



# le supplément

DU ST-LAURENT-ECHO Distribué gratuitement

À l'intérieur  
Encart  
publicitaire  
**PROVIGO**

## "Délices d'Orient" offre un service de démonstrations de recettes orientales

"Délices d'Orient" est une jeune compagnie mise sur pied par une femme dynamique et entreprenante; Madeleine HEROUX qui a fait son nom dans les domaines de la promotion, publicité et mise en marché de produits alimentaires. Mme Héroux est originaire de Trois-Pistoles.

### Offre de Service:

Cette compagnie offre des "soirées-démonstrations" à des groupes et associations sans but lucratif. Il suffit de faire une demande écrite et de réunir au jour dit un minimum de 150 personnes. Des droits d'entrée peuvent être perçus.



Mme Johanne Flaman, technicienne en diététique qui réalise les démonstrations.

Le programme de la soirée comprend la démonstration de quelques recettes par l'équipe Délice d'Orient M.H. Inc. suivie de commentaires par une spécialiste soit diététiste ou conseillère en alimentation. En avril dernier, l'AFEAS de Rivière-du-Loup avait reçu l'équipe de Délices d'Orient.

Le public est invité à participer en posant des questions et une personne est choisie par hasard pour exécuter une recette, avec nos spécialistes en Cuisine Orientale. Au

cours de la soirée, le livret de recettes "Délices d'Orient" est offert au coût modique de \$2.00. On le trouve aussi en vente dans les principales chaînes d'alimentation.

La popularité de la cuisine chinoise et orientale va sans cesse croissant. Autrefois, personne n'aurait osé préparer à la maison des "rouleaux printaniers" ou des "boulettes de poisson aux pois mange-tout". Aujourd'hui, grâce aux "soirées-démonstrations" de "Délices d'Orient", c'est devenu pratique courante. Les Québécois ont également découvert l'utilisation du WOK et l'emploient maintenant... à toutes les sauces.

### Support publicitaire:

Une telle promotion eût été impensable sans un bon support publicitaire. C'est là qu'intervient le sens des affaires de Madeleine HEROUX. En effet, à force d'audace, elle a réussi à persuader une dizaine de commanditaires prestigieux à se joindre à l'équipe "Délices d'Orient". Il a fallu pas moins d'un an avant de mettre le tout sur pied mais, à peine lancé, le projet connaît déjà un immense succès et les demandes affluent nombreuses au secrétariat de la société.

Le succès tient sans doute à la simplicité même de la formule. Nos Spécialistes ont su trouver les recettes simples qui intéressent la Communauté pour leurs bonnes Oeuvres.

Pour sa part, Madeleine HEROUX s'occupe de ses commanditaires qui saisissent déjà tout l'intérêt d'une promotion aussi origi-

nale. Cette jeune entreprise compte sur l'appui des médias pour se faire connaître et offrir ses ser-

VICES aux groupes et associations sans but lucratif.

Les demandes doi-

vent être faites par écrit le 1249-Succursale du Lac, Pointe-Claire à DELICE D'ORIENT Pointe-Claire, P.Q. P.Q. H9S 4H4 téléphone M.H. INC., Case Postale- H9S 5K7 et-ou 48-Bord ne (514) 695-2744.

Entre le romantisme, l'innocence et le sensuel... il existe encore des choses qu'on ne peut imaginer!

**MERYL STREEP**  
Gagnante de l'Oscar  
Meilleure actrice de l'année

14 ANS

**LE CHOIX DE SOPHIE**  
v.f. SOPHIE'S CHOICE

Spectacle de 2h30  
Représentation à 7h30

26 août  
au  
1er sept.

Théâtre PRINCESSE  
Rivière du Loup  
Affiliation: Ciné Agence  
862 3291 SALLE 2

Un film plein de talent et d'imagination-Time magazine

LA GUERRE DES ETOILES  
LE RETOUR DU JEDI

POUR TOUS

STAR WARS  
RETURN OF THE JEDI

VERSION FRANÇAISE

MARK HAMILL • HARRISON FORD • CARRIE FISHER  
BILLY DEE WILLIAMS • ANTHONY DANIELS  
RICHARD MARQUAND HOWARD KAZANJIAN GEORGE LUCAS  
LAWRENCE KASDAN GEORGE LUCAS GEORGE LUCAS JOHN WILLIAMS

Du 26 août au 1er septembre

Représentation à 7h30  
tous les soirs  
plus sujet court

Adultes: \$4.00  
Enfants: (13 ans et moins): \$2.00  
carte obligatoire.

Théâtre PRINCESSE  
Rivière du Loup  
Affiliation - Ciné Agence  
862-3291 Salle 1



# LE TRIO TROPICAL

Trois délices tropicaux pour l'été.

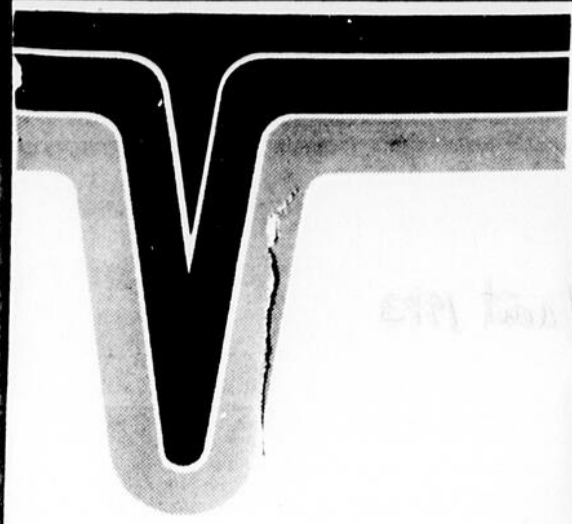
LAIT FRAPPÉ  
À LA BANANE

SUNDAE  
AU KIWI

CHAUSSON AUX  
ANANAS



234 Hôtel de Ville,  
Rivière-du-Loup (418) 867-1515



# PROMOTION RCA

DU 14 AU 27 AOUT 1983

**GRATUIT**  
A L'ACHAT D'UN MODELE  
FJR 423  
OBTENEZ LA BASE DE TV  
MODELE 2235  
GRATUITE

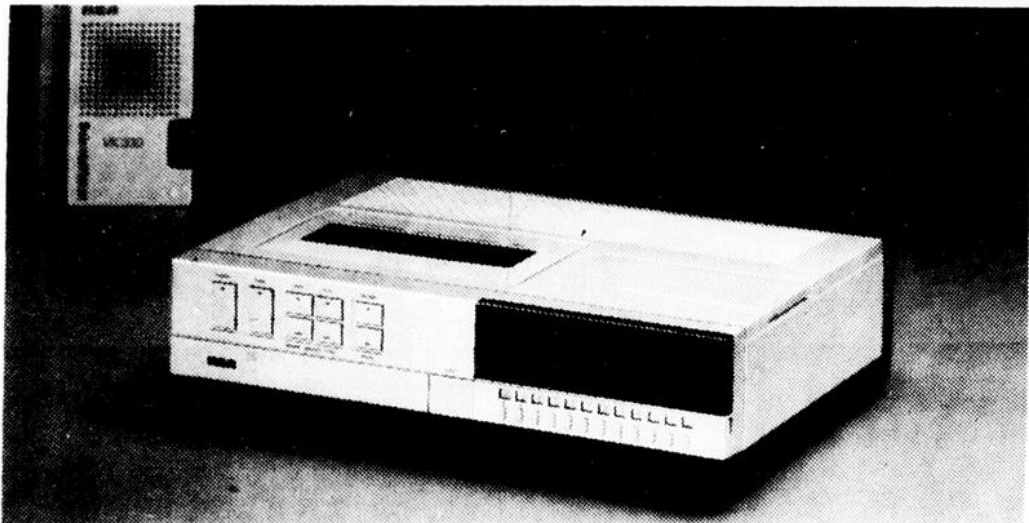


Téléviseur couleur  
Image de 48 cm en diagonale  
(tube-image de 20 po)

**SPECIAL 495\$**

Modele FJR423

- Tube-image Super AccuFilter à phosphores teintes
- Repérage automatique du contraste et de la couleur
- Autoreglage de la couleur et correction automatique des teintes du visage
- Châssis LONGUE VIE monoplaque
- Syntonisateurs VHF et UHF transistorisés
- Accord précis automatique qui fixe et retient le signal exact



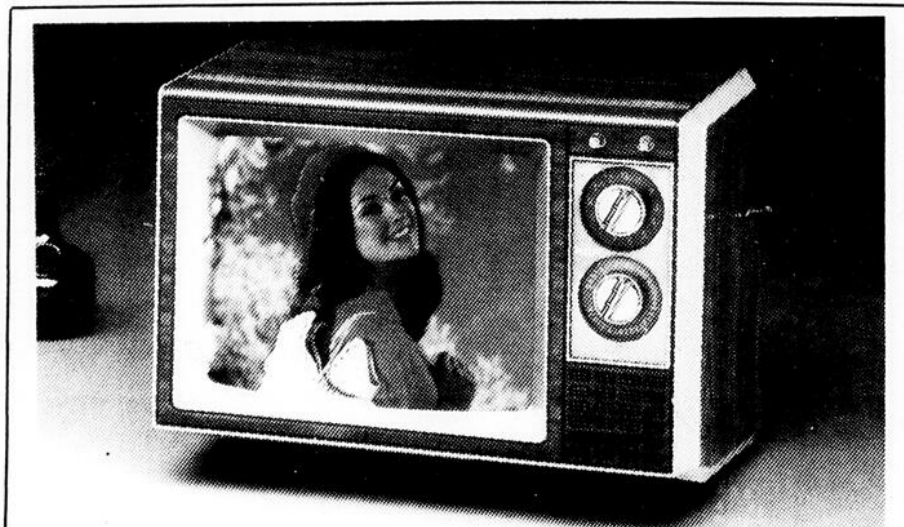
**SelectaVision**  
Magnétoscope à cassette de 8 heures

Modele VJT250

- 8 heures d'enregistrement sur une seule cassette (VK330)
- Exploration visuelle et arrêt sur image
- Minuterie départ-arrêt électronique de 10 jours
- Touches de syntonisation électronique à effleurement
- Touches de fonctions à effleurement
- Rebobinage automatique du ruban
- Compteur électronique à mémoire

**SPECIAL**

**695\$**



Téléviseur couleur

Image de 33 cm en diagonale  
(tube-image de 14 po)

**SPECIAL**

**366.95\$**

Modele EJR330

- Tube-image Super AccuFilter à phosphores teintes
- Repérage automatique du contraste et de la couleur
- Autoreglage de la couleur et correction automatique des teintes du visage
- Châssis LONGUE VIE monoplaque
- Syntonisateurs VHF et UHF transistorisés
- Accord précis automatique qui fixe et retient le signal exact

**\* DU 14 AU 27 AOUT 1983 VOTRE ACHAT DE TELEVISION  
OU MAGNETOSCOPE RCA CHEZ MEUBLES FITZBACK  
SERA PAYABLE LE 30 SEPTEMBRE 1983 \***

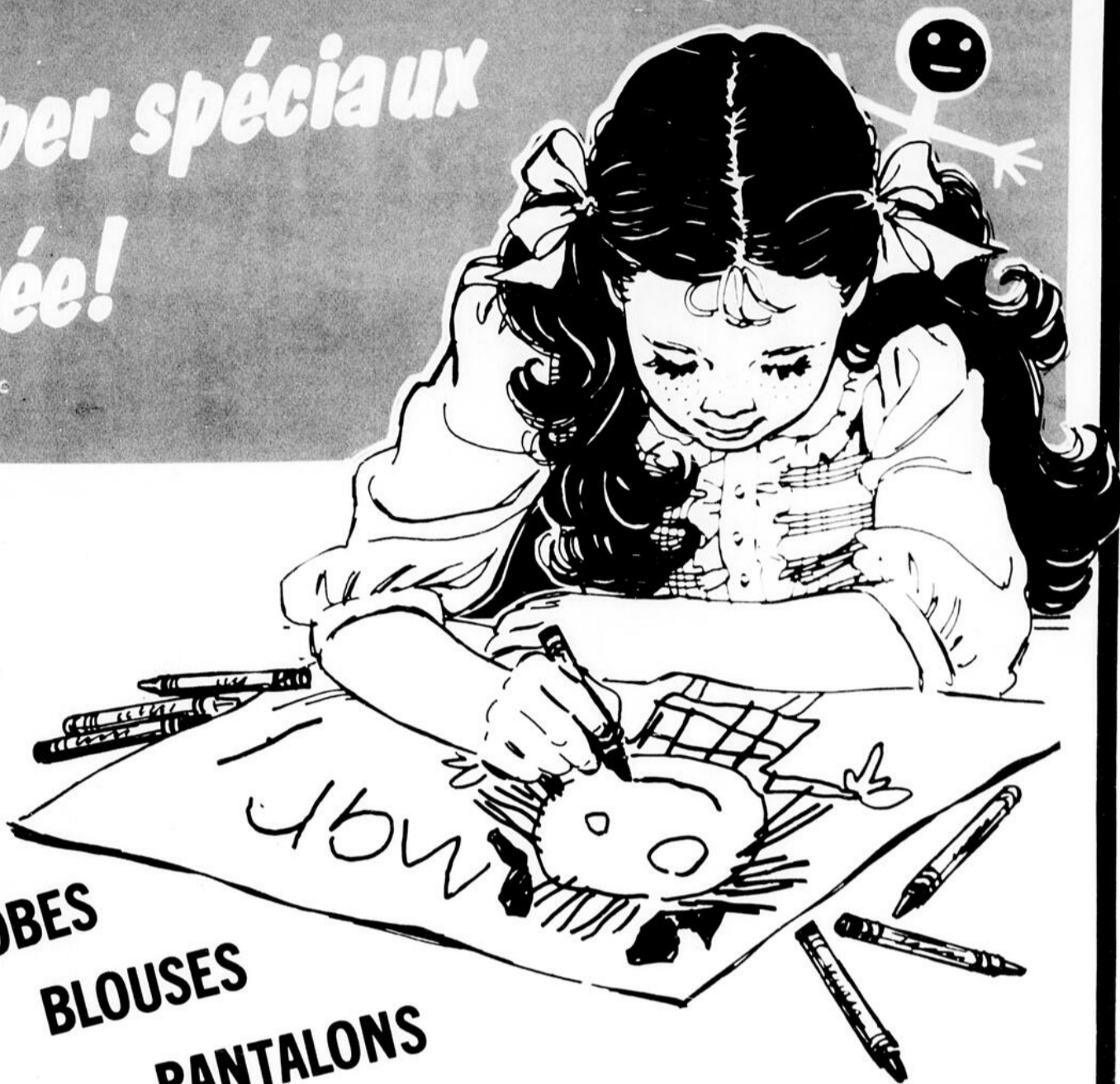
\* Voir conditions en magasin

**CHEZ Meubles Fitzback**

646 Lafontaine  
Rivière-du-Loup



*Voyez nos super spéciaux  
pour la rentrée!*



**CHEMISES  
GILETS  
PANTALONS**

**JEANS  
A 20.00\$  
ET PLUS**

**ROBES  
BLOUSES  
PANTALONS**

**NOUS AVONS LES SARREAUX  
POUR LA MATERNELLE ET LE LABO**



**NOUS AVONS TOUS  
LES VETEMENTS  
POUR LA RENTREE  
DE LA  
MATERNELLE  
A L'UNIVERSITE**

**GRATIS**

**UNE MAGNIFIQUE SERVIETTE  
EN CUIR VALEUR  
25.00\$  
AVEC L'ACHAT**



**100.00\$  
ET PLUS**

**UN MAGASIN DE CHEZ-NOUS POUR DES GENS DE CHEZ-NOUS**

**Ernest & Paul Itée**



**82 LAFONTAINE RIVIERE-DU-LOUP 862-6997**

**DENYSE COTE**

298 Lafontaine-862-7042

Rivière-du-Loup



**250 pharmacies pas comme les autres**

<p><b>Spécial</b></p> <p><b>49c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Petit Larousse 1983</b></p> <p>Dictionnaire français illustré</p> <p><b>24<sup>96</sup></b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Hilroy</b></p> <p>Feuilles mobiles paquet de 200</p> <p><b>96c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Scotch Tape</b></p> <p>Ruban magique 12 mm x 15 m</p> <p><b>2/96c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Prismacolor</b></p> <p>80 crayons à colorier</p> <p><b>14<sup>96</sup></b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>289</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>119</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Hilroy</b></p> <p>Cartable de 1<sup>er</sup></p> <p><b>96c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>5</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>329</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>59c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>329 289</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>189 159</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>ANNONCE A LA TV</b></p> <p><b>Hilroy</b></p> <p>Dup-Tung, paquet de 5</p> <p><b>96c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>329</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>59c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>329</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>329</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>449</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>99c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>59c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>199</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>199</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>199</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>949</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>399</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>749</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>1499</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>299</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>10/129</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>96c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>76c</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>449 299</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>249 199 139</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>199</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>349</b></p> <p>UNIPRIX</p>
<p><b>Spécial</b></p> <p><b>179</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>359</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>359</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>399</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>299</b></p> <p>UNIPRIX</p>	<p><b>Spécial</b></p> <p><b>399</b></p> <p>UNIPRIX</p>

**SOYEZ SÛRE** dès le premier jour du retard. **TEST DE GROSSESSE** ultra-sensible  $\beta$ -NEOCEPT.

# sons et lumières

## Jam musical à Saint-Pascal

Un grand JAM MUSICAL aura lieu le 4 septembre 1983 au Pavillon de l'Agriculture de St-Pascal. Des orchestres de tous les genres "rock", "disco", "rock'n roll", "populaire", "québécois", sont attendus pour vous faire danser et chanter.

Ce grand JAM MUSICAL offrira des prix de participation de \$500., \$250. et \$100. qui seront accordés aux trois meilleures orchestres venant d'un peu partout dans le Bas du Fleuve.

Les orchestres qui sont intéressés à y participer peuvent communiquer à St-Pascal à 492-2030 (Monique) de 17 heures à 20 heures. Ce JAM MUSICAL est organisé au profit des Avant-Gardistes du Kamouraska.

"Arts et Ecologie", un événement d'envergure, qui se tiendra en septembre prochain (du 9 au 19) dans 6 villes à travers le Québec: Alma, Chicoutimi, Montréal, Québec, Rimouski et Rivière-du-Loup.

Au cours de la semaine, diverses activités: actions de rue, performances, installations, expositions, etc., se dérouleront respectivement dans chacune des 6 villes. L'événement donnera l'occasion à divers intervenants de se pencher sur une problématique de plus en plus présente au sein de nombreuses manifestations artistiques

actuelles: l'Art et l'Ecologie.

L'événement est organisé grâce à la collaboration de 6 groupes d'artistes dont les activités passées et présentes manifestent un intérêt évident face aux données écologiques.

Ces groupes sont: Au bout d'la 20-Rivière-du-Loup, Interaction Qui-Alma, Inter X Section-Montréal, Zéro 1-Rimouski, Insertion-Chicoutimi et Intervention-Québec. A ces groupes viendront se greffer de nombreux autres intervenants en arts visuels et dans diverses disciplines telles que danse, musique, théâtre, ainsi

que dans le secteur de l'environnement.

"Art et Ecologie"-du 9 au 19 septembre '83- à surveiller. Pour de

plus amples renseignements, contacter le Bureau Central de Art et Ecologie-197 rue Rivérin, Chicoutimi-Tél.: 543-5014.

### Aides pour convalescents

Vous avez une jambe dans le plâtre? Une douloureuse entorse à la cheville? Nous vous offrons en location une vaste gamme d'accessoires allant de la béquille à la chaise roulante en passant par la marchette pour un prix ridicule.

Pourquoi risquer une nouvelle fracture en essayant de se débrouiller seul ou payer le gros prix pour des accessoires devenus inutiles une fois guéri? Profitez plutôt de l'offre que nous vous offrons, votre porte-monnaie et vous ne s'en porteront que mieux.



**Michel Davis**  
PHARMACIEN

### le supplément

Édité par LE ST-LAURENT-ÉCHO  
16 du Domaine  
Rivière-du-Loup,  
G5R 4C3

TOUS LES SERVICES: 862-1774

Courrier troisième classe.  
No de permis: T 368

### Des films sur la pollution à la Goélette

Différents films traitant de la pollution de l'air et de l'eau seront présentés à La Goélette jeudi le 25 août à 20h.

Ces films vous rendront plus conscients des problèmes de pollution causés par les

pluies acides et les égouts industriels et résidentiels.

La pollution est un sujet qui reste d'actualité, qu'il ne faut pas négliger et dont on doit s'occuper avant qu'il ne soit trop tard.

**Que se passera-t-il au Centre Culturel au Cégep de Rivière-du-Loup cet automne? C'EST À SURVEILLER!**

Du 26 août au 1er septembre

**Brillantine** POUR TOUS

La musique et l'émotion continuent sans cesse!

Version française de **GREASE**

PARAMOUNT PICTURES PRESENTS  
A ROBERT STROUD ALLAN CARR PRODUCTION  
MAXWELL CAULFIELD-MICHELLE PFEIFFER-ADRIAN ZMED-LORNA LUFT  
PAT ARDEN-SID CASAR-DODY GOODMAN-TAB HUNTER-CONNIE STEVENS

La projection débute vers 8h15  
Ouvert tous les soirs

Du 26 août au 1er sept.

3e film: Ven. et Sam. seulement

**Réunis pour la 1<sup>ère</sup> fois**

**"Brillantine"**

John Travolta  
Olivia Newton-John

POUR TOUS

2E FILM

Au bout de l'univers la vengeance se déchaîne.

POUR TOUS

**STAR TREK I LA COLÈRE DE KHAN**

**CINÉ-PARC**

**GRAND PORTAGE**

Jonction rte 20 et boul. Hôtel de Ville,  
tél.: 862-4141

Intime et chaleureux...

**Journal érotique d'une Thaïlandaise**

POUR TOUS

POUR TOUS

les RECETTES très spéciales DU CHEF

Du 26 août au 1er septembre

**CINEMA Capitol**  
862-3419

Sur présentation de ce coupon, obtenez un escompte de 0.50c par billet. Un coupon par client.

# ...et sur l'autre (ou les autres)...

Comme par hasard, BACH commence au même moment: 1964.



Veillez prendre note des corrections suivantes à apporter au supplément publicitaire parade Vol. 1, no. 3 publié par

**LA BAIE, LE 17 AOÛT 1983.**

**Page 4, article B. Ce débardeur sera disponible le 30 août.**

Cependant nous acceptons les commandes dès maintenant.

**Page 12, articles E et F. Le kilt à carreaux et la blouse d'artiste seront disponibles le 20 août.**

Nous regrettons ces contretemps.

Pour tout renseignement,

téléphonez-nous à:  
Rivière-du-Loup

Où on peut le lire dans leur C.V. officiel. En cette célèbre année, Gerry Boulet, son frère et quelques amis jouent du rock pour faire danser la population de Saint-Jean d'Iberville.

On s'en souvient, c'est l'époque des "Orchestres à costumes" dont les Habits Jaunes. Gerry et sa gang s'appelleront "LES GANTS BLANCS". Puis va commencer l'histoire des allées et venues à l'intérieur du groupe.

En 69, le groupe n'ayant plus un nom très à la mode, décide de le changer. 1969 c'est le "Offenbach Soap Opera" qui deviendra le "OFFENBACH" d'aujourd'hui

en 1972.

1972, année importante: show grandiose: une messe des morts à l'Oratoire. C'est l'événement. Suit une longue tournée au Québec.

L'année suivante c'est le spectacle au Centre Sportif de l'Université de Montréal sur la même scène que Claude Dubois et Diane Dufresne. C'est aussi l'année du premier voyage à Paris; ils y retourneront deux ans plus tard faire une tournée qui sera filmée par le réalisateur français Claude Faraldo pour donner le film TABARNAK (1975).

Elle est longue l'histoire d'OFFENBACH... ce n'est pas pour rien que l'on parle de pré-histoire...

Après Paris, ils reviendront ici et leur popularité s'accroîtra très vite... Place des Arts, tournée de clubs en Ontario, au Québec. Pendant ce temps, des changements continuent de se faire à l'intérieur du groupe; depuis 1978, c'est la formation actuelle, soit Gerry Boulet, Johnny Gravel, John McGale, Pat Martel et Breen LeBoeuf.

1979: 1 Félix: Meilleur album de l'année pour TRAVERSION. Fusion du Big Band de Vic Vogel et d'OFFENBACH: concert au St-Denis (gravé sur disque). C'est le triomphe.

1980: Une très belle et grosse année pour OFFENBACH: Trois "FELIX" au Gala de l'ADISQ: -le meilleur album -le groupe de l'année -le spectacle de l'année (pour le concert avec Vic Vogel au St-Denis)

C'est aussi la gloire au FORUM pour la première fois; John Mayall est en première partie. La deuxième fois, en 1981, succès encore plus grand; Joe Cocker fait la première partie. Entre temps, grande tournée en France. Triomphe encore là...

1980 c'est aussi l'été où le groupe fait la Place des Nations avec Chuck Berry.

L'été suivant ils attirent 100,000 personnes lors de la tournée Québec Rock avec Garolou et Zachary Richard.

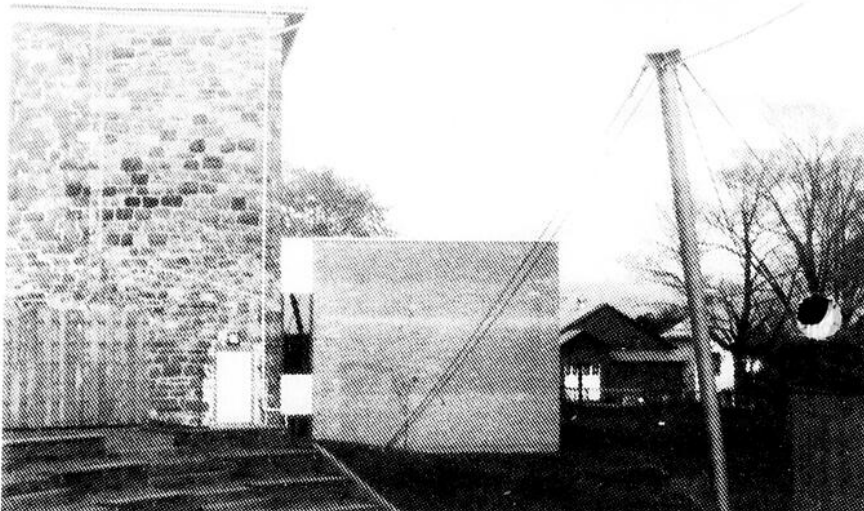
Cet été, il faut voir ou revoir la magie électrique qu'OFFENBACH crée sur scène; il faudra être du rendez-vous pour leur troisième apparition au Fo-

rum.

D'TRAIN" avec PLUME. l'été 83, à l'aréna de St-Basile, samedi le 3 septembre 1983.

Il faut voir "A FOND C'est l'événement de

## Ligue d'improvisation à la Goélette



La LIR (Ligue d'Improvisation de Rivière-du-Loup), constituée en majeure partie d'étudiants (tes) du Cégep, jouera pour vous à l'amphithéâtre La Goélette (rue du Rocher),

samedi le 27 août à 20h.

Cette activité qui gagne de plus en plus de popularité, avait attiré environ cent spectateurs au mois de juillet.

Ces spectateurs ont pu remarquer la présence d'esprit dont doivent faire preuve ces acteurs lors d'une partie d'improvisation. C'est à ne pas manquer et on vous attend!

## Les Serres de St-Modeste

3E RANG

Nous vous offrons nos légumes frais du jardin:

- Choux - Tomates
- Carottes - Concombres
- Betteraves - Etc...

SPÉCIAL AVEC ACHAT

Tél.: 862-5810



# DANSE EN CORPS

SESSION AUTOMNE 83

Danse créative, classique, jazz, aérobic pour enfants, adolescents (es) et adultes.

Début des cours: 12 et 13 septembre 83

Inscription: 25 et 26 août de 14h à 17h. et 19h à 21h au 460 Lafontaine 862-5250.

Professeurs qualifiées sous la direction pédagogique de Marie Alexandre 867-2078 administration Odette Litalien 862-7636

Au Musée du Bas St-Laurent

## GRANDE CHANCE

d'assister au Spectacle

## L.M. Le Loup-Marin

au Musée du Bas St-Laurent

Représentation à 9.00h. Réservations: 862-7547

## Théâtre CREDO

vous offre une remise de \$2.00

sur présentation de ce coupon

Valide du 23 au 28 août.



## CAMELOTS DEMANDÉS

DANS

SECTEUR: Coristine, Gilles

SECTEUR: Pouliot, Fraserville

SECTEUR: St-Alfred, Delage, St-André (110 à 175)

SECTEUR: St-Cyrille, Des Vétérans, Léo Bouchard.

Pour informations appelez:

**862-1774**

et demandez Hugues Bérubé.

Après 5 heures, à

**862-4388**

# Inventorier le génie de l'Est du Québec

Ne reculant devant rien pour assurer la promotion des oeuvres d'auteurs de l'Est du Québec, Editeo (Les Editions coopératives de l'Est du Québec) travaille présentement à la préparation d'une anthologie des auteurs de l'Est. Les recherches vont bon train, et l'abondance, la diversité et la qualité des oeuvres et auteurs découverts jusqu'ici laissent espérer la naissance d'un véritable chef-d'oeuvre (pas moins).

Editeo, on le sait, est une maison d'édition québécoise qui a son siège social à Ri-

mouski, travaille avant tout à la diffusion d'oeuvres de ses membres, majoritairement de l'Est du Québec, et qui a démontré jusqu'ici son souci de la qualité du texte et de "la belle ouvrage" en publiant à l'automne 1983, **Ravaudage**, de Bernard Boucher, **Pour les enfants si doux...et puis pour les voleurs**, de Lise Lessard, et **Poèmes d'amour** de Jean-Marc Cormier, au printemps 1983 **Le Cheval de l'île St-Barnabé**, un livre pour enfants de Gilbert Dupuis magnifiquement illustré par Hélène Couture, et **Sismique**, un recueil de poésie de Pierre Morin.

EDITEQ récidive à l'automne 1984 en lançant: **La Brèche-à-Ni-non**, un roman de Réal-Gabriel Bujold. **Le transit des fées**, recueil de poésie tant attendu de Jean Cossette, **Plom-gine**, un beau livre de dessins de Clément Rodrigue, et un jeu éducatif conçu par Serge Arsenault.

Afin d'éviter que quelque génie nulle part inventorié n'échappe au coup de filet d'EDITEQ pour la préparation de l'anthologie, nous aimerions que les auteurs qui ne figurent ni dans le **Dictionnaire pratique des auteurs québécois**, ni dans le **Dictionnaire des écrivains québécois contemporains**, ni dans la **Bibliographie des auteurs de l'Est du Québec** préparée l'an dernier par le Conseil de la culture, et qui ne sont pas membres du Regroupement des auteurs de l'Est du Québec, et qui répondent à ces normes préliminaires de sélection:

-être né dans l'Est du Québec (La Pocatière à Gaspé et les Iles-de-la-Madeleine)

-ou y habiter depuis janvier 1979.  
-avoir publié un ouvrage à titre individuel, communiquent le plus tôt possible avec:

Rimouski (Québec)  
G5L 8M2  
Tél.: 724-7904

Dans le doute, ne vous abstenes pas.

Les textes publiés dans l'anthologie se-

ront du genre poésie, nouvelles, roman, conte (adulte) et essai, et seront sélectionnés parmi ceux reçus et défrichés par EDITEQ, suivant des critères de qualité et de représentativité établis par la

maison. Le travail de recherche et de rédaction devra être terminé pour décembre 1983, et nous prévoyons la publication de l'anthologie pour l'année 1984, n'en déplaise à George Orwell.

## santé dentaire

### La pédodontie

La pédodontie est la médecine dentaire appliquée aux enfants. Elle s'occupe de la santé buccale de la naissance au début de l'adolescence.

La carie est une maladie de jeunesse. L'enfant doit apprendre l'importance d'une dentition saine: cette éducation importante, puisqu'elle diminuera le nombre de visites chez le dentiste, comporte l'apprentissage des méthodes d'hygiène buccale (brosse à dents, soie dentaire) et l'effet de la diète sur la santé. Elle doit s'appliquer autant à la dentition primaire qu'à la dentition permanente.

La dentition de l'enfant diffère de celle de l'adulte et ses dents primaires sont tout aussi importantes que le seront ses dents permanentes.

Les dents primaires sont importantes car, en plus de leur fonction évidente de mastication, elles favorisent l'éruption normale des dents permanentes. Une dent primaire enlevée prématurément provoque un mauvais alignement de la dent permanente nécessitant généralement une correction par traitement d'orthodontie (broches).

Donc, une dent primaire cariée, même si elle doit être remplacée par une dent permanente, doit être réparée.

L'éruption des dents primaires est permanente est généralement semblable d'un enfant à l'autre. Habituellement, les premières dents émergent à 6 mois et, à l'âge de 2 ans, l'enfant a toute sa première dentition. Vers l'âge de 6 ans, la première molaire permanente fait son apparition et c'est vers l'âge de 14 ans que l'adolescent a toute sa dentition permanente. S'il existe un doute ou si l'éruption des dents semble anormale, les parents devraient consulter leur dentiste.

Les parents devront s'assurer que leurs enfants soient examinés par le dentiste tôt, afin qu'ils s'habituent et ne développent pas de craintes face aux soins dentaires. Un enfant peut être examiné vers l'âge de trois ans.

Publié par le Comité des communications Association des chirurgiens dentistes du Québec.



## la Saie Concours dessins à colorier

### Hé les jeunes!

découpez, coloriez et apportez au magasin ce dessin et vous pourriez vous mériter un magnifique montant en argent.

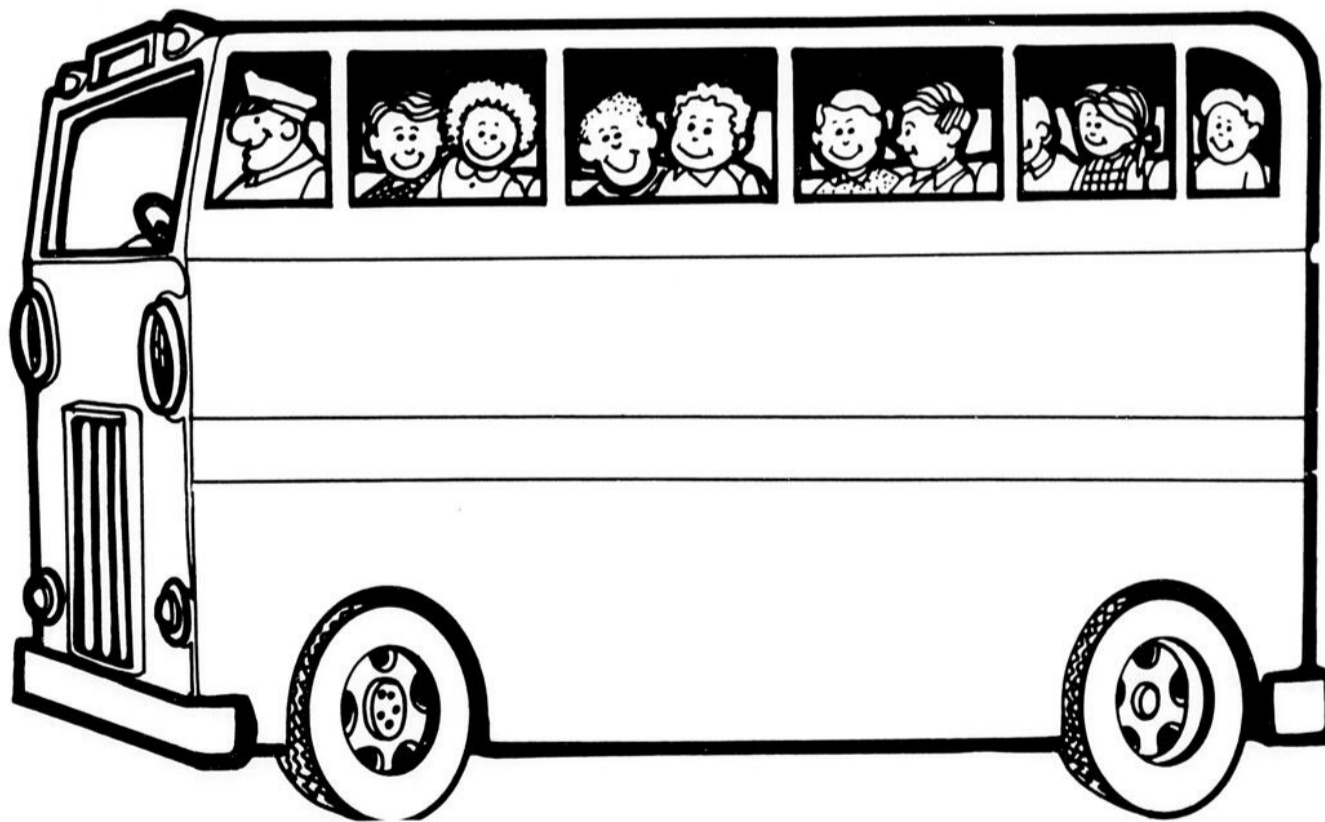
- 1er prix: \$50.
- 2ième prix: \$25.
- 3ième prix: \$10.

Tirage le 3 septembre 83

Nom.....

Adresse.....

Tél.....



• Rimouski et Rivière-du-Loup:  
lundi à mercredi, 10 h à 17 h 30;  
jeudi et vendredi, 10 h à 21 h;  
samedi, 9 h 30 à 17 h.

Pour tout renseignement, téléphonez-nous à:

- Rimouski 722-8181
- Rivière-du-Loup 867-2951

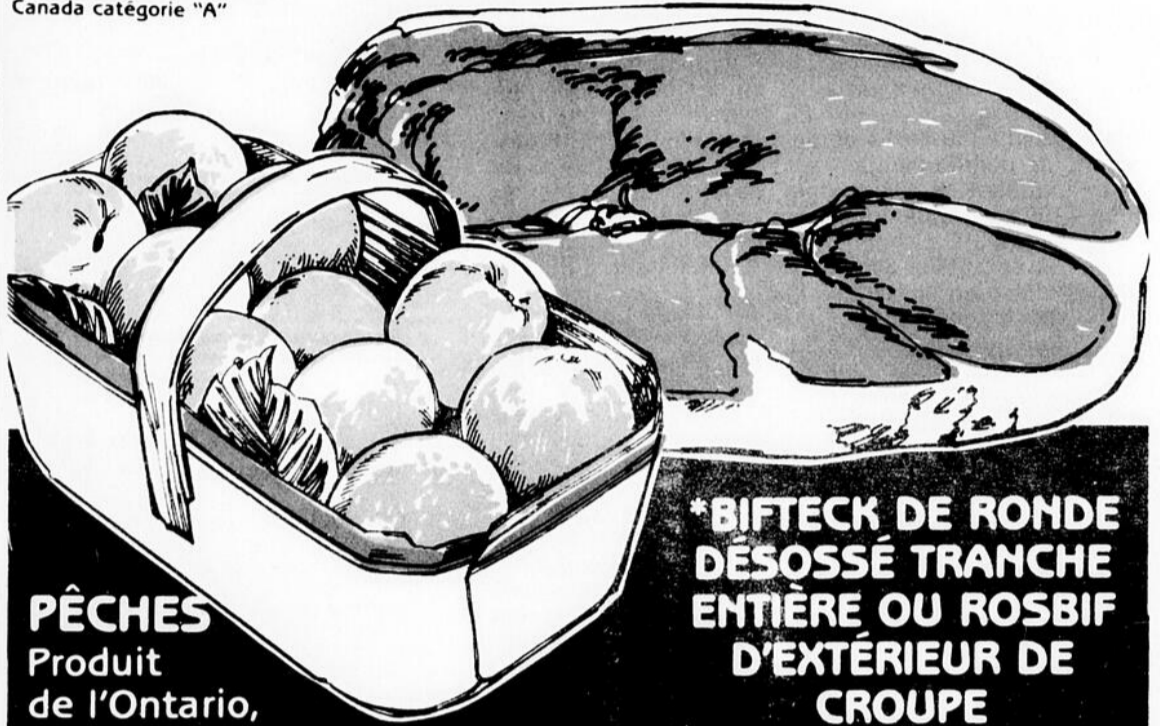


# PAS DE VAGANCES

**\*BIFTECK DE SURLONGE**  
tranche entière

**5,91** /kg  
**2,68** /lb

\*Coupe provenant de boeuf Canada catégorie "A"



**\*BIFTECK D'ALOYAU OU CÔTE D'ALOYAU**  
bout enlevé

**7,01** /kg  
**3,18** /lb

**PÊCHES**  
Produit de l'Ontario, Cat. Canada no. 1 panier 4 Litres

**\*BIFTECK DE RONDE DÉOSSÉ TRANCHE ENTIÈRE OU ROSBIF D'EXTÉRIEUR DE CROUPE**

**BOEUF HACHÉ MAIGRE**

**4,96** /kg  
**2,25** /lb

**2,87** panier

**3,92** /kg  
**1,78** /lb

**SAUCISSES FUMÉES BAR-B-Q SCHNEIDERS**  
454 g

**1,28**

**SOC DE PORC FRAIS**  
désossé, roulé **3,72** /kg  
**1,69** /lb

**JAMBON MIGNON**  
MÉTRO prêt-à-manger **6,15** /kg  
**2,79** /lb

**ÉPAULE PICNIC DE PORC FUMÉ MÉRITE**  
désossé, prêt-à-servir **5,03** /kg  
**2,28** /lb

**BACON SANS COUENNE**  
MÉTRO tranché 500 g **2,08**

**\*BIFTECK OU ROSBIF DE POINTE DE SURLONGE**

**5,91** /kg  
**2,68** /lb

**MARGARINE DURE GOLDEN GIRL**  
(disponible au Québec seulement) paquet 454 g

**2/1,00**

**CÔTES DE FLANC DE PORC**  
surgelées

**4,38** /kg  
**1,99** /lb

**BOLOGNE ORDINAIRE OU CIRÉ MÉRITE**  
morceau 1 kg et plus **2,82** /kg  
**1,28** /lb

**SAUCISSON DE PEPPERONI MÉRITE**  
(tranché selon vos besoins) **4,36** /kg  
**1,98** /lb

**SAUCISSON DE SALAMI TOUT BOEUF**  
MÉTRO 300 g **1,98**

**SAUCISSE PUR PORC MÉRITE**  
500 g, surgelée **2,48**

**POIS VERTS NO 2 IDÉAL**  
Canada de choix, bte 284 mL **59¢**

**MAÏS À GRAINS ENTIERS IDÉAL**  
Canada de fantaisie, bte 341 mL **59¢**

**RAGOÛT CORDON BLEU**  
boulettes, boulettes et patates, bte 568 g **1,69**

**SOUPE MÉTRO**  
poulet et nouilles, légumes poulet et riz, tomates, champignons bte 284 mL **3/1,00**

**RIZ FRIT DAINTY**  
saveurs variées, bte 350 g **79¢**

**CAFÉ INSTANTANÉ NESCAFÉ**  
bocal 285 g **5,79**

**TARTINADE GRENACHE**  
saveur de beurre sucré, caramel, fudge deluxe, cont. 400 g **99¢**

**HUILE D'OLIVE PURE BERTOLLI**  
cont. 500 mL **2,29**

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur dans tous les magasins de vos Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Il est possible que certains articles ne soient plus disponibles. Si un article venait



*En connaît not' monde!*



# POUR LES PRIX!



**«SINGLES»  
KRAFT**  
préparation de fromage fondu,  
16 tranches  
paquet 500 g



**CHAMPIGNONS  
MÉTRO**  
morceaux & tiges,  
bte 284 mL

# 2,47 59¢



**BOISSON AUX FRUITS  
TANG**  
pommes, raisin, orange, fruits,  
carton 1 Litre

# 79¢



**MOUCHOIRS  
DE PAPIER  
FACETTES**  
blancs, bte 400f

# 1,67



**TOMATES  
HEINZ**  
Canada de choix,  
bte 796 mL

# 79¢

**PETITS  
GÂTEAUX  
VACHON**  
Caramel  
1/2 lune chocolat,  
Feuilletes  
à la gelée,  
bte 6

# 1,47

**JUS DE  
POMMES  
ROUGEMONT**  
non sucré,  
brut ou clair,  
bte ou btle  
1,36 Litre

# 99¢

**POIVRONS  
VERTS LARGES**  
Produit du Canada,  
99¢ /kg  
45¢ /lb

**POMMES MELBA**  
Produit du Québec,  
Cat. Canada de fantaisie  
panier de 4 pintes  
2,39

**MELON DE MIEL**  
Produit de la Californie,  
gr 8  
1,59 ch

**POIRES CLAP**  
Produit de l'Ontario,  
Cat. Canada de fantaisie  
panier de 4 Litres  
2,99 ch

**FLORIDE  
JUS D'ORANGE  
CONCENTRÉ  
OLD SOUTH  
surgelé  
cont. 355 mL**

# 79¢

avec coupon

**CROUSTILLES  
LAURENTIDE**  
saveur régulières, Barbecue,  
vinaigre, ondulées  
sac 400 g  
1,79

**BOISSON GAZEUSE  
PEPSI-COLA,  
DIET PEPSI**  
bouteilles consignées,  
6/750 mL  
3,29

**CRAYON MÉCANIQUE  
EAGLE 11**  
1,49 ch

**PRÉSENTOIR  
PRISMACOLOR**  
15,99 ch

**CRAYONS  
GRAND PRIX**  
H-B, paquet 12  
1,49

**STYLOS  
EAGLE**  
bleu medium,  
paquet 5  
49¢

**TOUT POUR LA RENTRÉE  
À L'ÉCOLE**  
1,59 ch

**CRAYONS À COLORIER  
CANADIANA**  
paquet 20  
3,69

**POMMES DE TERRE FRITES  
VALLEY FARM**  
surgelées  
coupe julienne  
sac 1 kg  
2/89¢

**MACARONI AU FROMAGE  
STOUFFER'S**  
surgelé  
bte 540 g  
98¢

**TARTELETTES  
GRANDMA MARTIN**  
surgelées pacanes, beurre  
bte 340 g  
1,09

**GAUFRES  
AUNT JEMIMA**  
surgelées babeurre, nature  
bte 285 g  
1,19

**20¢ DE RABAIS**  
à l'achat d'une cannette de 355 mL de  
Jus d'orange surgelé Old South 79¢  
sans coupon 99¢

Valable chez votre maître épicer Metro du  
22 au 27 août 1983

**MÉTRO**  
LIMITE un coupon par achat  
AU DÉTAILLANT: Pour être remboursé  
veuillez faire parvenir vos coupons à  
D. Cracower & Co. Ltd  
4216 boul. Thimens  
Saint-Laurent (Québec)  
H4M 2B9

La compagnie D. Cracower & Co. Ltd. vous remboursera  
20¢ plus 7¢ de frais de  
manutention

2000479H

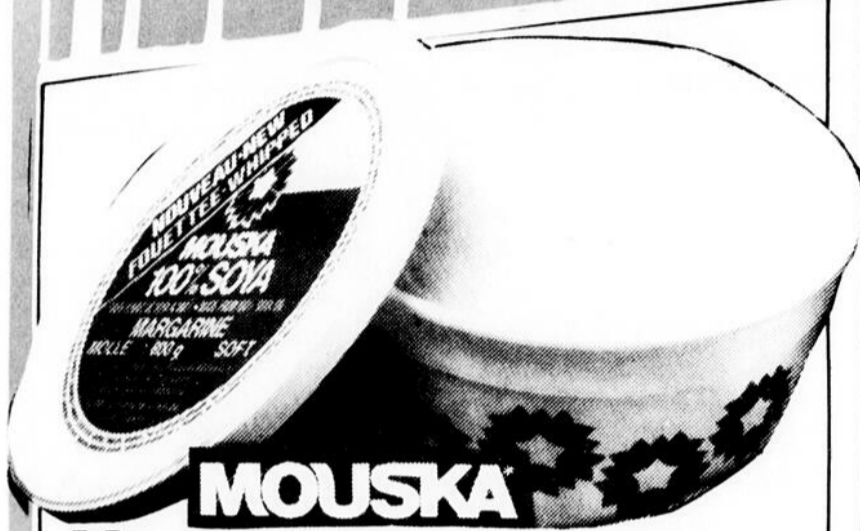
maîtres épiciers Metro du lundi 22 août au samedi 27 août 1983 jusqu'à 17h00.  
à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.



# coop

## MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault



**MOUSKA**  
**Margarine**  
**Mooka** **1.29**  
800 gr. 100% soya



**Café**  
**Instantané, Hills**  
Bocal 10 oz  
**3.79**



**BISCUIT VIAU**  
**VILLAGE OU ROYAL**  
Bte 900 gr **1.89**



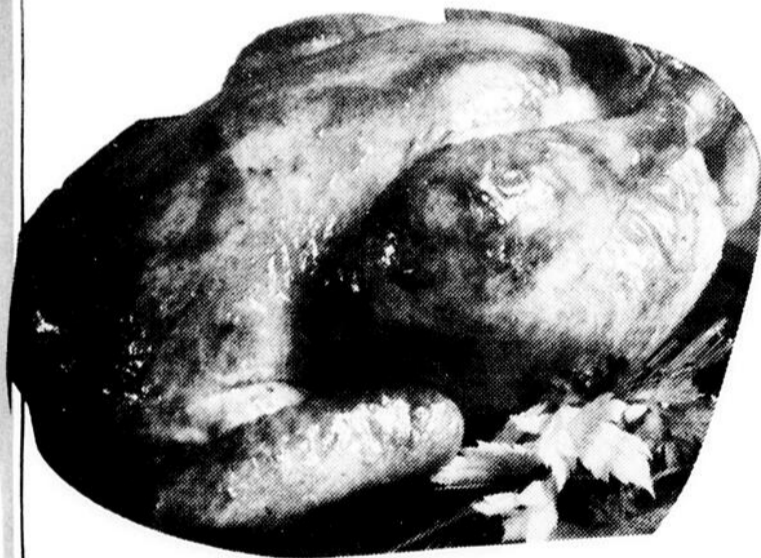
**Liqueurs**  
**Pepsi**  
**rég. ou**  
**Diet**  
Bout. 750 ml  
6 pour  
**2.99**



**Toast Melba** **1.69**  
400 gr.



**Jus de**  
**tomates**  
**Bright**  
48 oz  
**.89** bte



**Gros poulet**  
Cat. Utilité  
2 à 3 kg  
**2.18**  
**.99** lb

**Saucisse fumée**  
Taillefer, 454 gr.

**.95**

pqt



**Petit saumon**  
**Cohoe du Pacifique**  
Importé, surgelé, 0,28 à 0,45kg  
(10 à 14 oz)  
**4,14** kg 1.88 lb

**Bacon Kent**  
Pqt. 500 gr.

**1.79** pqt.



**Demi cottage**  
Taillefer  
**4.49** kg **2.03** lb

**Lard salé**  
Gras, épais,  
**2.89** kg 1.31 lb

**Filet de morue**  
Frais  
**3.95** kg 1.79 lb

**Crevettes congelées**  
Séparément gros. 28/30

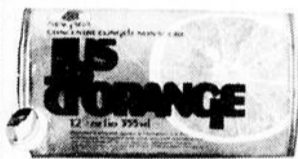
**12.32** kg 5.59 lb

# coop

## MAGASIN COOP RIVIERE-DU-LOUP

298 Blvd Thériault

De bons jus pour un été chaud **McCain**



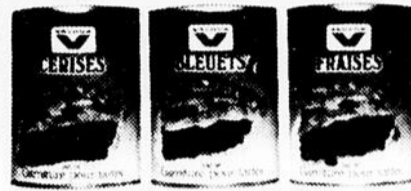
**Jus d'orange**  
Niagara, 355 ml

**.59**



**Limonade**  
Rose ou blanche, 355 ml

**3/.99**



**Remplissage tarte Vachon**

Fraise ou cerise, 540 ml **1.59** bte

**Javel Chanteclerc**  
3.6 litres, bout. **.99**

**Boissons ou jus F.B.I.**

Choix de saveurs, bout. 250 ml

**3/.99**



**Fromage Brick**  
Petit Gaspésien **2.79**

**Kraft tartinage sandwich**  
500 ml **1.35**

**Jus de citron**  
Real Lemon, 675 ml **1.49**

**Sirop maïs**  
Crown Brand, 1 litre **1.79**

**Sauce pizza**  
Gattuso, 400 ml **.93**

**Beurre caramel**  
Coop, 400 gr **.79**



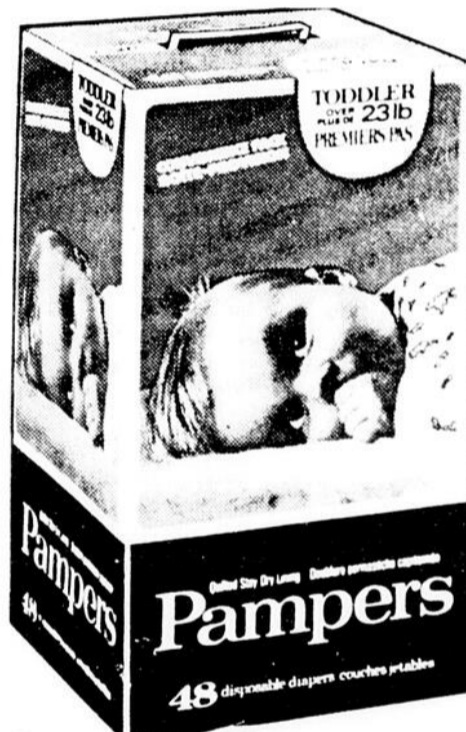
**Sacs à ordures**  
Jako intérieur, **.49** pqt



**De bonnes choses sur une tartine**  
Bocal 367 gr.

**2.89**

## PAMPERS



**Couches Pampers Premier pas**  
sans fronces **8.99**  
avec fronces **9.99**



**Pampers de jour 30**  
Super spécial  
bte **2.99**  
sans fronces  
caisse de 12 btes

**35.00**



**Pommes rouges**  
Melba, prod. Qué.  
sac 3 lbs.

**1.29**

**Choux fleurs**  
Prod. Qué. gros. 125

**.89** ch.

**Cantaloupe**  
prod. U.S.A., gros. 23

**.79** ch.

**Epinard frais**  
Prod. Québec, pqt. 10 oz

**.59**

# Les légumineuses...viande que c'est bon!!!

Lorsqu'on parle des légumineuses, le végétarisme nous vient tout de suite à l'esprit. Mais n'est pas nécessaire d'être végétarien pour en consommer, sinon nous le serions tous plus ou moins!!

Les légumineuses sont importantes car elles sont riches en protéines végétales et les constituent le "pié-ment nutritif" d'une alimentation contenant ou pas de viande.

Cependant, ces protéines végétales sont incomplètes. On doit donc les associer avec le céréale, (pain de blé entier, muffin au blé, millet, etc...), ou avec une petite portion d'un aliment d'origine animale. Elles seront alors plus efficaces.

Les légumineuses comprennent toutes les sortes de fèves et pois secs. Dans les fèves ou haricots, on trouve entre autres: fèves rouges, fèves blanches, fèves Mung, fèves soya... Et dans les pois: pois chiches, lentilles, pois à soupe,

La préparation des légumineuses est

assez simple. Mais le temps de cuisson varie d'une sorte à l'autre. Vous devez donc tenir compte du tableau de cuisson suivant:

-fèves noires, rouges, arachides, soya, fèves aux yeux noirs, fèves blanches, cuisson ord. (lég. trempées) 2 heures, au Presto, non trempée 20-25 min.

-fèves Mung, petites rouges (adzuki) cuisson ord. lég. trempées 3 heures, au Presto non-trempées, 30-35 min.

-pois chiches, cuisson ordinaire, légum. trempées, 4 heures, au Presto non-trempée, 40-45 min.

-lentilles vertes\* pois cassés\* cuisson ordinaire lég. trempées 1 heure.

-fèves soya concassées\* 30 min.

-lentilles roses\* 10-15 min.

\* Ces légumineuses ne nécessitent pas de trempage et ne sont pas recommandées pour la cuisson au Presto.

Vous avez trois étapes à respecter pour la préparation des légumineuses.

-lavage et triage

-trempage (faites-les

trempier le soir) 4 tasses d'eau pour chaque tasse de légumineuse -cuisson-vous changez l'eau pour la cuisson mais l'eau du trempage peut servir pour vos plantes.

De plus, il faut consommer un fruit ou-et un légume riche en

vitamine C au même repas que des légumineuses afin de mieux absorber le fer qui y est contenu.

Afin de diminuer la fétulence (les gaz) souvent associée aux légumineuses, on doit les laisser tremper au réfrigérateur. On peut aussi ajouter une pin-

cée de poudre à pâte à l'eau de trempage. Il est aussi recommandé de manger du yogourt durant ou après le repas qui contient des légumineuses. Et enfin, on conseille de ne pas manger de sucre.

Info-Consom  
CLSC Les Aboiteaux

## Augmentation alarmante des cas de rage au Canada

La rage est une maladie très grave, contagieuse, mortelle pour les sujets infectés qui ne reçoivent pas un traitement adéquat.

La rage est un problème mondial qui se propage d'une manière alarmante à travers l'Europe et l'Amérique du Nord. Elle est transmise par les espèces fauniques telles que les renards et mouffettes. Ces animaux sauvages infectent les animaux familiers et domestiques, lesquels peuvent devenir à leur tour autant de ris-

ques sérieux d'infection pour les humains. Il y a eu de 2,500 cas de rage animale confirmés au Canada, durant les 12 mois derniers. Le Ministère ontarien des ressources naturelles est en train d'étudier tous les moyens possibles pour vacciner les animaux sauvages susceptibles de propager la maladie.

La prévention de la rage chez les animaux familiers et domestiques peut se faire simplement au moyen d'un programme de vaccination.

La recherche sur la prévention de cette maladie souvent mortelle a été très poussée, surtout par une firme pour ses travaux dans ce domaine, soit l'Institut Mérieux. Cet institut

produit maintenant un vaccin sans danger pour les chiens, chats, bovins, ovins et chevaux. Ce produit, IMRAB, vient juste d'être mis en marché au Canada par May & Baker Canada Inc., l'une des firmes associées de l'Institut Mérieux, et est disponible de M.T. C. Pharmaceuticals, 5100 Timberlea Blvd., Mississauga, Ontario L4W 2S5.

On recommande fortement aux Canadiens propriétaires d'animaux familiers et domestiques de consulter leurs médecins-vétérinaires au sujet d'IMRAB, vu que ce vaccin est un moyen idéal d'interrompre la propagation de la rage entre la faune, les animaux familiers et domestiques et les humains.



**SOYEZ BELLES**  
René Vincent

## Le problème des pellicules

Par René Vincent



Coiffure par: Jean Marc Maniatis

Les pellicules sont des cellules de peau sèches qui tombent du cuir chevelu. En fait, nous perdons tous de ces cellules de tout notre corps mais plus particulièrement du cuir chevelu. Comme preuve, nous n'avons qu'à regarder le cerne qui se forme autour de notre baignoire après le bain. C'est une combinaison d'huile, de savon et de cellules de peau sèche.

Nous avons tous des pellicules, certains plus que les autres.

Les pellicules peuvent causer des moments d'embarras et peuvent aussi être méprisées pour des maladies de la peau beaucoup plus graves telles que la séborrhée et le psoriasis.

Voici comment on peut les différencier —

Les pellicules ordinaires varient avec les saisons.

Elles sont moins susceptibles d'apparaître pendant les mois d'été que l'automne et l'hiver.

La séborrhée et le psoriasis sont des maladies inflammatoires qui causent une irritation de la peau et provoquent une perte de cellules sèches cinq fois plus grande que les pellicules ordinaires. Elles peuvent aussi affecter d'autres parties du corps.

Que faire si vous avez des pellicules?

Vous pouvez porter des vêtements de couleurs claires pour aussi longtemps qu'il le faudra. Mais, vous devriez d'abord essayer de laver vos cheveux plus souvent avec votre shampoing habituel et surtout bien les rincer.

Si cela ne corrige pas la condition de votre cuir chevelu, demandez à un spécialiste dans un bon salon de coiffure de vous recommander un shampoing médicamenteux. Lisez attentivement l'étiquette du produit et choisissez un shampoing contenant de l'acide salicylique, du soufre ou encore une solution à base de zinc.

Si après ces traitements vous n'obtenez pas les résultats que vous attendiez, votre problème est peut-être plus sérieux que des simples pellicules. A ce moment là, consultez un dermatologiste.

M. René Vincent est directeur exécutif de "Allied Beauty Association".

**Jovi Super Marché Sénéchal**

114 Témiscouata  
Rivière-du-Loup  
Tél: 862-7221

**SPECIAUX DU 24 AU 27 AOÛT**

Margarine molle Lactantia local de 907 g	1,59\$	Savon de toilette Ivory Paquet de 4	1,29\$
Café instantané Nescafé 10 oz	5,77\$	Sacs pour congélateur Glad, moyens, 20	99¢
Détergent Oxydol 2,4 kg	3,99\$	Sirop de maïs Crown Brand, 1 l.	1,99\$
Fromage à tartiner Lactantia, 500g	2,49\$	Biscuits Lido Lunch Sand. ou beurre érable, 350g	1,29\$
Vinaigre blanc Heinz 1 l.	1,79\$	Pâté à sandwich Jambon, Cordon Bleu, 198g	1,39\$
Pois à soupe Avion gros 900 g	99¢	Soupe Campbell Poulet & riz, 10 oz	49¢
Ketchup Axep 1 l.	2,09\$	Sacs à poubelle Axep Extérieur, 10	1,19\$
Cherry Blossom de Lowney's 1 gratis cello de 5	1,39\$	Bain de mousse Mistral Aromes: gomme baloune ou mer, 525g	1,69\$
Mélange à gâteaux monarch, blanc ou chocolat, 250 g	59¢	Céréales Raisin Bran 525g	1,89\$

Fruits et légumes		Viandes	
Tommes Melba Canada de fantaisie, prod. Québec, 4,55 litres	2,19\$	Côtelettes de porc Avec os	4,14\$-kg 1,88\$-lb
Actarines Produit de la Californie,	1,30\$-kg 59¢-lb	Bifteck de boeuf Attendri	6,35\$-kg 2,88\$-lb
Herbes-fleurs Can. no 1, prod. Qué. Brosseur 1/2 chacun	1,19\$	Saucisses fumées Bilopage, 450g	1,58\$
Chalotes Can. no 1, prod. Qué. le qt.	.25¢	Rôti de longe de porc Bout du filet	3,64\$-kg 1,65\$-lb

**CETTE SEMAINE**

**Nous vous offrons**

**Spéciaux du 23 au 29 août**

<b>Filet turbot frais</b> \$6.05 kg \$2.75 lb	<b>Beurre à l'ail</b> \$1.35 ch.
<b>Filet morue fumée</b> \$6.49 kg \$2.95 lb	<b>Sauce cocktail</b> Desjardins \$1.99 ch.
<b>Flétan congelé</b> \$5.83 kg \$2.65 lb	<b>Thon pâle en miettes</b> \$1.75

Bien d'autres spéciaux vous attendent

**Poissonnerie du Roi**

Centre Commercial  
867-2798

# Pêches, poires et prunes de l'Ontario 1983

REDÉCOUVREZ LES PÊCHES, POIRES ET PRUNES - trésors des vergers - succulentes, croquantes et fraîches, elles sont tout bonnement faites pour le soleil estival.

Jouissez du plaisir particulier d'acheter et de préparer les récoltes estivales de fruits tendres au cours de cette saison.

Les «Quartiers de pêches faciles et rapides» sont merveilleux pour les pique-niques et les goûters, et ne manquent pas de confectionner un «Croquant aux pêches estival» pour les premières soirées fraîches de septembre. Emballez et conservez, bien à l'avance, un peu de soleil pour les longs hivers - le «Minceamat aux poires» est facile à confectionner et vous aurez une superbe entrée pour Noël!

Tout le monde raffole des côtelettes, c'est pourquoi nous vous proposons un nouveau truc - la «Sauce aux prunes» pour les «Succulentes côtelettes aux prunes»!



refroidir sur une grille et découpez en carrés.  
Donne 16 carrés.

## QUARTIERS DE PÊCHES FACILES ET RAPIDES

1 tasse de farine tous usages	250 mL
1 c. à thé de levure	5 mL
1/2 c. à thé de cannelle	2 mL
1/4 c. à thé de poivre de la Jamaïque	1 mL
1/4 c. à thé de sel	1 mL
1/2 tasse de beurre	50 mL
1/4 tasse de sucre brun	175 mL
1 oeuf	1
1 c. à thé de vanille	5 mL
1 tasse de pêches préparées	250 mL
1/2 tasse de noix finement hachées	125 mL
2 pêches	2

Tamisez la farine, la levure, la cannelle, le poivre de la Jamaïque et le sel tous ensemble, laissez de côté. Dans une casserole de dimension moyenne faites fondre le beurre, retirez de feu; ajoutez-y tout en remuant le sucre, l'oeuf, la vanille jusqu'à obtenir un mélange onctueux.

Pelez, dénoyotez et coupez les pêches en tranches. Ajoutez les pêches et les noix aux ingrédients secs tout en remuant; incorporez au mélange dans la casserole. Étalez la pâte sur une plaque carrée graissée de 8 pouces (20 cm). Pelez, dénoyotez et coupez en tranches les pêches restantes. Disposez joliment les tranches sur la pâte. Faites cuire à 350° F (180° C) pendant 30-35 minutes ou jusqu'à ce qu'un couteau introduit au centre de la pâte en ressorte propre. Laissez

## CROQUANT ESTIVAL AUX PÊCHES

5 tasses de pêches préparées	1250 mL
2 c. à thé de jus de citron	10 mL
1/4 tasse de raisins secs	50 mL
1/4 tasse d'amandes émincées	50 mL
1/4 tasse de sucre	50 mL
1 c. à table de farine	15 mL
1/4 c. à thé de cannelle	1 mL

<b>Garniture:</b>	
1/4 tasse de flocons d'avoine	175 mL
1/2 tasse de farine	75 mL
1/2 tasse de sucre brun	75 mL
1/2 c. à thé de cannelle	2 mL
1/4 tasse de beurre	50 mL

Pelez, dénoyotez et coupez les pêches en tranches. Mélangez les pêches, le jus de citron, les raisins secs et les amandes dans un plat à gâteau d'1 1/2 pinte (1.5 L). Dans un petit bol mélangez le sucre, la farine et la cannelle; ajoutez-y les pêches tout en remuant.

**Garniture:**  
Dans un bol de dimension moyenne mélangez les flocons d'avoine, la farine, le sucre brun et la cannelle. Incorporez-y du beurre en vous servant d'un mixer jusqu'à ce que le mélange ressemble à de gros fragments. Répandez en l'étalant sur les pêches.

Faites cuire à 350° F (180° C) durant 30-35 minutes jusqu'à ce que le fruit soit tendre. Servez tiède avec de la glace.

Donne 6 portions.

## MINCEAMAT AUX POIRES

12 tasses de poires coupées (environ 24 poires)	3 L
3 tasses de raisins secs sans pépins	750 mL
1/2 tasse de raisins secs de Smyrne	375 mL
1/2 tasse de groseilles sèches	375 mL
1/2 tasse de cidre de pommes ou jus de pommes le jus et l'écorce râpée d'1 citron le jus et l'écorce râpée d'1 orange	375 mL
4 tasses de sucre brun	1000 mL
1 tasse d'écorces mélangées	250 mL
1/2 tasse d'amandes émincées	125 mL
1/2 tasse de beurre	125 mL
2 c. à thé de poivre de la Jamaïque moulu	10 mL

2 c. à thé de cannelle moulue	10 mL
2 c. à thé de gingembre moulu	10 mL
1 1/2 c. à thé de noix muscade moulue	7 mL
1 c. à thé de clous de girofle	5 mL
1/2 c. à thé de macis	3 mL
1 tasse de rhum ou de cognac	250 mL

Dans une grande casserole ou une bouilloire à conserve, mélangez les poires, les raisins secs, les groseilles, le cidre de pommes, les pelures de citron et d'orange et leurs jus, le sucre, les pelures, les amandes, le beurre, le poivre de la Jamaïque, la cannelle, le gingembre, la noix muscade, les clous de girofle et le macis.

Amenez le mélange à ébullition; faites un petit feu et laissez mijoter, à découvert, en remuant fréquemment, pendant environ 45 minutes ou jusqu'à ce que le minceamat se soit épaissi jusqu'à avoir la consistance désirée. Ajoutez le rhum tout en remuant.

Remplissez des pots stérilisés, scellez-les, étiquettez-les et datez-les. Conservez-les dans un endroit frais. Pour les conserver au-delà de 6 semaines, laissez 1 cm (1/2 pouce) d'espace libre à la surface lorsque vous remplissez les pots. Mettez au bain-marie pendant 25 minutes. On peut également congeler des portions de minceamat de la taille d'un tart.

Donne 14 tasses (3.5 L).

## SAUCE AUX PRUNES

2 tasses de prunes dénoyotées, coupées en quartiers	500 mL
1/4 tasse d'eau	50 mL
1/2 tasse de jus de citron	125 mL
1/2 tasse de sucre brun	125 mL
1 gousse d'ail émincée	1 gousse
2 c. à table d'oignon finement haché	30 mL
1 c. à table de sauce soja	15 mL
1/2 c. à thé de gingembre moulu	2 mL
1/4 c. à thé de moutarde sèche	1 mL

Faites mijoter les prunes dans l'eau pendant 5-10 minutes jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Ajoutez le jus de citron, le sucre brun, l'ail, l'oignon, la sauce soja, le gingembre et la moutarde. Amenez à ébullition. Réduisez le feu et laissez mijoter 10 minutes.

Laissez refroidir quelque peu, puis réduisez en purée à l'aide d'un mixer ou d'un robot de cuisine jusqu'à obtenir un mélange onctueux.

**LE ST-LAURENT-ECHO** 862-1774

Je m'abonne

Ancien abonné  
Nouvel abonné

Nom .....

Adresse .....

Ville .....

Code postal .....

( ) Chèque ( ) Mandat-poste Ci-joint \$.....

Numéro de carte de crédit:

\$17.50 pour 1 an  
 \$60.00 pour 1 an, autres pays

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

**BOUCHERIE GENDRON**

2011 Latontaine  
Rivière-du-Loup  
Serge Michaud Prop.  
Tél: 862-3521-22 (rés. 862-7151)

Spécialité: Bœuf de marque rouge et bleue

**Poulet** Canada, catégorie Utilité, congelé, env. 5 à 6 lbs-2.5 kilos

**2.18** kg  
.99 lb

**Saucisse fraîche Micho**  
**2.18** kg .99 lb

**LARD SALE**  
ENTRELARDE  
**3.06** kg 1.39 lb

**Blé d'Inde**  
du Québec, Canada no 1.  
la douzaine **.99**

**Fondue chinoise**  
**9.70** kg 4.40 lb

**Distributions Solange Plourde**

Rte 185, St-Louis du Ha! Ha!

- Tuiles à patio
- Tuyaux
- Produits de béton
- Foyer extérieur

**Installons fosse septique et égout**

Bur.: 854-5082 Rés.: 862-9676

**Viande à cretons**  
hachée ou non **3.06** kg 1.39 lb

**Filet de morue**  
Bte 5 lbs/2.27 kg **3.42** kg 1.55 lb

**Cretons Micho**  
Bol 300 gr. **1.89** chacun

**Boeuf à brochettes**  
**Boeuf fondue bourguignonne**  
**Tournedos**  
**Rosbif français**  
**9.79** kg 4.40 lb

**Boeuf haché**  
Frais ordinaire  
**3.95** kg 1.79 lb  
**18.65** 5 kg **16.80** 10 lbs

**Boeuf haché maigre**  
**5.49** kg 2.49 lb

**Viande à tourtières**  
80% maigre **3.73** kg 1.69 lb

**Jambon cuit tranché**  
extra maigre **5.51** kg 2.50 lb

# Zellers

Du 25  
au 27 août



## 2<sup>e</sup> VENTE D'ANNIVERSAIRE

**Savon à lessive**  
"Sunlight" format de 6 litres

Spécial: **\$2.97**

**Savon**  
"Palmolive"

4 pains au prix de 3, format de  
360 gr. rég.: \$1.27

Spécial: **\$0.97**

**Coffre de**  
**rangement "NFL"**

Couleurs assorties, rég.:  
\$39.99

Spécial: **\$20.00**

**Fauteuil lit**

"Filp Flop" couleurs assorties,  
rég.: \$159.95

Spécial: **\$99.00**

**Essuie-tout**

Facelle de "Royale" paquet de  
2

Spécial: **\$1.00**

**Téléphone**  
**compact**

1 pièce, modèle à bouton  
poussoir. Rég.: \$24.99

Spécial: **\$19.97**

**Terreau**

Tout usage format de 17.5  
litres. Rég.: \$3.99

Spécial: **\$2.97**

**Ampoules**  
**électriques**

"Econolite", format 2/60  
watts. Spécial 3 paquets pour

**\$2.00**

**Tapis décoratif**  
**de rotin**

Modèle rond de 36" de cir-  
conférence. Rég.: \$5.99

Spécial: **\$2.97**

**Litière pour chats**

Sac de 4.5 kg. Rég.: \$1.99

Spécial: **\$1.47**

**Peinture "CIL"**

Choix de latex mat ou semi  
brillant, format 4.55 litres.  
Rég.: \$21.99 et \$23.99

Spécial: **\$18.97**

**Restaurant "Café**  
**Fleur de Lys"**

Tous les hambourgeois double  
que vous pouvez manger servis  
avec "Pepsi" pour seulement

**\$3.25**

Zellers

298 Boul. Thériault, Centre Commercial,  
Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h



Crédit  
accepté

# Zellers

Du 25  
au 27 août



## 2<sup>e</sup> VENTE D'ANNIVERSAIRE

### Jeans

Denim ou corduroy de marque G.W.G., modèles pour garçons, taille 7 à 18 ans. Rég.: \$19.88

Spécial: **\$15.97**

### Espadrille

Pour hommes, femmes et enfants, couleur blanc.

Spécial: **\$10.00**

### Réveil matin électrique

De marque "Timex". Rég.: \$12.99

Spécial: **\$9.97**

### Four grille-pain

De marque "Phillips", régulier

\$74.99

Spécial: **\$68.97**

### Bas

"McGregor" modèles à semelle coussinée, couleurs assorties. Grandeur pour homme 10 à 12. Rég.: \$3.49

Spécial: **\$2.00**

### Souliers

Pour garçons, modèles et couleurs assorties, gr. 13 à 6. Régulier jusqu'à \$15.99

Spécial: **\$10.00**

### Télévision

Noir et blanc de marque "Lloyd's". Rég.: \$109.99

Spécial: **\$88.00**

### Service de vaisselle

16 pièces. Rég.: \$17.00

Spécial: **\$14.97**

### Bas de nylon

Taille universelle, couleurs assorties. Rég.: \$0.79

Spécial: **2/1.00**

### Cartable de luxe

3 anneaux. Rég.: \$4.99

Spécial: **\$2.97**

### Pot pour conserve

Boîte de 12 pots de 500 ml chaque. Rég.: \$4.29

Spécial: **\$3.77**

### Pot pour conserve

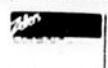
Boîte de 12 pots de 1 litre, chaque. Rég.: \$4.79

Spécial: **\$3.97**

Zellers

298 Boul. Thériault, Centre Commercial,  
Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h

 Credit  
accepte

# Le service PHARMAPRIX Pour mieux économiser



**A BAS LES PRIX!**

**2999** caisse  
**SIMILAC**  
 Concentré  
 24 x 425 mL  
 Prêt à servir 12 x 945 mL... 26.99 la caisse

ne pas ajouter d'eau prêt à servir ration quotidien

ORDINAIRE OU AVEC FER

**A BAS LES PRIX!**

**349** pqt.  
**DÉTERSIF TIDE**  
 6 litres  
 Limite: 2 par client

**SPRITE DISPONIBLE AU MÊME PRIX**

**COCA-COLA**  
 1.5 litre **79¢** plus consigne

Aussi disponible  
**6 x 750 mL**  
**299** plus consigne

**99¢** ch.  
**CLASSEUR**  
 Poly ou vinyle  
 1 pouce

VASTE SÉLECTION POUR LA RETENUE dans tous nos magasins

**69¢** ch.  
**HILROY**  
 Cahiers spirales  
 80 pages

VASTE SÉLECTION POUR LA RETENUE dans tous nos magasins

**17¢** ch.  
**DUO-TANG**  
 Couvertures pour documents

VASTE SÉLECTION POUR LA RETENUE dans tous nos magasins

**79¢** ch.  
**HILROY**  
 Cahiers d'exercices  
 4 x 32 pages

VASTE SÉLECTION POUR LA RETENUE dans tous nos magasins

**239** ch.  
**HILROY PHARMAPRIX**  
 400 feuilles mobiles

VASTE SÉLECTION POUR LA RETENUE dans tous nos magasins

**499¢** pour  
**KAL KAN**  
 Nourriture pour chats  
 170 g

**1179** cartouche  
**CIGARETTES**  
 Canadiennes  
 Format reg. ou king  
 Limite 2 par client

**239** ch.  
**JOHNSON**  
 Poudre pour bébé  
 400 g

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**199** ch.  
**MENNEN SPEED STICK**  
 Déodorant  
 75 g

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**1999** ch.  
**VITABATH**  
 Gélée pour le bain et la douche  
 900 g

**299** pqt.  
**L'ORÉAL**  
 Première Perm

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**399** ch.  
**PHARMAVIE**  
 Multivitamines plus fer  
 250 dragées

Bas prix de tous les jours 5.99

EPARGNEZ 200

**249** ch.  
**LISTERINE**  
 Rince-Bouche  
 500 mL + 125 mL en prime

**219** ch.  
**FABERGÉ ORGANICS**  
 Shampoing ou revitalisant  
 450 mL

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**249** pqt.  
**DURACEL**  
 Piles alcalines  
 AAA AA C D (2) ou 9v (1)

**199** ch.  
**NOSALT**  
 Succédané de sel  
 225 g

**369** ch.  
**L'ORÉAL EXCELLENCE**  
 Shampoing colorant

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**799** ch.  
**GLUCOGEL**  
 500 mg  
 60 capsules

**299** pqt.  
**FILMS KODACOLOR**  
 C110-24, C126-24  
 C135-24 ou Disc 15

**129** pqt.  
**CADBURY**  
 Tablettes épaisses  
 Pqt. de 3

**99¢** ch.  
**COLGATE**  
 Dentifrice  
 100 mL

RECHERCHER COUPON RABAIS sur le produit

**99¢** pqt.  
**KLEENEX BOUTIQUE**  
 Serviettes  
 Pqt. de 75

**129** pqt.  
**LOWNEY**  
 Multi-pack  
 Pqt. de 4 plus 1 en prime

- MONTREAL ET ENVIRONS**
- PLACE BOURASSA
  - CENTRE D'ACHATS FOREST
  - PLAZA COTE DES NEIGES
  - LE MAR CAVENDISH
  - CENTRE COMMERCIAL FLEURY
  - CENTRE D'ACHATS VAN HORNE
  - PLAZA ALEXIS NINON
  - CENTRE D'ACHATS WILDERTON
  - PLACE DESORMEAUX
  - PLACE JACQUES CARTIER
  - CARREFOUR LAYAL
  - CENTRE D'ACHATS ST-MARTIN
  - 434 BOUL. SAMSON
  - CENTRE D'ACHATS DORVAL
  - CENTRE D'ACHATS BEAUCONSFIELD
  - CENTRE D'ACHATS ILE PERROT
  - PLAZA BAIE D'URFE
  - PLACE PIERRE BOUCHER
  - LES PROMENADES SAINT-BRUNO
  - LES GALERIES RICHELIEU
  - LES GALERIES TERREBONNE
  - LES GALERIES JOLLETTE
  - PLACE BELVEDERE
  - CENTRE COMMERCIAL CARREFOUR DE L'ESTRIE
  - LES GALERIES GRANBY
  - LES GALERIES HULL
  - LE CARREFOUR BOIS-FRANC
  - CENTRE COM. LES RIVIERES
  - CENTRE-VILLE TROIS-RIVIERES
  - LES GALERIES CHAGNON
  - PLACE LE BOURGNEUF
  - LES GALERIES SAINTE-ANNE
  - CENTRE COM. PL. DU ROYAUME
  - PLACE CENTRE VILLE
  - LE CARREFOUR RIMOUSKI
  - LES GALERIES MONTAGNAISES
  - CENTRE REGIONAL MANICOUAGAN
  - PLAZA DE LA MAURICIE
  - 296 BOUL. THERIAULT

Prix en vigueur jusqu'au dimanche, 28 août 1983. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.

# la page commerciale

M. Guy Guérette du restaurant McDonald de Rivière-du-Loup s'est mérité le titre de "gérant de l'année". M. Guérette a appris l'heureuse nouvelle lors de la convention des restaurants McDonald du Canada qui se déroulait les 3, 4 et 5 août dernier à Toronto. Ce titre d'excellence dont il peut être fier est la preuve que le Restaurant McDonald de Rivière-du-Loup répond aux plus hauts standards de qualité exigée par cette chaîne de restaurants.



M. Daniel Massé, propriétaire du Marché aux Fleurs, remet à M. Alain Deschênes et son épouse Line Dugal le prix qu'ils se sont mérités dans le cadre de la promotion "concours de la mariée". Ils se sont vus remettre le montant de leur facture, félicitations aux heureux gagnants du mois de juillet.

## La beauté est un besoin

### En beauté durant votre grossesse

A toutes celles qui ont l'ultime bonheur d'attendre un joli petit bébé tout rose, voici quelques conseils pratiques, fort simples, mais combien préventifs.

Votre beauté est à son niveau le plus haut, mais il faut quand même lui apporter des soins soutenus durant cette période exaltante! Il est bien entendu que vous suivez à la lettre les directives de votre médecin au point de vue SANTE. Cependant, au point de vue BEAUTE, il faudra surveiller particulièrement les points suivants: TEINT, VERGETURES, VARICES, MASQUE DE GROSSESSE.

**-LE TEINT:** Votre peau a besoin de soins réguliers. Utilisez des produits doux, exempts de parfum qui apportent à votre peau un apport nutritif important. Préférez les crèmes riches ex.: crème de nuit embryonnaire ou placentaire, afin de nourrir et hydrater votre peau en profondeur. Evitez l'eau chaude pour vos ablutions, préférez toujours l'eau tiède (dilatation des vaisseaux sanguins). Des cas d'allergie se développent souvent durant la grossesse, donc il serait prudent d'employer des produits hypo allergènes.

**-VERGETURES:** Là, conjuguiez le verbe "crémer" à tous les temps. Utilisez une crème spécialement conçue à cet effet, et allez-y généreusement sur les fesses, le ventre, les cuisses et les seins. Ceci aura pour effet d'assouplir votre peau et aussi de lui apporter des éléments nutritifs tels certains extraits végétaux et minéraux encore plus indispensables durant cette période. Commencez l'application de cette crème dès le quatrième mois de votre grossesse. Ceci vous évitera bien des regrets après.

**-VARICES:** Encore une fois, suivez les conseils de votre médecin. Mais aussi, vous pouvez largement contribuer à les éviter en évitant le plus possible les stations prolongées debout. En pratiquant quelques exercices très doux, dont: surelever vos jambes et rester dans cette position 10 minutes tous les jours. Portez des bas support. Enfin, massez doucement vos jambes avec une crème nourrissante.

**-MASQUE DE GROSSESSE:** Ici, tout dépend de vous. Souvent le masque disparaît après l'accouchement, mais pas toujours. Alors, ne prenez pas ce risque. IMPORTANT: protégez bien la peau du soleil. Que ce soit avec une bonne crème écran solaire ou un joli chapeau à larges bords, ou idéalement les deux, gardez votre visage à l'ombre. Il prendra quand même une jolie teinte dorée qui s'harmonisera très bien avec votre condition. Si possible, gâchez-vous un peu, et offrez-vous un bon facial tous les mois, chez votre esthéticienne.

Ne négligez pas non plus vos épilations. Maquillez-vous tous les jours! Colorez votre vie! C'est une période tellement heureuse de votre vie! Soyez la petite femme enceinte coquette, toujours bien mise, bien maquillée, bien coiffée.

**HEUREUSE DE VIVRE ET DE DONNER LA VIE!**

Prochain sujet: **Donnez de l'énergie à votre corps.**

## Centre Silhouette Beauté

439 Lafontaine  
Rivière-du-Loup  
(face libre Service  
Texaco)

**862-0754**



Marie-Josée Pomerleau,  
e.v.d.

la Baie  
du 13 au  
27 août

Vous pourriez vous mériter un des magnifiques prix! Il vous suffit de remplir cette formule de participation et de la déposer dans la boîte prévue à cet effet, au rayon des vêtements pour enfants ou au rayon de la papeterie de n'importe quel magasin la Baie.

### Les prix

- 1<sup>er</sup> prix:** Une bourse de \$500.00 sous forme de certificat de placement garanti, enregistré au nom des parents du/de la gagnant/e, en fidéicommiss pour le/la gagnant/e, et portant intérêts sur une période de cinq ans.
- 2<sup>e</sup> prix:** Une machine à écrire de Smith Corona d'une valeur de \$299.
- 3<sup>e</sup> prix:** Une garde-robe pour filles d'une valeur de \$200.
- 4<sup>e</sup> prix:** Une garde-robe pour garçons d'une valeur de \$200.
- 5<sup>e</sup> prix:** Un radio-cassette AM/FM de Baycrest (modèle HB424) d'une valeur de \$149.
- 6<sup>e</sup> prix:** Des fournitures scolaires d'une valeur de \$100.
- 7<sup>e</sup> prix:** Une calculatrice format de poche de Texas Instrument (modèle T155II) d'une valeur de \$64.95.

Nom \_\_\_\_\_

Adresse \_\_\_\_\_

Ville \_\_\_\_\_

Code postal \_\_\_\_\_

Téléphone \_\_\_\_\_



• Rimouski et Rivière-du-Loup:  
lundi à mercredi, 10 h à 17 h 30;  
jeudi et vendredi, 10 h à 21 h;  
samedi, 9 h 30 à 17 h.

## Concours

### VENTE VEDETTE POUR ENFANTS

#### Règlements du concours

1. Les formules de participation officielles de ce concours (fac-similés non-acceptés) sont disponibles au rayon des vêtements pour enfants et au rayon de la papeterie de n'importe quel magasin La Baie. Toute formule de participation doit être écrite à la main.
2. Le concours est ouvert aux résidents du Canada, âgés de 16 ans ou moins à l'exception des enfants des employés de la Baie de ses agences, concessions en magasin, des compagnies participantes et des enfants de leur famille immédiate.
3. Le concours débute le 13 août 1983 et se termine le 27 août 1983 à l'heure de fermeture du magasin.
4. Le tirage au sort aura lieu le 7 septembre 1983 à midi, au rayon des vêtements pour enfants, au 3<sup>e</sup> étage de notre magasin du centre-ville Montréal.
5. Aucun achat n'est requis pour participer.
6. Il n'y aura aucune substitution de prix.
7. Au cours d'un entretien téléphonique convenu à l'avance, les participants choisis devront, afin d'être déclarés gagnants, répondre correctement à une question d'habileté dans un laps de temps limité.
8. Les gagnants devront être accompagnés d'un parent ou tuteur pour recevoir leur prix.
9. Ce concours est assujéti à toutes les lois fédérales, provinciales et municipales. En vertu de la "Loi sur les loteries, les courses, les concours publicitaires et les appareils d'amusement" la Baie a payé tous les droits exigibles relatifs à ce concours. Tout litige ayant trait à la tenue de ce concours ou au décompte des prix pourra être soumis à la Régie des loteries et courses du Québec.

## Rivière-du-Loup, une des 50 villes canadiennes retenues par le programme John Labatt

Le programme **Tous à l'oeuvre** de Labatt a permis cet été la création de deux emplois d'étudiants dans la ville de Rivière-du-Loup et des environs dans le cadre de projets communautaires mis sur pied par des organismes sans but lucratif. Il s'agit du projet **On va de l'avant '83'** dont le budget total s'élève à 3 643\$.

Ce projet communautaire compte parmi les 50 à travers le pays qui sont subventionnés par John Labatt Limitée, en vertu de son programme de création d'emplois d'été, comme le précise Mme Suzanne Aziz, directrice des subventions et des relations communautaires. Le budget de ce programme spécial pour 1983 s'élève à 23 000\$ et permet de créer environ 125 emplois pour des étudiants.

Ce projet **On va de l'avant**, en collaboration avec la Fondation Jacynthe Lévesque, voit à établir un dossier pour chacun des nombreux cas de personnes sclérosées qui se sont ajoutés à la liste depuis l'été 1982. Les étudiants établissent un questionnaire qui porte sur les loisirs, l'accessibilité, l'environnement familial, etc. Ils s'efforcent de répondre aux besoins spécifiques de ceux qui en ont manifesté le désir lors du projet de l'été 1982. Ils facilitent davantage le contact entre les gens de la ville et les personnes atteintes de sclérose en plaques en organisant diverses activités et excursions dans la ville tel que visite au musée, aux chutes, etc.

Au cours des six dernières années, le programme de création d'emplois d'été de John Labatt Limitée a versé des sommes totalisant 850 000\$ et offert du travail à plus de 600 étudiants pendant la période estivale. L'an dernier, ce programme a bénéficié d'un nouvel essor et a été relancé sous l'appellation de **Tous à l'oeuvre**, alors que la société John Labatt s'engageait à y consacrer une somme de 1\$ million au cours des quatre prochaines années.

Les organismes sans but lucratif désirant bénéficier des fonds de ce programme doivent soumettre tous les détails inhérents à leurs projets. Ceux-ci ensuite évalués par deux étudiants universitaires qui terminent leurs études et qui sont chargés d'assurer la

coordination du programme. Celui-ci est par la suite soumis à l'approbation de comités régionaux formés d'employés du groupe John Labatt.

"Nous avons reçu plus de 500 demandes de subventions cette année" précise Mme Aziz, "ce qui représente une augmentation substantielle par rapport aux années précédentes. Nos coordonnateurs et membres de comités de sélection n'ont donc pas eu la tâche facile car tous les projets soumis étaient excellents".

Ces projets proviennent de source très variées, ils arrivent soit directement des groupes impliqués ou d'organismes communautaires locaux ou d'agences gouvernementales provinciales ou fédérales impliquées dans les emplois pour les étudiants. Mme Aziz ajoute que la compagnie reçoit maintenant un plus grand nombre de demandes directes car le programme **Tous à l'oeuvre** de Labatt connaît une plus grande notoriété chez les organismes à but non lucratif.

Dès que les projets sont approuvés et que les contrats sont signés, les groupes choisis entrent en contact avec les Centre d'emploi du Canada qui se chargent de l'embauche des étudiants.

Le programme **Tous à l'oeuvre** constitue la deuxième plus importante contribution de tous les programmes de subventions de la compagnie Labatt qui verse annuellement 1.5 pour cent de ses bénéfices avant impôts à des organismes sans but lucratif de santé et de bien-être, d'éducation, de culture et de sport.

Le groupe John Labatt accorde son appui à des campagnes nationales tandis que chacun des secteurs industriels de l'entreprise soit le Brassage, les Produits alimentaires et les Produits agro-alimentaires donnent leur appui à des projets d'ordre provincial, régional ou local.

La compagnie Labatt observe des normes de contributions corporatives bien définies qui décrètent que toutes les demandes de subvention doivent respecter certains critères avant d'être acceptées. Les organismes doivent être reconnus comme des groupes charitables enregistrés pour bénéficier de ces subventions. Toutes les demandes doivent être soumises par écrit et fournir les bilans financiers vérifiés ainsi qu'un budget détaillé en plus d'une description de leurs activités communautaires.

Selon Mme Aziz, la compagnie jouit d'une longue tradition philanthropique qui s'insère comme partie intégrante dans la conduite de ses affaires au Canada.

John Labatt Limitée est une société entièrement canadienne dont les activités se retrouvent dans trois principaux groupes d'activités: le Brassage, les Produits alimentaires et les Produits agro-alimentaires. Ses ventes ont atteint les \$2.1 milliards pour l'exercice financier se terminant le 30 avril 1983.

## L'hypothermie, un plaisir fou sans folie

Dès septembre, nos lacs et nos cours d'eau se refroidissent rapidement. Si vous voulez profiter des plaisirs nautiques jusqu'à la dernière minute, il vous faut d'abord comprendre et prévenir le phénomène de l'hypothermie.

L'hypothermie est un abaissement de la température du corps au-dessous de la normale de 98 degrés F. En eau froide (70 degré F, 21 degré C ou moins), le corps perd très rapidement sa chaleur, sa température tombant jusqu'à 64 degré F dans les cas extrêmes. La tête et le cou sont les parties les plus sensibles à une déperdition de chaleur, suivies de la cage thoracique, des aisselles et de l'aîne.

Une légère hypothermie se caractérise par la perte de coordination, l'incapacité de prendre une décision, l'irritabilité de la victime, et parfois, l'irrégularité du rythme cardiaque.

Les symptômes d'une hypothermie grave vont de l'état léthargique aux hallucinations et au délire, et même parfois jusqu'au coma qui peut entraîner la mort.

Que faire pour prévenir l'hypothermie? Si vous partez pour une excursion sur l'eau portez des vêtements appropriés, soit des lai-

nages et un coupe-vent. Le port du V.F.I. (vêtement de flottaison individuel) augmente de 50 à 75% les chances de survie; il est donc essentiel. Si vous tombez à l'eau, évitez de bouger; ainsi, l'eau autour de vous se réchauffera et vous protégera. Apprenez les positions fœtus et caucous, qui augmentent les chances de survie dans 50% des cas. Si possible, agrippez-vous à un objet flottant pour économiser vos forces. Enfin, essayez de sortir de l'eau le plus rapidement possible et rappelez-vous que les enfants et les femmes combattent moins bien les pertes de chaleur.

Les victimes d'hypothermie devraient être transportées immédiatement à l'hôpital. En attendant les secours, enlevez leurs vêtements mouillés et éloignez-les de l'eau, du vent et du froid. Une victime d'hypothermie

ne produit aucune chaleur. Il est donc nécessaire de lui en procurer, à l'aide de bouillottes ou de liquides chauds par exemple. Dans les cas graves, pratiquez le corps à corps après avoir retiré vos vêtements. Mais évitez toute source de chaleur brusque qui pourrait provoquer un arrêt cardiaque, et ne donnez jamais d'alcool à une victime d'hypothermie.

Parmi les principales séquelles que connaissent les victimes d'hypothermie, on distingue la pneumonie, des maladies rénales, des fluctuations de température (2 degré à 3 degré), quelquefois pendant plusieurs années, et des désordres psychiatriques, dans les cas extrêmes.

Pour prévenir les risques d'hypothermie, suivez donc ce conseil de la Croix-Rouge canadienne: "Un plaisir fou? Bien sûr! Mais pas de folies!..."



### Participez à notre concours "Retour à l'école" du 17 au 27 août

Vous pourriez mériter un des magnifiques téléviseurs noirs et blancs Baycrest, d'une valeur de \$109.00 chacun! Il vous suffit de remplir cette formule de participation et de la déposer dans la boîte prévue à cet effet, à la boutique 317 et à la boutique Jeunesse de la Baie, à Rivière-du-Loup.

#### Règlements disponibles au magasin.

Nom.....  
Adresse.....  
Ville.....  
Code postal.....  
Téléphone.....

"Spécimen"



Demandez-nous n'importe quoi ou presque.



Pour savoir tout ce qui s'est passé autour de vous cette semaine, procurez-vous le **ST-LAURENT-ECHO**. En vente chez tous les bons dépôts, par votre camelot ou par abonnement. Tél: 862-1774.

**LE ST-LAURENT-ECHO**

Cartes de crédit acceptées.



### Concours Bâtons de Hockey Titan Wayne Gretzky du 20 au 27 août

Vous pourriez gagner un bâton de hockey signé Wayne Gretzky d'une valeur de \$10.95 chacun. Il vous suffit de remplir cette formule de participation et de la déposer dans la boîte prévue à cet effet, au rayon des vêtements pour enfants de n'importe quel magasin la Baie.

#### Prix

Cinq bâtons de hockey seront attribués au hasard dans chacune des succursales suivantes: Centre-ville Montréal, Boulevard, Versailles, Place Vertu, Dorval, Centre Laval, Rockland et St-Bruno.

Quatre bâtons de hockey seront attribués au hasard dans chacune des succursales suivantes: Rimouski, Rivière-du-Loup, Chicoutimi, Place Laurier et La Capitale.

#### Règlements disponibles au magasin.

Nom.....  
Adresse.....  
Ville.....  
Code postal.....  
Téléphone.....

"Spécimen"



Demandez-nous n'importe quoi ou presque.

# Zellers

## UN MESSAGE IMPORTANT DU RAYON DES PRODUITS DE BEAUTÉ ET DE SANTÉ!

EN VENTE DU MERCREDI AU SAMEDI, 24 AU 27 AOÛT OU JUSQU'À ÉPUISEMENT DES STOCKS

ORD. CORRESPOND AUX PRIX COURANTS DE ZELLERS.

Dentifrice  
"Aqua-Fresh"  
100 mL

REGULAR FLAVOUR  
**Aqua-fresh**  
FLUORIDE  
FIGHTS CAVITIES AND FREEMERS BREATH

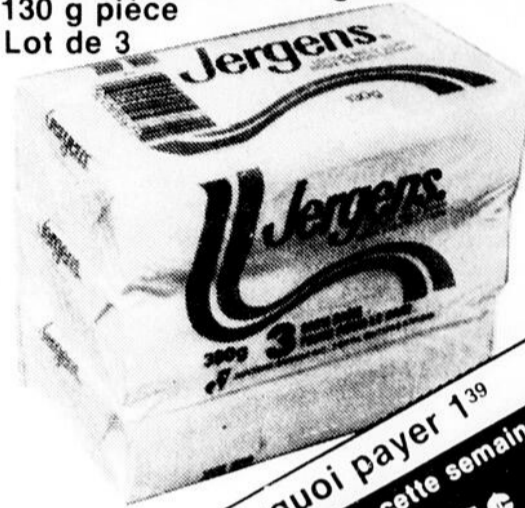
Pourquoi payer 185  
Chez Zellers, cette semaine  
**97¢ ch.**

### TÉLÉCOMMUNICATIONS ZELLERS

POURQUOI PAYER LE PLEIN PRIX? CETTE SEMAINE, CHEZ ZELLERS, VOUS ÉPARGNEREZ ÉNORMÉMENT SUR TOUTES CES MARQUES NATIONALES CONNUES! VOUS VOUS DEVEZ D'ALLER VOIR POURQUOI C'EST NOTRE PLUS GRANDE VENTE DE PRODUITS DE BEAUTÉ ET DE SANTÉ JAMAIS VUE.

ZELLERS CANADA  
PRODUITS DE BEAUTÉ ET DE SANTÉ

Pains de savon "Jergens"  
130 g pièce  
Lot de 3



Pourquoi payer 139  
Chez Zellers, cette semaine  
**97¢ le lot**



Lames jumelées  
"Atra"  
Lot de 5

Pourquoi payer 209  
Chez Zellers, cette semaine  
**177¢ le lot**

Brosses à dents  
"Oral-B"  
Au choix



Pourquoi payer 179  
Chez Zellers, cette semaine  
**127¢ ch.**



Shampooing ou Revitalisant  
"Flex"  
450 mL

Pourquoi payer 347  
Chez Zellers, cette semaine  
**297¢ ch.**



Laque en atomiseur  
"VO5"  
400 mL  
Au choix

Pourquoi payer 267  
Chez Zellers, cette semaine  
**227¢ ch.**



Lotion  
"Pond's"  
À la crème et au  
beurre de cacao  
380 mL

Pourquoi payer 389  
Chez Zellers, cette semaine  
**257¢ ch.**

Shampooing ou Revitalisant  
"Organics de Fabergé"  
300 mL  
sur un  
crochet



Pourquoi payer 247  
Chez Zellers, cette semaine  
**197¢ ch.**



30 tampons  
"Carefree  
O.B."

Pourquoi payer 469  
Chez Zellers, cette semaine  
**327¢ ch.**



Gants  
"Hand Saver"  
en caoutchouc  
de "Playtex"  
Différentes  
grandeurs

Pourquoi payer 169  
Chez Zellers, cette semaine  
**97¢ la paire**

60 vitamines  
"C Extra"  
croquables  
"Les Pierrafeu"  
Ord. 479

**397¢ ch.**

Shampooing  
"Prêt"  
300 mL  
Ord. 319

**227¢ ch.**

Lotion  
"Soins intensifs"  
"Vaseline"  
200 mL  
Ord. 229

**147¢ ch.**

Savon  
"Camay"  
95 g  
Ord. 59¢

**47¢ ch.**

Déodorant  
"Ban"  
à bille  
75 mL  
Ord. 299

**197¢ ch.**

Pansements  
"Band-Aids"  
"J & J"  
Lot de 60  
Ord. 279

**197¢ ch.**

Lotion dépilatoire  
"Neet"  
100 mL  
Ord. 199

**127¢ ch.**

Tampons de  
démaquillage  
"Make-Off"  
Lot de 100  
Ord. 199

**127¢ ch.**

Colorant capillaire  
"Clairette"  
de "Clairol"  
Ord. 599

**447¢ ch.**

Comprimés d'aspirine  
"Bayer"  
Bouteille de 24  
Ord. 99¢

**77¢ ch.**

Dentifrice  
"Colgate"  
100 mL  
Ord. 227

**157¢ ch.**

Pansements en tissu  
"Band-Aid"  
Lot de 40  
Ord. 229

**157¢ ch.**

Shampooing pour bébé  
"J & J"  
350 mL  
Ord. 287

**257¢ ch.**

Ersatz de sucre  
"Sugar Twin"  
Lot de 100 sachets  
ou 200 mL liquide  
Au choix  
Ord. 199

**137¢ ch.**

Savon sur une corde  
"Old Spice"  
Ord. 609

**397¢ ch.**

Coton-ouate  
56 g  
Ord. 279

**177¢ ch.**

Savon liquide  
"Milan"  
300 mL  
Ord. 229

**147¢ ch.**

Crème  
"Skin Care Plus"  
en pots de 460 mL  
Ord. 249

**167¢ ch.**

100 Multivitamines  
"Une par Jour"  
Ord. 489

**397¢ ch.**

Mousse à raser  
"Edge"  
200 mL  
Ord. 269

**197¢ ch.**

Crème de  
premiers soins  
"Ozonol"  
300 g  
Ord. 319

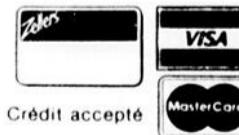
**177¢ ch.**

Il se peut que tous les articles sur cette page ne soient pas en vente dans nos magasins Mini Z

# Zellers

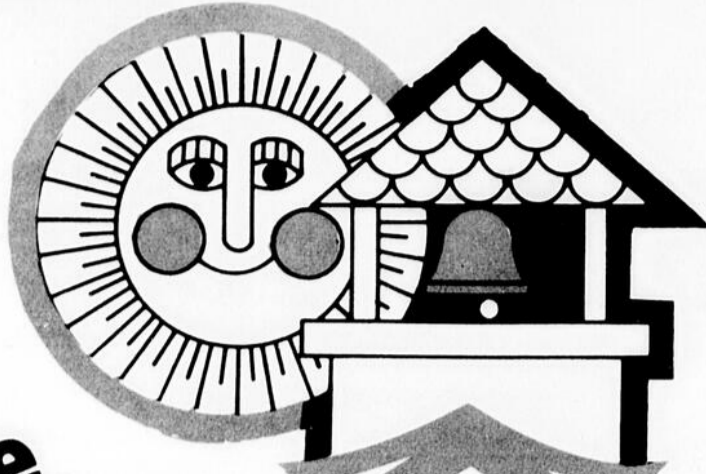
298 Boul. Thériault, Centre Commercial,  
Rivière-du-Loup

Lundi au mercredi de 9h30 à 17h30  
Jeudi et vendredi de 9h30 à 21h  
Samedi de 9h00 à 17h



Crédit accepté

C'est  
l'heure  
de la  
rentrée



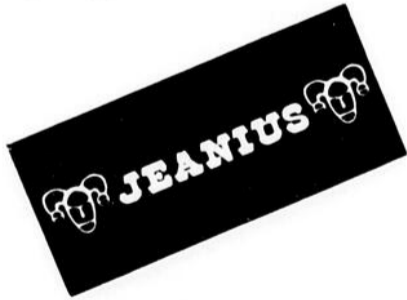
à la  
**LINGERIE**  
*Beaulieu* Inc.



Nous sommes dépositaires  
des marques prestigieuses  
pour bien vêtir grands et  
petits pour la rentrée.



*Robin*



Défilé de mode à l'école Notre-Dame du Sacré-Coeur, St-Ludger le 27 août prochain.

**SENS UNIQUE**



**dalesport**

**Futurama**

**PROFITEZ DE NOS SPÉCIAUX  
POUR LA RENTRÉE**

325 Témiscouata, Rivière-du-Loup, 862-2160