

# perspectives

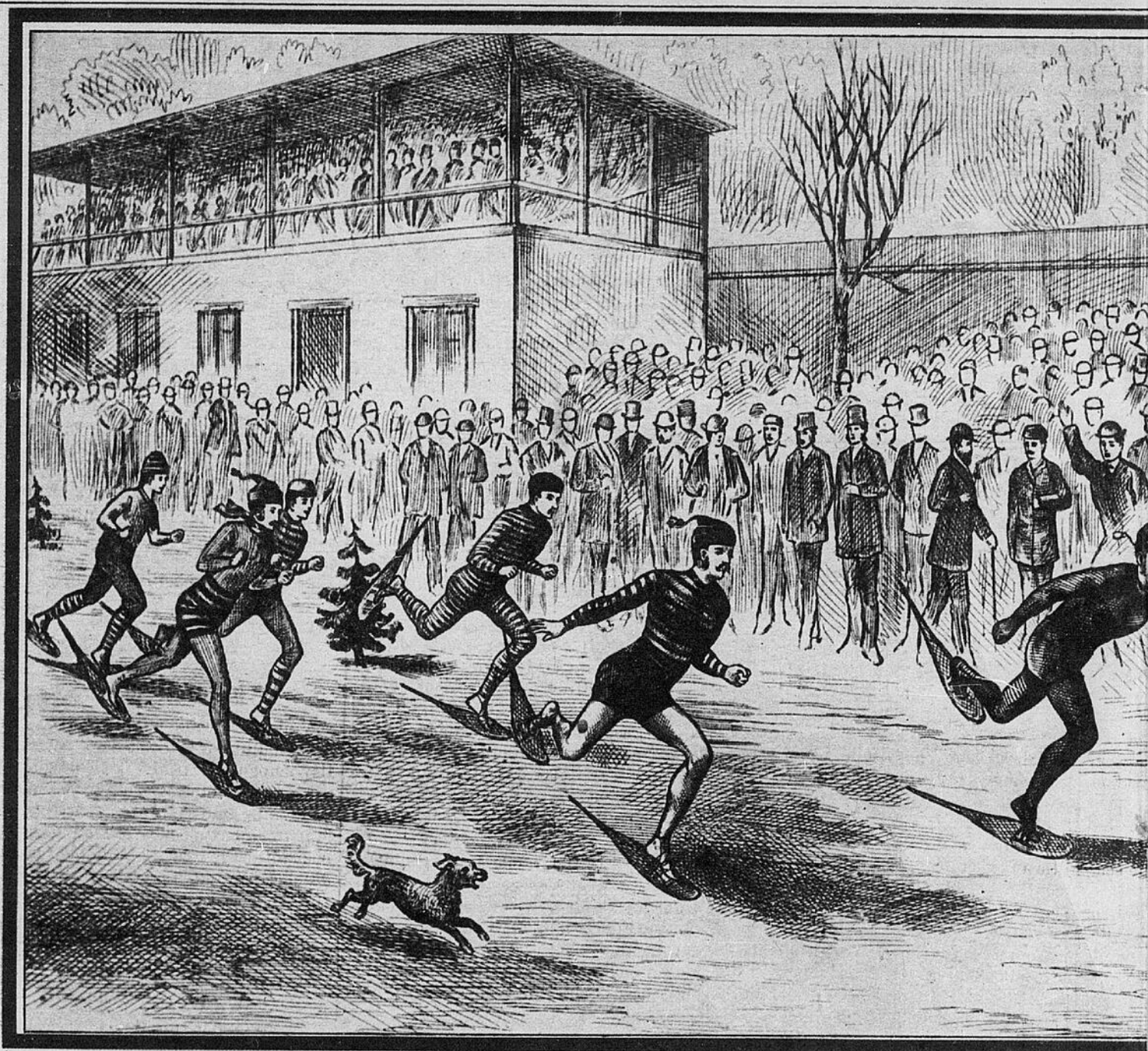
**LE DROIT**



Louise  
Danco

**BRAVE  
PÈRE NOËL!  
PAGE 10**





## C'est pas d'aujourd'hui que mon pays c'est l'hiver

PAR ÉLISABETH REVAI

Dès le début, le Canada, en raison de sa situation géographique, a posé de graves problèmes aux explorateurs. Ce vaste territoire qui s'étend entre 40 degrés de latitude et 90 degrés de longitude, couvrant la presque-totalité septentrionale du continent nord-américain, devait mettre à l'épreuve le courage et l'ingéniosité des plus intrépides.

Les premiers voyageurs eurent tôt fait de comprendre le besoin impératif de la survie. Il s'agissait d'adopter les moyens de locomotion indigènes: en été, le canot d'écorce, en hiver le toboggan et la raquette.

Ce dernier instrument, inconnu en Europe, semble avoir provoqué l'étonnement et l'admiration des premiers colons.

Dès le commencement du XVIII<sup>e</sup> siècle on découvre des remarques à ce sujet. Dans les *Relations des Jésuites* nous apprenons que les Indiens, après les premières neiges, ne peuvent plus mener leurs chiens à la chasse de peur que ceux-ci ne s'enfoncent dans la neige. Quant aux Indiens eux-mêmes, cela ne peut pas leur arriver "parce qu'ils s'attachent des raquettes aux pieds à l'aide desquelles ils demeurent dessus". Il est curieux de noter que, dès leurs premiers contacts avec cet engin, les voyageurs le nommèrent d'après la raquette du jeu de paume qui était en vogue en France à cette époque.

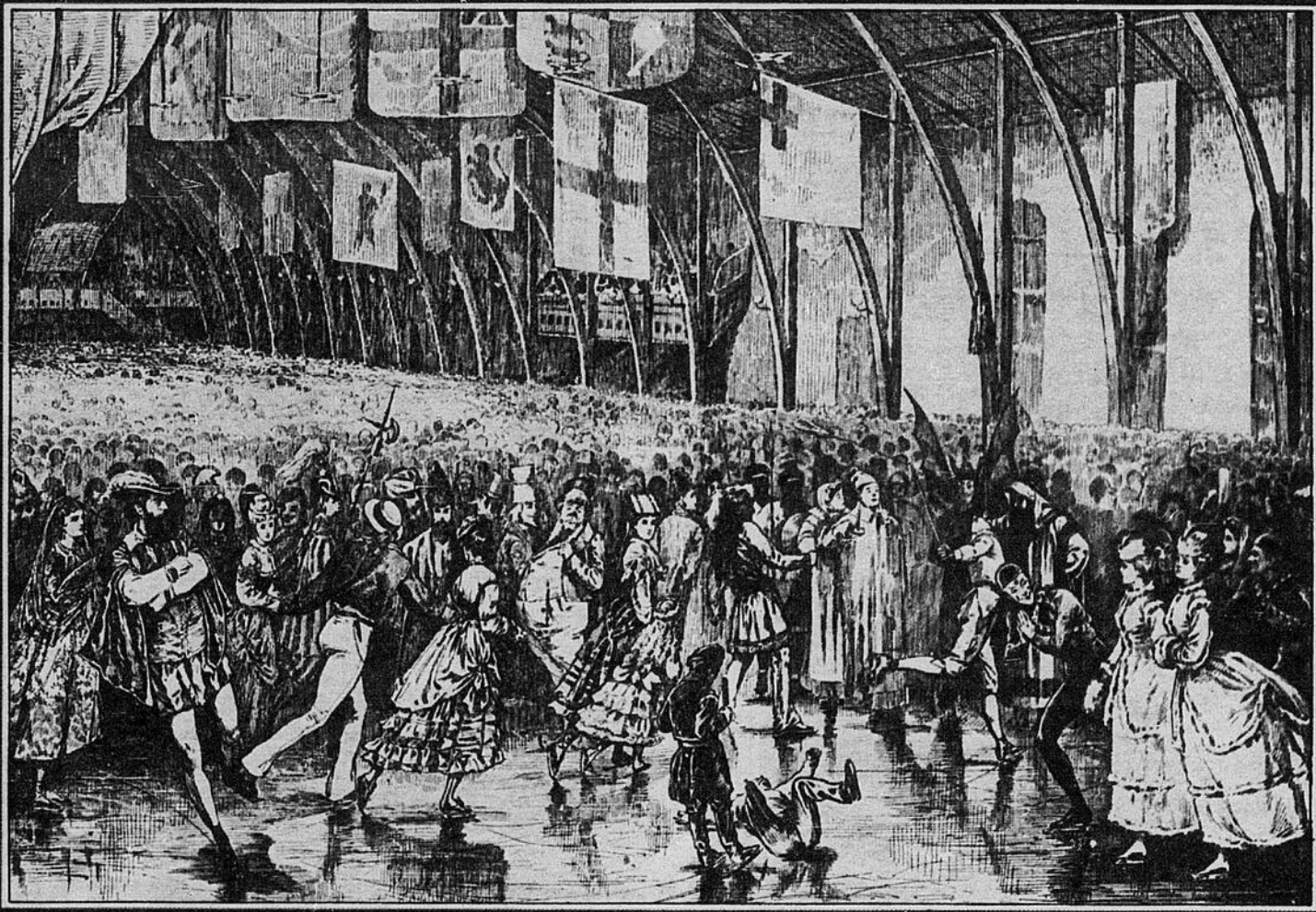
Les missionnaires durent en prendre leur parti s'ils ne voulaient pas rester immobilisés pendant une grande partie de l'année. Ce n'est pas sans une certaine répugnance que certains d'entre eux se résignèrent à surmonter leur peur devant ces acrobaties inaccoutu-

mées, comme nous le relate avec bonhomie le père Le Jeune:

"Le 3 décembre nous commençâmes à changer de chaussures, et à nous servir de raquettes; quand je vins à mettre ces grands patins tout plats à mes pieds, je m'imaginai qu'à tous coups je donnerais du nez dans la neige, mais l'expérience m'a fait voir que Dieu pourvoit commodément toutes les nations des choses qui leur sont nécessaires: je marche fort librement avec ces raquettes. Les Indiens font des souliers de peaux d'élan pour s'en servir sur ces raquettes. Il faut que leurs souliers soient d'une peau maniable, autrement, ils gêneraient leurs raquettes."

La tradition des raquettes remonte à des civilisations plus lointaines que celle des Amérindiens. L'historien grec Flavius Arrien rapporte dans son *Anabase* qu'A-





*Ci-contre, aquarelle de James Duncan (au musée McCord) montrant des Indiens glissant en toboggan et tenant des raquettes; ci-dessus, fête costumée à la patinoire Victoria de Montréal; à gauche, course d'un mille pour la coupe Worthington; ces deux dernières gravures, parues dans l'Opinion publique en 1877, font partie des collections particulières de l'université de Montréal.*

Alexandre le Grand s'était servi d'instruments semblables pour franchir les régions septentrionales de l'Inde lors de sa conquête de ce pays. Il avait fait chausser à ses soldats "certains cercles garnis de jonc" qui leur permirent "de marcher plus aisément sur des neiges ayant parfois jusqu'à seize pieds d'épaisseur".

Il est peu probable que le gouverneur Daniel de Courcelle ait eu connaissance de cet épisode de l'histoire ancienne. Toujours est-il qu'en bon militaire il employa la même méthode en 1666 pour son expédition contre les Iroquois. Disposant d'une troupe d'environ 500 hommes, il eut l'idée de les munir de raquettes, chaque soldat étant censé transporter son équipement: armes, nourriture, couvertures, etc. Pour l'attirail plus lourd, on eut recours aux toboggans. Durant cette pénible campagne ils couvrirent plus de mille milles

sans jamais rencontrer d'Indiens. C'est que Courcelle, qui avait eu l'heureuse initiative de combattre les éléments avec des méthodes autochtones, n'avait pas songé à employer un guide indigène. L'expédition s'égarait et, par suite d'un brusque dégel, dut rebrousser chemin. Ainsi ce bel exploit sportif n'eut pas de conséquences militaires. Néanmoins il ne se termina pas sans pertes, les efforts physiques ayant réclamé plusieurs victimes.

Un siècle plus tard, on retrouve encore la raquette comme unique moyen de communication, dans le récit que fait un voyageur français, le baron de La Hontan, d'une chasse à l'orignal à laquelle il participa:

"Ces chaussures sont heureusement inventées pour marcher sur la neige; on court moins vite avec des souliers sur un chemin battu. Il faut avouer aussi qu'on

en a grand besoin. La neige est ici fort copieuse; ordinairement il n'y en a pas moins de quatre pieds sur la terre; ainsi les Raquettes sont nécessaires, non seulement à chasser l'Orignal, et à courir dans les Bois, mais même pour aller à l'Eglise lorsqu'elle est éloignée de l'Habitation."

Tous les membres de l'expédition n'acceptaient pas l'inconfort du climat avec la même équanimité. Pour donner une idée de la situation, l'auteur mentionne la remarque de l'un des leurs qui semble l'avoir amusé: "Un des Soldats qui nous accompagnaient me dit qu'il fallait avoir le sang d'eau-de-vie, le corps d'airain et les yeux de verre pour résister à un froid si âpre."

La raquette garda son importance durant la traite des

Suite page 4



## C'est pas d'aujourd'hui que mon pays c'est l'hiver



fouffures, on s'en sert d'ailleurs encore toujours dans le Grand Nord à cette fin. Mais, avec le développement des moyens de transport, son rôle se limita de plus en plus à celui de sport mondain. Des clubs se formèrent, dont le prestigieux Montreal Snow Club, fondé en 1840. La popularité de ce sport ne fera que s'accroître avec le temps. D'autres clubs surgirent, une liste de 1883-84 en énumère une dizaine dont le Canadien, le Trappeur, et les Amateurs de Raquette, d'origine québécoise. Ils rivalisaient tous en activités sportives et mondaines: compétitions et dîners annuels accompagnés de bals et de concerts.

Ces clubs participaient également à des manifestations d'un intérêt plus général. Ainsi lorsqu'en 1883 la célèbre cantatrice Albani, née Emma Lajeunesse, retourna la première fois à Montréal, les membres des divers clubs de raquetteurs lui firent une réception spectaculaire. Ils se groupèrent autour de la gare Bonaventure, formant une double haie sur les trottoirs, tenant des flambeaux à la main.

De nos jours, nous assistons à un renouveau de la raquette, beaucoup de sportifs lui donnant la préférence sur le ski de randonnée.

L'autre moyen de transport de l'homme primitif, le ski, utilisé surtout dans les régions montagneuses, s'est répandu en Europe et en Asie septentrionale depuis l'âge du bronze. Les plus anciens spécimens, façonnés dans l'os de grands mammifères, noués aux chaussures avec des lanières de cuir, remontent à plus de 5 000 ans. Quant à l'importance que les peuples scandinaves attachaient à cet exercice, il suffit de mentionner que leur mythologie comportait une déesse du ski, nommée Skada. D'ailleurs ils représentaient tous leurs dieux montés sur des skis.

L'évolution du ski se fit avec celle de la civilisation scandinave. Après l'ère chrétienne, le bois remplaça

l'os. Ce n'est qu'à partir de cette époque que l'on peut trouver des grandeurs standard d'environ 7 pieds 6 pouces. C'est également le bois qui permit la fabrication des bouts recourbés, rappelant la forme actuelle des skis. Leur longueur excessive ne diminua que depuis leur emploi pour des buts militaires.

Sur le continent nord-américain, en raison de l'usage de la raquette, le ski ne fit qu'une apparition relativement tardive. Aux Etats-Unis, dans les années 1850, à l'époque de la ruée vers l'or, on remarque un nombre considérable de skieurs sur les pentes abruptes de la Sierra Nevada. Comme quoi la soif de l'or ne connaît pas d'obstacle!

Au Canada, en 1879, un journal montréalais rapporte la prouesse d'un Norvégien, résidant à Montréal, qui parcourut la distance de 170 milles jusqu'à Québec sur des skis d'une longueur de neuf pieds. Bientôt d'autres adeptes se présentèrent à Montréal et à Ottawa.

Le premier club de ski fut fondé à Montréal en 1904, suivi par ceux de Québec, Ottawa, Trois-Rivières. Après avoir été un exercice élitique au début, le ski est devenu le sport le plus populaire, pratiqué par des centaines de milliers de fervents. Dans les compétitions internationales les efforts des équipes canadiennes ont souvent d'excellents résultats qui ont culminé dans les médailles d'or remportées lors des deux derniers jeux Olympiques par des skieuses de grand talent.

Pour le transport des fardeaux ou de plusieurs personnes, l'homme primitif créa diverses formes de traîneaux. Au début, cet appareil ne consistait qu'en une peau de bête tendue entre deux morceaux de bois. Pour de longues randonnées dans les régions montagneuses, les Amérindiens se servaient de toboggans, ayant soin d'emporter leurs raquettes pour traverser les plaines.

Les colons, militaires et civils, adoptèrent bientôt le

toboggan pour leurs loisirs. Comme l'effort exigé pour cet exercice variait selon le terrain choisi, les cavaliers pouvaient en profiter pour inviter leurs dames sur les pentes douces du mont Royal à une partie plus sentimentale que dangereuse.

Très appréciées étaient également au siècle dernier les courses de traîneaux. Organisées surtout durant le carnaval, elles attiraient un nombre considérable de parieurs américains. Les équipages des attelages simples ou à plusieurs chevaux partaient de la place d'Armes ou du square Dominion sous les regards attentifs de curieux.

Quant aux parties de traîneaux familiales, nous en connaissons l'atmosphère enjouée par les oeuvres de quelques peintres contemporains, Henri Julien, Cornélius Krieghoff, Edmond Joseph Massicotte, entre autres.

Rien d'étonnant si ces promenades ont laissé un souvenir vivace auprès du distingué homme de lettres français Adolphe de Puibusque, qui était venu à Montréal au milieu du siècle dernier. Dans une lettre adressée à son hôte qui n'était autre que Georges Barthélemy Faribault, le bibliographe québécois bien connu, Puibusque évoque avec une teinte d'humour les plaisirs de ces évolutions au grand air:

"Nous avons eu hier un charmant *sleighbing* pour la visite à Monkland. On eût dit un Longchamp moscovite. J'espère que cette température sèche pourra délivrer Mme Faribault de ses douleurs; le teint rose de Mlle Georgina n'a pas besoin d'un froid si piquant pour avoir tout son incarnat, quant à vous, mon cher Monsieur, je vous crois trop bon Canadien pour douter de l'état florissant de votre santé lorsque je gèle."

La nostalgie des vivifiants hivers du Canada accompagna Puibusque jusqu'à Londres d'où il écrivit à Faribault, se plaignant des interminables brouillards qui





Ci-contre, Partie de traîneau, tableau d'Henry Buxton Laurence; à gauche, en haut, Voile à glace, du même; ces deux tableaux font partie des collections privées de l'université de Montréal; en bas, En face du fleuve, aquarelle de James Walker conservée au musée McCord.

lui font regretter les bons poètes du Canada.

Les plus récentes variétés du traîneau, le bobsleigh et la motoneige, permettent d'atteindre des vitesses vertigineuses. Dans la première, devenue l'une des disciplines des jeux Olympiques d'hiver, l'équipe canadienne a remporté plusieurs prix, tandis que la motoneige s'est développée en une industrie importante de l'économie canadienne.

Quant aux sports de glace, ils présentent la même évolution que les sports de neige: de moyens de transport primitifs, basés sur des patins en os, ils sont devenus des sports populaires et de fabuleuses sources de revenus.

Curieusement, il existe un sport de glace où on n'emploie pas de patin; le curling. Ce sport, né sur les canaux hollandais, fut transporté en Ecosse par des marchands flamands vers le XVI<sup>e</sup> siècle. La Nouvelle-Ecosse l'adopta dès le début du XIX<sup>e</sup> siècle, mais c'est à Montréal que revient l'honneur d'avoir fondé en 1809 le Montreal Curling Club, la plus ancienne association sportive du continent nord-américain.

La voile à glace n'a jamais pu acquérir une véritable popularité. Cette combinaison du traîneau et du voilier présente plusieurs dangers. Sa rapidité prodigieuse ne fait qu'augmenter les risques résultant de l'inégalité et des fentes camouflées de la surface d'une grande étendue de glace.

Plus paisibles et plus artistiques sont les plaisirs du patinage. Né dans les pays nordiques d'Europe, ce sport s'est propagé en Angleterre dès le XI<sup>e</sup> siècle. Toutes les classes sociales semblent s'y être intéressées, car certaines sources du XVI<sup>e</sup> siècle mentionnent que les apprentis favorisaient le patinage, tandis qu'un chroniqueur du XVII<sup>e</sup> rapporte que les gentilshommes de l'époque s'adonnaient à ce sport à St. James's Park.

Bientôt le patinage se répandit dans les autres pays

d'Europe. Il est curieux de noter que nombre d'écrivains et d'artistes pratiquèrent ce sport, pour ne mentionner que les peintres Isabey et Horace Vernet, et les poètes Lamartine, Klopstock et Goethe. Ce dernier a dû être un véritable fervent du patinage, car l'un de ses portraitistes a choisi de représenter le poète, enveloppé d'une cape romantique, évoluant parmi d'autres patineurs, avec son air olympien.

Au Canada, la population autochtone pratiquait déjà le patinage avant l'arrivée des explorateurs. Les Iroquois se servaient de tibias d'animaux pour fabriquer leurs patins qu'ils attachaient à leurs chaussures à l'aide de lanières de cuir. Selon certaines sources, Champlain lui-même se serait servi de ces patins rudimentaires.

A Montréal, le patinage prit son véritable essor à partir de 1862 lorsque le Victoria Skating Rink ouvrit ses portes. Cette magnifique patinoire couverte, située derrière l'hôtel Windsor entre les rues Sainte-Catherine, Dorchester, Drummond et Stanley, abrita plusieurs compétitions de patinage artistique et de matchs de hockey. Pendant le carnaval, il fut aussi le lieu de mémorables bals costumés organisés pendant les années 80. Faisant fi de l'histoire, d'Artagnan y croisait Marie-Antoinette, un troubadour côtoyait un pacha turc, comme nous le présente une esquisse du peintre Henri Julien.

Un autre clou des carnivals de l'époque était l'assaut du palais de glace. Ainsi, en 1884, on décida d'introduire une nouvelle attraction afin de raviver l'intérêt des touristes envers le carnaval de Montréal. Au coût mirifique de 2 000 dollars on édifia au square Dominion un palais de glace féérique, le premier depuis celui qui avait été construit à Saint-Petersbourg en 1754.

Le jour de l'assaut, une foule de plus de trente mille personnes s'était amassée pour assister à ce spectacle unique. Les assaillants, deux mille raquetteurs environ,

membres d'une douzaine de clubs, vêtus de leurs costumes distinctifs avec des tuques de différentes couleurs, se réunirent sur le mont Royal d'où ils descendirent en file indienne vers le Square. Lorsque le signal fut donné par l'explosion d'une bombe à l'intérieur du palais, les raquetteurs donnèrent l'assaut avec des torches et des fusées, les Trappeurs et les Canadiens attaquant le flanc nord. Finalement l'édifice céda aux flammes et s'effondra dans un amas spectaculaire.

Malgré le succès financier considérable de ces attractions, les autorités finirent par les interdire en raison du désordre qu'elles provoquaient. Le Victoria Skating Rink prit une allure plus sobre, se réservant aux seules manifestations sportives.

Délivrés du clinquant des fêtes tapageuses, les sports de glace connurent bientôt un développement prodigieux. Dans le passé et le présent, les patineuses et patineurs artistiques canadiens remportèrent plusieurs médailles aux jeux Olympiques et des premiers prix aux championnats internationaux.

Quant au hockey sur glace, dans sa forme actuelle, il peut être considéré comme une création québécoise. Bien que les origines du jeu remontent à la Perse ancienne, quatre mille ans auparavant, les règlements du hockey sur glace ont été codifiés en 1881 à Montréal. C'est sous cette forme moderne que ce jeu est devenu l'un des sports les plus populaires, capable d'attirer des dizaines de milliers de spectateurs dans les stades, des millions à la télévision lors des tournois internationaux.

Aussi l'équipe des Canadiens, ayant gagné seize fois la Coupe Stanley et ayant beaucoup contribué par quelques-uns de ses joueurs à remporter en septembre dernier le prix international de la Coupe Canada, occupe-t-elle une place d'honneur au palmarès des sports canadiens. ●





**Catherine Lara**  
**J'aime la chanson  
 parce que c'est  
 un art populaire**

PAR JACQUELINE LEMAY

"Je ne chante pas pour un petit nombre de gens, ou pour une élite. Je voudrais que, du "bas de l'échelle" — si ça existe — jusqu'en haut, socialement parlant, les gens soient touchés par ce que je fais."

Un son particulier, loin, infiniment loin de ce que l'on a l'habitude de recevoir du monde de la chanson française. Une musique et des orchestrations qui ont transcendé, dès leur arrivée sur le marché du disque, tout ce qui se faisait à côté. Mais un mythe encoure Catherine Lara, et c'est celui de la musicienne classique. Un mythe qui n'a pas encore fourni d'apaisement à la curiosité qu'il suscite chez ceux qui s'intéressent à sa carrière et qui se demandent qui elle est et quel esprit bénéfique, musicien sans aucun doute, hante son univers ou s'inscrit dans son aura.

Sa formation musicale et son milieu familial — son père est un chef d'orchestre réputé — la disposaient sans doute plus à une carrière de violoniste de concert qu'à celle de la chanteuse "pop" ou "folk" que l'on connaît. Mais elle a électrisé son violon, et aujourd'hui dans sa voiture, sur des cassettes, Joni Mitchell côtoie Bach et Mozart, et Beethoven se retrouve en bonne compagnie avec la musique arabe et la flûte indienne.

"J'ai quitté la musique classique parce que c'est un monde très sectoriel, très cloisonné, qui érige des frontières, qui prétend qu'il y a la grande et la petite musique. Pour moi il y a la musique tout court! La musique que j'aime, elle n'est pas grande, elle n'est pas petite, elle est ce que je reçois."

C'est à Paris, alors qu'elle revenait d'une émission de télévision, que je pus m'entretenir pendant une heure avec Catherine Lara. Un chemisier souple, d'un goût exquis, des jeans bien coupés, menue, elle offre un contraste de fragilité et de force. Dans ses gestes, sobriété et précision. Quand elle vous parle, elle vous regarde droit dans les yeux et s'exprime dans un style direct et sans ambages: "J'aime la chanson parce que c'est un art populaire, avec toute la noblesse que cette expression peut avoir."

A 5 ans elle étudie la musique. Aussi, quand je lui demande ce qu'elle a dû ressentir en montant sur scène la première fois, pour faire un "show" avec des chansons, une lumière s'allume dans ses yeux et c'est avec humour, et encore pleine d'enthousiasme, qu'elle me répond:

"J'ai vraiment vécu sur scène où, toute même, je jouais *Véronique*. J'étais tellement heureuse que, lorsqu'on me disait: "Maintenant, il faut sortir", je ne pouvais plus bouger tellement j'aimais ça! Après, ce furent les concertos de Bach, Mozart, Beethoven. J'ai vraiment vécu sur scène. Alors, quand je suis venue chanter, ça ne m'a pas tellement changée. Je n'ai pas eu peur de la scène."

Adolescente, elle rêve d'être Menuhin ou Ginette Neveu, se passionne pour la musique d'ensemble et rem-

porte, à 20 ans, le premier prix de violon solo au conservatoire de Paris.

"Ces années de musique classique m'ont apporté beaucoup, sûrement une discipline de travail et ce côté perfectionniste qu'à tort ou à raison, je ne sais pas, j'ai gardé. Quand je prépare un disque, je fouille, je farfouille; le moindre petit accord qui ne me plaît pas, je le refais. Mais aujourd'hui, par contre, je fais tout pour me délivrer de cette discipline. Je vis à l'opposé de ce que j'ai vécu pendant vingt ans. Aujourd'hui, je veux me débarrasser de toute théorie, de tout ce que j'ai appris, comme l'éducation que tu reçois dans ta famille. Je vis aux antipodes de mes parents, que j'adore, que je respecte, mais je vis ma vie et mon monde à moi, et je suis arrivée, pas encore tout à fait mais un peu, à me débarrasser du fardeau de l'éducation. C'est un peu la même chose pour la musique."

A Paris, elle dirige alors un orchestre de musique de chambre puis, avec son propre quatuor, accompagne Claude Nougaro en tournée. C'est déjà un pied posé dans cette jungle qu'est l'industrie du spectacle. Elle chante pour ses amis, pour elle-même, mais il faut croire que le secret est mal gardé. Les producteurs ont l'oreille fine et, parfois, le goût juste...

Un premier disque: dans un simple pochette noire et blanche, des crescendos saisissants, des presque-silences, des envolées, des accords qui montent jusqu'à l'éclatement. Avant le *petit jour*, chanson pleine de tendresse, et le magistral *Moriturus* la font connaître immédiatement. En France, c'est la révélation dans le milieu artistique, le succès! On s'émerveille de la qualité de l'interprète, de la composition musicale — elle écrit toutes ses mélodies —, du choix des textes et surtout de ces orchestrations impressionnantes, qui tiennent à la fois de la symphonie et de la simple chanson.

"J'ai eu la chance, dès le début, de trouver un arrangeur qui a aimé ma musique. De plus, j'avais pour moi cette crédibilité de musicienne classique. Donc, il s'est dit: "Mon Dieu, elle vient de la musique classique; va falloir que je lui prouve..." C'était un peu des rapports de force. Mais je participe toujours aux arrangements. Je ne dis pas: "Voilà, je voudrais à peu près ceci", je prends mon violon et je joue exactement ce que je veux entendre."

Un second disque suivra, à peine un an plus tard, avec *les Années lumière* qui la font connaître au Québec, puis un troisième qui nous a donné *la Craie dans l'encrier*, et enfin *Nil* où l'on trouve un solo de violon, et son dernier succès, *Les lions vont boire quelque part*.

Si la plupart des artistes évitent les changements majeurs et tiennent à conserver "leur" son, au risque de se répéter, afin de s'assurer une clientèle continue, Catherine Lara, elle, étonne, déroute, change, bouge d'un disque à l'autre et nous force à la suivre dans son évolution.

"Je n'ai jamais cherché à me copier."



# La cigarette vous donne-t-elle des remords?



C'est tout probable.  
Et au mieux, cela doit  
vous arriver au moins  
une fois par année.

Mais la conclusion  
à laquelle vous arrivez  
n'est pas facile à mettre  
en pratique.

En ce cas, consolez-  
vous: vous n'êtes pas le  
seul dans cette situation.  
Et c'est pour des milliers  
de gens comme vous qu'on

a conçu la cigarette Vantage. La Vantage, c'est la cigarette pour les fumeurs  
qui prennent beaucoup de plaisir à fumer et un peu de temps pour y penser.

La Vantage vous offre toute la riche saveur des tabacs de Virginie. Et  
entre nous, c'est pour ça qu'on fume: la saveur. Mais ce qui rend la Vantage  
encore plus intéressante, c'est son filtre unique. Il laisse passer tout le goût  
que vous attendez d'une cigarette et ne filtre efficacement que ce qui doit  
être filtré.

La Vantage se fume bien: même si son filtre est très efficace, vous n'avez  
pas à faire d'effort à chaque bouffée. Vous n'avez qu'à savourer.

Une saveur riche, un filtre sans pareil et le plaisir de fumer qui reste  
intact: que demander de plus à une cigarette. Surtout quand on se pose des  
questions.

Vantage c'est peut-être la solution.  
Essayez-en un paquet. Vous verrez bien.



# Catherine Lara

Quand on prend mes disques l'un après l'autre, il n'y en a pas deux qui se ressemblent. Ça m'ennuierait terriblement de me dire: "Bon, j'ai trouvé un filon, par exemple la première fois avec Morituri, alors je vais refaire un truc avec des choeurs; puisque ça marche bien, allons-y!" J'ai l'impression, en changeant, d'évoluer, parce que je me fais la critique suivante par rapport à mon premier microsillon: c'était encore tout le poids d'une certaine musique très symphonique. Je m'en suis un peu séparée au fur et à mesure que j'ai donné des concerts. Aujourd'hui, j'ai besoin de plus en plus de me rapprocher du public, d'aller vers un art de plus en plus populaire, au sens beau du terme."

Catherine Lara est Gémeaux. Ceux qui s'intéressent à l'astrologie ne seront pas étonnés d'apprendre qu'elle ne s'attache pas à une formule, qu'elle est aux antipodes du conformisme et que les contrastes abondent chez elle. Côté blanc, côté noir, côté folie, côté sagesse; comme la plupart des Gémeaux elle est entière dans chaque chose mais ne se contente d'aucune. Sur la scène comme sur ses disques, elle préfère encore l'exploration à la recette magique, le défi à la facilité. En avril dernier, en France, elle se produisait seule, pendant une heure et demie, sur la scène des Maisons de la Culture — qui font de 800 à 1 000 places — avec ses guitares, son violon et le piano.

"J'utilise des instruments un peu perfectionnés, des guitares avec du "fuzzing", avec des effets particuliers. Ce n'est pas le côté ballade uniquement avec la guitare acoustique, c'est plutôt tout un univers de sons que je recherche. Est-ce une formule que je vais garder? Eh bien moi, c'est tout l'un ou tout l'autre! Par exemple, j'ai envie de faire sur scène ce que je fais sur disque, c'est-à-dire un spectacle avec soixante musiciens, où ça deviendrait vraiment le spectacle audiovisuel."

Les textes qu'elle chante sont écrits par Daniel Doublil, Alain Lacaux et quelques autres. Elle-même en écrit parfois. "Mais ça me demande beaucoup trop de temps, précise-t-elle. Je n'aime pas passer des heures sur une page blanche. Et puis il y a tellement de gens qui écrivent bien!" Mais écrire bien n'est pas suffisant, son exigence à ce niveau n'a d'égale que l'application qu'elle met à perfectionner ses mélodies.

"Quand quelqu'un me fait lire un texte, je peux rester une heure dessus à le décortiquer, pour savoir jusqu'où l'on va, au fond des mots ou entre les mots. J'ai écrit une chanson qui dit:

*Si tu penses entre les lignes,*

*Ne regarde pas les mots.*

*Ils ont la couleur des rides*

*Qui se creusent avec le temps.*

"C'est un peu ça, j'essaie vraiment de lire entre chaque mot, entre

en train de préparer, sortira sous peu chez nous. De ces chansons, à peine sorties de la touche des instruments de musique et de la plume, elle en fait quelques-unes à la guitare, et c'est

un style très imagé, un langage surréaliste, que j'aime toujours, d'ailleurs, mais je n'ai plus envie de ça. J'ai envie de réactions au niveau des textes, j'ai envie d'être comprise à tout crin! Quand je suis sur scène, je veux parler aux gens, les regarder en face et pouvoir leur dire quelque chose."

## Le Québec, c'est un pays libre

Sur la scène de la salle Wilfrid-Pelletier, il y a deux ans, ce fut l'ovation quand, à la fin de son spectacle, elle entama, au violon électrique, des reels bien de chez-nous; le public frappait des mains, des pieds, se dressait debout. Si le Québec l'aime, elle le lui rend bien, elle qui colore son vocabulaire d'expressions québécoises et parle avec enthousiasme des Laurentides, de Charlebois, des gens d'ici.

"J'ai beaucoup aimé le Québécois comme individu, j'ai aimé sa chaleur, sa spontanéité. C'est un public en or. Ils écoutent et manifestent leur joie, tandis que le Français est agressif, un peu blasé, avec un sens critique toujours établi en rapport de forces. Le Québec, c'est un pays libre. J'y ai trouvé le Français bon vivant, sans cravate, libre de s'exprimer, de parler, d'être lui-même et qui ne te reçoit pas pour faire chic mais parce qu'il a vraiment le goût de te recevoir."

Cette sympathie entre elle et le Québec n'a rien pour nous surprendre puisqu'ils ont en commun le goût de la liberté, de la musique qui bouge et de la jeunesse. J'aurais pu continuer longtemps à parler avec Catherine Lara, qui réagit vivement à tout. Les émotions qui la traversent passent rapidement, intensément, sur son visage, qui s'éclaire soudain d'un bref éclat de rire quand l'humour qu'elle trouve chez vous lui plaît.

Je lui demande enfin ce que c'est pour elle, réussir. "Je ne sais pas. Réussir, c'est un mot que je n'aime pas beaucoup d'abord, car il n'y a pas réussi et rater, il y a être bien dans sa peau. Pour moi, c'est de réussir déjà que d'assumer ce que je suis, de me prendre comme je suis, de m'accepter comme je suis, de faire la musique que j'aime, et pouvoir faire ça le plus longtemps possible. C'est déjà une grande réussite, ça."

Dans son studio, une magnifique harpe s'harmonise avec les couleurs chaudes d'une fin de matinée. Je suis partie de chez elle avec les mélodies de ses nouvelles chansons, celles de son prochain disque qu'elle avait chantées à la guitare, en anticipant ce fameux spectacle audiovisuel avec soixante musiciens, sur la scène de l'Olympia ou... de Place des Arts. ●

DISTILLÉE AU CANADA PAR STÉ PIERRE SMIRNOFF FLS.

As-tu découvert la vodka Smirnoff?

Smirnoff se prête à tout

chaque ligne et j'analyse à fond le texte. Mais maintenant je vais au-delà de la poésie, parce que la poésie toute seule ça ne suffit pas. Il y a des mots qui sonnent bien quand on les dit puis, quand on les chante, qui sonnent très mal dans la bouche. Et puis, j'aime la musique rythmique, la musique qui bouge. Evidemment, le rêve c'est ce langage anglo-saxon qui est tellement musical. On peut trouver ça dans le français, mais faut chercher longtemps, déplacer un mot puis un autre, travailler pendant des heures."

Un cinquième album, qu'elle était

déjà tout le climat, envoûtant, d'un disque qui réjouira sans doute, une fois de plus, les amateurs de la musique Lara:

"Il correspond à un changement de vie total, de ma vie privée, personnelle. Je vis une période de tendresse, j'ai besoin de tendresse; ça ressort évidemment dans ma musique, dans ma façon d'écrire. C'est un disque qui se rapprocherait de mon premier microsillon par cette tendresse, mais dans un langage beaucoup plus clair. Jusqu'à maintenant j'ai fait beaucoup de scène avec des chansons qui avaient



**"...l'étude  
la plus complète  
qui ait été  
présentée sur ce  
sujet en un  
seul volume."**

Dr. William Taylor, Jr.  
Directeur du Musée national de l'Homme,  
Ottawa.



# L'ARCTIQUE

par Fred Bruemmer.

Fred Bruemmer a passé les 13 dernières années de sa vie à préparer l'Arctique. Cette oeuvre splendide est son témoignage personnel à cette fascinante région de notre monde. En effet, Bruemmer nous présente l'Arctique comme étant peut-être un dernier mais non moins resplendissant regard sur ce monde.

En 6 magnifiques chapitres:

L'HISTOIRE LA TERRE LA MER LES PLANTES LES ANIMAUX LE PEUPLE

L'Arctique contient plus de 80 photographies couleur illustrées sur 1 page ou 2 pages centrales, chacune consciencieusement choisie parmi la superbe collection non-publiée de Fred Bruemmer. De plus, 150 photos noir et blanc démontrant l'idée exacte que Fred Bruemmer a voulu faire ressortir de ses nombreux voyages en Arctique.

Pour ajouter une touche sensible à ce chef-d'oeuvre photographique, un texte de plus de 60,000 mots, merveilleusement composé par Fred Bruemmer décrit l'Arctique avec le plus de recherche et de précision possible sur son histoire, sa géographie, la flore et la faune de cette région lointaine.

En 6 chapitres, Bruemmer élabore l'HISTOIRE, LA TERRE, LA MER, LES PLANTES, LES ANIMAUX et spécialement ses amis et compagnons de nombreux voyages en Arctique, LE PEUPLE. Frank Lowe, Editeur du Weekend Magazine, dit de la prose de Bruemmer: "...elle possède cette netteté et cette clarté qui la rendent parfaitement adaptée au sujet qu'il traite. Quelque chose comme une bouffée d'air pur de l'Arctique.

Fred Bruemmer est le célèbre auteur de "les Saisons de l'Esquimau" (Encounters With Arctic Animals et The Long Hunt).

## 12 gravures esquimaudes gratuites.

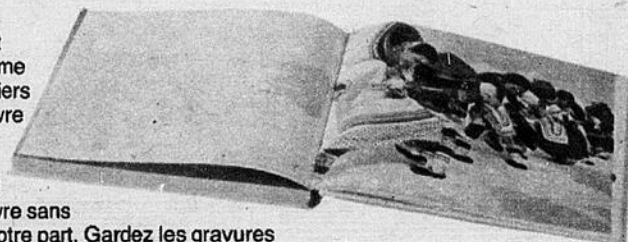


En vertu d'une entente spéciale, nous sommes fiers de vous offrir cette collection complémentaire de 12 gravures esquimaudes de la plus haute qualité. Elles demeurent votre propriété, courtoisie de Optimum; même si vous retournez le livre avant 10 jours.

Format: 8 1/2" x 11". Prêtes à être encadrées.

**Commandez maintenant pour examen gratuit pendant 10 jours.**

Les exemplaires de la première édition seront envoyés selon le système premiers arrivés, premiers servis. Profitez de ce livre à la maison pendant 10 jours et si vous n'êtes pas entièrement satisfait, retournez le livre sans aucune obligation de votre part. Gardez les gravures selon votre choix. Evitez une déception, envoyez le coupon dès maintenant.



**LES ÉDITIONS OPTIMUM,  
B.P. 4090, PLACE D'ARMES  
MONTREAL, QUÉBEC H2Y 1M6**

P611262

Envoyez-moi, s.v.p., un exemplaire de l'ARCTIQUE, pour seulement \$29.95. Si après dix jours d'examen je décide de ne pas le conserver, je peux le retourner sans rien devoir en retour.

- Facturez-moi plus tard (plus les frais d'expédition)
- Chèque ou mandat ci-joint à l'ordre des éditions Optimum (L'éditeur acquittera les frais d'expédition)
- Chargez à mon compte Chargex ou Master Charge (plus les frais d'expédition)

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

M. Mme. Mlle. \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ App. \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_ Zone \_\_\_\_\_ Province \_\_\_\_\_

Tél. \_\_\_\_\_ Signature \_\_\_\_\_

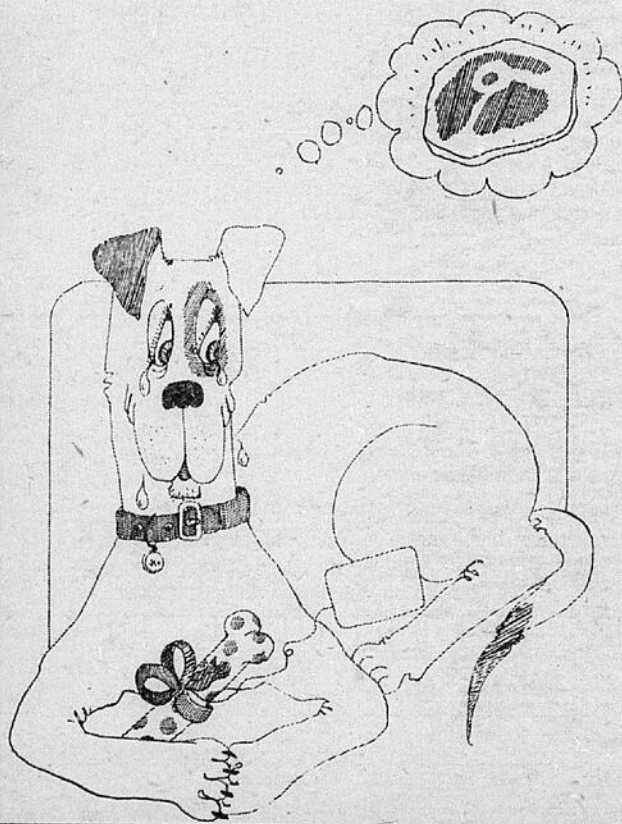
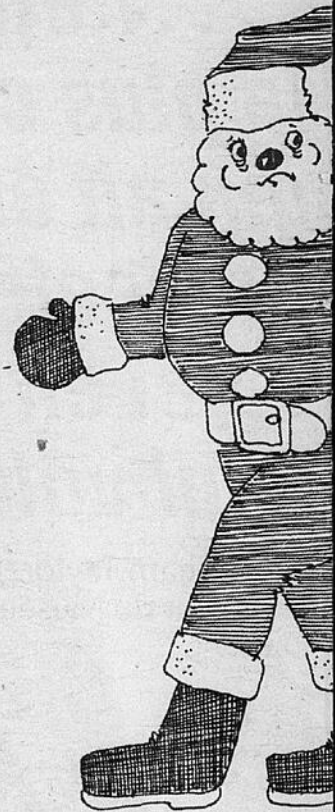




## **BRAVE PÈRE NOËL**

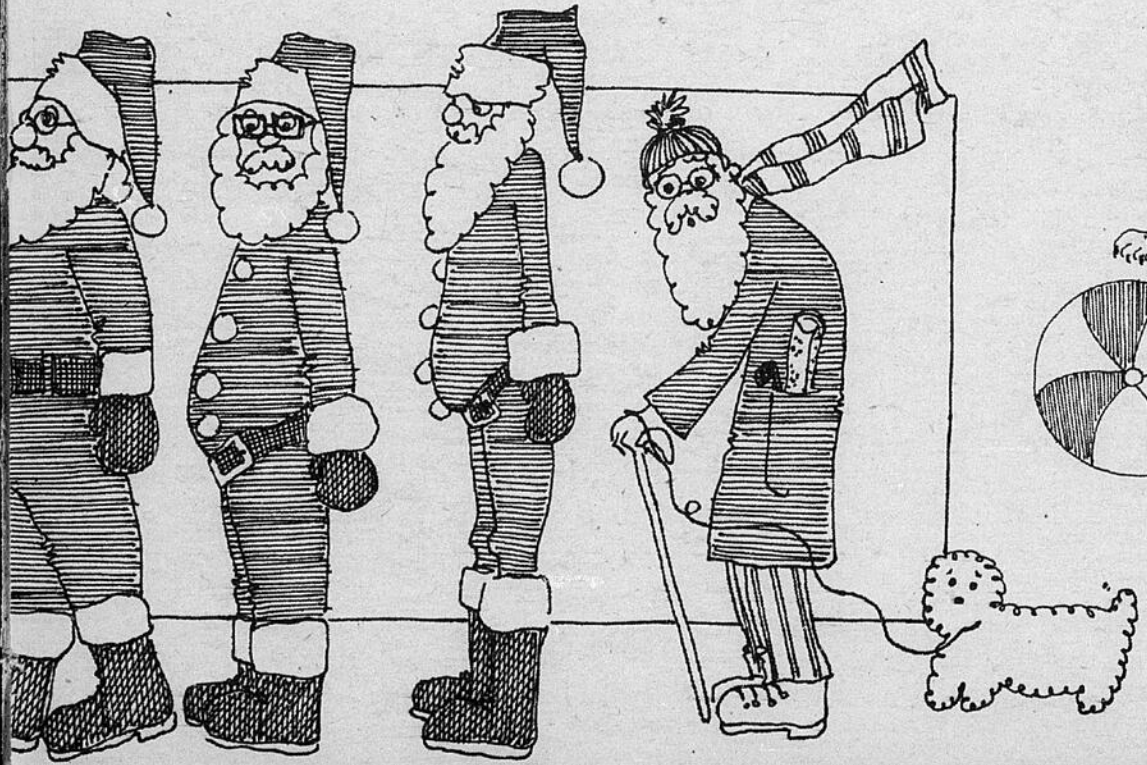
Adultes, regardez  
les images si vous voulez,  
mais ne lisez pas ceci.  
Maintenant, les enfants, si vous  
le voulez bien,  
nous allons faire du Père Noël un  
personnage haut en couleur.

Sortez crayons, cires,  
pinceaux ou craies et égayez  
ces dessins, et faites-en  
d'autres, si cela vous chante.

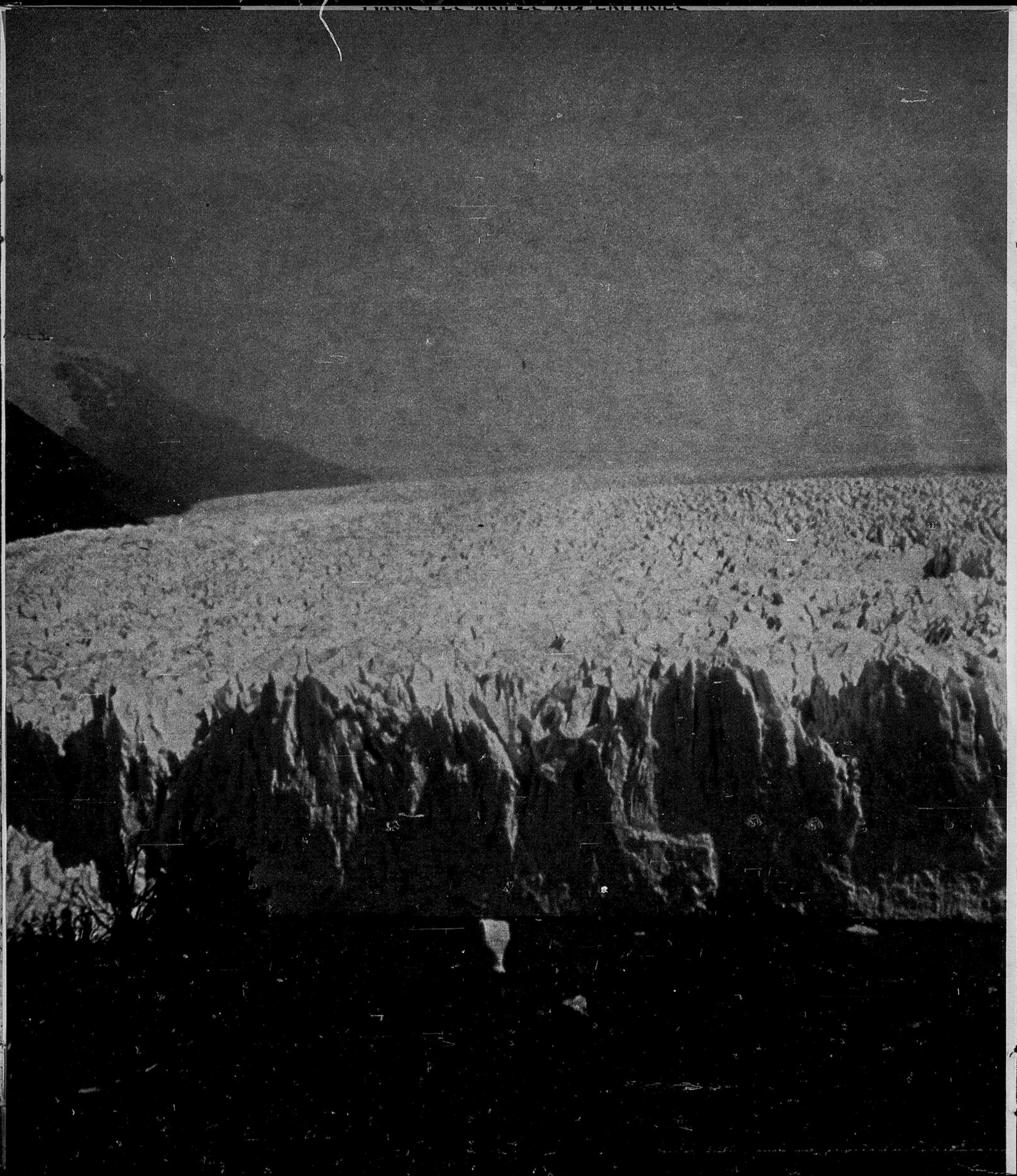


*Louise Dancoote.*











DANS LES ANDES ARGENTINES

# COMME UNE IMMENSE BARQUE SUR LE LAC VIEDMA: LE GLACIER PERITO MORENO

PAR LOUISETTE GAUTHIER

En Patagonie argentine, la cordillère des Andes, qui y atteint jusqu'à 3 000 mètres d'altitude, est recouverte d'une épaisse couche de glace qui date de l'ère glaciaire. Le parc national des Glaciers, célèbre pour sa beauté austère, s'étend sur 600 000 hectares et compte deux des plus beaux lacs d'Argentine: le Viedma et l'Argentino, aux eaux translucides peuplées de saumons qui en font un paradis pour les pêcheurs.

Des neuf glaciers que renferme le parc, deux descendent jusqu'à pénétrer dans le lac Viedma, les sept autres dans le lac Argentino. Toutefois, un phénomène rare rend l'un de ces derniers et le plus méridional, le Perito Moreno, remarquable: il est le seul qui soit en mouvement.

Sa vue laisse pantelants les visiteurs qui ont la chance de l'admirer. Ce ne peut être, de toute évidence, que l'oeuvre du Créateur! Jamais le génie humain n'aurait pu concevoir quelque chose d'aussi majestueux et grandiose. Le premier coup d'oeil qui le découvre, encore qu'il reste plusieurs kilomètres à parcourir, donne l'impression d'un mirage.

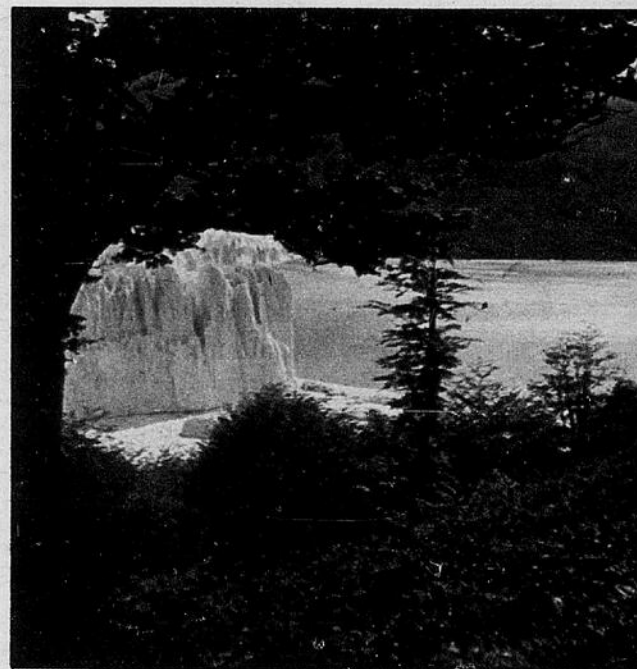
Poussé par la neige et les eaux de pluie venant du faite de la montagne, ce mur de glace haut de soixante mètres, large de trois kilomètres, emprunte pour sa descente une vallée de 195 kilomètres carrés et vient obstruer le Canal des banquises, dont le courant le met graduellement en pièces. L'été, qui se situe de décembre à mars en Patagonie, la chaleur fait fondre en partie le front de cette masse, y creusant des cavernes dont l'intérieur tamise la lumière et reflète des tons de bleu glacier, de turquoise et de violet qui miroitent sous les rayons du soleil.

A tout moment des fragments se détachent du front, précédés par un bruit retentissant de canonnade dont la répercussion constitue un véritable spectacle Sons et Lumières. Cette attraction vous laisse dans un suspens continu, toujours en attente de l'imprévu. Les glaces ressurgissent de l'eau violemment agitée, après un temps plus ou moins long selon leurs dimensions. Combien chanceux le visiteur qui, par un hasard heureux, aura pu contempler le bris d'un bloc d'importance!

Il ne faut jamais s'aventurer trop près sur le lac, de crainte d'être englouti par une vague imprévisible. Le décor blanc change sans cesse, prenant de nouvelles formes selon les caprices de la nature. Le lac est jonché de glaces, qui s'en vont à la dérive, telles des épaves, et arborent diverses figures en se désagrégant. Quelques lignes rougeâtres montrent que le glacier a frôlé la terre dans sa marche. On pourrait admirer ce phénomène des heures durant sans se lasser, tout en s'emplissent les poumons d'un air pur et frais.

Les autres glaciers ne peuvent être approchés que par bateau et sont immuables. Cette excursion est à la merci du temps et toujours aléatoire, selon la vague et le vent qu'il fera à un endroit précis qu'il faut traverser et qui s'appelle, à juste titre, la gorge du Diable. La rudesse du climat limite l'accès du glacier à quelques mois par an.

Pour atteindre le Moreno, il faut parcourir en voiture les 80 kilomètres qui le séparent de Calafate, village de 800 habitants fondé en 1927 et qui loge l'administration du parc. Dès



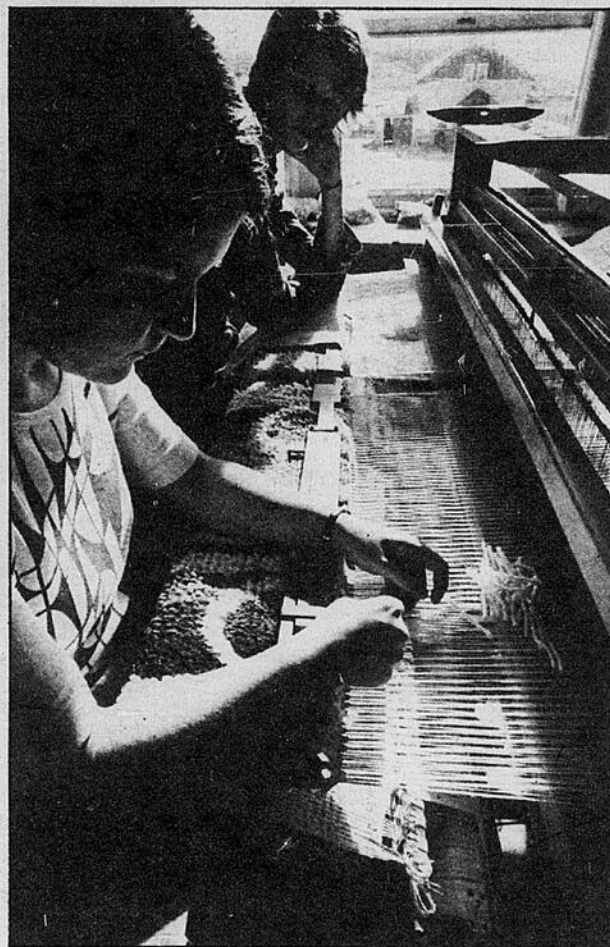
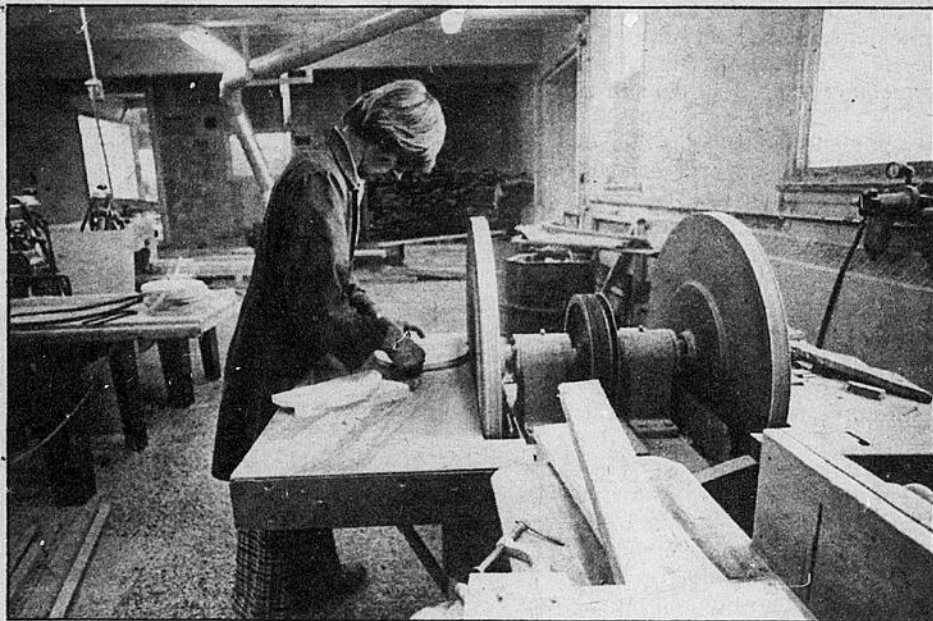
qu'on le laisse, surgit le mont Comision, dont la paroi frontale présente l'aspect d'un troupeau d'éléphants. La ressemblance est étonnante et, d'après certains géologues, il est possible qu'il s'agisse de pachydermes pétrifiés.

La route côtoie un sous-bois d'une beauté saisissante, habitat des lièvres de Patagonie, cygnes et canards sauvages. Quelques estancias (fermes d'élevage de moutons) aux couleurs vives jettent une note de gaieté dans ce grand calme. Le paysage arbore les couleurs de l'automne, et c'est une randonnée enchantée que l'offre le soleil qui infiltre ses rayons à travers les arbres.

Il faut traverser de nombreux cours d'eau à gué ou sur des ponts de bois plutôt précaires. Un motel de l'Automobil Club Argentino, de construction récente, offre gîte et couvert dans un décor tellement beau qu'il en est insolite. Présentement, le village voisin, qui est le plus rapproché du glacier, Punta Bandera, petite agglomération de douze familles, est en voie de disparition à cause de la fermeture de la scierie qui le faisait vivre.



Un groupe de stagiaires  
de Centrap (à dr.)  
s'affaire à la cueillette  
des navets.  
Ci-dessous, vues de  
l'atelier de menuiserie  
et de celui  
de tapisserie.



TEXTE ET PHOTOS  
PEDRO RODRIGUES

Dans la serre s'affaire Barry. Nous visitons avec une vive curiosité ce luxuriant jardin intérieur, circulant au milieu de plants de tomates gigantesques qui grimpent le long de leurs tuteurs jusqu'au-dessus de nos têtes. Barry contemple avec fierté son domaine, caressant ici tel fruit particulièrement appétissant, escamotant ailleurs quelque feuille sèche qui gâte le décor, et explique avec justesse, dans un français acquis vraisemblablement d'assez récente date, parfois hésitant mais toujours impeccable, le fonctionnement d'un appareil ou l'usage d'un engrais.

"La récolte est très bonne, cette année, Ma'moiselle: vous devriez aller voir notre champ de choux, derrière, sur la colline." Nicole Roy, qui me guide, a vite fait de gagner sa confiance. S'il se contente de me sourire, Barry lui parle abondamment. Il explique, montre, indique, commente le prix de ses légumes, raconte comment, depuis une semaine, il s'occupe seul de recevoir les clients et de gérer la petite caisse.

Jardinier compétent, travailleur affable, consciencieux et honnête, Barry semble capable de s'intégrer parfaitement au marché du travail. Pourtant, quelque chose l'empêchera toujours de gagner sa vie comme la plupart des gens: un mal subtil, indéfinissable mais grave, fait de lui un inadapté, un handicapé. Ce mal, imperceptible au premier contact, rend pénible, et pour Barry et pour son éventuel employeur, toute activité relative au travail: un problème d'ordre affectif fait qu'il n'a pas plus d'initiative qu'un enfant

## DE L'ASILE A LA VIE ACTIVE

A L'ATELIER PROTÉGÉ DE SAINTE-FLAVIE, EN GASPÉSIE, 45 STAGIAIRES QUI, HIER ENCORE, ÉTAIENT JUGÉS



de cinq ans; ce matin encore il a dû téléphoner quarante-cinq fois afin de demander conseil.

A quelques minutes du jardin de tomates, dans une salle de classe désaffectée de l'ancienne école du village de Sainte-Flavie, en Gaspésie, Monique noue inlassablement les brins de laine d'une tapisserie, suivant avec minutie le dessin tracé au crayon sur la chaîne de coton tendue sur son métier. Autour d'elle, une demi-douzaine d'autres ouvriers vont et viennent dans le soleil qui s'insinue et inonde la pièce malgré les longs rideaux tirés. Monique semble heureuse: petits yeux, grosses lunettes et cheveux bouclés des écolières d'antan, elle sourit aux brins de laine multicolores que ses doigts nouent habilement en un tableau qui se précise.

Derrière Monique s'acharne Benoît qui pioche nerveusement sur un métier étroit d'où émerge par saccades un napperon coloré. Benoît s'arrête un instant, me détaille de la tête aux pieds, ricane, hausse les épaules et relance sa navette en faisant de grands signes de la tête. Il doit approcher la trentaine mais ne parle pas: Benoît grogne, mais ses grognements, par la variété de leurs intonations et, si j'ose dire, leur à-propos, valent bien des discours. Son éloquence inarticulée témoigne, comme on peut le lire dans le regard amusé de ses voisins, du sens de l'humour finement aiguë de ce boute-en-train de l'atelier de tissage.

Au rez-de-chaussée de l'ancienne école, à la place de ce qui était autrefois la salle de récréation, de bruyantes machines gémissent à vide comme pour implorer les trois ouvriers qui seuls s'affairent autour d'elles de les nourrir plus abondamment du bois qui s'entasse le long des murs de l'atelier de menuiserie. Aujourd'hui, en ce début d'automne, les machines resteront sur leur appétit, car la vingtaine de stagiaires qui les commandent d'habitude sont au champ, réquisitionnés par la récolte des dix acres de beaux navets qui poussent dans les collines derrière Sainte-Luce-sur-Mer. Un seul ouvrier, qui a ce matin manqué le départ, aide les deux instructeurs à compléter une commande de palettes de

bois destinées au transport en vrac des marchandises.

Au champ de navets, éparpillés dans les sillons, debout, penchés ou accroupis, les autres membres de l'équipe, accompagnés de quelques gamins des alentours venus prêter main-forte, tailleur, arrachent, coupent et empilent la récolte qu'un vieux camion toussotant transporte à l'entrepôt.

Quarante-cinq stagiaires poursuivent à Centrap le dur chemin de la réadaptation, quarante-cinq adultes que, dans cette école transformée en atelier, cinq instructeurs mènent par la main depuis l'asile jusqu'à la vie active. Il existe au Québec une quarantaine de centres de réadaptation par le travail, mieux connus sous le nom d'ateliers protégés, institutions dont le commun dénominateur est d'offrir aux handicapés, infirmes, aveugles, déficients mentaux ou autres, un milieu propice au développement de leurs capacités, un milieu leur permettant, comme le dit le jargon des psychologues, d'actualiser leurs potentialités. Parmi ces institutions, Centrap, l'une des quatre ou cinq plus importantes de la province, est la seule à offrir ses services aux handicapés de Gaspésie. Ouverte à tous, elle accueille surtout des handicapés mentaux et socio-affectifs dont l'abondance relative dans la région est motivée par le voisinage de l'hôpital psychiatrique de Mont-Joli, handicapés qu'un milieu de travail protégé et axé sur la créativité aide à s'intégrer à la vie active.

A Mont-Joli, comme dans la plupart des autres "maisons de fous" du Québec, l'on s'est longtemps contenté, sous l'étiquette de l'irrécurabilité, d'entreposer les malades chroniques. Au fil des longs couloirs, au soleil des vastes solariums de cet ancien sanatorium recyclé après le recul de la tuberculose, les patients, assommés de

calmants, se berçaient sans lendemain. C'était l'époque, encore toute proche, où les termes de réadaptation ou de réinsertion sociale n'avaient que peu de résonance et où l'ergothérapie se limitait à la corvée des pommes de terre ou au repassage des draps à la buanderie. Les fous n'avaient pas encore crié au secours.

L'ouverture d'esprit qui éveilla la société québécoise des années 60 permit de ne pas classer systématiquement comme fous les gens qui n'avaient pas devant le stress de la vie les mêmes réactions que leurs concitoyens et, par voie de conséquence, l'on s'aperçut bien vite qu'une bonne proportion de ceux que l'on avait déjà relégués à l'asile étaient peut-être récupérables, ou que du moins leur réinsertion, même partielle, dans la société, ne saurait que hâter leur guérison.

Comme l'on ne pouvait pas du jour au lendemain relâcher dans le monde des gens qui parfois avaient passé le plus clair de leur existence derrière des murs coussinés, l'on créa d'abord des foyers d'accueil où un personnel plus ou moins bien entraîné s'efforçait de minimiser pour les patients qu'on leur confiait le choc du retour à la société.

Afin de compléter cette réinsertion sociale, ou plutôt de la faciliter, l'on eut recours à l'ergothérapie ou, étymologiquement, la cure par le travail. Il n'était cependant pas très difficile de s'apercevoir que, sauf pour une infime proportion d'entre eux, les handicapés mentaux ne pouvaient d'aucune manière supporter les tensions d'un milieu normal de travail. Aucune entreprise commerciale n'aurait pu, du reste, employer ces gens dans des conditions satisfaisant à la fois à la capacité de ceux-ci et à ses propres impératifs commerciaux. De cette constatation sont nés les ateliers protégés.

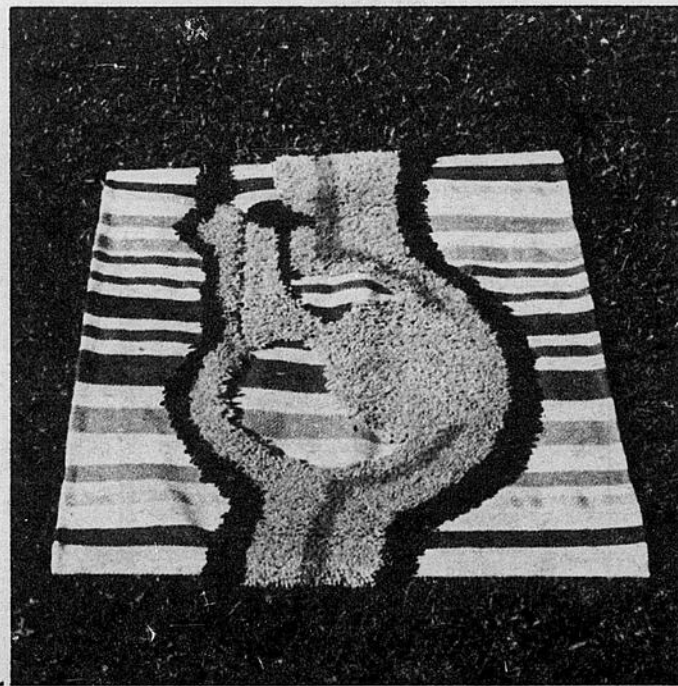
Ce fut également là le raisonnement de Robert Capistran lorsqu'il entreprit, au début de 1971, de mettre sur pied Centrap. Un inventaire

rapide des ateliers protégés qui existaient alors dans la province lui permit de découvrir de graves lacunes dans leur organisation. Sauf deux ou trois centres de réadaptation, comme celui qui venait de s'ouvrir sur l'autre rive du Saint-Laurent, à Baie-Saint-Paul, la majorité des ateliers se contentaient de garder occupés leurs patients en leur faisant accomplir des tâches insignifiantes et le plus souvent ennuyantes. Sous le prétexte de fins thérapeutiques, ces ateliers imposaient à leurs ouvriers de coller des étiquettes sur des boîtes de carton, de timbrer des enveloppes ou d'assembler des stylos billes par centaines de milliers, activités assez peu propices à enseigner un métier capable d'intégrer ces patients au marché du travail.

Grâce à une subvention de l'Office de développement de l'Est du Québec, Centrap ouvrit ses portes au mois de mai de 1971, offrant à ses stagiaires un éventail d'activités manuelles axées sur le développement de leur créativité. Outre la menuiserie et l'horticulture, Centrap proposa à ses patients toute une gamme de fabrications artisanales et intéressa bientôt un groupe d'artistes de la région qui proposèrent à leur tour des cartons à partir desquels les artisans du nouvel atelier allaient se lancer dans l'art ancien de la tapisserie.

Nicole Roy, mon guide des divers ateliers, est au nombre de ces artistes qui ont créé pour Centrap des tableaux que les mains habiles de ses stagiaires tracent dans la laine. Pour Nicole Roy, l'expérience n'allait pas se limiter à cette collaboration. Prenant en charge l'atelier de tissage, elle en repensa les techniques afin d'en enseigner les détails aux artisans. Quand on sait que la seule préparation d'un métier à tisser demande une bonne quarantaine d'opérations que l'on doit effectuer dans l'ordre et avec minutie, on comprend la satisfaction du professeur qui réussit à transmettre ces connaissances à des personnes que les médecins n'hésitent pas à qualifier d'incapables d'apprendre!

Malgré une certaine réticence, au début, de la part des autorités de l'hôpital qui voyaient d'un mauvais oeil démarrer cette "complication" supplémentaire, Centrap réussit depuis plus de cinq ans à remplir la mission qu'il s'est proposée. Financé depuis bientôt trois ans à 50 p.c. par le ministère des Affaires sociales, Centrap vit du produit de son travail et de dons occasionnels. Un certain nombre de stagiaires ne pourront jamais se passer de ce cordon ombilical, mais environ 40 p.c., après un an ou un an et demi, s'intégreront parfaitement à la société. Alors que l'on ne cessait de lui dire que les "fous" qu'il prenait en charge à Centrap ne pourraient rien faire dans la vie, Robert Capistran a gagné son pari.





# perspectives

est publié chaque semaine par Perspectives Inc.  
231, rue Saint-Jacques Montréal H2Y 1M6 Tel. 282-2224

<b>Directeur de la rédaction</b> Pierre Gascon	<b>Photographe</b> Denis Plain	<b>Président</b> Jean Robert Bélanger
<b>Directeur adjoint</b> Jean Bouthillette	<b>Secrétariat</b> Gisèle Payant	<b>Vice-président</b> Paul-A. Audet
<b>Directeur artistique</b> Pierre Legault	<b>Liliane Galissaires</b>	<b>Secrétaire</b> Charles d'Amour
<b>Rédaction</b> Edouard Doucet Isabelle Lefrançois Céline Legaré Adrien Robitaille	<b>Service artistique</b> Michel Brunette Roger Dion Michel Genest France Lafond	<b>Trésorier</b> Guy Pépin

**Représentant publicitaire**  
MagnaMedia Limitée 231, rue Saint-Jacques  
Montréal H2Y 1M6 Tel. 282-2120

ISSN 0380-6790

## LE NOUVEAU LIVRE DE RECETTES de MARGO OLIVER

**A: Livres de recettes de Margo Oliver**  
Les Éditions Optimum Ltée  
B.P. 1848, place d'Armes  
Montréal, Québec  
H2Y 1L0

Cochez vis-à-vis le mode de paiement choisi.

- Facturez-moi après (légers frais d'expédition)  
 Chèque ou mandat ci-inclus payable à Editions Optimum (l'éditeur assume les frais d'expédition)  
 Portez à mon compte ChargeX ou Master Charge No. (Légers frais d'expédition)

Je désire essayer Cuisine pour tous les jours dans ma propre cuisine. Je pourrai examiner ce livre — et même l'utiliser — pendant 10 jours et vous le retourner si je n'en suis pas entièrement satisfait. Veuillez m'envoyer également, GRATIS, la Table des coupes — une par exemple commandé, tant qu'il y en aura — que je garderai même si je décidais de retourner le livre de recettes dans un délai de 10 jours contre remboursement. Envoyez-moi dès maintenant \_\_\_\_\_ exemplaires de Cuisine pour tous les jours à \$8.95 l'exemplaire.

\_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

App. \_\_\_\_\_ Ville \_\_\_\_\_

Prov. \_\_\_\_\_ Code \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_

## L'EXERCICE JOURNALIER PEUT VOUS AIDER À AMÉLIORER VOTRE SANTÉ



En faisant de l'exercice tous les jours vous serez surpris de constater que vous pouvez vous sentir beaucoup mieux. L'exercice peut vous aider à maintenir le bon fonctionnement de votre système. Si vous désirez essayer quelque chose qui ne soit pas trop exténuant, une marche à bonne allure peut contribuer à votre bien-être. Essayez de

sortir tous les jours. Sur l'avis de votre médecin, la bicyclette, le "jogging" ou la course peuvent aussi être bénéfiques. L'exercice journalier peut vous aider à éviter l'irrégularité. Mais, quand vous souffrez d'irrégularité occasionnelle il serait peut-être bon de prendre du Lait de Magnésie Phillips'. \* Prenez du Phillips' à l'action douce la veille au soir.

Vous vous sentirez mieux le lendemain matin.



\*Marque déposée

# Qu'importe



## Mémère Noël

- Comment tu vas te déguiser?
- Avec le costume de Père Noël, c't'affaire!
- Ben là, j'comprends plus rien.
- T'as jamais rien compris à l'égalité des sexes.

Hier soir, pendant que nous sortions le costume de Père Noël des "boules à mites", ma femme m'annonça sans sourciller que c'est elle, cette année, qui distribuerait les étrennes aux enfants. Je crus d'abord qu'elle faisait une blague, mais il n'en était rien.

— Veux-tu me dire qu'est-ce que ça va changer si tu te déguises en Père Noël? Au moins, si tu t'habillais en Fée des étoiles...

— T'as déjà vu la Fée des étoiles distribuer des cadeaux? De toute façon, la Fée des étoiles, c'est encore une autre de vos inventions "sexistes"! C'est rien qu'une servante.

— Chacun son métier.

Elle me lança un regard terrible tout en collant contre elle le pantalon du costume afin de voir combien il lui faudrait d'oreillers pour le remplir.

— C'est mon tour de jouer au Père Noël! Il est grand-temps que les enfants s'aperçoivent qu'ils ne doivent pas tout aux hommes!

— Mais qu'est-ce que ça changera puisque tu seras déguisée en Père Noël?

— Tu t'imagines que les enfants sont aussi bêtes que toi? Ils savent fort bien que le Père Noël, ce n'est pas tout à fait vrai...

— Vous autres, les femmes, vous serez contentes quand il ne restera plus aucune poésie autour de la fête de Noël, quand plus personne ne croira que le Petit Jésus est venu au monde par l'opération du Saint-Esprit, que...

— Veux-tu bien me dire, coupa-t-elle, pourquoi le Père Noël ne pourrait pas être unisexe!

— Qui va savoir qu'il est unisexe puisqu'il aura toujours sa barbe blanche, son pantalon, sa tunique et ses bottes?

— En tout cas, on cessera de croire que c'est forcément un homme.

J'ai souvent été confondu par la logique de ma femme, mais cette fois je n'en croyais pas mes oreilles. Comment une femme déguisée en Père Noël arriverait-elle à devenir le symbole de la libération féminine?

— Si les enfants sont convaincus que le Père Noël est un homme, ce n'est pas à cause du costume mais tout simplement parce que leur père n'est jamais là pour la distribution des étrennes. Qui est-ce qui assiste béate à la distribution? Qui est-ce qui embrasse docilement le Père Noël et lui souhaite bon voyage? C'est toujours la mère! Qu'on intervertisse les rôles durant quelques générations et les enfants ne seront plus si certains que le Père Noël est un homme.

— De toute façon, dis-je, on ne pourra pas trouver un autre costume la veille de Noël et celui-ci est trop grand pour toi. L'année prochaine, on verra.

— Tu t'imagines que ce costume-là te va comme un gant? L'an prochain, les enfants ne croiront plus au Père Noël. Ils seront trop vieux...

Ma femme enfila la tunique et le pantalon et mon argument fondit comme de la glace au soleil: non seulement le costume lui allait bien mais elle avait pour le remplir besoin d'un oreiller en moins.

— Tu vois, j'arrive à le remplir.

— Tu y arrives même mieux que moi. Moi, j'avais besoin d'un oreiller sur les fesses...

Elle se contenta de hausser ses grosses épaules rouges toutes bourrées et ajusta la barbe blanche à son menton. Comme ma femme a les pommettes saillantes, forcé me fut d'avouer qu'elle avait plus que moi l'air d'un vrai Père Noël.

— Je retire tout ce que j'ai dit, je pense que t'as raison. C'est plus vrai que nature.

Ma femme ne s'émeut jamais autant que lorsque je lui donne raison. Elle me regarda tendrement, m'enveloppa dans ses deux grands bras rouges et m'embrassa.

Le contact de cette barbe piquante me cloua sur place comme un choc électrique.

— Ça ne marchera jamais, dis-je, jamais tu entends? Si tu veux jouer au Père Noël, enlève au moins cette barbe!

— Non mais, faut-il que les hommes soient raseurs, s'écria-t-elle en pleurant. Eh bien, reprends-la ta barbe, et le reste, moi je retourne chez ma mère...

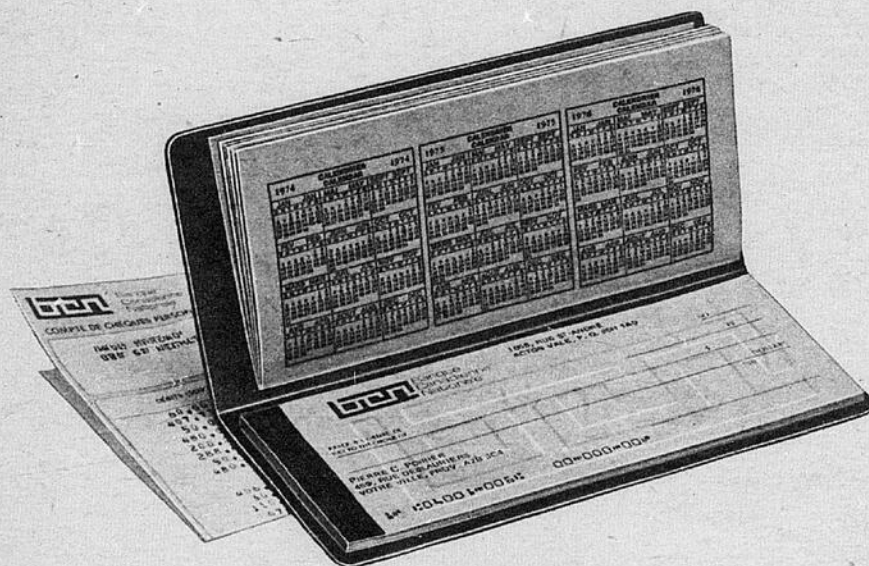
Le Père Noël, cette année, sera encore au poil...



# Découvrez le tandem bancaire parfait

## LE COMPTE DE CHÈQUES PERSONNELS BCN

Le compte de chèques personnels BCN vous offre, dans un étui attrayant, des chèques personnalisés, portant vos nom, adresse et numéro de compte. Gratuitement.



De plus, vous recevez chaque mois un relevé de compte accompagné de vos chèques encaissés, qui sont votre meilleure preuve de paiement. Essentiellement utilitaire ce compte ne porte pas d'intérêt.

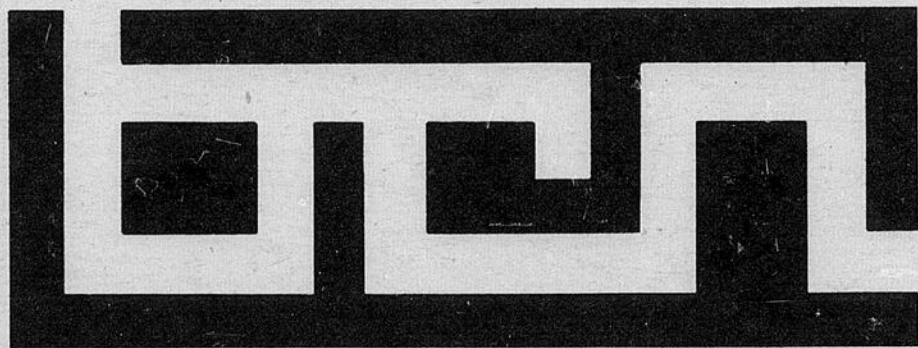
## LE COMPTE D'ÉPARGNE VÉRITABLE BCN

Le compte d'épargne véritable BCN vous rapporte par contre un intérêt avantageux. C'est l'outil idéal pour faire fructifier vos économies.



# Tandem BCN.

Chèques personnels - Épargne véritable



Banque Canadienne Nationale

“On  
s'adonne  
bien”







# De grands desserts poids plume

Le plum-pudding, c'est une sorte de plat de résistance. J'exagère un peu mais, ne croyez-vous pas? ce merveilleux dessert est si consistant qu'on ne devrait jamais le servir qu'après une collation. Pendant le temps des Fêtes, où les repas sont souvent des festins, je préfère servir des desserts légers qui, tout en étant délicieux, ne laissent pas mes convives alourdis ou ne les obligent pas à laisser dans leur assiette une bonne partie d'un grand dessert. Mon gâteau aux amandes est riche mais très léger et se sert en petites pointes. Je le recommande pour un buffet car l'addition d'un peu de gélatine dans sa crème lui aide à avoir belle tenue. Les tartelettes et la crème glacée ont l'avantage de pouvoir être préparées à l'avance. Pour ce qui est de la mousse aux fraises, je n'en dirai rien, notre photo, je pense, est suffisamment éloquente.

## GÂTEAU AUX AMANDES

½ tasse de beurre ou de margarine  
½ tasse de sucre  
5 jaunes d'oeufs  
½ cuil. à thé d'essence d'amande  
3 cuil. à table de lait  
1 tasse de farine à gâteaux, tamisée  
1 cuil. à thé de poudre à lever  
¼ de cuil. à thé de sel  
5 blancs d'oeufs  
¾ de tasse de sucre  
½ tasse d'amandes mondées, en allumettes  
Crème aux amandes (notre recette)

**Graisser** et enfariner 2 moules à gâteau ronds, de 8 pouces de diamètre.

**Travailler** le beurre (ou la margarine) jusqu'à ce qu'il soit mou et bien léger. Ajouter ½ tasse de sucre, petit à petit et en battant bien après chaque addition. Ajouter les jaunes d'oeufs, un à la fois, en battant bien après l'addition de chacun. Ajouter, en brassant, l'essence d'amande et le lait. Tamiser ensemble les ingrédients secs et les incorporer au mélange. Mettre la pâte dans les moules et l'y étendre uniformément.

**Chauffer** le four à 350°F.

**Battre** les blancs d'oeufs, dans un grand bol, jusqu'à ce qu'ils soient mousseux. Ajouter ¼ de tasse de sucre, petit à petit et en battant bien après chaque addition. Battre jusqu'à ce que la meringue soit ferme et brillante. Mettre la moitié de la meringue sur chaque gâteau et l'y étendre uniformément et de façon à couvrir complètement la pâte. Parsemer chaque gâteau de la moitié des amandes.

**Cuire** au four, 30 minutes ou jusqu'à ce que la meringue soit brunie et

ferme au toucher. Laisser refroidir sur des clayettes, 5 minutes. Dégager la meringue des bords des moules, tout autour, et retourner ces derniers sur des clayettes recouvertes d'une serviette de cuisine. Enlever les moules et retourner immédiatement les gâteaux pour les faire refroidir la meringue en dessus. (La meringue lèvera bien haut dans le four mais retombera en refroidissant et présentera une surface plutôt nivelée.) **Préparer** la crème aux amandes, de 2 à 3 heures avant le moment de servir. Mettre l'un des gâteaux dans une assiette de service, la meringue en dessus. Le recouvrir de la crème aux amandes; la couche en sera épaisse. Déposer le deuxième gâteau sur le tout, la meringue en dessus. Réfrigérer jusqu'au dernier moment. Servir en petites pointes. (12 portions)

## Crème aux amandes

½ de tasse de sucre  
2 cuil. à table d'eau  
¾ de cuil. à thé de crème de tartre  
¼ de tasse d'amandes mondées, en allumettes  
1 cuil. à thé de gélatine en poudre  
1 cuil. à table d'eau  
1 tasse de crème double (35 p.c.)  
¼ de tasse de sucre  
½ cuil. à thé d'essence d'amande

**Beurrer** une petite plaque à biscuits ou un plateau.

**Mêler** ½ de tasse de sucre, 2 cuil. à table d'eau et la crème de tartre, dans une petite poêle épaisse. Chauffer jusqu'à ébullition. Ajouter les amandes et cuire à feu vif, en brassant constamment, jusqu'à ce que le mélange soit d'un bel ambre doré. Verser dans la plaque beurrée et étendre rapidement, aussi mince que possible. Laisser tiédir. Mettre au hachoir, en utilisant le couteau le plus fin.

**Faire tremper** la gélatine dans 1 cuil. à table d'eau, pendant 5 minutes. Mettre la tasse qui la contient dans un petit plat d'eau chaude et chauffer jusqu'à ce que la gélatine soit dissoute.

**Fouetter** la crème, en y ajoutant ¼ de tasse de sucre, jusqu'à ce qu'elle forme des pics mous au bout des battoirs. Laisser refroidir la gélatine environ 1 minute et l'ajouter ensuite à la crème, en filet, en battant constamment. Continuer à battre jusqu'à ce que la crème soit bien ferme. Incorporer alors les amandes brisées et l'essence d'amande.

Réfrigérer quelques minutes si la crème semble un peu molle. Bien surveiller, toutefois, pour qu'elle ne prenne pas en gelée. Étendre la crème entre les gâteaux, comme nous l'indiquons plus haut.

## TARTELETTES DES FÊTES

Pâte à tarte, quantité pour 2 croûtes de 9 pouces de diamètre  
2 oeufs  
¾ de tasse de cassonade, mesurée bien tassée  
¾ de tasse de sirop de maïs  
3 cuil. à table de beurre ramolli  
¼ de cuil. à thé de sel  
¼ de cuil. à thé de muscade  
¼ de cuil. à thé de cannelle  
¼ de cuil. à thé d'essence d'amande  
¼ de cuil. à thé de vanille  
½ tasse d'un mélange de fruits confits, hachés  
¼ de tasse de petits raisins de Corinthe  
¼ de tasse de noix hachées

**Avoir** sous la main 32 petites assiettes à tartelettes (2 pouces de diamètres.) **Rouler** la pâte très mince et y tailler, avec un emporte-pièce, 32 ronds de 3 pouces de diamètre. Habiller les assiettes de ces ronds de pâte. **Chauffer** le four à 450°F.

**Battre** les oeufs légèrement. Ajouter, en battant, la cassonade, le sirop de maïs, le beurre, le sel, la muscade, la cannelle, l'essence d'amande et la vanille. Ajouter les fruits et les noix et bien mélanger.

**Mettre** le mélange dans les petites assiettes, en emplissant ces dernières aux deux tiers environ.

**Cuire** au four 10 minutes, à 450°F. Réduire alors la température du four à 325°F et continuer la cuisson, 10 minutes ou jusqu'à ce que la garniture des tartelettes soit prise et leur pâte brunie.

**Dégager** des moules celles des tartelettes dont la garniture, en bouillonnant, aurait débordé pour se glisser sous la croûte; laisser ensuite tiédir toutes les tartelettes dans les assiettes. Retourner les assiettes sur une serviette de cuisine et en laisser tomber les tartelettes. Laisser ces dernières refroidir complètement, sur des clayettes. (32 petites tartelettes)

## MOUSSE AUX FRAISES

(notre photo)

2 paquets de 15 onces de fraises tranchées congelées  
1 enveloppe (1 cuil. à table) de gélatine en poudre  
2 cartons de 6 onces de yogourt nature  
1 tasse de crème double (35 p.c.)  
¼ de tasse de sucre  
Sauce aux fraises (notre recette)

**Faire dégeler** les fraises et les bien égoutter. Prendre ¼ de tasse de leur sirop de conserve et mettre de côté ce qui en reste, pour la sauce. Ajouter la gélatine à ce ¼ de tasse de sirop et laisser reposer 5 minutes. Mettre dans

de l'eau bouillante la tasse qui contient la gélatine et chauffer pour bien dissoudre cette dernière. **Mettre** les fraises dans un bol et y ajouter la gélatine dissoute, en brassant. Ajouter le yogourt et bien mélanger.

**Fouetter** la crème, à laquelle on ajoutera le sucre, jusqu'à ce qu'elle soit ferme. Refroidir les fraises, en plaçant dans de l'eau glacée le bol qui les contient, jusqu'à ce que la gelée commence à prendre. Ajouter alors la crème, en mêlant délicatement. **Mettre** dans des coupes à sorbet et réfrigérer jusqu'au dernier moment. Servir, en nappant chaque portion d'un peu de sauce aux fraises. (De 6 à 8 portions)

## Sauce aux fraises

**Le sirop des fraises congelées**  
1 cuil. à table de féculé de maïs  
2 cuil. à thé de zeste d'orange râpé

**Ajouter** suffisamment d'eau, au sirop, pour avoir 1 tasse de liquide. Mêler ¼ de tasse de ce liquide et la féculé de maïs. Chauffer le reste du liquide, jusqu'à ébullition, et ajouter la féculé délayée, petit à petit et en brassant. Faire bouillir, en brassant constamment, jusqu'à ce que la sauce soit épaisse et comme transparente. Ajouter le zeste d'orange et laisser tiédir.

## La recette du mois, en mesures métriques

### CRÈME GLACÉE AUX FRUITS

1 litre, ou 1 pinte, de crème glacée à la vanille  
125 ml d'un mélange de fruits confits, hachés  
125 ml de raisins secs dorés  
125 ml d'amandes mondées, finement hachées et rôties  
15 ml de rhum ambré  
1 carré de chocolat à cuisson sucré, passé à la râpe moyenne

**Avoir** sous la main 12 petits moules à soufflés ou 12 grandes barquettes de papier plissé disposées dans des moules à muffins.

**Bien refroidir** au réfrigérateur un grand bol et les batteurs du malaxeur. Mettre la crème glacée dans le bol et la battre, à la petite vitesse du malaxeur, jusqu'à ce qu'elle soit ramollie sans être fondue. (En l'absence d'un malaxeur, utiliser une cuillère de bois pour ramollir la crème.) Incorporer rapidement les fruits, les amandes et le rhum et répartir le mélange dans les petits plats. Parsemer du chocolat, couvrir de papier d'aluminium ou de papier de cuisine transparent et congeler jusqu'à peu avant le moment de servir. (De 10 à 12 portions.)



# Procurez-vous nos best-sellers de chez vous!

## Et obtenez un livre souvenir sur Nadia Comaneci gratuitement

Détendez-vous maintenant que la ruée vers les magasins est terminée. Lisez nos best-sellers en les commandant, chez vous, calmement, sans empressement!

### L'ARCTIQUE

par Fred Bruemner  
Cet ouvrage splendide est le témoignage personnel de Fred Bruemner à cette fascinante région de notre monde. (auteur célèbre de "LES SAISONS DE L'ESQUIMAUX"). 224 pages 80 photos couleur 150 photos noir & blanc. 10" x 12". \$29.95 LAFB-1

### UN HOMME ET SA MISSION

Le cardinal Léger en Afrique  
Un reportage photographique de 192 pages sur une oeuvre de bonté et de charité. Les 200 photographies sont de Ken Bell et les textes sont de Henriette Major. Également, une courte biographie et un aperçu du travail du cardinal à Montréal. 9 1/2" x 10 1/2". \$29.95 UHSM-1

### LES TERRARIUMS

par Ken Kayatte et Steven Schmidt  
Écrit par deux "mordus" des terrariums, à l'aide de 260 photos ce guide complet, simple et méthodique, vous explique tout à propos des terrariums, depuis le choix des récipients jusqu'à l'éclairage artificiel. 302 pages. 5 1/2" x 8". \$7.00 LTKS-1

### LE SKI DE FOND

par John Caldwell  
Préface d'André Roben  
Tout ce que l'on doit savoir sur ce sport que l'on peut pratiquer en famille. Depuis l'équipement, l'entraînement jusqu'aux courses de ski de fond. 200 pages 5 1/2" x 8". \$4.00 LSDF-1

### LE GUIDE COMPLET DES PLANTES D'INTÉRIEUR

Pour un intérieur plus chaleureux, ce livre vous indiquera tout ce qu'il faut faire: soins à donner aux plantes de maison, calendrier des soins, liste des variétés, techniques plus avancées, appendice. 262 pages, 6" x 9". \$7.95 GCPI-1

### TECHNIQUE DE LA PHOTO

par Antoine Desilets  
En 12 chapitres distincts, ce guide vous apprendra tout ce qu'il faut pour vous perfectionner dans la façon de prendre vos photos: la lumière, les lentilles, la caméra, les filtres, temps d'exposition, etc. Écrit par un photographe professionnel, il ne peut que vous satisfaire. 254 pages, 5 1/4" x 8". \$6.00 TPAD-1

Pour livraison rapide téléphonez à: (514) 282-2407. Chargex et Master Charge seulement.

### ENCYCLOPÉDIE DES ANTIQUITÉS DU QUÉBEC

par Michel Lessard et Huquette Marquis  
Nos ancêtres se sont créés un art à leur juste mesure: compréhensible et bien ordonné. Cette encyclopédie vous en parle et vous l'illustre de façon détaillée: meubles, céramique, lampes, argenterie et étain, outils, jouets, armes à feu, etc. Ne choisissez donc plus vos antiquités aveuglément! 526 pages, 5 1/4" x 8". \$7.00 EADQ-1



### LE BRIDGE

par Viviane Beaulieu  
Ce livre initiera tous les amateurs de cartes au bridge. Le bridge, depuis trop longtemps mystérieux pour tous, deviendra un jeu d'enfant avec ce guide, expliquant son mécanisme jusqu'aux tactiques à employer. 168 pages, 5 1/2" x 8". \$4.00 LBVB-1

### LE GUIDE DES RESTAURANTS DE MONTRÉAL

par The Montreal Star  
Enfin la voici! La toute dernière édition 1977 est maintenant disponible. Plus de 270 restaurants ont été évalués par nos experts anonymes. Ce petit guide vous indiquera où aller pour un dîner, un souper ou tout simplement pour une sortie. 4" x 7". \$3.95 GDRM-1

### COMMENT NOURRIR SON ENFANT

par Louise Lambert-Lagacé  
Un livre destiné aux parents qui se posent des questions sur la façon de nourrir leurs enfants depuis la naissance jusqu'à six ans. Des recettes aux jolis noms pour faire de l'heure des repas un moment agréable. 245 pages, 5 1/4" x 8". \$4.00 CNSE-1

## GRATIS!

avec achat de \$10.00 et plus.

NADIA, un magnifique souvenir de la célèbre Nadia Comaneci aux Olympiques. Ce livre de 95 pages contient 91 photos de la gymnaste étoile, des Jeux Olympiques jusqu'en Roumanie. Photos: Denis Brodeur, texte: Benoît Aubin.



### CUISINE POUR TOUS LES JOURS

par Margo Oliver  
361 recettes de ragoûts et casseroles, faciles et économiques, vous permettant de varier les repas de tous les jours. 175 pages, 8 1/2" x 11". \$7.95 CPTLJ-1

### LES MENUS

de Margo Oliver  
Plus de 500 recettes pour toute occasion, agencées en menus groupés selon les saisons. Elles peuvent être aussi utilisées séparément. 191 pages, 8 1/2" x 11". \$7.95 LMMO-2

### LA BONNE CUISINE

de Margo Oliver  
Une sélection des meilleures recettes de Margo Oliver, parues dans Perspectives. 429 recettes, 192 pages dont 45 somptueusement illustrées. 8 1/2" x 11". \$7.95 LBC-3

### CERTIFICAT D'ACHAT

Envoyez le coupon à: Les Éditions Optimum, C.P. 4090 Place d'Armes, Montréal, P.Q.

P751261

S.V.P. Envoyez-moi les volumes indiqués sur le tableau. Il est entendu que si ma commande dépasse \$10.00, je recevrai la prime offerte: NADIA, un volume souvenir sur la célèbre Nadia Comaneci.

No. du livre	Qté.	Prix	No. du livre	Qté.	Prix
LAFB-1		\$29.95	LSDF-1		\$4.00
CPTLJ-1		\$ 7.95	LTKS-1		\$7.00
LMMO-2		\$ 7.95	LBVB-1		\$4.00
LBC-3		\$ 7.95	TPAD-1		\$6.00
UHSM-1		\$29.95	EADQ-1		\$7.00
CNSE-1		\$ 4.00	GDRM-1		\$3.95
GCPI-1		\$ 7.95			

- Facturez-moi plus tard (plus 65¢ de frais d'expédition par livre)  
 Chèque ou mandat ci-inclus payable aux Editions Optimum (l'éditeur assume les frais d'expédition)  
 Portez à mon compte Chargex ou Master Charge (plus 65¢ de frais d'expédition par livre)

\_\_\_\_\_

Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_ App. \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_ Prov. \_\_\_\_\_ Code \_\_\_\_\_

Signature \_\_\_\_\_