

LES
GOURMANDISES

du **Courrier**



DU
VIN
NOUVEAU

«Made in Montérégie»

**SOUPER
DANSANT**
du jeudi au dimanche
JEAN BOTVIN
présente-chanteur

RESTAURANT
Claude St-Jean

162, boul. Taschereau, Greenfield Park
Réservations: 672-3330
• Salle de réception • Salon privé

Les
huîtres
sont
arrivées...

FESTIVAL
CUISSES DE GRENOUILLES
À VOLONTÉ

3 CHOIX:
- Cuisse de grenouilles
- Cuisse de grenouilles et crevettes
- Cuisse de grenouilles et filet mignon

Servis sur riz, beurre à l'ail et pain à l'ail

3

3

3

Petit lexique alcoolisé

On le sait, l'Europe, et plus particulièrement la France, est un des pays qui fait le meilleur vin au monde. Mais comment s'y retrouver lorsque l'on lit les étiquettes? Ce petit lexique alcoolisé vous permettra de faire des choix éclairés avant que les effluves du vin ne vous brouille l'esprit. . .

APPELLATION D'ORIGINE CONTRÔLÉE: Ou encore, A.O.C. En leur conférant cette appella-

tion, la plus rigoureusement régie au monde, le gouvernement français garantit que le vin qui la porte est conforme aux normes établies pour tous les vins de cette région, qu'il s'agisse de la localisation, du choix d'encépagement, du rendement à l'hectare ou du savoir-faire.

STRUCTURE: La structure d'un vin, encore définie en volume, peut être légère,

comme certains vins jeunes, ou généreuse, adulte, bien charpentée pour des vins de garde. Il faut faire attention au volume du vin lorsque vient le temps de composer un menu. Avec des mets légers, il faut servir des vins légers. Bien évidemment, avec les repas plus consistants, il faut des vins généreux.

TEXTURE: La texture d'un vin dépend dans une certaine mesure, de



sa structure. Un vin peut être richement velouté, souple et soyeux, ou très léger. La finale du vin correspond à la sensation qui reste en bouche une fois qu'on l'a bu, et contribue aussi à caractériser sa texture.

ARÔME: L'arôme n'est pas perçu que par le nez, mais également par la bouche. Il peut révéler des odeurs de fruits, de fleurs, d'herbes, de bois, d'épices, etc.

LA TEMPÉRATURE: Le vin peut être servi frappé ou rafraîchi dans la glace à la température de la cave, (12C) ou chambré frais (18C) en fonction du type auquel il appartient.

LE GOÛT: Pour le vin blanc, une pointe de mordant met en valeur le fruité du vin. Le vin rouge a ce même fruité qui s'accompagne de tanin, substance qu'on trouve

aussi dans le thé et qui donne au vin du corps et une aptitude à s'épanouir bellement avec l'âge.

LE CEPAGE: Le cépage confère au vin son aspect général. Chaque cépage a ses caractéristiques propres, mais celles-ci peuvent varier selon la composition du sol et le climat. Tiré de: France, vins et spiritueux.

Au sujet du vin. . .

SAVIEZ-VOUS QUE?

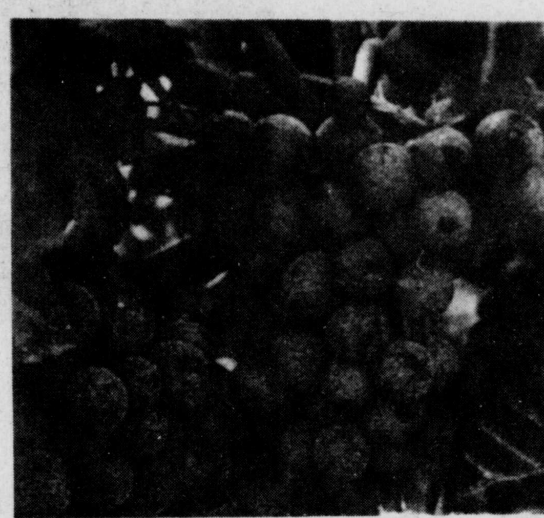
La petite histoire des fameux «coolers» remonte à 1981, deux jeunes américains font

une mixture de vin blanc, de jus de fruits et d'eau gazeuse. Ils baptisent le liquide «California cooler». L'importance de ce nouveau produit est phénoménale. En 1985, il

s'est vendu plus de 40 millions de caisses aux États-Unis. Pour l'an passé, on prévoyait des ventes de 75 millions de caisses. Cette popularité a amené la création de

nombreuses autres marques.

Le «cooler», qui contient plus d'alcool que la bière et davantage de calories, est distribué au Québec dans les magasins de la Société des alcools et les 100 000 épiceries de la province. Seulement entre mai et septembre 1985, une vingtaine de coolers ont été mis sur le marché. C'est une façon facile d'utiliser les milliers de tonnes de raisin de moindre qualité. On retrouve tous les goûts possibles: fraise, banane, lime, orange, poire, fruits tropicaux, pêche, etc.



Au Québec, le vin n'est vraiment populaire que depuis les années 1970. De 1976 à 1985, la con-

sommation annuelle est passée de 3,4 litres à 8,5 litres. Les québécois boivent principalement des

vins de tables, importés de France.

SAVIEZ-VOUS QUE?

La viticulture québécoise, qui est fort jeune, connaît un essor sans précédent. La province totalise 130 000 ceps, ou pieds de vigne. Le vignoble québécois compte moins de 50 hectares. Les vins produits au Québec sont relativement coûteux, entre 7\$ la bouteille et 14\$. Le principal problème rencontré par les viticulteurs québécois est le climat. Les froids d'hiver font mourir les cépages de qualité.

SAVIEZ-VOUS QUE?

On fait la plantation du raisin au printemps. Un vignoble vie de 30 à 50 ans, suivant les variétés et les pratiques culturelles. La taille se fait aussi au printemps avant le débourrement des plants. Au Québec, les qualités de vignes les plus recherchées sont la rusticité (survie à l'hiver) et la précocité (maturité des raisins avant les fortes gelées).

Il existe une association des viticulteurs du Québec, qui est une corporation sans but lucratif, fondée en 1979. L'Association publie à tous les moins une revue: De la vigne au vin.

LA BRASSERIE RÉAL MASSÉ

FESTIVAL DE BROCHETTES

LUNDI AU VENDREDI

8.95\$

Souper dansant les jeudis, vendredis et samedis soirs avec Manuel Grima

LUNDI SOIR

50% de rabais sur facture à la carte

PARTY JOUR DE L'AN

- Menu table d'hôte
- Buffet froid servi à minuit (GRATUIT)
- Réservez tôt
- Nous sommes ouvert le 24 décembre

MARDI Soirée pour les DAMES 2 pour 1 (sur menu à la carte)

MERCREDI SOIR HAMBURGER STEAK SPAGHETTI À VOLONTÉ THÉ OU CAFÉ

Pour aussi peu que: 2.99\$

BRASSERIE RÉAL MASSÉ

Spécialités: Steak - Brochettes et Fruits de mer
RÉSERVATIONS POUR MARIAGES, GROUPES, ANNIVERSAIRES, PARTYS DE BUREAU, ETC. 1001, Montarville, Boucherville (située aux Promenades Montarville) 641-1236

SAVIEZ-VOUS QUE?

BRASSERIE LEMOYNE

Fondue Chinoise ou Cuisses de grenouilles 7.95

Surf'n Turf BAR SALADE 14.95
Dessert-café

SPÉCIALITÉ

Soupe BAR à SALADE

CHÂTEAU LEMOYNE (pour 2) dessert-café 18.95

JEUDI SOIR 9h30 CONCOURS D'AMATEURS (OPTION VIDÉO)

72 ST-SYLVESTRE, LONGUEUIL Réservations: 670-4790



HO! HO! HO!
LES TOUT-PETITS...

J'ARRIVE LE SAMEDI
14 NOVEMBRE 1987 À 10H00 AM
AU CENTRE COMMERCIAL
JACQUES CARTIER

DE NOMBREUX CADEAUX
ET SURPRISES VOUS
ATTENDENT LORS DE MON
ARRIVÉE.

Signé: Père Noël

Centre Commercial Jacques Cartier

MINI DÉFILÉ

CENTRE COMMERCIAL
JACQUES & CARTIER
Angle Chemin Chambly et Sainte-Foy



Le vin de la Montérégie commence à acquérir ses lettres de noblesse

S'il faut en croire Charles Henri de Coussergues, co-proprétaire du vignoble de l'Orpailleur, les quelque 35,000

FRANÇOIS LARAMÉE

bouteilles de vins nouveaux qu'il mettra sur le marché dans quelques jours seront de qualité supérieure à ses deux précédentes récoltes, ce qui est peu dire car en 1985, son vin avait été comparé à un vin d'Alsace tandis qu'en 1986, les 15,000 bouteilles de vin qu'il a produites pouvaient se comparer, selon des génologues, à du Muscadet.

Le vin produit en Montérégie commence donc, de plus en plus, à acquérir ses lettres de noblesse.

L'aventure n'a cependant pas été facile.

C'est en 1982 que M de Coussergues s'est établi à Dunham ou le micro-climat est presque unique au Québec et permet justement de planter des vignes et surtout de récolter du raisin.

Après des débuts laborieux, une première récolte modeste, en 1985, confirme au moins que l'aventure est possible et que le raisin cultivé sur ces côtes peut produire du vin. À condition bien sûr d'importer des cépages robustes tels le Seyval, d'Alsace. M de Coussergues en a donc planté 40,000 plans.

Le succès du vignoble de l'Orpailleur a cependant fait bouler de neige et maintenant, on retrouve dans le même secteur quatre autres vignobles. On appelle même la route 202 de Dunham, la route des vins du Québec.

PRODUCTION ET DISTRIBUTION

Parce que la production est limitée (35,000 bouteilles cette année), la presque totalité de la récolte sera écoulee sur place. En effet, la route est maintenant à ce point fréquentée que c'est par centaine que l'Orpailleur reçoit des visiteurs, les fins de semaines. Il y a quelques semaines, lors de notre passage du vignoble, rares sont les visiteurs qui ne sont pas répartis avec au moins une bouteille de ce vin blanc et, avec toute la publicité qui est faite actuellement, il ne faudrait pas se surprendre que le vin nouveau de la Montérégie remplace en quelque sorte le traditionnel beaujolais nouveau que nous ne goûterons d'ailleurs pas cette année.

PERPECTIVES D'AVENIR



Au vignoble de l'Orpailleur, on croit maintenant en un avenir prometteur sur le plan de la production du vin. Actuellement, on procède à des essais avec 33 variétés de vins différents et, si le ciel ne tombe sur la tête des vendangeurs, c'est 70,000 bouteilles de vins qui seront embouteillées en 1989 aux vignobles de l'Orpailleurs.

Quant à la commer-

cialisation du produit, des négociations sont actuellement en cours avec la Société des Alcools du Québec pour que le produit ne se vende pas à des prix prohibitifs.

Au vignoble de Dunham, la bouteille de vin se vend 7,80 \$ mais avec les nombreuses taxes, le coût pourrait être plus de 12,00 \$ une fois sur les tablettes de la S.A.Q.

Alors, en faisant une

balade, prenez la route des vins de la Montérégie. Ce sera à la fois l'occasion de goûter à du bon vin et aussi de visiter un coin de notre région qui est encore méconnu.

Pour se rendre au vignoble de l'Orpailleur, il suffit d'emprunter l'autoroute des Cantons de l'Est, sortie 55, de suivre la route 235 jusqu'à Bedford et de tourner pour la route 202...



SPÉCIAL
POUR LE MOIS DE NOVEMBRE
SUR RÉSERVATIONS SEULEMENT

327 ST-CHARLES OUEST
674-0357

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT POUR LES FÊTES	BOUTEILLE DE VIN "DEMESTICA" Rég.: 11.95\$ SPÉCIAL 8.95\$	POUR GROUPE DE 20 À 60 PERSONNES REPAS ET BAR OUVERT 30\$ par personne
---	---	--

**UN NOUVEAU THÉÂTRE SUR LA RIVE-SUD
DÈS LE 11 NOVEMBRE**

LE CARRÉ-THÉÂTRE DU VIEUX LONGUEUIL

présente

**URGENCE
AUX PORTES**

de Céline Côté



mise en scène: GERMAIN BEAUCHAMP
assist. m. en sc.: ANNICK NANTEL
décors et costumes: ROBERT B. BRETON
pour PRISME III

éclairages: SYLVAIN PRAIRIE
dir. technique: FRANÇOIS BELAIR
dir. production: ANDRÉE CÔTÉ

AVEC
**ANOUK SIMARD
HÉLÈNE LOISELLE
ROBERT P. CÔTÉ**

DU 11 NOVEMBRE AU 5 DÉCEMBRE
du mercredi au samedi à 20 heures

au Centre Véronneau
365, Saint-Jean, Longueuil

BILLETS: 10\$
RÉSERVATIONS: 646-7251

Gouvernement du Québec
Ministère des
Affaires culturelles

SOIRÉE DISPONIBLE POUR

BINGO

**ORGANISME
SANS BUT LUCRATIF**

DE LONGUEUIL SEULEMENT

POSSIBILITÉ INTÉRESSANTES

PALADIUM • LONGUEUIL

475 ROLAND-THERRIEN
INF.: TÉL.: 659-2966 ou 646-9995

RESTAURANT
LEONIDAS
BROCHETTERIE

1430 CHEMIN CHAMBLY, LONGUEUIL,
674-1224



SPÉCIAL D'OUVERTURE

2 pour le prix de 1

Sur assiette principale identifiée au menu. 9 choix les lundis - mardis - mercredis de 11h à la fermeture.

Ces spéciaux extraordinaire vous sont offert pour un temps limité. Vous verrez et apprécierez le prix et l'ambiance de chez Léonidas.



Choix de 9 combinaisons de pain et beurre à volonté et chaud.

Notre vin en bouteille vous est vendus aux prix de seulement 3\$ supérieur à la S.A.Q.

Buffet à volonté
Les midis de 3.25\$ et plus
Buffet 5.50\$
Lundi - mardi
- mercredi 6.95\$ jeudi - vendredi

SUPER PAS CHER

1430 Chemin Chambly Face au CENTRE D'ACHAT JACQUES CARTIER diner ou souper de groupes avec salon intime de (60 pers.)
DISPONIBLE
RÉSERVATION: **674-1224**

TWEEK-END 995\$

...l'occasion rêvée pour retrouver votre intimité.

Invitez-le, invitez-la pour le week-end, sans raison particulière... Quel plaisir!

- Gîte accueillant. Table incubable. Vidéo-bar.
- Parc des Îles-de-Boucherville à deux pas.
- Montréal à dix minutes de voiture: du plaisir à profusion!

Aussi forfait «Chambre et petit déjeuner»: seulement 29,95 \$ par jour, par personne, occupation double.

Valide les vendredi, samedi et dimanche soir.

SUR RESERVATION SEULEMENT



Sheraton LeSt-Laurent
L'hôtel du service personnalisé en toutes occasions.

2405, Île Charron, Longueuil (514) 651-6510

C4 - LES GOURMANDISES DU COURRIER - 3 novembre 1987

Vin chaud à la bourguignonne

- 1 tasse de sucre,
 - 2 tasses d'eau,
 - 1 orange tranchée,
 - 8 clous de girofle entiers,
 - 2 bâtonnets de cannelle,
 - 1 bouteille de 1 pinte (1l) de Bourgogne.
- Dans un bol moyen, mélanger sucre, eau, tranches d'orange, clous de girofle et bâtonnets de cannelle. Passer au micro-ondes à HAUT (HIGH) de 8 à 9 minutes ou jusqu'à ébullition. Couler dans un bol à punch. Ajouter le vin. Garnir de tranches d'orange et de bâtonnets de cannelle additionnels, si désiré.

CASA GRECQUE
apportez votre vin

8245 BOUL. TASCHEREAU
(angle Napoléon)
BROSSARD • 443-0323

Chez nous comme chez vous!
spécialités:
LANGOUSTINES - FRUITS DE MER - STEAKS - BROCHETTES

FESTIVAL DE FRUITS DE MER

1) FILET DE SAUMON ROUGE + CREVETTES ET PÉTONCLES **\$11.95**

2) CREVETTES GÉANTES PAPILLON

SOUPE, SALADE CÉSAR, RIZ, PATATES ET CHAMPIGNONS

SPÉCIAL TOUS LES MIDIS
MENU DU JOUR
Avec soupe, dessert, café

À partir de **\$4.25** Lundi au vendredi: 11h00 à 17h00
Samedi & dimanche: 11h00 à 16h00

Réservez MAINTENANT pour vos party de NOËL, RÉVEILLON et JOUR DE L'AN

Nous acceptons des groupes de 15 à 150 personnes pour toutes occasions.

BROCHETTERIE ET RESTAURANT

Regal

Le vrai spécialiste de la brochette

À BROSSARD

LICENCE COMPLÈTE. Vin prix coûtant + 3\$ pour taxe et service.

ESCALOPE DE VEAU

Parmigians, dessert, thé ou café **7.90\$**

SUPER SPÉCIAL POUR 2

* BROCHETTE DE FILET MIGNON
* 1 VERRE DE VIN MAISON
* DESSERT GRECQUE
* THÉ OU CAFÉ

Pour 2 personnes **23.95\$**

BROCHETTE DE POULET

dessert, thé ou café **8.95\$**

CREVETTES PANNÉES

dessert, thé ou café **7.95\$**

SPÉCIAL DU LUNDI AU VENDREDI
de 11h00 à 20h00 dîner d'affaires

à partir de **3.25\$**

5588 Auteuil
Stationnement gratuit
Réservations
676-0269

La Montérégie produit aussi son vin nouveau



La région de la Montérégie que l'on connaît pour son potentiel agro-alimentaire, nous fait maintenant découvrir un nouveau produit de classe, soit le vin de la Montérégie.

CHANTAL PROVOST
Qui n'a pas un jour levé le nez sur les vins produits au Québec? Pourtant, cette année, quatre viticulteurs de la région nous présentent des vins exceptionnels et de qualité, dont le goût surprendra même les connaisseurs les plus avides de bon vin.

En effet, La Montérégie, avec certaines de ses sous-régions, jouit d'un micro-climat propice à la production du vin. Les vignobles purement québécois sont maintenant productifs et nous offrent des crus de qualité grâce aux efforts soutenus et déployés des viticulteurs qui ont su adapter la culture des cépages à notre rigoureux climat.

VIN NOUVEAU
Le Domaine des Côtes d'Ardoise,

situé à Dunham, innove avec un vin nouveau rouge appelé Primardoise. Ce vin a été embouteillé le 15 octobre dernier et celui-ci est le premier vin nouveau à être commercialisé sur le marché nord-américain en 1987. Le Domaine des Côtes d'Ardoise produit également quelque douze cuvées de vin rouge, blanc et rosé.

À Ste-Barbe, près de Valleyfield, le Vignoble La Vitacée propose des crus corsés de rouge et blanc. Cette année, La Vitacée a produit sa première grande quantité de vin rosé dont notamment Le Barbarosée 1987. Depuis 1979, La Vitacée cultive des variétés hybrides particulièrement adaptées aux climats froids. Le Vignoble de l'Orpailleur, à Dunham, a produit quelque 35 000 bouteilles de vin blanc en 1987. L'Orpailleur est un vin fruité, au goût moelleux dont l'arôme est assez surprenante. Une stratégie de vente et de distribution est axée vers les

restaurants régionaux et la S.A.Q.

Enfin, le vignoble St-Alexandre, dans la région de St-Jean-sur-Richelieu, produit un bon vin à la manière italienne. Le Domar, rouge ou blanc accompagne parfaitement les viandes, gibiers, poissons et crustacés. Le Vignobles St-Alexandre est né en 1980 et compte 7 000 plants de vigne.

La plupart des viticulteurs de la Montérégie sont d'origine française ou italienne. Ils ont dû percer le secret de la réussite qui consistait particulièrement à protéger les jeunes plants contre la rigueur de l'hiver. Certains ont même étudié les techniques utilisées en Union Soviétique qui produit une grande quantité de vins à partir de céps fragiles.

Toutefois, la Montérégie peut se vanter de posséder en son territoire des viticulteurs tenace, qui aujourd'hui font la fierté de la région.

BROCHETTERIE MYKONOS

RESTAURANT

SPÉCIAL DU LUNDI AU VENDREDI DE 11H. À 14H. «LUNCH»

LUNCH À PARTIR **\$4.25**

BRUNCH DU DIMANCHE
DE 11h30 à 16h00
\$9.95 ENFANTS DE MOINS DE 12 ANS
1/2 PRIX

SUPER SPÉCIAL menu

2 pour 1

dans tous les restaurants Mykonos

LICENCE COMPLÈTE

LE SOIR, TABLE D'HÔTE
Capacité 300 sièges
Ouvert 11h à minuit

7845 boul. Taschereau
BROSSARD • 445-6231

5828 OUEST SHERBROOKE
COIN MELROSE 489-3711
75-A BOUL. D'ANJOU
CHATEAUGUAY 692-1019

Auberge La Belle Hélène

4155 Sir Wilfrid Laurier, ST-HUBERT

PETIT DÉJEUNER
7h à 11h
Samedi et dimanche 7h à 11h
à partir de **2.99**

DÎNER D'AFFAIRES
du lundi au vendredi
TABLE D'HÔTE
(midi) 11h30 à 14h30
à partir de **8.50**

Aussi disponible le soir
TABLE D'HÔTE
à partir de **9.95**
et
CARTE DE L'AUBERGE
avec
SA NOUVELLE CUISINE

SALLES DE RÉCEPTIONS
50 à 130 personnes

Une fin de soirée se termine bien
Au Bar à la chaleur d'un bon feu de foyer

RÉSERVATIONS:
676-8614

Non! au rééquilibrage tarifaire de Bell

L'ACEF Rive-Sud lance une opération carte postale

(COM) L'ACEF Rive-Sud, de concert avec la Coalition Québécoise contre la déréglementation en téléphonie, lance une vaste campagne de cartes postales auprès de la population de la Rive-Sud et de la Montérégie afin d'amener la Ministre des Télécommunications du Canada, madame Flora MacDonald, à prendre position contre le projet de rééquilibrage tarifaire de Bell Canada.

Il importe selon l'ACEF Rive-Sud que la ministre et ses homologues provinciaux mettent fin aux tergiversations politiques en matière de télécommunications: Si le rééquilibrage tarifaire s'impose du fait que

nos gouvernements entendent promouvoir «la concurrence et la déréglementation à l'américaine» de nos services téléphoniques qu'on le dise franchement à la population sinon qu'on nous affirme une fois pour toute que le gouvernement central et les provinces entendent maintenir les structures tarifaires et réglementaires actuelles!

Rappelons que le 3 février dernier, Bell Canada déposait au CRTC une nouvelle proposition de rééquilibrage tarifaire demandant une majoration du tarif de base de 1,25\$, ce qui représente une hausse de 11,7% pour la région de Longueuil, et une diminution des

frais des appels interrurbains de 6 à 8%. L'ACEF Rive-Sud s'oppose à cette requête qui constitue, selon les intentions de Bell, la première étape d'un processus graduel de rééquilibrage des tarifs.

L'ATTITUDE DU CRTC: INACCEPTABLE

L'ACEF Rive-Sud dénonce l'attitude du CRTC qui malgré plus de deux cents cinquante demandes d'organismes québécois à cet effet, n'a pas jugé bon de tenir au moins une audience régionale au Québec. L'ACEF Rive-Sud souligne l'importance de sensibiliser davantage les abonnés aux

impacts véritables du rééquilibrage tarifaire. «Il est tout à fait inacceptable que la vaste majorité des abonnés demeure encore fort peu informée des enjeux et de l'impact considérable sur les tarifs qu'aurait l'adoption par le CRTC du projet de rééquilibrage de Bell Canada.» À titre d'exemple, un rééquilibrage complet ferait doubler et même tripler les tarifs actuels du service de base et ce notamment dans les régions rurales.

«Qu'une agence comme le CRTC, chargée de protéger l'intérêt public et l'universalité des services téléphoniques, soit appelée à statuer sur des

réductions des tarifs interrurbains au détriment d'une vaste majorité des abonnés résidentiels dépasse carrément notre entendement et possiblement le mandat qui lui incombe! Pour l'ACEF Rive-Sud, la mise en oeuvre d'un processus de rééquilibrage des tarifs sonnerait en outre «l'abandon pu et simple par le Conseil des principes tarifaires, et réglementaires qui ont, à ce jour, assuré à la population québécoise un service téléphonique universel à prix raisonnable.»

L'ACEF Rive-Sud entend toutefois faire valoir le point de vue des consommateurs lors de l'audience principale sur cette question qui débutait à

Ottawa le 27 octobre dernier. Elle y sera présente par le biais de la Fédération Nationale des Associations de Consommateurs du Québec (FNACQ), dont elle est membre.

LE SERVICE TÉLÉPHONIQUE DOIT DEMEURER ABORDABLE

L'accessibilité universelle à prix abordable au service téléphonique est, selon l'ACEF

Rive-Sud grandement tributaire des structures tarifaires existantes. Permettre à Bell de majorer ses tarifs locaux dans le but de réduire ses tarifs interrurbains irait à l'encontre même du développement équitable et socialement souhaitable de nos télécommunications au Canada!

Tout organisme ou individu intéressé à faire signer des cartes postales peut se les procurer gratuitement en téléphonant à l'ACEF Rive-Sud au 677-6394, ou en venant les chercher sur place, au 1022, boul Sainte-Foy Longueuil.



En Fouinant «Persil par là»

BOUFFE ET EXERCICE

Comment faut-il s'alimenter pendant, avant et après l'activité physique? La réponse à cette question réside dans le fonctionnement de l'estomac.

L'estomac met de 2 à 3 heures à remplir ses fonctions de digestion après un repas normal. Pour bien fonctionner, il exige une quantité importante de sang tout comme les muscles en action. Si vous pratiquez une activité physique pendant la période de travail de l'estomac, la priorité d'apport sanguin ira aux muscles sollicités par l'activité physique, au détriment de l'estomac qui verra son processus de digestion ralenti, étant privé de sang.

AVANT

Il est donc préférable de ne pas manger immédiatement avant une activité physique. Toutefois, si vous pratiquez une activité sur les heures de repas et que vous craigniez avoir faim, prévoyez en conséquence une très légère collation, une ou deux heures avant.

PENDANT

Pour une période de tennis, de badminton, de conditionnement physique, de ballet jazz ou autre, il n'est absolument pas nécessaire de manger pendant l'activité. Si vous prévoyez partir une journée pour une randonnée pédestre, il faut favoriser les aliments riches en nutriments et de préférence ceux qui sont légers et qui se digèrent bien.

APRÈS

À la suite d'une activité de courte durée, il n'est pas nécessaire de manger. Votre activité ne doit aucunement influencer vos repas. Mangez de façon équilibrée comme à l'accoutumée. Il en est de même au retour d'une randonnée d'une journée: prenez un repas bien équilibré.

L'EAU

L'eau joue un grand rôle dans le fonctionnement de l'organisme. L'activité physique provoquant régulièrement la perte d'eau par sudation, il devient important de remplacer au fur et à mesure l'eau perdue.

Il n'est pas nécessaire de boire de grandes quantités

d'eau avant un exercice sous prétexte que vous pourriez en avoir besoin. Buvez à votre soif, c'est suffisant. Pendant l'activité,

buvez pour éteindre votre soif.

Enfin, à la suite d'une activité, prenez la quantité d'eau dont vous éprouvez le

besoin. Bref, buvez à votre goût, sans exagération, et de préférence, évitez l'eau glacée et gazéifiée lorsque vous avez bien chaud.

BIENVENUE
À LA BRASSERIE DES HALLES

Venez vous amuser et danser au son de la musique de Serge Dugas, organiste chanteur du mercredi au samedi de 8h à 1h a.m.



GIL TIBO

Tous les mercredis soir à partir du 7 octobre à compter de 10h p.m. super rigolade avec le comédien et imitateur Gil Tibo

De l'argent à gagner et de nombreux prix!!!

RÉSERVEZ SANS TARDER POUR LES PARTIES DE FÊTES

Brasserie des Halles Ltée

3550 ch. Chambly, Longueuil

Pour réservations: 677-3628 - 677-3421



nouvelle terrasse

RESTAURANT LE BARON GRECQUE ST-HUBERT

Enfin un Restaurant DIFFÉRENT à ST-HUBERT

BIENTÔT se sera notre grande ouverture

VICKY du 5910 chemin Chambly St-Hubert vous invitera à sa nouvelle terrasse «LE BARON GRECQUE» restaurant, salle à manger des plus luxueuses

Surveillez l'ouverture dans les journaux

SPÉCIALITÉS:

- Côte de Boeuf au jus (14 oz)
- Fruits de mer
- Brochettes
- Steak

Notre vin en bouteille, seulement \$2,00 supérieur à la S.A.Q. Capacité de 400 personnes, salons intimes

RÉSERVATION pour vos réunions

 **676-6690**



BANQUETS **RÉCEPTIONS**

RÉUNIONS **EXPOSITIONS**

- Les Plus Grandes Salles De Réceptions Sur La Rive-Sud. Capacité de 250 à 2000 personnes
- Les Plus Grandes Pistes De Danse À Montréal
- Les Plus Grands Stationnement
- Son • Effets Lumineux Spéciaux
- Service De Traiteur

PALADIUM: • 475 boul. Roland Therrien, Longueuil
• 9525 boul. Taschereau, Brossard

TÉL.: INF.: 659-2966 - 646-9995

RESTAURANT LA POMITORA

3495 BOUL. TASCHEREAU 676-3822 ST-HUBERT



FESTIVAL DE CREVETTES

\$6.95





FESTIVAL DE HOMARD VIVANT

1 POUR / \$10.95



16 SPÉCIAUX 7 JOURS PAR SEMAINE JOUR ET SOIR

CES SPÉCIAUX SONT VALIDE JUSQU'À LA FIN DE SEPTEMBRE

TOUS NOS SPÉCIAUX SONT SERVIS AVEC: Soupe, choix de salade et riz

DÉJEUNER

À partir de

1.50\$

2ième café GRATUIT

SPÉCIAUX DU MIDI

16 SPÉCIAUX

À partir de

3.25\$

Souper de la P.M.E.

Près de 140 personnes ont assisté au souper de la P.M.E. tenu mardi le 27 octobre dernier à Longueuil. On reconnaît Mme Henriette

Lanctôt, présidente de l'Association des femmes d'affaires du Québec, M. Jacques D'Amours, directeur du service de gestion

conseil de la B.F.D. et Mme Gisèle Fischer, directrice régionale de l'Association des femmes d'affaires du Québec, section Rive-Sud.



 SUPER BUFFET DE FRUITS DE MER  À volonté 19⁹⁵\$ Samedi soir	 SOIRÉE DES DAMES 50% sur le plat principal à la carte LUNDI et MARDI Mercredi soirée du spaghetti 2⁹⁵\$	 RIB STEAK 12 ONCES SALADE CESAR 8⁹⁵\$ BROCHETTES DE CREVETTES 8⁹⁵\$ JEUDI SOIR 17h à 22h
NOUS AVONS LES MEILLEURS FRUITS DE MER DE LA RÉGION		
BRASSERIE LeMORTAGNE 100, Boul. Mortagne Boucherville Sortie 92 autoroute transcanadienne 641-0735		

VENDREDI SOIR
 17h30 à 22h00
Brochettes
13,95\$

SAMEDI SOIR
 17h30 à 22h00
Côte de boeuf
15,95\$

DIMANCHE
 dès 10h30
Brunch Atrium
ADULTES 10,95\$
ENFANTS (moins 10 ans) 5,\$

ORGANISTE CHANTEUR EN VEDETTE:
Robert Chevalier

UN GRAND HÔTEL
 À
 PETITS PRIX

AUSSI NOTRE CARTE À PARTIR DE 9,25\$
 900 est, rue Saint-Charles, Longueuil
 RÉSERVATIONS: 646-8100, poste 72

relax
 Toussillon
 Longueuil

C6 - LES GOURMANDISES DU COURRIER - 3 novembre 1987

Les prix indiqués ne comprennent pas la taxe ni le service.

Vin chaud épice

2 citrons (2)
 4 bouteilles de vin rouge (750 ml chacune) (4)
 8 tasses eau (2L)
 1/2 tasse sucre (125mL)
 12 clous de girofle (12)
 1 c. à thé grains entiers de piment de la jamaïque (5 mL)
 1 bâton de cannelle (1)
 1/2 c. à thé amer Angostura (3mL)
 bâtons de cannelle (facultatif).

- Râper le zeste de citrons et extraire leur jus.
- Mettre zeste et jus dans une grande marmite avec le vin, l'eau, le sucre, les clous, le piment de la Jamaïque, 1 bâton de cannelle et l'amer.
- Chauffer jusqu'au point d'ébullition, baisser le feu et faire mijoter (sans laisser bouillir) pendant 20 minutes.
- Passer, dans un bol à punch à l'épreuve de la chaleur.
- Servir dans des chopes en mettant dans chacune, si on le désire, un bâton de cannelle qui servira d'agitateur.

ENFIN
 UNE BONNE BOUFFE

LE FOYER
 RESTAURANT BROCHETTERIE

• Spécialités •
 Brochettes • Steak • Fruits de mer

Super Buffet
 de fruits de mer
À VOLONTÉ
18⁹⁵\$
 Vendredi et dimanche

ASSIETTE DE FRUITS DE MER
 37.95\$ (pour 2 personnes)
 Souper dansant
 du jeudi au dimanche avec Michel Caron

100, boul. Mortagne, Boucherville
 (à l'arrière de la Brasserie Le Mortagne, sortie 92 de la Transcanadienne)
 POUR RÉSERVATIONS 641-0735

RESTAURANT LE PÊCHEUR

8255 Boul. Taschereau (coin Napoléon)

SPÉCIAL DE FÊTE

Pour le mois d'octobre et novembre

ASSIETTE Super TRIO
 Langoustines avec salade 9.95\$
 crabe filet sole, petoncles, salade 9.95\$

9.95\$

SAMEDI SOIR SUPERBE BUFFET AVEC UNE ORCHESTRE ET DANSE
 Rôti de boeuf, fruits de mer, comptoir à salade et pâtisserie.

FAITES VOS RÉSERVATIONS POUR VOS PARTIES

OUVERTURE DE 11h à 23h
 Vendredi - Samedi jusqu'à 24h

676-0306

MENU DU MIDI 1/2 PRIX 7 JOURS

NOUVEAU

À Hôtel **La Barre**

via
PARIS-ROMA
 escale gastronomique

MAINTENANT OUVERT LE DIMANCHE
 2019, boul. Taschereau, Longueuil

DÎNERS D'AFFAIRES
 du lundi au vendredi
TABLE D'HÔTE
 (midi) 11:30 à 14:30
 à partir de:
8.95\$

Aussi disponible le soir du lundi au dimanche
 Table d'hôte à partir de:
9.75\$

Fine cuisine française et italienne
 Salon privé pour petits groupes
RÉSERVATIONS:
677-9101 677-5008

LE TARPAN D'Europe

Boucherie chevaline
 360 rue St-Jean (coin St-Laurent)
 en face du Centre Véronneau LONGUEUIL • 651-0849
 7500 boul. Les Galeries (en face des Galeries d'Anjou) ANJOU • 354-3192

Nous offrons:
 • Des plans budgétaires
 • Des coupes congélateurs toute l'année

Venez voir nos charcuteries chevalines:
 • Pâté de foie • Creton • Saucisses • etc...

Steak de Ronde 6.29 kg 2⁸⁶ lb	Escalope de Poulain 9.88 kg 4⁴⁹ lb
Cubes à Ragoût 3.99 kg 1⁸¹ lb	Bavette 7.24 kg 3²⁹ lb
FAUX-FILET 10.99 kg 4⁹⁹ lb	

Ces spéciaux sont en vigueur du 26 octobre au 7 novembre '87 inclusivement
OUVERT LES LUNDIS DE 12h00 à 18h00

LES 10 ANS DE LA

Super vente IGA... LA VRAIE!

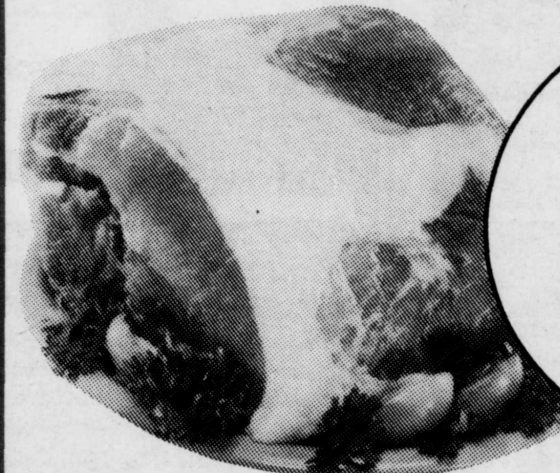
Prix en vigueur jusqu'au 7 novembre 1987

2^e
semaine

LONGES DE PORC FRAIS
Portion des côtes
Environ 1,4 kg

2,09 \$/kg

95¢ /lb

LONGES DE PORC FRAIS
Portion du filet
Environ 1,4 kg

2,38 \$/kg

1,08 \$/lb

Notre cahier publicitaire vous propose de nombreuses autres superaubaines.
(Si vous ne l'avez pas reçu, demandez-en un à votre marchand IGA)

ÉCONOMISEZ
BEURRE 50¢
Canada 1
IGA
Format 454 g
Prix ordinaire: 2,39\$

1,89 Avec ce bon

Valide dans tous les supermarchés IGA du 2 au 7 novembre 1987 seulement. Limite d'un bon par client.



SUPERMARCHÉ IGA



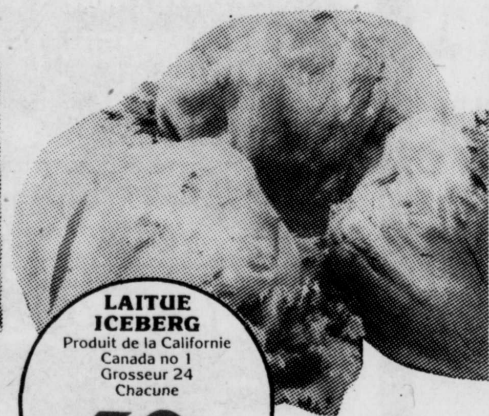
CRÈME GLACÉE CASCADE
Carton 2 L

1,79



CRÈME GLACÉE CASCADE
Carton 2 L

1,79



LAITUE ICEBERG
Produit de la Californie
Canada no 1
Grosneur 24
Chacune

69¢

Il y a un supermarché IGA près de chez vous!

GREENFIELD PARK SUPERMARCHÉ IGA
599, boul. Taschereau

LONGUEUIL MARCHÉ DU DOMAINE BELLERIVE INC.
909, boul. Roland-Therrien

ST-HUBERT • H. AUBERTIN INC.
5935, boul. Prayer

ST-LAMBERT MARCHÉ LOUISE MÉNARD ST-LAMBERT INC.
371, Avenue Victoria

LA PRAIRIE ALIMENTATION J.G.D. INC.
1032, boul. Ste-Élizabeth

H. AUBERTIN
3905 Montée St-Hubert



*marque de certification d'IGA Canada Itée

Boniprix



Prix en vigueur jusqu'au samedi 7 novembre 1987. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.
Pas de vente aux marchands. Le texte prévaut sur la photo lorsque celle-ci ne correspond pas à la description du produit annoncé.

Connaissez-vous les jus de raisins Concorde et blanc de l'Ontario

Depuis les temps anciens, les festivals et autres cérémonies se célèbrent avec le jus du raisin. Il est d'ailleurs fort probable que le «vin nouveau» dont il est fait mention dans la Bible n'était probablement pas du vin mais du jus de

raisin fraîchement pressé au moment de la célébration.

L'ORIGINE DU JUS DE RAISINS...

* L'inventeur du premier jus de raisins non fermenté a été

le docteur Thomas Welch, dentiste et servent de communion à l'église. M. Welch croyait que la communion devait se faire sans vin. Il emprunta à Pasteur sa nouvelle idée d'empêcher la fermentation par la chaleur et l'appliqua au jus de raisin fraîchement pressé. C'était en 1869. M. Welch persuada ensuite les congrégations de toute l'Amérique du nord d'utiliser du jus de raisins plutôt que du vin à la communion. Lors de la foire mondiale de Chicago en 1893, des millions d'autres personnes découvrirent cette nouvelle boisson.

QUELQUES RENSEIGNEMENTS SUR LE RAISIN...

* Le raisin Concorde a été cultivé pour la première fois en 1849 à Concord, au Massachusetts, par Ephraïm Bull. Il s'agit de la variété la plus populaire de raisin comestible en Ontario pour la préparation du vin, du jus et des desserts.

* Le raisin Niagara est l'une des variétés de raisin blanc les plus cultivées de l'Ontario. Sa couleur claire et son goût aigre-doux en font un excellent jus de raisin.

* Il y a quelques siècles, en Europe, les «cures de raisins» étaient très à la mode. Il s'agissait d'un régime de raisins ou de jus de raisins qui durait des semaines et qui pouvait supposément «guérir» les maladies chroniques, éliminer les poisons et nettoyer l'organisme.

* Chaque tasse (250 ml) de

jus de raisin Concorde ou blanc de l'Ontario contient le jus de plus de 200 raisins.

DES FAITS ET DES STATISTIQUES SUR LE RAISIN

* L'Ontario produit 80 variétés distinctes de raisins.

* Les récoltes de raisins de l'Ontario sont celles dont la valeur est la plus élevée. Il y a en effet en Ontario 800 producteurs de raisin de transformation, et plus de 20.000 acres de vignobles. * En 1986, 85.000 tonnes de raisins ont été récoltées en Ontario. Les établissements vinicoles ont utilisé 35.000 tonnes; 32.000 tonnes sont allées sur le marché des produits frais et 18.000 tonnes ont servi à faire du jus, des confitures et des gelées.

* La culture du raisin occupe plus de 25 millions d'acres de terrain dans le monde.

* Les vignes d'Ontario appartiennent à une variété indigène qui a été cultivée par les premiers colons. Au Canada, les vignobles se concentrent dans la péninsule de Niagara où l'on retrouve une longue saison végétative et des conditions idéales d'ensoleillement et de sol. L'escarpement du Niagara offre une protection contre les rigueurs de l'hiver canadien.

* 1 tasse (250 ml) de JUS DE RAISIN CONCORDE ou BLANC DE L'ONTARIO contient 160 calories, est une bonne source de vitamine C et apporte des quantités moyennes d'autres éléments nutritifs essentiels.

PRÉPARATION DU JUS...

Les raisins cueillis, entreposés et débarrassés de leur rafle, puis chauffés à une température de 63C.

Un triturateur traite les raisins avec de la cellulose, une fibre naturelle, ce qui facilite la filtration du jus.

Une enzyme de pectine est ajoutée à ce point de façon à extraire tout le riche jus du raisin. Le jus filtré est ensuite versé dans des réservoirs, et les restes de pulpe, appelés coulis, sont ensuite pressés afin de récupérer tout le jus.



Le passage à travers une série de filtres permet d'obtenir un jus pur et clair. Un échangeur thermique pasteurise le jus qui est ensuite rapidement refroidi. Ce procédé permet d'empêcher la fermentation.

Les pépins, pelures et rafles qui restent sont utilisés pour obtenir une pulpe servant d'humus qui permet d'aérer et de rendre plus friable le sol des potagers.

On laisse ensuite reposer le jus fraîchement pressé auquel une enzyme spéciale est ajoutée afin de faci-

liter le processus de décantation. Grâce à cette enzyme naturelle, la période du processus de décantation est réduite de 60 à 30 jours. Un microbiologiste s'assure ensuite qu'il n'y a aucune fermentation et, à la fin des 30 jours, le jus est filtré une fois de plus, puis embouteillé, mis en conserve, concentré, surgelé ou utilisé dans des confitures et gelées délicieuses.

UN GOÛT À DÉCOUVRIR... Si vous n'avez pas goûté au jus de raisin de l'Ontario depuis un certain temps, vous aurez une surprise agréablement rafraîchissante. Le jus de raisin Concorde et blanc de l'Ontario, naturellement sucré, a un goût frais et rafraîchissant. Il constitue une boisson délicieusement légère et énergétique, seul ou mélangé avec de l'eau minérale ou de l'eau Seltz. C'est aussi un accompagnement tout à fait savoureux pour les repas et les desserts.

SORBET AU RAISIN CONCORDE OU BLANC DE L'ONTARIO

Chauffer 1 tasse (250 ml) de jus de raisin Concorde ou blanc avec 1/4 tasse (50 ml) de miel. Incorporer 1 tasse (250 ml) de jus de raisin froid. Congeler dans un plat métallique peu profond. Briser en petits morceaux et passer au robot culinaire ou battre avec un batteur électrique pour obtenir un mélange épais et onctueux. Verser dans la sorbetière, couvrir et congeler pendant au moins 3 heures.

FESTIVAL DE FRUITS DE MER

Du Lundi au vendredi
ASSIETTE COMPRENANT:

13⁹⁵\$

Langoustines
Crevettes
Cuisses de grenouilles
Mini coquille

Servi avec riz, 4 légumes frais du jour et pain à l'ail.

Réservez dès maintenant pour Noël et le Jour de l'An.

BRUNCH ET BUFFET
Tous les dimanches

221 Prince Arthur

RÉSERVATIONS:

465-6369



La
BROCHETTERIE
de
L'ancêtre

FESTIVAL DE CUISSSES DE GRENOUILLES

Potage, ou César ou Escargots
Cuisses de grenouille à l'ail ou
Cuisses de grenouille provençale ou
Cuisses de grenouille aux pêches ou
Cuisses de grenouilles au pernod
Inclus forêt noire
ou café espagnol

15⁹⁵\$

5 MAGNIFIQUES
SALLES DE RÉCEPTION
DISPONIBLES POUR
10 À 120 PERSONNES

5370 CHEMIN CHAMBLY
ST-HUBERT (près Montée St-Hubert) 678-5630

Hôtel

La Barre



Une bonne adresse pour les gens d'affaires... 2019 boul. Taschereau, Longueuil Qué. J4K 2Y1 pour réservations: 514-677-9101

BIENVENUE AUX GROUPES
ET L'AGE D'OR

- Salles de conventions
- Salles de réunions de 10 à 250 personnes
- Banquets, mariage et toutes autres occasions
- Bar avec orchestre
- Restaurant fine cuisine française et italienne
- Cafétéria
- Vaste stationnement gratuit
- Appels locaux sans frais pour notre clientèle



VOTRE
BISTRO
À

LONGUEUIL

- Nouveau par son concept
- Agréable par son décor
- Délectable par sa cuisine
- Extravagant par ses desserts
- Charmeur par son ambiance
- Entracte rêvé au début de la soirée
- Un lieu de rencontres pour les amitiés ou pour une fin de soirée en beauté

LE PRALIN votre café BISTRO
OUVERT TOUS LES SOIRS
550 Ch. Chambly (Place Hérèle)
Au coeur du Vieux Longueuil
651-6777



N'ATTENDEZ PAS POUR
LES RÉPARATIONS
APPORTEZ-NOUS VOTRE
ABRI IMMÉDIATEMENT

- VENTE
- LOCATION
- SERVICE



HEURES D'AFFAIRES:

Lundi, Mardi, Mercredi: 9h à 18h
Jeudi, Vendredi: 9h à 21h
Samedi: 9h à 16h.

LAVAL 866-5548
MONTREAL
RIVE SUD 676-0253



1780 ALLARD, BROSSARD

Spéciaux de la Semaine

PARTICIPEZ AU CONCOURS L'HIVER à l'abri!
 ET GAGNEZ L'un des deux abris d'auto de 20'x11' installé. Valeur de \$679⁰⁰ chacun. du 1^{er} nov. au 11 déc. 1987
 Gracieuseté de: Les Abris Expo. 1780, rue Allard, Brossard tel: 676-0253

MARCHÉ PUBLIC Les Halles de Longueuil

ALIMENTS DE LA NATURE 677-3967 CAF-LIB 150 gr 4.49\$ SAUCISSE TOFU FRANKS 354 gr 2.39\$	BISCUITERIE MARIBERT 674-6016 CHIPS LAURENTIDE 400 gr 1.99\$ TOBLERONE 400 gr 5.99\$	CHARCUTERIE FINE 679-6420 POULET PRESSE ROND 1.39\$ lb SAUCISSE POLISH KOLBASA 2.39\$ lb	CHARCUTERIE FANTASTICA 677-2217 JAMBON SCHNEIDERS 11.50\$ / kg CAPICOLLE FORT-DOUX 6.99\$ kg
FROMAGERIE FANTASTICA 677-2217 EMMENTAL GRECE 10.99\$ kg HAVARTI EXTRA FORT 9.99\$ kg	CHEDDARERIE 674-8392 HAVARTI CRÈMEUX 8.99\$ kg EMMENTAL SUISSE 10.99\$ kg	CHEVALINE 651-5124 ROTI DU ROI 3.49\$ lb STEAK DU ROI 3.59\$ lb	ÉPICERIE DES HALLES 651-5124 BOUILLON À FONDUE CANTON 800 ml 2.89\$ SUCRE BLANC 2 kilos .99¢
FROMAGERIE VERTE 677-4031 BRIE LEROY Produit de France 17.99\$ kg	JARDIN DE CÉLINE (FLEURISTE) 670-3469 GRANDE VENTE DE PLANTES SUSPENDUES de 15 à 20% de rabais	HALLE DES GOURMETS 670-7196 SALADE DE CHOU MAISON NATUREL 500 ml EXTRA SPÉCIAL 1.00\$	MIELLERIE 651-1788 MIEL DE TRÉFLE 500 gr 1.99\$ FLEURS SAUVAGES EN VRAC .99¢ lb
MOULIN PASTA (PÂTES FRAÎCHES) 651-9229 SAUCES ASSORTIES 6.99\$ kg PÂTES FRAÎCHES ASSORTIES 5.25 kg	PÂTISSERIE BOULANGERIE 674-9544 PAIN AU RAISIN 1.49\$ GÂTEAU AUX CAROTTES 1.69\$	POISSONNERIE 670-8511 MOULES LAVÉES 1.08\$ kg HUITRES STANDARD 4.49\$ douz	POMME ATOUT 679-7171 SAC 4 lbs POMMES MC INTOSH 2.49\$

FRUITS ET LÉGUMES	JARDIN DES HALLES 670-7196		PANIER DE FRUITS 679-6420	
	LAITUE ROMAINE QUÉBEC no 1 2 pour /1.00\$	BANANES TURBANA .25¢ lb	CITRON No. 140 12 pour .99¢	PATATES DU QUÉBEC No 1 .99¢ 10 lbs

BOUCHERIE DU MARCHÉ 677-3171 • BOUCHERIE D. S. 651-4745
BOUCHERIE FINE 679-6420 • BOUCHERIE JEAN-PIERRE 670-1920
PALAIS DES VIANDES 651-2340 • SALAISON J. L. LEFEBVRE 651-5271

POULET ENTIER (moins de 2 kg) .99¢ lb 2.18\$ kg	CUISSE DE POULET AVEC DOS .89¢ lb 1.96\$ kg	POITRINE DE POULET AVEC DOS 1.89\$ lb 4.17\$ kg
---	---	---

MARCHÉ PUBLIC Les Halles de Longueuil

3560, Chemin Chambly Longueuil

Heures d'ouverture:
 Lundi, mardi, mercredi: 9h à 18h
 Jeudi et vendredi: 9h à 21h
 Samedi et dimanche: 9h à 17h

OUVERT 7 JOURS

SPÉCIALITÉS

VIANDES

LES GOURMANDISES DU COURRIER - 3 novembre 1987 - Page C9

3

3

3

Journée pédagogique régionale fort appréciée

Le vendredi 16 octobre 1987, journée pédagogique régionale, la C.S.R. de Chambly recevait les responsables et agents de développement pédagogique (A.D.P.) du ministère de l'Éducation afin de bien informer tous les intervenants en formation professionnelle (enseignants(es), directeurs d'unité, directeurs de secteur et adjoints au directeur) sur les développements prévus au niveau des programmes dispensés dans le cadre du diplôme d'études professionnelles (D.E.P.).

Trois (3) nouveaux programmes sont implantés à

notre Commission scolaire depuis septembre 1987: «Agente et agente de bureau», «Coiffure» et «Vente et représentation professionnelle». Le M.E.Q.

nous informe qu'il entrevoit de vingt (20) à quarante (40) nouveaux programmes qui doivent être mis en production au niveau ministériel en 1987-1988. Ceci ne prend pas en considération les programmes du certificat d'études professionnelles (C.E.P.), les cheminements particuliers et les attestations de spécialisation (A.S.P.) qui normalement devraient suivre le diplôme



De gauche à droite, 1ère rangée: Gérald Dulude, coordonnateur, Ens. professionnel; Raymonde Thibault, conseillère pédagogique; Jean-Guy Castonguay, conseiller pédagogique; Claude Landry, A.D.P. (Mécanique).
2e rangée: Roger Gendron, conseiller pédagogique; Dominique Hémond, A.D.P. (M.E.Q.); Jacques Guillemette, A.D.P. (Équipement motorisé); Jean-Pierre Fons, responsable de secteurs (M.E.Q.).

d'études professionnelles (D.E.P.).

Il y a du travail, ça bouge et le Service des ressources éducatives, formation professionnelle, voit à ce que ses responsables dans chacune des écoles polyvalentes soient informés au fur et à mesure des nouveaux développements.

Un gros remerciement à nos animateurs(trices): madame Raymonde Thibault, messieurs Jean-Guy Legros, Laurent Villeneuve, Jean-Guy Castonguay, Jean-Guy Lafrenière, Roger Gendron et Jean Robitaille.

Un remerciement tout particulier aux responsa-

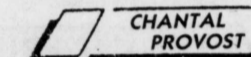
bles et aux A.D.P. du ministère de l'Éducation:

Mme Dominique Hémond: A.D.P. - Coiffure; M. Jean-Pierre Fons: responsable des secteurs - Imprimerie Commerce / secrétariat - Plastiques renforcés; M. Jacques Guillemette: A.D.P. - Électrotechnique; M. Claude Landry: A.D.P. - Mécanique; M. Gabriel Tourigny: A.D.P. - Équipement motorisé.

Des gens que l'on sait fort occupés et qui ont accepté l'invitation de rencontrer tous les répondants(es) en formation professionnelle à la C.S.R. de Chambly.

La Commission de formation professionnelle de la Montérégie signe un contrat de 307 000\$ pour la formation d'employés

La Commission de formation professionnelle de la Montérégie et Merlin Gérin Ltée ont récemment signé un



important contrat de 307 000\$ pour un plan de formation s'adressant à une centaine d'employés de la compagnie Gérin dont les bureaux sont situés dans le parc Industriel de Boucherville.

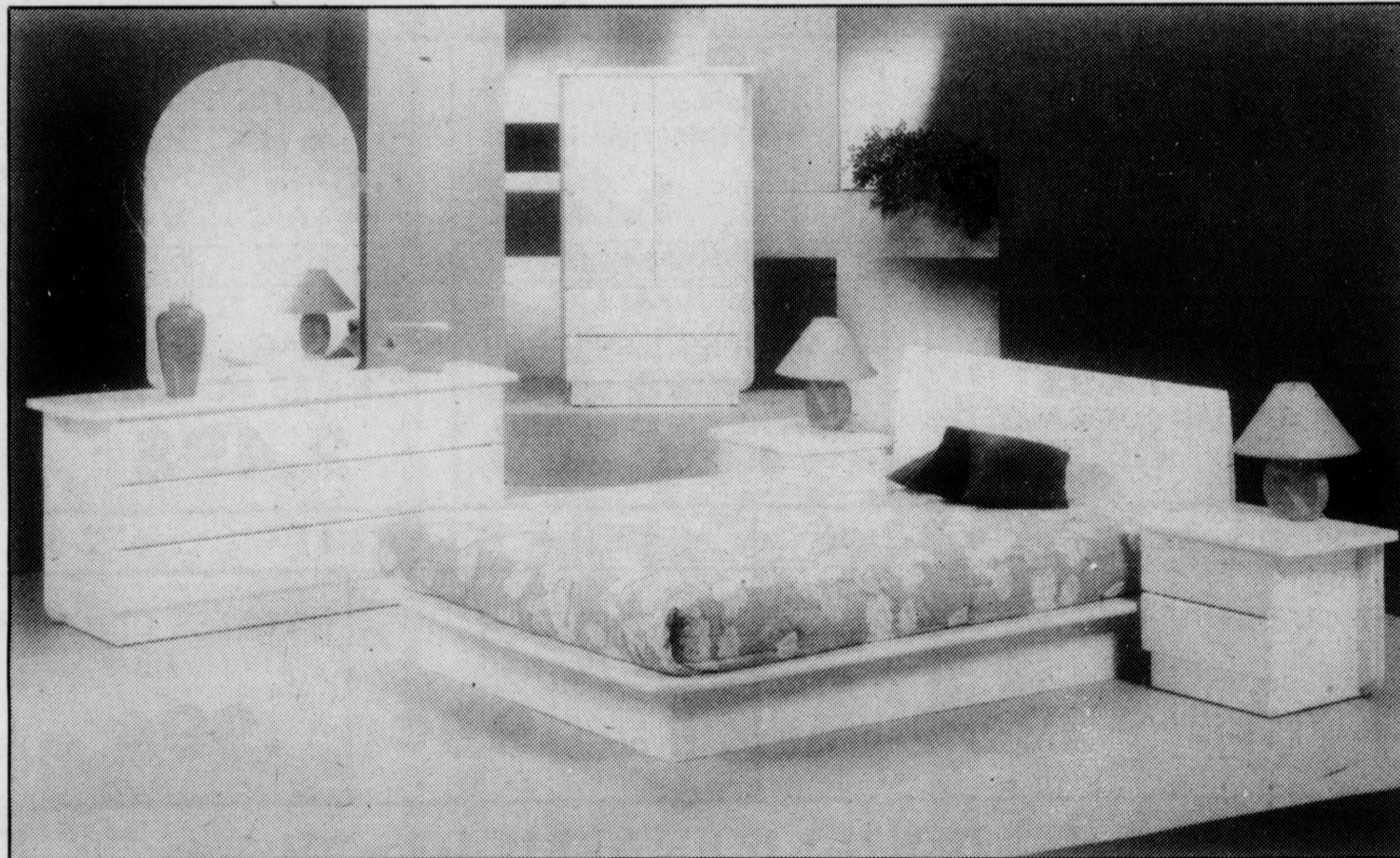
La compagnie Merlin Gérin possède plus de 25 années d'expérience dans la maîtrise de l'énergie électrique. Suite à l'élaboration d'un plan de développement des ressources humaines, Merlin Gérin a présenté un programme de soutien à la formation en entreprise, mesure mise de l'avant par le ministère de la Maint d'oeuvre et de la Sécurité du Revenu.

Le plan de formation est échelonné sur une période de trois ans et sera soutenu, en partie financièrement par la CFP Montérégie. Plus de 70 activités sont prévues dans la première phase de formation du programme. Les autres activités s'échelonnent sur une base de deux ans.

La compagnie Merlin Gérin, dont le siège social est situé à Grenoble en France, se veut à la fine pointe de la nouvelle technologie tout en améliorant sa productivité et maintenir un service de qualité. Grâce à ce programme de formation, Merlin Gérin veut acquérir les connaissances et les habilités jugées nécessaires et essentielles aux attentes de l'organisation.

La Commission de formation professionnelle de la Montérégie, investit quant à elle, près de 150 000\$ dans le programme de formation de Merlin Gérin Ltée.

Les formes stylisées



Visitez notre magasin où tout est raffinement, élégance et style.

Sur place et sans obligation d'achat, participez au tirage d'un forfait voyage pour deux en Jamaïque ou d'un dîner en tête à tête à l'une des tables gourmandes de la région.*

**NOVA
DESIGN**

MEUBLES DE STYLE

691, rue de Salaberry, Chambly (514) 658-8373

*Les règlements du concours sont disponibles au magasin.

Doris Lussier



Les gaietés de la littérature

Il se dépense beaucoup d'esprit chez les gens de lettres. Comme ils sont, littéralement, les spécialistes des mots, il ne faut pas s'étonner que sur le nombre qu'ils écrivent, il y en ait de bons. Je me suis donc plu à en noter quelques-uns qui ont fait ma joie. Et je vous les signale en espérant qu'ils fassent aussi la vôtre.

Un écrivain débutant se présente un jour chez un éditeur pour lui soumettre le manuscrit d'un livre qu'il espérait publier. Quelques jours plus tard, l'éditeur lui envoie une courte lettre ainsi libellée: «Votre manuscrit est à la fois bon et original. Malheureusement, les parties qui sont bonnes ne sont pas originales, et celles qui sont originales ne sont pas bonnes.»

En 1982, Oscar Wilde arrive à New-York. Un douanier lui demande: «Qu'avez-vous à déclarer?» Sans fausse modestie, le bon Oscar répondit: «Mon génie!»

Le grand écrivain Gustave Flaubert était un tel puriste qu'il s'écria un jour: «Pour moi, la plus belle femme du monde ne vaut pas une virgule mise à sa place!»

Colette, si célèbre par l'originalité de son style, disait finement: «Il faut écrire avec les mots de tout le monde... mais comme personne.»

George Sand s'était querellée avec le sculpteur Clésinger.

Au comble de la fureur, elle le menaça: «Je vous mettrai dans mon livre, et on connaîtra votre conduite.» Et moi, répondit Clésinger, je sculpterai votre cul... et tout le monde vous reconnaîtra!

Antoine de Rivarol consolait un écrivain: «Les hommes ne sont pas si méchants que vous le prétendez. ainsi vous avez mis 20 ans à faire un mauvais livre... et il ne leur a fallu qu'un moment pour l'oublier!»

Un libraire m'a dit un jour: «Pour qu'un roman ait du succès il faut deux choses: une belle fille sur la couverture... et pas de couverture sur la belle fille!»
Doris Lussier

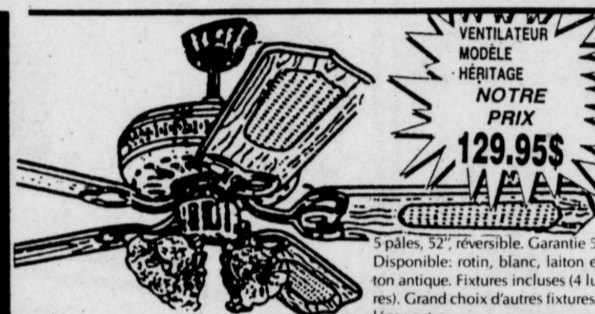
Signature du livre d'Or de la Ville de Longueuil



De gauche à droite Madame Jacqueline Carmantrand, M. Christian Missoum Carmantrand Président des Anciens Combattants de Montpellier France, chef de la délégation qui a visité les villes de Toronto, Kingston,

Ottawa, Sherbrooke, Québec, Tadoussac, Montréal et Longueuil. Monsieur Roger Ferland, Maire et président du Comité exécutif a reçu chaleureusement une petite délégation conduite par M. Carmantrand et Jean-

Claude Denogens président des Anciens Combattants d'Afrique du Nord. Le tout fut souligné par un échange de cadeaux, autour de quelques Vétérans Canadiens et le café croissant.



VENTILATEUR
MODÈLE
HÉRITAGE
NOTRE
PRIX
129,95\$

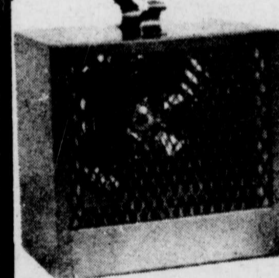
5 pales, 52" réversible. Garantie 5 ans. Disponible: rotin, blanc, laiton et laiton antique. Fixtures incluses (4 lumières). Grand choix d'autres fixtures avec léger extra.

Matériaux pour installations électriques, fil, prises, boîtes électriques etc...

PLINTES
CHAUFFANTES
ÉLECTRIQUES
Garantie de 10 ans
Fabriquées au Québec

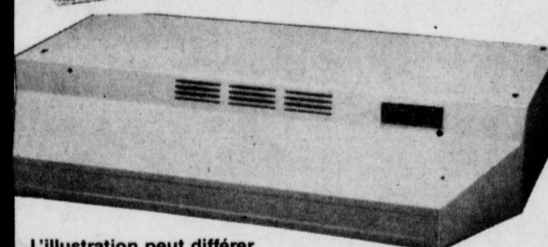
500 w.	20.50\$
750 w.	23.50\$
1000 w.	28.50\$
1250 w.	33.50\$
1500 w.	36.50\$
1750 w.	42.50\$
2000 w.	47.50\$
2250 w.	52.50\$
2500 w.	55.50\$

En option, thermostat de 220 volts avec léger supplément



CHAUFFERETTE DE CONSTRUCTION PORTATIVE
Idéal pour sous-sol, garage, chalet.
- 4800 watts - protection thermique à réenclement

NOTRE PRIX 89,95\$



L'illustration peut différer
HOTTE DE CUISINE «Miami Carey»
Capacité 410 pi.cu. 2 vitesses

Quantité limitée, couleurs très limitées
AUTRE PETIT «MIAMI CAREY»

109,95\$

19,95\$

FIXTURES DÉPAREILLÉES
50% à 75% DE RÉDUCTION

Le ROBOT ASPIRATEUR CENTRAL qui ASPIRE L'EAU

- Nettoie tapis, linoléum
- Pour tous les travaux domestiques
- Avantages et caractéristiques:
- Vidange automatique
- Aucun sac à changer
- Aucun contenant à vider
- Ne nécessite aucun filtre
- Aspire poussières et liquides
- Composantes commerciales
- Moteur traité contre l'humidité
- Vous pouvez l'installer vous-même

Venez et comparez la différence!

DRAIN - VAC 2002
Pour résidences et commerces
VENTE • INSTALLATION

• ET SERVICE
DÉMONSTRATION EN
MAGASIN



Nouveau
Révolutionnaire!

Étiquettes **SANSO** Labels
(1987) Inc.
CIE. QUÉBÉCOISE ESTIMATION GRATUITE
SPÉCIALISTES EN:

- ÉTIQUETTES AUTO-COLLANTE
- SYSTÈME D'APPLICATION
- ÉTIQUETTEUSE DE PRIX
- LOGO SUR DEMANDE
- PLUSIEURS COULEURS
- VARIÉTÉ DE PAPIER
- TROIS ADHÉSIFS DISPONIBLES

2260 des Carrières, Montréal, Qué. H2G 1X3
Tél.: 276-6411

ANDRÉ LEMAY ENR.
(MANUFACTURE PORTES D'ACIER RÉSIDENNELLES STANDARDS OU FAITES SUR MESURES)
765 F, Chemin Fer-à-Cheval, Ste-Julie 649-0426

VOUS AIMERIEZ CHANGER VOTRE ANCIENNE PORTE DE FAÇADE ALUMINIUM, MAIS VOUS CRAIGNEZ DE MANGUER D'AIR ET DE CLARTÉ

BONNE NOUVELLE
ANDRÉ LEMAY ENR. a ce qu'il vous fait sa nouvelle création de porte d'acier à 1 ou 2 côté(s) ouvrant(s) avec moustiquaire comme vous le voyez sur la photo

**«NOUVEAU SUR LE MARCHÉ»
MODÈLES EXCLUSIFS**

- Cadre recouvert d'aluminium blanc - brun -ivoire
- Choix de vitraux en plomb ou laiton
- Couleurs variées
- Installation garantie
- Fabrication et livraison RAPIDE

MAINTENANT SALLE DE MONTRE
OUVERT AU PUBLIC DE
9 HRES À 17 HRES
LUNDI AU VENDREDI
9 HRES À MIDI - SAMEDI

- Service de recouvrement de porte d'acier en cèdre
- Service de peinture de porte d'acier (incluant) porte de garage résidentielle ou commerciale)
- Réparation de tous les moustiquaires

FORMAT 2000 ÉLECTRIQUE

BROSSARD
6175, boul. Taschereau
656-4181

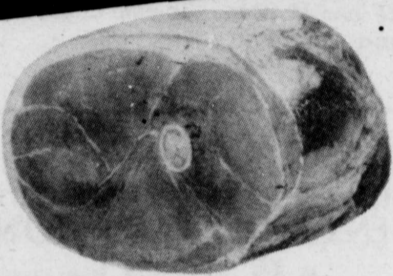
LE SUPERMARCHÉ



provigo

PRIX EN VIGUEUR DU 2 AU 7 NOVEMBRE 1987

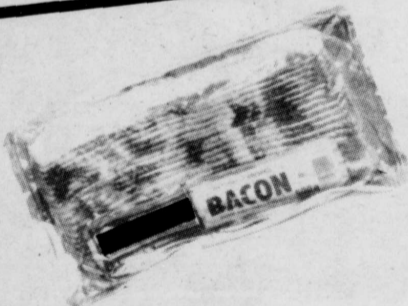
VIANDE



FESSE DE PORC
Un bout ou l'autre
3.04\$ kg **1.38** lb



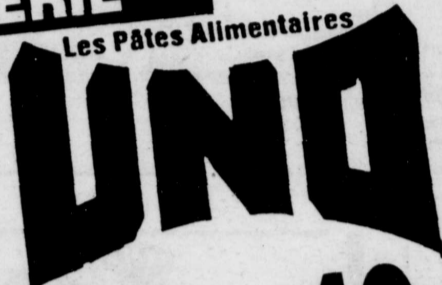
FESSE DE PORC
Tranche ou centre
4.37\$ kg **1.98** lb



BACON TRANCHÉ KENT
de Schneider's
500 g. **2.28** pqt

ÉPICERIE

Les Pâtes Alimentaires



UNO
Pâtes alimentaires
500 g. **.49** au choix



COKE ou SPRITE
Rég. ou diète
carton de 6 x 750 ml **2.99**



PROVIGO TARTES
aux pommes ou sucre
500 g. **.99**



UNICO
Olives Manzanilla Reine 375 ml **.99**
Olives Cocktail ou salade 375 ml **.79**

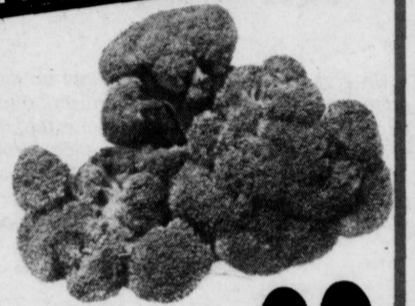


PAM
Enduit végétal
369 g. **2.59**

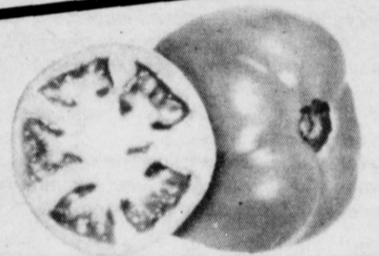


MEULDOR
Fromage blanc ou jaune
400 g. **2.59** au choix

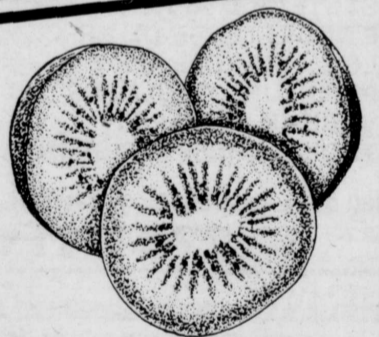
FRUITS & LÉGUMES



BROCOLI
du Québec
grosneur 14 **.69**



TOMATES ROSES
de serre, Québec
2.62\$ kg **1.19** lb



KIWIS
Nouvelle-Zélande
grosneur 46 **5.99**

C12 - LES GOURMANDISES DU COURRIER - 3 novembre 1987

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités, les photos ne servent qu'à identifier la marque de commerce des produits annoncés et le texte prévaut en tout temps.

SUPERMARCHÉ ANTONIO GAGNON

645 Boul. Taschereau, Greenfield Park
(Galeries Taschereau)

