air de "La Boîte à Chanson" de Georges Dor, s'est vue remettre un prix en argent par le Grand Chevalier, M. Gérard Soucy. (Photo Saint-Laurent-Echo)

Gagnante de la chanson du 75ième



Semaine de la Caisse Populaire et d'économie

"Parlons Desjardins", tel est le thème de la Semaine de la caisse populaire et d'économie qui se déroulera cette année du 12 au 18 octobre. Cette initiative du Mouvement des caisses populaires et d'économie Desjardins est un temps privilégié de dialogue entre la caisse locale et la population qu'elle dessert.

C'est sous le signe de la fierté que s'organiseront toutes les manifestations de cette importante semaine, d'abord pour le personnel pour qui c'est l'occasion de s'identifier à l'entreprise coopérative offrant des services aux membres et à la collectivité. C'est également une fierté pour les membres et le public d'avoir choisi cette institution "pas comme les autres" dont ils sont copropriétaires, usagers et bénéficiaires.

La caisse populaire et d'économie fera ainsi sentir sa présence dans le milieu en réaffirmant sa nature coopérative et son caractère démocratique.

Rappelons que cette

période de manifestations diverses mise sur pied en 1970 par les caisses populaires Desjardins laisse à chaque caisse, organisme autonome, la possibilité d'initier les célébrations au gré et au rythme des milieux et des régions.

La Semaine de la caisse populaire et d'économie qui se tient dans la semaine du troisième jeudi d'octobre rappelle cette

année le 60ième anniversaire de la mort d'Alphonse Desjardins, fondateur de la première caisse d'épargne et de crédit en Amérique du Nord.

C'est une période intense qui suggère réflexion, dialogue et action aux membres, aux dirigeants et au personnel de la caisse et de toutes les composantes du Mouvement.

EXPOSITION

A la Galerie d'Art le Goéland

Du 14 octobre au 4 novembre

La Galerie d'Art Le Goéland présente certaines oeuvres de: Michel Perrin (huiles), Claude Carrette (huiles et aquarelles), Paule Lagacé (aquarelles et dessins). Les jours et heures d'accueil sont du mardi au dimanche inclusivement de 13.30 à 17.00 heures ainsi que les jeudis et vendredis soirs de 19.00 à 21.00 heures.

La ménopause: quand?

LIVRE

La ménopause, une nouvelle étape à vivre... La ménopause et la contraception... La ménopause et l'hystérectomie... Ménopause, mythe et cie...

Voilà quelques-uns des sujets traités dans un nouveau dépliant qui vient de paraître au ministère des Affaires sociales et intitulé "La ménopause". Un titre court pour un sujet bien dense. Bien controversé aussi.

Comme l'indiquent les sous-titres mentionnés plus haut, ce dépliant fait le tour des réalités le plus souvent reliées à ce phénomène physiologique. Ces réalités sont connues. Cependant, la façon dont elles sont abordées et traitées dans ce dépliant l'est, elle, un peu moins; on privilégie une approche réaliste, positive, claire et aussi précise que possible.

Un dépliant de femmes à femmes, mais aussi de femmes à hommes, du moins pour ceux qui voudraient mieux comprendre...ou en apprendre un

peu plus sur eux: un passage est consacré à l'andropause.

Un dépliant qui veut démontrer qu'"après tout, une ménopause et un andropause sans complication et sans compli-

xe...c'est possible".

Pour recevoir un ou plusieurs exemplaires de ce dépliant, écrivez à la Direction des communications, 845 avenue Joffre, 2e étage, Québec (Québec) G1S 3L8 ou téléphonez à (418) 643-1640.

MUSEE

Au Musée cette semaine

On prépare le CINEMA DU DIMANCHE. La programmation débutera le 19 octobre et se poursuivra tous les dimanches, à 14 heures. Elle portera sur St-Alexandre, l'escalade des roches et des glaces, Maurice Richard, les martyrs canadiens. Les projections seront annoncées dans cette rubrique chaque semaine. Le 19: les héritiers, de la violence ONF, un film qui tente d'aller aux sources du problème de la violence dans notre société.

On reçoit jusqu'au 15 octobre les visiteurs pour l'exposition des dessins et des toiles d'ALEXANDRE MARSOLAIS, peintre de Rivière-du-Loup.

On se prépare pour recevoir les TAPISSERIES QUEBÉCOISES à partir du 23 octobre.

CINE-CLUB 15 OCTOBRE

WILLIAM PETER BLATTY

L'EXORCISTE

THE EXORCIST

Mis en scène par WILLIAM FRIEDKIN

un film de WILLIAM FRIEDKIN

GAGNANT DE 2 PRIX DE L'ACADEMIE...



ELLEN BURSTYN · MAX VON SYDOW
LEE J. COBB · KITTY WINN
JACK MACGOWRAN

DRAME FANTASTIQUE 18 ANS

COULEUR 121 MINS.



Une actrice, Chris McNeill, a une fille de douze ans, Regan, qui se met à manifester des signes d'un extrême désordre mental et physique auquel la science médicale et psychiatrique est incapable d'apporter remède. Convaincue que Regan est possédée d'un esprit malin, Chris fait appel à un Jésuite, psychiatre lui-même, le père Karras, pour qu'il exorcise Regan. Celui-ci examine l'enfant pour vérifier l'utilité d'une telle intervention. Les autorités ecclésiastiques assignent à cette tâche un vieux prêtre, le père Merrin, auquel Karras devra donner assistance. Les deux hommes s'efforcent alors, grâce au rite traditionnel, d'apporter secours à l'enfant.

AVENIR: LES SOEURS BRONTEE 29 OCTOBRE

18 ANS Adultes

et la tendresse?...
Cordel!

Un film de Patrick SCHULMANN

avec Jean Luc BIDEAU
Evelyne DRESS
Bernard GIRAudeau
Anne-Marie PHILIPPE

Bientôt

Théâtre PRINCESSE
Rivière du Loup 862 3291
Affiliation: Cine Agence



ÉPICIERS UNIS

CASINO



ESSUIE-TOUIT

couleurs assorties
Kleenex pqt 2 rlx

1.08



JUS D'ORANGES

de la Floride
sucré ou non sucré Libby's bte 48 oz

.99



SAUCE

pour sandwichs chauds
St-Hubert bte 400 ml

2/69

La Chanson d'ici
Procurez-vous un microsilillon des plus belles «CHANSONS D'ICI» de vos auteurs compositeurs et interprètes préférés.
Fabienne Thibeault \$6.49
Chantal Pary
Détente subliminale
Robert Paquet
chaque album simple
Radio Star \$3.99

Courez la chance de gagner cinq microsilillons de «LA CHANSON D'ICI» offerts par votre station locale. A chaque jour de la semaine, votre station de radio vous fera entendre un des dix interprètes de «La Chanson d'ici». Découpez le coupon de participation et conservez-le. Notez le nom de l'interprète du concours. «La Chanson d'ici» à chaque jour de la semaine. Inscrivez-y vos noms, adresse et numéro de téléphone.

«La Chanson d'ici»
Nom de l'interprète

Lundi
Mardi
Mercredi
Jeudi
Vendredi
Nom
Adresse
Tel

Postez-le à votre station de radio

C J F P
1, rue Frontenac
Rivière-du-Loup

CAFÉ MOULU

Maxwell House
sac 1 lb

2.99

MARGARINE MOLLE

Cremex
cont. 400 g

.63

BISCUITS

Breaktime/assortis
Dare bte 500 g

1.09

JUS DE TOMATES

Campbell
carton 6 btes 5 1/2 oz

1.09

BEURRE D'ARACHIDES

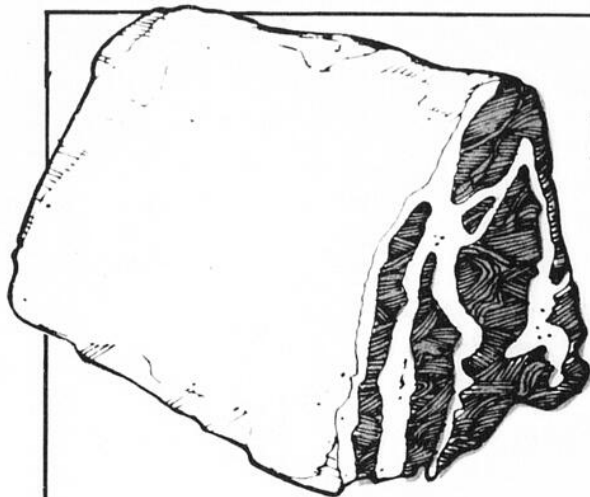
Cremeux
Schwartz bocal 500 g

1.09

GRANDE RENTRÉE D'AUBAINES

MARCHE CENTRAL
59, Hôtel de Ville
Rivière-du-Loup
862-3516

LES PRIX SONT EN VIGUEUR
JUSQU'AU 18 OCTOBRE 1980
NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT
DE LIMITER LES QUANTITÉS



LONGE DE PORC FRAIS

bout des côtes

1.18
la livre

1.28
la livre

gros bout du filet



CAROTTES LAVÉES

légumes du Québec
Canada no 1
sac 5 lb
chaque

.49

PÂTE AU POULET
Bilpage
300 g
chaque
1.48

TÊTE FROMAGÉE
Bilpage
283 g
chaque
1.28

SALADE DE CHOUX
Coors
18 oz chaque
.98

HÛITRES
sur écales
catégorie
régulière
Caprice
bte 3 lbs chaque
3.48

CÔTELETTES DE PORC
coupe du milieu
la livre
1.78

SAUCISSON
de bologne
en morceau
St-Castin
la livre
.88

POULET FRIT
barillet Fleming
9 mx chaque
3.68

BOEUF FUMÉ
Coors
4 env. de 57 g. chaque
2.28

BROCOLI FRAIS
légumes des E.-U.
calibre 14
chaque
1.09

ORANGES
Sunkist
variété de la
Californie
calibre 113
la douzaine
1.78

AIL SUR TRESSE
légumes de
l'Italie
cont. 2 lb
chaque
6.39

POIRES
variété Bartlett
fruits des E.-U.
Canada de
fantaisie
calibre 150
la livre
.48

JUS D'ORANGES
100% pur
Tropicana
produit de la
Floride
jarre 64 oz
chaque
2.39

NOURRITURE POUR BÉBÉS
en purée/saveurs assorties
Heinz bocal 4 1/2 oz
.31

MACÉDOINE
de choix Ideal bte 19 oz
.49

BISCUITS
Petit Beurre
Montmagny pqt 400 g
1.19

RAISINS MINIATURES
Sun Maid
cello 14 btes 1/2 oz
1.39

CAFÉ INSTANTANÉ
Encore
bocal 8 oz
4.89

CÉRÉALES POUR BÉBÉS
saveurs assorties
Heinz bte 8 oz
.98

TIRE
Halloween David cello 250 g
.79

1.39

PÂTES À SANDWICH
veau-porc-poulet/veau-
jambon-tomates/
jambon-veau-langues/foie
Cordon Bleu bte 7 oz
.89

BONBONS
toffee/boules au beurre/
pastilles touffruits
Dare sac 425 à 450 g
1.29

BISCOTTES
régulières ou sans sel
Grissol bte 250 g
1.19

POIS À SOUPE
St-Castin cello 2 lb
.59

PAINS HAMBURGER
St-Castin pqt 12
.85

FÈVES AU LARD
bien mijotées Libby's bte 8 oz
.45

NOURRITURE POUR CHIENS
boeuf/poulet
Tops bte 25 1/2 oz
2/.89

LITIÈRE POUR CHATS
Saular
sac 10 kilos
3.59

PAPIER DE TOILETTE
couleurs assorties
boutique Delsey
pqt 4 rlx
1.49

NETTOYEUR
liquide
bte 40 oz
2.39

MOUCHOIRS DE PAPIER
couleurs assorties
Kleenex bte 100 3 plis
.53

PROTECTION SANITAIRE
régulières et désodorisantes
Light Days bte 30
1.99

BONJOUR HORIZON

AVEC Kellogg Salada

À GAGNER: 10 PLYMOUTH HORIZON 1981

THÉ EN SACHETS
orange pekoe
Salada bte 60 sacs
1.79

MARMELADE 3 FRUITS
Good Morning
bocal 24 oz
1.59

CÉRÉALES
Corn Flakes
Kellogg bte 675 g
1.29

CÉRÉALES
Raisin Bran
Kellogg bte 525 g
1.59

TABLETTES GRANOLA
saveurs assorties
Northern Gold
Kellogg bte 275 g
1.29

CRISTAUX
à saveur d'orange
Rise N Shine
pqt 4 env 3 1/4 oz
.99

FESTIVAL DU FROMAGE CANADIEN

FROMAGE FONDU
Velveeta
bte 1 kilo
4.29

FROMAGE FONDU À TARTINER
Cheez-Whiz
bocal 500 g
2.09

FROMAGE MOZZARELLA
Kraft
pqt 16 oz
2.59

PRODUITS FRAIS SURGELES

PÂTE
poulet et dinde
St-Hubert 8 oz
.89

GARNITURE
pressurisée
Rich 250 g
.99

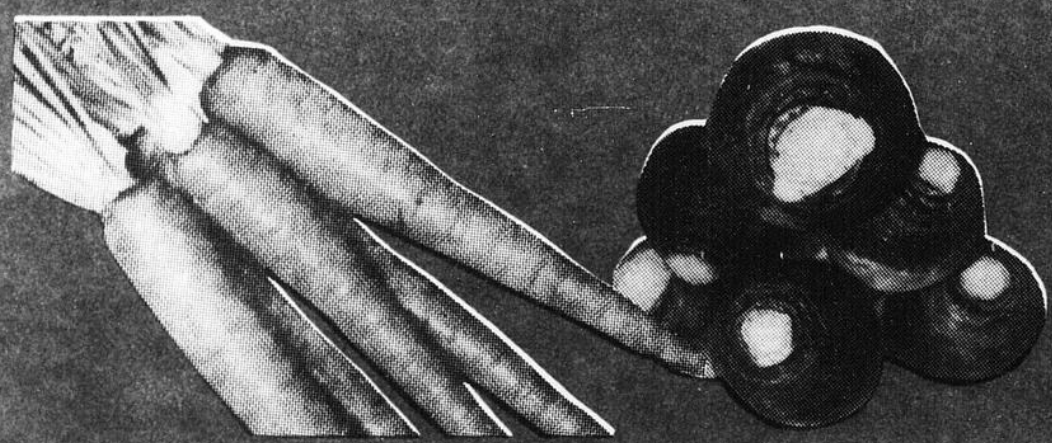
T.V. DINER
boeuf/dinde/poulet
Swanson bte 11 oz
1.39

coop : cooprix :::



Mélange à soupe poulet & nouilles Lipton bte 4 env .99	Margarine molle Blue Bonnets cont 2 lb 1.59	Tartinade aux arachides crémeux Kraft bocal 1 kg 2.39	Papier de toilette White Swan blanc, rose ou jaune pqt 4 rlx 1.29
Nectar F.B.I., saveurs assorties 6 cont 6 oz .95	Biscuits Jelly Sponge Leclerc cello 450 g 1.15	Sauce à pizza Freddy bte 12 oz .69	Essuie-tout White Swan imprimé ou assorti pqt 2 rlx 1.27
Thé prior park Salada sac 100's 1.59	Pâtes alimentaires Gattuso spaghetti ou macaroni coupé bte 1 kg 1.19	Raisins sultana Wasco sac 15 oz 1.39	Détersif en poudre All bte 2.1 kg 2.89
Cordial de poulet Bovril bout 250 g 1.69	Pâte de tomates Gattuso bte 13 oz .77	Détersif liquide Sunlight P.M. 0 91 S bout 500 mL .79	Nettoyeur tout-usage Lestoil bout 40 oz 2.05
			Asperges longues Maple Leaf de choix bte 12 oz 1.15
			Poison à souris Green Cross cont 50 g .55
			Adoucisseur liquide pour tissus Fleecy cont 128 oz 2.29
			Poulet dans son bouillon Notre-Dame bocal 900 g 4.89
			Biscuits Viau, Vénus, Bantam cello 350 g 1.15
			Jus de pommes vitaminé Rougemont non sucré bte 48 oz .93
			Café moulu rég. Maxwell House sac 1 lb 2.99

LÉGUMES À BOUILLIR



Carottes Produit du Québec Canada no 1 emballage 5 lb .59
Rutabagas Produit du Québec Canada no 1 emballage 5 lb .55
Oignons à bouillir Produit du Québec Canada no 1 emballage 10 lb 1.09
Panais Produit du Québec emballage 1 lb .49
Betteraves Produit du Québec emballage 2 lb .39
Pommes de terre brossées Produit du Québec Canada no 1 emballage 50 lb 3.99

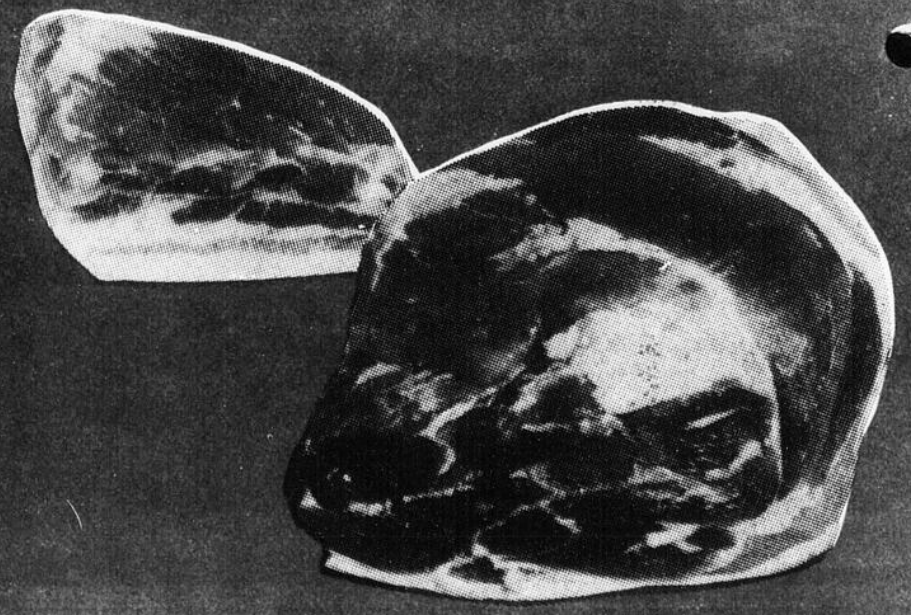
VIANDES

DES ITEMS SONT DISPONIBLES DANS LES COOPÉRATIVES AYANT UN SERVICE DE BOUCHERIE

Rôti de porc frais dans l'épaule
(genre picnic) **1.98** lb

Flanc de porc salé **1.19** lb

Pain de simili poulet Laffeur tranché sur demande lb 1.29	Saucisses fumées Coorsh rég pqt 16 oz 1.19
Saucisses porc et boeuf Coop Produit décongelé lb 1.19	Viances tranchées Hygrade Simili poulet, olive, bologna pqt 175 g .85
Tête fromagée Coop cont 283 g 1.29	Jambon cuit Hygrade extra maigre Tranché sur demande lb 2.39
Bacon Laffeur empaqueté à vide pqt 500 g 1.59	Pâté foie la Dijonnaise lb 1.39



Magasin Coop Rivière-du-Loup

298 Blvd Thériault

COOP, C'est Où On Pense !

SEMAINE DES PRODUITS AYLMER

<p>JUS TOMATES Aylmer de fantaisie, bte. 19oz.</p>  <p>.29</p>	<p>SOUPE TOMATES Aylmer bte 10oz.</p>  <p>.19</p>	<p>SOUPE LEGUMES Aylmer bte. 10oz.</p> <p>.19</p>	<p>FRUITS EN BOITE</p> <p>PECHES demies de choix bte. 19oz.</p>  <p>.79</p>
<p>POIS VERTS asst. de choix bte. 19oz.</p>  <p>.39</p>	<p>TOMATES de choix bte. 28oz.</p>  <p>.69</p>	<p>TOMATES de choix bte. 19oz.</p> <p>.59</p>	<p>ANANAS tranchées ou broyées Aylmer bte. 19oz.</p>  <p>.59</p>
<p>CAFE moulu rég. sac lb.</p>  <p>2.99</p>	<p>CAFE INSTANT Maxwell House 10oz.</p>  <p>4.98</p>	<p>JUS D'ORANGE Minute Maid 12oz.</p>  <p>.79</p>	
<p>BISCUITS DAVID tartes aux fraises</p> <p>pqt. .75</p> 	<p>LIQUEURS Coke et Sprite bout. 26oz.</p>  <p>6/1.99 plus dépôt</p>	<p>NON-ALIMENTAIRE * Disponible en magasin ou sur commande.</p> <p>Couteau pour huîtres 0-1 chaque .69</p> <p>Thermomètre à bonbons 267-H chaque 2.39</p> 	
<p>POULET cat. Utilité, 5 à 6 lbs.</p>  <p>lb. .79</p>	<p>DINER CONGELE Swanson bonne fourchette 482 gr.</p>  <p>1.99</p>		



Votre maître épicier vous en donne plus!



LES PRIX ANNONCÉS DANS CES PAGES SONT EN VIGUEUR JUSQU'À LA FERMETURE DES MAGASINS DE VOS MAÎTRES ÉPICIERIS MÉTRO SAMEDI PROCHAIN LE 18 OCTOBRE 1980, À 17H. NOUS NOUS RÉSERVONS LE DROIT DE LIMITER LES QUANTITÉS, PAS DE VENTE AUX MARCHANDS.

SOC DE PORC ROULÉ
fumé 2-3 lb
METRO RICHÉLIEU
2.08
lb

CUISSEAU DE VEAU DÉSOSSÉ
roulé, surgelé
2.98
lb

VALEUR Plus
POIRES "ANJOU"
gr 135
Produit des États-Unis
Cat. Canada No 1
.49
lb



VALEUR Plus
BOEUF HACHÉ ORDINAIRE
1.28
lb

BIFTECK OU CÔTES D'ALOYAU
bout enlevé
COUPE PROVENANT DE BOEUF CANADA CATÉGORIE "A"
3.58
lb

RAISIN ROUGE "EMPEREUR"
Produit des États-Unis
Cat. Canada No 1
.88
lb

SAUCISSES FUMÉES
METRO RICHÉLIEU
1 livre **1.38**

CRETONS
METRO RICHÉLIEU
300 g **1.38**

SAUCISSON DE SALAMI
METRO RICHÉLIEU
tout boeuf morceau ou tranche lb **1.98**

CÔTES DE FLANC DE PORC
surgelées lb **1.48**

FOIE DE BOEUF
de choix tranche, produit décongelé lb **.98**

FILETS D'AIGLEFIN NICKERSON
surgelés 28 oz **3.79**

JAMBON CUIT
MAPLE LEAF
tranche 175 g **1.58**

SAUCISSON DE PEPPERONI en bâtonnet
MAPLE LEAF 250 g **1.68**

BACON SANS COUENNE tranche
SCHNEIDER 500 g **1.98**

CUISSES OU MORCEAUX DE POULET PANÉS
frits surgelés
SCHNEIDER 900 g **4.09**

POITRINES DE POULET PANÉES
frits surgelés
SCHNEIDER 900 g **4.59**

JAMBON DÉSOSSÉ prêt-à-manger
SCHNEIDER OLDE FASHION 2-3 livres lb **3.98**

CANTALOUPE gr 23
Produit des États-Unis
Cat. Canada No 1 ch **.49**

POMMES "McINTOSH"
Produit du Québec
de fantaisie Panier de 4 ptes **1.99**

ORANGES "OUTSPAN"
gr 112
Produit de l'Afrique du Sud douz. **1.39**

ÉCHALOTES
Produit des États-Unis **2.49**

CHAMPIGNONS BLANCS
Produit du Canada chop. **.99**

OIGNONS JAUNES
Culture du Québec
Cat. Canada No 1 Cello 5 lb **.89**

ÉPINARDS
Culture du Québec Cello de 10 oz **.59**

On connaît not' monde!

BOISSON
saveurs variées
FBI
paquet 6/6 oz **.88**

SAUCE AUX
TOMATES
HUNTS
cont. 14 oz
2/.89

FARINE
PRÉPARÉE
BRODIE XXX
sac 2 kg **1.88**

BREUVAGE
INSTANTANÉ
Chocolat ou Fraise
NESTLÉ QUIK
cont. 375 g **1.08**

LAIT
ÉVAPORÉ
CRINO
cont. 385 ml **.59**

DÎNER
beefaroni, spaghetti
avec boulettes
mini-ravioli
CHEF
BOYARDEE
bte 15 oz **.79**

LE GRAND FESTIVAL
DES FROMAGES CANADIENS

VELVEETA
Préparation de fromage
cheddar
KRAFT
1 kg **4.39**

SINGLES
Préparation de fromage fondu
24 tranches
KRAFT
paquet
500 g **2.18**

SAUCE À LA
VIANDE
pour spaghetti
BRAVO
cont. 28 oz **1.18**

BISCUITS
Goglu
LIDO
boite 800 g **1.48**

BISCUITS
Oréo, Pépites
de chocolat
CHRISTIE
sac 450 g **1.38**

SIROP DE
TABLE
HABITANT
cont. 1 litre **1.89**

CONFITURE
PURE
fraises,
framboises
LAURA
SECORD
bocal 24 oz **2.29**

SOUPE AUX
LÉGUMES
AYLMER
bte 10 oz **4/1.00**

MARGARINE
DURE
(disponible
au Québec
seulement)
CRE MEX
paquet 1 lb **.55**

RIZ FRIT
INSTANTANÉ
saveurs variées
DAINTY
bte 12 oz **.58**

TIRE
BÉLANGER
sac 250 g **1.19**
1.89

ANANAS
TRANCHÉ
TROPIC bte 10 oz **.48**

ESSUIE-TOUT
DE PAPIER
imprimé blanc
ou ass.
FACELLE
ROYALE
paquet
2 rouleaux **1.18**

MARGARINE
MOLLE
(disponible au Québec
seulement)
CRE MEX
cont. 400 g **.69**

POIS VERTS
No. 2
Canada de choix
CARRIÈRE
bte 19 oz **.69**

MÉLANGE À
GÂTEAU
SNACKIN'
saveurs variées
BETTY
CROCKER
bte 14 oz **1.19**

RAGÔT
boeuf, irlandais,
poulet
CORDON
BLEU
bte 24 oz **1.59**

AMPOULES
ÉLECTRIQUES
40, 60, 100 watts
G.E. BEST BUY
paquet 2s **.89**

PAPIER-
MOUCHOIRS
couleurs variées
FACELLE
ROYALE
bte 100 f **.75**

NETTOYEUR POUR
TOILETTE
bleu
liquide
SANI
FLUSH
cont. 12 oz **1.09**

SACS
Utilité
BAGGIES
paquet 40s **1.09**

COUCHES
JETABLES
nouveau-né
PAMPERS
paquet 30s **2.99**

DÉTERSIF EN
POUDRE
ARCTIC POWER
bte 6 litres

2.98

NOUVEAU
ARCTIC
POWER
XE

VALEUR Plus

PAPIER HYGIÉNIQUE
couleurs variées
FACELLE ROYALE
paquet 8 rouleaux

2.18

YOUR OWN ROYALE KITTEN
ADOPTÉZ UN
CHATON ROYALE

8
ROLLS
ROULEAUX

FACELLE
Royale

VALEUR Plus

CAFÉ MOULU
mouture à toutes fins
MAXWELL HOUSE
sac 16 oz

2.78

PÊCHES
demies ou tranchées
COCKTAIL AUX FRUITS
POIRES BARTLETT
demies
DEL MONTE
Canada de fantaisie bte 19 oz

.78

PÂTES
ALIMENTAIRES
coudes, spaghetti, spaghetti fin
LANCIA
500 g

.58

PILLSBURY
Croissants,
biscuits
feuilletés
au beurre
rouleau 8 oz
et 235 g **.69**

CAFÉ
INSTANTANÉ
régulier ou
décaféiné
TASTER'S
CHOICE
bocal 8 oz **5.99**

PÂTE À
SANDWICH
Variété
PARIS
PÂTE
4/3 oz **1.39**

CERISES
ROUGES
au marasquin
CORO-
NATION
cont. 250 ml **1.69**

SAUCE AUX
POMMES
SCOTIAN GOLD
bte 19 oz **.55**

SAUCE CHINOISE
SOYA
V-H
bouteil. 250 ml **.79**

CHAMPIGNONS
morceaux et pieds
NARCISSUS
bte 10 oz **.79**

BISCUITS
The social
CHRISTIE
cello 400 g **1.15**

YOGOURT
aux fruits
SILHOUETTE
4/125 g **1.19**

JUS
D'ORANGE
ORANGE
MAISON
bouteil. 64 oz **1.59**

CRÈME À
TARTINER
aux noisettes
NUTELLA
cont. 185 g **1.39**

PÂTE
DENTIFRICE
régulière ou
menthe
CREST
tube 150 ml **1.59**

EAU DE
JAVEL
LA
PARISIENNE
cont. 128 oz **.99**

ASSOUPLISSEUR
DE TISSUS
LA
PARISIENNE
cont. 128 oz **1.69**

ALIMENTS SURGELÉS
SUPERFRIES
ondulées
régulières
McCAIN
sac de 2 lb **.89**

JUS D'ORANGE
CONCENTRÉ
MINUTE
MAID
Contenant
de 6 1/2 oz. **2/98**

GÂTEAU
FIESTA
chocolat
vanille
McCAIN
Boite de
21 oz **1.59**

JARDINIÈRES
DE LÉGUMES
florentine
parisienne
McCAIN
Sac 2 lb **1.49**

PIZZA
croustillante
garnie 4 x 5
garnie 4 x 5
McCAIN
Boite de
15 oz **1.79**

LÉGUMES
brocoli tige
choux de
bruxelles
McCAIN
Boite de 10 oz. **.59**

METS CHINOIS
Egg-Roll
viande
Riz frit
au poulet
WONG
WING
Boite
de 12 oz **1.09**



la plus Belle avec Sylvie

Enceinte, plus belle que jamais

Certains hommes affirment que rien n'égale la beauté d'une femme enceinte. Si la femme se réjouit de sa condition et l'assume pleinement, elle est en effet radieuse, sereine et en beauté.

Dès le début de votre grossesse, préparez votre peau à la rude épreuve qu'elle devra subir en l'hydratant, en la tonifiant quotidiennement, spécialement les seins et le ventre.

Souvent, le "masque de grossesse" (petites taches sur le visage, l'estomac et le dos) apparaît très tôt au cours de la grossesse. Causé par une activité hormonale accrue, il disparaîtra comme il est venu. Mais attention, n'utilisez que des bonnes crèmes nettoyantes et camoufflez-les par un fond de teint un peu plus opaque ou un bâton anti-cerne, si cela est nécessaire. Evitez de pincer ou de jouer avec ces taches.

Difficiles à prévenir, les vergétures peuvent être diminuées par des massages quotidiens avec une crème de lanoline ou à l'huile d'olive.

Prenez un soin "jaloux" de vos seins et des mamelons, si vous avez l'intention d'allaiter votre bébé.

Après l'accouchement ne vous négligez pas. Il est important de maintenir le moral et de vous sentir bien dans votre peau. Même si tout n'est pas parfaitement en ordre dans la maison, accordez-vous quotidiennement quelques minutes.

Maquillez-vous, portez des vêtements coquets, vous serez de meilleure humeur, croyez-le l'expérience d'une mère de 2 enfants!

Clinique d'esthétique
Comptoir Santé Beauté
Représentant des produits
Nelly de Vuyst, Elizabeth Arden, Biotherm, Edith Seirei, Payot, Roc.
Sylvie Marquis prop.
Centre d'Achats, tél.: 862-2845

SOYEZ BIEN INFORMES
LISEZ

LE ST-LAURENT-ECHO
RIVIERE DU LOUP • TEMISCOUATA • KAMOURASKA

A CHAQUE SEMAINE

VOUS Y RETROUVEZ

- Toute l'actualité politique résumée par Roland Marquis dans "Politique en Abnâ"
- Une page et plus de "Petites annonces classées" pour faciliter vos achats
- L'horoscope de Lise-Pierre Cyr, astrologue
- Un horaire "Télé-complet" et à jour
- La page "À noter" où se découvrent les faits et gestes de chacun de nos organismes locaux
- La page "Editorial" qui transpire une longue connaissance du milieu
- Les offres d'emploi en provenance du Centre de Main d'Œuvre
- Des chroniques pour tous les goûts
- Une section sportive
- Un véritable guide d'Achat pour le consommateur d'ici
- Et toujours plus

MANCHETTE DE LA SEMAINE

LE MAGASIN CO-OP SERA A-GRANDI DES CET HIVER.

A LIRE ABSOLUMENT

POUR UNE INFORMATION COMPLETE, CONCUE ET REDIGEE PAR DES SPECIALISTES LE ST-LAURENT-ECHO EST AU PREMIER RANG

Téléphonez-nous pour recevoir votre "St-Laurent-Echo"
Tél.: 862-1774

la page commerciale

Le St-Laurent-Echo est heureux de participer à la Semaine des Caisses Populaires en vous présentant les directeurs des différentes caisses.



Mlle J. Gagnon, directrice de la Caisse Populaire de St-André.



Michel Perron, de la Caisse Populaire de Cacouna.



M. Denis Côté, de la Caisse Populaire de l'Isle-Verte, [chambre de commerce, et Union des Jardiniers].

Semaine des Caisses Pop



M. Jean-Marc Guérette, directeur de la Caisse Populaire Thibaudau.



M. Fernand Mailloux, directeur de la Caisse Populaire de St-Ludger et comptoir du Cégep.



M. Guy Boucher, directeur de la Caisse Populaire de Rivière-du-Loup. Siège social: Centre d'achat et 106 Lafontaine, comptoir Notre-Dame-du-Portage.

POUR VOS PETITES ANNONCES CLASSEES
862-1774

"L'Hebdo, un lien entre le citoyen et sa municipalité"

Témoin actif de sa région et agent de changement

LES MEMBRES REGIONAUX
ASSOCIATION DES ENTREPRENEURS DE LA MONTAGNE
MONTREAL • FRANCOPHONE

Procurez-vous et participez au concours

GAGNEZ 25.00\$ D'épicerie

CASINO d'Abnâmes

59 Hôtel-de-Ville
Rivière-du-Loup

Faites comme lui, soyez gagnant!

le fin gourmet

La crème glacée

La fabrication de la crème glacée est plus complexe qu'on ne le pense, disent les conseillères en alimentation à Agriculture Canada.

Ce produit glacé est toujours fait d'un mélange de crème, de lait ou d'autres produits laitiers et d'un agent édulcorant. Peuvent être ajoutés, un agent émulsifiant ou des jaunes d'oeuf, une préparation aromatisante, du cacao ou du sirop de chocolat, un colorant alimentaire ou du sel.

Le mélange de crème glacée est pasteurisé, homogénéisé, aromatisé et ensuite, il est congelé rapidement pour obtenir une texture crémeuse et onctueuse. Pendant la congélation, de l'air est incorporé en fouettant pour donner un produit léger; autrement, la crème glacée serait dure comme de la glace.

Les règlements du gouvernement spécifient la composition du mélange. La texture et le velouté des produits de différentes marques varient selon les ingrédients utilisés et la durée pendant laquelle le mélange est fouetté.

La crème glacée doit contenir au moins 36 pour cent de solides, 10 pour cent de matière grasse du lait ou 8 pour cent, si du cacao ou du sirop de chocolat, des fruits, des noix ou des produits de confiserie sont ajoutés. Lorsque la quantité de matière grasse est plus élevée, la crème glacée est plus veloutée. La crème glacée molle contient aussi au moins 10 pour cent de matière grasse du lait, mais plus de lait écrémé en poudre et environ 3 pour cent de moins de sucre que la crème glacée régulière. Le surplus de lait écrémé en poudre, les ingrédients particuliers utilisés et la température à laquelle elle est servie, lui confèrent sa texture molle, compacte et onctueuse. On y incorpore moins d'air aussi.

Le lait glacé est semblable à la crème glacée, mais doit contenir moins de 33 pour cent de solides et au moins 3 pour cent, mais pas plus de 5 pour cent, de matière grasse du lait. Même s'il contient moins de gras que la crème glacée régulière, il fournit à peu près autant de calories à cause de la quantité de glucides.

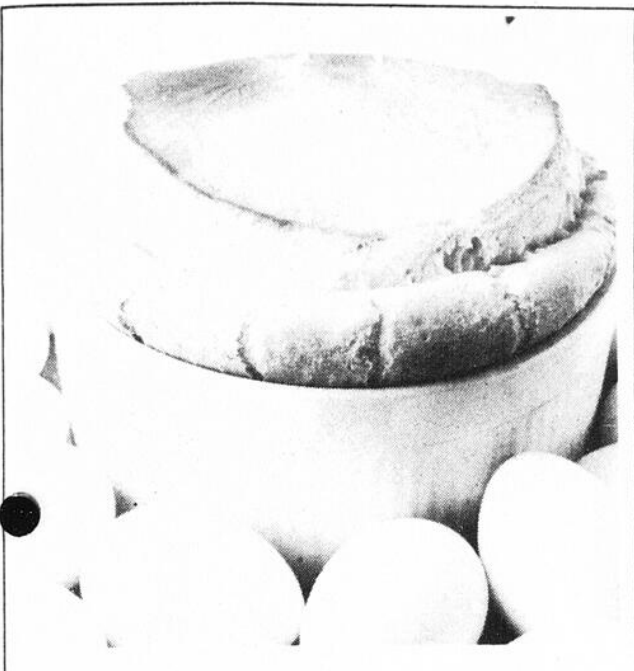
Pour un dessert de Pâques, voici une recette métrique facile. Ce "Délice choco-fraise" préparée par la Division de la consultation alimentaire, donnera un air de fête à tout menu.

Délice choco-fraise

- 125 ml. de beurre
- 50 ml. de cassonade
- 375 ml. de miettes de biscuits Graham

- 125 ml. de noix hachées finement
- 500 ml. de crème glacée aux fraises, ramollie
- 500 ml. de crème glacée au chocolat, ramollie.

Faire fondre le beurre. Incorporer la cassonade et cuire à feu modéré jusqu'à ce que le mélange bouillonne. Incorporer miettes et noix. Réserver 100 ml. de ce mélange. Diviser le reste en deux. Tasser la moitié du mélange de miettes uniformément dans un moule à pain de 2l. (23 x 13 x 7cm.). Refroidir 30 min. Étendre la crème glacée aux fraises et faire congeler 30 min. Répéter avec la deuxième moitié du mélange de miettes et la crème glacée au chocolat. Garnir avec le mélange de miettes réservé. Couvrir et faire congeler toute une nuit. 8 portions.



SOUFFLÉ FACILE À LA MODE DE SIMON

Servez un impressionnant soufflé au fromage. L'art de faire les soufflés peut être maîtrisé aussi bien par un débutant que par un cordon bleu. Ce soufflé facile à la mode de Simon est vraiment très simple, puisque le mélangeur électrique fait presque tout le travail. Vous n'avez qu'à placer, tous les ingrédients dans le mélangeur et, 45 minutes plus tard, un repas économique qui donne l'eau à la bouche pourra être servi à votre famille pour le dîner ou le souper. Si le soufflé tombe un peu en sortant du four, remplacez-le au four pendant 5 minutes. Pour plaire encore davantage à l'oeil, garnissez-le de tranches de tomates ou de concombres.

SOUFFLÉ FACILE À LA MODE DE SIMON

- 6 oeufs
- 1 cuillerée à table de beurre mou
- 1/2 tasse de crème à fouetter
- 1/4 de tasse de fromage parmesan râpé
- 1/2 cuillerée à thé de moutarde préparée
- 1/3 de tasse de farine
- 1/2 cuillerée à thé de sel
- 1/4 de cuillerée à thé de poivre
- 8 onces de cheddar fort
- 10 onces de fromage à la crème (1 1/2 tasse)
- 1/4 de tasse de jambon cuit, en petits cubes ou bâché

Beurrer un moule à soufflé de 5 tasses ou un autre plat à cuisson. Utiliser 5 ou 6 petits moules allant au four pour des soufflés individuels.

Placer les oeufs, la crème, le fromage parmesan, la moutarde, la farine, le sel et le poivre dans le contenant du mélangeur électrique. Brasser jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse.

Couper le cheddar en morceaux et l'ajouter, morceau par morceau au mélange, pendant que le mélangeur est en marche. Couper le fromage à la crème en morceaux et ajouter au mélange. Lorsque tout le fromage a été ajouté, battre la préparation à grande vitesse pendant 5 secondes. Verser la moitié du mélange dans les moules. Mettre le jambon puis verser le reste de la préparation pour couvrir le jambon.

Cuire au four, à température modérée (375°F) pendant 45 minutes si on désire un centre mou, un peu liquide, ou 50 minutes pour un soufflé ferme. Servir immédiatement. Donne 5 à 6 portions.



Votre optométriste

L'oeil

La myopie, partie 2

Les causes de la myopie sont difficiles à isoler: l'utilisation prolongée des yeux pour une tâche rapprochée provoque un stress visuel qui peut être un facteur causal. Mais la diète, la posture, la distance de travail, le métabolisme, l'hérédité, la naissance anormale de l'oeil sont tous autant de

facteurs causals possibles.

Il est donc difficile d'établir un mode de prévention efficace à 100%. Votre optométriste recommande cependant une certaine hygiène visuelle qui consiste en: -l'utilisation d'un bon éclairage.

-bonnes postures et distance à la lecture et devant la T.V.
-limite de temps au travail rapproché et devant la T.V.

Il recommande aussi fortement de faire vérifier régulièrement l'état du système oculo-visuel de votre enfant et adolescent chez qui ont été le plus sujet à voir apparaître la myopie.

Il existe des signes précurseurs de la myopie qui guideront votre optométriste de famille dans le choix d'une thérapeutique préventive. Il existe aussi des signes de myopie stationnaire, ou progressive et ceux d'une fausse myopie...

Selon le diagnostic qu'il posera, c'est-à-dire de la présence actuelle ou future de la myopie et de son type, l'optométriste donnera au sujet (quelque

soit son âge), les recommandations nécessaires qui seront accompagnées ou non d'un traitement par prescription de lentilles optiques simple foyer, de lentilles (double foyer), de lentilles de contact et/ou d'un programme d'entraînement visuel.

Par chacune de ces thérapeutiques votre optométriste vise un but très précis qui varie selon le cas examiné et qui peut être:

- de corriger une myopie déjà existante
- d'en contrôler la progression
- ou d'en prévenir l'apparition.

Dans tous les cas, votre optométriste tentera par tous les moyens mis à sa disposition et pour le mieux être du patient de donner une qualité de vision optimale pour une efficacité visuelle optimale.

St-Laurent-Echo 862-1774

Je m'abonne

nom

adresse

\$15.00 pour 1 an à l'extérieur de Rivière-du-Loup
payé par chèque ou mandat de poste.
Autres pays \$50.00 pour 1 an

16, rue du Domaine,
Rivière-du-Loup
G5R 4C3



HYGIENE LAITIERE SURGE

Un programme complet avec des produits éprouvés conçus pour chaque phase du nettoyage et de désinfection de l'outillage laitier.

Un choix complet de détergents Surge est disponible pour le lavage parfait des systèmes de traite avec pipeline, des bassins réfrigérés, des chaudières de trayeuses et des pièces de caoutchouc.

Un choix de bactéricides, pour l'outillage et le lavage du pis, vous permet de conserver un bas comptage bactérien tout en répondant aux exigences du marché.

Les acides Surge sont conçus pour prévenir la formation de dépôts minéraux et de pierre du lait, en vous aidant à maintenir les systèmes de traite plus propres.

Demandez-les lors de notre prochain arrêt à votre ferme laitière.



QUELLET EQUIPEMENT

rue Gauvin est, St-Jean de Dieu
963-2133

LES

AGÉS

VENTE DU 15 AU 25 OCTOBRE 1980

FAMILI-PRIX

1^{er} ANNIVERSAIRE



240, LAFONTAINE, RIVIERE-DU-LOUP

862-6326



HEMAREXIN 6.95
Ampoules buvables, 24

DIAPARENE 1.69
Débarbouillette pour bébés, 70

PARAMETTE 2.99
Vitamine croquable, 100

DRISTAN 2.19
Vaporisateur décongestionnant, 30 ml

VASELINE 1.69
Gelée de pétrole blanche, 500 gr

LYPSYL .49
Tube

DRISTAN 1.69
Tablettes décongestionnantes, 24

PLAYTEX 2.59
Sacs jetables pour hibernons, 100 x

EAU VICHY 1.19
Suprême purgative, 8 oz.

PREPARATION H 1.39
Onguent, 1 oz.

SCOPE 2.59
Gargarisme, 750 ml plus 20% gratuit

POLIDENT 1.09
Comprimés et bain dentier gratuit, 48



PAMPERS
Couches jetables super absorbantes, boîte de 60

\$7.49

PAMPERS
Couches jetables premier pas, boîte de 60

\$3.89



HEAD 'N SHOULDERS
Lotion, 330 ml

\$2.65

SUCRETS 1.19
Pastilles, 24

WAMPOLE 1.95
Capsules huile foie de morue, 10 min.

NUTRI-DIETE 7.79
Régime d'amaigrissement, 20

NEET 1.79
Lotion épilatoire régulier, citron, 170 ml

GILLETTE 2 pour .99
Rasoirs jetables, emballage de 1

GILLETTE TRACK II 1.29
Lames, pkg de 5

KLEENEX .66
Papier mouchoirs blanc, boîte de 200

CAREFREE 2.29
Protection légère, boîte de 35

KLEENEX 1.05
Essuie-tout blanc, 2 rouleaux

NOUVELLE LIBERTE 2.39
Maxi serviettes, boîte de 30

MINT PATTIES 2 pour .99
chocolat, 100 gr

CAPRICE 0.99
Sacs à déchets, 26 x 38", 10 unités, 1.3 min



COTTONELLE
Papier de toilette blanc, 4 rouleaux

\$1.05



L'OREAL
Shampooing, 200 ml

\$2.99

SECRET ULTRA SEC 1.79
Aérosol (parfumé) (inodore), 200 ml

BRUT 33 1.99
Lotion tout usage, 120 ml

L'OREAL PERMANENTE 3.89
régulier (teint)

Q-TIPS 1.95
Coton-tiges, 300

JOHNSON & JOHNSON 1.88
Shampooing pour bébés, 330 ml

CARESS 2 pour .99
Secou. Bain

JOHNSON & JOHNSON 1.79
Poudre pour bébés, 400 gr

IRISH SPRING 2 pour .99
Saïon, 200 gr

ENFALAC
Lait concentré, 15 oz.

SIMILAC
Lait concentré, 15 oz.

\$19.99

CIGARETTES
King Size, carton de 200 8.19
Regulières, carton de 200 8.09

MONTCLAIR 2 pour 1.19
Eau minérale naturelle gazeifiée, 750 ml

SYLVANIA FLIP-FLASH Lampes-eclair, 10 2.59

KODAK FILM 2.29
C110-24 C135-24 Caisse de 12 unités

B.D. SERINGUE 27G^{1/2}

A INSULINE 100 13.69

FLUORIDE

Aqua-fresh

600 ml

FIGHTS CAVINGS AND FRESHENS BREATH

AQUA FRESH
Dentifrice, 150 ml

\$0.99

ANTIPHLOGISTINE 1.39
RUB A-535, 80 ml

KLORANE 3.49
Excellence, shampooing

LINIMENT MINARD .99
100 ml

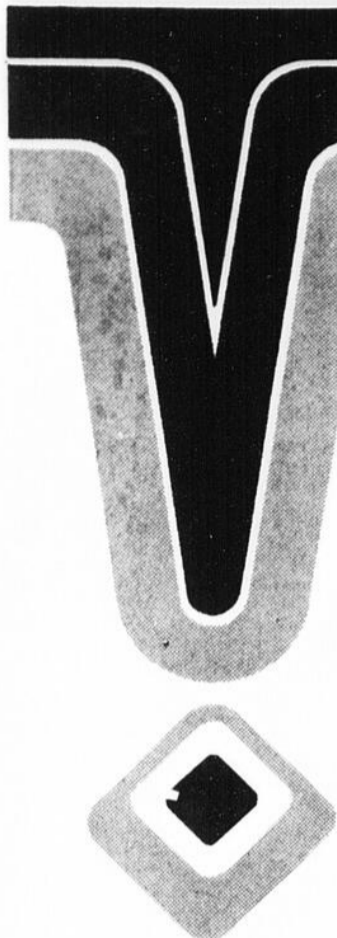
REACH .79
Brosse à dents (médium) (douce) (enfants)

CONCEPTROL SHIELDS 2.79
Condoms lubrifiés, 12 plus 3 gratuits

SILKIENCE 1.39
Revitalisant lotion

ARTECHOL 2.39
Facilite la sécrétion biliaire du foie et aide à la digestion, 50

HUMIDIFICATEUR HANKSCRAFT 16.99



**AUBAINES
FANTASTIQUES**

**DU 13 OCTOBRE
AU 18 OCTOBRE 80
CHEZ
MEUBLES FITZBACK LTEE**

prestige

DISPONIBLE TELEVISION
14 POUCES COULEUR

A **395.95**

**SPECIAL
POUR VOTRE
SOMMEIL**

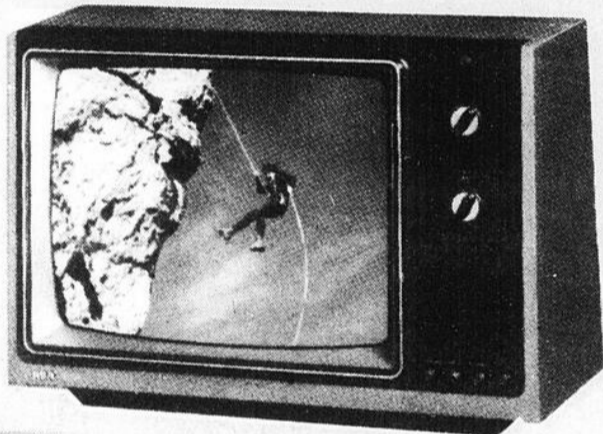
ENSEMBLE CADET 39"
2 MORCEAUX **99.95**

ENSEMBLE CADET 54"
2 MORCEAUX **149.95**

RCA

- 20 POUCES ● 100% TRANSISTOR
- GARANTIE COMPLETE
DE 3 ANS PIECES ET MAIN D'OEUVRE

SPECIAL **495.95**



ENCASTRABLE SU-410

397.95

ADAPTABLE SC-410

419.95

COULEUR EN SUS

Modele SU410

- Quatre boutons-poussoirs offrant un choix de sept cycles
- Voyant
- Lavage à paliers multiples
- Broyeur d'aliments mous
- Doseurs de détergent et de produit mouillant
- Panier à coutellerie
- Choix de couleurs: amande, jaune, moisson et blanc neige

**LIVRAISON GRATUITE
PLAN MISE DE COTE
SERVICE APRES-VENTE ASSURE**

VENEZ PROFITER
DE CES SPECIAUX CHEZ

Meubles
Fitzback Itée

646 Lafontaine,
Rivière-du-Loup