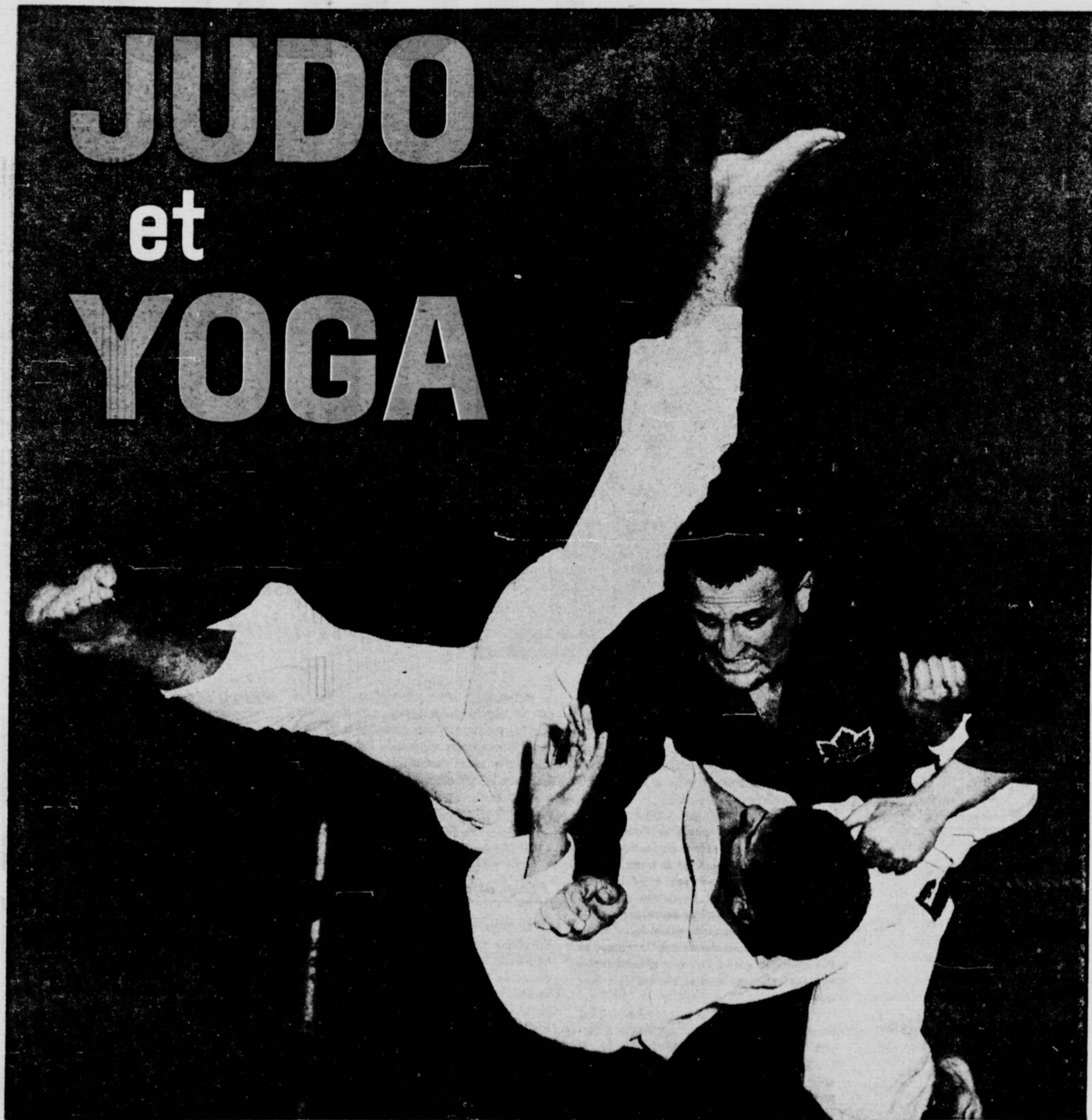
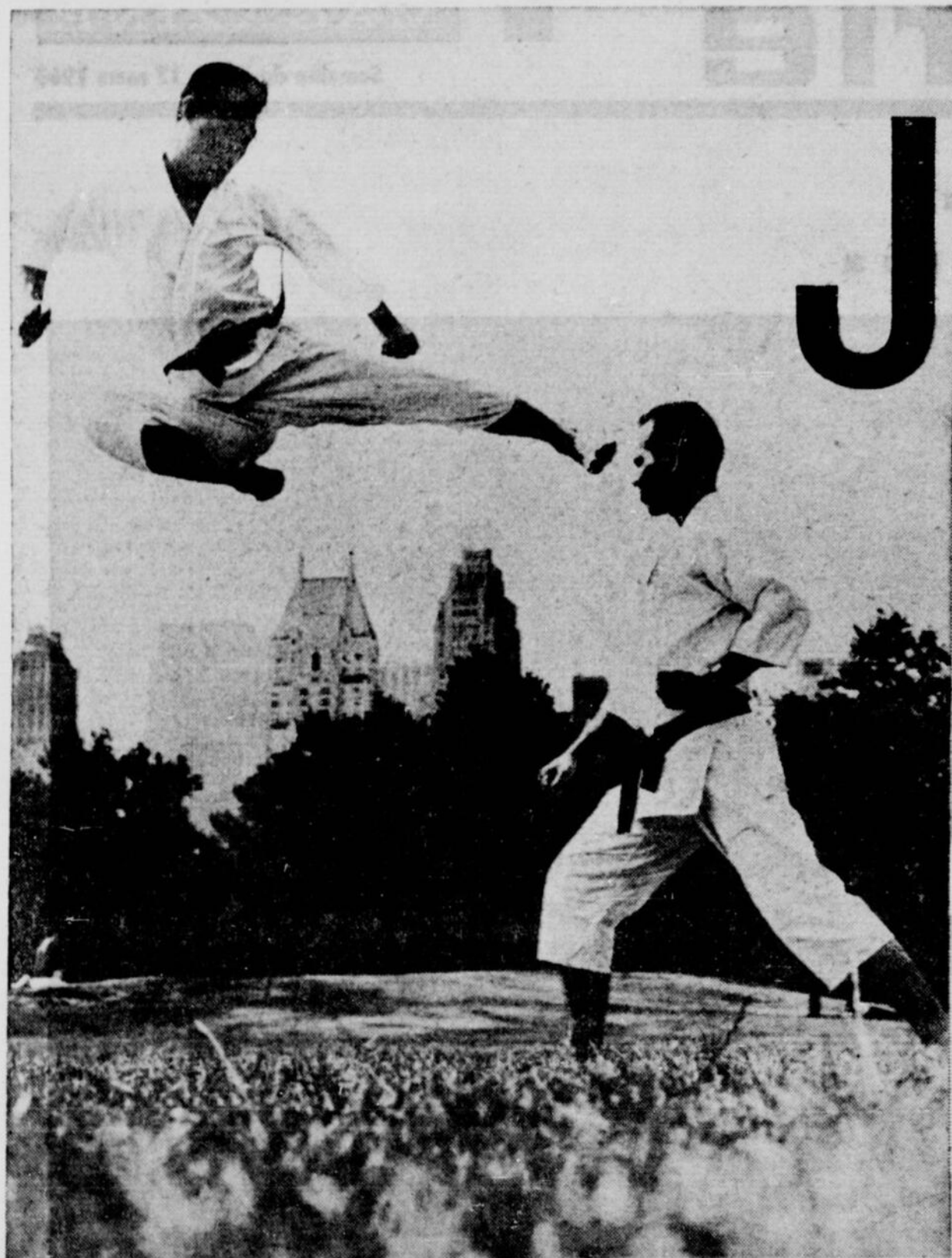


UN SPORT...

JUDO et YOGA



...UNE MÉDECINE



JUDO

*L'un délasse le corps,
l'autre assouplit l'esprit*

*L'un est un sport,
l'autre est presque
une religion*

**Un article
exclusif à "La Patrie"**

POUR beaucoup de gens, le yoga est presque une religion, en tout cas, une sorte de gymnastique philosophique réservée aux initiés, et le judo une technique de combat très particulière qui fait davantage appel à l'intelligence, aux réflexes, à la souplesse qu'aux qualités athlétiques.

"Le yoga, dit Edouard Longue, l'un de ses plus fidèles promoteurs en France, c'est un mode de vie qui assure un équilibre physique et moral absolu. C'est la façon de penser et de vivre propre aux êtres humains les moins contaminés, lorsqu'une crise menace une grosse fraction de l'espèce. C'est un refuge qui se peuple quand le sol tremble, se dessèche ou s'embrase. Un refuge où l'on s'entasse quand l'homme grandit moins vite que ses techniques et s'affole sous leur empire."

Quant au judo, pris au sens large, c'est un procédé d'entraînement applicable à l'esprit et au corps. Les Japonais disent:

"Le judo est de la même nature que l'eau qui, invisible à l'état de vapeur, s'infiltre partout, épouse les formes des objets qu'elle enveloppe, équilibre les forces avec le milieu ambiant ou, figée en glacier, acquiert la dureté du roc."

Ces deux définitions montrent que le yogi et le judoka sont deux personnages qui se ressemblent. Ils poursuivent, par des méthodes différentes, un but semblable: pour eux, il s'agit de libérer l'esprit des contraintes de la vie organique.

Le mérite d'avoir rapproché ces deux techniques revient à Charles Yerkow, un Américain, dont l'ouvrage "Judo et yoga" vient d'être traduit en français.

Cet ouvrage n'est pas seulement destiné aux philosophes, aux sportifs, aux naturistes, aux hindouistes ou aux japonisants. Il intéresse les médecins qui y voient de nouveaux auxiliaires aux thérapeutiques modernes et les malades qui peuvent en attendre, dans certains cas très précis, la fin de leurs souffrances physiques et morales.

Comment choisir entre le yoga et le judo ?

Force et concentration

Le yoga, vieux de deux mille ans (les Egyptiens du temps des pharaons en connaissaient les principes), s'efforce de lutter contre la nature. Le yogi domine sa faim, sa soif, ses sensations de froid et de chaud, sa vitesse de digestion, son sommeil. Son adversaire, c'est lui-même.

Le judo, étymologiquement, c'est le contraire: il signifie souplesse. Sa date de naissance est beaucoup plus récente, puisque c'est une émanation des anciennes formes de jiu-jitsu qui florissaient dans le Japon féodal du XVI^e siècle et que son "inventeur" véritable est le professeur Jigoro Kano qui vécut dans la seconde moitié du XIX^e siècle. La doctrine du judoka en face de l'adversaire est de "laisser faire" et de parer aux coups avec agilité, en respectant certaines lois, particulièrement celles qui régissent notre colonne vertébrale.

"La force souple caractérise le judo. La concentration pénétrante est dans la nature du yoga", écrit Charles Yerkow...

Auxiliaires de l'ostéopathie

Le premier convient mieux aux tempéraments portés à l'enthousiasme, aux dynamiques. Le second, aux contemplatifs et à ceux qui renoncent facilement. Contrairement au judo, le yoga a l'avantage de pouvoir être pratiqué à tout âge.

La meilleure solution? "C'est évidemment de joindre l'un et l'autre afin de renforcer le fil de votre vie, comme un lien torsadé est plus résistant qu'un brin lisse, même s'il est en acier."

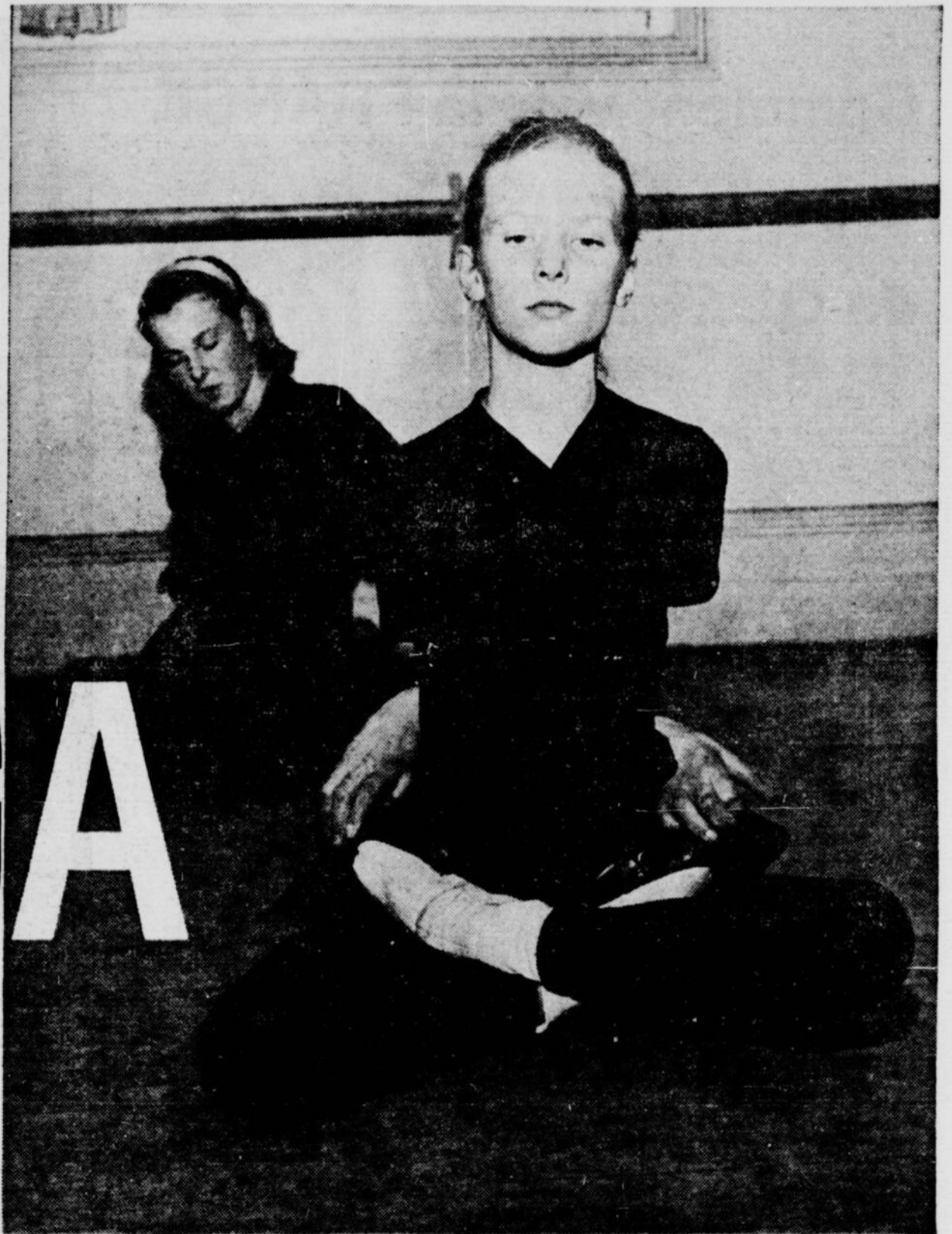
Quels sont les maux susceptibles d'être améliorés ou guéris par le yoga ou le judo ?

Principalement tous ceux qu'engendre la civilisation. Ils sont actuellement très nombreux, allant de la simple fatigue à la dépression nerveuse, en passant par la surdité et les allergies. La médecine, dans ce domaine, est parfois impuissante car elle ne se préoccupe pas de la cause initiale qui est, avant tout, une adaptation, à la fois physique et mentale.

Le premier exercice, le plus simple à faire et l'un des plus salutaires, est celui de la décontraction.

● Se coucher, bras parallèles au corps, doigts allongés, jambes un peu écartées, mâchoires entrouvertes. Respirer profondément et expirer par le nez, bâiller, avaler votre salive. Il faut passer en revue, ensuite, mentalement, tout ce qui pourrait encore être contracté de vos orteils à vos yeux. Lorsque tous vos muscles seront comme morts, laisser la torpeur vous envahir quelques minutes. Pour revenir à votre état normal, étirez-vous à la

et YOGA



manière des chats. Ne refermez les mâchoires qu'en dernier. Cette position, répétée plusieurs fois par jour, délasse considérablement, aide à trouver la quiétude et le sommeil.

Apprendre à respirer et à se décontracter est à la base du judo et du yoga. Voici quelques autres exercices, plus complexes, qui sont des recettes de santé.

● Contre l'enrouement et l'inflammation des amygdales : respirer par la bouche, les dents ouvertes et la langue en gouttière. Expirer par le nez. Répéter l'exercice douze fois.

● Contre la constipation : expirer à fond en contractant les côtes à l'extrême. S'efforcer de tenir quinze secondes. Reprendre alors largement son souffle et recommencer trois fois. Comme préventif contre les occlusions intestinales se mettre sur le dos, bras allongés le long du corps, paumes au sol. Elever les jambes, élever le torse. Puis, jambes allongées et jointes, toucher le sol, au-delà de la tête, avec les orteils tendus.

● Contre les névrites et les crises dentaires, utiliser le "souffle alterné". L'exercice se fait assis. Après avoir inspiré à fond, il faut se boucher les narines. On libère la droite et on expire tout le volume d'air retenu. On aspire de nouveau par la narine droite, à fond, puis on la bouche, etc. Une variante de "souffle alterné" : à chaque changement de narine, c'est-à-dire en pleine aspiration, avaler sa salive. C'est excellent pour lutter contre le froid et l'aérophagie.

● Pour relaxer la vue, après avoir travaillé longtemps à l'éclairage artificiel : fermer les yeux pendant trente secondes. Entrouvrir

très largement les paupières et faire une inspiration profonde. Refermer les yeux et exhaler doucement. Ouvrir les yeux. Fixer pendant cinq secondes un objet situé à 3 pieds, puis, pendant cinq secondes, un objet fixé à 6 pieds, puis, pendant cinq secondes, un objet situé à 9 pieds. Refermer les paupières pendant dix secondes. Rouvrir les yeux franchement. La luminosité et la netteté des images auront augmenté. L'amélioration, au début, sera brève, pour être plus durable ensuite (quelques heures).

● Contre les déformations vertébrales, les positions du judoka sont souvent souveraines. Il faut toujours agir en douceur, laisser faire pour permettre au corps de reprendre sans choc une attitude normale.

En ce domaine, les prescriptions de Charles Yerkow sont en opposition avec celles pratiquées couramment depuis des siècles :

"Contrairement aux injonctions bien connues : effacez les épaules, bombez la poitrine, creusez le ventre, cet alignement doit se faire par un abandon, un laisser-aller des épaules, des bras et du ventre pendant que la colonne vertébrale seule s'étire comme si vous vouliez vous grandir. Nous obtenons alors une attitude équilibrée, mais souple, de la tête et du tronc sur les hanches, et les déviations légères ont tendance à s'améliorer sans efforts, tandis que tout essai de se redresser par la force des muscles des épaules ou du ventre ne fait qu'augmenter les positions incorrectes ou en créer d'autres."

Yoga et judo sont les auxiliaires, dans de

nombreux cas, de l'ostéopathie. Les bloqués et les contracturés physiques et moraux y trouvent un grand soulagement à leurs douleurs. La suppression de la souffrance permet aux nerfs de ne plus se toucher dans les trous par lesquels ils passent. La moelle reprend sa circulation normale et le cerveau est de nouveau irrigué, comme il doit l'être. Le premier point est donc de supprimer la douleur : un malade raidi ne peut pratiquer le yoga ou le judo. Il ne peut tourner le tronc, ni le cou, ni s'accroupir, ni plier les genoux, ni tirer sur les articulations des épaules.

Ces deux techniques ne peuvent donc apporter une amélioration à tous les cas de rhumatismes.

Contre l'arthrose, le yoga est recommandé, après que les surfaces vieillies de l'articulation arthrosique aient été écartées par le massage et l'élongation.

Lorsqu'une cyphose a été redressée et débloquée ostéopathiquement, le yoga est également excellent pour entretenir la liberté des mouvements et remuscler. Il peut donner de bons résultats dans certains cas de coarthrose, après un traitement médical classique. Il est tout à fait contre-indiqué pour les arthrites, les torticolis et les déplacements de la cinquième vertèbre lombaire, qui sont si fréquents.

Etes-vous un yogi qui s'ignore?

Judo et yoga peuvent être heureusement conjugués pour faire disparaître certains spasmes pulmonaires, digestifs et circulatoires. Des résultats spectaculaires ont par-

fois été obtenus dans des cas de sinusites, d'engorgement des voies biliaires, d'asthme, de varices, de troubles endocriniens. Enfin, ces exercices remplacent tous les tranquillisants, responsables de tant d'accidents, produisant au mieux une euphorie factice et provoquant parfois, chez des femmes enceintes, la naissance de bébés-monstres...

La principale critique que beaucoup adressent au judo et au yoga, c'est d'être des techniques difficiles, qu'il faut avoir le temps et la possibilité d'acquiescer. Il faut corriger cette erreur : le yoga principalement est d'abord un mode de vie. Et, comme M. Jourdain faisait de la prose sans le savoir, on peut être un yogi qui s'ignore.

Lorsque vous vous installez sur une chaise, que vous redressez votre dos, que vous respirez lentement et profondément, vous faites du yoga. Lorsque vous mettez une valise sur le toit de votre voiture, lorsque vous vous habillez de vêtements flottants comme les Slaves et les Scandinaves (ce sont les seuls dans lesquels on ait à la fois liberté et chaleur), vous faites du judo. Lorsqu'en vous couchant, vous vous exercez au relâchement de tous vos muscles, vous faites du yoga. Si vous priez, agenouillé, avec une respiration régulière, vous faites du yoga...

Le principal mérite de l'ouvrage de Charles Yerkow est donc d'avoir démythifié le judo et le yoga, ainsi que d'avoir dressé, en face de certaines techniques médicales qui favorisent le goût du moindre effort, une sorte de gymnastique qui peut apporter à la fois la santé et la joie de vivre.

Comment voir la FRANCE avec des yeux de QUÉBÉCOIS



La magnifique tour
de l'Horloge, à Rouen.
C'est près de cette
place que fut brûlée
la Pucelle d'Orléans

*TOUT ce que TOUT bon "Canayen"
devrait savoir sur
TOUTE la France*

LE COMMISSARIAT général
au tourisme en France
vient de publier une brochure
à l'intention des Québécois.

L'on y traite de toutes les
questions qui se rattachent
de près ou de loin à un
voyage en France : formalités
précédant le départ, trans-
port, communications, condi-
tions et modalités de séjour,
adresses utiles, plus une foule
de renseignements suscep-
tibles d'intéresser les gens du
Québec.

Qui ne connaît la France...
et pourtant, certaines données
ont pu s'estomper dans la
brume du temps ou quelque
particularité échapper à l'at-
tention qui trouvent par cette
Initiative l'occasion de se
corriger.

Ainsi, sait-on que la France
peut servir de mesure d'uni-
té... ses terres émergées
représentent le 1/1000e du
globe terrestre? Se rappelle-
t-on qu'elle est 18 fois plus
petite que le Canada et pour-
rait avec ses 212,700 milles
carrés être contenue presque
trois fois dans le Québec?
Plus peuplée, elle présente
218 habitants au mille carré
comparativement à 5 au Ca-
nada. Par ailleurs, ces deux
pays qui, sur la carte, en
plusieurs points, se situent
entre les mêmes degrés de

latitude, soit entre le 42e et
le 51e, diffèrent sensiblement
de climat. L'on est ainsi
quelque peu étonné de re-
trouver Paris à la même hau-
teur que Chicoutimi... et
Nantes que Québec... et
Bordeaux que Montréal...
villes où la température
moyenne d'hiver s'établit aux
environs de 45, 50 et 52°F.
respectivement.

Des neiges aux sables chauds

La France n'adopte pas
pour autant un paysage uni-
forme. Au contraire, elle af-
fiche une diversité étonnante
au gré de ses régions et pro-
vinces... à la perpétuelle
douceur de sa côte méditer-
ranéenne, elle oppose les
neiges éternelles de ses som-
mets des Alpes. Partout, elle
déploie un charme original
qui provient d'un paysage
typique, d'une architecture
propre et du caractère net-
tement distinct de la popula-
tion.

La mer qui la baigne sur
trois côtés voit s'étaler quel-
que 1,800 milles de plages
calmes ou tourmentées... de
sable blanc ou blond, parfois

de galets... qui ont suscité
350 stations balnéaires. La
montagne compte dans les
Alpes, le Jura, les Vosges, le
Massif Central, les Pyrénées
35 stations et 109 centres de
sports d'hiver parmi les plus
modernes et les mieux équi-
pés qui soient au monde.

Le réseau routier très
dense puisqu'il s'étend sur
470,000 milles (455,000 au
Canada) permet des excu-
rsions de découverte par la
recherche de ces petits coins
perdus et charmants ou de
ces auberges typiques dont la
France protège le secret et à
qui elle est redevable pour
une bonne part de sa renom-
mée gastronomique qui repo-
se sur cette cuisine régionale
variée dont on ne sait plus si
c'est la recette ou le savoir-
faire du cuisinier qui en font
l'art. Car, si la France s'enor-
gueillit d'être, grâce à Paris
et à Grasse, la capitale de la
mode et des parfums, elle
soigne aussi beaucoup sa ré-
putation de pays où l'on
mange bien... La nature l'a
favorisée d'un climat qui lui
donne en abondance fruits et
légumes, et l'on oublie par-
fois qu'elle se classe au pre-
mier rang des pays agricoles
d'Europe... La vigne y pousse
généreuse qui fournit 547
crus différents de vins...

Ses fromages réputés — 340
sortes — témoignent de l'im-
portance de son industrie lai-
tière.

Auberges et motels

Autre particularité intéres-
sante : l'on n'est pas forcé de
loger dans un hôtel tel qu'on
l'entend habituellement. Les
hôtels existent évidemment
en grand nombre et dans tou-
tes les catégories et classés
selon l'ampleur des services
qu'ils peuvent fournir. Cepen-
dant le Québécois peut, s'il le
désire, chercher asile dans
d'autres établissements qui
lui permettront peut-être de
goûter davantage l'hospitalité
de son hôte et son entourage :
auberges, petits hôtels des
Logis de France... ou encore :
châteaux, manoirs ou gentil-
hommières et demeures an-
ciennes des Châteaux-hôtels
et des Relais de campagne où
dans un site agréable et à
l'écart des grandes routes il
est possible de savourer dans
un cadre authentique teinté
d'atmosphère d'autrefois le
calme, le repos et les plaisirs
d'une table de choix.

Les motels ont aussi fait
leur apparition depuis quel-

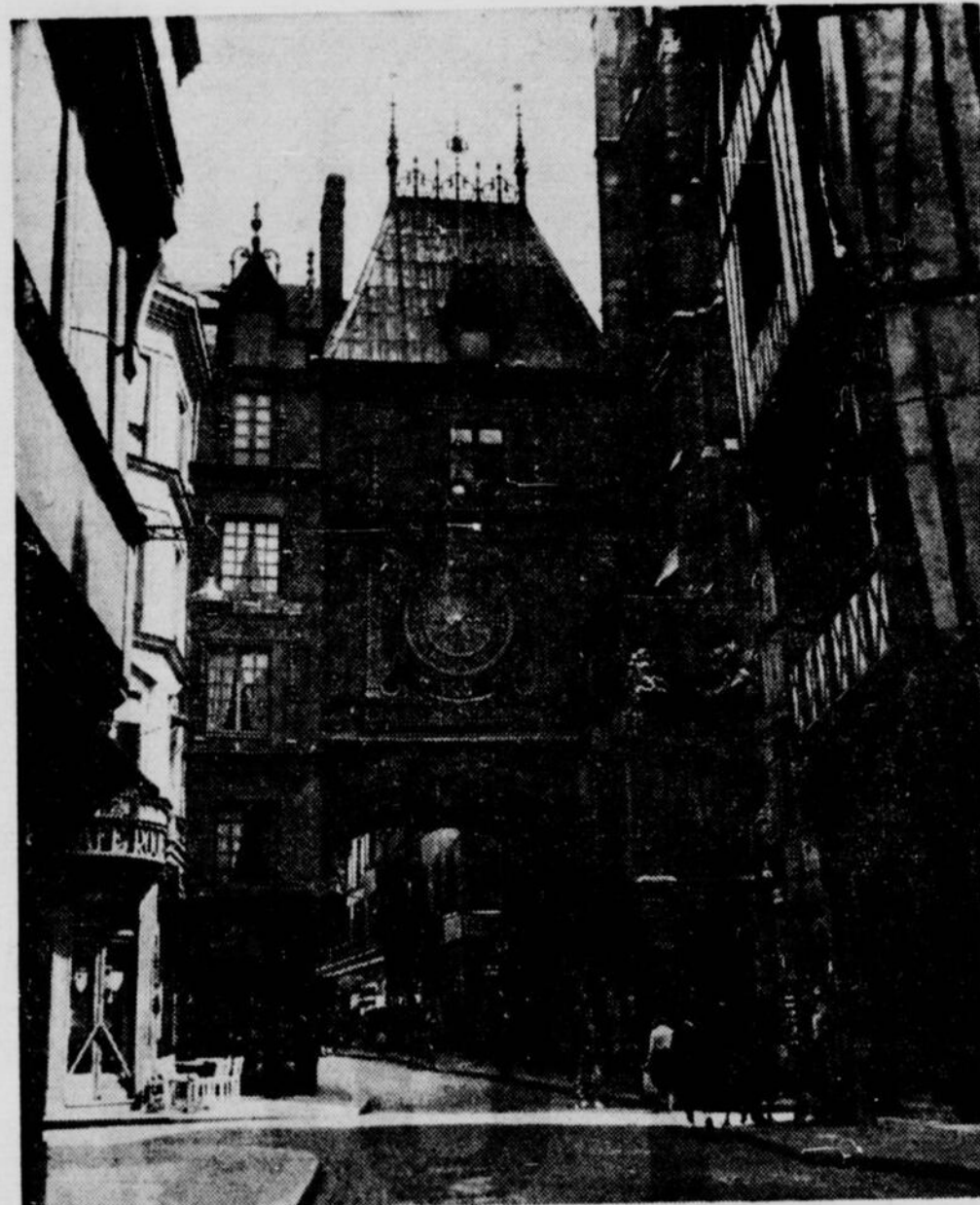
ques années. Ils sont une
vingtaine aujourd'hui surtout
en Provence et sur la Côte
qui, coiffés d'une architecture
française veulent apporter
leur note de modernisme en
la vieille France. 300 Auberges
de Jeunesse accueillent
jeunes gens et jeunes filles
alors que pour satisfaire les
amateurs de vie en plein air,
les terrains de camping se
multiplient à un rythme ac-
céléré près de la mer, des
grands fleuves, des rivières
paisibles aussi bien qu'en
forêt et en montagne.

Les 30,000 monuments his-
toriques qui parsèment l'en-
semble du territoire racontent
l'histoire de chaque
"petit pays" et, si c'est sur-
tout au Périgord que l'on
retrouve la préhistoire... en
Provence, les vestiges gallo-
romains... en Bretagne, les
dolmens et menhirs, il n'est
pas un coin où ne se dres-
sent : forteresses, cités médié-
vales, châteaux de toutes
époques (il en existe plus
de 1,300 classés), édifices
religieux (6,000 dont 88 cathé-
drales) sans oublier les in-
nombrables lieux de pèleri-
nage dont Lourdes et Lisieux
constituent les joyaux.

Mais, les Québécois atten-
tifs au rappel de l'histoire

dirigent plus volontiers leurs
pas vers ces provinces et
leurs vieilles villes d'où sont
partis les découvreurs de leur
pays et leurs ancêtres : Nor-
mandie, Bretagne, Saintonge
et Aunis, Ile de France, Cham-
pagne... Saint-Malo, Hon-
fleur, La Rochelle, Rouen,
Langres, Troyes, Dieppe,
Caen, Mortagne, Brouage,
etc... où erre encore le sou-
venir des pionniers de la
Nouvelle-France et où, dans
certains cas un passé pas très
lointain a rejoint un passé
plus ancien tels : Dieppe,
Caen, Falaise, Bernières et
les cimetières normands de
Hautot, Bény-Reviers, Brette-
ville-Cintheaux... 12 août
1942 — 6 juin 1944... ou
encore 1914-18... Mont-Cassel,
Vimy où se dresse l'imposant
mémorial à la mémoire des
fils du Québec venus à la
rescousse des fils de France
à un moment identique de
leur histoire.

N.B. : On peut obtenir cette
brochure en s'adressant
aux Services officiels du
tourisme français, au
1170, rue Drummond, à
Montréal.



ESPAGNE — \$548.00 à \$660.00

Voyages touristiques de 15 à 22 jours visitant Madrid, l'Escorial, Tolède, Xérès, Cadix, Malaga, Palma, etc.

Pays vibrant de couleur... rythme passionné du flamenco... fièvre qui anime la foule à une CORRIDA... histoire éblouissante d'un royaume jadis maître du monde : Espagne accueillante et pourtant mystérieuse. Et comme on l'a si bien chanté, les belles de Cadix ont des yeux de velours !

VILLEGIATURE D'HIVER — \$700.00 à \$850.00

22 jours au bord de la mer : Las Palmas, Lanzarote, Santa Cruz de Ténérife, etc. Bains de mer et plages.

L'Espagne vous offre un vibrant mélange de plaisir, d'aventure et de joie... les nuits étoilées de Santa Cruz... des jours langoureux à Las Palmas... des Andalouses aux yeux de feu... la gaieté de Madrid... une mer infinie... des pentes qui montent dans l'azur... des hôtels luxueux... une cuisine exquise.

VILLEGIATURE DE SKI — \$589.00 à \$630.00

Sports d'hiver à La Molina; peut être combinée avec un voyage touristique ou un séjour à la mer.

Fervents du ski ou de la voile, vous avez le choix de pentes étincelantes de La Molina ou de la mer éblouissante des Canaries. Vous trouverez vraiment que tout y est pour le mieux comme dans le meilleur des mondes.

Départs deux fois la semaine pour tous ces tours

LES PLUS BEAUX VOYAGES AUX MEILLEURS PRIX

**VOYAGES
TRAVELAIDE** Ltée
1010 OUEST, RUE STE-CATHERINE, MONTREAL
Mezzanine
Edifice carré Dominion UN: 1-7272
Sémaine, ouvert de 9 h. a.m. à 9 h. p.m.
B. A. Turcotte, président — Jules Desmarais, sec.-gén.

LA GRANDE AGENCE CANADIENNE-FRANÇAISE
DEPUIS 34 ANS

PORTUGAL — \$507.00 à \$629.00

Voyages touristiques de 15 à 22 jours avec villégiature de mer et croisière à Madère.

De novembre à avril, cet aimable pays, où tout est charme et beauté, vous invite à le visiter. Lisbonne, sa capitale, est féerique avec sa superbe place de l'Imperio. Et comme vous serez enchanté par Estoril, cette ravissante station balnéaire. Venez admirer le temple de Diane à Monte Gordo, jouer au casino d'Estoril, vous baigner dans la tiédeur éternelle du soleil portugais.

TERRE SAINTE — \$1295.00 à \$1392.00

ITINÉRAIRE : Rome, Athènes, Le Caire, Beyrouth, Damas, Jérusalem, Tel-Aviv, Haïfa, Istanbul.
Nous vous invitons à participer à notre 10e croisière archéologique au Proche-Orient, sous la conduite d'un conférencier diplômé de l'Ecole du Louvre.

ITALIE — \$799.00 à \$999.00

Voyages touristiques de 15 à 22 jours dans le sud, comprenant Rome, Capri et la Sicile, Florence, Venise, Milan, etc.

A chaque pas, on est à un tournant de l'histoire. L'esprit latin y est né. Il s'y perpétue. Triomphes des arts, Épopées de l'histoire. Venez les revivre dans la chaude ambiance de l'Italie moderne.

Départs deux fois la semaine pour tous ces tours

La Patrie AUTOMOBILE

Ceintures de SÉCURITÉ: gage de SÛRETÉ

LES CEINTURES de sécurité peuvent-elles vraiment épargner des vies? Selon le Club automobile du Québec, environ 5,500 personnes en Amérique sont mortes dans des accidents d'automobile l'an dernier parce qu'elles n'utilisaient pas de ceinture de sécurité, qu'elles auraient pu facilement se procurer.

Se basant sur une récente étude du laboratoire aéronautique de l'université Cornell, le Club automobile affirme que les conducteurs impliqués dans 54,000 accidents ont admis qu'ils ne portaient une ceinture de sécurité qu'une fois sur trois. Pourtant, ajoute le Club, un porteur de ceinture a trente-cinq pour cent plus de chance de ne pas être tué ou blessé grièvement dans une collision.

Les enquêteurs de Cornell estiment qu'il y aurait une réduction de 25 pour cent de la mortalité chez tous les occupants d'un véhicule impliqué dans un accident grave s'ils portaient tous une ceinture.

La décision de l'industrie automobile d'installer des ceintures de sécurité dans les voitures neuves comme partie de l'équipement standard représente un immense pas en avant.

Toutefois, le problème consiste maintenant à convaincre

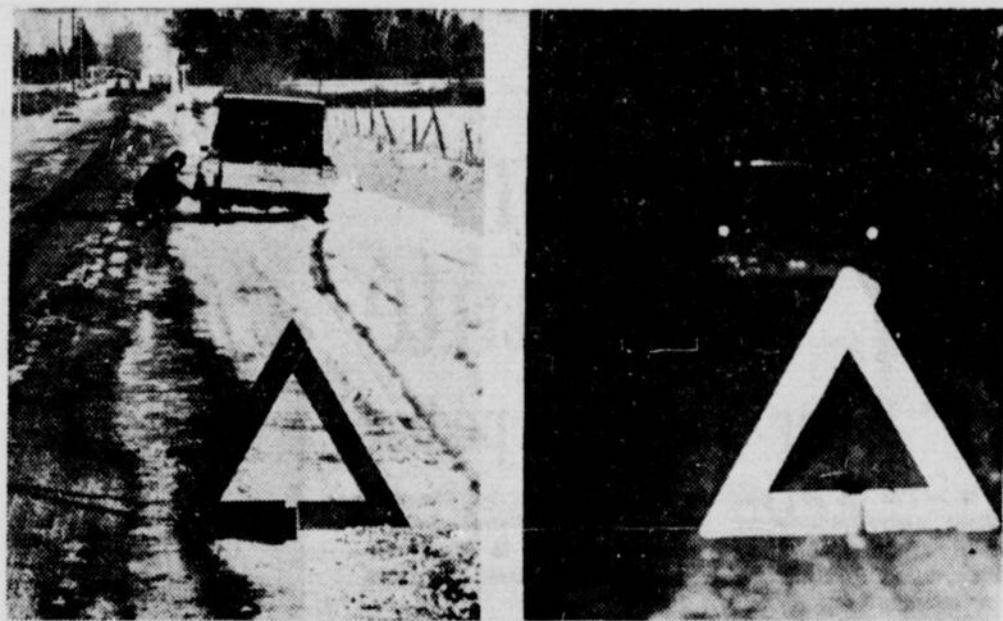
ceux qui en possèdent, d'utiliser cette nouvelle forme d'assurance-vie chaque fois qu'ils prennent le volant. Le Club recommande donc aux usagers de la route d'attacher leur ceinture chaque fois qu'ils conduisent leur voiture, que ce soit pour une course en ville ou un voyage à l'extérieur. Les ceintures de sécurité, de tout évidence, sauvent des vies.

Le 5,000,000e véhicule

Un camion lourd GMC, à cabine basculante, resplendissant sous une couche de peinture dorée, a roulé hors de la ligne d'assemblage des usines de la société General Motors du Canada. C'est le 5,000,000e véhicule construit à Oshawa, 57 ans après la construction de la première McLaughlin Buick, en cette ville.

M. E. H. Walker, président de la société General Motors du Canada, a lui-même remis le camion au directeur national des ventes de camions, M. E. E. Higgins. Le camion, qui est destiné à un client de la compagnie de la province de Québec, sera en montre dans les salles de la nouvelle succursale de camions qui vient d'ouvrir ses portes à Montréal.

General Motors a souligné qu'on a mis 30 ans pour atteindre le premier million de voitures et de camions à Oshawa, 13 ans pour le second million, cinq ans et demi pour le troisième, cinq ans pour le quatrième et un peu plus de trois ans et demi pour toucher le chiffre de cinq millions.
M. O.



Nouveau dispositif de sécurité routière, un triangle rouge, en aluminium, visible la nuit comme le jour à une distance de 1,500 pieds. D'un rouge vif, son enduit le rend visible par tous les temps. Le Conseil canadien de la sécurité routière recommande son emploi par les automobilistes en cas d'urgence.

les tarifs rouge, blanc et bleu,
ça veut dire:

bon prix
bon repas
bon repos



bon voyage



La meilleure façon de voyager, c'est bien par le CN. Pas de soucis, pas de problèmes de circulation, peu importe le temps qu'il fait. Le service est excellent, de même que la cuisine et si vous avez une place en voiture-lits ou en voiture-salon, le CN vous offre des repas gratuits. Pour les voyages de nuit: de vrais lits qui vous assurent un repos complet. Et ce n'est pas tout! Avec cela, vous économisez, grâce aux fameux tarifs rouge, blanc et bleu. Pour plus amples renseignements, consultez le CN.

Exemples d'aubaines «tarif rouge», en voiture-coach:

de Montréal à:

moncton	\$12.00
ottawa	\$ 2.70
toronto	\$ 7.40
winnipeg	\$22.00
vancouver	\$43.00



AUTO-RADIO

Blaupunkt
de réputation
internationale

RADIO D'AUTO AM/FM
AVEC TRANSISTORS

RADIOS
pour toutes
les marques
'56 à '65

GRATIS
• Antenne
• Installation

andré auto radio

785 de Castelnau
CR. 2-6338

★
VENTE - SERVICE
INSTALLATION

credico
la carte la plus
honorée

MOTEUR

CHANGEZ VOTRE
MOTEUR
ou
TRANSMISSION

1er paiement dans 60 jours
\$1.95 par semaine

PAS DE COMPTANT

- ANTIGEL GRATUIT
- TUNE-UP GRATUIT
- REMORQUAGE GRATUIT

INSTALLATION en 8 HEURES
25 experts formés à l'usine

"DEPUIS 25 ANS A VOTRE SERVICE"

Delisle Automobile
2815 est, SHERBROOKE — LA. 6-2813



Courrier beauté par monique pedley

Q. — J'ai un peu plus de 35 ans, j'avais les cheveux châtain clair, maintenant ils ont foncé. J'aimerais me teindre et je voudrais que vous me fassiez le plaisir de m'aider dans le choix de la couleur qui m'irait le mieux pour adoucir mes traits.

J'ai les yeux bruns fendus en amandes, le teint clair, la forme de mon visage est longue, mince, mon nez est un peu long et large.

J'aimerais aussi savoir comment me coiffer pour avoir le visage plus ovale.

MARIA.

R. — Vous auriez tous les droits et toutes les excuses pour devenir une belle blonde. D'abord votre âge vous permet fantaisies et légers subterfuges. Ensuite, votre couleur naturelle châtain clair est au fond un blond cendré ayant séjourné dans de la poussière de charbon. L'artifice sera donc négligeable. Mais attention, pas de blond platine, ni de blond rosé. Personnellement, je n'aime le platine qu'à mon doigt et le rosé dans mon verre. Coiffure très courte, gonflée sur les côtés pour élargir votre visage. Frange sur le front pour le raccourcir.

Et vous voilà en bonne voie pour appliquer le slogan publicitaire d'une compagnie de teinture américaine qui représente une blonde capiteuse, Champagne à la main, Casanova au bras, disant : "Si je n'ai qu'une vie à vivre, que ce soit en blonde que je la vive !"

Alors, profitez-en, chère madame. N'étant pas blonde moi-même, sans intention de le devenir, j'ai toujours un léger malaise en scrutant ce panneau publicitaire me donnant l'impression désagréable que ma vie en brune ne vaut vraiment pas la peine d'être vécue.

Q. — Venez à mon secours. Je suis roussée dans la figure et surtout sur les épaules et le dos, conseillez-moi quelque chose pour que je m'en débarrasse.

Monique

R. — Gare au soleil. Cachez ces taches avec du fond de teint. Et tant pis, moi je trouve cela gentil !

Je suis affligée d'un double menton. Je fais des exercices, des massages avec la pulpe d'un citron. Est-ce que les massages du cou se font en descendant ? Avez-vous un livre traitant sur la beauté ?

Mme J.-P. Lapointe.

Lisez les conseils pour le double menton. Il est bon de faire des exercices. Le citron dessèche la peau. Les massages du cou se font en descendant. "Femmes, qui êtes-vous ?" par Mme Edith Serei.

J'ai des boutons au visage. Je me mets du make-up toutes les fins de semaine. Est-ce que cela les fait empirer ?

Mirette des Plaines.

Soignez votre acné d'abord. Employez ensuite un maquillage étudié pour la peau acnéique.

J'ai commencé à avoir des taches brunes sur le front et sur les joues. A quoi attribuer ce trouble et que faire ? J'ai la peau sèche ; pour remédier, je me fais des massages d'huile d'olive tous les jours.

Confiante.

Les taches de pigmentation sont désagréables, d'autant plus qu'il n'y a rien à faire. Cachez-les avec un fond de teint foncé.

L'huile d'olive, pour la salade, il n'y a pas mieux. Pour le visage, remplacez-la par de l'huile de vison naturelle.

Quel est le poids normal pour une femme de 28 ans, 5'3" d'ossature épaisse ; d'un homme de 28 ans mesurant 5'10" d'ossature épaisse.

Ray.

Vous trouverez la réponse sur les tickets de toute bascule.

Pour leurs problèmes de beauté et d'esthétique, nos lectrices sont invitées à consulter Monique Pedley, esthéticienne-visagiste, Fernand Aubry, Edith Serei, en écrivant au Courrier Beauté, LA PATRIE, 180 est, rue Sainte-Catherine, Montréal.

Les DÉTAILS qui rehaussent le menu



Sauce brune, sauce aux fines herbes,
carottes glacées.

GASTRONOMIE

LE TALENT du cordon-bleu se manifeste tout aussi bien dans le choix des petits à-côtés qui accompagnent le menu principal. Des sauces soignées, des légumes apprêtés d'une façon originale rehausseront viandes et poissons.

Sauce aux fines herbes

4 cuil. à table de beurre
2 cuil. à table de farine tout usage
1½ tasse d'eau bouillante
2 cubes de bouillon de bœuf concentré
3 cuil. à table de vinaigre d'estragon
1 cuil. à thé de chacune de ces fines herbes : marjolaine, ciboulette, persil finement haché sel et poivre

Faire fondre le beurre, y ajouter la farine en remuant et cuire jusqu'à consistance lisse. Ajouter l'eau peu à peu en remuant. Effriter le cube de bouillon de bœuf concentré et le mélanger au vinaigre et aux fines herbes. Laisser mijoter 3 minutes. Ajouter le sel et le poivre. Fait 2 tasses. Parfaite pour poissons et légumes.

Carottes glacées

2 cuil. à table de cassonade
1½ cuil. à thé de bouillon de bœuf concentré
1 cuil. à table d'eau
1 cuil. à table de beurre

Cuire assez de carottes pour 4 personnes. Egoutter. Mélanger tous les ingrédients ci-dessus. Verser sur les carottes. Remuer et continuer la cuisson sur feu moyen pendant 5 minutes.

Sauce brune

Jus de rôti
¼ de tasse de farine tout usage

2 tasses d'eau bouillante
2 cubes de bouillon de bœuf concentré
Sel et poivre

Garder ¼ de tasse de jus dans la rôtissoire ou la casserole. Y mélanger graduellement la farine sur feu doux. Ajouter l'eau et les cubes de bouillon de bœuf effrités en remuant constamment. Assaisonner de sel et poivre. Faire mijoter 5 minutes.

Variations :

Oignon : Ajouter 2 cuillérées à thé d'oignon déshydraté ou 2 cuillérées à table d'oignon frais émincé.

Persil : Ajouter 1 cuillérée à thé de persil séché ou 1 cuillérée à table de persil frais.

Céleri : Ajouter 1 cuillérée à thé de céleri séché ou 2 cuillérées à thé de céleri frais.

Champignon : Ajouter 2 cuillérées à table de champignons tranchés.



Je n'y connais rien dans les vins...

je sais seulement
ce que j'aime (Il y a un vin
pour chacun dans cette cave)

Jean n'est pas un grand amateur de Sherry. Moi, j'en raffole. D'autre part, le Bordeaux Manoir est trop sec pour moi. Jean le considère comme le meilleur vin au Canada. Nous tombons d'accord tous deux sur le Sauterne Manoir. Et vous ne devinez jamais le coût d'une cave complète de bons vins canadiens Brights. Essayez : vous misez déjà beaucoup trop haut !

Sherry "74" L'apéritif le plus populaire au Canada. Se sert avec les hors-d'œuvre et les potages.

Claret Manoir St-David Un "vin du pays", le bordeaux le plus distingué au Canada. Idéal avec les biftecks, les hamburgers et les viandes rouges.

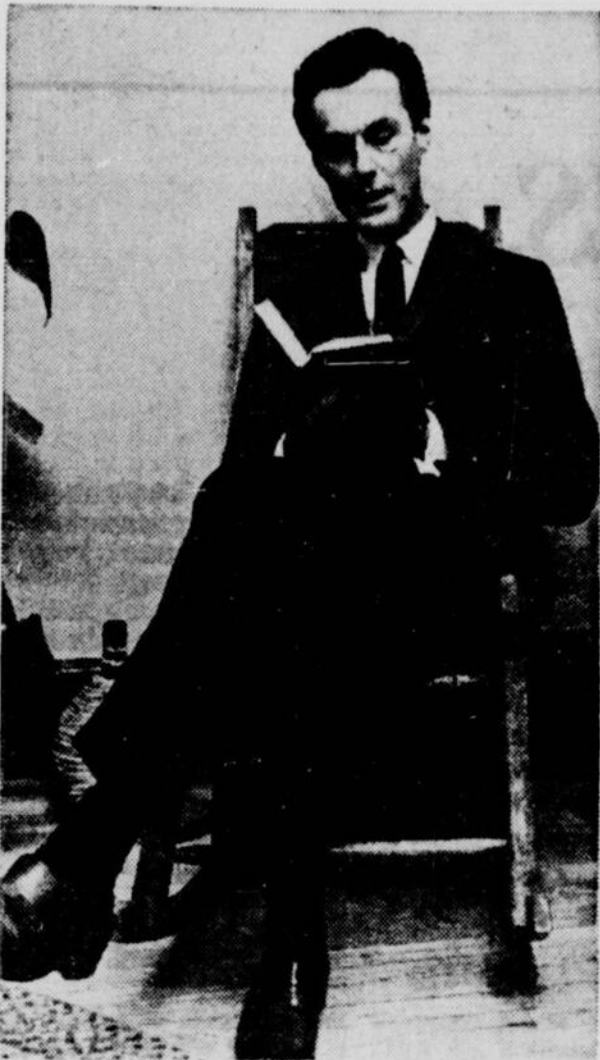
Sauterne Manoir St-David Bien frais, il fait merveille avec les viandes blanches de toutes sortes—poisson, volaille ou porc—et les salades.



Quel cadeau peut-il faire plus plaisir qu'une cave de bons vins canadiens Brights. Vous ne recevrez jamais de remerciements plus chaleureux !

LES BONS Vins
CANADIENS Brights

LA SEULE MAISON VINICOLE CANADIENNE DU QUÉBEC



Parlons d'Amour

FRANCINE
MONTPETIT
GERARD
POIRIER



Mon Dieu! Quelle tristesse...

"Je suis une jeune fille de dix-sept ans. J'aime un garçon de 21 ans. Il semble m'aimer mais quelquefois il est distant. Nous nous voyons presque tous les jours mais surtout les samedi et dimanche. Il y aura bientôt presque deux mois que nous sortons ensemble. Ma mère seule le connaît et mon ami se dit trop timide pour rencontrer mon père. Je crois que je suis enceinte mais je n'en suis pas certaine... Si tel est le cas, je crois qu'il ne m'épousera pas. Je vous en prie, venez à mon secours car je ne sais plus que faire. Croyez-vous que ce garçon m'aime ou qu'il abuse de moi?"

UNE QUI A BESOIN
D'AMOUR

Depuis quand les enfants
sont-ils faits par des hommes

distantes? Mon Dieu, quelle tristesse de lire des lettres semblables! Croyez-vous, qu'il m'aime ou qu'il abuse de moi? Comment le saurai-je devant tant d'inconscience et d'immaturité? Devant une conception si vague et si puérile de l'amour! Des quantités d'écrivains, de psychologues et de penseurs ont tenté, mademoiselle, de définir l'amour. L'amour rend deux êtres partenaires dans la recherche du bonheur. Vous seule savez si ce garçon est attentif à vous rendre heureuse, s'il est avec vous généreux et compréhensif. Vous seule savez s'il a "de l'avenir" comme on dit, s'il est sérieux et équilibré. Ce n'est pas à moi de vous dire s'il vous aime, mais à vous de le découvrir.

De plus, vous "croyez" être enceinte. Qu'est-ce que

cela signifie au juste? Il faut vous en assurer avant de vous affoler. Consultez un médecin et, selon sa réponse, vous saurez la marche à suivre.

OUI et vous vous confiez immédiatement à votre mère si vous la jugez suffisamment compréhensive pour vous aider. Sinon, adressez-vous à Soeur Mechilde au Centre Rosalie-Jetté, boulevard Gouin.

NON et vous repensez vos rapports avec ce jeune homme. Tâchez de le cerner, de savoir ses projets, ses aspirations, ses vues vis-à-vis de vous. Vous avez dix-sept ans. A votre âge, l'amour est possible mais infiniment rare car il demande une maturité émotive qui manque à la grande majorité des adolescents. Quand on s'aime, on ne s'interroge pas... du moins, pas autant. GERARD

Ne démissionnez surtout pas devant ce mari casanier

"Je me suis mariée à 29 ans avec un homme de cinq ans plus âgé que moi. Je n'étais donc pas une adolescente mais je manquais quand même de maturité. Aujourd'hui encore, j'ai oublié de vieillir... Mon mari, lui, a toujours été vieux de caractère. Trop vieux. Il aime la solitude et préfère son fauteuil, ses pantoufles et la télévision à une bonne marche en plein air, un spectacle ou un dîner en tête-à-tête au restaurant. Le croiriez-vous? En treize ans, nous sommes sortis ensemble trois fois! M'émanciper? Organiser ma vie d'une autre façon? Me faire des amies, assister à des conférences? Pas question, car hélas! malgré sa bonne volonté, mon mari est atteint d'un mal incurable qui a nom la jalousie. Si au moins nous pouvions trouver un terrain d'entente, mais rien sur le plan des goûts ne nous unit. Tout m'est refusé: même les conversations à deux, le soir, quand les enfants se sont

endormis. Pas facile mon problème, n'est-ce pas? Je suis coincée dans un corridor sans issue. Pour que vous compreniez bien mon cas, il vous faudrait beaucoup plus de détails. Sachez cependant que je souffre en plus d'obésité, sans doute due aux soucis incessants que provoque ma solitude. Par compensation, je grignote sans arrêt..."

POISSON AUX PRISES
AVEC UN CAPRICORNE

Pas facile votre problème, en effet. Nous devrions dire, vos problèmes. Mais il en est un dont l'importance nous semble primordiale et dont le règlement adoucirait de beaucoup les rigueurs de votre vie. La jalousie de votre mari vous empêche de vous épanouir normalement et nous paraît plus grave que sa misanthropie ou son désintéressement pour le cinéma, le théâtre ou les sorties à deux.

Sa jalousie atténuée, vous pourriez vous évader de la routine quotidienne et recou-

rir aux solutions de compromis que vous suggérez vous-même. Solutions qui, dans votre cas, sont les seules possibles. Vous ne pouvez l'attacher sur tous les plans: en d'autres termes, rêver d'en faire l'homme parfait, conforme à votre idéal et à vos aspirations. Pour l'instant, mettez de côté votre désir de le rendre plus sociable et employez-vous à miner sa principale faiblesse. La jalousie est un défaut insupportable issu de l'insécurité. Le jaloux n'a pas d'autres moyens de se défendre que de laisser planer un doute éternel sur son amour... et plus cette tactique lui réussit, plus il s'y accroche.

Interrogez-vous d'abord à savoir les raisons qui provoquent ce sentiment chez votre mari. N'en seriez-vous pas en partie responsable? Vous avouez vous-même avoir peur de vieillir... et le propos de la jeunesse est l'inconscience, ne l'oubliez pas. Cette inconscience l'irrite-t-elle? Ce que vous prenez

pour de la jalousie est peut-être un manque de confiance à l'égard de cette femme qui n'a pas encore atteint sa pleine maturité. Que fait-on avec les adolescents irresponsables? On leur défend de sortir quand on se sent trop faible pour les raisonner.

Autre chose: il vous reste certainement quelques amis ou connaissances. Invitez-les à la maison. Etablissez entre eux et votre mari un climat de confiance. Ceci fait: sortez de temps à autre avec eux, distrayez-vous et, petit à petit votre mari en arrivera peut-être à vous accompagner. Ne démissionnez pas surtout! Cette obésité qui vous obsède et pour laquelle vous ne faites rien prouve cette démission. Hé quoi! Votre lucidité devant vos problèmes est trop grande pour vous négliger de la sorte! Vous les analysez avec trop de justesse pour ignorer les dangers que vous-même et votre ménage courez en jouant avec le feu du laisser-aller.

FRANCINE et GERARD

REPONSE A "AMOUREUX":

Vous correspondez depuis quelque temps avec une amie d'enfance pour laquelle vous éprouvez un sentiment de plus en plus vif. Vous le lui avez dit et elle vous a répondu de patienter jusqu'à Pâques... sous prétexte qu'il vaut mieux se parler les yeux dans les yeux plutôt que d'étaler sur le papier des sentiments qui peuvent être mal interprétés. Cette attitude vous inquiète. C'est si simple, n'est-ce pas, d'écrire "Je t'aime" sur un bout de papier...

C'est simple, pour un homme. Car vous avez le défaut bien sympathique messieurs, d'oublier trois fois sur quatre les éléments de la psychologie féminine. Une femme ne pense pas comme vous, ne réagit pas comme vous et n'emploie pas les mêmes moyens pour se faire entendre. Je ne connais pas cette jeune fille. Je peux l'imaginer de mille et une façon différentes. Mais comme la plupart des femmes, elle est dominée par une pu-

deur instinctive qui l'empêche de vous révéler la nature exacte de ses sentiments. Amitié ou amour, elle refuse de préciser sans doute parce qu'elle devra, lors de votre rencontre, apporter des nuances qu'elle craint de mal définir en les écrivant. Une femme s'éveille à l'amour souvent plus lentement qu'un homme et c'est être maladroit que de vouloir la provoquer trop vite. Soyez patient. Parlez-lui simplement de votre amour et attendez-vous de sa part à certaines objections. Ne vous révoltez pas, montrez-vous compréhensif et prêt à attendre le temps qu'il faudra.

Si à l'encontre de ce que vous espérez, elle n'éprouve pour vous que des sentiments amicaux, il faudra ou vous résigner, ou vous employer aux astuces de la conquête. Vous pouvez y parvenir avec la délicatesse et la gentillesse dont votre lettre est une preuve.

FRANCINE

GAI marions-nous

"Je suis célibataire, âgé de 23 ans. Je travaille comme cuisinier et gagne un assez bon salaire. Je mesure 5'8", pèse 150 livres. Mes cheveux sont bruns, mes yeux noirs. Je suis de tempérament affectueux et gai. J'aime la danse, la lecture, les voyages, le patinage, la télévision et le théâtre. Je voudrais correspondre avec une jeune fille ayant à peu près les mêmes goûts que moi. Blonde ou brune, peu importe, pourvu qu'elle

soit bonne, distinguée et gentille. Une photo serait appréciée." "Où es-tu?"

"L'amour n'a pas d'âge, dicton souvent vérifié. Après avoir occupé une situation importante durant plusieurs années, étant plus libre aujourd'hui, un bon compagnon franc, de bonne éducation, serait le bienvenu dans ma petite vie solitaire. Célibataire d'un demi-siècle, je cherche l'âme sœur d'âge

approprié qui saurait répondre à mes sentiments sincères et honnêtes." "Lucie"

"J'ai trente-cinq ans, aime tout ce qui est beau: la belle musique, la peinture, la sculpture, les livres, le cinéma. Mon cas est spécial: je suis paraplégique mais me déplace très facilement en chaise roulante. J'aimerais rencontrer une célibataire, fille-

mère, veuve ou séparée, à peu près de mon âge. Le plus important est qu'elle ait, comme moi, un grand besoin d'affection. Je mesure 5'9", pèse 125 livres. Je suis blond aux yeux gris-bleu. Je suis sûr de pouvoir trouver la compagne que je cherche. Il y a certainement quelqu'un quelque part qui éprouve, comme moi, un grand besoin d'amour et de tendresse."

"Manque d'affection"

Ne manquez pas l'émission PARLONS D'AMOUR, du lundi au vendredi à 3h. 30 p.m.

QUE
BEQ
NO 1



CKAC

LE PSYCHIATRE DEVANT L'HOMOSEXUEL

PROFESSEURS: J. Lhermitte, Ombredanne, Ch. Larere, J. Gengoux, docteur Le Moal.

INTRODUCTION du docteur J.-B. Boulanger, professeur agrégé de psychiatrie à l'Université de Montréal.

DES HOMMES de science et des moralistes nous expliquent la psychologie de l'homosexuel, cet "aliéné" de la sexualité.

UN LIVRE honnête, sain et franc destiné à rendre de précieux services aux homosexuels et à ceux qui veulent les comprendre.

EN VENTE PARTOUT A \$1.50

DEPOSEZ ET POSTEZ

LES EDITIONS DU JOUR

a/s La Patrie

180 est, rue Ste-Catherine, Montréal-861-2701

Veuillez m'expédier exemplaire(s) de "LE PSYCHIATRE DEVANT L'HOMOSEXUEL" au prix de \$1.50 l'exemplaire.

Ci-inclus \$.....

NOM

ADRESSE

VILLE

COMTE

le LIVRE en marche

J'ÉCRIS, donc je suis

Je suis toujours songeur quand je rencontre des gens qui, d'une part, clament bien haut qu'il faut sauver la culture française en Amérique du Nord et qui, d'autre part, ne prennent aucun moyen de le faire. C'est souvent pire. Ces mêmes personnes dénigrent la littérature canadienne-française et se complaisent, sans s'en rendre compte, dans tout ce qui est imprégné d'une culture qui n'est pas la nôtre. A vrai dire, ça me révolte.

Pour ma part, j'ai toujours considéré que l'élément primordial de la culture d'un peuple, d'une nation, c'est la littérature. Elle reflète les diverses formes de pensée d'individus parlant

une même langue. La lecture, donc automatiquement l'écriture, est la base fondamentale de la connaissance. Et cette connaissance, nous la retrouvons aussi bien dans les temps les plus reculés qu'à l'ère atomique. C'est une manière de se définir soi-même comme être humain et les dessins préhistoriques des cavernes sont les premières manifestations de la pensée exprimée selon un mode de vie bien déterminé et par un groupement humain apparemment homogène. Aujourd'hui, la littérature est la principale forme qui permette à l'homme de se développer et de s'améliorer. Pourquoi s'en priver?

"L'Etat du Québec"

Les auteurs de cette étude — ils sont cinq — ont voulu chercher "une méthode nouvelle de réfléchir sur l'avenir réalisable du Québec". Ils posent trois questions principales auxquelles d'ailleurs ils donnent autant de réponses affirmatives: 1) l'indépendance est-elle rentable? 2) Québec a-t-il le droit de disposer de lui-même? 3) la

nationalité lui conférerait l'autodétermination qui n'est pas alors un droit individuel mais un droit social. La délimitation du territoire du Québec, le sens français du mot nation, le droit international, sont donc autant de facteurs qui permettraient dès maintenant et en toute liberté au Québec d'accéder au statut d'Etat souverain. Une seule autre condition à ajouter et elle est primordiale: il faut la volonté expresse des citoyens du Québec.

Au début de ce livre, j'ai eu un peu peur qu'on ait oublié les implications économiques de l'indépendance. Les auteurs, dans un autre chapitre, affirment que l'essor économique, social et culturel de notre peuple est lié à notre souveraineté. Il semble, d'après eux, qu'il n'y ait aucune raison pour que la planification démocratique actuelle soit bouleversée et détruise nos structures de base.



province de Québec peut-elle dès maintenant être admise à l'O.N.U.?

On comprendra tout de suite en lisant ces lignes que les auteurs ont choisi — après maints palabres, disent-ils — l'option de l'indépendance. Ils expliquent clairement et méthodiquement les arguments en faveur au moyen de références difficilement réfutables. En effet, dès le premier chapitre, ils se réfèrent directement à la charte des Nations unies sur le droit des peuples à disposer d'eux-mêmes, ainsi qu'à la Déclaration universelle des droits de l'homme. Ils font également état des pays qui se sont prévalus de tels principes — depuis l'après-guerre — pour accéder à l'indépendance dans un climat mondial de décolonisation.

D'après ce livre, le Québec, comme nation et Etat, a le pouvoir de disposer de lui-même selon le droit international. Et là, les auteurs citent l'Acte de Québec (1774), l'Acte constitutionnel (1791), l'Acte d'Union (1841) et la Constitution de 1867. Tous ces documents reconnaissent, d'une manière ou d'une autre, l'existence de la nationalité canadienne-française au Québec. Cette nation-

"50 aspects de Montréal"

Cet album comprend 50 reproductions en noir et blanc de peintres qui se sont évertués à transmettre sur la toile divers aspects de la métropole canadienne. J'avertis tout de suite le lecteur que je n'aime pas ce volume et cela pour plusieurs raisons.

D'abord la qualité des reproductions. Elle est mauvaise non pas à cause de l'imprimerie qui ne pouvait guère faire mieux mais parce qu'on a employé un procédé qui ne convenait pas, en l'occurrence l'offset. Le résultat est que c'est sombre et empâté, sans grâce et sans allure. Après avoir feuilleté cet album, je n'ai aucune envie de voir les tableaux originaux. Le résultat obtenu est exactement le contraire de celui qu'on pourrait espérer.

Ensuite, sur les 32 peintres choisis, j'ai relevé 15 artistes nés au Canada et 17 nés à l'étranger. La moitié environ des artistes canadiens sont apparemment de langue française: ils représentent donc sur le plan statistique le quart seulement des peintres présentés. Cette disproportion va dans le sens contraire à la vérité historique et culturelle, à savoir que Montréal est la deuxième plus grande ville française

du monde et qu'elle est le centre véritable de la vie artistique au Canada où, aux dires même des anglophones, les peintres québécois sont les plus renommés. En troisième lieu, je regrette que les oeuvres choisies ne soient pas plus représentatives en qualité, à part quelques exceptions. Enfin, on n'a mis dans cet album que des pein-



tures très récentes. N'aurait-on jamais peint Montréal auparavant?

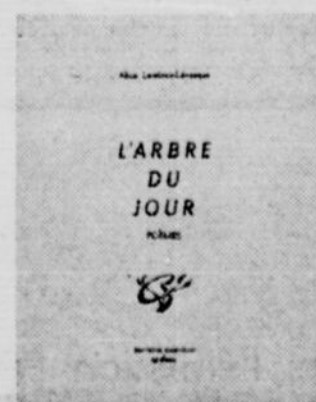
J'ai la nette impression qu'on a voulu faire plaisir aux artistes dont les oeuvres sont ici reproduites. Ce n'est certes pas un critère — heureusement — pour intéresser le public. (Publié par Collection Métropolitaine, Montréal. \$1.50).

"L'arbre du jour"

Ces poèmes sans prétention ont le don de reposer le lecteur. Il ne s'agit pas ici de poésie engagée ni de poésie abstraite. C'est la simplicité même, avec parfois un peu de naïveté. L'écriture de cette poétesse sage est pleine d'images calmes.

C'est une poésie qui nous

vient d'une personne qui a trouvé en elle-même la sérénité et l'apaisement. Ce sont ses émotions de chrétienne qu'elle nous transmet pour nous faire partager son optimisme envers les gens et les actes qu'ils posent. Entre ses rimes, la vie coule pour ne dévoiler aux hommes que "les réponses de vie et le calme véritable problème si on garde la foi en une humanité pardon". Plus rien n'est une meilleure où "l'espérance est formée de courage et d'attente". L'arbre du jour, c'est une manière de symboliser le fardeau de la vie quotidienne et de sublimer en permanence "le geste de la croix". (Par Alice Lemieux-Lévesque. Editions Garneau, Québec. \$2.00).





MARABOUT

et l'histoire

MARABOUT

et la jeune fille

MARABOUT

et le capitaine Fracasse

MARABOUT, les formats commodes, les utiles, les intéressants Marabout pas cher, poursuivent inlassablement l'édification de leurs différentes collections. Pour les jeunes et pour les grands, pour ceux qui désirent s'instruire et pour ceux qui cherchent à se distraire, pour les

amateurs d'aventures et pour ceux qui s'intéressent à l'histoire, ils sont là, toujours, avec de nouveaux titres qui s'ajoutent et finissent par former la plus impressionnante collection de format-de-poche qui soit.

Les toutes dernières productions :

— dans la bibliothèque Marabout, un "géant illustré" qui a déjà fait le plaisir de milliers de lecteurs sous toutes les latitudes: "Le capitaine Fracasse", l'œuvre romanesque la mieux réussie et la plus pittoresque de Théophile Gautier. Avec illustration de Gustave Doré.

— dans la collection "Université": une histoire de la musique européenne, des origines à nos jours. Une fouille approfondie dans l'histoire du langage musical depuis plus de deux millénaires. Par Jacques Stehman, renommé cri-



tique et journaliste belge, avec nombreuses illustrations.

— également dans la collection "Université", le neuvième tome de "L'histoire universelle", une extraordinaire présentation des civilisations du monde entier. L'encyclopédie universelle dans sa poche, quoi. Le 9e tome (L'histoire complète en comptera 12) porte en sous-titre: "La révolution française et l'Empire".



— enfin, dans la collection "Service", un indispensable ouvrage: "Le guide MARABOUT de la jeune fille d'aujourd'hui". La réponse toute trouvée aux questions les plus fréquentes des jeunes filles. Personnalité, beauté, avenir, hygiène, tout y est. L'auteur: Floriane Prévot. A recommander à toutes les jeunes filles.

Bonne lecture!

"Aux sources du romantisme français"

Il n'est pas besoin de présenter Roger Duhamel, Imprimeur de la reine et fin lettré. Membre de l'Académie canadienne-française, il a ce qu'on appelle une culture solide. Il nous livre dans cet ouvrage une étude du romantisme français au XIXe siècle mais, dans son avant-propos, il nous rappelle que "le romantisme est de tous les temps..." correspond à l'une des tendances fondamentales de la sensibilité humaine.

L'auteur étudie des grands initiateurs du romantisme français en partant de celui qu'il considère le précurseur, Jean-Jacques Rousseau. Dans un chapitre suivant, il analyse le personnage qu'était Chateaubriand pour ensuite donner toute l'importance qui revient à Mme de Staël. Outre son rôle d'égérie des Lettres, cette femme a eu une importance politique qu'on oublie trop souvent. Suit une énumération d'écrivains qui ont participé à cette renaissance littéraire: Courier, Lamennais, Lamartine, Béranger. Puis l'auteur continue son étude avec "de nouveaux noms, des œuvres nouvelles" où des écrivains comme Vigny, Nodier, Hugo, Sainte-Beuve, sont en vedette. La

fin du livre est consacrée aux principes et conséquences du romantisme français. C'est peut-être ce qu'il y a de plus important dans cet ouvrage car il met l'accent sur l'éternel devenir de la république des lettres.

Il n'est pas besoin d'être universitaire pour lire ce livre, il suffit d'avoir l'esprit curieux. (Par Roger Duhamel. Presses de l'université d'Ottawa, Ottawa).

le bouquiniste



à votre CHOIX

L'ETAT DU QUEBEC, en collaboration. Le mémoire du "Club Fleur de Lys" au Comité parlementaire de la Constitution. Editions de l'Homme. (\$1.00)

AUJOURD'HUI LES JEUNES, par l'abbé Gérard Marier. Quelques réponses aux questions que se pose la jeunesse. Editions de l'Homme. (\$1.00)

POUR LES AMES. Poèmes de Paul-Marie Lapointe. Les Editions de l'Hexagone.

LE PSYCHIATRE DEVANT L'HOMOSEXUEL. Un guide précieux pour ceux qui veulent comprendre cet "aliéné" de la sexualité. Editions du Jour. (\$1.50)

LES REMPARTE DE QUEBEC, par Andrée Maillet. La découverte d'une identité. Editions du Jour. (\$2.00)

L'HISTOIRE VECUE DE LA GUERRE 14-18. Par Pierre G. Fredericks. Un Marabout-Université qui est un document à la fois photographique et historique.

LE CALEPIN DU DIABLE, par Jean Pellerin. Un diable de petit calepin. . . Aux Editions du Jour. (\$1.50)

COMMENCEZ BIEN L'ANNEE APPRENEZ L'ANGLAIS

15 MINUTES PAR JOUR SUFFISENT

avec Jean Couture

Grâce à la méthode exclusive de conversation anglaise de l'Institut de Bilinguisme.

Dans quelque temps, vous parlerez couramment l'anglais avec un accent impeccable. Rien à traduire, rien à apprendre. Voici la méthode moderne par excellence, conçue et conseillée par les linguistes les plus réputés. Vous comprendrez tout de suite et au bout de quelques semaines, vous réaliserez que vous parlez déjà avec un accent parfait: c'est le miracle de notre méthode.

Cette méthode rapide comprend:

- vocabulaire
- verbes
- phrases
- et expressions courantes
- grammaire
- etc...

INSTITUT DU BILINGUISME
2117, rue Valois, Mtl 4, Qué.

Auriez-vous la bonté de me faire parvenir plus de renseignements sur votre cours du français à l'anglais.

NOM
ADRESSE
VILLE COMTE
OCCUPATION AGE L.P. 11-3-65

Cours de 4 mois

Par correspondance de la 4e à la 12e année. Diplôme et examens. \$5.00 par mois. Livres fournis gratuitement pour la durée des cours.

ECRIRE POUR RENSEIGNEMENTS

AVIS: les prochains cours débuteront le 20 mars 1965

L'inscription doit être faite avant le 18 mars 1965

INSTITUT NÉRON

C.P. F1336, QUEBEC

Veuillez, s'il vous plaît, me faire parvenir (sans obligation) votre prospectus gratuit.

COURS CHOISI
NOM
ADRESSE
VILLE COMTE

INSTITUT AUDET

ETUDES par CORRESPONDANCE

Cours • Primaire et secondaire 4e à 9e année
• Général 10e et 11e année
• Commercial 10e et 11e année
• Anglais 1er au 4e degré

MANUELS FOURNIS — EXAMENS ET DIPLOME
\$5.00 par mois, durée de 4 mois.

• DEBUT DES COURS: 26 MARS •

INSTITUT AUDET, C.P. 158, Dépt. 100, Limoilou, Qué. 3

Veuillez, s'il vous plaît, me faire parvenir (sans obligation) votre prospectus gratuit. L.P. 11-3-65

COURS CHOISI
NOM
ADRESSE
VILLE COMTE

SPÉCIALISEZ-VOUS EN TÉLÉVISION

COURS DU SOIR ET PAR CORRESPONDANCE

"INCLUANT LA TV EN COULEURS"



Vous joindrez la pratique à la théorie
Faites venir la BROCHURE GRATUITE de

L'Institut de l'Electronique

ECOLE SUPERIEURE DE RADIO-TELEVISION
5934 ST-HUBERT, MONTREAL 10

Sans obligation, m'envoyer votre brochure

Gratuit

NOM
ADRESSE
AGE TELEPHONE

monsieur BRICOLE

par andré daveluy

Volume 6 — numéro 17

Lamellé de plastique jauni

Dans la cuisine, la moitié du mur est d'arborite émaillée blanche. Je ne sais si c'est parce que nous nous servons de gaz naturel pour la cuisson, mais ça a jauni. Auriez-vous une solution ?

Propreté, de Montréal.

Je suis très surpris que de l'arborite ait jauni. Que vous chauffiez au gaz ou autrement, il n'y a vraiment pas de raison. Cette arborite aurait-elle été peinte, par

hasard, et serait-ce la peinture qui jaunirait ?

Je n'ai pas de réponse à votre problème. Il vaudrait mieux que vous communiquiez avec le service des relations extérieures de la compagnie Arborite. Ils se feront un plaisir (je leur en ai parlé) d'étudier votre problème à fond. C'est un cas unique, paraît-il, dans les annales de la compagnie. Je vous donne l'adresse : compagnie Arborite, 385, rue Lafleur, Ville La Salle.

Chalet de bois rond dans les Laurentides

Nous nous sommes fait construire un chalet dans les Laurentides. Il est fini en bois rond, imitation de "log", mais nous l'avons peinturé avec la teinture couleur knotty pine, ce qui défait beaucoup notre chalet. Nous voulons le repeindre au printemps. Nous ne savons pas comment faire. Est-ce que le fait de mettre de la teinture vernis par-dessus donnerait une plus belle couleur ? Nous voulons l'avoir d'une couleur qui ressemblerait au naturel et luisant. Il est peut-être trop tard. Knotty pine donne une couleur blanc rosé. La couleur défait beaucoup notre chalet. Que nous conseillez-vous ? Vous avez tellement de bonnes idées.

Une qui pense déjà au printemps, de Montréal.

Actuellement, toutes mes bonnes idées se concentrent sur le printemps, le temps de l'année où un bricoleur se sent pousser des ailes.

Avant de tenter des expériences sur le revêtement de la maison, faites un essai sur un morceau de rebut enduit de la même teinture que votre bois rond. Enduisez l'échantillon de teinture Ranch House de Cabot no 92 qui devrait vous donner une teinte beige pâle (évidemment, ça n'a jamais été essayé sur du blanc rosé, c'est pour ça que je vous recommande l'échantillonnage). Si vous désirez ensuite un fini glacé, enduisez votre bois rond du Cabot 800 qui donne un beau fini glacé.

Ahuris par le bruit

Nous habitons le deuxième étage d'un duplex construit en 1949. Il est terriblement "écho". Tous les exemples généralement invoqués dans votre chronique, par les lecteurs, ne rendent qu'une pâle idée de la malheureuse existence qu'est la nôtre, à cause de cette grave anomalie.

Posons, au départ, qu'il saute aux yeux (aux oreilles, devrions-nous dire) que le plancher de cette demeure ne possède pas le moindre agent insonorisant pour combattre les bruits venant de l'étage. Alors, à part l'exode vers d'autres lieux, existe-t-il un moyen quelconque pour remédier à cette déficience ? Je pense ici que, peut-être, l'installation de feutre et de tapis de bonne qualité aux points stratégiques revêtirait l'aspect d'un excellent remède. D'autre part, certaines maisons de commerce se spécialisent-elles dans l'insonorisation de planchers trop indiscrets ? Le tout, aux frais de notre cher proprio, bien entendu.

Bref, hormis le déménagement, solution qui nous sourit peu, que peut-on faire en pareil cas ? Pouvons-nous faire des représentations auprès de la Régie des loyers pour amener le proprio à regarder d'un bon œil l'hypothèse no 2, l'insonorisation ?

P.L., de Montréal.

Je ne crois pas que vous puissiez forcer votre proprio

à faire ces dépenses pour les raisons que vous invoquez. Agissez avec diplomatie : envoyez votre femme comme ambassadrice — elle saura peut-être mieux que vous l'amadouer et l'amener à vos fins. C'est d'ailleurs dans son intérêt s'il veut vous garder, car, depuis que l'on construit à Montréal et en banlieue tellement de maisons unifamiliales et d'appartements gigantesques, les propriétaires écoutent plus volontiers les doléances de leurs locataires.

Les deux solutions que vous proposez sont excellentes. Tapis et thibaudes mur à mur, insonorisation par spécialistes, etc., tout aidera à améliorer la situation. Consultez les pages jaunes à Matériaux, acoustique et traitements, à la page 560. Rien ne vous empêche de vous informer pour mieux renseigner le propriétaire.

Fenêtres et vitres de toutes sortes nettoyées par des Canadiens expérimentés et assurés

UNiversity 1-4335 Appellez M. Garneau, gér., 429 ST-VINCENT

LAVAGE DE VITRES

EXCELSIOR

Venez me voir au Salon de la maison moderne

A partir du mercredi, 17 mars, et jusqu'au lundi, 22 mars, je serai à votre disposition, pour vous aider à solutionner vos problèmes de bricolage, au kiosque de Ottawa Valley Lumber (pour les teintures Cabot), au Salon de la maison moderne, au Palais du Commerce.

Au plaisir !

Piano égratigné

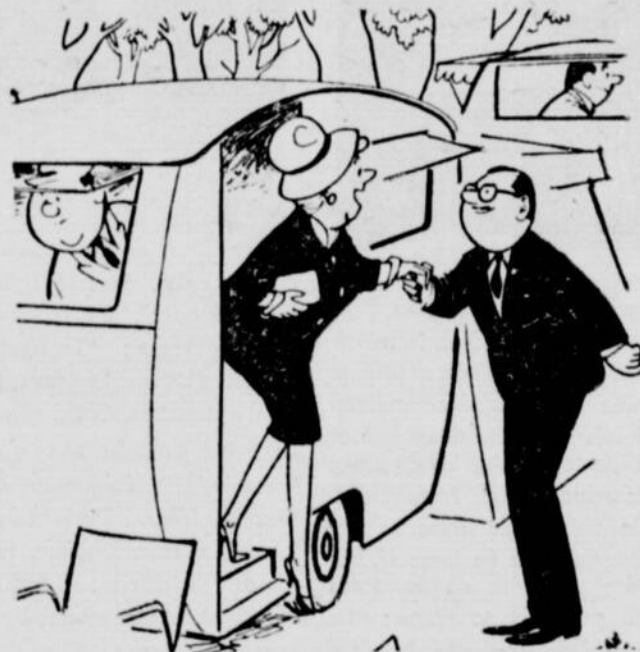
Q. — Auriez-vous l'obligeance de me dire comment procéder pour réparer un piano égratigné. Par ces égratignures, je vois le bois. Je ne veux pas appliquer du vernis, car cela ne ferait pas disparaître ces égratignures.

UNE VALDORNIENNE.

R. — S'il ne s'agit que d'une égratignure, vous pourriez vous servir du poli Mystérieux, si le fini du piano

est foncé. Si, au contraire, le fini est pâle, frottez les égratignures avec une noix pacane. Pas bête, hein ; on dit que le bois égratigné adore ça.

Si les égratignures sont vraiment trop profondes et trop nombreuses, il faudra refaire les grandes surfaces. Enlevez le vieux vernis avec du décapant, sablez légèrement et appliquez du vernis neuf.



— Je n'étais pas emballée pour le camping, mais les placards de cuisine me décident.

Piano et stéréo au sous-sol

Dans un sous-sol dont les murs seraient fabriqués tel que vous le conseillez mais dont le plancher serait de ciment imperméabilisé et peinturé ou recouvert de tuiles spéciales (c'est un sous-sol sec), conviendrait-il (en toutes saisons) d'y placer piano et stéréo ? J'ai entendu parler d'un système de ventilation mais je ne sais comment installer cela.

L'homme à la pipe, de Thetford Mines.

Un peu d'humidité n'est pas mauvais pour le piano et le stéréo, vous savez. Si vos meubles ne sont pas posés contre un mur extérieur ou sous une fenêtre, je ne vois aucun inconvénient à ce que vous les placiez dans le sous-

sol à condition, bien sûr, que ce dernier soit chauffé. Pas seulement avec votre pipe.

Mme A.M. (aussi), de Matagami.

ST-ZOTIQUE LUMBER

2345 EST, rue ST-ZOTIQUE RA. 5-9378

LIVRAISON GRATUITE

- Planche murale • Bois • Moulure • Peinture
- Ferronnerie • Matériaux de construction

La maison de confiance où le propriétaire et le bricoleur sont assurés de se procurer tout ce dont ils ont besoin.

SPECIAL ACAJOU TROPICAL \$4.55 ch.

préfini 3/16" x 4" x 8"

Ouvert : vendredi jusqu'à 9 h. p.m.

LOUEZ

OUTILS et EQUIPEMENT

pour LA MAISON / L'INDUSTRIE / LA CONSTRUCTION

273-2411

Perco

5272 BOUL. ST-LAURENT

le vendredi jusqu'à 8h. p.m. le samedi jusqu'à midi

Moisissure

Nous avons pris possession d'un meuble. Il a passé quelques années dans une cave humide. Vous comprenez, il sent le "moisi". C'est imprégné dans le bois. Mon épouse l'a lavé, l'a même peinturé à l'intérieur. Le bureau sent encore. Tout ce qu'on y met a la senteur de moisissure. Cher monsieur, que nous conseillez-vous ?

M. et Mme M.M., de Lachine

Pas compliqué. Aérez le meuble le plus possible, frottez-en ensuite l'intérieur et l'extérieur avec un chiffon trempé dans une solution d'alcool méthylique et d'eau à parties égales. Faites sécher. Votre femme pourra ensuite glisser dans les tiroirs ces merveilleux petits sachets parfumés à la lavande qui donnent aux vêtements et à la lingerie un parfum si délicat.

Evaluation immobilière

Je désirerais quelques titres de volumes traitant de l'évaluation immobilière de sorte que je puisse évaluer à l'avance le coût d'une construction future.

J'ai essayé en vain d'obtenir le manuel d'évaluation du cours d'évaluation de l'Université de Montréal. La direction décide de conserver le privilège de ce volume pour ses étudiants.

J'ai acheté le livre "Éléments de construction" tel que mentionné dans votre chronique. Je l'ai trouvé très utile. Je désirerais acheter d'autres volumes de façon à pouvoir estimer le coût de la construction.

A.P., de Sainte-Agathe-des-Monts.

Pour obtenir des livres traitant de construction et d'évaluation immobilière, écrivez à la compagnie Renouf Publishing, 2182, rue Sainte-Catherine ouest, à Montréal. Ils vous enverront une liste parmi laquelle vous pourrez choisir. Vous pourriez aussi communiquer avec M. Lionel Giroux qui donne des cours à l'Institut de Technologie de Montréal. Son adresse : 200 ouest, rue Sherbrooke. Je connais aussi un livre intéressant traitant des choses qui vous préoccupent : "Maçonnerie, matériaux et estimation" de la Société canadienne de Technologie, éditeur : Bélisle, Québec.

Témoignage fort apprécié

Je viens vous remercier du conseil que vous avez donné à Mme A.M., de La Motte. Moi aussi, mon argenterie était "tachée". J'essayai plusieurs choses, mais rien n'y fit, donc, je décidai de suivre votre conseil et mon argenterie est comme neuve. Je lis toujours votre courrier, même si je ne bricole pas.

Les Mmes A.M. se suivent et se ressemblent. Mêmes problèmes : mêmes solutions, même reconnaissance. Je suis très content d'avoir pu vous être utile à toutes deux. Revenez, vous êtes les bienvenues.

CIMEX

CIMENT PREPARE

1000 USAGES

BLANC OU REGULIER

IL SUFFIT D'AJOUTER DE L'EAU

Chez votre vendeur de matériaux de construction

Maintenant disponible EN BLANC et en GRIS régulier dans les 3 compositions soit mortier, ciment-sable et béton. CIMEX BLANC peut être employé partout où un ciment blanc serait préférable au gris en apparence.

AIRMAT CORPORATION LTD.
Montréal — 272-8041



'ASSURER
c'est
PRÉVOIR

Le courtier d'assurances est un **CONSEILLER** avant d'être un **VENDEUR**

L'ASSOCIATION des courtiers d'assurances de la province de Québec célèbre cette année le 50^e anniversaire de sa fondation. Le public en général la connaît peu ou ne soupçonne même pas son existence. La raison en est bien simple: le travail de l'Association jusqu'à maintenant a surtout porté sur la valorisation de l'agent d'assurances pour en faire un courtier d'assurances, un conseiller professionnel.

Aujourd'hui, le monde a bien changé... et l'assurance aussi. L'évolution de ce "vendeur" de cet "agent à temps partiel" très souvent, pour en arriver au courtier d'assurances, s'est effectuée graduellement grâce à l'Association des courtiers d'assurances de la province de Québec. Le dynamisme des hommes qui l'ont dirigée et la ténacité d'un directeur général qui compte quelque quarante années de service, ont permis

de franchir de rudes étapes et d'assurer le progrès de leurs démarches en dépit de tous les obstacles que l'on a dressés sur leur route.

Principes de la profession

Ce résultat n'a pu être obtenu que par une application rigoureuse des principes dont la nécessité ne faisait aucun doute. L'obligation pour un courtier d'assurances de se consacrer uniquement à son travail sans autre occupation est maintenant reconnue. On ne saurait trop souligner l'acharnement qu'il a fallu déployer pour convaincre tous les éléments en cause de ce principe, sans lequel l'Association n'aurait jamais été édifée.

Le second principe, qui demeure une préoccupation constante de l'Association,

est celui de la compétence. Cette compétence ne pouvait être atteinte que par l'obligation pour un candidat à un permis de se soumettre à un examen volontaire, et il a fallu peu de temps pour que le gouvernement reconnaisse que c'était la seule voie possible pour qualifier l'agent d'assurances dans l'exercice de sa fonction.

Agent et courtier

Le travail gigantesque entrepris par cet organisme provincial devait, et parfois malgré les assureurs eux-mêmes, aboutir à la Loi des courtiers d'assurances du Québec, accordée par la législature québécoise en juillet 1963. La portée de ce bill privé 157 est considérable. Elle explique d'abord la différence entre l'agent et le courtier:

Le courtier d'assurances

autres que sur la personne — pour le distinguer immédiatement de l'agent d'assurance-vie qui n'est pas du ressort de l'association — est l'"agent d'assurances générales d'autrefois, mais à temps complet et indépendant". Cette indépendance tient à la définition même du courtier d'assurances dans le texte de la loi. Elle s'exerce par le fait que le courtier a le choix de représenter plusieurs assureurs ou compagnies d'assurances qui veulent bien transiger par son entremise. Qui dit courtier d'assurances, membre de l'association, dit aussi qu'il n'est pas lié à une seule compagnie d'assurances ou à un seul groupe d'assureurs.

L'agent d'assurances, depuis juillet 1963, signifie celui qui représente exclusivement un assureur. La signification des mots "courtier" et "agent" est maintenant distincte et elle a un sens clair et précis.

Au sein de l'association, il y a différentes catégories de membres qui s'identifient par un titre selon l'examen de compétence qu'ils ont subi avec succès.

Il y a d'abord le courtier d'assurances proprement dit qui s'est joint à ce corps professionnel en raison d'un droit acquis vu qu'il détenait avant juillet 1963 une licence d'agent du Service des assurances depuis un certain nombre d'années.

Souvent, le nom de courtier d'assurances est suivi du sigle C. d'A. As. Il s'agit d'un courtier d'assurances associé, titre qui lui a été accordé pour avoir réussi l'examen élémentaire qui s'y rattache. Ce pouvoir a été accordé à l'Association par la législature en 1946.

Le courtier d'assurances agréé est le titre le plus élevé de compétence que peut décerner l'Association. Le candidat ne l'obtient qu'après avoir réussi un examen beaucoup plus élaboré comprenant toutes les branches de l'assurance générale. Sa réussite indique qu'il possède une expérience plus approfondie de sa profession.

Ces distinctions caractérisent la situation d'aujourd'hui. Que sera celle de demain?

Intervention du courtier

Le courtier d'assurances, conscient de sa responsabilité, doit expliquer à l'assuré exactement où commence et où finit la protection accordée par la ou les polices d'assurances qu'il lui procure. Un contact fréquent doit se nouer entre le courtier et l'assuré afin que le premier soit tenu au courant des changements qui peuvent altérer la nature de la garantie accordée par ses polices.



*L'assurance vous ménage souvent une
vieillesse heureuse*

Lors d'un sinistre ou d'un accident quelconque, le courtier d'assurances devient le conseiller professionnel et presque "l'avocat" de son client pour qu'un règlement équitable soit obtenu pour toutes les parties en cause. On pourrait élaborer davantage sur l'apport important du courtier qui est devenu l'homme de confiance de l'assuré et qui est considéré par les assureurs avec lesquels il transige.

Caractère professionnel

Peut-on nier maintenant le caractère professionnel de sa fonction?

Le symbole choisi par l'Association résume bien ce que le courtier doit être. Le Sagittaire stylisé, son emblème, est le signe du sage et du conseiller. Le slogan adopté illustre aussi le premier souci de cette profession: **conseiller professionnel, le courtier d'assurances est votre homme de confiance**.

L'Association des courtiers d'assurances de la province de Québec qui a vu ses efforts couronnés par la reconnaissance professionnelle du courtier est consciente du fait qu'une autre phase non moins importante de son travail commence, et elle entend poursuivre avec autant d'acharnement la double tâche qui provient de la responsabilité du courtier envers l'assuré et de la responsabilité de donner à ses membres les moyens de continuer à élever constamment le niveau de cette belle et nouvelle profession.



RÔLE SOCIAL DE LA **SUN LIFE**

La Sun Life procure la sécurité financière à des centaines de milliers d'hommes et de femmes et à leurs familles.

En 1964, la Sun Life a versé plus d'argent que jamais à ses détenteurs de police, à leurs bénéficiaires et aux rentiers.

Les détenteurs de police, anciens et nouveaux, ont acheté plus d'assurance de la Sun Life que jamais auparavant.

**Voici les
faits saillants
touchant la
Sun Life
en 1964**

- ★ VENTES—\$1,369,222,000 (\$185,496,000 ou 16% de plus qu'en 1963)
- ★ VERSEMENTS DE BÉNÉFICES—\$230,725,000 (\$13,637,000 de plus qu'en 1963)
- ★ ASSURANCE-VIE EN VIGUEUR—\$12,539,683,000 (une augmentation de plus d'un milliard de dollars sur 1963; dont \$5,161,042,000 en assurance-vie collective)
- ★ ACTIF AU 31 DÉCEMBRE 1964—\$2,833,517,000 (une augmentation de \$135,051,000 sur 1963)
- ★ GAINS ACCRUS—En 1965, les nouvelles échelles de dividendes permettront d'augmenter pour la 16^e année de suite le montant total—estimé à \$55,306,000—qui sera versé aux détenteurs de polices participantes.

Le personnel de la Sun Life est au service du public. Les représentants Sun Life reçoivent une formation poussée et excellent dans la programmation d'assurance-vie permettant de répondre aux besoins particuliers de chacun de nos détenteurs de police. Voilà quelques-unes des raisons qui font de la Sun Life la plus importante compagnie canadienne d'assurance-vie.

Un exemplaire du Rapport annuel — 1964 est envoyé aux détenteurs de polices. On peut également en obtenir des exemplaires de n'importe laquelle des 150 succursales de la Compagnie d'un océan à l'autre.

12 SUCCURSALES A MONTREAL

866-6411

pour tous les bureaux.

ASSURANCE-VIE • RENTES • ASSURANCE-VIE COLLECTIVE • ASSURANCE-SANTÉ COLLECTIVE • PENSIONS COLLECTIVES

SUN LIFE DU CANADA
La compagnie qui a la police qui VOUS convient
COMPAGNIE D'ASSURANCE-VIE

VIVRE et se **SURVIVRE**

Voilà tout un programme. C'est celui que vous propose la Mutuelle du Québec: Vivre serein, avec la certitude d'assurer la survivance heureuse des vôtres. Cela suppose assurer:

- un revenu à la famille
- le toit familial
- l'instruction (donc, l'avenir)
- un fonds de pension
- les dépenses imprévues

Pour le plan qui vous convient, consultez nos experts. Il n'en coûte rien.

Affiliée à la Croix Bleue du Québec, qui compte presque un million de membres:



**LA COMPAGNIE MUTUELLE D'ASSURANCE-VIE
DU QUÉBEC**

Siège social: 550 avenue Sherbrooke, Montréal 2

Une formule idéale: la Mutuelle des Employés Civils

LA MUTUELLE des Employés Civils, connue sous le sigle "M.E.C.", est une corne d'abondance pour les fonctionnaires de l'administration provinciale qui en font partie. Ce n'est pas une petite entreprise mais bien une corporation solidement établie et possédant sa propre charte en vertu de la Loi des assurances de la province de Québec.

Mais qu'est au juste la M.E.C.? Au début, simplement une Mutuelle, fondée par Me Arthur Savard, C.R., qui en est toujours président, avec la collaboration de M. Edgar Morin, secrétaire permanent et gérant général et quelques employés, pour administrer une caisse d'assurance funéraire seulement en 1941. Mais elle ne tarda pas à s'imposer et progresser rapidement.

En 1956, la Société devient une Compagnie Mutuelle d'après un bill adopté à l'Assemblée législative. Sa charte lui permet d'avoir une caisse de secours funéraires, de faire de l'assurance-vie, de l'assurance-maladie et accidents, des prêts hypothécaires et tous autres genres de transactions.

Grâce à ses nombreux plans, la Mutuelle des E.C. couvre entièrement aujourd'hui, le champ de l'assurance-vie et offre aux fonctionnaires de la province et à leurs personnes à charge, un choix varié de polices pouvant répondre non seulement à tous les besoins de protection, mais également à leurs disponibilités financières.

La Mutuelle est la propriété



M. Arthur SAVARD

té unique des assurés, elle est administrée par ceux-ci par l'intermédiaire de délégués élus en assemblée générale annuelle. Elle fait bénéficier ses membres des profits qu'elle enregistre.

De plus, elle maintient ses taux au plus bas chiffre possible, justement parce qu'elle est fondée sur les contributions de ses membres et que le premier service à leur rendre est de leur faciliter, grâce à des taux plus que raisonnables, l'acquisition d'une protection adéquate pour eux et leur famille.

Le fait d'avoir obtenu du gouvernement de la province

la rétention des primes d'assurance à même le salaire des assurés est déjà une garantie de bon fonctionnement en faveur des intéressés du maintien en vigueur de leur police.

Excellents résultats

Le rapport annuel pour l'année écoulée indique que la Mutuelle a connu d'excellents résultats en 1964. La protection totale des polices permanentes souscrites s'est élevée à \$22,243,077, soit \$2,361,114 de plus qu'en 1963. Dans l'assurance collective, elle a obtenu, de nouveaux groupes, \$12,242,577 pour un total de \$34,485,654, une hausse de \$12,513,691 sur l'année précédente. Le total de l'assurance en vigueur se chiffre maintenant par \$137,045,351, le nombre des contrats a passé de 61,130 à 65,620 et l'actif, avec une augmentation de \$908,798, atteint \$7,041,573.

La Mutuelle des E.C. envisage l'avenir avec sérénité et générosité. Avec sérénité, parce qu'elle se sent solidement assise et solidement encouragée par les magnifiques résultats obtenus jusqu'ici. Avec générosité, parce qu'elle continue d'étudier, à la lumière de l'expérience, et de ce qui se fait ailleurs, le fonctionnement d'autres plans d'assurance pouvant convenir aux fonctionnaires, comme aussi la possibilité d'abaisser le coût de l'assurance au moyen de ristournes plus substantielles.

RAPPORT ANNUEL

1964 NOTRE PROGRÈS
S'ACCENTUE

	1964	1954
AFFAIRES EN VIGUEUR	\$1,304,991,000	\$349,671,000
ACTIFS	137,115,000	36,591,000
CAPITAL ET SURPLUS	17,147,000	2,511,000
TAUX NET D'INTÉRÊT GAGNÉ	5.95%	4.72%



L'INDUSTRIELLE
COMPAGNIE D'ASSURANCE SUR LA VIE

* Une copie du rapport annuel vous parviendra sur demande.



AU FRUIT ON JUGE L'ARBRE

La croissance d'une compagnie peut se comparer à celle d'un arbre: tige fragile au début, elle grandit, se développe avec le temps et l'expérience—et, un jour, elle apparaît sous une personnalité qui la fait facilement reconnaître.

L'ÉCONOMIE MUTUELLE D'ASSURANCE a constamment poursuivi son développement en adaptant au rythme de la vie moderne le choix de ses garanties et l'éventail de ses contrats de protection pour l'individu, sa famille et son commerce.

Les résultats? Citons quelques chiffres: assurances en vigueur - 1959: \$98,439,000 - 1960: \$109,690,000 - 1961: \$115,732,000 - 1962: \$149,217,000 - 1963: \$180,167,000 - 1964: 207,433,000.

L'Economie Mutuelle d'Assurance... un arbre poussé en pleine terre québécoise; ses branches étendent partout leur ombre bienfaisante et ses fruits sont cultivés chez nous et pour vous.

Fondée en

1899

L'ÉCONOMIE
MUTUELLE D'ASSURANCE

AU SERVICE DES CANADIENS DEPUIS 1899

41 OUEST, RUE ST-JACQUES - MONTRÉAL 1

MONTRÉAL QUÉBEC JOLIETTE ST-JEAN SHERBROOKE
OTTAWA



SIEGE SOCIAL: 1555, BOUL. GIROUARD,
SAINT-HYACINTHE

40 MILLIONS près d'AFFAIRES NOUVELLES en 1964

La compagnie d'assurance-vie La Survivance a dépassé, en 1964, l'objectif de \$23,500,000 qu'elle s'était fixé au début de l'année.

En effet, La Survivance a atteint le chiffre de \$38,598,760 dépassant ainsi l'objectif de 35.43%. En 1964, le total des affaires en vigueur s'est chiffré à \$111,899,838, comparativement à \$89,171,402 à la fin de l'année 1963. Enfin l'actif de cette compagnie prospère s'élève maintenant à \$7,416,120.

Depuis cinq ans déjà, La Survivance a démontré une vitalité sortant de l'ordinaire puisqu'elle a plus que doublé, durant cette période, le total de son assurance en vigueur: \$111,899,838 à la fin de 1964, comparativement à \$46,600,000 à la fin de 1959.

La croissance rapide, la vigueur et la compétence du personnel de notre compagnie est un gage de sa survivance. C'est avec dynamisme et confiance qu'elle s'affirme chaque année davantage, prouvant ainsi l'essor considérable d'une compagnie canadienne-française.

LUCIEN BROUSSEAU, d.m.g.,
directeur général.



M. Lucien BROUSSEAU, D.M.G.,
Directeur général

LES DIVISIONS

HULL — Edifice Gagné-Bourque, 102, rue Montcalm, Hull, P.Q.
Monsieur LAURENT BOYER, Gérant.

LA MAURICIE — 1240, rue Royale, Trois-Rivières, comté St-Maurice, P.Q.
Monsieur JEAN-MARIE MERCURE, C.L.U., Gérant.

LES BOIS-FRANCS — 350, 2e Avenue, St-Georges Est, comté Beauce, P.Q.
Monsieur FERNAND DROUIN, Gérant.

LES CANTONS DE L'EST — Edifice Central, 31 ouest, rue King, Sherbrooke, P.Q.
Monsieur FLORIAN MORIN, C.L.U., Gérant.

MONTREAL — 1290, rue St-Denis, Suite 107, Montréal 18, P.Q.
Monsieur MARCEL TALBOT, Gérant.

QUEBEC — Centre Champlain, 265 de la Couronne, Québec, P.Q.
Monsieur DENYS BAILLARGEON, Gérant.

SAINT-HYACINTHE — Edifice La Survivance, Saint-Hyacinthe, P.Q.
Monsieur R. DUGAL, Gérant.

LE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Monsieur **LS-Edouard MORIER, B.A., LL.L.**,
Président

Monsieur **ARMAND MONGEAU**,
Premier vice-président

Monsieur **MARCEL RIVARD, C.A.**,
Deuxième vice-président

Monsieur **LUCIEN BROUSSEAU, D.M.G.**,
Administrateur

Monsieur **PAUL MORIN, M.D.**,
Administrateur

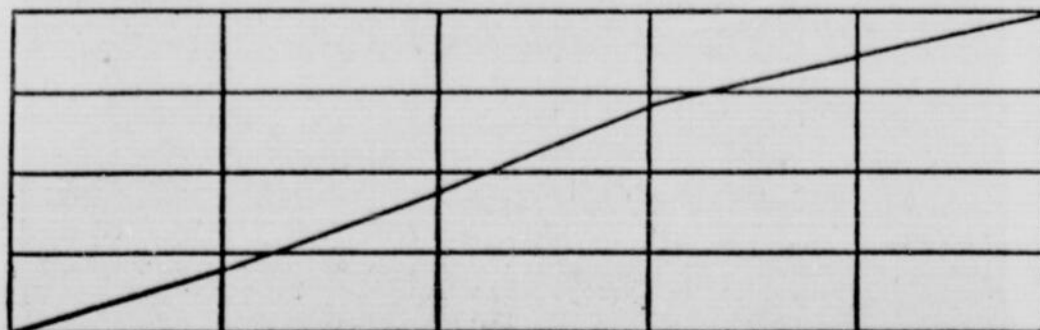
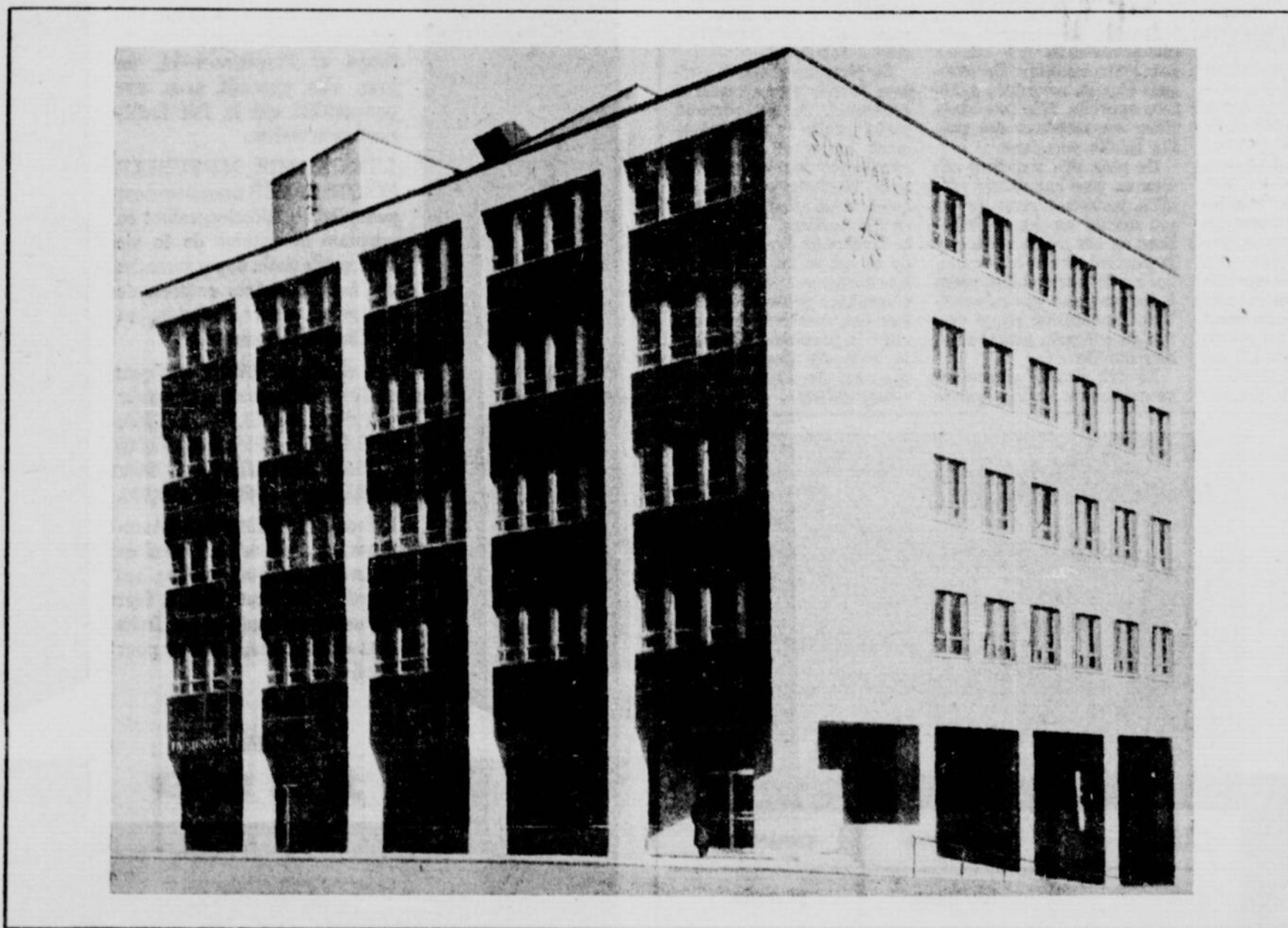
Monsieur **ALBERT PESSOP, B.A., LL.B.**,
Administrateur

Monsieur **ARTHUR LAPLANTE, Ing. P.**,
Administrateur

Monsieur **CHARLES GILBERT**,
Administrateur

Monsieur **GREGOIRE GIRARD, A.G.**,
Administrateur

NOUS GRANDISSONS AVEC LE QUÉBEC...



40 MILLIONS PRES D'AFFAIRES NOUVELLES EN 1964

	1959	1964
Revenu de prime	\$ 906,388.	\$ 1,590,615.
Actif	5,103,656.	7,416,120.
AFFAIRES NOUVELLES	10,442,933.	38,598,760.
ASSURANCES en vigueur	46,922,081.	111,740,852.

Il existe une LOI des assurances... que dit-elle?

LA LOI des assurances (chap. 299, S.R.Q., 1941) régit toutes les transactions d'assurances dans le Québec qui ne sont ni constituées en vertu des lois fédérales ni des compagnies britanniques ou étrangères ayant un enregistrement fédéral.

Les compagnies qui détiennent leur permis du gouvernement provincial (Service des assurances, ministère des Finances) doivent s'enregistrer auprès du gouvernement et renouveler cet enregistrement chaque année.

Elles doivent aussi remettre un dépôt au ministre des Finances. Dans le cas des compagnies contre le feu, par exemple, le dépôt initial est de \$25,000 dans le cas des compagnies constituées dans la province, et de \$50,000 pour les compagnies étrangères. Dans le cas des compagnies contre les accidents, les dépôts doivent être de

\$20,000 ou \$40,000 selon le cas. Chaque fois que les dettes éventuelles des compagnies passent à un niveau supérieur, elles doivent remettre des dépôts supplémentaires. Ces dépôts doivent être en argent ou en obligations gouvernementales, municipales ou scolaires.

Avant le 1er mars de chaque année, les compagnies ou sociétés d'assurance doivent transmettre au gouvernement un état de leurs affaires pour l'année terminée le 31 décembre précédent.

Le Service des assurances doit tenir deux registres: un pour les compagnies d'assurance et un pour les sociétés de secours mutuels et les sociétés charitables.

Les réclamations

Toute entreprise d'assurance peut voir suspendre son

permis et son enregistrement, si elle ne paye pas les réclamations d'assurance non contestée dans un délai de soixante jours après que le paiement en est devenu exigible.

Les inspecteurs du Service des assurances doivent avoir accès en tout temps, aux heures d'affaires, aux livres, titres et documents des compagnies d'assurance ou sociétés s'occupant d'assurance. Dans certains cas, des vérificateurs spéciaux font une enquête plus approfondie.

Les agents, sous-agents ou courtiers d'assurance et toute personne, sauf les notaires et les employés salariés des entreprises d'assurance, doivent d'abord obtenir une licence d'agent d'assurance. La licence peut être annulée en tout temps, si l'agent enfreint l'une quelconque des

dispositions de la loi des assurances.

Voici quelques-unes des publications du Service des assurances (ministère des Finances) du Québec: Liste des agents d'assurance sur la vie dont le permis était en vigueur au moment de la publication, liste des courtiers d'assurance (autres que sur la vie) dans la province de Québec, Rapport annuel du surintendant des assurances de la province de Québec (\$2.00), Rapport sommaire du surintendant des assurances de la province de Québec (\$1.00), Statistiques, primes et cotisations perçues ou acquises et bénéfices payés ou sinistres encourus dans la province pour tous les genres d'assurance durant la dernière année pour laquelle les chiffres sont disponibles (\$1.00).



De quoi demain sera-t-il fait?

La SURVIVANCE: une compagnie progressive

LA SURVIVANCE, compagnie mutuelle d'assurance-vie, fut fondée à Saint-Hyacinthe en 1938. Elle n'a cessé de grandir depuis, et elle est en voie de devenir, dans le champ où elle exerce son activité, une entreprise des plus florissantes.

Au début de l'année 1965, ses dirigeants sont en mesure de dire que ses succès dépassent aujourd'hui, et de beaucoup, les espérances entretenues à son sujet par les fondateurs.

Sa réussite, elle la doit surtout à deux hommes, appelés l'un après l'autre à ordonner et diriger son essor: M. Napoléon Laplante, qui en fut le premier directeur général, et M. Lucien Brosseau, qui prit la relève à sa suite, à compter de novembre 1959.

M. Laplante fut, dès les débuts, membre du conseil d'administration de La Survivance, et il fut désigné peu après comme son administrateur et directeur général. Il le fut pendant près de vingt ans, jusqu'à son décès subit au cours d'un voyage à Toronto, le 11 août 1959.

Quelques mois après son décès, M. Lucien Brosseau le remplaça à Saint-Hyacinthe, venant de Québec. Il était un homme d'assurance, qui tenait sa formation des meilleurs spécialistes de l'Ecosse, et il arrivait à Saint-Hyacinthe avec l'ardeur du néophyte, s'y sentant attiré par le défi qui accompagnait sa nomination.

Un défi

Défi double, pour ainsi dire, car il s'agissait pour lui d'accepter d'abord la succession de M. Laplante et de ne

pas s'en montrer indigne; de faire aussi en sorte que La Survivance, dont il acceptait la responsabilité, prit le plus tôt possible sa place dans le monde canadien-français de l'assurance-vie.

M. Laplante avait organisé, consolidé, préparé, en vue d'un avenir qui s'annonçait grandiose, mais l'élan imprimé par M. Brosseau dépassa bientôt ce que l'on avait prévu.

Ce fut tout à coup une sorte d'explosion, qui se traduisit par un essor incroyable, au point que les plus proches collaborateurs de M. Brosseau n'en croyaient leurs yeux ni leurs oreilles.

C'est à tel point que Me L.-Edouard Morier, notaire, président de La Survivance, ne put s'empêcher de noter, à la fin de l'exercice 1963, que les projets de M. Brosseau pour la prochaine année sous-entendaient un tel optimisme qu'on se demandait s'il ne se laissait pas emporter par son enthousiasme.

Car il envisageait comme chiffre d'affaires, au cours de l'année 1964, le montant plus qu'acceptable de 28.5 millions de dollars, et c'est là tout un chiffre: \$28 millions et demi pour une compagnie de notre calibre.

Me Morier d'ajouter: "Selon M. Brosseau, l'année commencée est plus que prometteuse. Se basant sur les résultats obtenus au cours des douze mois écoulés, il envisage pour l'exercice en cours un chiffre d'affaires de 28.5 millions de dollars. On admettra que c'est là un chiffre imposant, mais les objectifs de notre directeur général... furent toujours, non seulement atteints, mais dépassés, depuis qu'il dirige les destinées de notre compagnie".

En quelques chiffres

Pour se rendre compte de l'ampleur des résultats atteints, sous l'administration de M. Brosseau, il suffit d'un bref retour sur le passé, de la comparaison de certains chiffres.

Ainsi le montant des affaires soumises annuellement était en 1959 de \$10,442,933, qui s'augmenta à \$38,598,760 en 1964, cinq ans après.

Au cours des derniers six ans, le tableau des affaires soumises chaque année se présente comme suit:

1959	\$10,442,933
1960	15,778,923
1961	22,698,360
1962	21,696,812
1963	27,540,883
1964	38,598,760

D'autre part, l'actif total de la compagnie ne cesse d'augmenter, au point d'atteindre en 1964 (au 31 décembre) le chiffre de \$7,416,120.

Le tableau de l'actif, pour les derniers six ans, est le suivant:

1959	\$5,103,656
1960	5,476,768
1961	5,954,501
1962	6,380,936
1963	6,796,902
1964	7,416,120

Dans un autre ordre d'idées, le montant des assurances en vigueur n'est pas moins révélateur:

1959	\$46,900,000
1960	54,600,000
1961	65,400,000
1962	76,000,000
1963	89,900,000
1964	111,700,000

Le chiffre de 1959 a été plus que doublé, et en conformité avec les prévisions de Me Morier lui-même, président de la compagnie, \$100 millions a été atteint et même dépassé, au cours de l'exercice 1964.

C'est ce que laissait d'ailleurs croire et prévoir l'optimisme de M. Brosseau, pour qui rien ne paraît impossible, dès qu'il s'agit de la compagnie dynamique qu'est La Survivance. C'est qu'il a la foi, cette foi qui transporte les montagnes, et qu'il s'accroche aussi à cette idée-force que qui veut peut, que qui-conque veut réussir finit par y arriver, à la condition de le vouloir vraiment, de ne pas craindre l'effort, de travailler avec la volonté de vaincre, de conquérir.

La Survivance est jeune et de plus en plus elle prend au soleil la place qui lui appartient. Elle est prudente, comme il convient, mais elle ne craint pas les innovations dans le sens du progrès. Elle est conservatrice, dans le sens vrai du mot, mais elle n'est pas conformiste pour le plaisir et elle n'a point peur des initiatives.

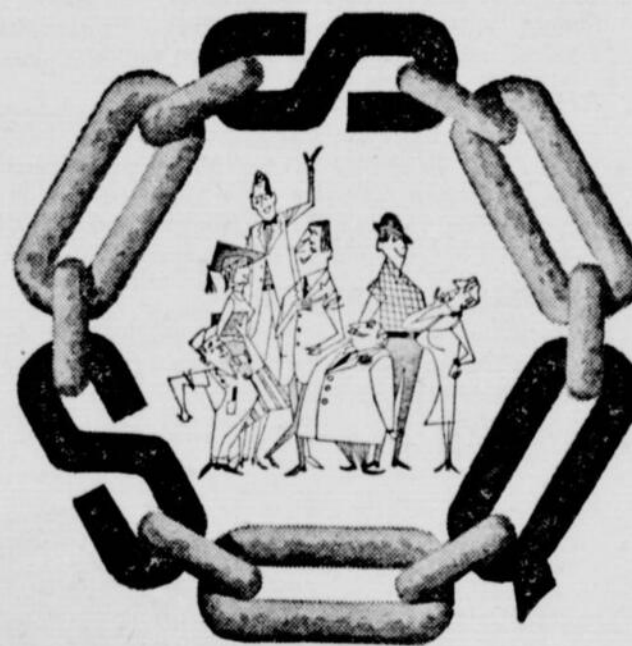
Son conseil d'administration se compose de Me L.-Edouard Morier, B.A., LL.L., président; MM. Armand Mongeau, premier vice-président; Marcel Rivard, C.A., second vice-président; Lucien Brosseau, D.M.G., secrétaire, administrateur et directeur général; M. le Dr Paul Morin, médecin, MM. Albert Jessop, B.A., LL.B., Arthur Laplante, Ing. P., Charles Gilbert, Grégoire Girard, A.G., administrateurs.

Outre monsieur Lucien Brosseau, D.M.G., administrateur et directeur général, les officiers de La Survivance sont messieurs Denis St-Jacques, A.S.A., actuaire, Roger St-Onge, trésorier, Fabien Cordeau, chef du service de la mécanographie, Roland Richer, chef du service aux assurés, Jean-Côme Gauthier, organisateur aux agences.

LAURIN, LAURIN, BEAUDRY INC.
DOMINION INSURANCE AGENCIES LIMITED

Courtiers d'assurance agréés

500 ouest, rue Saint-Jacques, Montréal — AV. 8-9241



**La chaîne
qui vous
protège...**

LA MUTUELLE SSQ offre une protection complète (assurance-vie, assurance-salaire, assurance accident-maladie) qui est façonnée d'après les besoins et les conditions de vie de chaque groupe. C'est une protection qui répond à des besoins modernes.



LA MUTUELLE SSQ
ASSURANCE - GROUPE
LES SERVICES DE SANTÉ DU QUÉBEC

Siège social: Québec, C.P. 3339
Succursales: Montréal, Sorel, Jonquière, Trois-Rivières



LA MUTUELLE DES EMPLOYÉS CIVILS

PROVINCE DE QUÉBEC

Siège social : 625, rue St-Amable, Québec

Votre Compagnie, la **Mutuelle des Employés Civils** est de ce dernier groupe, et son président est heureux de vous annoncer qu'elle a, une fois de plus, fait un bond prodigieux dans le bon sens et largement dépassé l'objectif qu'elle s'était fixé pour les douze mois justement écoulés, tant sous le rapport de l'assurance de base que celui de l'assurance-groupe.

De votre indispensable et précieux apport, la M.E.C. vous est reconnaissante et j'ai l'immense plaisir de vous en fournir le témoignage que voici : Le Conseil d'administration de la Compagnie a décidé d'augmenter l'échelle des dividendes déjà passablement élevés que la M.E.C. paie à ses assurés, et de porter à CINQ pour cent le taux d'intérêt qu'elle attribue aux sommes que vous lui laissez en dépôt pour qu'elles soient sagement et

Succursale : 1454, de la Montagne, Montréal.

profitablement administrées. . . Seules les grandes et solides compagnies d'assurance-vie peuvent se permettre une telle générosité, et la M.E.C. est de celles-ci aujourd'hui.

La Mutuelle des Employés Civils n'échappe pas à cette règle. Dès la fin de sa troisième année d'existence, elle versait un premier dividende annuel à ses assurés. Par la suite, l'importance de ce dividende fut accrue. Enfin, elle décida que ce même dividende comporterait une augmentation annuelle progressive, et, il y a quelque temps déjà, elle annonça que désormais, dès la DEUXIEME ANNEE d'existence d'une police, elle paierait un dividende, au lieu d'attendre à la TROISIEME. C'était déjà du nanan pour les assurés ! . . .

RAPPORT ANNUEL du Gérant général de la M.E.C. aux Assurés

A titre de Gérant général de la Mutuelle des Employés Civils, compagnie mutuelle d'assurance-vie, j'ai l'insigne honneur de présenter le rapport des opérations pour l'exercice financier terminé le 31 décembre 1964.

Notre compagnie a connu une autre excellente année, comme en font foi les chiffres au bilan et l'état des revenus et dépenses.

Malgré l'éloquence concluante de ces chiffres, vous me permettrez quand même d'attirer spécialement votre attention sur certains points saillants que voici :

AFFAIRES NOUVELLES

En 1964, la protection totale des polices permanentes souscrites s'est élevée à \$22,243,077.00 soit \$2,361,114.00 de plus qu'en 1963.

Dans l'assurance collective nous avons obtenu de nouveaux groupes pour une protection de \$12,242,577.00 pour un grand total de \$34,485,654.54 comparativement à \$21,971,963.00 ou une augmentation de \$12,513,691.54. Quel succès!

ASSURANCE EN VIGUEUR

Le total de l'assurance en vigueur se chiffre maintenant à \$137,045,351.00. Le nombre des contrats et certificats de la M.E.C. est monté à 65,620 en 1964 de 61,130 qu'il était en 1963.

ACTIF

En examinant le rapport mis à votre disposition, vous y constaterez que le bilan comparé dénote une augmentation de l'actif de \$908,798.63 pour l'année 1964, soit une augmentation d'environ 13%. Ce résultat a porté l'actif global de la compagnie à \$7,041,573.97.

PASSIF

La réserve mathématique, item principal du passif de la compagnie, est passée de \$4,597,837.00 à \$5,289,327.00. Elle a été calculée selon une base actuarielle qui permet d'assurer à notre compagnie la certitude de rencontrer, avec le paiement des primes futures, toutes les obligations qu'elle a assumées envers ses assurés.

Au cours de l'année 1964, notre revenu de primes a atteint \$1,705,722.04.

Je tiens à porter à votre connaissance que la Mutuelle des Employés Civils, depuis son incorporation en 1947, a payé en réclamations de toutes sortes et en dividendes, la somme totale de \$3,184,051.60. Le taux de mortalité de nos assurés au cours de l'année 1964 fut très satisfaisant.



LA MUTUELLE DES EMPLOYES CIVILS

Etat des Revenus et Dépenses pour l'année terminée
le 31 décembre 1964

REVENUS : —

Primes : —	1963	1964
Assurance-vie ordinaire, assurance-groupe et assurance-funéraire .	\$1,489,110.76	\$1,705,722.04
Intérêts, dividendes et loyers . . .	258,376.12	344,956.83
Contributions au Fonds de Retraite .	2,823.96	3,911.81
Montants d'assurance attribués à des rentes de règlement		23,236.00
Total des Revenus	\$1,750,319.84	\$2,077,826.68

DEPENSES : —

Réclamations	\$ 321,599.28	\$ 412,204.94
Valeurs de rachat versées aux assurés .	121,406.85	127,257.00
Dividendes aux assurés	137,255.34	188,458.66
Primes de réassurance	82,933.17	125,015.07
Contribution à la réserve mathématique	619,469.00	691,490.00
Dépenses générales d'administration .	265,794.04	296,846.48
Versements au Fonds de Retraite . . .	60,000.00	60,000.00
Total des Dépenses	\$1,608,457.68	\$1,901,272.15
Excédent des Revenus sur les Dépenses	\$ 141,862.16	\$ 176,554.53

le courrier médical

DE MICHEL SERVAN

Rougir pour des riens...
d'où cela vient-il?

Q Lisant chaque semaine votre courrier, je viens vous demander pourquoi je rougis pour un rien, ce qui m'empêche même d'aller dans des réunions d'amis ou de famille, tellement cela m'incommode. J'ai 40 ans, beaucoup de pertes blanches, ce qui interfère avec mes relations conjugales.

(Madame B., Shawinigan)

R Deux choses possibles chez vous : la ménopause qui s'annonce ou un trouble de votre thyroïde. Quant aux pertes, voyez un gynécologue le plus tôt possible, qui s'occupera en même temps de vos autres troubles.

QUESTION : J'ai 33 ans, je suis mariée et j'ai eu 3 petits enfants. Voilà que depuis quelque temps je m'éveille souvent la nuit, car j'ai soit le bras gauche ou le bras droit engourdi. Je me retourne et cela s'en va instantanément. J'ai remarqué que quand mon bras est engourdi les trois premiers doigts ne sont pas, eux. Cela m'arrive la nuit seulement. Il me semble que c'est quand je me couche et que je ne digère pas trop bien. J'ai fait examiner mon cœur et mon urine il y a un an, et tout est parfait. C'est plus fréquent avant mes menstruations. Est-ce que cela pourrait être le début d'une maladie quelconque ?

(Monique, Lachenaie)

REPONSE : Soyez tranquille et voyez votre médecin qui vous donnera probablement un calmant et tout ira bien.

QUESTION : Dans le Courrier médical précédent il y a eu une question qui m'intéressait beaucoup, à savoir : l'hypnose peut-elle guérir du bégaiement ? Vous répondez qu'il y a des endroits à Québec et à Montréal où l'on s'occupe avec succès du bégaiement. Pouvez-vous me faire parvenir l'adresse de ces endroits à Québec où l'on s'occupe de ce genre de maladie qui me fait tant souffrir ? Merci à l'avance et félicitations pour votre courrier fort intéressant.

(C.P. 2363, Manicouagan, Co. Saguenay)

REPONSE : Dans tous les hôpitaux de Montréal, il y a des médecins qui s'occupent d'hypnose et il y a une clinique d'orthophonie (troubles de la parole). Je vous conseille de vous y rendre.

QUESTION : Quel est le rôle d'un directeur médical dans un hôpital ? Exerce-t-il ? (Curieuse, Trois-Rivières)

REPONSE : Un médecin qui voit à l'administration de l'hôpital. Il n'exerce pas.

QUESTION : Si pelletter de la neige est très fatigant pour l'homme, pourquoi passer la "mop" et le balai sur le plancher de sa maison n'est-il pas dangereux ? (La femme de Louis Arbie, Montréal)

REPONSE : En général l'homme de bureau est en plus mauvaise santé que la femme à la maison, et, pour elle, faire son petit ménage est un bon exercice à condition qu'il ne dure pas plus d'une heure.

QUESTION : Ma mère, 66 ans, excellente santé, jamais eu ni maladie ni opération, a souvent le hoquet. Cela la prend pendant les repas. Elle en rit, mais cela m'inquiète. Cela provient-il de la digestion ou du cœur. Ne riez pas de moi. Ne connaissant pas la langue anglaise, nous ne pouvons en parler à un médecin d'ici. Merci de votre obligeance.

(Une abonnée lointaine, Texas)

REPONSE : Non, soyez sans inquiétude. Demandez à votre mère de ne pas manger vite et de bien mastiquer. Et puis, si ça ne va pas mieux, qu'elle voie un dentiste.

QUESTION : Mon mari est impuissant depuis six ans à la suite d'un trouble de circulation qui nécessite l'absorption de médicaments encore aujourd'hui. Peut-être aussi est-ce une conséquence d'abus sexuel pendant les 20 années précédentes. Il ne veut pas se faire soigner et ne veut pas non plus admettre ni accepter cette impuissance. Il a 53 ans, a toujours été maigre et fatigué. Existe-t-il un traitement ? (Sa femme, Sherbrooke)

REPONSE : Tâchez de lui faire entendre raison et conseillez-lui d'aller à Montréal ou à Québec consulter un interniste. Peut-être ne veut-il pas se faire soigner à Sherbrooke, non qu'il n'y ait de bons médecins, mais parce que ça le gêne.

QUESTION : A 23 ans, je pèse 211 livres et j'ai du côté des organes beaucoup de troubles, de même que du côté de l'estomac (brûlements), aussi mal à la tête et des hémorroïdes piquantes. Je n'ai pas d'argent pour voir le médecin, qu'en faire ? (Fleurlette, Rivière-des-Prairies)

REPONSE : A 23 ans, on ne pèse pas normalement 211 livres. Vous êtes trop grasse, allez à l'hôpital dans une consultation de maladies de la nutrition, ce qui ne vous coûtera rien.

QUESTION : J'ai un petit garçon dont les testicules ne sont pas descendus et je dois le faire opérer au printemps. Croyez-vous que des piqûres feraient le même effet ? (B. S. B., Baie-des-Sables)

REPONSE : Afin de bien répondre à votre question, il me faudrait connaître l'âge de votre fils. De toute façon, façon, vous faites bien de le faire opérer. C'est une opération bénigne, et qui réussit très bien, et qui évite plus tard tous les inconvénients dont vous me parlez dans votre lettre.

QUESTION : J'ai 40 ans et tous les matins je crache épais et gras. Est-ce un effet du gros paquet de cigarettes que je fume par jour ou parce que je travaille dans beaucoup de poussière ? (Roger de Chomedy, Laval-des-Rapides)

REPONSE : Des deux à la fois.

QUESTION : Qu'est-ce qu'un interniste ? (Merci, Montréal)

REPONSE : C'est un médecin spécialisé dans le diagnostic et qui s'occupe des maladies d'ordre interne.

QUESTION : Quels sont les inconvénients du sucaryl ou de la saccharine absorbée régulièrement ? (Anxieuse de savoir, Montréal)

REPONSE : Jusqu'à maintenant on n'en a observé aucun inconvénient, mais depuis quelques mois des chercheurs ont trouvé qu'il y en avait. Mais avant d'en être certain et de vous répondre, j'attends qu'on en donne des preuves et... des raisons, ce qui peut prendre un certain temps.

QUESTION : Ma fille a 19 ans et a le bout du sein droit comme un nombril ; on le voit pas et il est enfoncé. Comme elle veut se marier, je me demande si cela ne nuira pas à l'allaitement de son futur enfant. (Maman désolée, Shawinigan)

REPONSE : C'est ce qu'on appelle ombilication du mamelon et une très légère opération peut se faire, qui rend le sein normal et permettra à la mère d'allaiter son enfant.

QUESTION : Que faut-il faire pour ne pas répandre aux gens de la maison le rhume de cerveau qu'on a ? (Bérénice, Sherbrooke)

REPONSE : Couvrir sa bouche et son nez quand on tousse ou éternue, laver ses mains fréquemment, avoir son propre verre pour boire, ne pas se servir des serviettes de bain des autres et, si on sort, ne pas aller où se trouvent beaucoup de gens.

QUESTION : Chaque fois que je me baigne, j'ai des picotements sur les cuisses, sur les jambes et sur les reins. Malgré des massages cela dure une heure et m'exacerbe au point d'appréhender de prendre un bain. J'ai 30 ans. (Madame D. H., Varennes)

REPONSE : Il y a des personnes sensibles à l'eau trop chaude ou à l'eau trop froide. Il se peut que ce soit cela. Ou bien votre savon. Faites la différence et écrivez-moi.

QUESTION : Un grand institut de recherche vient de mettre au point une substance cicatrisante sans pareille pour la rétraction des hémorroïdes, le soulagement de la démangeaison et la cicatrisation des tissus.

Cette substance ne fait pas qu'apaiser les douleurs locales ; dans nombre de cas, on a pu observer une rétraction notable des hémorroïdes.

Mieux encore, l'effet curatif du médicament s'est prolongé durant

plusieurs mois.

Cette substance aux effets bienfaisants se nomme la Bio-Dyne ; elle aide rapidement à la cicatrisation des cellules et stimule la croissance des tissus nouveaux.

La nouvelle Bio-Dyne est offerte soit en onguent, soit en suppositoires sous le nom de Préparation H. Elle est en vente dans toutes les bonnes pharmacies et s'accompagne d'une garantie de remboursement.

Un grand institut de recherche vient de mettre au point une substance cicatrisante sans pareille pour la rétraction des hémorroïdes, le soulagement de la démangeaison et la cicatrisation des tissus.

Cette substance ne fait pas qu'apaiser les douleurs locales ; dans nombre de cas, on a pu observer une rétraction notable des hémorroïdes.

Mieux encore, l'effet curatif du médicament s'est prolongé durant

plusieurs mois.

Cette substance aux effets bienfaisants se nomme la Bio-Dyne ; elle aide rapidement à la cicatrisation des cellules et stimule la croissance des tissus nouveaux.

La nouvelle Bio-Dyne est offerte soit en onguent, soit en suppositoires sous le nom de Préparation H. Elle est en vente dans toutes les bonnes pharmacies et s'accompagne d'une garantie de remboursement.

Un grand institut de recherche vient de mettre au point une substance cicatrisante sans pareille pour la rétraction des hémorroïdes, le soulagement de la démangeaison et la cicatrisation des tissus.

Cette substance ne fait pas qu'apaiser les douleurs locales ; dans nombre de cas, on a pu observer une rétraction notable des hémorroïdes.

Mieux encore, l'effet curatif du médicament s'est prolongé durant

Les Douleurs
RHUMATISMALES

L'emploi des RUMACAPS soulage rapidement des douleurs musculaires dans le dos, le sciatique, le lumbago. Pourquoi retarder le traitement ? Chez votre pharmacien.

RUMACAPS

LIMONADE
ASEPTA
REDONNE
DE
L'ENTRAIN

Agréable au goût
LAXATIVE-PURGATIVE

DOULEURS du
RHUMATISME

Cherchez-vous le soulagement contre les douleurs du rhumatisme et de l'arthrite ? Des milliers de personnes obtiennent un soulagement rapide à leurs souffrances en prenant T-R-C. Ne soyez plus handicapé par des douleurs lancinantes ou des élancements douloureux. Essayez les T-R-C de TEMPLETON dès aujourd'hui. Seulement .85c et \$1.65 partout où l'on trouve des produits pharmaceutiques.

Nombre de personnes portent
LEURS DENTIERES
sans souci

Enfin, vous pourrez parler, rire, manger et même éternuer sans craindre de sentir votre dentier bouger, basculer, voire tomber. PASTEETH tient les dentiers en place plus solidement, plus confortablement. Cette poudre d'emploi agréable ne forme jamais pâte ni gomme, ne laisse aucun goût dans la bouche. Ne donne jamais de nausées. Formule alcaline (non acide). Assainit l'haleine. Demandez PASTEETH, à tous les comptoirs de produits pharmaceutiques.

L'IRRITATION
de la VESSIE
chez le femmes
de PLUS de 21 ANS

Après 21 ans, deux fois plus de femmes que d'hommes souffrent d'irritations urinaires causées par un microbe, l'Escherichia coli. Pour combattre rapidement les douleurs musculaires et le manque de sommeil dus aux irritations des reins et de la vessie, essayez de prendre 2 comprimés CYSTEX avec un verre d'eau, 3 fois par jour, pendant quelques jours. En plus de ses propriétés antiseptiques, CYSTEX est aussi un analgésique qui soulage les douleurs rhumatismales et sciatiques, maux de tête et de dos, et douleurs musculaires. Procurez-vous CYSTEX chez votre pharmacien. Vous vous sentirez vite mieux.

"Malaises féminins"
soulagés dans la
plupart des épreuves
cliniques !

Un comprimé remarquable peut apporter un soulagement bienfaisant au malaise des bouffées de chaleur durant la ménopause... ainsi qu'aux crampes qu'éprouvent les jeunes femmes.

On croyait autrefois que toute femme devait se résigner à éprouver certains malaises "féminins". A certaines périodes régulières. Dans des centaines de cas, les comprimés Pinkham ont apporté un soulagement bienfaisant à des jeunes femmes qui souffraient chaque mois de crampes douloureuses... et ont soulagé des femmes, qui passaient par l'âge critique, des bouffées de chaleur et de l'irritabilité. Les comprimés Pinkham aident aussi les femmes plus âgées, parce qu'elles contiennent du fer qui améliore le sang. Pourquoi alors endurer votre malaise périodique ou celui de la ménopause ? Demandez les comprimés Lydia E. Pinkham à votre pharmacien.

Dans la Préparation H
une substance curative
contre les hémorroïdes

Une substance cicatrisante exclusive provoque la rétraction des hémorroïdes et la cicatrisation des tissus.

Un grand institut de recherche vient de mettre au point une substance cicatrisante sans pareille pour la rétraction des hémorroïdes, le soulagement de la démangeaison et la cicatrisation des tissus.

Cette substance ne fait pas qu'apaiser les douleurs locales ; dans nombre de cas, on a pu observer une rétraction notable des hémorroïdes.

Mieux encore, l'effet curatif du médicament s'est prolongé durant

plusieurs mois.

Cette substance aux effets bienfaisants se nomme la Bio-Dyne ; elle aide rapidement à la cicatrisation des cellules et stimule la croissance des tissus nouveaux.

La nouvelle Bio-Dyne est offerte soit en onguent, soit en suppositoires sous le nom de Préparation H. Elle est en vente dans toutes les bonnes pharmacies et s'accompagne d'une garantie de remboursement.

DÉMANGEAISONS
dues à L'ECZEMA

Les défauts cutanés du visage ou du corps, eczéma, boutons, rougeurs, desquamations, démangeaisons, pied d'athlète, sont vite soulagés par NIXODERM. Action antiprurigineuse étonnante. Donne une peau plus douce et un teint plus net. Demandez le savon et l'onguent NIXODERM à votre pharmacien. Revitalisez votre peau.

pharmaceutique

Au début je la voyais de dos, dans une robe blanche qui entourait parfaitement une taille délicate et qui ne cachait pas des jambes au galbe tentant. J'ai été déçu de la voir de face. Son visage était marqué de nombreux boutons et points noirs.

Roland F., de Repentigny.

REPONSE : Il existe un traitement efficace contre les boutons et points noirs au visage : la crème ACNEMYCIN, qu'on peut faire accompagner d'un traitement interne : les comprimés ETANOREX.

Même si parfois je me sens comme un oiseau sur une branche, ça n'est qu'une manière de parler. En réalité, je pense qu'une branche se briserait sous mon poids étant donné que je pèse plus que la normale et que j'aimerais justement mieux éliminer les déchets organiques.

Geoffroy.

REPONSE : Vous pourriez utiliser le THE DES CARMELITES, un éliminant bénin recommandé aux personnes grasses.

Je savais que les femmes de St-Jérôme sont jolies et séduisantes ; j'étais loin de savoir qu'elles s'appellent des Jérômiennes. J'ignorais aussi que grâce à Mme L.F., ma correspondante, qui leur a fait connaître TETRAMINE, elles utilisent maintenant TETRAMINE contre l'enrichissement du nez causé par le rhume de cerveau ou la fièvre des foies. La lettre de ma correspondante est par ailleurs si gentille que je comprends les hommes de St-Jérôme de passer leur temps à dire : "Oh ! Jérômiennne, je voudrais que tu sois mienne".

Ici au Québec, on dit souvent qu'on a "mal au cœur", quand après avoir mangé trop gras on a des difficultés. C'est un mal de cœur plus facile à soigner qu'une peine d'amour. Il suffit d'un comprimé KETOBYL.

Elle avait gentiment accepté de danser avec moi et dans mes bras attendait que je lui dise un compliment. J'aurais pu lui dire que la soirée était belle, que je la savais la rencontrer, mais tout ce que je réalisais c'est que de son corsage s'élevait un parfum très fin, l'odeur si agréable de l'EAU DE FLORIDE Murray and Lanman.

Serge.

Un pharmacien de Joliette est venu me voir et m'a dit : "Vous parlez souvent de Valleyfield ; je vais vous montrer ma ville". Il m'a fait visiter son coin de pays avec la rivière St-Thomas qui déroule si joliment ses eaux, le parc Manseau, d'où j'ai rapporté de l'eau de source thermale. Mais ce qu'il y avait surtout à voir c'étaient les femmes, qui sont de toute beauté. "Nous les soignons nos femmes", me dit le pharmacien. "Quand elles sont fatiguées ou légèrement déprimées, nous leur donnons du TONIFER liquide". Je dois convenir que les femmes sont encore ce qu'il y a de plus beau à Joliette.

Tôt couchée, tôt levée, ses vacances ont profité à Mme Louis M. Après deux mois du Nord ses traits sont reposés et elle peut préparer pour ses amis des gâteaux exquis sans se fatiguer. Nous devrions tous apprendre que le sommeil est un ami. Si, d'aventure, il tarde à venir, un comprimé SIESTAN aiderait.

A M. le professeur L.P., de Trois-Rivières.

Je vous comprends de ne pas rechercher de laxatifs forts. Mais puisque pour vous un laxatif faible n'a pas d'effet, vous pourriez utiliser PRUNOLAX. Composé de sept ingrédients, chacun à faible dose, ce médicament n'a pas l'inconvénient d'une dose massive tout en restant effectif.

J'ai revu avec plaisir cette amie d'enfance. "Vous rappelez-vous que dans le temps vos parents ne me permettaient pas de trancher la clôture du jardin de famille où j'allais vous voir ? Les jeunes ont plus de liberté aujourd'hui." Tous les deux maintenant nous pensons plus souvent à nos rhumatismes qu'aux affaires sentimentales.

REPONSE : Prenez les nouveaux comprimés RUMATAN qui soulagent les douleurs rhumatismales. Aussi, passé quarante ans, il est sage de compléter votre diète quotidienne avec des FAREX-GERIATRIQUE.

Adressez toute correspondance à : Courrier Pharmaceutique (64) 5870 est, boul. Métropolitain, Montréal

LES MOTS CROISÉS

HORIZONTALEMENT

- 1—Se dit des langues où toute une phrase s'exprime par un seul mot — Symbole chimique du calcium.
- 2—Choisi par suffrage — Organe de la vue — Cautérisation par le feu.
- 3—Portion qu'on donne à chaque repas dans les communautés — Borne, lisière — Dans "Rome".
- 4—Grain du chapelet — Reptile fossile du crétacé (pl.).
- 5—Art de lancer — Abréviation de numéro — Elévation verticale d'un point au-dessus du niveau moyen de la mer.
- 6—Pronom indéfini — Conjonction — Cresson — Arbre de la classe des conifères.
- 7—Orifice — Bourg d'Italie sur la Bormida. Bonaparte y vainquit les Autrichiens en 1796 — Retranchée.

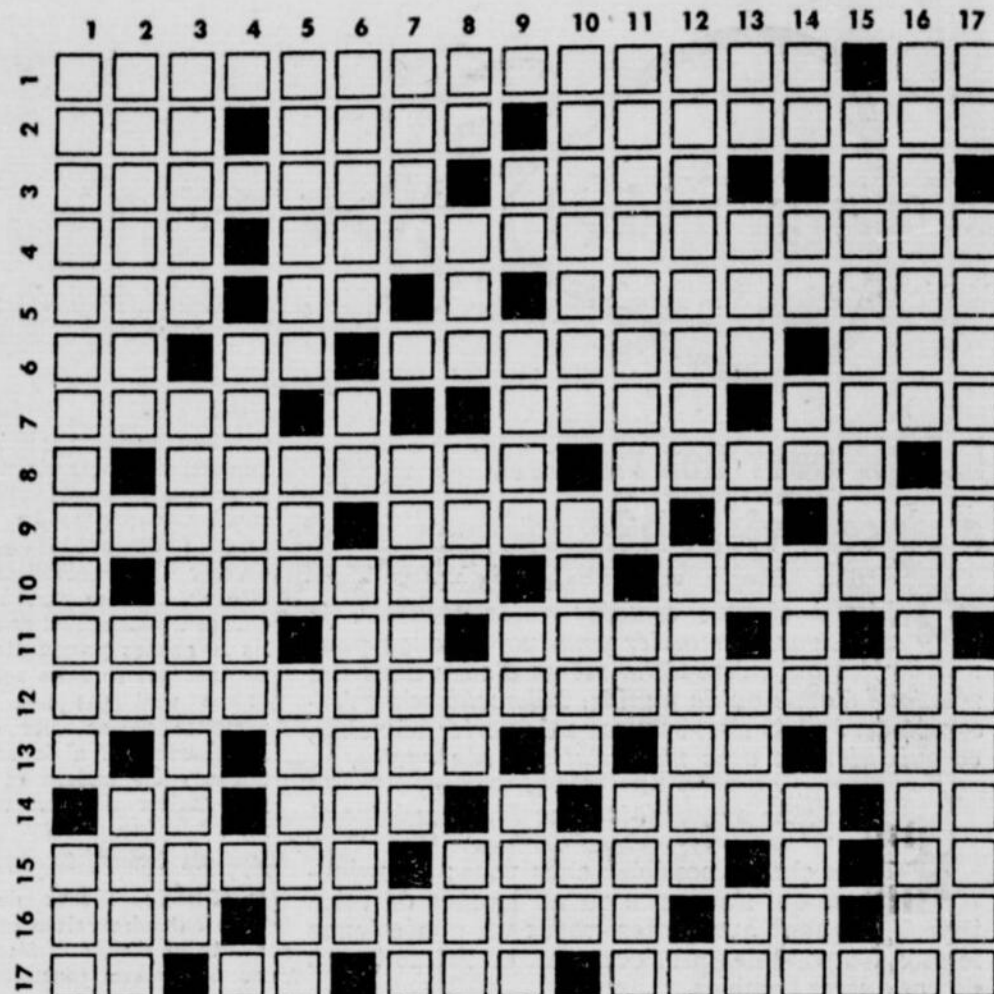
SOLUTION DU PROBLEME DE LA SEMAINE DERNIERE

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17
1	I	N	C	O	N	S	I	D	E	R	E	M	E	N	T		
2	M	O	I	N	I	L	L	O	N		C	A	R	A	I	T	E
3	P	I	L	E		O	E	S	O	P	H	A	G	E		R	O
4	O	R		G	R	O	S		N	A	O	S		V	A	I	N
5	N	A	J	A		V		A	C	U	L		M	U	R	E	
6	D	U	O		O		P	R	E	L	A	T		S	O	R	T
7	E	D	U	L	C	O	R	E	R		L	U	T		M	A	I
8	R		H	E	R	G	E	R		A	I		C	L	E	R	K
9	A	G	A	C	E	R	A		E	L	E	C	H	E		G	
10	B	O	R	T		E	V	E	I	L		E	T	I	Q	U	E
11	I		W	U	T		I	N	N	E	S		V		E	S	
12	L	I	E	R	E	S		A	G		L	O	I	R		P	
13	I	N		E	A	V		A	N	G	E		L	E	U	D	E
14	T	E	T		I		B	E	C	A	N	E		N	T	E	R
15	E	R	R	A	N	C	E		I	N	T	R	I	A	N	T	E
16	T	E	L	E	O	B	J	E	C	T	I	F		E	T	E	
17	M	E	S		R	U	E	N	R	E	I	N		O	R	E	S

- 8—Roche éruptive à pâte noire — Tel qu'on n'a jamais entendu.
- 9—Toute espèce d'étui — Longueur d'une aune — Tente avec hardiesse.
- 10—Idee provenant de la représentation — Chacune des parois d'un filon.
- 11—Jeu de hasard — Lettre grecque — Bien en chair.
- 12—Caractère de ce qui est inintelligible.
- 13—Filet sous l'ovale d'un chapiteau — Dans "car" — Enduit tenace.
- 14—Equerre — Cent onze — La plus ancienne écriture celtique — Nom du Bouddha en Chine.
- 15—Héroïne d'une légende médiévale qui se rattache au cycle breton — Siège de cérémonie des rois — Onze.
- 16—Qui éprouve une grande fatigue physique — Poète et romancier belge né à Anvers (1854-1927) — Diphtongue — Article espagnol.
- 17—Conjugaison — Carte à jouer — Pied de vigne — Entourer de murs.

VERTICALEMENT

- 1—Augmentation de volume du foie — Terre entourée d'eau.
- 2—Le plus répandu des périodites commun dans les balsates — Pronom indéfini — Titre donné à l'empereur de Russie.
- 3—Boucher avec du lut — Tribu de conifères, comprenant des arbres résineux comme le pin.
- 4—Grosse pièce de bois verticale pour soutenir provisoirement un mur.
- 5—Synonyme d'occident — Terme au jeu de tennis — Tissu de lin ou de coton (pl.).
- 6—Préfixe qui, placé devant le nom d'une unité, la multiplie par cent — Possessif — Liquide huileux utilisé comme gaz de combat.
- 7—Chef métis au Manitoba (1844-1885) —



Petits morceaux de lave qui tombent lors d'une éruption volcanique — Symbole de kilocycle.

- 8—Symbole de l'aluminium — Oignon à odeur forte — Enlève la vie — Article simple — Arbrisseau de Chine.
- 9—Pronom indéfini — Lieu de délices — Préfixe d'origine grecque — Plus qu'il ne faudrait.
- 10—Petit bâtiment de pêche de la Méditerranée, portant un grand mât — Discours à la louange de quelqu'un — En quel endroit.
- 11—Science des idées — Préfixe d'origine grecque — Eau dont la surface se soulève et s'abaisse.

- 12—Demande faite pour s'éclairer sur une chose — Prêtre et savant gaulois.
- 13—Mœurs, coutumes — Planche de bois — Interjection — Du verbe aller — Particule du dialecte provençal.
- 14—Conjonction — Ancienne note de la gamme — En quel endroit — Ancienne forme de oui — Petit maillet muni d'un long manche flexible.
- 15—Entrée soudaine des ennemis dans un pays — Pronom personnel.
- 16—Pièce de théâtre qui excite le rire — Elever une statue à.
- 17—Temps que met la Terre pour faire un tour autour du Soleil — Moutarde noire — Corps céleste.

CHARLES GOREN



et le BRIDGE

Nord-Sud vulnérables. Est donne.

NORD

♠ A 3
♥ A V 5 3
♦ V 9 7
♣ A 8 7 2

OUEST

♠ V 10 7 4
♥ 10 9 7 6
♦ D 6
♣ 9 6 3

EST

♠ 9 8 5 2
♥ Aucun
♦ A R 10 4 3 2
♣ D V 10

SUD

♠ R D 6
♥ R D 8 4 2
♦ 8 5
♣ R 5 4

L'enchère :

EST	SUD	OUEST	NORD
1 ♦	1 ♥	Passe	3 ♣
Passe	3 ♥	Passe	4 ♥
Passe	Passe	Passe	

Entame : Dame de carreau.

Quand une levée doit être perdue irrémédiablement, le déclarant est bien avisé de choisir le moment opportun pour l'abandonner. Il arrive assez souvent qu'il soit bon de défausser un perdant sur un perdant, une technique

que beaucoup de joueurs ne connaissent apparemment pas assez bien.

Quand un déclarant fait face au danger d'une surcoupe, il est souvent préférable de ne pas couper du tout et plutôt de disposer d'une carte perdante. Nous présentons un tel cas cette semaine.

Est décide d'ouvrir les enchères avec un jeu pas très fort, qui contient deux levées défensives, une bonne couleur pour une surenchère, et un total de 13 points, si on compte les points attribués pour la distribution.

Quand Sud surenchère à un coeur, il est évident pour Nord qu'une manche est en perspective, et il aurait tout aussi bien pu sauter à quatre coeurs immédiatement, mais il tempore, à trois trèfles.

Nord et Sud atteignent finalement le contrat à quatre coeurs, et Ouest entame naturellement de la dame de carreau, suivie du six. Est gagne et joue une troisième ronde de carreau.

Le déclarant, prêt à couper, s'arrête pour un moment de réflexion et constate qu'il existe une meilleure façon de procéder. S'il coupe avec un petit atout, Ouest surcoupera, et s'il coupe avec un atout élevé, il établira un atout au jeu d'un adversaire, si l'un d'eux en a quatre.

C'est fort improbable, mais ça peut arriver. Plus tard, il sera prouvé que la prudence de Sud est justifiée. Sud a un petit trèfle, qui est assuré de perdre une levée de toute façon, et il l'écarte donc sur le carreau.

Ainsi, le déclarant s'assure qu'il gagnera le reste des levées, tandis qu'autrement il aurait pu perdre une levée à trèfle, en plus d'une autre à l'atout.

PHILATÉLIE

INDE

La visite du pape Paul VI en Inde a été marquée par ce pays par l'émission d'un timbre rouge violet de 15 n.p. qui nous fait voir la tête



d'une statue de saint Thomas, l'un des douze apôtres qui évangélisa les Indes, selon la tradition.

SUEDE

La Suède a émis en décembre les deux timbres consacrés aux Prix Nobel de 1904. Le premier, 30 öre bleu, groupe trois figures, Echegaray,



Mistral et Rayleigh. L'Espagnol José Echegaray et le Français Frédéric Mistral obtinrent le prix de littérature, et l'Anglais John-William

Strutt, lord Rayleigh, reçut le prix de physique.

Le second timbre, 40 öre rouge, réunit deux hommes, Ramsay et Pavlov. Sir William Ramsay, reçut le prix de chimie, et Yvan Pavlov obtint le prix de médecine pour ses recherches en physiologie.

SENEGAL

La République du Sénégal a émis trois timbres d'une série touristique, qu'on pourrait aussi appeler timbres religieux, car ils nous font voir des édifices destinés au culte catholique et islamique: 5



francs, l'église de Sainte-Thérèse du Grand-Dakar; 10 francs, la mosquée de Touba; 15 francs, la mosquée de Dakar. Ces timbres sont multicolores.

TCHAD

La République du Tchad a émis deux timbres qui rendent hommage à l'armée nationale. Le premier timbre, 20 francs multicolore, nous fait

HOROSCOPE

DU SAMEDI AU VENDREDI



VERSEAU

(21 jan. - 19 fév.)

Sentiments: Attention à ne pas faire un mauvais usage des libertés qu'on vous promettra prochainement. Une personne très gaie d'habitude a quelque chose sur le cœur.

Argent: Vous compliquez trop les choses, on n'en demande pas tant de vous. Un travail commencé ne doit pas aller plus loin.

Santé: Ce sont l'exercice, le soleil et le grand air qui vous seront les meilleurs médicaments, pour le moment.



POISSONS

(20 fév. - 20 mars)

Sentiments: On vous prodigue plus d'affection. Une personne sur laquelle vous comptiez peut malheureusement changer d'idée comme de chemise.

Argent: Vous avez tendance à dire trop ce que vous pensez, en matière professionnelle ou domestique. Une personne que vous voyez très souvent cherche à vous aider, et ne reçoit que des brimades.

Santé: On dirait des désordres nerveux. Soit que vous travaillez trop ou que vous avez des soucis.



BELIER

(21 mars - 20 avril)

Sentiments: Votre prestige grandit auprès d'une personne charmante, mais vous avez de la concurrence. Surveillez bien vos paroles au cours d'une prochaine fête plutôt intime.

Argent: On vous jugera prochainement sur votre rendement, votre travail, il y a une personne intéressée à améliorer votre sort financierement.

Santé: La période est dangereuse, on dirait des risques dans les voyages. Les déplacements ne semblent pas recommandés en ce moment.



TAUREAU

(21 avril - 20 mai)

Sentiments: Grâce à une liaison nouvelle, un nouveau conflit n'éclatera pas dans la famille. Il faut faire effort personnellement, pour ne pas vous attirer de reproches d'un être aimant.

Argent: Votre expérience vous tire vite d'un mauvais pas. Il y a une amélioration sensible de vos revenus.

Santé: La circulation du sang peut vous causer des maux si vous n'améliorez pas votre régime alimentaire.



GEMEUX

(21 mai - 21 juin)

Sentiments: Les amours d'une personne très chère sont en péril. On dit beaucoup trop de méchancetés dans votre entourage, et ça se répète. Il ne faut pas tant vous intéresser aux traits du visage, c'est le cœur qui compte beaucoup plus.

Argent: Une grande satisfaction vous attend dans l'ordre professionnel ou domestique. Vous obtenez une chose dont vous rêviez depuis longtemps.

Santé: Ne vous demandez pas la cause de certaine pâleur. Vous manquez d'air, ou vous couchez dans une atmosphère trop renfermée.



CANCER

(22 juin - 22 juil.)

Sentiments: Une amitié vous sera offerte, et si vous n'êtes pas aveugle, vous saurez vous en montrer digne. En montrant trop d'exigences, vous risquez de perdre une relation de fraîche date.

Argent: Un obstacle disparaît de votre route. L'équilibre revient grâce à un travail bien fait et complété.

Santé: Vous aurez tendance à trop manger, et c'est justement le moyen de vous créer des troubles.



LION

(23 juil. - 23 août)

Sentiments: Les amours sont susceptibles d'heureux développements, vous devrez cependant montrer moins d'indifférence ou de timidité.

Argent: La façon dont vous vous tirez d'un mauvais pas sera remarquée par une personne influente. Votre prestige a son importance en vue d'une entreprise dont on vous parlera.

Santé: Les nerfs semblent affectés. Vous prenez trop au tragique les petites tracasseries de la vie.



VIERGE

(24 août - 22 sept.)

Sentiments: Vous n'avez pas à calculer votre temps ni vos fatigues s'il s'agit d'aider des camarades. Une visite aura un heureux retentissement. On colporte des bruits indiscrets, mais un être aimant n'y portera garde.

Argent: Vous organiserez mieux vos journées, et tout le monde sera content. Le moment est mal choisi pour chercher trop d'avantages.

Santé: Une grande fatigue, une sensation de découragement, tout cela s'explique par le surmenage, les inquiétudes pour rien.



BALANCE

(23 sept. - 22 oct.)

Sentiments: Il ne faut pas jeter le trouble dans les amours des autres, si vous tenez à conserver les vôtres. Une relation récente vous étonnera par son sans-gêne.

Argent: Il ne faut pour rien au monde critiquer la parenté ou les supérieurs, ces jours-ci. Une entreprise d'envergure peut vous tenter, mais il y a de gros risques.

Santé: La digestion semble laborieuse. On mange trop ou des choses trop indigestes.



SCORPION

(23 oct. - 22 nov.)

Sentiments: Pleine réussite du côté du cœur. Ne laissez pas la proie pour l'ombre. Il y a un moment où vous devez en dire le moins possible.

Argent: Vous réussirez à mieux orienter votre activité, de façon à améliorer considérablement votre sort. Une personne est bien décidée à vous aider, mais il faut lui en parler.

Santé: Des désordres de l'estomac font souffrir dans votre entourage. C'est incroyable comme tant de gens mangent des choses qui ne leur vont pas.



SAGITTAIRE

(23 nov. - 21 déc.)

Sentiments: Une sortie qui s'annonçait monotone tournera au plaisant grâce à une sorte de flirt. Ne craignez pas de réclamer le respect qu'on vous doit.

Argent: Bonnes nouvelles du côté d'avancement ou amélioration. Votre prestige grandit dans un groupe où l'on songe à de grandes entreprises. L'entourage vous jalouse dans des choses, mais vous recevrez l'aide qui sera nécessaire.

Santé: De petits ennuis possible du côté de la gorge. On dirait des courants d'air ou des imprudences.



CAPRICORNE

(22 déc. - 20 jan.)

Sentiments: Votre bonne humeur fait des merveilles autour de vous. Ne craignez pas d'exiger certaines explications.

Argent: Bonne occasion de réclamer ce qu'on vous doit, ou un avancement mérité. Des difficultés résultent d'une association de gens qui ne sont pas faits pour s'entendre.

Santé: Des malaises s'expliquent parce que vous ne suivez pas un régime alimentaire qui vous convienne.

par Emile Fleury



voir des cavaliers de la Garde nationale, et le second, 25 francs multicolore, nous montre un soldat de l'armée de terre.

PHILIPPINES



Les Jeux olympiques de Tokyo ont laissé de beaux souvenirs aux participants et aux spectateurs. Les philaté-

listes pourront enrichir leur album de trois nouvelles séries: les Philippines, la Somalie et l'Equateur. Les sujets, les valeurs et la couleur de fond des timbres des Philippines sont les suivants: 6 sen bleu, basketball; 10 s. rose, course à pieds; 20 s. jaune, saut en hauteur; 30 s. vert, football.

N.B. Les timbres illustrés dans cette chronique sont fournis par la MAISON VINCENT.



ENSEMBLE commémoratif de KENNEDY

Neuf. Poste aérienne de Colombie. Multicolore. Montre le président défunt. Grátis! Approbations incluses.

PHILATELICS UNLIMITED 49 S New Paltz, N.Y., U.S.A., 12561

TIMBRES GRATUITS

308 mondiaux. Tous différents. Incluant: La vieille CUBA, belles scènes tropicales, série de poste aérienne. L'AFRIQUE, série de la vie sauvage. Série SUD-AMERICAINE de poste aérienne. MONACO, RUSSIE, etc. Inclure 25¢ pour la manutention et la poste. Aussi approbations. (Ecrire vos nom et adresse clairement, s.v.p.). Correspondance en français.

NEWMAN, Dépt P. 39, Box 369, Penticton, B. C.

La Pologne a émis une feuille souvenir à l'occasion d'une expo philatélique. Valeur au catalogue de \$1.00. Nous l'offrons à 40¢ sans aucune approbation.

GROUP "W" COMPANIES
17 UPLAND PARK,
SOMERVILLE 45, MASS.

225 TIMBRES DIFFERENTS 25¢

Incluant Monde entier, 5 différents SAN MARINO, séries oiseaux, jeux olympiques, animaux. D'une valeur d'environ \$5.00 au catalogue Scott pour seulement 25¢ à toute personne faisant demande de nos approbations.

C.N. SERVICE

Casier 430, Lévis P.Q.

VINCENT

vous offre un choix incomparable de timbres et articles philatéliques. Tout pour le collectionneur. Au service des philatélistes depuis plus de 45 ans. Toujours situé au

294 ouest, Ste-Catherine,

Montréal — 861-7037

(au 2e étage)

GRATIS



Superbe photo en couleurs de S.S. Jean XXIII. PLUS 10 timbres neufs du Vatican. PLUS listes du Canada, Vatican, Nations-Unies, Etats-Unis, etc., pour commander facilement LE TOUT GRATUITEMENT avec demande de nos approbations. Escompte substantiel avec chaque achat. — Aussi timbres en paquets, séries, albums, suppléments, etc. — Toute correspondance en français. — Envoyez 50 pour poste et manutention.

LA PHILATÉLIE LAURENTIENNE, Dépt. P.
C.P. 150, Station R, Montréal 10.

VIETNAM

Série neuve, complète, de 4 timbres #132-135; valeur au catalogue de 65¢ va vous être envoyée pour seulement 20¢ avec nos approbations. Cette série a été émise en 1959 pour l'année des réfugiés. Quantité limitée.

ORBIT STAMPS,

C.P. 94, Station "M",
Montréal, P.Q.

TIMBRES OLYMPIQUES, FUSEES, ONU

Seulement 10¢



Collection géante de timbres comprenant astronomes, satellites, fusées, émission scout, ensemble complet ONU, émissions récentes des Olympiques et du sport de plusieurs pays, etc. — en plus, un dictionnaire philatélique grand et des approbations. Le tout pour 10¢.

STAMPEX, C.P. 47 RY,
White Plains, N.Y. E.-U.

ATTENTION COLLECTIONNEURS

Catalogue Scott combiné 1965 \$9.50

Album Crown seulement \$10.00

Album spécialisé Minkus de 10 à 20% d'escompte

Venez nous voir pour vos nouvelles émissions Grand choix de timbres canadiens-français et plusieurs autres pays

Demandez notre liste de plus de 1,000 différents paquets

Désirons acheter collections de timbres de tous pays.

MONTREAL COIN & STAMP EXCHANGE

2005 est, Bélanger, Montréal 35, P.Q. 728-2662

50% DE PROFIT DE RETOUR si vous n'êtes pas enchanté de notre PARADE DES VALEURS

Regardez ce que vous obtenez: #1. GOLIE PERSIQUE: émission commémorative des scouts et guides de SHARJAH, nouveau. — DUBAI: 12 diff. commém. anti-malaria et scout. TOUS NEUFS — SUPERBE! Emissions limitées. #2. Commém. football en losange, de MONACO et autres images de l'EUROPE, etc. dans une collection générale multicolore de 300 timbres diff. Valeur au cat. environ \$10.00. #3. PARAGUAY: Commém. de l'astronaute COOPER montrant sa fusée. Timbres T.E.M.P.O.B. AIR 8 de NOUVELLE-ZELANDE. #4. INDE: Commém. exotiques — valeurs rupies, etc. 100 diff. #5. SINGAPOUR: poisson malais — hippocampe — bernard-l'ermite — anémone de mer — en couleurs naturelles. Papillons de MADAGASCAR #6. Excellente collection de 100 commém. diff. de TCHÉCOSLOVAQUIE. \$3.00 AU DETAIL: #7. ALLEMAGNE: Empire et République. Bonne collection de 100 diff. #8. ERE SPATIALE: Magnifique émission complète. Commém. des anciens galions: phéniciens, bateau égyptien — "Gokstad" — etc. #9. Dessins de MICHEL-ANGE pour la CHAPELLE SIXTINE — Commém. OLYMPIADES dentellée. #217. ROPA — etc. en couleurs magnifiques. 100 diff. #210. EMPIRE BRITANNIQUE: Colonies et dominions. 100 diff. #211. HONGRIE: collection intéressante. 100 diff. #212. COMMEMORATIVES DES JEUX OLYMPIQUES DE TOKYO de: JOURDAIN — TCHÉCOSLOVAQUIE — DUBAI — SAN MARINO — MONGOLIE — HONGRIE et YEMEN. Images GEANTES extraordinairement belles. #213. TURQUIE: collection de prix. Timbres du Croissant Rouge: Infirmerie avec enfants — victimes de guerre — fleur — mappemonde — etc. 100 diff. EXCELLENT! AU DETAIL: \$3.00. TOUT ce qui précède en spécial de prise de connaissance à \$1.00 SEULEMENT.

OFFRE AUX ADULTES SEULEMENT. Une intéressante collection de timbres vous sera aussi envoyée pour approbation. SATISFACTION GARANTIE ou retournez-nous notre spécial intact et vous recevrez \$1.50 contre votre \$1.00.

FRASEK Co., LP, White Plains, N.Y.

CHAMPION DES BAS PRIX
500 TIMBRES différents et magnifiques approbations.
2000 timbres différents \$3.20
100 CANADA différents .70
200 CANADA différents \$2.00
LE TIMBRE CANADIEN
C.P. 41, LEVIS, P.Q.

POURQUOI LES NOUVELLES DE CKAC SONT...



QUÉBEC
NO 1



CKAC

La première voix française du Québec,
CKAC Québec No 1 emploie plus de personnes
dans son Service d'information
que d'autres stations radiophoniques de Montréal
n'en emploient pour tous leurs Services.

Pas moins de 150 spécialistes de l'information
collaborent à communiquer
des nouvelles complètes, exactes et rapides
aux auditeurs de Québec No 1.

Douze journalistes d'expérience rédigent les nouvelles
qui leur sont transmises, vingt-quatre heures par jour,
par six agences de presse spécialisées.
CKAC est ainsi en mesure de communiquer à ses auditeurs
les nouvelles du monde entier presque aussi rapidement,
aussi exactement et aussi complètement
que les nouvelles locales.

Chaque soir de la semaine à 6h.10,
un éditorialiste choisit et commente un sujet d'actualité.
Pour cette série d'émissions quotidiennes
CKAC s'est assuré la collaboration de
MM. Bill Bantey, Pierre Chaloult, Roger Champoux,
Antoine Desroches, Gérard Pelletier et plusieurs autres.

Conscient de l'importance de ses bulletins de nouvelles,
CKAC en a confié la lecture,
le matin à Pierre Fournier
et l'après-midi à Jacques Morency.
Un bulletin spécial, à l'intention des auditrices
est lu à 3h. p.m. par Jeannette Biondi.

Pour bien renseigner son public,
CKAC diffuse chaque semaine
plus de 175 bulletins de nouvelles
et consacre ainsi près de 20 heures à l'information.
Pour être bien renseignés les gens avisés
écoutent régulièrement CKAC, 73 au cadran.

COMPLÈTES, EXACTES ET RAPIDES?