

Mère de la sobriété

Mme Gérard Delisle se partage entre la famille et une vie sociale engagée

Par Christiane LAFORGE

NOTRE-DAME DE LA DORÉE — Être mère de la sobriété c'est avant tout croire fortement en ce mouvement canadien et savoir le prouver. Mme Gérard Delisle, mère de la sobriété 1974, a mérité cet hommage en atteignant une vente totale de billets de \$3,600, dans son secteur de Roberval, comptant 9 paroisses. Dans un double but de promotion et d'amasser des fonds, Mme Delisle concrétisait sa confiance en un mouvement tel que sobriété Canada dont elle fait partie.

Native de Notre-Dame-de-la-Dorée, Mme Delisle y poursuit une existence active. Mère de trois enfants de 9 mois à 5 ans, elle se partage entre la famille et une vie sociale engagée.

FEMME TRES ACTIVE

Membre de l'AFEAS, active au sein de la campagne pour la Croix-Rouge, faisant partie de la chorale paroissiale, Mme Gérard Delisle ajoute à cela sobriété Canada.

Pourquoi en devient-on membre? "Un peu comme une prévention contre les abus, confie-t-elle, trouvant plus prudent d'être solidaire à un organisme dont on partage les idées.

Entre l'abstinence totale et la modération, les deux choix du mouvement, Mme Delisle opte pour la modération.

IMPORTANCE D'ÊTRE UTILE

Son titre, qu'elle ne croyait pas porter lui apporte beaucoup de satisfaction. "Celle du devoir accompli, dit-elle insistant sur l'importance d'être utile et la possibilité d'apporter une plus grande collaboration au mouvement." Son titre l'engagera à plusieurs déplacements dans la région afin de représenter Sobriété Canada en diverses occasions. Cette perspective n'est pas pour lui déplaire, ouverte, semble-t-elle, à l'imprévu.

La vie sociale et la famille ne constituent pas tout l'univers de Mme Delisle. Cette dernière est amateur de chasse, plaisir mal vécu en compagnie de son mari. A cela s'ajoutent les voyages, les quilles, le cinéma. Et puis, au soir romantique, elle se complait aussi à vivre la vie des autres à travers les pages des livres qui meublent une grande partie de ses loisirs.

LA SEPTIEME

Mme Gérard Delisle est la septième mère de la Sobriété. Cette élection, effectuée chaque année lors de la fête des mères est un couronnement des efforts des défendresses de ce mouvement. Cinq candidates représentaient les diverses parties de la région. Mme Désiré Dionne pour le secteur de la Baie, Mme Odina Tremblay pour le Lac St-Jean, Mme Rosaire Duchesnes, le Saguenay, et Mme Octave St-Laurent pour le Haut du Lac.

L'objectif pour chacune était de \$1,200, fonds destinés au mouvement Sobriété Canada.



MME GERARD DELISLE — La Mère de la Sobriété de 1974 se partage entre la famille et une vie sociale engagée.



LA FAMILLE — M. et Mme Gérard Delisle, de Notre-Dame-de-la-Dorée, sont les heureux parents de quatre enfants, âgés de 9 mois à cinq ans.

Les gens abusent trop des médicaments

Directeur général adjoint de l'OMS (Organisation Mondiale de la Santé), le Dr T. Adeoye Lambo vient de déclarer que "les pays en voie de développement doivent faire tous leurs efforts pour créer des industries pharmaceutiques régionales ou nationales placées sous leur contrôle.

Il s'agit, en effet, pour eux de satisfaire en premier leurs besoins et, d'autre part, d'orienter la recherche dans le sens d'une offensive généralisée contre les maladies qui, abondamment répandues chez eux, nuisent à leur développement socio-économique.

La nécessité apparaît donc de produire en quantité suffisante des médicaments appropriés et efficaces pour lutter contre les maladies propres aux pays en voie de développement.

UNE AUGMENTATION DE 50%

De leur côté, le professeur James Crooks, de l'Université de Dundee (Royaume-Uni) et le Dr Lloyd Christopher, du service d'évaluation et de surveillance des médicaments de l'OMS, posent cette grave question:

— Dans la pratique médicale actuelle, existe-t-il un usage excessif de drogues et composés chimiques?

En tout cas, il n'est pas douteux que la consommation de médicaments a fortement augmenté en certains pays.

Prenons, par exemple, l'Angleterre et le Pays-de-Galles. Le nombre d'ordonnances exécutées par les pharmaciens est passé, de 1949 à 1964, de 188 à 212 millions, pour atteindre, en 1970, 247 millions!

En Suède, le nombre d'ordonnances exécutées est passé de 21 millions - ou peu s'en faut - en 1954, à 34 millions en 1966 et, deux ans plus tard, à 38 millions!

Quant aux Etats-Unis d'Amérique, 2,000 millions d'ordonnances y ont été exécutées en 1970. Ce

qui représente, par rapport à la décennie précédente une augmentation de 50%.

DES EFFETS NOCIFS

Trois facteurs influent, selon toute vraisemblance, sur l'attitude des médecins, en matière de prescriptions: la formation des étudiants en médecine à la pharmacologie clinique et à la thérapeutique, (deux disciplines généralement négligées dans l'enseignement médical actuel), les pratiques de l'industrie pharmaceutique, en matière de commercialisation et, enfin, le système national de soins médicaux.

Chef du service d'évaluation et de la surveillance des médicaments de l'OMS, le Dr B. W. Royall rappelle que le but principal du centre OMS de recherche sur la surveillance internationale des réactions adverses aux médicaments est de déterminer, à Genève, le plus vite possible, si tel médicament peut exercer des effets nocifs. Le centre OMS reçoit, à ce sujet, de 18 pays différents, des informations qui sont enregistrées et transmises aux Etats membres. Jusqu'à ce jour ont été ainsi reçus et étudiés quelque 75,000 rapports qui concernent plus de 6,000 médicaments!

LE DECLIN DES CAPACITES

Pour conclure, le Dr Franz Gross, de l'Université de Heidelberg (République Fédérale d'Allemagne), estime que les progrès des sciences biologiques continueront à conditionner la mise au point de nouveaux médicaments. Les progrès seront, d'ailleurs, assez lents, du moins en certains domaines.

Il serait illusoire, selon cet éminent spécialiste, d'imaginer que le laboratoire pourra créer, un jour, des médicaments capables d'arrêter, dans un organisme vieillissant, le déclin des capacités physiques et mentales.

RECETTES

Le boeuf haché ne doit pas contenir plus de 30% de gras

L'addition de chapelure, gruau, pâtes alimentaires, riz et pommes de terre en purée à la viande permet d'augmenter le nombre de portions à servir. La viande hachée est évidemment la plus facile à allonger de cette façon. Au moment d'acheter du boeuf haché, il est bon de rappeler qu'il ne doit pas contenir plus de 30% de gras. Si la viande est présentée comme étant "maigre", elle doit contenir au plus 15% de gras. Le boeuf haché étiqueté "maigre" constitue généralement un meilleur achat car la perte à la cuisson est moins grande.

On alloue habituellement quatre portions par livre de viande hachée mais en ajoutant quelques ingrédients tels que démontrés dans la recette qui suit: "Croquettes de boeuf à l'éco-saïse", on obtient six portions. Essayez ce plat sans tarder.

CROQUETTES DE BOEUF A L'ECOSSAISE

1 livre de boeuf haché
1 oeuf
¼ tasse de gruau
1 c. à thé de sel
Pincée de poivre
1 c. à thé de sauce Worcestershire
¼ tasse d'oignon haché
1 c. à table d'huile
1½ tasse de bouillon de boeuf
2 c. à thé de farine

Mélanger les 7 premiers ingrédients et en façonner 12 petites croquettes. Brunir dans l'huile des deux côtés et égoutter. Ajouter le bouillon et mijoter à feu doux, 30 minutes. Enlever les croquettes. Mélanger la farine à une petite quantité d'eau froide et incorporer au bouillon. Cuire en remuant jusqu'à ce que lisse et épais. Servir cette sauce sur les croquettes. 6 portions.

L'identification de ces différents morceaux peut porter à confusion mais Agriculture Canada a établi l'étiquetage des découpes comme suit:

Poitrine — peut être vendue avec ou sans les dos. La peau du cou a été enlevée.

Cuisse — comprend toute la patte, i.e. le haut de cuisse et le pilon. La peau du dos n'est pas comprise.

Haut de cuisse — partie supérieure de la cuisse. Pilon — partie inférieure de la cuisse.

Aile — comprend l'aile entière avec tous les muscles et toute la peau; toutefois l'aile peut être enlevée.

Dos — vendu normalement avec les côtes. La peau est intacte.

Cou — peut être séparé ou attaché au dos; peut être vendu avec ou sans peau.

Demi-poulet — poulet entier dont on a enlevé le cou et qui est divisé en deux parties égales.

Quart avant — partie avant d'un demi-poulet comprenant sur tout de la viande brune.

Quart arrière — partie d'un demi-poulet comprenant surtout de la viande brune.

Quand vous achetez du poulet, comparez toujours le prix des poulets entiers et celui des poulets en morceaux. Si les poulets entiers sont moins dispendieux, profitez de l'occasion et découpez-les vous-mêmes à la maison. Dans une recette qui demande des poitrines de poulet il est toujours possible de les remplacer par des morceaux moins dispendieux tels: cuisse, haut de cuisse ou pilon.

La recette que nous suggérons, un "Sukiyaki au poulet" est un plat japonais savoureux utilisant du poulet en morceaux cuit dans une sauce à l'orange et au soja.

SUKIYAKI AU POULET

SAUCE
¼ tasse de sauce soja
½ tasse d'eau
2 c. à table de jus d'orange
1 c. à table de sucre
½ c. à thé de sel

Mélanger les ingrédients, amener à ébullition et refroidir. Diviser la sauce en deux parties.

3 livres de cuisses de poulet
Ou 3 livres de poitrines de poulet
2 c. à table d'huile
1 ½ tasse de céleri tranché en diagonale
8 petits oignons tranchés fin

8 oignons verts en morceaux de 1 pouce
3 tasses (¾ livre) de champignons tranchés

Désosser les cuisses ou les poitrines; enlever la peau et couper le poulet en morceaux de 2 x 1 x ½ pouce. Cuire la moitié des ingrédients à la fois. Sauter le poulet dans l'huile, 1 à 2 minutes; y ajouter le céleri et cuire 1 minute. Ajouter les autres ingrédients et la sauce et continuer la cuisson environ 7 minutes. Répéter le même procédé avec le reste des ingrédients. Servir immédiatement sur riz. 8 portions.

BRANCHEZ VOTRE POELON ELECTRIQUE

Les petits appareils électroménagers ont prouvé depuis longtemps qu'ils épargnent temps et argent. Les grille-pain, mélangeurs, poêlons, bouilloires, gaufriers et cafetières ne réclament pour leur usage qu'une prise de courant "libre". Le poêlon électrique est sans contredit l'un des plus populaires et il se prête à mille et un usages.

Durant les chauds mois d'été, le poêlon électrique permet de cuisiner "à la fraîche". De nombreux plats et desserts peuvent être préparés sans pour cela surchauffer la cuisine. On peut tout aussi bien s'en servir à l'extérieur en utilisant une corde d'extension.

Le poêlon électrique est aussi d'un grand secours quand il y a des invités à la maison. Les aliments sont

préparés et servis directement à table et de plus, ils se gardent bien chauds pour ceux qui désirent une seconde portion.

Il n'est pas nécessaire de chauffer le four pour cuire seulement un gâteau ou réchauffer une tourtière congelée; brancher le poêlon et le tour est joué. L'économie d'énergie n'est pas à dédaigner.

Le poêlon électrique est un appareil quasi indispensable aux personnes faisant la cuisine pour deux ou n'ayant pas de four à leur disposition. Il peut être utilisé pour griller, frire, braiser, cuire à feu doux et réchauffer les aliments.

Il est facile de se procurer un poêlon qui réponde aux besoins et aux goûts de chacun puisque ceux-ci sont disponibles en grandeurs, formes, couleurs et styles variés. Pour obtenir entière satisfaction de ce petit appareil, les Services consultatifs de l'alimentation d'Agriculture Canada vous recommandent de bien suivre les indications du fabricant en ce qui concerne le mode d'entretien, les durées de cuisson et les diverses températures.

Sortez donc votre poêlon de l'armoire et essayez sans plus tarder ces deux excellentes recettes: le "Diner mexicain" qui constitue un repas en soi et le "Gâteau renversé aux pêches", tendre, léger et délicat.

DINER MEXICAIN

1 livre de chair à saucisse de porc

½ tasse d'oignon haché
½ tasse de piment vert haché
1 tasse de macaroni non cuit
1 boîte (19 onces) de tomates
1 c. à table de sucre
½ c. à thé de poudre de chili
½ c. à thé de sel épicé
½ c. à thé de sel
1 demiard (1¼ tasse) de crème acidifiée (crème sure commerciale)

Chauffer le poêlon électrique à 320°F où quand l'indicateur marque modérément chaud. Faire brunir la chair à saucisse, puis retirer du poêlon. Sauter oignon et piment vert dans le gras de la chair à saucisse jusqu'à ce que l'oignon soit transparent. Enlever l'excès de gras. Placer dans le poêlon la viande et le reste des ingrédients, sauf la crème sure. Couvrir et mijoter 30 minutes à 210°F où à feu doux. Incorporer la crème sure délicatement. Couvrir et mijoter 3 à 5 minutes de plus. 6 portions.

GATEAU RENVERSE AUX PECHE

2 c. à table de beurre fondu
2 c. à table de cassonade
1 boîte (14 onces) de pêches tranchées
1 paquet (15 onces) de mélange à gâteau blanc
Cerises au marasquin pour décorer.

Déposer une claie ou une grille dans le poêlon et le chauffer à 420°F. Étendre la cassonade et le beurre fondu dans le fond d'un moule carré de 8 pouces.



SUKIYAKI AU POULET

Le Sukiyaki, plat national japonais, nous offre l'opportunité de servir le poulet de façon différente. Du poulet désossé, des légumes, le tout cuit dans une excellente sauce au soja et à l'orange et servi sur du riz, voilà un mets capable de satisfaire les plus difficiles. Les Services consultatifs de l'alimentation vous suggèrent d'utiliser des poitrines ou des cuisses de poulet pour préparer ce plat.

Égoutter les fruits et les disposer sur le mélange de cassonade. Préparer le gâteau en suivant les indications du fabricant et verser la pâte sur les fruits. Déposer le moule sur la claie et cuire de 50 à 60 minutes à 420°F. Renverser sur une assiette à gâteau et garnir de cerises. 9 portions.

Si votre famille est sans précaution les planchers (et quelle famille ne l'est pas?),



Vous avez besoin du
NEW ERASM
le couvre-plancher RESISTANT
de **Armstrong**

Les couvre-planchers n'ont pas la vie facile, surtout avec une famille active. Et les égratignures, les effractions et les chocs de tous les jours finissent par venir à bout d'un couvre-plancher. C'est pourquoi Armstrong a conçu le New Era... le couvre-plancher résistant.

Le New Era est en vinyle, comme beaucoup d'autres couvre-planchers, mais il est fabriqué différemment, pour offrir une résistance supplémentaire... pour résister à une circulation intensive, aux chocs et aux effractions de tous les jours.

Prenez-nous au mot. Venez des aujourd'hui. Nous vous montrerons à quel point le New Era est résistant (tout en restant élégant).



Armstrong
boutique du couvre-plancher

Boutique Du Tapis
518 Blvd. Walberg
Dolbeau

MOT MYSTERE

Problème n°183

LA PHOTOGRAPHIE

5 lettres cachées

Lorsque tous les mots ci-dessous auront été utilisés horizontalement, verticalement et diagonalement dans la grille, il ne vous restera que les lettres servant à relever le MOT-MYSTERE.

A	central	épreuve	herchel	négatif	poudre	stéréo
agent	cercle	exposé	image	noir	presse	studio
album	ciel	film	lame	prisme	rayon	table
angle	couloir	lentille	ombre	relief	tableau	table
animaux	cratère	flash	opacité	report	temps	table
argent	D	flou	panorama	retouche	tirage	table
arrêt	débit	focal	pays	rideau	tube	table
arts	dépôt	fonction	paysage	S	V	table
bain	dextre	format	perle	séche	viseur	table
cadence	dioptrie	miroir	photo	séquence	vision	table
calcaire	document	G	plage	spot	voile	table
cale	E	groupe	plage	spot	voile	table
caméra	N	halo	nature	spot	voile	table
cellule	effet	halo	nature	spot	voile	table

La réponse du problème précédent: longueur

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
1	V	E	C	N	A	T	S	I	D	F	O	N	C	T	I	O	N	O	I	R
2	I	T	S	P	R	I	S	M	E	P	E	E	N	P	V	O	I	L	E	L
3	T	O	E	P	A	U	P	N	R	G	N	E	T	A	M	R	O	F	R	E
4	E	I	I	M	O	Y	E	E	A	T	M	A	R	R	E	T	L	E	E	N
5	S	F	T	L	P	T	S	T	R	G	I	I	T	U	B	E	P	G	U	T
6	S	T	F	R	R	S	I	A	I	T	E	A	R	U	T	O	A	A	S	I
7	E	P	U	E	E	F	L	P	R	B	E	N	R	O	R	M	G	T	E	L
8	R	P	O	D	T	U	H	E	H	U	E	L	T	T	I	E	E	P	A	L
9	L	E	U	R	I	O	S	S	L	C	E	D	U	N	R	R	U	C	A	E
10	E	U	Y	O	T	O	A	E	N	C	O	S	I	L	E	O	O	M	L	L
11	G	A	M	O	R	L	L	E	N	C	R	A	I	O	L	F	P	B	E	E
12	A	E	R	E	F	G	U	E	U	I	B	E	R	V	P	E	A	H	H	L
13	H	R	L	C	N	Q	D	M	E	E	R	O	C	E	I	T	C	N	E	
14	C	R	T	A	E	A	E	R	G	T	M	T	T	E	M	S	R	P	T	T
15	E	I	A	S	C	N	D	A	L	B	U	N	X	A	R	A	I	T	M	D
16	S	D	B	Y	T	U	T	I	R	A	G	E	C	E	M	E	C	O	E	M
17	O	E	L	A	O	N	F	E	I	L	E	R	H	H	D	A	T	P	N	L
18	P	A	E	P	O	N	A	M	A	R	O	N	A	P	P	E	O	A	E	I
19	X	U	A	N	I	N	A	E	H	C	I	L	C	O	U	L	O	I	R	F
20	E	V	U	E	R	P	E	H	C	U	O	T	E	R	I	A	C	L	A	C

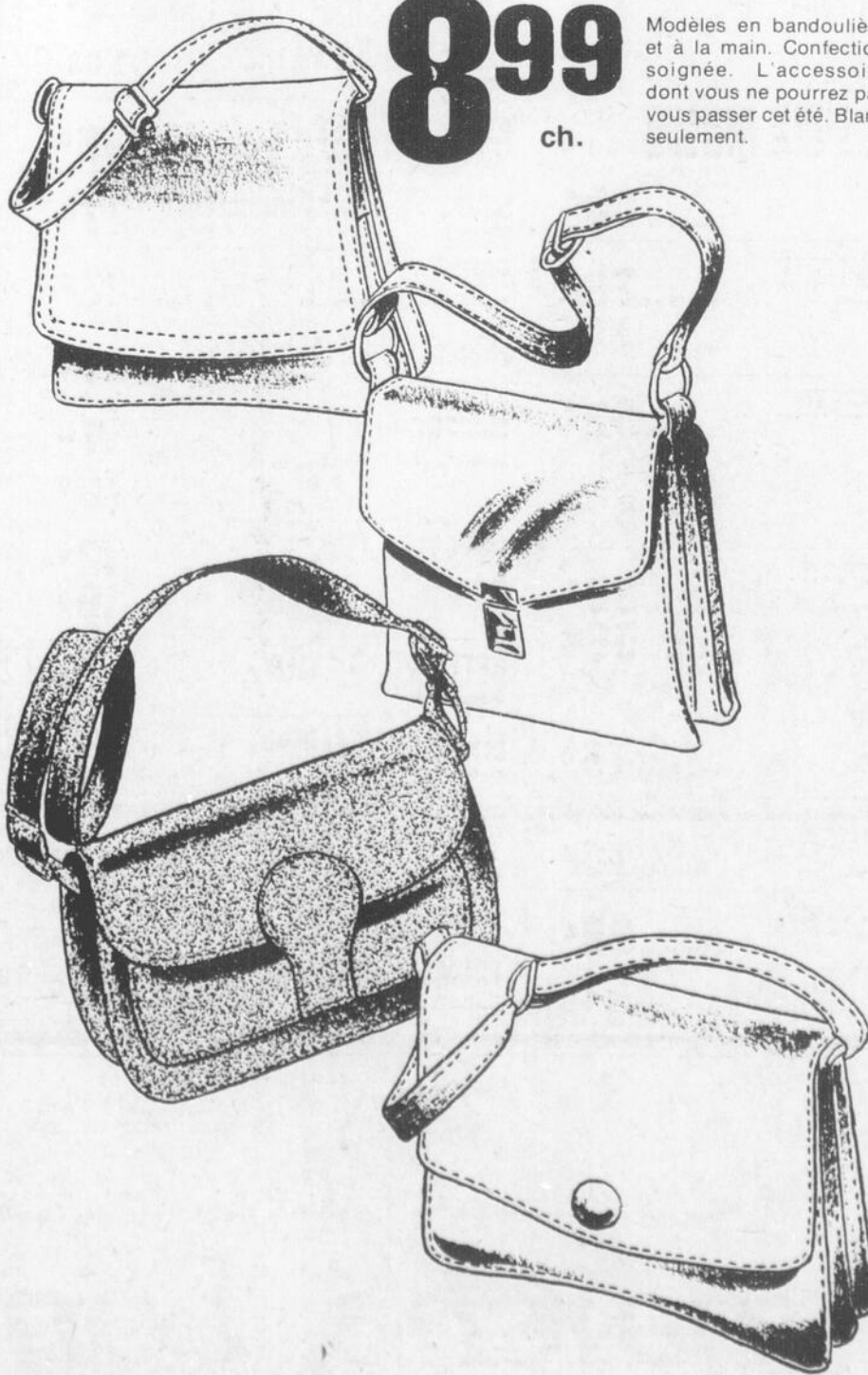
Sears

Des accessoires à la mode pour partir du bon pied dans la nouvelle saison

SACS A MAIN DE VINYLE

8.99 ch.

Modèles en bandoulière et à la main. Confection soignée. L'accessoire dont vous ne pourriez pas vous passer cet été. Blanc seulement.



Simpsons-Sears Ltd.



Les produits METRO c'est de l'économie en conserve

511 BOEUF MERITE FESSE de JAMBON "MERITE" desossée, prêt-à-servir, style québécois, entier, demi 99¢ 1 09	SOC DE PORC ROULÉ "MERITE" fumé 2 à 3 lb 99¢	FOIE DE VEAU IMPORTÉ De choix tranché lb 2 29	RÔTI DE PALETTE Coupe régulière lb 76¢	RÔTI DE CÔTES CROISÉES lb 1 06
SAUCISSON PEPPERONI "Her-Pak" 10 oz 99¢	TOURTIÈRE "MERITE" 16 oz 1 03	TÊTE EN FROMAGE "LA BELLE FERMIERE" 10 oz 69¢	SAUCISSES FUMÉES "FEDERAL" 1 lb 79¢	JAMBON CUIT TRANCHE "FEDERAL" 6 oz 69¢
BACON "MERITE" 1 lb 86¢	SMOKED MEAT "HER-PAK" 2 OZ 1 09	CRETON "LA BELLE FERMIERE" 6 oz 59¢	BOLOGNE "FEDERAL" morceau 2 lb et plus 65¢	SIMILI POULET TRANCHE OU VIANDE OLIVE "FEDERAL" 6 oz 45¢
SOUPE AYLMEY Tomates ou légumes bte 10 oz 13¢	BISCUITS SODA Metro bte 1 lb 49¢	THÉ MÉTRO Orange Pekoe sac 100s 69¢	CRISTAUX A SAVEUR D'ORANGE Metro cello 5 env. 3 1/4 oz 74¢	MAÏS EN CRÈME Metro, Canada de Fantaisie bte 19 oz 30¢

RABAIS ÉCLAIRS		RABAIS ÉCLAIRS		★ prix magiques		★ prix magiques		Fruits et Légumes	
MARGARINE Golden Girl, molle cont 1 lb 63¢ dure 1 lb 52¢		NOURRITURE pour CHATS Puss 'N Boots Boeuf, poulet, poisson, foie bte 15 oz 18¢		GELÉE EN POUDRE Metro, saveurs assorties bte 3 oz 18¢		BISCUITS SODA Metro bte 2 lb 97¢		FRAISES Sucrées, juteuses, California Catégorie Canada no 1 bte chopine .39	
SAUMON SOCKEYE Clover Leaf bte 3.8 oz 63¢		SERVIETTES FÉMININES Kotex format géant bte 48s 2 19		CONFITURE DE FRAISES Avec pectine Metro bocal 24 oz 85¢		MARMELADE Metro bocal 24 oz 67¢		CANTALOUPS Sucrés, juteux, Mexique Catégorie Canada no 1 Grosseur 56 2 / .69	
POUDING Nestlé, saveurs assorties bte 15 oz 29¢		SAVON EN POUDRE Metro, mousse peu sac 10 lb 2 19		SPAGHETTI spaghettini, macaroni coupé, rigatoni, grosses coquilles Metro cello 2 lb 62¢		CONFITURE AUX FRAISES Pures Metro bocal 24 oz 1 03		TOMATES Fraîches de la Floride Catégorie Canada no 1 2 lb. / .89	
CORNED BEEF Hereford bte 12 oz 1 25		DENTIFRICE Close-Up, vert ou rouge 25 ml 37¢		MARINADES SUCRÉES Metro bocal 24 oz 68¢		MIEL Metro bouteille 8 oz 57¢ bouteille 16 oz 99¢		BROCOLI Frais, vert, E-U le paquet .49	
PARIS-PÂTÉ bte 3 oz 24¢ bte 6 oz 47¢		SACS À SANDWICH Glad bte 100s 64¢		TOMATES Lincoln, Canada de Choix bte 28 oz 45¢		BEURRE DE CARAMEL Metro cont. 14 oz 43¢		BLÉ D'INDE SUR ÉPI Floride, catégorie Canada no 1 5 / .69	
FROMAGE GRUYÈRE Swiss Knight bte 8 oz 64¢		NETTOYEUR À FOUR Easy Off bte 14 oz 1 21		PÊCHES Metro, moitiés ou tranches Fantaisie bte 28 oz 56¢		BEURRE D'ARACHIDES Metro 18J bocal 16 oz 69¢		ORANGES Sucrées, juteuses, Floride Grosseur 125 18 / .88	
GUIMAUVE FRAFT Jet puff vanille Jet puff fruit cello 11 oz 34¢		Bas Prix Metro		CRÈME GLACÉE MÉTRO Carton 1/2 gallon \$1 08		RELISH Metro bocal 15 oz 46¢ bocal 24 oz 66¢		CHOU-FLEUR Frais, E.U. Catégorie Canada no 1 ch. .49	
GRAISSE Sno-Flake 1 lb 59¢		CHEEZ WHIZ Kraft bocal 8 oz 60¢		JUS DE TOMATES Metro, Canada de Fantaisie bte 48 oz 36¢		SIROP DE TABLE Metro bouteille 32 oz 63¢		MELON D'EAU Sucré, juteux, Floride lb. .15	
OLIVES McLAREN Farces, manzanilla bocal 8 oz 58¢ Nature Queen bocal 12 oz 55¢		GARNITURE À TARTE Vachon, cerises, framboises bte 19 oz 78¢ fraises bte 19 oz 73¢		SOUPE POULET et NOUILLES Metro bte 2 env. 27¢		RIZ À LONGS GRAINS Metro bte 32 oz 85¢			
TARTES Metro, pommes, raisins, noix, citron, sucre 21 oz 55¢		JUS SUCRÉ MÉTRO D'orange bte 48 oz 52¢ De pamplemousse bte 48 oz 53¢ Blended bte 48 oz 53¢		POIS Metro, Canada de Fantaisie Bte 10 oz 23¢		FÈVES GERMÉES Montreal Chop Suey bte 28 oz 36¢			
BISCUITS DAD'S A la farine d'avoine sac 1 lb 79¢		BREUVAGE MÉTRO Raisins, punch ou orange bte 48 oz 39¢ cruche 64 oz 56¢		FÈVES JAUNES OU VERTES Longues Metro, Canada de Choix bte 19 oz 31¢		SAUCE SOYA Montreal Chop Suey bouteille 5 oz 26¢			
BISCUITS LIDO Boule de neige 12 oz 62¢ Boule Coco 12 oz 60¢		OEUF MÉTRO "A" Gros 79¢ "A" moyens 75¢		MACÉDOINE Metro, Canada de Choix Bte 10 oz 17¢ bte 19 oz 26¢		FROMAGE KRAFT Mozzarella tranché paquet 6 oz 71¢ Velveta paquet 2 lb 1 95			
GÂTEAUX VACHON Mini Jos-Louis bte 12s 75¢				MÉLASSE Metro 26 oz 32¢ 40 oz 49¢		RAISINS SECS Metro cello 2 lb 1 49			
				NETTOYEUR À ÉVIER Metro 14 oz 24¢		JUS DE TOMATES Metro Canada de Fantaisie bte 10 oz 12¢			
				DÎNER AU MACARONI Kraft bte 7 oz 23¢					
PRODUITS CONGELÉS		FILETS D'AIGLEFIN Blue Water Sea Foods bte 8 oz 70¢		VINAIGRETTE KRAFT Huile et vinaigre bouteille 8 oz 44¢ Italienne, basses calories bouteille 8 oz 35¢		CHAMPIGNONS CLOVER LEAF Tiges et morceaux bte 10 oz 53¢ Entiers bte 10 oz 55¢		ALLUME-FEU B.B.Q. Esso cont. 32 oz 34¢	
YORK Pate poulet, dinde, boeuf bte 8 oz 37¢ Jus d'orange concentré, 100% pur bte 6 oz 24¢ Framboises congelées bte 15 oz 77¢		TARTE À LA CRÈME McCain, assortie bte 14 oz 59¢		FROMAGE KRAFT Burkie Crown bte 8 oz 67¢		BRIQUETTES Fleur de Lys sac 20 lb 1 69		HIBACHI Poêle double 10" x 17" 5 77	
		KARRY KIT Dr. West 1 19						CHAIRES DE CANEVAS Bleu et rouge ressorts Lime et or ressorts Longue bleu-vert-orange 3 77 7 97	



Mon marché, bon marché

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Prix en vigueur jusqu'à la fermeture, samedi



Robes de soleil et de lune

En arabesque autour du maillot, ce qui tente, cette année, ce sont les grandes robes de plage. Il ne s'agit plus de la sage robe d'antan, dos nu et jupe droite, car celle-ci se montre à présent à la ville. La robe de plage actuelle a plus de fantaisie; en général, elle est longue. Elle profite de la souplesse à la mode, robe de soleil pour se promener sous sa caresse, robe de lune pour danser après la journée chaude.

Beaucoup de couleurs fortes! Beaucoup d'estomacs découverts! Beaucoup d'idées faciles à "piquer"!

AUTOUR D'UN CERCEAU: JUPE ACCORDEON ET BRACELET DE TISSU

L'idée est de J. Estérel;

elle est facile à réaliser. Dans l'imprimé le plus souple et le plus fraîchement fleuri que vous pourrez trouver, prenez une longue bande, de la hauteur de votre jupe, mais en faisant trois fois le tour. A la pointe des hanches, une ceinture remplacera le cerceau gainé d'Estérel; ce pourra être une torsade de coton de couleur, une tresse de grosse mèche, un foulard roulé en boudin. Tout autour de la ceinture, vous fixez la jupe en faisant un pli tous les cinq centimètres. Vous laissez les plis à la fois "ouverts", tenus seulement par un point cousu, et "dressés", c'est-à-dire ni couchés, ni aplatis, ni repassés. Le soutien-gorge sera une bande de tissu noué joliment. Pour bracelet, un anneau de même tissu supportant un volant en forme et froncé est la bonne idée nouvelle du couturier.

L'ENSEMBLE A PANTALON FENDU

Encore un tissu souple pour réaliser cette coupe. Il s'agit du pantalon fendu, vrai pantalon avec empiècement dont les jambes sont refendues jusqu'à la taille sur leurs côtés extérieurs. Ce pantalon peut même être fendu des deux côtés, totalement jusqu'en haut, l'arrière de la jambe venant se croiser sur l'avant en un mouvement portefeuille. Mais alors, direz-vous, on est tout à fait déshabillée sur le côté! Non, car l'astuce est que ce pantalon se porte sur le maillot de bain deux pièces, en même tissu, en général du coton imprimé de couleur vive.

BRASSIERE ET JUPE PORTEFEUILLE

L'immense jupe portefeuille en six pan-

neaux très évases, frôlant la cheville, s'accompagne facilement de petites brassières à manches volantes que l'on passe rapidement sur le maillot. La longue et étroite ceinture de taille se glisse à droite et à gauche, à l'intérieur de deux boutonniers, croise dans le dos et revient se nouer devant. De quoi être rapidement prête à aller en ville en sortant du bain.

SOUTIEN-GORGE ET JUPE BOUTONNEE

C'est la formule Courrèze. Ce couturier adore le piqué de coton un peu raide, à dessins en relief, pour des jupes longues qui se pressonnent de haut en bas. A porter avec un short ou un mini-slip de piqué et son soutien-gorge assorti, monté sur une bande droite comme la ceinture de la jupe.

SOUTIEN-GORGE ET JUPE A VOLANT

Cette formule de Cardin n'est pas à proprement

parler une tenue de plage. Mais un soutien-gorge et une jupe à volant coupés dans un tissu approprié, cela peut aussi se mettre sur un maillot pour aller danser! Il suffit que le maillot deux pièces et la jupe du même satin de coton pour que ce soit ravissant. Il y a des imprimés à fond foncé et à motifs colorés qui seront parfaits pour cet usage. La jupe est aux volants, à quatre volants très froncés, régulièrement étagés depuis le haut, ce qui donne un effet de boule, avec un petit volant court au niveau de la taille. Le soutien-gorge drappé, presque "habillé", n'en supporte pas moins les exercices de natation.

JUPE ET MAILLOT ENTIER

La formule Givenchy est aussi pratique, du moins dans un pays comme le nôtre où le maillot sèche vite. Il s'agit d'un maillot d'une pièce, marine, imprimé de fleurs blanches et d'une jupe portefeuille assortie. L'ensemble fait immédiatement une vraie robe pour aller en ville.



HOROSCOPE

	LE CAPRICORNE (du 22 décembre au 20 janvier)	Journée marquée par des rendez-vous ratés, des lapins en tout genre. Il y aura des paroles non tenues, des promesses oubliées, des affirmations gratuites.
	LE VERSEAU (du 21 janvier au 19 février)	Affaires: certains devront prendre l'occasion par les cheveux et ne pas la lâcher. Amours: consolantes. Santé: bonne. Personnes âgées: attention aux escrocs. Votre jour: lundi.
	LES POISSONS (du 20 février au 20 mars)	Affaires: un homme de loi quelconque pourrait tenter de vous impressionner. Amours: voyez clair. Santé: très heurtée. Personnes âgées: n'oubliez pas votre parapluie.
	LE BÉLIER (du 21 mars au 20 avril)	Affaires: tout importun effronté devra être mis dehors. Amours: assiduités auprès des natives qui devront y réfléchir. Personnes âgées: attention aux troubles de foie.
	LE TAUREAU (du 21 avril au 20 mai)	Affaires: excellentes dans les trois Décans. Amours: de nombreux baisers dans le deuxième Décan. Santé: les bronches mal aspectées. Soyez au rendez-vous.
	LES GÉMEAUX (du 21 mai au 21 juin)	Affaires: vous entrerez en contact avec un être dont l'utilité sera immédiate. Amours: béguins rigolos. Santé: assez bonne. Personnes âgées: les nuits sont fraîches.
	CANCER (du 22 juin au 22 juillet)	Affaires: excellentes capacités intellectuelles ce matin. Amours: on devra tout faire pour conquérir l'être aimé. Santé: passable. Personnes âgées: dangers en traversant la rue.
	LE LION (du 23 juillet au 23 août)	Journée marquée par un flot de sensibilité et pouvant aller jusqu'à la sensiblerie. Les personnes âgées en profiteront beaucoup, mais qu'elles n'attendent pas un miracle.
	LA VIERGE (du 24 août au 22 septembre)	Affaires: bon début de semaine. Une erreur sera réparée en un clin d'oeil. Amours: des plaisirs nouveaux ce soir. Santé: soignez l'épiderme. Les personnes âgées: ménagez vos jambes.
	LA BALANCE (du 23 septembre au 22 octobre)	Affaires: évitez de créer des problèmes artificiels. Amours: on vous taxera d'égoïsme, vous en serez tout surpris. Personnes âgées: agréable matinée.
	LE SCORPION (du 23 octobre au 22 novembre)	Affaires: les choses ne démarrent pas à votre goût, mais lentement et sûrement elles se placeront. Amours: très vénales. Personnes âgées: rhumatismes. Votre jour: jeudi.
	LE SAGITTAIRE (du 23 novembre au 21 décembre)	Affaires: une certaine chance dans le premier Décan. Amour: vous montrerez trop impatience. Santé: routes dangereuses. Personnes âgées: pas d'énervements.

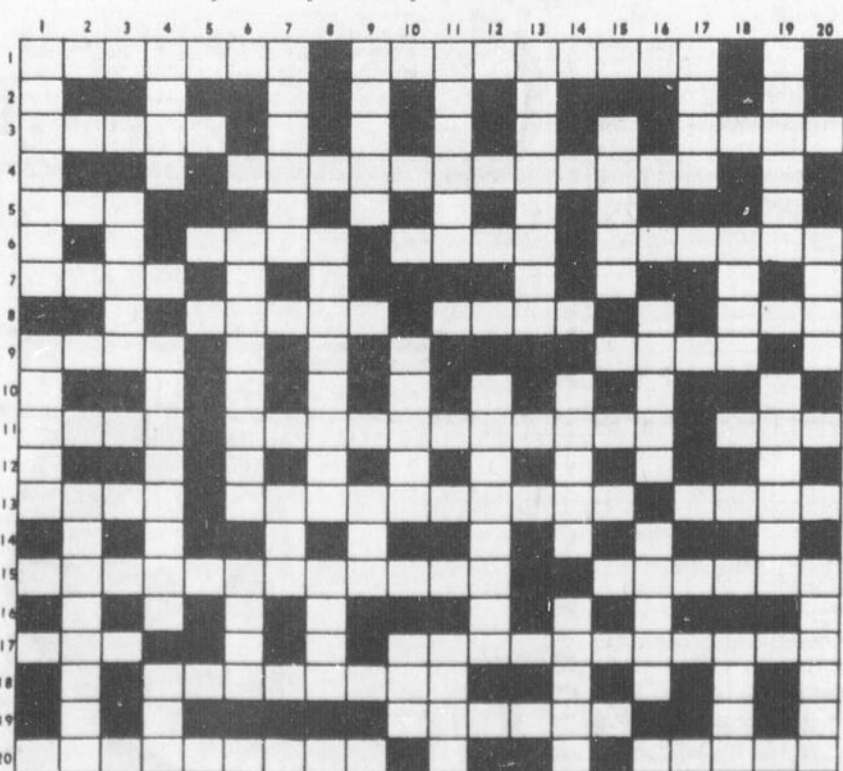
LES ENTRECROISES

5 LETTRES CACHÉES

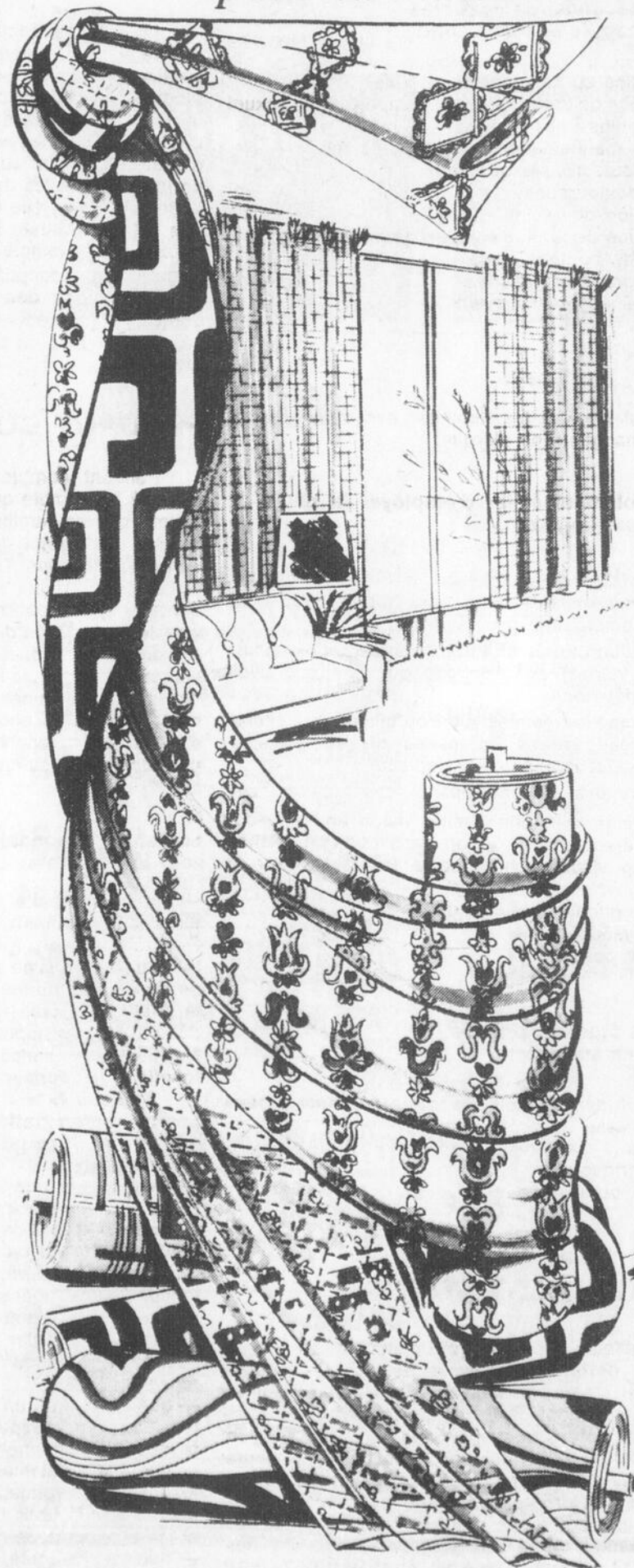
Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour compléter la grille, il ne vous restera qu'un seul mot dont le nombre de lettres est indiqué dans cette page.

3 art	élan	crise	élan	galement
4 âne	fier	étalé	enfant	lunettes
5 bas	hale	irréel	rougeole	triangle
6 clé	laft	filie	lames	9
7 éve	mort	image	lavabo	oreillons
8 fci	nerf	tout	nature	téléphone
9 pot	nous	laine	poupée	10
10 roi	orné	messe	7	maternelle
11 4	pâte	obier	gouache	11
12 ami	robe	outil	grimper	imagination
13 ange	sens	prier	8	intéressant
14 beau	soir	table	6	12
15 case	vert	6	aquarium	17
16 être	crier	crayon	clémence	bibliothèque
			édifiant	marionnettes

La réponse du problème précédent: chantier



Nous sommes spécialistes en draperies pour la maison et l'industrie depuis 1938!



MONTREAL DRAPERIES

DRAPERIES CONFECTIONNÉES SUR MESURES GRATUITEMENT

Doublées ou non doublées! Disponibles pour tissus de \$2.99 vge. ou plus. Légers frais pour longueurs de moins de 54".

LIVRAISON RAPIDE!

Choisissez parmi une variété de tissus décoratifs et les plus nouvelles teintes printanières. Cotons, dacrons, polyester, acryliques, broches, velours, toute la gamme y passe... tous faits pour égayer et ajouter de la chaleur, au confort de votre foyer.



STORES "EXLITE"

Stores de qualité supérieure, enduits de vinyle épais et durable. Ils sont absolument opaques, à l'épreuve des fissures et de l'eau. Entièrement lavables. Grand choix de dimensions. Modèles unis ou franges. Coupés à la perfection.

12 NUANCES DÉCORATIVES - Rouge feu, rose givre, cèdre, prune, menthe, ar bleu, vieil or, chocolat, brun moyen, noir ou saieil.

ÉGALEMENT EN BLANC!

GRANDEUR	UNIS	AVEC FRANGE
37 x 70	7.25	10.00
42 x 70	8.75	11.75
54 x 70	12.25	16.50
61 x 58	17.75	23.75
61 x 70	22.00	26.75
72 x 58	22.25	27.50
72 x 70	25.00	30.50
77 x 58	33.50	39.75

STORES "SONESTA"

OPAQUE - ININFLAMMABLE - LAVABLE

GRANDEUR	UNIS	AVEC FRANGE
27 x 58	3.95	6.00
36 x 70	4.75	6.75
42 x 70	6.00	8.75
48 x 70	8.00	11.00
54 x 70	9.00	12.50
63 x 70	13.75	19.75
72 x 70	18.00	22.50
77 x 70	24.75	29.75



PLACE DU SAGUENAY
CHICOUTIMI
549-8203

CHARGEX



MONTREAL - QUEBEC - OTTAWA - CHICOUTIMI - TROIS-RIVIERES - SHERBROOKE - TORONTO - WINDSOR - BELLEVILLE - LONDON - KINGSTON - EDMONTON - HULL - HAMILTON - DARTMOUTH

DOSSIER

Un contrôle plus sérieux pour la pilule

Pourquoi les femmes n'exigent-elles pas que l'on s'occupe un peu mieux de leur santé? Le docteur James Paupst, auteur de "The Pill — A True Perspective", maintient que l'emploi de la pilule, l'un des médicaments les plus puissants sur le marché et absorbé par des millions de Canadiennes en bonne santé, devrait faire l'objet d'un contrôle soigneux.

Les Canadiennes en âge d'enfanter et les médecins ayant à s'occuper du contrôle des naissances devraient lire avec attention ce nouvel ouvrage important sur la pilule. Le docteur Paupst l'a écrit à la suite des appels sans nombre relatifs aux différents aspects de la pilule qu'il recevait toutes les semaines de sa clientèle de Toronto. La pilule, testée pour la première fois en 1957-1958 à Porto Rico, fut ensuite introduite sur le marché nord-américain et constitue maintenant la méthode de contraception la plus répandue au Canada.

Etant donné que la pilule est consommée par des femmes en bonne santé, son utilisation est une décision délibérée prise par une femme après consultation avec son médecin. La décision initiale devra cependant être prise par les couples, le docteur n'intervenant que sur le plan des aspects médicaux. Si la femme choisit de s'adresser à un obstétricien-gynécologue, un généraliste devra également être consulté pour les problèmes qui ne sont pas d'ordre strictement féminin. Il est important qu'une patiente informe toujours son généraliste si elle utilise la pilule, en lui précisant laquelle. Les médecins doivent être informés des symptômes liés à la consommation de la pilule.

Soucieux d'informer les Canadiennes, le ministère de la Santé nationale et du Bien-être social exige que tous les emballages de contraceptifs buccaux contiennent un avertissement sur les effets secondaires possibles et sur l'importance des consultations médicales régulières.

CONTRÔLE EST NÉCESSAIRE

La première étape d'un contrôle soigneux devrait être la rédaction d'un curriculum médical complet accompagné d'un examen comportant: analyse de sang complète, avec mesure de sa teneur en sucre et en graisse, examen des fonctions hépatiques et rénales, analyse d'urine complète et test de Papanicolaou (étude des frottis vaginaux). Le docteur Gilles Hurteau, chef du département d'obstétrique et de gynécologie de l'Université d'Ottawa, a déclaré au cours d'une entrevue consacrée à ce sujet, que les femmes prenant la pilule devraient subir un test de Papanicolaou tous les ans, celles qui ne la prennent pas devant en subir un tous les deux ou trois ans si elles en ont déjà subi plusieurs qui se sont révélés négatifs. Lorsqu'on lui a demandé pourquoi, il a déclaré que les utilisatrices de ces médicaments puissants méritent un examen annuel comprenant un test de Papanicolaou afin d'éliminer la possibilité d'infections vaginales et de changements dans le col, attribuables à la pilule.

Le docteur Paupst recommande aux utilisatrices de la pilule de signaler à leur docteur, par téléphone, la fin de leur premier cycle. Certaines patientes devraient ensuite être examinées au bout de trois mois. Au bout de six mois on devrait procéder à un examen des seins, de l'abdomen, de la pression sanguine, du vagin, du rectum et de l'urine. A 12 mois, il faudrait répéter l'examen effectué avant la prise de la pilule et y inclure un examen des yeux. Après 30 ans, il serait bon d'effectuer une thermographie ainsi qu'une mammographie (l'utilisation du mammographe est actuellement contestée, à cause de l'effet des rayons), afin de détecter un cancer du sein qu'aurait pu indiquer un examen clinique. Selon le docteur Paupst, toute femme ne se sentant pas comme d'habitude devrait le signaler sans attendre "même si elle a déjà un rendez-vous pour examen régulier".

RESPONSABILITÉ DU MÉDECIN

Qu'en coûte-t-il aux femmes pour bénéficier d'une protection aussi parfaite contre une grossesse non désirée? Les docteurs ont là une responsabilité sérieuse et ils doivent avertir leurs patientes des risques que comporte l'emploi des contraceptifs buccaux. "C'est le droit et le devoir de toute femme de savoir comment agit la pilule et quels peuvent être ses effets secondaires. La clé de cette connaissance est la compréhension du fonctionnement hormonal." La composition de la pilule est basée sur deux hormones produites naturellement par les ovaires: l'oestrogène et la progestérone, et elle a pour objet premier d'interdire l'ovulation. La pilule a pour effet de déformer l'information allant de la glande pituitaire (la glande endocrine située à la base du cerveau) à l'ovaire et elle interdit ainsi en général l'ovulation. Lorsque cependant l'ovulation se produit, la pilule a également modifié la matrice de sorte que cette dernière ne peut accueillir le sperme. Le mucus du col de l'utérus (humour secrété par les cellules garnissant l'entrée de la matrice) devient plus épais et plus collant, empêchant la migration ascendante du sperme et diminuant ou freinant sa progression dans le col de l'utérus. La pilule raccourcit également le temps de survie du sperme. La pilule simule une grossesse et certains de ses effets secondaires sont semblables à ceux du début d'une grossesse.

De quoi disposons-nous comme pilules? A la suite des résultats des études faites sur leurs effets secondaires, la teneur en composant simulant l'oestrogène a été réduite d'une façon importante dans la plupart des pilules. Il en existe trois types: les pilules à ingrédients combinés, les pilules séquentielles et celles à ingrédient simple, à faible dose de progestérone. Ce sont les contraceptifs buccaux à ingrédients combinés qui sont les plus efficaces. Ils provoquent également moins d'effets secondaires du fait qu'ils utilisent généralement moins d'oestrogène, qui est alors équilibrée par la progestérone. Les pilules séquentielles sont surtout indiquées dans le cas de réaction trop forte à l'apport quotidien de progestérone des pilules combinées.



Les effets secondaires possibles des contraceptifs buccaux sont:

- hémorragies ou saignements utérins
- modification de l'humeur ou du comportement sexuel
- gain de poids important
- nouvelles manifestations de maux de tête
- jambes douloureuses ou enflées
- poitrine douloureuse
- modification des seins
- modification de la pigmentation de la peau
- éruption de boutons, acné
- inflammation des gencives
- amincissement des cheveux
- infections vaginales
- troubles de la vue
- nausées
- fatigue

On peut quelquefois diminuer ces effets secondaires en changeant de marque.

Il faut absolument éviter d'employer la pilule dans les cas suivants:

- tumeur maligne du sein ou du système reproducteur, ou existence de telles tumeurs dans la famille: l'oestrogène peut aggraver un cancer.
- manifestation passée de thrombophlébite (inflammation des veines) ou d'embolie pulmonaire (caillot dans le poumon)
- crise cardiaque, manifestation ou symptômes d'une maladie des artères coronaires ou du système circulatoire et impliquant le cerveau
- croissance osseuse incomplète (chez les jeunes)
- fatigue de la vue inhabituelle, vision double, scotome (altération de la vision dans certaines zones du champ visuel), photophobie (aversion pour la lumière)
- malfonctionnement hépatique
- fibrose cystique
- grossesse possible
- lactation

Il faut bien étudier la chose dans les cas suivants:

- dépression sérieuse ou troubles psychopathiques dans le passé
- migraines
- veines variqueuses
- épilepsie ou asthme
- diabète

LES SAUTES D'HUMEUR

"Les facteurs profonds qui donnent à la pilule le pouvoir de perturber le cycle délicat oestrogène-progestérone, peuvent vraisemblablement modifier l'équilibre émotionnel ou le comportement d'une femme (accès de colère fréquent, périodes de dépression ou de béatitude)". Le docteur Paupst cite plusieurs études sur les effets psychologiques de la pilule; l'une d'entre elles déclare que la pilule ne provoque pas de dépression, tandis que d'autres établissent un lien entre l'utilisation de la pilule et l'augmentation des dépressions. La réponse semble être de nature individuelle: équilibre émotionnel et physique de chacune. Certaines utilisatrices de la pilule font preuve d'une insuffisance de la vitamine B₁₂ qui aide à maintenir l'équilibre émotionnel. Mme Mary Mackey, diplômée de l'Université de Guelph, étudie cette vitamine en vue de préparer sa thèse doctorale; elle note que nombre de médecins ne sont pas conscients du fait que les utilisatrices de la pilule, ainsi que les femmes enceintes, ont besoin davantage de vitamine B₁₂.

LES CAILLOTS SANGUINS

"Lorsque, au milieu des années 1960, on soupçonna que la pilule pouvait provoquer la formation de caillots dans le sang de certaines femmes, on entreprit une série d'observations scientifiques qui auraient dû être faites avant que l'on n'ait mis la pilule sur le marché". La fréquence de ce phénomène n'est pas alarmante, mais comme le note le docteur Paupst, "il existe là un risque, il faut l'étudier. "Il a été établi d'une façon absolue que certaines femmes prenant la pilule manifestent une tendance croissante aux

maladies dues à la coagulation du sang, comme la thrombophlébite." Selon les indications récentes, ces femmes sont plus sensibles à la formation de caillots dans les vaisseaux sanguins cardiaques et donc à la thrombose coronaire. La formation de caillots dans les vaisseaux cervicaux est statistiquement plus fréquente chez les femmes d'âge moyen utilisant la pilule que chez les autres groupes de femmes. Le risque est petit, mais pour les réduire au minimum, la femme devrait absorber la plus faible dose possible d'oestrogène et signaler à son docteur toute douleur dans les jambes (en particulier dans les mollets) accompagnée d'enflure et de rougeur, ainsi que toute douleur thoracique forte et soudaine.

Le docteur Stanford Wessler, spécialiste de la coagulation sanguine à l'Université de St Louis, aux États-Unis, a effectué une étude récente dont il ressort que la tendance à la coagulation peut être renforcée si s'y ajoute un traumatisme physique par exemple une petite opération chirurgicale.

LES MAUX DE TÊTE

Les maux de tête peuvent signifier qu'existe un déséquilibre sérieux des fonctions corporelles, et l'utilisatrice de la pilule devrait signaler à son médecin tous les maux de tête inhabituels ainsi que toute gêne qu'elle pourrait ressentir au niveau des oreilles, du nez ou de la gorge. Dans 50% des cas où une femme a des maux de tête accompagnant l'usage de la pilule, elle a eu autrefois des migraines.

L'ADOLESCENCE ET LA MÉNOPAUSE

Les deux extrémités de la période où une femme est féconde méritent une attention particulière. L'utilisation de la pilule par une adolescente peut bloquer sa croissance osseuse. Une femme prenant la pilule continuera à avoir ses règles durant la ménopause. Ce saignement vaginal vient de la libération d'oestrogène qui se produit lorsqu'elle termine la série de 21 pilules de son cycle mensuel. A partir de l'âge de 40 ans, elle devrait donc s'arrêter de prendre ces pilules pendant de brèves périodes (d'au moins deux mois) et employer pendant ce temps une autre forme de contraceptif. En cas de besoin, son docteur pourra effectuer des mesures hormonales correspondantes afin de détecter toute déficience en oestrogène précoce, et cela en même temps qu'un test de Papanicolaou.

PENDANT COMBIEN DE TEMPS?

Pendant combien de temps faut-il prendre ces pilules? "Il semble qu'à l'heure actuelle la femme qui estime que sa famille est complète soit la candidate parfaite à l'emploi de contraceptifs buccaux. Cependant, étant donné l'incertitude sur les effets à long terme de la "pilule", cela mérite une sérieuse considération, et on pourrait, dans certains cas, s'orienter vers la stérilisation de l'homme ou de la femme." On a constaté si souvent une infertilité consécutive à l'emploi de la pilule, que de nombreux médecins sont d'avis que les jeunes femmes, en particulier celles qui n'ont jamais été enceintes, devraient périodiquement s'arrêter de prendre la pilule pendant de courtes périodes, trois ou quatre mois environ tous les trois ans.

Les effets secondaires dont traite le rapport sont les suivants:

- thrombo-embolie (prenant naissance dans les artères et les veines),
- carcinogénèse (prédisposition au cancer), altération du métabolisme des hydrates de carbone, absence de règles, infertilité une fois que l'on arrête de prendre la pilule, jaunisse, hypertension, dépression et autres troubles psychopathiques; migraines, troubles des fonctions ovarienne normales, effets sur les autres fonctions endocriniennes.

Les recommandations du comité mentionnent les points suivants:

- chaque fois que cela est possible, on devra conseiller aux médecins de prescrire une préparation contenant moins de 50 microgrammes d'oestrogène (éthynyl estradiol ou mestranol). Le rapport répertorie toutes les pilules vendues au Canada en 1970 et leur teneur en oestrogène-progestérone.
- que la DAD continue à inciter les médecins et les hôpitaux à signaler les réactions défavorables pouvant être attribuées à la pilule, afin de centraliser ces renseignements.
- que la DAD ait un contrôle plus réel sur les publicités des contraceptifs buccaux publiées dans les revues professionnelles.
- que, conjointement, la DAD et les associations médicales patronnent une série d'exposés des faits présentés au public de façon à bien situer les dangers et les avantages de ces contraceptifs.
- que l'on effectue davantage de recherches en épidémiologie, hématologie et endocrinologie.

Les questions en suspens sont aujourd'hui les suivantes:

- Le ministère de la Santé nationale et du Bien-être social a-t-il mené à bien ses recommandations?
- Puisque le rapport recommande les pilules ne contenant pas plus de 50 microgrammes d'oestrogène, pourquoi permet-on la présence sur le marché de celles qui en contiennent davantage, alors qu'elles devraient être réservées pour certains cas spéciaux?
- De quelle publicité a bénéficié ce rapport, si important pour les femmes canadiennes?
- Que fait-on pour assurer aux femmes des services de santé convenables, en particulier à celles qui utilisent la pilule? Une femme a besoin de savoir à quoi correspond un bon examen médical avant de pouvoir devenir une consommatrice intelligente de services médicaux.
- Sommes-nous convenablement informés des effets nocifs de la pilule?

Les femmes canadiennes ont le sentiment désagréable de ne pas être informées des découvertes les

plus récentes sur les contraceptifs buccaux. Les docteurs en savent-ils plus qu'ils ne le disent? Les questions des patientes reçoivent-elles des réponses appropriées? Les femmes ne reçoivent-elles pas une attention de second ordre du fait que la profession médicale est dominée par des hommes? Les Canadiennes, consommatrices de services de santé reçoivent-elles ce pour quoi elles paient?

PLACE du SAGUENAY

Vous offre l'opportunité de

GAGNER

UN VOYAGE A

PARIS

POUR DEUX

(2) PERSONNES

AVEC EXCURSION DE 8 JOURS

EN AUTOCAR OFFERTE PAR

LE TOURISME FRANÇAIS

EN ITALIE ET EN SUISSE OU AU CHOIX SUR LA CÔTE D'AZUR. TOUS FRAIS COMPRIS

(transport
hôtels
repas)



Plus \$400
OFFERT PAR

LE QUOTIDIEN

DU SAGUENAY - LAC-ST-JEAN

VOUS
VOYAGEREZ
PAR

PARCE QUE
C'EST
FRANÇAIS



AIR FRANCE

EN COLLABORATION AVEC



VOYAGES MICHEL INC.

IATA

363 RACINE

CHICOUTIMI 549-8874



DECOUPER
ce coupon et déposer à
PLACE SAGUENAY

NOM
ADRESSE
VILLE
TEL.

TIRAGE LE 29 MAI

DANS LE MAIL DE PLACE DU SAGUENAY A 2 HEURES P.M.





DR GUYLAINE LANCTÔT

Ulcère variqueux

Plusieurs personnes souffrent d'une plaie au bas de la jambe sans savoir qu'il s'agit d'un ulcère variqueux; et plusieurs autres souffrent d'un ulcère variqueux sans savoir qu'il est guérissable.

Un **ULCÈRE** consiste en une plaie ronde et creuse située au bas de la jambe, le plus souvent près de la cheville interne. Cette plaie peut être **infectée** et elle est alors remplie de pus. Même si elle **n'est pas infectée**, elle peut couler légèrement.

Ces ulcères sont dits **VARIQUEUX** quand ils sont causés par des varices. Ces varices peuvent être **apparentes** et on les voit sur la jambe. Elles peuvent aussi être situées sous l'ulcère et être **masquées** par ce dernier. Dans ce cas-là, on ne peut les repérer que par une radiographie spéciale appelée "Phlébographie".

La **grosseur** de ces ulcères peut varier depuis le diamètre d'une cigarette jusqu'à celui d'un pamplemousse. Ils **évoluent** par période: et se ferment puis s'ouvrent à nouveau, etc... et durent facilement 20 ans si on ne les traite pas.

Il est possible de traiter et de guérir ces ulcères.

En un premier temps nous verrons à **fermer** l'ulcère par le port d'un pansement adéquat s'il n'est pas trop gros. Dans les cas où l'ulcère est très grand, nous recommanderons aux patients un repos allongé de quelques semaines.

En un deuxième temps, quand l'ulcère sera fermé, nous procéderons au **traitement** à proprement parler de ce dernier en nous attaquant à la varice qui en est responsable. On le fera par sclérothérapie (injections) ou par chirurgie.



Docteur,

Présentement, je reçois des piqûres pour les varices et je remarque qu'après avoir enlevé les diachylons, il y a des rougeurs qui apparaissent et j'ai des démangeaisons durant plusieurs jours. Je me demande quoi faire. Pourriez-vous me donner une réponse.

Claire L. (Normandin)

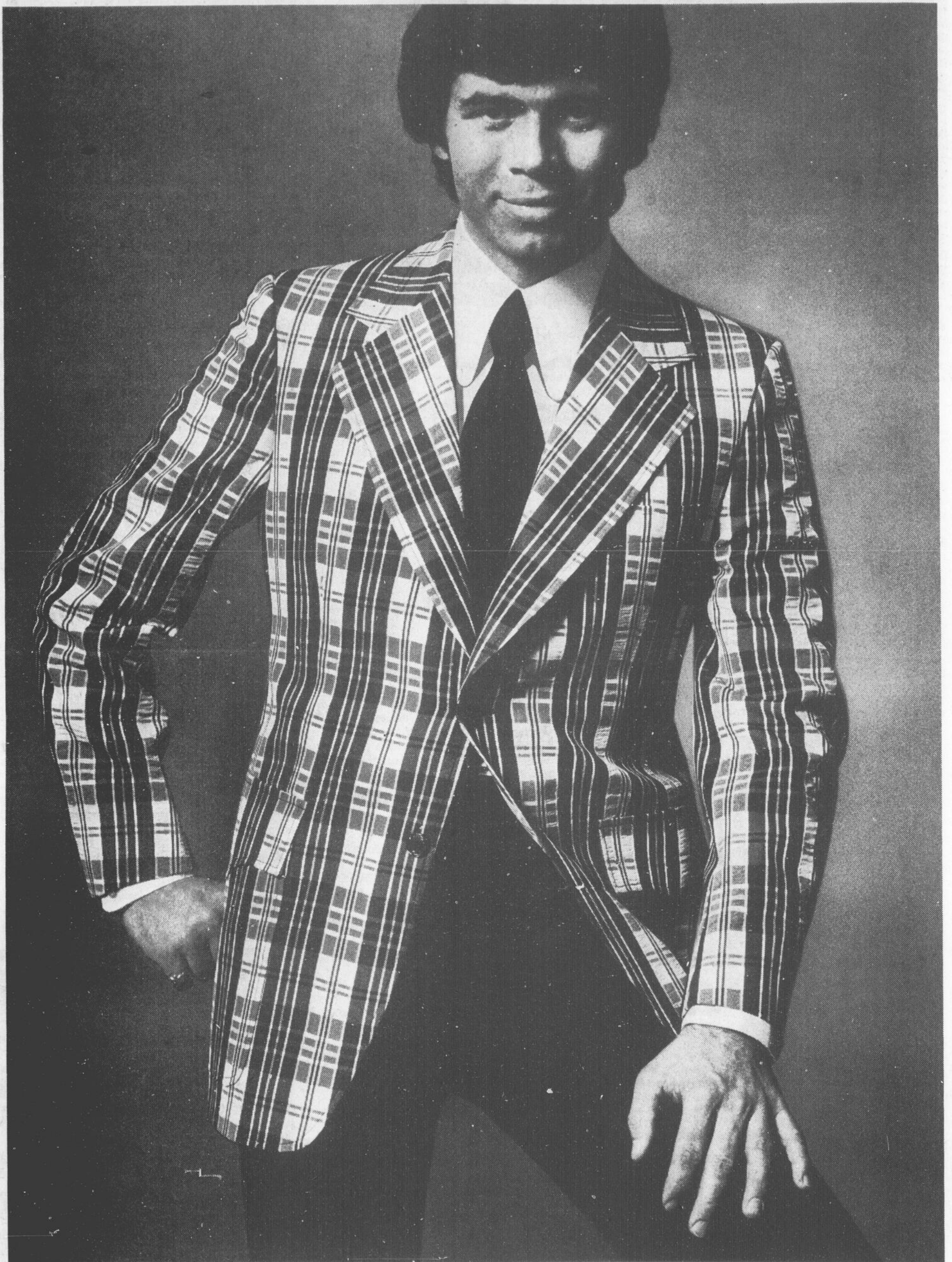
Madame,

Ce que vous me décrivez dans votre lettre semble être une réaction allergique aux diachylons. Ce phénomène est assez fréquent; il peut survenir dès la 1^{ière} séance de traitement ou n'importe quand durant le traitement. Il n'est pas grave mais ennuyeux à cause des démangeaisons qu'il procure.

Dans ces cas-là nous vous recommandons de communiquer avec le médecin qui traite vos varices et il pourra alors vous prescrire des médicaments pour arrêter la démangeaison.

Pour éviter qu'un tel phénomène se reproduise il sera possible de vous appliquer des diachylons anti-allergiques lors de traitements subséquents.

Notre veston sport de \$80 a la coupe d'un veston de \$95. Et pendant les 4 prochains jours nous le vendrons à \$67⁹⁹



Vestons sport pour l'été.

Ils ont cet air estival que leur donnent leurs couleurs plus claires et plus brillantes.

Comme ces plaids, vert sur fond blanc, bleu sur fond blanc ou brun sur fond blanc. Certains sont dans des motifs un peu plus subtils.

Et vous pouvez nous croire, ces vestons sont faits pour l'été.

Nous les avons faits selon le modèle classique de Tip Top dans des tissus légers ou d'épaisseur moyenne.

Les revers sont bien proportionnés, il y a des poches appliquées, des poches à rabats et des poches à angle. Les fentes

sont profondes. En somme, tous les détails que vous vous attendiez à trouver sur un veston sport de \$95.

Pourquoi mettons-nous en vente notre collection d'été à \$67.99 si tôt dans la saison?

C'est parce que nous les trouvons sensationnels. En fait, nous pensons que toute la collection d'été de chez Tip Top est sensationnelle. Et nous voulons que vous voyiez tout ce que nous avons pour vous.

C'est pourquoi nous avons pensé que peut-être... si pour quatre jours seulement... nous mettions en vente à \$67.99 notre veston sport de \$80, vous viendriez faire un tour et en essayer un.

Ouvrez un compte pratique Tip Top.



Economiser n'a jamais paru aussi intéressant!

1 PLACE DU SAGUENAY — BOUL. TALBOT — CHICOUTIMI

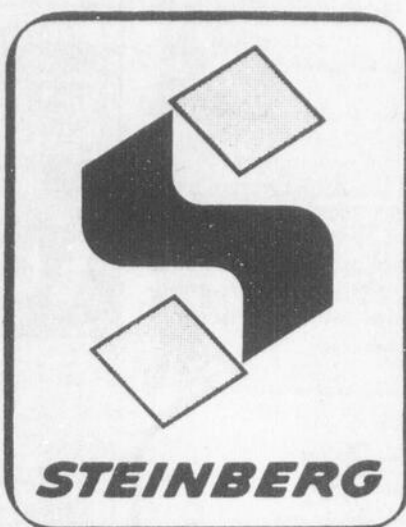


La maison du consommateur averti.

D'abord, parce que Steinberg fait tout en son pouvoir pour maintenir les prix au plus bas niveau possible tous les jours et permet au consommateur averti d'économiser à l'année en faisant son marché chez Steinberg.

prix à l'unité

Cette petite étiquette blanche et rouge, placée en dessous du produit sur la tablette, vous donne à gauche le prix total du produit et son prix à l'unité (par once, livre, chopine, pinte, etc.) à droite.



Afin de VOUS aider à réaliser vous-même des économies d'une façon plus rapide et efficace, Steinberg vous offre le service d'information PRIX À L'UNITÉ.

C'est quoi, le prix à l'unité ?

C'est un système spécial mis au point par Steinberg pour vous renseigner sur le prix réel des produits par once, livre, chopine, pinte, etc. selon le cas.

Où le trouve-t-on ?

Sur les tablettes mêmes des supermarchés — sous forme d'une petite étiquette blanche et rouge (illustrée ci-contre) sur laquelle deux prix sont imprimés: le prix total du produit et son prix à l'unité.

Pour combien de produits ?

Pour plus de 3.400 produits dans tous les supermarchés Steinberg... ce qui vous permet de faire vous-même vos propres comparaisons de prix de DEUX façons. D'abord, entre différents formats d'un même produit — et ensuite, entre deux et trois produits de marques différentes (même poids et qualité analogue).

Le consommateur averti consulte toujours l'étiquette PRIX À L'UNITÉ car il en apprécie toute la valeur, tant du point de vue économie que du point de vue information.

ACHATS BONIS doubles économies

MARGARINE BLANCHET	COMPAREZ	.65
PQT 1 LB		
MARGARINE MOLLE	COMPAREZ	.63
KISMET (PQT 1 LB 31)		
BOISSON F.B.I. ORANGE OU RAISINS	COMPAREZ	.62
PQT 64 OZ		
JUS DE TOMATES LIBBY'S CANADA DE FANTAISIE	COMPAREZ	.16
BTE 10 OZ		
FÈVES AU LARD CLARK, AVEC SAUCE TOMATE	COMPAREZ	.25
BTE 8 OZ		
"HAMBURGER HELPER" BETTY CROCKER JAMBON ET THON	COMPAREZ	.61
PQT 8 OZ		
MACARONI LANCIA	COMPAREZ	.71
PQT 2 LB		
SAUCE À SPAGHETTI BRAVO	COMPAREZ	.33
BTE 14 OZ		
PAIN DE VIANDE PREM	COMPAREZ	.78
BTE 12 OZ		

ACHAT BONI	DOUBLE ÉCONOMIE
DÉTERSIF EN POUDRE TIDE	
BTE ÉCON.	1.79

produits populaires

GAUFRES AUX BLEUETS	COMPAREZ	.49
CONGELÉES AUNT JEMIMA		
PQT 10 OZ		
COFFEE CRISP	COMPAREZ	1.29
OU AERO DE ROWNTREE		
PQT 10 TABLETTES		
BISCUITS DARE	COMPAREZ	.73
AVEC BRISURES DE CHOCOLAT		
SAC 1 LB		
SAUCE SOYA CHINOISE ARIUNTSIC	COMPAREZ	.26
BOUT. 5 OZ		
THON BLANC	COMPAREZ	.72
EN FLOCONS HIGH LINER		
BTE 6 1/2 OZ		
POIS THOMPSON	COMPAREZ	.81
(PQT 2 LB \$1.47)		
PQT 1 LB		
SHREDDED WHEAT	COMPAREZ	.55
"NABISCO"		
BTE 15 OZ		
EAU DE JAVEL	COMPAREZ	.80
CONCENTRÉE JAVEX		
BOUT. 128 OZ		
LAIT ÉVAPORÉ	COMPAREZ	.27
CARNATION		
GROSSE BTE		

ACHAT BONI	DOUBLE ÉCONOMIE
PAPIER DE TOILETTE DELSEY	
PQT 4 ROUL.	.77

tous les jours

MÉLANGES À DINER	COMPAREZ	.65
CHEFS SURPRISE		
PQT 14 OZ		
OLIVES FARCIES	COMPAREZ	.83
MANZANILLA CORONATION		
PQT 12 OZ		
JAMBON SWIFT PREMIUM	COMPAREZ	2.37
BTE 1 1/2 LB		
RIZ CONVERTI	COMPAREZ	1.41
UNCLE BEN'S		
PQT 32 OZ		
PETITES CREVETTES	COMPAREZ	.93
RIVIERA		
BTE 4 1/2 OZ		
CAFÉ MOULU	COMPAREZ	1.28
CHASE & SANBORN		
SAC 1 LB		
ALIMENTS POUR CHIENS	COMPAREZ	.34
DE LUXE SOCIETY		
BTE 14 1/2 OZ		
JUS DE TOMATES	COMPAREZ	.23
LIBBY'S CANADA DE FANTAISIE		
BTE 19 OZ		
MÉLANGES À GÂTEAUX	COMPAREZ	.26
MONARCH		
PQT 9.8 OZ		

ACHAT BONI	DOUBLE ÉCONOMIE
CRÈME GLACÉE	
ICE CASTLE	
ESSENCES VARIÉES	
CONT 1/2 GALLON	.89

tous les jours

FARINE BRODIE	COMPAREZ	.59
PQT 3 LB		
MINI POUDINGS	COMPAREZ	.74
LA IPA SECOND		
PQT 4 BTES 5 OZ		
LAIT ÉVAPORÉ	COMPAREZ	.28
CRINO		
BTE 16 OZ		
MÉLANGE	COMPAREZ	.56
POUR CROÛTE À TARTES		
ROBIN HOOD		
PQT 21 OZ		
GAUFRES EGGO	COMPAREZ	.56
CONGELÉES KELLOGG		
PQT 11 OZ		
SIROP DE TABLE	COMPAREZ	.91
OLD TIME		
BOUT. 32 OZ		
MIEL CRÈMEUX	COMPAREZ	.99
BEE MAID		
CONT 1 LB		
MÉLANGE À PÂTE	COMPAREZ	.73
POGO POUR HOT DOG SUR BÂTON		
PQT 12 OZ		
TARTE AUX PACANES	COMPAREZ	1.33
CONGELÉE FARM HOUSE		
PQT 18 OZ		

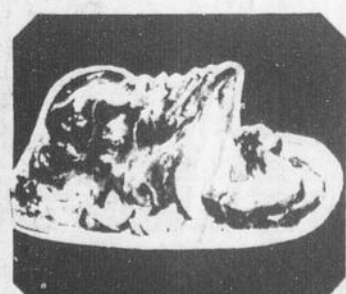
TOUS LES JOURS
EAUX GAZEUSES
ICE CASTLE
ESSENCES VARIÉES
BTE 10 OZ
.12

tous les jours

NETTOYEUR À PLANCHER	COMPAREZ	1.89
WOP & SLO		
BOUT. 32 OZ		
SHORTENING	COMPAREZ	1.49
SNOWFLAKE		
PQT 2 1/2 LB		
FISH & CHIPS	COMPAREZ	.75
A LA MORTUE CONGELÉ		
BLUE WATER		
PQT 16 OZ		
ASSOUPPLISSEUR	COMPAREZ	.95
DE TISSUS FLEECY		
BOUT. 64 OZ		
NETTOYEUR VANISH	COMPAREZ	.69
POUR CUVETTE DE CABINET		
BTE 34 OZ		
NETTOYEUR LIQUIDE	COMPAREZ	.87
DAINTY BOWL		
BOUT. 12 OZ		
NETTOYEUR	COMPAREZ	1.17
SPRAY N WASH		
BTE 16 OZ		
COMPRIMÉS	COMPAREZ	1.77
ASPIRIN		
BOUT. DE 300		
COUCHES PAMPERS	COMPAREZ	1.39
GRANDES		
PQT DE 12		

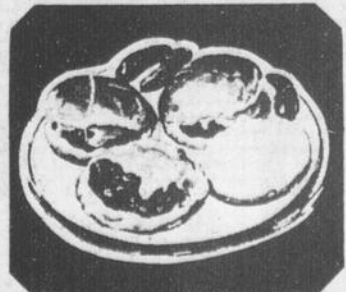
TOUS LES JOURS
BRIQUETTES
DE CHARBON
STEINBERG
SAC 10 LB
.96

viandes

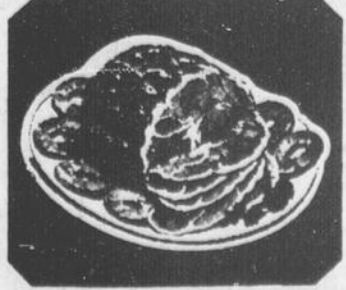


LONGES DE PORC

BOUT DES CÔTES	BOUT DU FILET
.85 LA LB	.95 LA LB



BOEUF "HAMBURGER"	HAUT CÔTÉ
FRAIS HACHÉ	FRAIS HACHÉ
.99 LA LB	1.09 LA LB



JAMBON FUMÉ

DANS L'ÉPAULE, PICNIC
.61 LA LB



JEUNES DINDONS	JEUNES DINDONS
CONGELÉS, 20 LB ET PLUS	CONGELÉS, BADIGEONNÉS
.69 LA LB	.79 LA LB

POULETS 2 à 4 LB	COMPAREZ	.69
CONGELÉS		
CANADA CATÉGORIE A		
LA LB		
ROULÉ COTTAGE	COMPAREZ	1.21
PETIT, LEGRADÉ		
LA LB		
FESSE DE PORC	COMPAREZ	.85
FRAIS, UN BOUT OU L'AUTRE		
LA LB		
FOIE DE PORC	COMPAREZ	.55
TRANCHÉ ET CONGELÉ		
LA LB		
GIGOT D'AGNEAU	COMPAREZ	1.29
ENTIER, CONGELÉ		
DE NOUVELLE-ZÉLANDE		
LA LB		
BACON TRANCHÉ	COMPAREZ	.86
SANS COUENNE, STEINBERG		
PQT 1 LB		
SAUCISSES FUMÉES	COMPAREZ	.79
SANS PEAU, STEINBERG		
PQT 1 LB		
SALADE DE CHOU	COMPAREZ	.99
OU DE POMMES DE TERRE		
STEINBERG		
CONT. 2 LB		
TOURTIÈRE	COMPAREZ	1.03
FRAICHE STEINBERG		
PQT 16 OZ		
POULET PRESSÉ TRANCHÉ	COMPAREZ	.39
HYGRADE, VIANDE ET OLIVES		
PIMENTS ET CORNICHONS		
PQT 6 OZ		
SAUCISSON DE BOLOGNE	COMPAREZ	.65
CRY-O-VAC, AU MORCEAU		
MARY MILLS		
LA LB		
FRITURES D'AIGLEFIN	COMPAREZ	.70
CONGELÉES, BLUE WATER		
PQT 8 OZ		

pâtisseries

TARTE AUX POMMES AVEC OU SANS CANNELLE		
STEINBERG 24 OZ - 8" CH.	58¢	
BEIGNES AU SUCRE STEINBERG		
PQT DE 12	39¢	
ROULÉ AU CHOCOLAT OU À L'ANANAS STEINBERG		49¢ 10 OZ
BRIOCHES SUCRÉES AUX FRUITS STEINBERG		58¢ PQT DE 1 1/2
GÂTEAU AU CHOCOLAT NOUVELLE-ORLÉANS GLACE AU CHOCOLAT		59¢ 14 OZ
GÂTEAU AUX DATTES STEINBERG		45¢ 14 OZ
DANOISE AU CARAMEL STEINBERG		67¢ 14 OZ
articles divers		
PLANCHE À "STEAK" OVALE (RONDE 12" CH. \$1.49)		99¢ CH.
ENSEMBLE DE VAISSELLE INCASSABLE "DURAWARE" 16 MORCEAUX		5.39
SERVIETTES FORMAT RÉGULIER		77¢ CH.

fruits et légumes

FRAISES	COMPAREZ	.48
DE CALIFORNIE CANADA NO 1		
CHOPINE COMBLE		
CANTALOUPS	COMPAREZ	.59
DU MEXIQUE		
GROSSEUR 45		
CH.		
POMMES DE TERRE	COMPAREZ	1.49
DU QUEBEC		
CANADA NO 1		
SAC 10 LB.		
MELONS AU MIEL	COMPAREZ	.69
DU TEXAS		
GROSSEUR 10 - CH.		
LONGS CONCOMBRES	COMPAREZ	.17
ANGLAIS D'ONTARIO - CH.		
CHOUX-FLEURS	COMPAREZ	.59
DE CALIFORNIE		
GROSSEUR 16		
CANADA NO 1 - CH.		

Les parents doivent éviter les conflits familiaux

C'est à nous, les parents, qu'il appartient d'éviter les conflits familiaux. Il ne s'agit pas nécessairement de querelles bruyantes, mais d'une sorte d'antagonisme sourd et latent qui, de manière assez fréquente, peut tendre les rapports d'une mère et de ses enfants.

Au départ, ces conflits paraissent peu perceptibles. Ils n'en ont pas moins une origine. Ce n'est pas, en général, la mauvaise volonté du petit garçon ou de la petite fille qui explique cette tension désagréable. Il faut plutôt l'attribuer, dans la plupart des cas, à certaines méthodes d'éducation, à telle ou telle attitude des parents qui ne donne pas les résultats espérés.

Existe-t-il une tactique pour éviter ces conflits très éprouvants pour la sensibilité des parents, comme pour celle des enfants?

LES "FORCES AGRESSIVES"

Oui! Voici quelques procédés qui relèvent, à vrai dire, d'une psychologie simple, mais éprouvée:

Gardons-nous de demander à nos enfants — et à plus forte raison d'exiger d'eux — des choses qu'ils ne sont pas en mesure de nous donner. C'est à nous, les "grands", de prévoir les inconvénients et les risques d'une requête démesurée.

Efforçons-nous de canaliser vers une solution positive, au bon sens du terme bien entendu, c'est-à-dire vers le bien, les "forces agressives" qui ferment nécessairement chez tout enfant, fille ou garçon.

Pour peu que notre enfant maîtrise et domine ces "forces agressives", il aura tôt fait d'éprouver la joie de se surpasser. On n'imagine

pas à quel point il peut éprouver et apprécier ce sentiment de maîtrise de soi.

N'oublions pas qu'un enfant a toujours les défauts de ses qualités et les qualités de ses défauts. Tout l'art consiste précisément à aiguiller ces qualités et ces défauts dans un sens constructif et, selon l'expression, "auto-correcteur", c'est-à-dire qui se corrige, qui se redresse lui-même.

DETOURNONS SON ATTENTION

Si notre enfant commence à donner des signes d'énervement, tâchons de ne point nous fâcher. Nous risquerions, en effet, d'accroître encore les effets de ce nervosisme et de jeter, en somme, de l'huile sur les flammes. Ne joignons pas, en somme, notre agressivité à celle de notre "cher trésor".

L'astuce consiste, à ce moment-là, à détourner son attention, à l'aiguiller sur un autre centre d'intérêt. Et l'enfant ne demande, au fond, qu'à changer de sujet de douceur comme d'irritation!

Observez plutôt ce "petit bonhomme" qui vient de tomber et qui pleure beaucoup parce qu'il a eu peur en raison d'un "bobo", la plupart du temps très bénin, écorchure, "bleu", ec-

chymose... Il suffit que sa maman, avec son instinctive habileté, détourne, une seconde, l'attention du "grand blessé" pour reléguer ce drame aux oubliettes.

Ne menaçons pas "dans le vide". Ne gaspillons pas nos ordres et nos contraires! L'enfant s'affolerait, pour commencer tout au moins, et puis il n'accorderait plus, en fin de compte, la moindre attention à nos éclats de voix. Ce serait la faillite de notre légitime autorité.

MIEL ET VINAIGRE

Ne profitons pas du moment où notre enfant s'affaire, avec application, à quelque nouveau jeu, pour le bousculer, sans nuance et sans

précaution. Il finirait par perdre le goût de toute initiative.

Si notre enfant a ce qu'il est convenu d'appeler une "tête dure", n'allons pas nous imaginer que nous la briserons, en multipliant les interdictions et les menaces. L'opposition de cet enfant puiserait dans la nôtre de nouvelles et plus tenaces raisons de "résister".

N'oublions jamais l'excellent conseil d'un grand éducateur du dix-septième siècle:

"On prend mieux les mouches avec du miel qu'avec du vinaigre!"

En d'autres termes, c'est la tendresse et non la violence, même verbale, qui triomphera d'un enfant têtu et grincheux... L'exemple en a été administré des milliers de fois!

Le temps vous PRESSE, mais vous désirez un travail bien fait...
HE BIEN! Venez nous voir.
IMPRIMERIE
LE PROGRÈS
DU SAGUENAY LIMITÉE
214, Avenue Lakeshore - Chicoutimi
Téléphone: 545-4474
Pour nous VITE et BIEN vont de PAIR.

BRIDGE

A-2285

REBOND

Il est parfois profitable de tout d'abord camoufler sa puissance et de laisser les adversaires vous fournir des informations au sujet de la distribution. Il y aura toujours lieu de rebondir alors que vous jugerez le moment opportun.

Donneur: Sud
Personne vulnérable

Pi- V-9-8
Co- D
Ca- A-D-10-9-6
Tr- R-V-6-3

N

O

S

Pi- A
Co- 7-6-4-3
Ca- 7-5
Tr- A-D-10-9-8-2

Sud	Ouest	Nord	Est
1- trèfle	contre	1- pique	1- pique
2- trèfles	3- piques	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
3- piques	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
4- piques	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
5- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
6- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
7- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
8- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
9- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
10- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
11- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)
12- trèfles	contre (3)	5- trèfles (2)	5- trèfles (2)

(1) N'ayant aucune assurance que chez son partenaire les trèfles constituent une véritable suite, Nord a recours à l'embuscade.

Il est à remarquer qu'après un contre d'appel la très forte majorité des joueurs ne considèrent que le surcontre comme étant une démonstration de puissance. Ainsi Sud aurait le privilège de passer parole après toute enchère que pourrait faire immédiatement Nord.

(2) Assuré maintenant que les trèfles chez son partenaire constituent une véritable suite, c'est avec grande confiance que Nord pousse au palier de cinq tricks. Suivant les enchères des adversaires il est pratiquement impossible que Sud soit en possession de trois petits piques. Également il serait assez difficile d'envisager chez Sud une qualification d'ouverture sans la possession de deux as.

(3) Ouest sera déçu de constater que ses fortes cartes n'auront été qu'un leurre.

Entame: - roi de pique

Après avoir pris le roi de pique de son as le déclarant fait deux demandes d'atout et ainsi épuise les adversaires. Avec confiance un petit carreau est joué vers la dame qui conserve la levée. Le Mort encaisse l'as de carreau puis le déclarant en coupe le troisième. Sur le changement à cœur Ouest doit prendre de son roi et se trouve en fâcheuse position. Vainement il tente d'obtenir une levée de sa dame de pique alors qu'elle devient la victime d'une coupe de la part du déclarant. Un cœur est maintenant coupé par le Mort et une nouvelle coupe d'un carreau en affranchit le dernier au Mort. Comme un dernier atout au Mort lui permet de reprendre la main par la coupe d'un cœur ainsi le déclarant peut disposer de sa dernière perdante soit sur le valet de pique ou le dernier carreau. Ainsi avec désagrément Ouest voit le déclarant réaliser une levée supplémentaire et inscrire un gain de 650 points représentant une supériorité pour les joueurs en N-S. Le jeu d'embuscade du joueur en Nord avait produit les effets recherchés.

Noël Duchesne

MANDRAKE LE MAGICIEN



ARCHIE



GROS LIMONEUX



LE GENIE



FLASH GORDON



RIP LE DETECTIVE



FANTOME

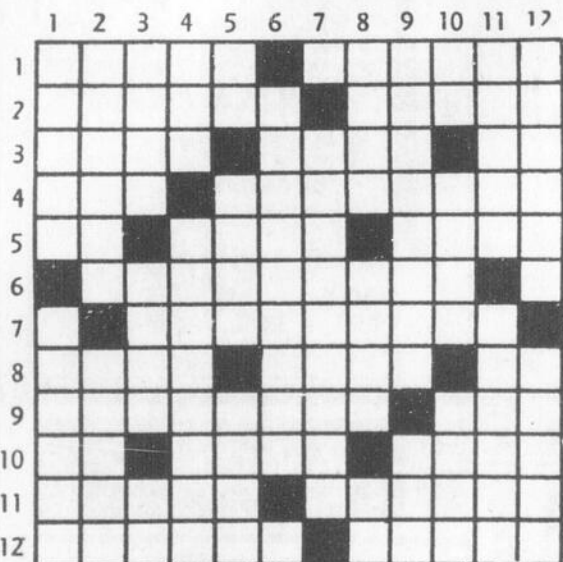


ARCHE DE NOE



MOTS CROISES

problème: no 182



HORIZONTALEMENT

- Ensemble de perles qui professent la même doctrine. -- Mettais dans une case.
- Qualité de ce qui est âcre. -- Fils de Dédale.
- Adverbe. -- Mélodrame. -- Mesure de l'âge.
- Terre entourée d'eau. -- Affectionnés.
- Négation. -- Marque d'essence reconnue. -- Ville d'Italie.
- Espaces de six mois. -- Pigments rouges des végétaux.
- Sulfate double d'aluminium et de potassium. -- Métal plus haut. -- Aluminium.
- Sculptera finement les métaux. -- Interjection espagnole.
- Laize. -- Coupa ras le poil. -- Utilises.
- Allai ça et là, à l'aventure. -- Éloignement de tout péril.
- Rayer sur une liste. -- Amener vers soi.

VERTICALEMENT

- Etoffe de soie moelleuse et brillante. -- Enlever les aspérités d'une surface en grattant.



Les meubles et leur entretien

Toutes les maîtresses de maison éprouvent du plaisir à aménager chaque pièce de leur logis, qu'il s'agisse d'un emménagement récent où tout doit être étudié et mis en place, ou plus fréquemment de petits travaux d'entretien et de remise à neuf. Dans les deux cas, on éprouve le besoin de tout changer, on se sent un courage à toute épreuve pour nettoyer, gratter, peindre, transformer ce qui faisait, jusqu'alors, l'environnement quotidien.

Comme à l'habitude, envisageons le cas d'une installation nouvelle qui nécessite l'achat des meubles indispensables à chaque pièce et celui de la remise en état, de la transformation de meubles habituels. Pour les uns comme pour les autres se posera également la question de leur entretien.

Meubles anciens hérités de vos familles, tout simples et peu coûteux en bois blanc, ou fonctionnels en tubes métalliques et plastique, chacun a sa place, a son rôle et nécessite un traitement particulier.

COMMENT MEUBLER UNE PIÈCE

Si vous avez la chance de posséder quelques meubles de famille: bahut, coffre, armoire ou table, réservez-les soit à votre salle de séjour, soit à votre chambre à coucher. Sachez les mettre en valeur, bien détachés sur un mur clair, ne les surchargez pas d'objets, bibelots, tissus ou napperons.

Contrairement à ce que beaucoup pensent, les meubles en bois blanc ne sont pas forcément réservés à la cuisine ou la salle d'eau. Si vous les choisissez robustes et de bonne qualité, ils ont leur place partout dans la maison. Lit, armoire, commode, placard, table ou sièges doivent subir un premier traitement. Il s'agit de poncer soigneusement toutes les surfaces, avec une fine brosse métallique ou mieux, du papier de verre. Ensuite, selon vos goûts, vous passerez une couche de brou de noix, pour donner une teinte plus ou moins sombre, suivant le dosage. Si vous préférez le bois clair, une couche de vernis incolore est suffisante. Le bois teinté une fois bien sec, sera ciré ou encaustiqué. Au début, il ne faut pas craindre de répéter souvent l'opération car le bois jeune a besoin d'être nourri. Ensuite, faire briller avec un chiffon de laine.

La solution la plus pratique pour les meubles en bois blanc est de les peindre; mieux, de les laquer. Particulièrement pour ceux qui sont destinés à la cuisine, la chambre des enfants, et même la salle de séjour.

Vous emploierez une peinture à l'huile, lavable, dont vous passerez au moins deux couches. On peut combiner avec bonheur plusieurs couleurs: une armoire toute simple et sans caractères peut prendre grande allure si vous passez les montants extérieurs, le cadre des portes et le dessus en bleu marine, et les deux portes en bleu plus clair, en rouge ou en jaune vif. L'intérieur des portes peut se peindre en teinte opposée ou se couvrir de tissu plastique imprimé.

La commode à trois ou quatre tiroirs offre les mêmes possibilités. Pourquoi ne pas choisir une teinte sobre pour le cadre et les pieds et donner à chaque tiroir une couleur vive et différente?

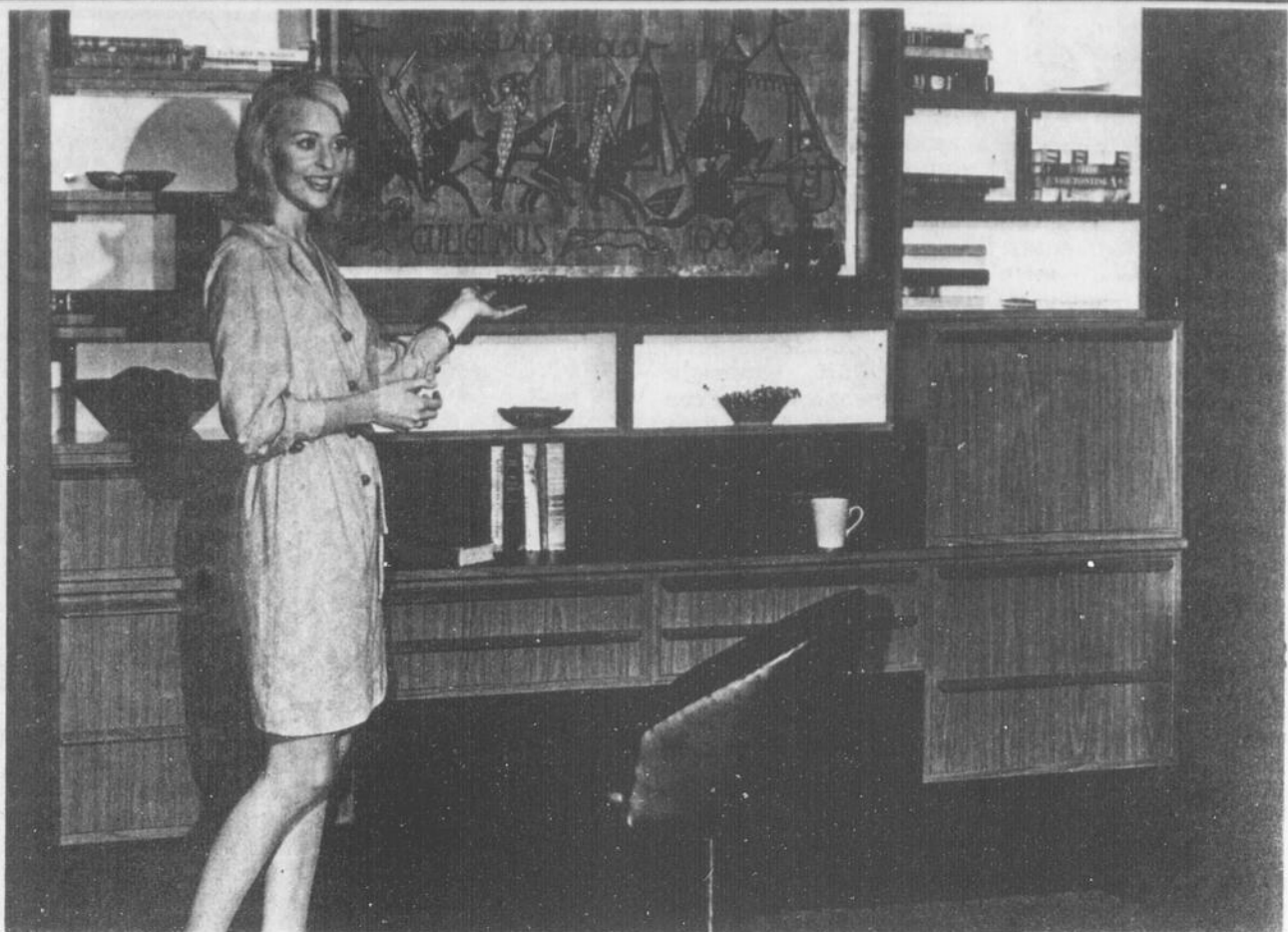
Celles qui sont très adroites peuvent même se lancer dans la décoration personnelle, soit avec des sujets à poser en décalcomanie, soit en dessinant et en peignant des motifs décoratifs.

L'ENTRETIEN DES MEUBLES

Nous avons vu que les meubles anciens se traitent à la cire et au chiffon de laine pour les faire briller.

Pour les meubles en bois blanc, peints ou laqués, il suffit de les essuyer régulièrement et de les laver avec une éponge ou un linge trempés dans de l'eau chaude et savonneuse, puis de bien rincer. Évitez les brosses et les éponges métalliques qui risquent de rayer la peinture.

Enfin, l'entretien des meubles en tubes métalliques, recouverts ou non de formica et de plastique, est encore plus simple. Ils sont le plus souvent destinés à la cuisine, la salle d'eau, à la rigueur, dans la chambre des enfants. Éponge, eau tiède, savon ou lessive que vous utiliserez pratiquement chaque jour pour les maintenir propres.



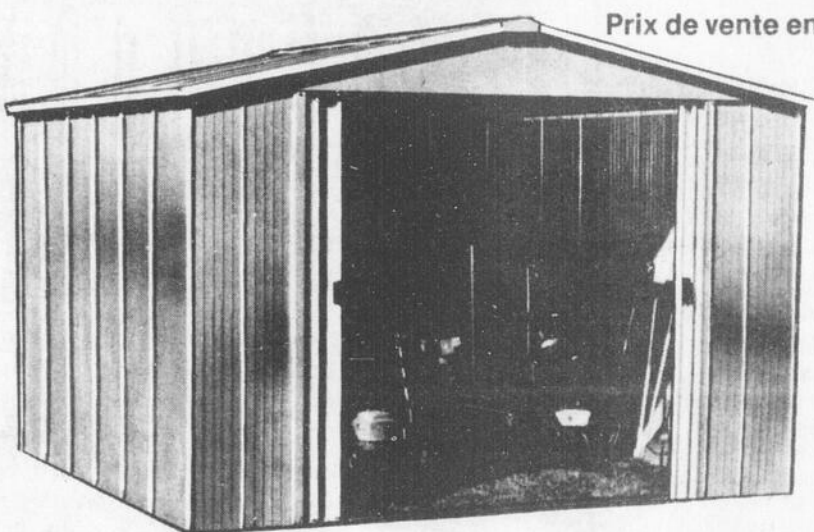
Comme toujours, ce sont les meubles les plus beaux qui demandent le plus de soins et d'attention. Le bois est une nature vivante qu'il faut nourrir. Mais quand un meuble a véritablement pris sa "patine", quelle satisfaction de le voir se transformer en objet d'art, et surtout de sentir qu'il vit dans votre maison.

MIRACLE MART

Tout pour accueillir l'été!

Des achats du tonnerre pour le foyer, le jardin et le patio!

Prix de vente en vigueur jusqu'au samedi 25 mai



Remise de jardin "Storall" en acier idéale pour vélos, outils, meubles

Ord. 199.97
Notre prix de vente

164⁹⁷ chacune

Pour garder votre jardin propre, achetez cette remise en acier imperméable!

- Construction en acier Stelcolour
- Comble monopiece pour meilleure stabilité
- Panneaux "Lok-wall"
- Porte "Glide-A-Door" sur roulettes en nylon
- Espace intérieur, environ 9 x 9 pieds

Outilage de jardin

Tondeuse à essence Lawn King Standard

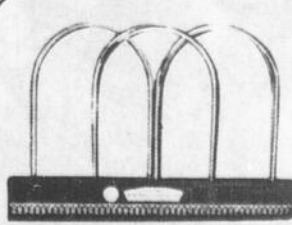
Ord. 74.97
Notre prix de vente

67⁹⁷ chacune

Une tondeuse à gazon à essence ne requérant aucun long cordon pour atteindre chaque coin de votre jardin. Notez ses caractéristiques:

- Hauteur de coupe 1 1/2"
- Moteur Briggs Stratton à 4 temps
- Moteur de 3.5 c.v.
- Lanceur à rappel
- Défecteur pour projection uniforme de l'herbe
- Marche plant pour rangement facile

Outilage de jardin



Clôture de jardin 9"

Ord. 2.37
Notre prix de vente

197 chacune

Clôture en fil d'acier, revêtement de vinyle jaune. Un article pratique et décoratif qui protège les arrangements floraux. 8 pieds de longueur, 9 pouces de hauteur.

C'est beaucoup plus facile de faire ses emplettes avec une carte

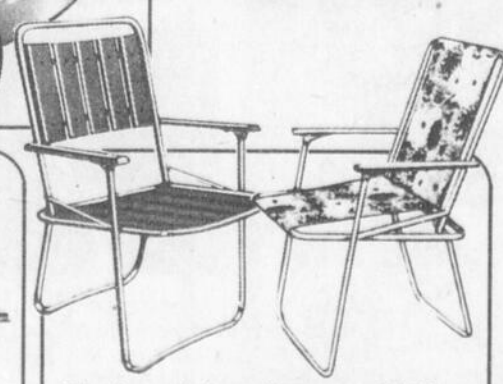


Arrosoir oscillant

Ord. 3.97
Notre prix de vente

357 chacun

Un arrosoir Lawn King réglable, diffusant un rideau de pluie. Permet d'arroser jusqu'à 2200 pieds carrés. Jets à mouvements alternatifs.



Chaises à lamelles

Une chaise pratique pour le patio, le jardin ou la salle de jeux! Cadre en acier tubulaire, siège, dossier et appui-bras en bois.

Ord. 7.97
Notre prix de vente

597 chacune

Chaises à ressorts

Une chaise colorée légère, parfaite pour les pique-niques ou le camping. Cadre en aluminium, siège et dossier en tissu épais et solide.

Prix Miracle

377 chacune



Hibachi 10" x 17" pour le camping ou pour le patio!

Ord. 5.97
Prix Dans l'mille

4⁷³ chacun

Hibachi en fer coulé durable, 2 grilles réglables. Commande d'aération éliminant la fumée. Achetez-en un dès maintenant!

Barbecues



Rabais de \$5! Marchepied

Ord. 17.57
Notre prix de vente

12⁵⁷ chacun

En aluminium très robuste
• Tablette pour le seau, barreau pour le chiffon, support à outils
• Le dernier échelon est renforcé
• Marches en caoutchouc antidérapant
• Hauteur: 5 pieds

Quintessence



Peinture de qualité MIRA-MART

Notre propre marque de peinture pour l'intérieur et l'extérieur. Teintée gratuitement à votre choix.

- Email mat d'intérieur—base alkyd
- Sable latex d'intérieur—sèche rapidement
- Semi-lustré d'intérieur—finition lavable
- Super blanc d'intérieur—très lustré
- Couche d'apprêt intérieur—extérieur—base alkyd
- Pour maison, extérieur—email très lustré
- Latex acrylique intérieur—extérieur
- Email pour parquets et balcons—gris seulement

* Marque déposée de Mira-Mart

Peintures

7⁹⁷ le gallon



Les articles DANS L'MILLE sont choisis pour leur qualité, leur à-propos et surtout leurs PRIX MODIQUES!

Recherchez ce symbole dans nos annonces publicitaires et dans tous nos magasins.

- Chèques d'allocation familiales acceptés
- "Mise de côté" pratique
- Stationnement facile
- Satisfaction garantie ou prompt remboursement avec le sourire!

Miracle Mart, le magasin attitré de la famille

1, PLACE DU SAGUENAY

OUVERT • Lundi à mercredi 9h à 18h • Jeudi et vendredi 9h à 21h • Samedi 9h à 17h

Coupon de participation

A L'EMISSION

BONNE JOURNÉE

CO-ANIMÉE PAR YVES JOBIN ET JEAN DUCHARME A L'ORGUE YVAN LACASSE

Les mardi, mercredi et jeudi de 8 h. a.m. à 9 h. a.m., sur les ondes de CKRS-TV.

NOM _____ CKRS-TV VALIDE SEULEMENT

ADRESSE _____

TELEPHONE _____

DECOUPEZ ET APORTEZ A _____

CONDITIONS: Les gagnants devront répondre à une question facile pour se mériter leur prix. Ce coupon est valide pour toute la série télévisée "Bonne Journée". Les prix seront acceptés tels quels. Les employés des Boutiques et grands magasins de Place du Saguenay et leurs parents immédiats ne sont pas éligibles.

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

PLACE du SAGUENAY

DEMÉNAGEMENT ET LIVRAISON DE TOUTS GENRES

MESSAGERE
Ville neuve

180, ST-DOMINIQUE
JONQUIÈRE
TEL.: 547-9919

TELEVISION

C.K.R.S.-T.V.
Canaux
12-2-4-8-9

MERcredi 22 MAI
CKRS-TV

8.00 Bonne journée
9.00 Dessins animés (C)
9.15 En mouvement (C)
9.30 Monsieur Pipo
9.40 You-Hou (C)
10.15 Petite abeille (C)
10.30 Initiation à la décoration intérieure (C)
11.00 Les recettes de Juliette (C)
11.31 De jour en jour
12.30 Boubou (C)
13.31 Téléjournal (C)
13.35 Femme d'aujourd'hui (C)
14.31 Cinéma au clair de lune (C)
14.31 "L'œil du monstre"
15.00 Bobino (C)
15.30 Picoté (C)
16.00 Conquête de la mer (C)
18.00 Les secrets du baseball (C)
18.30 Téléjournal national et international (C)
18.39 Information première
18.53 Nouvelles du sport (C)
19.00 Lutte grand prix (C)
20.01 Baseball (C)
22.31 "Pittsburgh à Montréal"
22.31 Téléjournal national, international et provincial (C)
22.54 Nouvelles du sport et météo (C)
23.01 Appelle-moi Lisa (C)
00.09 Cinéma au clair de lune (C)
"Crampone-toi Jerry"
HORAIRE EN CAS DE PLUIE
20.01 Ciné-soleil (C)
"Zorba le Grec"
21.00 Ciné-soleil (C)
"Gros coup à Dodge City"

JEUDI 23 MAI
CKRS-TV

8.00 Bonne journée
9.00 Dessins animés (C)
9.15 En mouvement (C)
9.30 Monsieur Pipo
10.00 Minute Mounoute (C)
10.15 Histoires de Benjamin (C)
10.30 Initiation à la décoration intérieure (C)
11.00 Les recettes de Juliette (C)
11.31 De jour en jour
12.30 Boubou (C)
13.31 Téléjournal (C)
13.35 Femme d'aujourd'hui (C)
14.31 Cinéma chez vous
"Patrouille de choc"
16.00 Bobino (C)
16.30 Grégoire et Léonard (C)
17.00 Tarzan (C)
18.00 Les chevaux du soleil (C)
18.30 Téléjournal national et international (C)
18.39 Information première
18.53 Nouvelles du sport (C)
19.00 Les Pierraires (C)
19.30 Les grands films (C)
"L'homme de la loi"
21.31 Le travail à la chaîne (C)
22.00 Avec André Guy (C)
22.30 Téléjournal national, international et provincial (C)
22.53 Nouvelles du sport et météo (C)
23.00 Appelle-moi Lisa (C)
00.00 Cinéma au clair de lune (C)
"Mondo Cane"

HOTEL LAURENTIN
339 rue Jacques-Cartier est
Chicoutimi, Tel. 543-4980

Chambres
et
pensions

SPECTACLE
CONTINU
de 3 hres p.m.
à 3 hres a.m.
tous les jours

Saloon
543-0456
8 DANSEUSES
POUR VOUS SERVIR

C.J.P.M.-T.V.
Canal 6

MERcredi 22 MAI
CJPM-TV

8.43 36-24-36 (C)
9.00 Ciné-matin
"La kermesse héroïque"
10.30 Pour vous mesdames (C)
10.45 Pour vous mesdames (C)
11.00 Les bouts d'choux (C)
11.30 Dessins animés (C)
11.45 Aujourd'hui
12.00 A votre service
12.30 Les nouvelles du midi
12.45 Rond Point
13.30 Cinéma
"On va se faire sonner les cloches"
15.00 Pour vous mesdames (C)
15.30 Santé horizon (C)
15.45 Pour vous mesdames (C)
16.00 Robin tueur (C)
16.30 Patatville (C)
17.00 Les tannants (C)
18.00 Studio Six
18.30 Pierre, Jean jasant (C)
19.30 Le ranch à Willie (C)
20.00 Les grandes productions
"Les bras de la vie"
21.43 Arts et spectacles
22.00 Auto-patrouille (C)
22.30 Nouvelles TVA (C)
23.00 En fin de soirée (C)
"Oeil pour oeil"

JEUDI 23 MAI
CJPM-TV

8.43 36-24-36 (C)
9.00 Ciné-matin
"Enigme du serpent noir"
10.30 Pour vous mesdames (C)
11.00 Les bouts d'choux (C)
11.30 Dessins animés (C)
11.45 Aujourd'hui
12.00 A votre service
12.30 Les nouvelles du midi
12.45 Rond Point
13.30 Cinéma
"Trois marins de l'invincible"
15.00 Pour vous mesdames (C)
15.30 Pour vous mesdames (C)
16.00 Les Bananas Spits (C)
16.30 Patatville (C)
17.00 Les tannants (C)
18.00 Studio Six
18.30 Pierre, Jean jasant (C)
19.30 Jeudi 7.30
"Bruno l'enfant du dimanche"
21.00 Au secours mon amour (C)
21.30 Toute la ville en parle (C)
22.15 Loto-Parfaite (C)
22.30 Nouvelles TVA (C)
23.00 En fin de soirée
"Gout de miel"

ARTS ET SPECTACLES



Méconnue pendant 13 ans

LONDRES (PC) — La romancière Beryl Bainbridge a connu les frustrations de l'artiste dont les oeuvres ne sont pas reconnues.

Pourtant aujourd'hui, après avoir écrit pendant 13 ans, Mlle Bainbridge semble être au bord du succès. En 1973, son livre *The Dressmaker* a été tout près de remporter le premier prix littéraire de Grande-Bretagne, *The Booker*, qui représente la somme de 5.000 livres sterling.

Son premier roman, *Harriet Said*, écrit il y a 12 ans, n'a été publié qu'en 1972. Auparavant, les éditeurs lui disaient que ses manuscrits, qui tous contenaient au moins un meurtre, étaient trop sinistres et trop "psychologiques" pour être populaires.

Parlant par exemple de *Harriet Said*, un éditeur avait dit à Mlle Bainbridge, en 1960: "Aucun imprimeur ne voudra y toucher. Le sujet est tellement répugnant..." "Les meurtres ne sont pas importants dans mes romans, dit l'écrivain, âgée de 40 ans. Je m'en sers de la même façon que le ferait un auteur d'histoires de détectives. Quand on trouve un cadavre au commencement du livre, on a ensuite un cadre pour le reste du roman. Il faut trouver la raison."

CINEMA

ALMA

THEATRE ALMA
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Rapport sur la vie sexuelle de la ménagère" #1
"Rapport sur la vie sexuelle de la ménagère" #2

THEATRE CANADIEN
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"La dernière maison sur la gauche"
"Le sexe sauvage"

BAGOTVILLE

THEATRE SAGUENAY
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Le cirque des vampires"
"Comtesse Dracula"

CHICOUTIMI

THEATRE CAPITOL
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Quelqu'un derrière la porte"
"Journée noire pour le bélier"

THEATRE CARTIER
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Montréal Blues"
"Le dingue"

THEATRE IMPERIAL
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Confidences érotiques d'un lit trop accueillant"
"Mets ton diable dans mon enfer"

PLACE DU ROYAUME

CINEMA 1

"Les Amazones"
"Milan Calibre 9"

CINEMA 2

"Le grand Jacob"
"Juste avant minuit"

CINEMA 3

"Vixen la renarde"
"Cherry Harry Rachel"

CINEMA-PARC

Jusqu'au 23 mai
inclusivement:
SAGUENAY 1

"Les diamants sont éternels"
"Le baron rouge"

SAGUENAY 2

"Artistes et modèles"
"Les tentes rouges"

DOLBEAU

THEATRE METEORE
Dernière représentation:

"L'hôtesse de Copenhague"
"La mafia du plaisir"

ST-FELICEN

CINEMA VIVA

Jusqu'au 26 mai
inclusivement:

"Pauvre fou"
"Qu'est-il arrivé à tante Alice"

JONQUIERE

THEATRE BELLEVUE
Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Quelqu'un derrière la porte"
"Le sexe sauvage"

CINEMA CENTRE

Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Confidences érotiques d'un lit trop accueillant"
"Mets ton diable dans mon enfer"

KENOGAMI

CINEMA ELYSEE

Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"La conquête"
"La mandarine"

MISTASSINI

CINEMA ORPHEON

Jusqu'au 23 mai
inclusivement:

"Etat de siège"
"Le gang des otages"

NORMANDIN

CINEMA LE FOYER

Jusqu'au 26 mai
inclusivement:

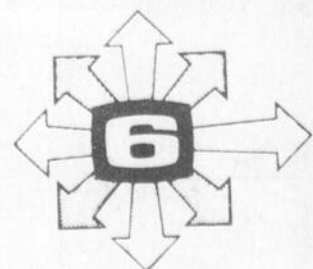
"Waterloo"
"Le petit poucet"

MERcredi 7 HEURES 30 P.M.

LE RANCH À WILLIE



avec **WILLIE LAMOTHE**
BOBBY HACHEY et
ses musiciens



Un ranch plein d'entrain où la guitare de l'animateur, le choix des invités, les refrains, les bonnes blagues et l'humour, vous rappelleront que le western est au goût du jour.

CJPM TV
pour tous

FILMS A LA TELEVISION

Les cotes vont de (1), chef-d'oeuvre, à (7), minable. (a) signifie pour adolescents et (e), pour enfants.

CRKS-TV

CRAMPONNE-TOI JERRY (5)

Mercredi, minuit. E.-U. 1968. Comédie de G. Marshall avec Jerry Lewis, Peter Lawford et Anne Francis. Se croyant atteint d'une maladie incurable, un homme se lance dans de folles dépenses. Quelques bons moments. Ensemble inégal. Scénario laborieux. Jerry Lewis égal à lui-même. Eléments délicats dans un contexte de farce. (a)

PATROUILLE DE CHOC (4)

Jeudi, 14h.30. Fr. 1957. Drame de guerre de C. Bernard-Aubert avec Jean Pontoizeau, Maurice Villet et Alain Bouvette. Une unité française est chargée de dégager un poste durant la guerre d'Indochine. Vérité et dépouillement. Intensité dramatique. Interprétation solide. Esprit d'humanité.

L'HOMME DE LA LOI (4)

Jeudi, 19h.30. E.-U. 1970. Western de M. Winner avec Burt Lancaster, Robert Ryan et Lee J. Cobb. Un shérif part, au Nouveau-Mexique, à la recherche des responsables de la mort d'un homme de son village. Sujet intéressant. Thème du western repris avec habileté. Interprètes de métier. Eléments de réflexion. Violences meurtrières.

CJPM-TV

LES BRAS DE LA NUIT (5)

Mercredi, 20h.00. Fr. 1961. Drame policier de J. Guymont avec Roger Hanin, Pierre Destailles et Danielle Darrieux. Un policier s'empare d'une femme soupçonnée d'avoir tué son époux. Mise en scène artificielle et froide. Rythme lent. Interprétation acceptable. Crime passionnel. Inconduite d'un policier.

OEIL POUR OEIL (4)

Mercredi, 23h.00. Fr. 1957. Drame de A. Cayatte avec Curd Jurgens, Folco Lulli et Lea Padovani. Un

homme poursuit d'une haine implacable un médecin qu'il tient responsable de la mort de son épouse. Réalisation de qualité. Photographie soignée. Psychologie simplifiée. Interprétation valable. Vengeance cruelle. Ensemble pessimiste.

L'ENIGME DU SERPENT NOIR (6)

Jeudi, 09h.00. All. 1963. Drame policier de A. Vohrer avec Heinz Drache, Barbara Rutting et Klaus Kinski. Un maître-chanteur se sert du venin d'un serpent pour terrifier ses victimes. Histoire embrouillée. Réalisation routinière. Interprétation terne. Une certaine complaisance dans les scènes impressionnantes.

un
choix
éblouissant
AU
MEILLEUR PRIX
DANS LA
REGION

boiteau luminaire

Place du Royaume, Chicoutimi.

Boulangerie-Pâtisserie
provi-d'or

Provi-d'or est synonyme de fraîcheur et de qualité! Les pâtisseries Provi-d'or sont fabriquées chaque jour dans notre propre Boulangerie selon des recettes-maison, et elles sont garanties à 100% ou votre argent vous est remis sans condition!

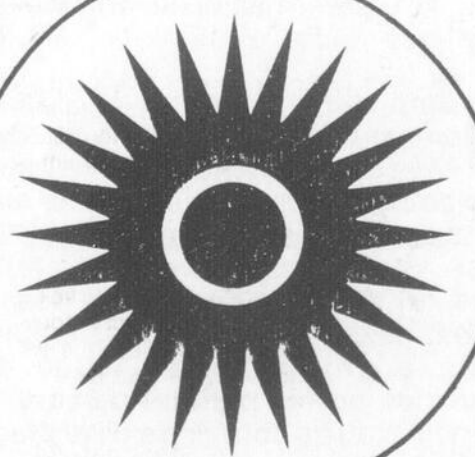
simplement délicieuses! Que vous les serviez en collation, comme dessert ou lors d'un goûter en fin de soirée, elles seront toujours les "Bienvenues".

Essayez-les dès aujourd'hui... réchauffées ou telles quelles... elles sont tout

Arrêtez-vous au comptoir des Pâtisseries Provigain, boul. Talbot à Chicoutimi, et faites une ample provision de Pâtisseries et de bons Pains Chauds Provi-d'or...!

BEIGNES
MAISON-"PROVID'OR"

2/98¢
DZ



PAIN DE SOLE
"PROVID'OR" CHACUN

38¢

PAIN AUX OEUFS
"PROVID'OR" CHACUN

59¢



provigain
BOUL. TALBOT, CHICOUTIMI

CINÉMA

L'envers du décor

ROBIN DES BOIS

Une réunion internationale des productions Walt Disney vient de se tenir à Paris pour préparer la sortie le 30 octobre prochain d'un dessin animé de long métrage, dont on espère qu'il battra tous les records. Il s'agit en effet de "Robin des Bois" qui connaît actuellement un vrai triomphe à New York et à Londres.

Un autre grand dessin animé est prévu pour les fêtes de Noël 1975. Il s'agit de "Alice au pays des merveilles".

Actuellement les studios Walt Disney ont en chantier un super film d'aventures "L'île du toit du monde", avec personnages réels celui-là et de nombreux truquages.

RESERVE AUX FEMMES

Le premier festival cinématographique réservé aux femmes va se dérouler à Paris. Quarante réalisatrices (on ne savait pas qu'il en existait autant) se sont déjà inscrites. Parmi elles, Nelly Kaplan, Nicky de Saint-Phalle, Michèle Rosier, Germaine Dulac, Agnès Varda. Les films présentés pourront être de tous formats y compris le super 8 et les projections auront lieu au Musée d'Art Moderne. Les hommes y seront admis.

CADEAU D'AFFAIRES

Après avoir tourné sous la direction de Claude Sautet "Vincent, François, Paul et les autres", Yves Montand sera le héros d'une histoire que Francis Veber écrit à son intention. "Le téléphone rose" que mettra sans doute en scène Edouard Molinaro. Yves Montand jouera le rôle du patron d'une petite usine de province que les Américains veulent acheter. A l'occasion des pourparlers, ce patron vient à Paris, et comme c'est parfois l'usage, ses interlocuteurs lui "font cadeau" pour l'amadouer d'une call-girl. Montand qui ignore le procédé, croit réellement séduire la fille et même en tombe amoureux. C'est vraisemblablement Mireille Darc qui jouera le rôle de la call-girl. Francis Veber a déclaré que "Le téléphone rose" serait "une comédie gaie sur fond de gravité".

RETOUR A L'INDOCHINE

Raoul Coutard avait valu au cinéma français un des seuls prix rapportés d'un Festival de Cannes avec sa première réalisation "Hoa-Binh", histoire de deux enfants dans la guerre d'Indochine. Coutard va revenir en Indochine, pays qu'il connaît bien, puisqu'il y fut reporter d'actualités. Après avoir dirigé la photographie du prochain film de Jean Aurel "Comme un pot de fraises" écrit par Gérard Sire, il compte en effet faire la mise en scène de "Les bambous sont coupés". L'action se situe en Indochine en 1945. Les Anglais ont autorisé au Sud, les Chinois au Nord, et un commando français, aidé par des prisonniers japonais défend une plantation assiégée par des rebelles.

UN TUEUR AMOUREUX

Guy Gilles, le pudique réalisateur de "Clair de terre" et de "Absences répétées" va changer un peu de style avec "Le jardin qui bascule". L'histoire est celle d'un tueur qui a reçu mission de liquider une aventurière. Mais il s'en éprend et renonce à son projet. C'est elle, finalement, qui, lasse de la vie veut se suicider.

Guy Gilles veut faire dans ce film le portrait psychologique de certains jeunes d'aujourd'hui pour qui la violence est habituelle. Ses interprètes seront Sami Frey, Caroline Cartier, Patrick Jouanné et Delphine Seyrig.

COULISSES DU CINÉMA

Dimitri Kollatos a tourné en Grèce une partie de son film "La dernière scène d'amour" dont le tournage se poursuit à Paris. Le scénario évoque les difficultés d'un auteur-réalisateur qui veut faire un film de portée sociale. Dans l'impossibilité où il se trouve d'obtenir les fonds nécessaires à son entreprise, il se livre à un chantage dont une ex-comédienne de la troupe, mariée à un riche amateur est victime. Malgré cela, il ne parvient pas à réaliser son film.

Kollatos veut révéler au public la face cachée du monde cinématographique. Il joue son propre rôle et il a pour partenaire Ariette Bauman, Daniel Faugeron et Hélène Boitel.

EN BREF...

- C'est très vraisemblablement Oscar Werner qui jouera le rôle de Chopin dans le film que Jean-Claude Brialy compte réaliser d'après un scénario de Jean Anouilh. Jeanne Moreau serait George Sand.

- Philippe Leotard et Zouzou seront les vedettes du premier film réalisé par Marc Porel "La belle et le boxeur". Marc Porel qui vient de tourner coup sur coup trois films en Italie, est aussi un boxeur de talent qui a déjà disputé avec succès plusieurs combats amateurs.



Marie-José Nat et son fils dans "Les violons du bal"

Il se contient, mais il n'est pas très content. Il rentre d'une séance de photos au cours de laquelle, on a voulu le déguiser d'un chapeau claque.

"Quel rapport avec le film? J'aurais l'air de quoi en huit reflets, avec Marie-José en robe à fleurs et David en costume marin comme dans le film! Le type qui a eu cette idée n'a pas vu le film et il a dû penser à je ne sais quel en attendant le titre "Les violons du bal". Il a dû imaginer des flonflons..."

Il rit à cette idée, se sert une vodka et s'installe dans un fauteuil confortable. Michel Drach, puisque c'est de lui qu'il s'agit, vit avec sa femme et ses deux fils David et Julien, dans ce dernier étage mansardé de la rue Royale. Un appartement passionnant. Des plantes vertes qui ont tout à fait l'air d'arbres tant elle sont hautes et volumineuses. De grandes fenêtres mansardées qui laissent passer une merveilleuse lumière.

"C'est la lumière qui rend nos plantes aussi belles", Marie-José entre et s'assoit près de nous. J'ai rarement eu cette impression de vrai couple en rencontrant deux personnes mariées depuis déjà longtemps. Ils sont tranquilles, heureux, et visiblement bien ensemble. Revenons au film:

REFUS DE FAIRE UN FILM A LA MODE

Dans "Les violons du bal", Michel Drach commence par régler ses comptes avec ce qu'il est convenu d'appeler "le métier": "Je n'ai pas pu m'en empêcher. Tout ce que je raconte m'est vraiment arrivé. Vous ne vous imaginez pas combien de producteurs j'ai rencontré. Si je prenais l'annuaire du cinéma devant vous et que je vous énumérais les refus, vous seriez stupéfaites. Si vous saviez combien de fois, j'ai entendu des choses comme "ça ne marchera pas", ou "ça n'intéresse personne

vous histoire d'enfant juif pendant la guerre". On m'a dit que faire d'un enfant un héros, ça n'était pas une bonne idée, que faire un film sur la période 1939, était une hérésie, parce que 1939, c'est terminé, qu'il fallait mettre du sexe dans mon histoire, et des morts... sans cela mon film n'était pas commercial.

Que voulez-vous répondre quand on vous dit qu'il faut mettre des morts parce qu'un juif mort ça peut intéresser, tandis qu'un juif vivant, impossible..."

Michel Drach semble être le spécialiste des films en lesquels personne ne croit... sauf le public. Déjà avec "Elise ou la vraie vie", les pires difficultés lui avaient été faites pour réaliser, produire puis distribuer son film. Bilan: un million de spectateurs:

"J'avais espéré que tous ces spectateurs me permettraient de faire un autre film plus facilement, et surtout sans avoir à tout faire moi-même, car c'est terrible pour un réalisateur de devoir après le tournage se mettre à faire les fiches de paye et traiter avec les caisses diverses. Ce n'est plus faire du cinéma. Malheureusement, il a fallu encore une fois s'y mettre. Et je ne me sentais vraiment pas de force à réaliser et

produire un film de cette importance.

UNE DOUBLE HISTOIRE EN PARALLELE

L'histoire? Celle d'un petit garçon (Michel Drach) pendant la guerre, mais aussi les déboires d'un metteur en scène qui veut depuis vingt ans faire un film autobiographique parallèlement à sa vie actuelle. Le rôle du metteur en scène est joué par Jean-Louis Trintignant, le meilleur ami de Michel Drach. Tous les éléments de sa vie d'enfant, vie rêvée, souvenirs irréalistes, viennent se confondre avec le présent.

"On ne guérit pas de son enfance. Peut-être encore moins que les autres quand on a eu huit ans en 1939, et qu'on est juif. Le racisme quel qu'il soit vous révoltera toujours."

"C'est un sujet qu'il a écrit il y a 18 ans. Quand nous nous sommes rencontrés, il a commencé à m'en parler, dit Marie-José. Il était temps qu'il tourne ce film, sans cela c'est le rôle de la grand-mère que j'aurais pu jouer."

Mariés depuis 14 ans, ils parviennent encore à se surprendre:

"Elle a des réactions que je ne prévois pas. Elle est

très étonnante quand elle se trouve sur un plateau. Ce n'est pas plus difficile de diriger sa femme que de diriger une actrice anonyme... mais ce n'est pas plus facile.

Pour moi, c'est un peu différent, ajoute Marie-José. Avec un réalisateur qui n'est pas mon mari, je peux discuter. Je peux expliquer pourquoi j'ai l'impression qu'il faudrait modifier cette phrase ou ce geste. Il y a de choses que je ne sens pas. Tandis qu'avec Michel, je ne discute pas, car tout est tellement réfléchi depuis des années. Et puis, il a toujours l'impression que je dois comprendre puisque nous nous connaissons bien tous les deux."

Marie-José est une instinctive, reprend Michel Drach. David, chose curieuse, a le même "métier" que sa mère. C'est étonnant par ce que nous ne parlons pas cinéma à la maison. Nous vivons normalement. Et David, qui de

David, premier de sa classe, n'est pas décidé du tout à poursuivre une carrière de comédien.

"Il a réalisé que c'était du travail et pas un jeu. A la fin il en avait assez. Il préfère pour le moment, être chirurgien. C'est un enfant très ouvert et très vif. A l'école, il a quelques problèmes parce qu'il est très bavard. A une remarque de son professeur, il a répondu que c'était bien qu'il soit bavard parce que s'il avait été renfermé il ne serait sûrement pas aussi capable en classe. Le tournage pour lui, petit garçon, n'a pas été une chose facile, car, lorsque nous tournions aux environs de Paris, cela lui faisait de longues journées."

Marie-José se lève pour aller surveiller les devoirs de David:

RETROUVER LE VRAI REGARD DE L'ENFANCE

Elle est folle de ses enfants... Moi aussi d'ailleurs. Mais David, c'est quelqu'un. La séquence où je l'interviewe au début du film, durait initialement bien plus longtemps. Il y était formidablement à l'aise. Marie-José est étonnante aussi dans son double rôle. Lorsqu'elle joue sa mère, quelle émotion se dégage des rapports affectifs qu'elle a avec son fils. Ma mère était blonde et légère alors que ma femme est brune et grave. Peu importe. Ce qui m'intéresse plus qu'une tranche de vie, c'est la recherche du temps perdu. J'ai mêlé le noir et blanc (le temps présent) à la couleur (mes souvenirs), et j'ai changé les proportions. Ainsi quand adulte je visite l'appartement de mon enfance, je m'y revois petit dans un appartement gigantesque et éblouissant. L'enfance, c'est la distance entre ce qu'on a vécu et ce qu'on cru vivre.

MICHELE DOKAN

Plan d'amaigrissement
Recette à domicile

Il est facile de perdre rapidement, chez soi, des livres de graisse disgracieuse! Utilisez ce menu diététique maison. C'est très facile et c'est peu coûteux. Allez simplement chez votre pharmacien et demandez Plan d'amaigrissement Naran. Versez ceci dans une bouteille d'une chopine et ajoutez assez de jus de pamplemousse pour la remplir. Prenez-en deux cuillères à soupe par jour, selon le besoin, et suivez le Plan d'amaigrissement Naran.

Si votre premier achat ne vous montre pas un moyen simple et facile de perdre la graisse super-

flue et ne vous aide pas à retrouver la sveltesse de votre ligne, si les livres et les poudres réduisibles de graisse superflue ne disparaissent pas du cou, du menton, des bras, de la poitrine, de l'abdomen, des hanches, des mollets, et des chevilles, retournez simplement le carton vide pour vous faire rembourser. Suivez cette méthode facile recommandée par les nombreuses personnes qui ont essayé ce plan et retrouvez votre ligne. Notez comme le gonflement disparaît vite—combien vous sentirez mieux. Plus alerte, plus active et d'apparence plus jeune.

BRONSON...

14 ANS

QUELQU'UN DERRIERE LA PORTE

ANTHONY PERKINS JILL IRELAND

2e FILM AU CINEMA BELLEVUE LA LIGNE DE FEU

JOURNÉE NOIRE pour le BÉLIER

CINEMA 1

CINEMA 2

CINEMA 3

CINEMA 4

CINEMA 5

CINEMA 6

CINEMA 7

CINEMA 8

CINEMA 9

CINEMA 10

MONTREAL BLUES

14 ANS

LE DINGUE

CINEMA CARTIER

CINEMA 1

CINEMA 2

CINEMA 3

CINEMA 4

CINEMA 5

CINEMA 6

CINEMA 7

CINEMA 8

CINEMA 9

CINEMA 10

CINEMA 11

CINEMA 12

2 ÉCRANS - A LA JONCTION DE LA ROUTE 16A ET DU BOUL. ST-PAUL TEL.: 549-4337

PLUS SPECTACULAIRE QUE JAMAIS-TOUJOURS

Sean Connery

C'EST James Bond

"LES DIAMANTS SONT ÉTERNELS"

UN FILM À L'ACTION SPECTACULAIRE

"LE BARON ROUGE"

EN COULEUR

OUVERT TOUTS LES SOIRS À 6.30 - LA PROJECTION DÉBUTE VERS 8.00 - LES MOINS DE 14 ANS: GRATUIT

LE FILM LE PLUS ÉBLOUISSANT ET LE PLUS DROLE!

MARTIN LEWIS

ARTISTES ET MODÈLES

AVEC SHIRLEY MACLAINE ANITA ENBERG

D'UNE RICHELLES INCROYABLE!

ÉGALEMENT À L'AFFICHAGE

TENTE ROUGE

AVEC CLAUDIA CARDINALE ET JEAN CONNERY

CINÉMAS PLACE DU ROYAUME

BOULEVARD TALBOT - CHICOUTIMI TEL. 545-4260

"Les Amazones" filles pour l'amour et pour la guerre

18 ANS

2ème film MILAN CALIBRE 9

CINEMA 1

Milan Calibre 9: sur semaine: 7.55; Samedi et dimanche seulement: 1.05, 4.30, 7.55

Les Amazones: sur semaine: 6.10, 9.35; Samedi et dimanche seulement: 2.45, 6.10, 9.35

CINEMA 2

John Wayne Richard Boone

"Le grand Jacob"

POUR TOUS

2ème film Juste avant la nuit

CINEMA 3

Cherry, Harry, Raquel: sur semaine: 6.15, 8.45; Samedi et dimanche seulement: 1.10, 3.40, 6.15, 8.45

Vixen la Renarde: sur semaine: 7.25, 9.55; Samedi et dimanche seulement: 2.20, 4.50, 7.25, 9.55

CINEMA 4

"VIXEN LA RENARDE" et "CHERRY-HARRY-RAQUEL"

CINEMA 5

Cherry, Harry, Raquel: sur semaine: 6.15, 8.45; Samedi et dimanche seulement: 1.10, 3.40, 6.15, 8.45

Vixen la Renarde: sur semaine: 7.25, 9.55; Samedi et dimanche seulement: 2.20, 4.50, 7.25, 9.55

CINEMA 6

Janine Reynaud Michel Le Royer

18 ANS

les confidences ÉROTiques d'un lit trop accueillant

CINEMA 7

Mets ton Diable dans mon ENFER

CINEMA 8

Le Cirque des Vampires

Comtesse Dracula

CINEMA 9

SAQUENAY

420 RUE ELGIN TEL. 544-4411



LES NOUVEAUX ANNEAUX DE MARIAGE — Joan Frank, du Centre d'information sur les bijoux, à Londres, déclare que les alliances qu'on crée aujourd'hui s'éloignent des alliances traditionnelles. Bien que l'or demeure toujours populaire, l'anneau d'autrefois a fait place à de nouveaux styles. Des anneaux en zig-zag ont un fini mat; d'autres sont formés d'une masse de minces fils d'or entremêlés; sur un autre anneau, des parties en or mat poli à la main créent un effet de ruche. Les ors gravés sont également populaires.

Les piles

OTTAWA (PC) — Avez-vous déjà acheté un jouet à pile pour un enfant, ou un radio portatif ou une lampe de poche, et ensuite essayé de choisir les meilleures piles, parmi les quelques douzaines qui sont sur le marché?

L'Association des consommateurs du Canada dit que toutes les piles sont essentiellement formées des mêmes parties composantes: un électrode négatif et un positif, et un électrolyte qui sert de conduit chimique pour les décharges électriques d'un électrode à l'autre. Mais là s'arrête la similitude.

Les piles sont fabriquées en tailles et formes diverses, et sont destinées à de nombreux usages. Les éléments au carbone et au zinc sont les meilleurs marchés et les plus largement utilisés, parce qu'ils se prêtent au plus grand nombre d'applications.

Quand vous achetez une pile, assurez-vous que celle-ci correspondra à la tension et aux exigences de courant de l'équipement qu'elle électrifiera. Peut-elle être gardée sans détérioration? Combien de temps durera-t-elle et quels sont les prix comparatifs, basés sur la durée de la pile?

Il est relativement simple de déterminer la tension d'une pile en lisant l'étiquette. Les instructions qui accompagnent chaque appareil vous disent habituellement la taille et le nombre d'éléments requis pour le faire fonctionner. Mais la détérioration, le coulage, la durée et le coût sont des facteurs qui peuvent embêter n'importe quel consommateur, dit l'Association des consommateurs canadiens, dans une publication mensuelle à l'intention de ces derniers.

LE COULAGE

La durée d'une pile dépend en grande partie de trois facteurs: le courant qu'elle doit produire, le temps pendant lequel elle est utilisée et le temps pendant lequel elle est laissée au repos avant d'être utilisée de nouveau.

Le produit chimique peut couler si la pile est gardée dans un endroit inadéquat, ou si elle n'est pas bien scellée. Il faut vérifier souvent si les piles ne coulent pas, et enlever les éléments défectueux avant qu'ils corrodent les connexions.

La chaleur excessive peut vieillir prématurément les piles, durant le temps écoulé entre leur fabrication et l'utilisation. Si vous devez garder des piles à la maison, placez-les dans un endroit frais et sec.

Les piles à transistor peuvent être achetées séparément, fixées dans des cartes de carton ou enfermées dans des emballages à "bulles". Ces derniers sont les plus sûrs, car ils éliminent la possibilité de décharge électrique accidentelle.

La femme est habile sur le pinceau

OTTAWA (PC) — Pour les gens expérimentés, le fait de peindre des murs peut se révéler une expérience désagréable.

Mais pourvu qu'on s'en tienne à certaines règles essentielles, ce travail peut se faire sans difficulté, déclare le ministère fédéral des Affaires des consommateurs.

Dans une revue publiée à l'intention du consommateur et intitulée Contact, le ministère déclare que la meilleure chose à faire, c'est de demander conseil au vendeur de peinture.

"Les manufacturiers de peinture savent ce que leurs produits peuvent et ne peuvent pas faire, et ils se donnent du mal pour informer l'acheteur sur les qualités de leurs produits."

Avant d'acheter la peinture, sachez quelle quantité est nécessaire, dit le ministère. Pour calculer le nombre de pieds carrés sur un mur, multipliez la largeur du mur, en pieds, par sa hauteur. Pour les plafonds, multipliez la largeur par la longueur.

"La plupart des contenants de peinture indiquent

combien de pieds carrés le contenu peut couvrir. Il n'y a rien de plus ennuyeux que de manquer de peinture pour finir un mur, et de découvrir que le magasin de peinture est fermé pour la fin de semaine."

Avant de commencer à peindre, remplissez toutes les fissures du mur avec un produit spécial. Les fentes

plus larges auront peut-être besoin de replâtrage.

Laissez le produit de remplissage sécher, et passez la surface au papier sablé pour l'adoucir, avant d'appliquer une couche d'apprêt. Enlevez toute poussière des murs. Les murs de cuisine, où s'accumulent les graisses, devraient être lavés entièrement.

Les appliques électriques et les poignées de portes devraient être enlevées. Les prises de courant et les commutateurs devraient être recouverts de ruban gommé, de même que les endroits où on a l'intention de mettre des couleurs contrastantes.

mande également de couvrir les meubles et les planchers de journaux ou de pièces d'étoffe, pour les protéger contre les éclaboussures de peinture.

"Mélangez bien les couleurs de peinture avant et pendant le travail, si vous ne voulez pas vous retrouver avec un mur de couleur différente."

Le ministère recom-

DOUBLEZ VOTRE PLAISIR AVEC Contessa



Sears

NOUVEAUTE ESTIVALE
A LA PORTEE DE TOUS

24⁹⁹
ens.

RAYON 17

Simpsons-Sears Ltd.



Avis: Le ministère de la Santé nationale et du Bien-Etre social considère que le danger pour la santé croît avec l'usage.