

MAGAZINE



Trop d'ordinateur c'est comme trop de télé

Un nouveau défi pour les parents

Les enfants de la génération télé élèvent actuellement les enfants de la génération PC (l'ordinateur personnel). Les parents d'aujourd'hui se trouvent confrontés, à l'instar de leurs parents, à de nouveaux défis de comportement. Ils apprennent que l'utilisation du PC par les enfants est bien meilleure lorsqu'elle est faite avec modération tout comme les friandises, et la télé.

NEW YORK — Les chercheurs commencent à se pencher sur la façon dont les familles se servent de ces appareils à un moment où les ventes de PC, leur utilisation pour obtenir des services directs et le fossé de sophistication entre parents et enfants ne cessent de croître.

par EVAN RAMSTAD
Associated Press

Ils découvrent déjà que, tout comme les jeux vidéo, l'ordinateur personnel peut constituer parfois une nuisance pour les parents qui croient que l'appareil occupe une trop grande partie du temps de leurs enfants.

Ils mettent également en garde contre le fait que l'ordinateur peut devenir un instrument pour activités illégales, l'enfant — généralement dans l'adolescence — ne sachant pas toujours que s'introduire dans l'appareil d'un autre est contraire à la loi.

Imposer des limites

Plusieurs enfants en savent beaucoup plus sur leur PC que leurs parents.

L'ordinateur ne fait pas exception», soutient Sally Bowman Alden, directeur exécutif du «Computer Learning Foundation», une compagnie de Palo Alto (Californie) qui publie de la documentation spécialisée à l'intention des parents et des enseignants. «C'est une question d'équilibre, ajoute-t-il. Il n'est pas plus sain pour un enfant de ne rien faire d'autre que lire ou jouer au soccer».

Il n'existe pas de statistiques précises sur le nombre d'enfants qui deviennent si accrochés à l'ordinateur que leur comportement en souffre. Et rares sont celles qui laissent entendre qu'un PC est plus

nuisible à un enfant qu'à un adulte qui se sent obligé d'inscrire le moindre dollar gagné ou dépensé dans sa banque d'ordinateur ou qui développe une véritable obsession à propos de l'écosystème de la planète dans un jeu SimEarth.

«Après quelque temps, lorsqu'elles en ont vraiment marre, elles se lèvent et s'en vont», souligne Judith Orser, une New-Yorkaise mère de deux filles d'âge scolaire. L'ennui, c'est que l'ordinateur retient leur attention tellement longtemps.

Réaction des fabricants

Plusieurs fabricants rejettent ces critiques sur la surutilisation du PC par les enfants, affirmant qu'il est préférable pour un enfant de passer plus de temps devant son ordinateur, qui stimule l'interaction et la pensée, que de perdre l'essentiel de son temps à regarder passivement la télévision.

Devant la montée fulgurante des ventes d'ordinateurs personnels, de loin les plus importantes du marché, psycholo-

gues et autres chercheurs commencent à accorder une attention particulière à ces questions.

Quelques touches de claviers équivalent parfois à défoncer une porte pour aller voler quelque chose.

Carol Goldberg, une psychologue clinique de la région de New York, affirme qu'un parent devrait savoir si son enfant utilise l'appareil simplement pour jouer ou s'il le fait à des fins éducatives et de création. «Certains jeux d'ordinateur créent de la dépendance au même titre que les vieux jeux de foire automatiques», reconnaît Mme Goldberg, qui gagne sa vie à aider les autres à surmonter la peur de la technologie.

«Ce n'est cependant pas le cas lorsque l'enfant passe l'essentiel de son temps à faire des choses constructives sur ordinateur. L'une des choses importantes à surveiller, ce n'est pas seulement la longueur du temps qu'un enfant passe assis devant son écran d'ordinateur, mais ce qu'il fait pendant ce temps», dit-elle.

Certains des aspects qui, selon les experts, exigent la vigilance des parents:

- messages violents et dangereux ou images en provenance de services spécialisés;
- temps passé devant le PC aux dépens du développement de relations amicales;
- ordinateurs devenant plus importants que les responsabilités domestiques;
- absence d'exercices à cause d'un trop grand intérêt pour l'ordinateur.

Greg Sales, professeur de sciences de l'éducation à l'Université du Minnesota, affirme que les ordinateurs agissent comme des blocs de construction, des trousseaux de jeux et des maisons en jouets dans le développement de l'imagination et de la pensée critique chez l'enfant.

«Le problème, c'est que tout ça fait passer à une activité passive dans la plupart des cas à cause du fait que l'on se contente de s'asseoir pour manipuler une souris et un clavier», affirme Sales, qui a longuement étudié la façon totalement différente dont les garçons et les filles se servent de l'ordinateur. Le manque d'activités physiques peut constituer un problème.

À la différence de la télévision de la génération précédente, le PC laisse

entrevoir un fossé technologique entre parents et enfants. «Le fait est que plusieurs enfants en savent beaucoup plus sur leur PC que leurs parents», précise Warren Carithers, spécialiste du «Rochester Institute of Technology». «Il n'y a pas grand-chose que les parents puissent faire d'autre que de regarder ce que leur enfant fait avec son ordinateur. D'où l'importance de lui faire confiance».

Certains enfants, notamment les adolescents, finissent, à force de pianoter, par avoir accès de façon tout à fait illégale à d'autres ordinateurs et à leurs données. Plusieurs d'entre eux ne réalisent pas que quelques touches de clavier équivalent parfois à défoncer une porte pour aller voler quelque chose à l'intérieur de la maison.

Ce n'est pas seulement la durée qu'un enfant passe devant son écran d'ordinateur, mais surtout ce qu'il en fait.

Certains jeux d'ordinateur créent de la dépendance.

Quelques bons trucs pour les parents

Plusieurs parents achètent des ordinateurs à leurs enfants parce qu'ils pensent que cela leur permettra d'être au faite de l'évolution technologique. Mais ce genre de raisonnement peut conduire à une perte de temps et d'argent. «Le plus grand problème que je vois est que les parents ont le sentiment général, vague et indéfini que leur enfant a besoin d'un ordinateur. Et ils vont en acheter un qu'ils ramènent à la maison sans vraiment savoir quoi en faire», souligne Georgetta Ratcliffe, une enseignante de Winchester (Virginie) qui a écrit un livre sur la voie que les parents devraient suivre pour acheter un ordinateur. Voici quelques-uns de ses précieux conseils.

■ Avant d'acheter, essayez de définir ce qu'un enfant peut faire avec un ordinateur: jouer, dessiner, écrire ou faire de la recherche. Posez-vous ensuite la question suivante: «Est-ce que mon enfant est du genre à faire cela?» Si la réponse est négative, il n'est peut-être pas nécessaire d'acheter un ordinateur.

■ Identifiez les logiciels que vous voulez acheter et essayer d'évaluer la puissance d'ordinateur et d'emmagasinage dont ils vont avoir besoin. Ensuite, si vous pouvez vous le permettre, achetez un appareil légèrement plus puissant. Les lecteurs de disques compacts CD-ROM sont un «must» et la plupart des fabricants ne vous offriront pas leurs appareils sans eux.

■ Soyez clair sur la personne responsable de l'ordinateur et sur celui qui va en assurer l'entretien. Établissez des règles précises de comportement dans la chambre de l'ordinateur, notamment en

ce qui concerne la consommation de nourriture et de boisson.

■ Assurez-vous que l'ordinateur sert d'instrument et non de jouet. Pour empêcher que les enfants aient accès à vos logiciels, sauvegardez les programmes pour adultes ou achetez-en qui séparent les programmes pour adultes de ceux pour enfants. Packard Bell et AST Research inc. insèrent de telles sauvegardes dans le cœur des PC qu'elles vendent au détail.

■ Surveillez la façon dont l'enfant utilise l'ordinateur, particulièrement s'il a accès aux services spécialisés et aux tableaux d'annonces. Tout en ouvrant la porte à une vaste gamme de ressources valables, ces services posent également de nombreux problèmes potentiels: logiciels susceptibles d'endommager votre PC, images de violence ou de pornographie, et contacts avec des gens auxquels vous n'ouvrirez pas la porte de votre maison.

L'éthique en informatique

«On assiste à une dissociation avec la réalité», affirme Frank Clark, spécialiste des crimes par ordinateurs au sein de la police de Fresno, en Californie. Je rencontre souvent de jeunes gens impliqués dans des activités criminelles. La plupart du temps, ils n'en seraient pas arrivés là si les parents étaient intervenus».

Tres peu d'établissements scolaires ou universitaires accordent suffisamment d'importance au comportement et à l'éthique en informatique, souligne le détective.

Plusieurs organisations indépendantes, parmi lesquelles la «Computer Ethics and Responsibility Campaign», de Los Angeles, tentent de sensibiliser la population à ce problème d'éthique. La «Computer Learning Foundation» vend actuellement aux parents et aux enseignants une brochure sur l'utilisation conforme à l'éthique de la technologie, dont le respect de la propriété électronique et de la vie privée.

«Nous pensons qu'il est important d'apprendre aux enfants quelques comportements responsables en la matière dès le jeune âge», affirme Alden, le directeur de la fondation.

L'univers électronique

AUDIO-VIDÉO INFORMATIQUE JEUX VIDÉO



Tempête de jeux, juste en temps pour les Fêtes

□ ...mais il vous faudra un équipement puissant pour en profiter

La disette est bel et bien terminée. Et comme il fallait s'y attendre après ces longs mois où rien ne semblait vouloir se passer, les maisons d'édition de logiciels de jeux sur ordinateur ont ouvert toutes grandes les vannes; en fait, c'est une véritable tempête de jeux qui déferle sur les amateurs qui ne savent maintenant plus où donner de la tête.

Mais le plus gros problème n'est pas là. On ne peut en effet déplorer qu'il y ait trop de jeux, même s'ils arrivent tous en même temps. L'os — et il est de taille, difficile à avaler — est tout simplement que



par
**MICHEL
TRUCHON**
LE SOLEIL

les programmeurs ont relevé la barre des exigences techniques à

un point tel que c'en est presque devenu scandaleux.

Les temps changent, bien sûr, et les machines sont de plus en plus puissantes et sophistiquées, mais les gros ordinateurs ne sont pas majoritaires dans le parc des PC et compatibles où la génération précédente — celle des 386 notamment — avec une configuration de

base de 4 Mo de mémoire, domine toujours. Pourtant, on l'a presque complètement oubliée: désormais il faut avoir un 486/33 MHz (minimum) et au moins 8 Mo de mémoire vive pour avoir accès de façon plus ou moins satisfaisante aux nouveaux jeux. Je dis minimum, car dans bien des cas même un 486 DX2 66 en arrache avec les nouveaux programmes. L'heure n'est pas tellement éloignée où il faudra songer au Pentium pour obtenir un rendement optimal.

Et, dans plus de 80 % des cas, c'est le disque optique compact (CD-Rom) qui a pris la vedette, forçant les utilisateurs à se procurer un lecteur de ce type. Heureusement que les prix ont considérablement baissé et qu'il est maintenant possible d'en trouver pour moins de 200\$. Inutile, également, de songer à se passer d'une carte de son si on veut profiter de la nouvelle technologie qui fait plus que jamais appel aux dialogues enregistrés ainsi qu'à la musique intégrale. Pour une bonne carte de son, il faut compter un autre 150\$.

Et ça n'est pas tout: l'arrivée massive sur CD aurait théoriquement dû éliminer l'un des problèmes majeurs des programmes récents, c'est-à-dire la gourmandise du côté de l'espace sur le disque dur. Avec plus de 640 Mo pour le stockage des données sur un disque optique compact, on aurait pu croire que cela aurait été suffisant. Mais c'est loin d'être le cas: pour accélérer l'exécution des programmes, il faut en installer une bonne partie et cela prend de la place: à titre d'exemple, le superbe Ecstatica prend... 70 Mo d'espace disque, Dragon Lore 34 Mo et Menzoberranzan 29 Mo. En moyenne, c'est 10 Mo d'espace disque qu'un programme sur CD requiert. On est loin des «petits» disques durs d'il y a deux ans et il faut désormais compter sur un 520 Mo si on veut être à l'aise.

En fait, estime Sébastien Mathieu, responsable de la section des logiciels de jeu chez MicroBec, l'amateur de jeux qui possède encore une «vieille» machine doit sérieusement songer à se procurer un nouvel équipement, s'il désire suivre le mouvement. Un 486/66 de base coûte environ 1500\$; on ajoute à cela 250\$ pour le grimper à 8 Mo (l'exigence minimum de la plupart des nouveaux programmes), 200\$ pour un lecteur CD-Rom, 150\$ pour une carte de son et on arrive facilement à 2000\$ sans compter les taxes. C'est là la rançon des fabuleux jeux qui déferlent sur le marché.

Mais la grogne n'est pas terminée pour autant. Les éditeurs avaient promis, avec l'arrivée des programmes sur CD qui tuent une fois pour toutes la plaie du copiage et de la piraterie, que les prix des jeux baisseraient radicalement, pour enfin les mettre à la portée de tous. Or, il n'en est rien, déplore François Taddei, coordonnateur de la section jeux au Club DOS. «Ils ne respectent pas leur parole. Au lieu de baisser, le prix des jeux sur CD a augmenté de 5\$ à 15\$ en moyenne. Les éditeurs avec qui j'ai communiqué disent que c'est temporaire, mais je ne le crois pas: c'est comme les taxes, ça ne baissera pas...» Selon François Taddei, les concepteurs expliquent qu'il y a un an, il en coûtait environ 250 000\$ pour développer et produire un logiciel. Aujourd'hui, avec l'embauche de véritables comédiens, le tournage en studio et l'utilisation de puissantes stations Silicon Graphics pour la programmation, il en coûte entre 1 et 6 millions\$ pour réaliser un jeu! Cela aussi se paie, faut-il croire.

Les nouveautés

Voici, en vrac et de façon non exhaustive, une liste des titres qui nous sont tombés dessus lors de la dernière «tempête». Vous y trouverez sans doute quelque chose que vous aimeriez recevoir pour Noël ou que vous pourriez offrir en cadeau:

KING'S QUEST VII de Sierra. Cette fois, c'est la reine qui part pour délivrer sa fille, emportée dans une sorte d'univers parallèle. Roberta Williams a signé le scénario et la réalisation, dans un programme qui est en fait un dessin animé interactif fortement apparenté aux œuvres des studios Disney. Fort amusant mais un peu enfantin sur les bords. Pour l'instant, ne tourne que sur Windows; la version française est elle aussi attendue avant Noël. Deux CD, 69\$ environ.

THE LEGEND OF KYRANDIA, Book 3, Malcolm's Revenge de Westwood Studios. Le troisième volet de la série d'aventure créée par ceux qui s'étaient rendus célèbres avec Eye of the Beholder. C'est au tour du méchant Malcolm d'imposer sa loi. Une animation extraordinaire, un humour mordant, des textes en français. 69\$.

RELENTLESS, Twinsen's Adventure d'Electronic Arts-Adeline. À mon avis le plus extraordinaire de cette tournée de la fin de 1994. Jeu d'aventure-action se maniant au clavier, avec une animation comme on en a rarement vu, supérieure même à celle du non moins impressionnant Ecstatica. Le titre, bien sûr, laisse deviner que le programme a été réalisé par des Français, sous la direction de Frédéric Raynal, celui à qui l'on doit Alone in the Dark. Voix et textes en français. 65\$.

DRAGON LORE de Mindscape. Un produit de France celui-là également, mais les premiers exemplaires à arriver ici ne sont qu'en anglais. Jeu d'aventure animé aux graphismes tout simplement sublimes, avec des voix d'acteurs professionnels. Deux CD, 65\$.

SYSTEM SHOCK d'Origin. Un «Ultima Underworld» à la sauce futuriste, dans lequel on explore un gigantesque vaisseau spatial. Une réalisation impeccable avec un scénario blindé et des niveaux de difficulté variables. Indispensable pour les amateurs d'aventure. Sur disquettes et CD, 70\$ environ.

ALIEN LOGIC de SSI. Vraiment étrange et surprenant, celui-là. On aime ou on n'aime pas. Mais quand on aime, on doit se préparer à faire face à de très longues heures d'aventure et d'exploration, les déplacements se faisant sur une carte vue du haut et les recherches et les combats dans un écran en deux dimensions avec une animation fort respectable. Personnellement, j'adore. Un CD, 60\$ environ.

ARE YOU AFRAID OF THE DARK? de Viacom Newmedia. Arrivé sans tambour ni trompette, celui-là, mais vraiment surprenant. Une aventure mettant en vedette deux enfants se retrouvant prisonniers dans un théâtre hanté. Mélange de photographies numérisées avec de vrais comédiens et de scènes animées. Ambiance sonore, musique et dialogues constants plongent le joueur dans un environnement réaliste. Aussi fascinant que Myst. Un CD, 65\$.

MENZOBERRANZAN de SSI-DreamForge. Un nouveau jeu de rôle animé, pour les inconditionnels du genre. Un peu décevant à cause des explorations extérieures sur d'immenses superficies où il faut trouver des objets indispensables, un détail dont on aurait fort bien pu se passer. 79\$.

CYCLONES de SSI-Raven. Un autre jeu à la DOOM, mais sans doute le mieux réussi de tous les «clones» jusqu'à maintenant. Rapide, détaillé, mais un peu difficile de maniement. En attendant Dark Forces de LucasArt, les amateurs de carnage ont de quoi se mettre sous la dent. Un CD, 75\$.

Les suggestions des spécialistes



Sébastien Mathieu, MicroBec

- 1— **Tie Fighter** de LucasArt: «Sans doute le simulateur de combat spatial le plus réaliste, plus complet que Wing Commander et plongeant l'amateur dans l'ambiance de Star Wars.»
- 2— **Relentless**: «Superbement animé, moins dur à jouer que Ecstatica, moins gourmand et en français.»
- 3— **Noctropolis**: «Une aventure animée pour les amateurs du genre, un scénario poussé, très bien réalisé.»



François Taddei, Club DOS

- 1— **Kyrandia 3**: «Nettement mieux que le deuxième épisode. Un humour hilarant où le héros accumule des points de méchanceté. Et en français SVP.»
- 2— **Magic Carpet**: «Mon coup de coeur. Sans doute le jeu le plus original cette année. Tapis volant avec un zeste d'action et de stratégie. Très rapide.»
- 3— **Cyberia**: «Un mélange de Rebel Assault et de 7th Guest, avec des puzzles dans un environnement 3-D. Saisissant.»



Daniel Bouchard, Compucentre

- 1— **La console 3DO avec le jeu Road Rash**: «Le plus beau jeu de conduite automobile, sur la console qui s'affirme la reine des plates-formes de jeu.»
- 2— **La console Super NES, maintenant offerte avec Donkey Kong Country**: «Avec Super Return of the Jedi, sans doute le jeu le plus impressionnant sur console 16 bits.»
- 3— **La console Genesis avec Lion King**: «Sega n'a pas encore dit son dernier mot et, en attendant les consoles 32 bits, fait la preuve qu'elle a encore sa place.»

• FILMS • DISQUES CD • PHOTOTHEQUE
• JEUX VIDEO • VIDEO CLIP • ENCYCLOPEDIE

CD-I
INTERACTIF
MAGNAVOX

PAR PHILLIPS

Le lecteur DC-Interactif CDI-200 de MAGNAVOX transporte toute la famille dans un nouveau monde de plaisir, d'exploration et d'éducation. La technologie multimédia permet le contrôle total des effets vidéo reproduit une image en réalité virtuelle incomparable à tout ce que vous pouvez imaginer. En plus d'acquiescer un lecteur laser de loin supérieur à tout lecteur conventionnel, vous posséderez: un lecteur vidéo digital, plus de 650 lignes de résolution; un centre de jeux vidéo interactif avec accès à plus de 200 titres de jeux (optionnel); une photothèque digitale pouvant regrouper sur un seul disque, en ultra haute résolution, vos photos et diapositives; un centre de données et d'informations multiples, éducatif et divertissant dont une encyclopédie complète d'une valeur de 300\$ et un jeu aérospatial offerts gratuitement avec l'appareil. Télécommande diffère de la photo. Venez assister à une démonstration en magasin.

UN PEU PLUS CHER MAIS
BEAUCOUP PLUS
QU'UN SIMPLE LECTEUR LASER
RABAIS DE 150\$

* cassette digitale non comprise

399\$

GRATUIT
ENCYCLOPÉDIE
d'une valeur de 300\$.
JEU AÉROSPATIAL
d'une valeur de 80\$.Le CINÉMA
GRATUIT

Avec tout achat de 199\$ et plus à la Clef de Sol, recevez une paire de billets pour assister à une séance de projection privée. Des super films en cadeau. Collaboration: CINEPLEX ODEON

La clef de sol

QUÉBEC
840, Boulevard
627-0840QUÉBEC
2, rue St-Jean
524-8431LÉVIS
170, rue Kennedy
833-9636BAIE-ST-PAUL
(Électro-mall)
Centre Le VILLAGE
435-3663DONNACONA
Électronique Émond
161, Notre Dame
285-4535LAURIER-STATION
Rue Parquet est.
170, boul. Laurier
728-3243MONTMAGNY
Picard Électronique
101, boul. Tasch O.
248-2102PONT-ROUGE
Élect. Pont-Rouge
137, Notre-Dame
873-2826



Le coquet...



L'intrepide...



Le distrait...



Le démocrate...

Le père Noël en liberté



Le «contribuable»...



Le fétard...

Place au père Noël électronique

CAMBRIDGE (AP) — Il était une fois des enfants qui écrivaient, en tirant la langue sous l'effort, de belles lettres au père Noël, pour lui réclamer des bonbons et des joujoux, à condition d'être sage, bien sûr.

PAR JANET KERLIN
de l'Associated Press

Maintenant, il n'y a plus d'enfance: les messageries électroniques ont pris le relais des crayons de couleur et du papier quadrillé. «Cher père Noël» s'écrit en langage binaire... et le vieux bonhomme à barbe blanche répond de la même manière.

Lexi Cahill, du haut de ses quatre ans, a ainsi tapé son message au père Noël, alias Delphi Internet Services Incorporated: «Je voudrais une poupée qui parle quand elle regarde des films vidéo. Apporte-moi aussi, s'il te plaît, les choses que je t'ai demandées quand j'étais au centre commercial, parce que maintenant j'ai oublié ma liste».

La réponse n'a pas traîné: «Ho ho ho. Merci pour ta lettre. Je suis impatient de passer chez toi durant la nuit de Noël. Je me souviens de ce que tu m'as dit au centre commercial et je ferai de mon mieux pour t'apporter tout ce dont tu as envie à Noël». Scott Mandell, le véritable auteur de cette petite missive

venue du ciel, est directeur de Digital National, un service télématique d'Arlington, en Virginie. Après le travail, il s'attelle à son ordinateur domestique et se met dans la peau du père Noël pour rédiger des réponses. Jusqu'à présent, il en a écrit environ 1000.

Les enfants américains ne sont pas les seuls à croire à ce père Noël électronique: environ un tiers des lettres émanant d'adultes qui aimeraient bien trouver, qui une Lamborghini, qui une bague de fiançailles, qui un contrat d'embauche au pied du sapin.

L'idée lui est venue alors qu'avec des collègues de bureau, il cherchait quelque chose de distrayant à faire pendant les vacances. «Cela marche extraordinairement bien», constate M. Mandell.

Plusieurs services télématiques existent ainsi aux États-Unis qui permettent aux enfants de dialoguer avec l'homme à la houppelande, moyennant un abonnement d'un mois... payé par les parents.

Heureusement, les traditions ne sont pas complètement perdues. La plupart des enfants envoient encore leurs lettres par la poste, adressées au «Pôle Nord». La Poste de Boston a trouvé le moyen d'y répondre sans tout sacrifier à l'électronique: les lettres sont confiées à des personnes volontaires, heureuses d'être le père Noël d'un jour.



Laurent

LAPLANTE

collaboration
spéciale

COMMENTAIRE

Entre l'ancien et le nouveau

Lorsque Noël approche, un certain rituel veut que les nostalgiques déplorent la commercialisation de la fête et que les progressistes autoproclamés se félicitent d'être enfin débarrassés de traditions poussiéreuses.

De part et d'autre, on semble croire que seules les positions extrêmes peuvent exister: ou bien la crèche, les pattes de cochon et la messe de minuit, ou bien les vœux transmis par fax, la nuit au bar et le petit cadeau au camarade de bureau dont le hasard nous a transmis la responsabilité.

Se pourrait-il que le bon sens autorise à la fois l'enracinement et l'épanouissement, à la fois la continuité et le renouvellement?

Tout liquider

Les Québécois ne sont évidemment pas les seuls à pratiquer l'amnésie culturelle, mais sans doute faisons-nous partie des peuples qui la cultivent avec une particulière efficacité. Dès l'instant où un quelconque magazine a présenté comme une obligation morale la modernisation du salon et de la cuisine, aussitôt ont surgi et se sont répandus les plus anti-septiques «masonites» et les tubulures les plus horriblement chromées.

D'urgence il fallait liquider le mobilier d'autrefois, depuis les armoires traditionnelles jusqu'à la berceuse aux barreaux tournés. Tout cela avait été décrété «laid». Quelques courtes années plus tard, le vent tournait et les maquignons de l'«antique» revendaient à prix fort ce qu'on regrettait d'avoir bradé et qui redevenait à la mode.

Tout l'un ou tout l'autre

De même, depuis que s'est atténuée la ferveur religieuse, beaucoup, y compris une partie du clergé, considèrent qu'on peut démolir n'importe quelle église. Ce qui était à la fois un lieu de culte et un morceau du patrimoine ne mérite plus d'exister du tout si l'on n'y célèbre plus la messe. Tout l'un ou tout l'autre. De même, depuis que s'est répandue la mode de la bouffe instantanée, il ne reste plus qu'une poignée de gourmets pour distinguer entre la poutine et le plat cuisiné.

Toujours, on le voit, le blanc ou le noir, la tradition ou le progrès, le culte inconditionnel ou le rejet brutal. Sport national: le pendule.

Quoi garder?

Faut-il, par souci de préserver la tradition, ne rien changer aux usages du pays du Québec et toujours célébrer la Noël de la même manière? Faut-il s'entêter à dresser le même plantureux arbre de Noël dans un salon où ont cessé les gambades d'enfants? S'en tenir toujours à une cuisine qu'exigeait le métier de scieur de bois et qui dévastait nos estomacs de sédentaires?

Adresser comme hier des cartes de Noël auxquelles ne répondent maintenant que ceux et celles qui peuvent les imputer à leur budget de relations publiques? Pas nécessairement.

Mais le sens, lui, devrait survivre. Que le Québec vive Noël autrement, ce n'est qu'un signe de santé.

Mais il serait désastreux que le Québec, emporté par les caprices des promoteurs de tous poils et modelé désormais par la volonté des seuls publicitaires, ne sache plus que Noël marque le moment où les jours commencent à allonger, où la vieille peur d'une nuit éternelle se dissipe enfin, où les humains se serrent les uns contre les autres et reprennent espoir, où les enfants symbolisent plus que jamais ce renouveau de la vie, où la joie rejaille en générosité vers les êtres chers...

Au lieu du «tout ou rien», un moment de bonne vieille renaissance goûté à la moderne.

Une greffe qui prend

Comme parents ou comme grands-parents, c'est le temps de puiser dans nos réserves d'optimisme pour toujours voir ce que Noël signifie d'affections et de rapprochements. Pas de temps à perdre à comparer stérilement les formes passées et les incarnations présentes de la même fête et du même amour.

Quant à elles, les jeunes générations ont aussi un effort à faire: celui de ne pas présumer vide de sens ce dont elles ne voient pas le sens dès le premier regard.

Nous sommes, tous et toutes, mais les jeunes générations surtout, portés à mépriser ce qui existait hier, sous prétexte que d'autres temps exigent d'autres moeurs.

Pareil rejet n'est pas justifié: la vie est à la fois un changement et une continuité.

Un arbre qui se veut plus grand et plus largement ouvert pousse ses racines plus creux. Sinon, tout ce qu'il gagne en hauteur l'affaiblit face au vent.

Que l'arbre de Noël respecte cette loi!

LE SOLEIL
MAGAZINE

Pour toute information relative à la production de ce cahier, veuillez communiquer avec l'un ou l'autre des services suivants:

Rédaction 686-3412
Publicité 686-3435
Tirage 686-3344

L'apostolat d'Annick de Souzenelle : Endormir les gens pour mieux les réveiller

QUÉBEC — « J'ai passé la première partie de ma vie à endormir les gens et la deuxième à essayer de les réveiller », déclare Annick de Souzenelle, écrivaine et conférencière, au terme d'un stage sur le thème *Le symbolisme du corps humain*, qui est aussi le titre de son premier livre.

textes de MARCEL RIOUX
LE SOLEIL

« J'avais toujours travaillé dans le monde médical, comme anesthésiste dans la première partie de ma vie », précise Mme de Souzenelle en expliquant que trois événements ont bouleversé toute sa vie. D'abord, la rencontre de la tradition orthodoxe, puis la langue hébraïque et, enfin, l'étude des sciences humaines, en particulier la tradition jungienne qui a joué beaucoup dans sa vie.

Catholique romaine de naissance, elle a quitté l'Eglise autour

de ses 20 ans, n'y trouvant plus ce qui avait nourri son enfance. Plus tard, elle découvre la réponse à son questionnement quand elle rencontre la tradition orthodoxe avec une théologie tellement plus ouverte que la théologie de l'Eglise romaine qui, elle, est très rationalisée.

C'est aussi à ce moment-là qu'elle se consacre à l'étude de la langue hébraïque. Un jour, son professeur d'hébreu lui met sous les yeux un modèle du corps humain appelé l'arbre des séphirots. Alors, dit-elle, les réponses à son questionnement arrivent à flots. Elle comprend pourquoi la femme est blessée au talon dans la mythologie de la Genèse, pourquoi Jacob est blessé à la hanche, pourquoi Samson a toute sa force dans les cheveux; pourquoi, dans les mythes grecs, on retrouve beaucoup de pieds blessés; pourquoi Prométhée a la foie dévoré.

« J'ai sauté de joie et la joie ne m'a pas quittée depuis, dit-elle.

C'est merveilleux. C'est d'une beauté exceptionnelle... » C'est cette découverte qui est à l'origine de son premier livre, *Le symbolisme du corps humain*. C'est le travail de toute une vie, dit-elle de cette oeuvre fondamentale. On y apprend à lire le langage par lequel le corps exprime ses joies et ses souffrances.

« La maladie n'arrive pas par hasard. Il y a toujours des causes profondes et c'est celles qu'il faut aller chercher, soit relatives à la personne, soit relatives au groupe. Car il y a aussi des maladies de groupe, des maladies de dimension sociale, affirme-t-elle. Mais nous avons en tout état de cause à nous remettre en question par rapport à la maladie, que ce soit sur le plan de la personne ou sur le plan du groupe, soit familial, soit professionnel. »

Selon Annick de Souzenelle, une très grande évolution est en train de se faire aujourd'hui. « On sent des transformations partout. On sent des structures qui s'effondrent pour aller vers quelque chose de tout à fait nouveau. Une grande déstabilisation qui affole beaucoup d'êtres, mais comme justement on connaît la loi de mort et résurrection nécessaires, on n'a plus peur et on entre dans ce souffle des mutations nécessaires pour que l'humanité avance. »

L'Égypte intérieure
Dans son livre *L'Égypte intérieure* ou les dix plaies de l'âme, Mme de Souzenelle veut montrer que les dix plaies d'Égypte c'est notre histoire à nous aussi. C'est notre seule histoire à nous. C'est aussi l'histoire de ce que nous sommes en train de vivre en ce moment sur le plan collectif.

La période que nous vivons est très importante. « Il y a des correspondances étonnantes avec ce que nous vivons à l'heure actuelle, dit-elle. Mais il faut entrer dans le symbolisme de chaque plaie naturellement. Le sida, c'est évident,



Le Soleil, Jacques Deschênes

« Mes enfants », dit Annick de Souzenelle de ses livres en montrant son plus récent *Job sur le chemin de la Lumière*. « Il y a, dit-elle, des Job en chacun de nous. »

fait partie de ces plaies que nous vivons aujourd'hui. »

Il en va de même du cancer qui est une aberration de la cellule. Quand il y a un très gros choc que la personne ne peut pas gérer parce qu'elle n'y a pas été préparée, c'est alors que le cancer se manifeste. C'est pourquoi il est extrêmement important d'être préparé depuis son plus jeune âge à « ces morts et résurrections qui nous sont demandées pendant la vie ». Malheureusement, déplore Mme de Souzenelle, l'éducation que nous donnons aux enfants est le contraire de cela.

De l'espoir

Mais il y a de l'espoir et c'est ce

qu'elle démontre dans son dernier livre, *Job, l'homme qui monte vers la lumière*. Il y a des Job en chacun de nous, dit-elle, ce sont de grands archétypes, et nous avons tous à mourir pour ressusciter. « J'ai voulu un peu retirer Job de son équation égale le fumier, égale la misère, la souffrance, etc. pour montrer que c'est un chemin de lumière. Bien sûr, explique-t-elle, ça passe par la souffrance, je ne veux pas évacuer cette dimension là, c'est évident, mais il faut voir la finalité. Si la souffrance est vécue dans le sens d'une mutation, la mutation va introduire l'homme dans cette expérience de lumière et c'est ce qui arrive à Job. »

En plus de ses nombreux livres,

Mme de Souzenelle a fait une traduction des cinq premiers chapitres de la Genèse dans un livre qui s'appelle *Alliance de feu* publié en quatre tomes par un éditeur qui a fait faillite. Albin Michel va publier ce livre en deux tomes l'an prochain.

« Ce que je lis dans la Genèse ce n'est pas tellement la création du monde extérieur que la révélation de ce qui est à l'intérieur de nous, donc toutes les structures de

l'homme. Alors ça, dit-elle, c'est d'une beauté exceptionnelle. C'est une merveille que de découvrir l'homme à partir de la Genèse, l'intériorité de l'homme. »

Pour elle, les cinq premiers chapitres de la Genèse sont le mythe fondateur de notre tradition et lorsqu'on a cette clé-là, elle ouvre à toutes les autres lectures de la Bible.

Ça donne une dimension, un souffle nouveau à ce message.

Le sacerdoce de la femme a été complètement nié

QUÉBEC — « Je pense qu'il y a un sacerdoce de la femme qui a été complètement nié et qui demande à être pris en compte aujourd'hui, mais qui n'est pas sacerdoce de l'autel forcément », affirme Annick de Souzenelle.

« Pour moi, poursuit-elle, le sacerdoce de l'autel est essentiellement d'ordre mâle dans la mesure où il y a une relation de Dieu à l'homme qui est une relation de yang à yin, si on reprend les termes du tao, sans vouloir dire pour autant qu'il y a une dualité quelconque en Dieu. Dans la fonction des rapports de Dieu à l'homme, aucun doute qu'il y a une dimension plus féminine de l'homme par rapport à Dieu. »

« Le prêtre à l'autel est le germe divin qui est en tout homme et, en même temps, toute la transcendance divine. À mon avis, ça ne peut être que représenté par un homme. Mais tous les diacres et sous-diacres, etc., il n'y a pas de raison que la femme n'accède pas à ces fonctions-là. »

Ces idées, Mme de Souzenelle entend les exprimer dans un des chapitres du prochain livre qu'elle veut écrire sur la femme. Ça lui paraît essentiel parce qu'on est beaucoup dans la confusion sur ces sujets-là aujourd'hui, dit-elle. C'est pas avec des bons sentiments qu'on peut régler ces problèmes-là.

Elle veut réintroduire ce problème parce qu'il a toujours été traité avec des critères beaucoup plus sentimentaux et affectifs que des critères se référant aux archétypes traditionnels.

Ainsi le pape, il assène quelques choses auxquelles on est obligé, mais sans donner du tout d'éclairage. Alors que là, dit-elle, je pense qu'il y a un éclairage très important à donner.

A son avis, il faut prendre les informations dans les archétypes et pas dans les bons sentiments, parce qu'alors, on patage dans le sentimentalisme.

C'est pourquoi elle écrit son livre sur la femme en partant des grands archétypes de femmes de la Bible comme Ruth et, bien sûr, en s'arrêtant longuement sur Marie dans la tradition chrétienne pour arriver jusqu'à la femme d'aujourd'hui et le rôle de la femme d'aujourd'hui.

« Il n'y a aucun doute qu'il y a une ouverture du monde féminin extrêmement importante depuis quelques années et je voudrais en parler pour le remettre à sa juste place, parce qu'on vit encore beaucoup dans le réactionnel et c'est tout juste si les femmes, à un certain moment, n'ont pas voulu limiter les hommes. C'est ça le drame, dit-elle. Je voudrais montrer au contraire la complémentarité absolument admirable qu'il peut y avoir entre ces deux pôles. »

Le prêtre à l'autel ne peut être représenté que par un homme

DU SOLEIL À LA TÉLÉ DE LA SRC

À gagner

8 VOYAGES D'UNE SEMAINE POUR 2 PERSONNES AU SuperClubs® DE VARADERO À CUBA SUR LES AILES D'AIR TRANSAT

Voilà les vacances dont tout le monde rêve: hébergement en hôtel de luxe, bouffe généreuse, buffet et restaurant à la carte, bar international, foule d'activités au choix, équipe «d'amigos» attentionnés, le soleil, la mer, la plage exceptionnelle de Varadero et tout cela, sans jamais devoir puiser dans son portefeuille. Tout est compris avec la même formule des SuperClubs, les pourboires sont même interdits!

Pour participer

Regardez la télévision de la SRC et répondez à la question de la semaine inscrite sur le coupon de participation publié chaque jour dans Le Soleil jusqu'au 27 décembre. Déposez ou postez vos coupons aux endroits indiqués. Un coupon par enveloppe. Le courrier est cumulatif. Le concours se termine le 29 décembre. Chaque voyage double d'une semaine est d'une valeur de 2 568\$, départ le 1^{er} avril, retour le 8. Les tirages au hasard d'un voyage se feront les vendredis 25 novembre, 2, 9 et 16 décembre, et de deux voyages les 27 décembre et 2 janvier.

Règlements officiels disponibles au Soleil et à Radio-Canada.

CONCOURS: DU SOLEIL À LA TÉLÉ DE LA SRC

QUESTION DE LA SEMAINE:

Qui anime l'émission BON MATIN en semaine 6h30 à la télé de la SRC?

Réponse:

Remplissez ce coupon de participation et postez-le à:

Concours:
Du soleil à la télé de la SRC
2505 boul. Laurier
Ste-Foy, G1V 2L2

ou déposez-le au Soleil,
925, chemin Saint-Louis, Québec.

Nom:

Adresse:

Téléphone:



T1 concours

Tchin!

À GAGNER

Vous rêvez d'un cellier bien garni?

Les marchands des Halles de Sainte-Foy ont tout ce qu'il faut pour que vous réalisiez votre rêve. En effet, le coupon ci-dessous pourrait vous valoir un magnifique cellier contenant 200 bouteilles de vin d'une valeur de plus de 4000 \$! À vos ciseaux et bonne chance!

En collaboration avec:



LE SOLEIL

LES HALLES DE SAINTE-FOY
Angle du Vallon et Quatre-Bourgeois

Vous en humez déjà le bouquet! Vous en appréciez déjà la robe! Participez au concours Tchin! Tchin! et courez la chance de gagner un cellier contenant 200 bouteilles de vin. Remplissez ce coupon à la main et déposez-le dans l'une des boîtes à cet effet à l'intérieur des Halles de Sainte-Foy (angle Du Vallon et Quatre-Bourgeois).

Les règlements du concours sont disponibles chez les marchands participants des Halles. Ce concours débute le 2 décembre et se termine le 19 janvier 1995.

Tchin!

En collaboration avec:



LE SOLEIL

LES HALLES DE SAINTE-FOY
Angle du Vallon et Quatre-Bourgeois

Nom:

Adresse:

Code postal:

Téléphone: ()

Conservez cette page

LE SOLEIL a compilé sous forme d'agenda les principales activités qui se dérouleront au cours de la semaine. Gardez cette page afin de planifier vos loisirs. À noter que la liste complète des expositions est publiée dans la page où aller à Québec, chaque vendredi.

CINÉMA - THÉÂTRE - CONFÉRENCE - SPECTACLES - etc.

Votre Agenda

Faire parvenir vos communiqués à:
GINETTE CUSTEAU, LE SOLEIL
C.P. 1547, 390 St-Vallier Est, Québec, G1K 7J6
● FAX: 686-3374 ● Tél.: 686-3489

LE SOLEIL

Spectacles

FEUX SACRÉS, spectacle son et lumière. Basilique Notre-Dame de Québec. Mardi et vend. 13h30, 14h45, 16h, 18h30. Sam. 18h30 et 19h45. Relâche les 24 et 31 déc. Adm. 6\$ (adultes), 4\$ (enfant).

QUÉBEC EXPERIENCE 3D, spectacle multimédia en trois dimensions. Voyage au cœur de l'histoire de Québec. Dim. au jeu, entre 10h et 17h, ven. et sam. entre 10h et 22h. Adm. 6,50\$ (adulte), 4,50\$ (enfant et aîné). Du 20 déc. au 7 janv. entrée gratuite pour les enfants de moins de 12 ans accompagnés d'un adulte.

JEUDI

22 DÉCEMBRE

MUSIQUE

HUGUES CLOUTIER au piano. Concert de Noël. Voir mercredi.

Bars-restaurants:

-**BENITO ET SERGIO**, accordéonistes et Robert pour la sérénade. Voir dimanche.

-**PIERRE DUPONT**, jeu au sam. 21h30. Hôtel Le Voyageur, 2250, boul. Sainte-Anne.

-**ROGER GÉNOIS** et **CHRISTINE TASSAN** Les Voûtes Napoléon.

-**PEDRO SARDELLA**, chansonnier-guitariste. Mar. au dim. Restaurant Gambinus, 15, rue du Fort. Rens.: 692-5144.

-**CLAUDE-OLIVIER DUBUC**, pianiste-accompagnateur. Tous les jeu. ven. sam. 18h et au brunch du dim. Châteauneuve-Entente.

-**PIERRE DUPONT** clavieriste. Jeu. au sam. 21h30. Bar-restaurant, Hôtel Voyageur, 2250, boul. Ste-Anne.

-**ALAIN QUESSEY** et **CONRAD LEMIEUX**, Bar Chez son père.

-**FORCE TEN**, hommage à Rush. Le D'Auteuil, 35, rue d'Auteuil.

-**BOB JOILY**, auteur, compositeur, interprète. Pub Alpin, 1095, boul. Ste-Anne. Beaulieu.

-**HOMMAGE À PINK FLOYD**, avec le Groupe Silence, 22h. Au Cube, 840, Myrand.

-**SOUTH SIDE DIENY RAY'S BAND**, Blues, 1018, rue St-Jean, 22h30.

-**LE D'AUTEUIL**, 35, rue d'Auteuil. ME, MOM & MORGANTHALER, ska.

-**OSTRADAMUS**, 22h30. Brown Sugar, reggae.

-**CAFÉ BLUES**, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

-**RESTO-BISTRO SAINT-JAMES**, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

SOIRÉES DANSANTES

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

RÉUNIONS

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Groupe d'entraide et de support animé par un psychothérapeute en toxicomanie. Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

Réunion-conférence animée par Anne Marquis. Voir mardi.

Parents uniques Saint-Romuald inc. Voir lundi.

DIVERS

ANDRÉ BISSONNETTE, écrivain et auteur de *De la brume à la lumière*. Réflexions sur la croissance intérieure. Librairie Garneau, Place Fleur de Lys. Auj. et ven. 18h et 21h.

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

VENREDI

23 DÉCEMBRE

Musique

HUGUES CLOUTIER au piano. Concert de Noël. Voir mercredi.

NOËL AUTOUR DU MONDE, France Hurley, soprano, Jean-Guy Baker, baryton, 19h30, église N.-D. de Jacques-Cartier. Entrée libre.

Bars-restaurants:

-**BENITO ET SERGIO**, accordéonistes et Robert pour la sérénade. Voir dimanche.

-**PIERRE DUPONT**, jeu. au sam. 21h30. Hôtel Le Voyageur, 2250, boul. Sainte-Anne.

-**ROGER GÉNOIS** et **CHRISTINE TASSAN** Les Voûtes Napoléon.

-**PEDRO SARDELLA**, chansonnier-guitariste. Mar. au dim. Restaurant Gambinus, 15, rue du Fort. Rens.: 692-5144.

-**CLAUDE-OLIVIER DUBUC**, pianiste-accompagnateur. Tous les jeu. ven. sam. 18h et au brunch du dim. Châteauneuve-Entente.

-**PIERRE DUPONT** clavieriste. Jeu. au sam. 21h30. Bar-restaurant, Hôtel Voyageur, 2250, boul. Ste-Anne.

-**ALAIN QUESSEY** et **CONRAD LEMIEUX**, Bar Chez son père.

-**FORCE TEN**, hommage à Rush. Le D'Auteuil, 35, rue d'Auteuil.

-**BOB JOILY**, auteur, compositeur, interprète. Pub Alpin, 1095, boul. Ste-Anne. Beaulieu.

-**HOMMAGE À PINK FLOYD**, avec le Groupe Silence, 22h. Au Cube, 840, Myrand.

-**SOUTH SIDE DIENY RAY'S BAND**, Blues, 1018, rue St-Jean, 22h30.

-**LE D'AUTEUIL**, 35, rue d'Auteuil. ME, MOM & MORGANTHALER, ska.

-**OSTRADAMUS**, 22h30. Brown Sugar, reggae.

-**CAFÉ BLUES**, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

-**RESTO-BISTRO SAINT-JAMES**, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Groupe d'entraide et de support animé par un psychothérapeute en toxicomanie. Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

Réunion-conférence animée par Anne Marquis. Voir mardi.

Parents uniques Saint-Romuald inc. Voir lundi.

OSTRADAMUS, 22h30. Brown Sugar, reggae.

CAFÉ BLUES, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

RESTO-BISTRO SAINT-JAMES, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Groupe d'entraide et de support animé par un psychothérapeute en toxicomanie. Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

Réunion-conférence animée par Anne Marquis. Voir mardi.

Parents uniques Saint-Romuald inc. Voir lundi.

OSTRADAMUS, 22h30. Brown Sugar, reggae.

CAFÉ BLUES, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

RESTO-BISTRO SAINT-JAMES, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Groupe d'entraide et de support animé par un psychothérapeute en toxicomanie. Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

Réunion-conférence animée par Anne Marquis. Voir mardi.

Parents uniques Saint-Romuald inc. Voir lundi.

OSTRADAMUS, 22h30. Brown Sugar, reggae.

CAFÉ BLUES, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

RESTO-BISTRO SAINT-JAMES, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

Au Relais d'Espérance. Tous les lundis et jeudis 13h30. Groupe les Hirondelles. Groupe d'entraide et de support animé par un psychothérapeute en toxicomanie. Au 617, rue Montmartre. Rens.: 522-3301.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

Réunion-conférence animée par Anne Marquis. Voir mardi.

Parents uniques Saint-Romuald inc. Voir lundi.

OSTRADAMUS, 22h30. Brown Sugar, reggae.

CAFÉ BLUES, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

RESTO-BISTRO SAINT-JAMES, 1110, rue St-Jean. Touristique... le duo, chansonniers. 22h30. Entrée libre.

Pratique de danses en lignes au YWCA. Tous les jeudis 19h. Au 855 Samuel HOLLAND. Rens.: Céline (872-3526) ou Ghyslain (683-5892).

Soirée des dames tous les jeudis 21h. Avec disco et table de Black Jack. Motel Roland, Châteauneuve-Richer, 8990, boul. Sainte-Anne. Rens.: 824-4898.

Pratique de danses en lignes (intermédiaires et avancées). Tous les jeudis 20h30. Centre communautaire Bourassa, voisin de l'Arpège de Charlesbourg. P. d'entrée: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 Sylvie Sanschagrin.

Tempo Danse sociale. Tous les mardis et jeudis 21h. Soirée dansé en ligne. P. d'entrée: 5\$. 3\$ pour les membres. Au 2700, Jean-Perrin, suite 105. Rens.: 842-7556.

Pratique de danses en lignes. 20h30. Centre communautaire Bourassa, (voisin de l'Arpège de Charlesbourg). Coût: 3\$. Rens.: 624-7776 ou 627-0218 (Sylvie Sanschagrin).

Pratique de danses en lignes. Tous les jeudis de 19h30 à 22h30. P. d'entrée: 4\$. Centre Mgr Bouffard, 295, Marie de l'Incarnation. Rens.: Colette (681-3319).

Bingo au profit de la corporation. Tous les jeudis 18h45. Sous-sol de l'église St-Rodrigue, intersection de la 1ère avenue et de la 47e rue, Charlesbourg.

Vestiaire Ste-Genevieve (Société Saint-Vincent-de-Paul, Sainte-Foy). Tous les jeudis de 13h à 21h. Galerie Duplessis (Sous-sol), suite 011, 3291, Chemin Sainte-Foy, entrée corridor de la banque. Rens.: Denise Rouleau (651-1051) ou vestiaire (659-2474).

Fraternité E.A.D.A. Voir dimanche.

Groupe d'entraide pour les 18-25 ans qui se questionnent sur leur orientation sexuelle. 19h30. Centre Lucien-Borne, local 109, 100 chemin Sainte-Foy.

LE SOLEIL

La description des films Nous vous présentons ci-dessous l'horaire de la programmation que proposent jusqu'à jeudi les différents cinémas de Québec. À noter que la description de tous ces films (exemple ci-contre) se retrouve dans l'édition du SOLEIL de samedi.

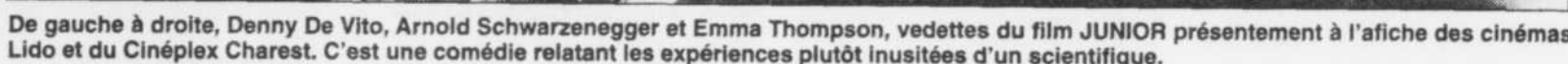
Abzacbadabba (4) v.f. de Marcus Pocus Améri-
can 1993, 96 min. Comédie. L'attaché de l'Amé-
ricain 1993, 96 min. Comédie. Sarah Jones et Per-
cy Orange. Int. Bette Midler, Sarah Jones, Per-
cy Orange. Un soir à Halloween, trois jeunes
se retrouvent dans une vieille maison et allu-
ment une chandelle magique qui fait revivre trois
sœurs sorcières depuis 300 ans plus tôt. Les
sœurs sorcières de la Capitanerie 1993, 96 min.
Comédie. Les sœurs sorcières de la Capitanerie
l'amant (4) Franco-britannique 1993, 96 min.
Comédie. Les sœurs sorcières de la Capitanerie
Drane sentimental 1993, 96 min. Comédie.
Annaud, Int. Les sœurs sorcières de la Capitanerie
folle 1993, 96 min. Comédie. Les sœurs sorcières
de la Capitanerie. Les sœurs sorcières de la Capitanerie
Ors- Les sœurs sorcières de la Capitanerie
Font-Réus (3) François 1991.
Documentaire réalisé par Lucie Ca-
stant, Juliette Binoche
Un vieux sans-abri
oupsse -

CINEPLEX CHAREST (529-9745). La cloche et l'idiot (1) 12h45, 15h, 17h10, 19h30, 21h50. G. Sur les traces du Père Noël (5) 14h, 16h45, 19h, 21h15. G. Star Trek: Générations (5) v.f. 13h55, 19h20. G. Le professionnel (4) 19h.

CLAP (650-CLAP) ★ Regarde les hommes tomber (4) 12h15, 21h15.H ★ Les Gens de la rizière (-) 12h30, 17h, 21h30.★ Les aventures de

CINÉ BISTRO, 291, St-Vallier Est. Rens.: 648-6677. Au pays des géants (v.o.a. 13h. Vidéo-Femmes 14h. Elvis Gratten 17h, 19h, 21h30. Scratch Vidéo David Lynch 24h.

LIDO (837-0234). Junior (-) Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15 Sem. 19h, 21h15. **G. La cloche et l'Idiot** (-) Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15; Mar. Mer. Jeu. 19h, 21h15. **Sur les traces du Père Noël** (-) Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15; Mar. Mer. Jeu. 19h, 21h15. **G. Zone critique** (5) Dim. Lun. 13h, 19h, 21h15; Mar. Mer. Jeu. 19h, 21h15. **La princesse des cygnes** (4) v.f. de The Swan Princess. Dim. Lun. 13h. **G. Harcèlement** (-) Tous les jours: 18h45, 21h. 13 ans. **Entretien avec un vampire** (3) v.f. de Interview with the Vampire. Tous

[illegible]

CAFE BEUCES, 1018, rue St-Jean. Southern Comfort, hommage à Stevie Ray Vaughan.

Levis. Prix d'entrée: 5 \$. Rens.: 838-9649 (René) ou 832-4054 (Pierrette).

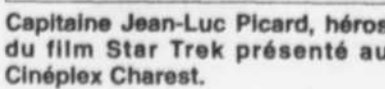
en. 211. Hotel Rond-Point, 53, boul. Kennedy,
Lévis. Prix d'entrée: 5 \$. Rens.: 838-9649 (Re-
né) ou 832-1051 (Dianette).

Pratique de danses en lignes. Tous les ven. 21h
Carrefour Liberté, 2165, Robert Giffard, Beau-
port. Rens.: 666-6611.

condition masculine. 19h30. Local de l'Auton-
hommie, 1950 de la Normandie. Rens.: 648-
6480. Prix d'entrée: 2 €, 2 € pour les enfants.

Émotifs anonymes. Voir dimanche.

91-2166.



Le nom du gagnant(e) sera dévoilé, le 31 décembre 1994, lors de la diffusion de Taquinons 94 à 22h sur les ondes de TQS et CHOI-FM.

Les règlements du concours sont disponibles à CHOI-FM, 2136, chemin Ste-Foy, Ste-Foy et à TQS, 405, Ogilvy, Montréal. Ce concours prend fin le 28 décembre 1994. Les participants doivent être âgés de 18 ans et plus. Les coupons de participation doivent parvenir avant le mercredi 28 décembre 1994 à 17 heures à l'adresse ci-dessus mentionnée. Les fac-similés entièrement reproduits à la main et non reproduits mécaniquement sont acceptés.

(Québec) G1K 7J6

27. La computadora es un objeto que dispone de 100\$

4	3	2	1	
---	---	---	---	--

LE SOLEIL MAGAZINE Santé

Pharmacie, massage, acupuncture, médecine, chirurgie, chiropraxie, homéopathie, phytothérapie, naturopathie, psychologie, physiothérapie, ostéopathie, musicothérapie, etc.

La piqûre, le prix à payer pour dominer l'impuissance

QUÉBEC — L'aiguille très fine pénètre lentement l'enveloppe du pénis pour y injecter le médicament du plaisir. Quelle horreur ! Pour le non-initié, l'opération a de quoi glacer d'effroi et... transformer un baryton en ténor. Mais pour de nombreux Québécois, jeunes et moins jeunes, c'est le prix à payer pour dominer l'impuissance, le temps d'une belle érection.

textes de JACQUES DRAPEAU
LE SOLEIL

Grâce à la seringue, on injecte dans les corps caverneux certaines substances destinées à dilater les vaisseaux de la verge et déclencher une érection. Les trois produits les plus couramment utilisés et administrés sous surveillance médicale sont la papavérine, la phentolamine et la prostaglandine.

Cette technique d'injection intracaverneuse qui ne cesse de s'étendre dans le monde entier depuis une quinzaine d'années, est décrite avec précision par les Drs Pierre Alarie, médecin, et Richard Villeneuve, psychologue, dans leur livre intitulé *L'impuissance*, publié aux Éditions de l'Homme.

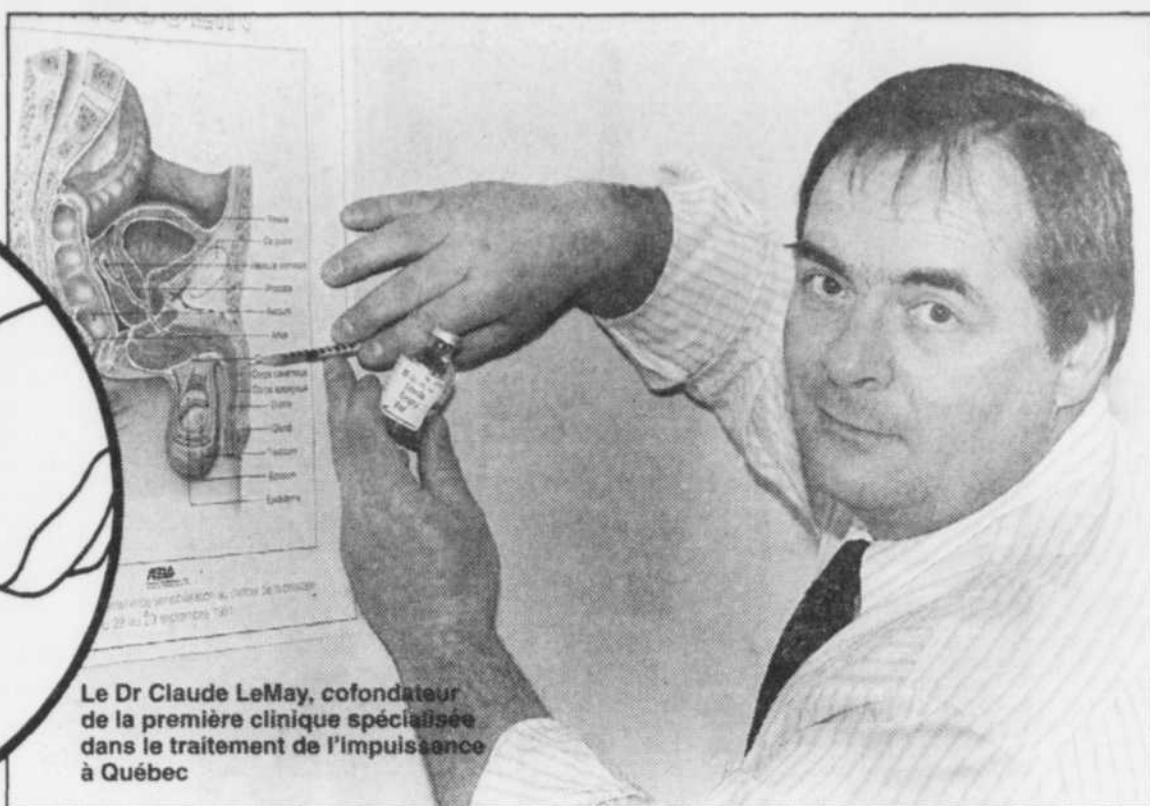
Le patient rétracte d'abord le prépuce avant de saisir le gland entre le pouce et l'index. Il étire le pénis et le place sur la cuisse gauche. Ensuite, le patient localise le point d'injection, habituellement situé sur le côté gauche du pénis, et procède au nettoyage du point d'injection avec une solution antiseptique.

La seringue doit être maintenue entre l'index et le majeur, le pouce appuyé sur le piston. L'aiguille est insérée à un angle de 90 degrés avec la peau du pénis. Une fois l'aiguille retirée, une pression doit être appliquée pendant trois minutes sur le point de l'injection pour



éviter une enflure ou un caillot de sang dans les corps caverneux. Quelques minutes plus tard, l'érection se produira chez la grande majorité des patients qui utiliseront cette méthode. Elle durera 30 minutes chez certains, jusqu'à deux heures chez d'autres.

Mais chez quelques-uns, il pourra arriver que des érections prolongées (priapisme) se produisent, plus souvent au début de traitement. Aux prises avec une érection qui n'en finit plus, l'homme affecté n'aura d'autre choix que de se présenter à l'urgence d'un hôpital car des dommages tissulaires irréversibles peuvent se produire après quatre heures d'érection soutenue. On aspirera alors le sang du pénis



Le Dr Claude LeMay, cofondateur de la première clinique spécialisée dans le traitement de l'impuissance à Québec

à quelques reprises et on fermera les artères par des médicaments vasoconstricteurs.

Un gros problème

Si vous souffrez de dysfonction érectile, sachez que vous n'êtes pas seul à vivre pareille situation. Loin de là ! Les spécialistes estiment que 15 % de la population mâle mondiale sont concernés par ce problème. On trouve 12 millions d'hommes impuissants aux États-Unis,

quatre millions au Japon et 2,5 millions en France.

Le Québec n'y échappe pas, bien sûr. Il y aurait, chez nous, 150 000 mâles incapables d'obtenir ou de maintenir une érection suffisamment rapide.

« Seulement 10 % des hommes qui souffrent d'impuissance consultent un spécialiste, affirment les Drs Villeneuve et Alarie dans leur bouquin. Avec l'apparition et la mise au point de nombreuses solu-

tions médicales et psychosexuelles au cours des 30 dernières années, nous sommes en mesure d'offrir une ou plusieurs solutions efficaces pour au moins 95 % des impuissants et leurs partenaires qui veulent bien collaborer. »

Mais qu'est-ce qui cause l'impuissance ?

De nombreux facteurs d'ordre physiologique peuvent entrer en ligne de compte. Ils sont regroupés en trois catégories principales : les

maladies, les chirurgies et les médicaments. Certains spécialistes calculent que les problèmes physiologiques provoqueraient la moitié des cas d'impuissance dans le monde. Mais d'autres experts pensent plutôt que c'est davantage dans la tête que ça se passe.

L'anxiété de la performance représente l'une des causes les plus fréquentes de l'impuissance. Mais le stress et la fatigue ne sont pas à négliger non plus quand on procède à l'examen psychologique du patient. Une étude récente, réalisée aux États-Unis, montre que la libido de l'honnête travailleur peut perdre jusqu'à 30 % de son potentiel quand un conflit se produit dans son environnement. Elle chute de 60 % en cas de conflit avec son supérieur hiérarchique et jusqu'à 80 % en cas de licenciement.

Urologue réputé et cofondateur, à Québec, de la première clinique spécialisée dans le traitement de l'impuissance, le Dr Claude LeMay estime que la recherche de la cause du trouble de l'érection chez un individu est primordiale. Il n'est pas du tout chaud à l'idée de recommander les injections sans pousser plus loin l'investigation. « Il n'y a pas beaucoup de sensualité là-dedans, note-t-il. Avec les injections intracaverneuses, on va au plus facile. Certains hommes peuvent en devenir carrément dépendants. » De nos jours, il existe de nombreux traitements pour traiter l'impuissance. La piqûre antifiasco fait partie du nombre.

Frédéric Chopin montait mieux la gamme

QUÉBEC — Qu'avaient en commun le compositeur autrichien Gustav Mahler, le chef d'État égyptien Gamal Abdel Nasser et le peintre espagnol Salvador Dali ? Ils étaient impuissants.

« Un créateur devenu impuissant est un créateur qui ne crée plus », affirme pourtant le Dr Ronald Virag, médecin français qui traque la panne sexuelle depuis de nombreuses années. Le célèbre spécia-

liste reconnaît que l'histoire a eu ses exceptions...

Chez les célébrités du monde et du temps, il y a les « on dit », les « petits maux » et les « drames » comme pour le commun des mor-

tels. Pour tenter de résoudre son problème, Mahler consulta Freud sur la recommandation de sa brûlante épouse qui trouvait que, hélas, « l'allégo vivace » ne se trouvait que dans ses partitions.

Nasser était totalement impuissant. Le bruit court que la France lui fournissait des escouades de réanimatrices tout en recherchant pour lui un produit totalement aphrodisiaque.

Dali, pour sa part, n'a jamais pu s'introduire... Le maître présente d'ailleurs sa verge molle, soutenue par de petits tuteurs, dans certaines de ses peintures. Le célèbre écrivain italien Cesare Pavese a raconté le drame de son impuissance avant de se suicider. Hugo Wolf, le musicien autrichien névrotique, ne « bandait » pas lui non plus. Il s'est également enlevé la vie dans la maison où il était interné.

Frédéric Chopin montait mieux la gamme que le reste. George Sand en a conservé quelques

amers souvenirs exprimés dans certaines de ses correspondances.

Baudelaire n'était pas très performant non plus. Mais ses troubles érectiles étaient vraisemblablement liés à un abus de la consommation d'opium.

Tolstoï, prolifique en sa jeunesse folle, a révélé que vieillissant, il avait découvert le drame de la chambre à coucher.

Quelle misère !

La panne a affecté Louis XVI qui avait, dit-on, un frein du prépuce trop court et une grande expérience que Marie-Antoinette a pris en charge avec l'aide de son frère, l'empereur Joseph II, comme le prouvent les échanges de lettres entre eux.

Napoléon était un éjaculateur précoce notoire et ses attaques amoureuses furent parfois aussi rapides que certaines de ses batailles.

Cependant, il dut développer une anxiété de performance parce qu'il déclara un jour : « En amour, la meilleure stratégie c'est souvent la fuite. »

Certaines célébrités demeurèrent confinées au tableau des rumeurs de la contre-performance. Parmi elles, on trouve les noms de Toutankhamon, Hérode, Jules César et François II.

Regardez l'émission

PLEIN SOURIRE

sur les ondes de **Télé-Mag**



DR JACQUES DEBLOIS

Sujet : Traitement des édentations partielles

Il vous manque une ou plusieurs dents et vous ne savez pas comment y remédier ? Cette émission s'adresse à vous. De la prothèse partielle amovible aux dents sur implants en passant par les ponts fixes, le Dr DeBlois présente les différentes possibilités de remplacer les dents manquantes.

HORAIRE DE DIFFUSION

Lundi : 10h (1re diffusion) / Mardi : 6h30, 17h30 / Mercredi : 8h, 20h / Jeudi : 8h30, 14h / Vendredi : 5h30, 11h30 / Samedi : 22h / Dimanche : 3h, 16h

PUBLIREPORTAGE

L'ACUPUNCTURE

8e de 20

Votre foie vous met-il en colère ?

Et vos poumons vous rendent-ils tristes ? La médecine traditionnelle chinoise sur laquelle se base l'acupuncture propose une théorie des relations psychosomatiques originale et inédite.

En fait, il faut comprendre que l'activité physiologique de chacun des organes se manifeste sur le psychisme par une humeur, un comportement, une activité mentale qui lui est propre. Sommairement, cinq humeurs psychiques ou émotions, la colère, la joie, la réflexion, la tristesse et la peur, seraient les témoins du fonctionnement des cinq organes vitaux que sont le foie, le cœur, la rate (pancréas), les poumons et les reins.

L'excès soudain ou prolongé d'une émotion compromet le fonctionne-

ment d'un organe selon ce principe de concordance. Le cours de l'énergie dans les méridiens s'en trouve troublé. Or, tous les méridiens aboutissent aux yeux et par eux, au cerveau et à la mémoire, d'où l'importance du regard comme reflet des émotions.

Dans les textes classiques (Neijing), il est dit que la colère fait monter brusquement l'énergie vers le haut du corps, la joie l'assouplit, la réflexion ralentit le « Si », la tristesse le dissout et la peur le concentre dans le bas du corps et arrête la circulation.

Pour mieux cerner ces relations, sachez que la colère nuit au foie, l'émotion et la frayeur au cœur, la réflexion et les soucis à l'estomac et au pancréas, la tristesse aux poumons et la peur aux reins. Parallèlement, un organe surmené ou de faible constitution sécrètera l'émotion qui le concerne. Par

exemple, un individu ayant un foie congestionné par un abus de nourriture riche et d'alcool sera plus enclin à la colère, voire à la violence.

Un stress fait naître un carrousel d'émotions. S'il perdure ou est trop important, un sentiment ou un comportement maladif peut s'installer et conduire à la maladie physique, à l'angoisse généralisée et même à la dépression nerveuse. Il existe tout un arsenal pharmacologique pour contrer les émotions indésirables. Cependant, les médicaments du système nerveux ne sont pas sans causer des effets secondaires non désirés.

Pour éviter de tomber dans la consommation excessive de médicaments normalisant l'humeur, sachez-vous que l'acupuncture, en régulant l'énergie vitale des organes congestionnés par une émotion, aide à calmer l'énergie psychique.

SERVICE PODIATRIQUE COMPLET



4350, boul. Wilfrid-Hamel, Québec (Québec) G1P2J8
Tél.: (418) 872-4346

Dr FRANÇOIS ALLART d.p.m.
Médecine podiatrique

SERVICE COMPLET D'IMPLANTOLOGIE

Centre médical
Hôpital Jeffery Hale

527-2255

Dr Jean Gagnon,
chirurgien-dentiste

Vos
dentiers
vous
causent
la nausée,
des
difficultés
à manger,
des
problèmes
psychologiques

Saviez-vous qu'il y a une
solution de rechange ?

Les implants dentaires
«Branemark»
pour une évaluation sur ce traitement



Consultez le Centre d'implantologie dentaire de Québec
sans frais sauf pour les radiographies.



DR YVAN FORTIN chirurgien-dentiste
DR JACQUES BERNIER chirurgien-dentiste

657-5510 — 1-800-465-8787

3075, chemin des Quatre-Bourgeois
bureau 109, Sainte-Foy G1W4Y5

Le coût du traitement

Depuis juin 1991, la Régie de l'assurance-maladie du Québec ne paie plus les consultations et les injections de ces substances. Les patients qui choisissent d'adopter ce traitement doivent s'attendre à déboursier plus ou moins 100 \$ pour le test d'injection et l'enseignement de la méthode d'auto-injection par l'urologue.

Par la suite, il en coûtera généralement entre 2 \$ et 4 \$ pour chacune des injections de papavérine/phentolamine et de 4 \$ à 8 \$ pour l'injection de prostaglandine. Les produits sont en vente en pharmacie, mais ne peuvent être obtenus que sur ordonnance médicale.

Une aiguille dans le pénis à deux ou trois reprises, chaque semaine, durant quelques années peut provoquer de la fibrose à long terme. Une surveillance médicale est donc indispensable.

ACUPUNCTEURS ET ACUPUNCTRICES INSCRIT(E)S AU REGISTRE DE LA CORPORATION PROFESSIONNELLE DES MÉDECINS DU QUÉBEC (C.P.M.Q.)

Bas-du-Fleuve
• FERNAND BELANGER
867-4828
• SYLVIE CLOUTIER
359-3178, 598-9455
• ROBERT DUFOUR
492-9362, 867-8086
Beauport
• LOUISE CAMIRAND
668-7648
Boischatel
• MICHELINE ST-LAURENT
822-0440

Cap-Rouge
• YOLANDE LACOURT
852-3435
Charlesbourg
• ZHOU BENDING
624-3344
• MICHELINE PELLETIER
622-2858
• CAROL RUEL
626-5180
• ROBERT ROUSSELL
626-5180

Portneuf
• HUGUETTE BEAUJEU
337-4488
Québec
• MADELINE BOUDREAU
681-7544
• LISE CÔTE
522-1911
• REJEANE DUFRESNE
522-6891
• JOCELYNE GENDREAU
648-8494
• THÉRÈSE GUY
687-4969

• LUCIE HOTTE
683-0867
• LUCIE MAINVILLE
687-2720
• CHRISTINE OUELLETTE
687-4454
• ANNE PARÉ
648-1979
• ARIETTE ROULEAU
648-8370
• HENRI J. SOLINAS
687-2720
• SANDRA TESTAGUIZZA
527-6810

• ERH ZHI WANG
529-9691
Rive-Sud
• NICOLE BERGERON
886-2977
• LOUIS BLAIS
833-8682
• NORMAND GERMAIN
833-4747
• DUANE LÉPINE
886-2602
• CAROLINE LESSARD
834-2051

Sainte-Foy
• ANNE DELPECH
656-6022
• NICOLE DEMERS
656-6354
• CHARLOTTE THÉBERGE
658-3200
• LORRAINE VERMETTE
654-9450
Village-des-Hurons
• LOUISE-HELENE BASTIEN
843-1790

Prochain sujet, le 8 janvier : Maux de tête chroniques

La migraine frappe des millions de Canadiens

TORONTO — Valerie South était assise face à un ami qui, soudainement, lui sembla être devenu un individu sans tête.

par MARLENE HABIB
de la Presse Canadienne

Elle jeta les yeux sur le menu du restaurant et s'aperçut que les mots s'emmêlaient.

Vingt minutes plus tard, cette infirmière de Toronto était en proie à un mal de tête effroyable qui reléguait aux oubliettes tous les maux de tête qu'elle avait subis auparavant: il s'agissait d'une douleur perçante lui broyant tout un côté de la tête.

Mme South venait de subir sa première migraine, le plus douloureux des maux de tête.

La migraine frappe environ trois millions d'hommes, de femmes et d'enfants, au Canada. À chaque année, pas moins de 5,4 millions de journées de travail sont perdues à cause de ce mal, causant ainsi des pertes d'environ 485 millions \$.

Ces hallucinations qui frappèrent Mme South, il y a 10 ans, sont appelées des auras. Ce sont des troubles visuels annonçant qu'une migraine se manifesterait dans moins d'une heure.

Les symptômes

Environ 20 % de ceux qui souffrent de migraines perçoivent des auras avant que ne se manifestent les autres symptômes: nausées, sensation de vide dans la tête, sensibilité à la lumière.

Le système nerveux central d'une personne souffrant de migraines est différent de celui de celles qui sont épargnées, explique le Dr Marek Gawel, neurologue de l'hôpital Sunnybrook, à Toronto.

Un rétrécissement des vaisseaux sanguins peut provoquer un aura suivi par une dilatation douloureuse des artères sanguines qui provoque la migraine. Les symptômes associés à une attaque sont



autre mesure palliative qui aurait pu être testée.

Dans certains cas, le médecin traitant peut ordonner un examen au scanographe, afin de déterminer si les migraines sont dues à une autre maladie.

Il n'existe aucune cure aux migraines, mais certaines personnes atteintes peuvent passer des années sans en souffrir si elles peuvent en identifier le déclencheur.

La mère d'un jeune joueur de hockey a signalé que ses attaques se produisaient plus souvent le samedi. Elle attribuait le début de ces attaques au fait qu'elle se levait plus tôt que d'habitude pour conduire son fils à l'arène, à l'éclairage intense et au grand bruit qui régnait à cet endroit, et à la mauvaise habitude qu'elle avait prise de manger un hot dog, au milieu de la matinée, alors qu'elle n'avait pas déjeuné.

Contrôle du mal

Cette femme a réduit la fréquence de ses attaques en éliminant certains déclencheurs: elle prend un déjeuné, elle a éliminé les hot dogs riches en produits additifs et elle porte des verres fumés pour réduire l'éblouissement dû aux projecteurs.

Les médicaments ne sont pas non plus indispensables. On peut atténuer les attaques en faisant de l'exercice, au moyen de l'acupuncture et de la chiropratique, en ingurgitant une tisane au gingembre ou de l'eau plusieurs fois par jour, en utilisant des herbes médicinales comme la chysanthème matricaria, etc.

Quant aux médicaments efficaces, il y a les préparations en vente libre comme l'acide acétylsalicylique (ASA) et l'ibuprofène, un agent anti-inflammatoire. Il y a également des médicaments préventifs vendus sous prescription comme les antidépresseurs, les bêta-bloqueurs, etc.

toutefois beaucoup plus complexes, ajoute le Dr Gawel.

L'attaque est souvent le résultat d'un déclencheur précis: certains produits chimiques dans la nourriture (y compris le chocolat et le vin), la fumée de cigarette, le manque de sommeil, les variations hormonales, un changement soudain de température. Ces déclencheurs amorcent une série de réactions chimiques.

Le Dr Gordon Robinson, neurologue de Vancouver spécialiste des migraines, affirme que ce mal est un trouble neurologique du cerveau qui est généralement d'origine héréditaire.

Plus de 65 % de ceux qui en souffrent ont un parent proche en proie au même mal.

La source du problème est sou-

vent hormonale. La migraine frappe presque deux fois plus les jeunes garçons que les jeunes filles. À la puberté, on assiste au phénomène inverse, à cause de l'influence énorme des hormones féminelles dans le déséquilibre chimique à l'origine de la majorité des migraines.

Les migraines sont classées en diverses catégories, selon les symptômes qui se manifestent.

Ceux qui en souffrent devraient noter la fréquence des attaques, le moment où elles se produisent, l'endroit où la douleur se manifeste, le type de douleur (martèlement, sentiment de recevoir des coups de poignard, engourdissements, oppressions), ce qui atténue ou empire la douleur, les médicaments qui ont été pris et toute

Nouvelle méthode de détection des cellules cancéreuses

BALTIMORE — Un test permettant de détecter les cellules cancéreuses chez l'homme a été mis au point par des chercheurs de l'université Johns-Hopkins, qui prétendent pouvoir transformer ce procédé en une méthode générale de détection de presque toutes les sortes de cancer en formation.

par LAWRENCE K. ALTMAN
The New York Times

Une telle méthode révolutionnerait sans doute le traitement de la maladie, si elle est appuyée par des interventions efficaces dès les premières manifestations de la maladie. Selon d'autres experts, les chercheurs de Johns-Hopkins semblent avoir réalisé une importante percée en laboratoire, mais, ajoutent-ils, ce travail n'est que préliminaire et beaucoup reste à faire avant qu'on puisse s'en servir sur une base régulière. À supposer qu'on puisse le faire un jour.

L'équipe de Johns-Hopkins a travaillé dans le cadre d'un projet de recherche financé par l'industrie et dont les conclusions peuvent servir aussi bien aux chercheurs qu'à l'université. Devant l'Académie nationale des sciences, ils ont fait état de l'utilisation du nouveau test dans des échantillons de tissus, d'urine et de crachats recueillis auprès de 105 patients, souffrant tous de trois types de cancer (du poumon, de la vessie et de la gorge) qui avaient été dia-

gnostiqués de trois façons différentes. Le test découle de plusieurs découvertes récentes de la biologie moléculaire, dont celle qui établit que les cellules entrent dans la croissance incontrôlée que l'on connaît sous le nom de cancer grâce aux défaillances de certaines enzymes contrôlant la division cellulaire.

Une cellule qui franchit ces contrôles et se subdivise fréquemment formera un groupe de nouvelles cellules identiques appelées clones. Le nouveau test permet d'examiner la séquence d'ADN des cellules pour repérer de subtiles empreintes de ces clones anormaux.

Malgré l'optimisme des scientifiques, le nouveau test est encore dans la phase expérimentale et, tout en reconnaissant sa valeur sur le plan théorique, d'autres experts estiment qu'il y a du chemin à faire avant qu'il ne devienne pratique courante dans les cliniques médicales.

L'équipe de chercheurs qui en ont fait les premiers essais à Johns-Hopkins est dirigée par le Dr David Sidransky, qui vient tout juste d'amorcer une série d'autres tests à plus grande échelle pour vérifier l'exactitude des premières conclusions. L'équipe cherche à déterminer si le test détecte effectivement le cancer plus tôt que les méthodes traditionnelles et, fait l'affirmative, si un diagnostic fait aux premiers signes de la maladie

est de nature à améliorer la situation au niveau de la thérapie et de la survie. Ces contre-tests, qui s'étaleront sur plusieurs années, sont essentiels à l'obtention de l'approbation de la Food and Drug Administration.

Des oncologues réputés ont vanté la théorie de la recherche, affirmant que le test pourrait aider à raffiner le diagnostic et la détection des premiers signes du cancer. Il pourrait également aider à détecter la propagation des cellules malignes dans le corps et surveiller les effets des médicaments et autres thérapies anticancéreuses.

Mais ils ont été surpris par ce qu'ils ont appelé la proclamation prématurée des vertus du test comme instrument de recherche alors que le travail de vérification est loin d'être terminé.

« Il est important de ne pas se faire d'illusions sur les énormes défis que nous devons affronter en tentant de maîtriser le procédé pour dépister le cancer chez des personnes en santé. Il faut faire attention lorsqu'on parle de test de dépistage universel à portée de main », conclut le Dr Samuel Broder, qui dirige l'Institut national du cancer à Bethesda, au Maryland.

La formation continue... un investissement stratégique

UNIVERSITÉ LAVAL

LE SAVOIR DU MONDE PASSE PAR ICI

Formation continue

Gilles
LAPOINTE MD

collaboration spéciale

CHRONIQUE MÉDICALE

Les naturistes condamnés à la serviette

■ Je suis un adepte du naturisme. Pourquoi nous oblige-t-on dans les centres à toujours s'asseoir sur une serviette? Est-ce obligatoire partout?

C'est effectivement pour une question d'hygiène car ce n'est pas tout le monde qui prend sa douche ou son bain à chaque jour. Ce n'est pas tout le monde non plus qui pratique des habitudes d'hygiène acceptables. Je ne sais pas si tous les centres de santé ou de naturisme recommandent une serviette, mais c'est quand même une bonne pratique à suivre. Il y a des microbes, des virus, des parasites qui ont la peau, les poils, l'anus, comme habitat. Il est possible de laisser de ces microbes là où on s'assoit ou s'étend. Certaines maladies de la peau peuvent être transmises ainsi. Certaines pédiculoses peuvent être aussi transmises de cette façon. C'est la même chose pour les saunas, le bois combiné avec la chaleur et l'humidité devient un bon réservoir, passible de contaminer les adeptes. Si vous pratiquez le naturisme chez vous ou chez des amis, c'est différent car les microbes ne peuvent pas vivre indéfiniment, mais dans les centres achalandés c'est une autre chose. C'est la raison pour laquelle les centres obligent les gens à s'asseoir ou à se protéger avec une serviette.

Moins de douleurs articulaires

■ J'aimerais savoir si le fait de prendre des multivitamines depuis un an peut avoir influencé mes douleurs articulaires. J'ai changé mon alimentation et étant une femme de 62 ans je peux vous dire que j'ai moins de douleurs.

J'ai l'impression que c'est peut-être la combinaison des différents changements que vous avez apportés à votre vie qui ont fait la différence. Le fait de changer son alimentation permet de maintenir un poids équilibré et par le fait même de fournir à vos cellules les ingrédients nécessaires pour mieux fonctionner. Les multivitamines et minéraux ne sont cependant pas à négliger car il est probable que la bêta-carotène, la vitamine E, la vitamine C, le sélénium et les autres puissent exercer leur effet antioxydant et diminuer le phénomène de douleur. On connaît d'ores et déjà les bienfaits d'une bonne alimentation. Alors pourquoi ne pas continuer. On peut retrouver le sélénium dans le thon, le saumon, le brocoli, le céleri et les champignons. Chapeau madame si vous avez eu des résultats avec ces changements et je vous invite à continuer ce régime. Je ne peux vous dire si les résultats obtenus sont dus uniquement aux suppléments ou encore à l'ensemble des changements que vous avez apportés à votre façon de vivre et de manger. Bonne chance madame.

Pas forts, les muscles télécommandés

■ Dr Lapointe, je suis une mère monoparentale. De par mon travail je ne suis pas toujours à la maison pour contrôler les heures d'écoute de télévision de mon fils de 13 ans. Il fait peu d'exercice et il prend du poids. Que faire?

Vous ne faites pas face à un problème facile à régler, madame. Si le seul exercice que votre fils fait est de télécommander le téléviseur, ce n'est pas fort. A-t-il des amis qui font du sport? Est-il intéressé par autre chose? Il a probablement un caractère passif? Avez-vous le temps de faire un peu de marche avec lui? Le meilleur moyen serait de fermer le téléviseur et de le sortir du salon, mais ça... Est-ce qu'il y a moyen de conclure une entente ou un contrat de quelque sorte avec lui? Est-il possible d'échanger la médiocrité pour un peu de santé ou lui faire prendre des cours de karaté ou des leçons de guitare ou autres? Encore une fois qu'est-ce qui l'intéresse? Vous pouvez vous rendre à une boutique spécialisée pour déterminer avec ces gens-là si il y a possibilité de régler les heures où le téléviseur pourrait être en marche. Je sais qu'aux États-Unis ces différentes techniques existent. Si des gens ou des parents connaissent d'autres moyens que la discipline, la fermeté ou un contrat d'échange, veuillez me faire parvenir vos suggestions. Voilà ce qu'on qualifie de vie moderne et de société en pleine évolution.

ATELIERS ET CONFÉRENCES POUR LES 50 ANS ET PLUS

- Sujets variés
- Aucune exigence d'admission
- Aucun examen
- Pour le plaisir d'apprendre
- Programme des activités disponible sur demande

Renseignements :

Téléphone : (418) 656-3202
1-800-561-0478
poste 3202
Télécopieur : (418) 656-5538

Les médecines douces...
CAPSULE-SANTÉ
SUR LA MUSICOTHÉRAPIE

La musicothérapie utilise les sons ou la musique pour venir en aide aux personnes atteintes de troubles psychiques ou incapables de traduire verbalement leurs émotions. Chaque individu a des sons qui lui sont propres et c'est le but de la musicothérapie de l'aider à trouver les sons qui lui conviennent.

BALNÉOTHÉRAPIE

AUBERGE LE FLORES : Offrez-vous le rêve à la campagne! Accueil chaleureux, confort et ambiance exceptionnels. Forfaits Côte-de-la-Neige, SPA détente, 148\$/jour/pers, occ. double, incluant déjeuner, dîner, souper, coucher, massage, algothérapie, sauna, pressothérapie, bain thérapeutique, Inverseur DEVA. Réservation : (819) 538-9340.

SI VOUS DÉSIREZ ANNONCER DANS CETTE RUBRIQUE, COMMUNIQUEZ AVEC LE SERVICE DU TÉLÉMARKETING AU : 686-3377-78 OU SANS FRAIS AU : 1 (800) 318-3378

les alternatives santé

DENTISTERIE

DENTISTERIE HOLISTIQUE : Traitements dentaires sans mercure. Dr Benoit Tanguay, 1091, chemin Saint-Louis, bureau 102, Sillery (Québec). Tél.: 681-3366.

CENTRES SANTÉ

CENTRES SANTÉ RELAXARIUM : Vivez une expérience inoubliable! Laissez-vous envahir par un sentiment de bien-être physique et mental extraordinaire. Deux relaxariums pour vous détendre: au Georgesville de St-Georges de Beauce et maintenant à Québec au Château Bonne Entente. Massages, soins aux algues, drainages, pressothérapie, aqua-massage, alcôve avec balnéothérapie, bain flottant, piscines, bains vapeur et tourbillon, etc. Soins à la carte ou forfaits-santé à partir de 59\$/pers. Hébergement à partir de 69\$/nuit. St-Georges: (418) 227-7127 ou 1-800-463-3003 et Québec: (418) 650-4575 ou 1-800-463-4390.

HOMÉOPATHIE

ÉCOLE : Formation conforme aux exigences du Syndicat professionnel des homéopathes du Québec. 2900, chemin des Quatre-Bourgeois, bureau 222, Sainte-Foy. Brochure gratuite. 658-3908. De l'extérieur 1-800-463-3097.

LABORATOIRE D'ORTHÈSE

LABORATOIRE POULIOT : (Permis 2103-613-2). Orthèses plantaires et chaussures sur mesure. Spécialiste en chaussures d'enfants et de personnes âgées. Chaussures de marche, sport et travail, toutes pointures et largeurs. 2990, chemin Ste-Foy. Tél.: 652-0100.

LASÉRO-THÉRAPIE

ARRÊTER DE FUMER : En une seule session au laser doux. Taux de réussite de 95%. Laser-Nico-Thérapie, également traitement pour le stress, l'obésité, l'insomnie. Demandez Karen au 624-4434.

HERBORISTERIE / PHYTOTHÉRAPIE

MARIO CASTONGUAY, HERBO., PHY. : Devenez herboriste-phytothérapeute. Enrichissez-vous de la connaissance des plantes et participez à la renaissance de la santé. Faire une carrière prometteuse, enrichir votre profession actuelle, ce cours développe une pensée de relaxation. Pour info: Mario Castonguay (418) 356-3186.

ORTHÉSISTE

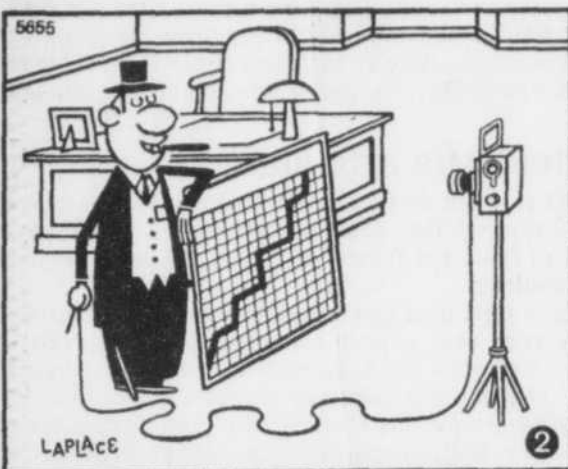
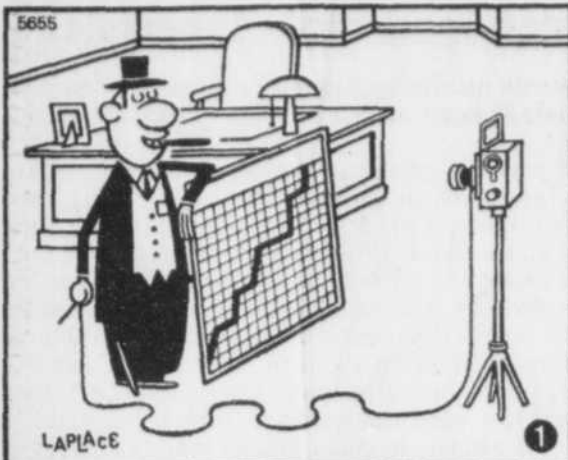
MARC BILODEAU : Chaussures, sandales de confort et orthopédiques pour toute la famille, pointures 3 à 15, largeur 4A à 5E. Marchand autorisé des sandales Birkenstock. Service à domicile. 1360, Champfleury, Québec. Inf.: 660-4959.

SEXOLOGIE

CONFÉRENCES SUR LA SEXUALITÉ : Le Centre psycho-corporel offre une série de conférences et d'activités sur la sexualité avec Yvon Dallaire, psychologue et Louise-Andrée Soulinier, sexologue et animatrice de télé. Les thèmes abordés: la sexualité masculine, la sexualité féminine, la sexualité du couple, sexualité et amour, la sexualité après 40 ans, la psychologie féminine et masculine. Ces conférences sont aussi disponibles dans votre milieu. Pour en savoir davantage, contactez-nous au (418) 687-1165.

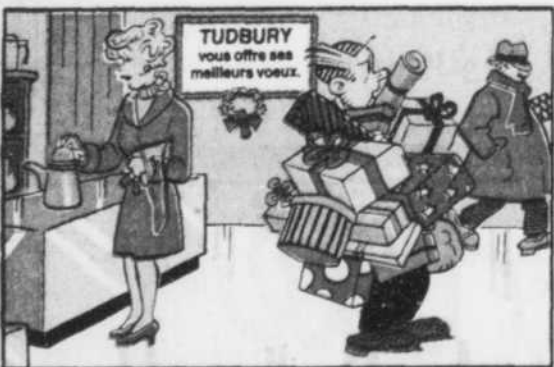
LES B.D. DU SOLEIL

Trouve les 8 erreurs



Solution: 1. Le fil dans la main de l'homme, 2. Fil plus long devant l'homme, 3. La rigole sous l'appareil photo, 4. Miroir de la courbe du bilan, 5. Socle du bureau complet à droite, 6. Sous-main plus court à droite, 7. Accrocher du fauteuil plus haut, 8. Cadre plus large.

BLONDINETTE



PEANUTS ET LE BON VIEUX Charlie Brown

par SCHULZ



Baptiste "L'Homme qui vit DANS UNE POUBELLE!"

Scénario et dessin: André Ph. Côté

