

10 unités de logement seront construites à Ville de L'Islet

(C.M.) Ce n'est pas 15, comme s'y attendait la Municipalité suite à une recommandation émise par la Société d'Habitation du Québec le 3 novembre 1976, mais bien 10 unités de H.L.M., destinées aux personnes retraitées à faible revenu, qui seront construites à Ville de L'Islet.

La Corporation de Ville de L'Islet recevait en effet le 26 juin dernier une confirmation écrite du ministre des

Affaires municipales, M. Guy Tardif, qui autorise la construction par la S.H.Q. de 10 unités de logement social dans cette municipalité.

Selon ce que nous faisait savoir mercredi dernier le 5 juillet le secrétaire de la Municipalité, M. Jean-Marc Gagnon, le montant de l'investissement projeté n'a pas encore été dévoilé pas plus d'ailleurs que le genre de construction ni son empla-

cement. On sait seulement que les travaux seront exécutés dans le cours de l'année d'opération 1978-79.

Ville de L'Islet est en fait l'une des quelque 150 municipalités du Québec qui profiteront d'un budget global de \$180 millions alloué par le ministère des Affaires municipales à la Société d'Habitation du Québec pour la mise en place d'environ 6,000 logements sociaux au cours de 1978-79.

Lauréats du concours provincial du Mérite agricole des jeunes 1978

La région agricole numéro 1 de l'Est du Québec est à l'honneur au classement provincial du concours: "Mon dossier d'établissement".

En effet, M. Alphé Pelletier, du rang 3 de La Pocatière et Mlle Lison Laroche, née à Warwick, se sont classés premiers parmi les 12 régions agricoles de la province.

Avant l'étape provinciale, ces derniers avaient remporté le concours au niveau de la région No 1 de l'Est du Québec; neuf (9) dossiers d'établissement furent jugés.

M. Pelletier est associé avec son père Roger depuis le mois d'avril dernier. Ils exploitent une superficie totale de 293 acres dont 247 acres en culture, possèdent 74 têtes de bétail avec un

quota de 17,645 livres de matières grasses.

Pour sa part, Mlle Laroche vient de compléter sa deuxième année d'étude en Bio-Conservation à l'Institut de Technologie Agricole de La Pocatière pour suivre les mêmes traces qu'Alphé qui lui, a terminé ses études en Zootechnie à la même institution.

Grâce à une bonne préparation en agriculture, ces deux lauréats présentent sûrement les meilleurs garanties de succès. Il est à noter qu'ils recevront une médaille d'or, plus un mon-

tant de \$200.00 qui leur sera remis au cours des journées provinciales du début de décembre. De plus, ils se sont mérité un voyage en France par l'Office Franco-québécois pour la jeunesse, en collaboration avec le Ministère de l'Agriculture du Québec.

L'exemple de ces deux jeunes devrait inciter ceux qui prévoient s'établir en agriculture, à monter soigneusement un dossier d'établissement.

Jacques Lavoie
856-4666

lm LOCATION MONTMAGNY ENR.
Montmagny Drive Yourself
AUTOS - CAMIONS - TENTES ROULOTTES
116, St-Jean Baptiste Ouest, Montmagny Tel.: 248-1989



«DEPUIS QUE JE SUIS MEMBRE DE L'ENTRAIDE, MES ÉPARGNES ONT TOUJOURS RAPPORTÉ AU MOINS 10% D'INTÉRÊT.»

Les Caisses d'Entraide Économique du Québec retournent plus d'intérêts à leurs membres que n'importe quelle autre institution financière. Cela est dû au fait qu'elles respectent et observent des principes de placement rigoureux. De cette façon, les épargnes sont toujours

en sécurité et les membres bénéficient d'un rendement élevé. Aujourd'hui, grâce à un actif de \$700 millions de dollars, l'Entraide Économique est l'institution financière coopérative la plus dynamique au Québec. Depuis la fondation du mouvement, toutes les caisses d'Entraide ont

toujours payé un intérêt d'au moins 10% sur le capital social, à la fin de l'année.

À l'Entraide Économique, c'est payant d'appartenir à une coopérative d'argent, d'idées et de développement.



CAISSE D'ENTRAIDE ÉCONOMIQUE

70 Palais de Justice, Montmagny

248-4822



UNE GRANDE VENTE...

Viens voir ça! Des brassées d'aubaines t'attendent.

JUSQU'À
SAMEDI,
LE 15 JUILLET

Boutique **Chaperon Rouge**
St-Jean Port-Joli 598-3308

Des jus de fruits "sans fruits"

L'été s'en vient et l'on recherche surtout des boissons rafraîchissantes. A part les boissons gazeuses qui ne sont que des "calories vides", on peut boire des jus de fruits. Mais lesquels? Il y a tellement de variété sur le marché: jus de fruits ou breuvages à saveur de fruits? Jus de fruits sucrés ou non sucrés? Jus de fruits frais, en conserve, congelés ou cristaux à saveur de fruits? Plusieurs familles, par souci d'économie, optent en faveur des cristaux à saveur de fruits ou des breuvages à saveur de fruits; ces breuvages sont peut-être moins dispendieux à l'achat, mais leur valeur nutritive est nulle (comparable aux boissons gazeuses). Lisez la liste des ingrédients et vous verrez qu'il n'y a aucune trace de fruits dans ces breuvages. Vous payez pour de l'eau colorée, sucrée et additionnée de produits chimiques. Autrement dit, nous n'avons rien pour votre argent! Même si l'on a ajouté un peu de vitamine C à ces breuvages, la valeur nutritive est loin d'être comparable aux vrais jus de fruits. Pour aider les consommateurs à faire leur choix, voici une comparaison entre les différentes sortes de jus, leurs avantages et leurs inconvénients.

Jus de fruits frais:

- excellente saveur
- excellente valeur nutritive
- dispendieux. Ex: jus d'orange frais: environ 0.12 pour 4 onces

Jus de fruits congelés:

- excellente saveur
- valeur nutritive comparable aux jus de fruits frais
- aucun produit chimique
- économique: environ 0.05 pour 4 onces

LA DIETETIQUE CHEZ-VOUS

PAR

DENYSE HUNTER



- choisir les jus congelés non sucrés de préférence
- Jus de fruits en conserve:**
 - saveur acceptable mais moins bonne que les jus de fruits frais et congelés
 - valeur nutritive est bonne mais un peu inférieure aux jus de fruits frais et congelés
 - économiques: environ 0.06 pour 4 onces
 - ne contient pas de produits chimiques sauf l'addition de vitamine C dans certains jus
 - acheter les jus de fruits en conserve non sucrés de préférence: même prix, même saveur, moins de calories
 - attention: breuvages aux fruits ne sont pas des jus de fruits!
- Cristaux à saveur de fruits et breuvages aux fruits:**
 - saveur discutable
 - valeur nutritive nulle
 - contient beaucoup de produits chimiques et de sucre
 - semblent économiques à l'achat, mais ne nous

donnent rien pour notre argent
- fournissent beaucoup de calories

Le meilleur achat (à part les jus de fruits frais) sont les jus congelés non sucrés et ensuite les jus en conserve non sucrés. Un petit conseil pour conserver la maximum de valeur nutritive: gardez toujours les jus de fruits dans des contenants fermés et opaques au froid car certaines vitamines sont détruites par la chaleur, la lumière et l'oxygène de l'air.

En terminant, voici une comparaison entre la valeur nutritive du jus d'orange congelé et des cristaux à l'orange.

Valeur nutritive	Jus d'orange congelé [1 te]	Cristaux à l'orange [1 te]
Calories	110	135
Protéines	1.0 g.	0 g.
Lipides [gras]	0 g.	0 g.
Glucides [sucre]	26.0 g.	35 g.
Calcium	22 mg.	0 mg.
Fer	0.2 mg.	0 mg.
Potassium	461 mg.	0 mg.
Phosphore	100 mg.	0 mg.
Magnésium	25 mg.	0 mg.
Vitamine A	500 V.I.	0 V.I.
Thiamine [B1]	0.26 mg.	0 mg.
Riboflavine [B2]	0.02 mg.	0 mg.
Niacine [B3]	0.8 mg.	0 mg.
Vitamine C	112 mg.	40 mg.

Maintenant, faites votre choix!

Denyse Hunter, Dt.p.
CLSC Trois-Saumons
St-Jean Port-Joli

Garderie Fantoche: un immense succès

Depuis lundi le 3 juillet, l'école St-Mathieu a repris vie. En effet, la Garderie Fantoche s'y est établie et les bambins y sont rois.

Les trois responsables de la garderie, Aline Boulanger, Carole Francoeur et Denise Boulanger se réjouissent de l'immense intérêt que porte la population à leur égard.

Plusieurs organismes, dont Populart et les Chevaliers de Colomb ont apporté un appui concret à leurs démarches. De même, les magasins d'alimentation Provigain et Coop se sont montrés fort intéressés et vont appuyer la garderie tangiblement.

Devant les taux exigés, les mamans magnymontoises ne peuvent que prêter une oreille attentive. En effet, pour la modique somme de \$1.00 par demi-journée, les trois monitrices peuvent amuser et divertir plus qu'adéquatement les petits marmots car elles jouissent déjà d'une grande expérience dans l'animation de jeunes

enfants. De plus, les tous-petits peuvent diner sur place à la demande des parents.

Le rendez-vous estival des petits magnymontois, c'est à la garderie Fantoche, située au 111 rue St-Pierre. (Ecole

St-Mathieu).

Sarto Paradis
Marie Bolduc
Jean-Pierre Després

DENTUROLOGISTE



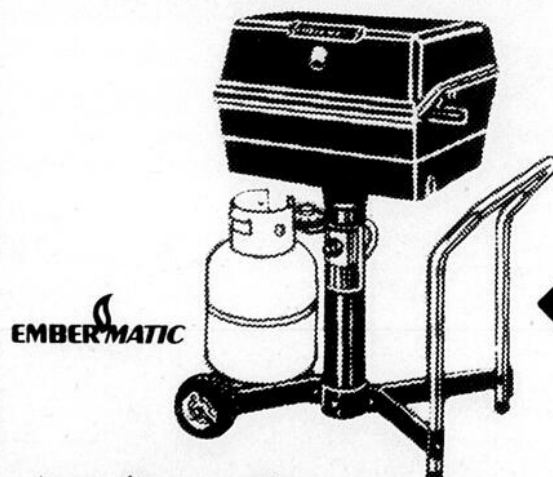
André Normand
21 Valcourt, Montmagny
248-0849

Supérieur FAIT LE MONTAGE POUR VOUS

BAR-B-Q en Spécial

SAVEUR Spéciale

Une saveur à votre goût. Les steaks succulents et juteux, les rôtis, le poisson, tout a un goût absolument exquis. Cette saveur en plein air à vous mettre l'eau à la bouche fera les délices de vos amis et de votre famille. Tout un monde d'agrément au grand air, sans tracas.

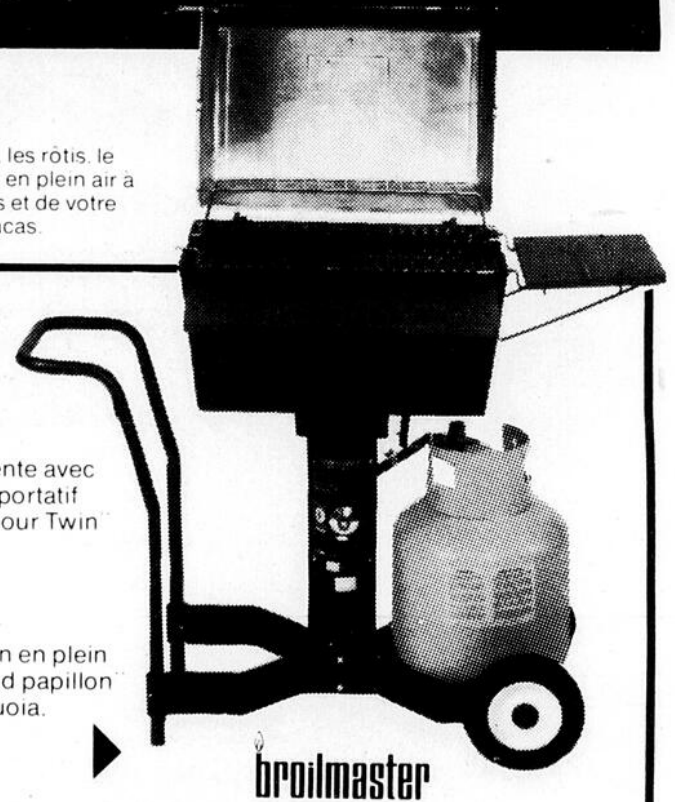


EMBERMATIC

SÉLECTION Spéciale

Aucun réchauffage, aucune attente avec l'Embermatic Arkla. Du modèle portatif "Festival" GRB-20 au chic "Flavour Twin" GRB-40.

Le Broilmaster permet la cuisson en plein air par excellence. Brûleur "noeud papillon" exclusif, étagères en bois de séquoia, charbons "Flower Rock".



broilmaster

PRIX Spécial

\$199.00
ou moins

(Pour le GRB-20)
représenté

OFFRE Spéciale

Supérieur s'occupe du montage. Nous ne vous remettons pas simplement une boîte.

Nous montons l'appareil pour vous.

● Nous l'assemblons et l'installons.
● Nous vous livrons le nouveau BARBECUE au propane (en deçà de 20 milles).

● Nous nous assurons que tout fonctionne bien et que l'appareil est prêt.

● Nous vous montrerons aussi comment vous servir du grill.

Supérieur

PROPANE LTÉE

482, Boul. Taché Est,
Montmagny 248-1771

Financement

Petites et moyennes
entreprises, étude

692-2641

LE MANOIR DES ERABLES

site historique

Salle à manger licenciée
Excellente cuisine
Spécialités:

Fruits de mer.
Cuisine canadienne
française

Hôtel-Motel (26 unités)
248-0100

220, du Manoir
Angle Boul. Taché Est
Montmagny

Femmes de mon pays, d'hier et d'aujourd'hui

Mlle Philomène Labrecque Soeur Marie de la Charité

Membre d'une famille de huit enfants, Philomène Labrecque est née à St-Raphael le premier avril 1852. Après des études à l'école du village et au Couvent de St-François, elle se rend à Québec où elle travaille dans les maisons privées. Le 28 juin 1878, Philomène Labrecque entre en religion et devient Tertiaire dominicaine du Bon-Pasteur. En juin 1881, à la demande de l'évêque, elle se rend à Chicoutimi avec quelques consœurs pour prendre la charge de l'entretien de l'Évêché et du Séminaire. De retour à Québec en 1886, elle entre en fonction au Séminaire de Québec l'année suivante.

En 1887, avec l'aide de Soeur Catherine de Sienne, Mère Marie de la Charité fonde les Soeurs Dominicaines de l'Enfant-Jésus de Québec. La Communauté a pour fonction d'aider à la formation sacerdotale. Les religieuses emménagent donc au Grand Séminaire où elles s'occupent des repas, du ménage et des soins aux malades.

En 1913, le domaine d'Elm Grove sur le chemin St-Louis à Sillery devient le lieu de résidence des Soeurs Dominicaines. Celles-ci ont pour but d'établir des Oeuvres de

Charité telles qu'orphelinats, hôpitaux ou hospices, et d'assumer le soin matériel des évêchés, séminaires et collèges en cette province. En plus, elles s'occupent de l'hospitalisation des prêtres âgés ou malades. Mère Marie de la Charité encourage la formation de petites industries afin de stabiliser la caisse de l'économie: ainsi les religieuses fabriquent des hosties, confectionnent des soutanes et s'occupent de jardinage.

Le 3 août 1919, Mère Marie de la Charité prend sa retraite et remet les pouvoirs à la Communauté. Grâce à son travail énergique et persévérant, sa famille religieuse est installée dans un couvent neuf. Elle a d'ailleurs établi et maintenu un véritable esprit religieux dans sa communauté. Soeur Marie de la Charité est décédée le premier juillet 1920, après une vie de droiture, de sincérité et de dévouement.

Mme Alice Laflamme Ratté [Alphonse]

Membre d'une famille de cinq enfants, Mme Alice Laflamme Ratté (Alphonse) est née le 22 mars 1904 à St-Raphael. Elle y fait ses études primaires et secondaires puis obtient son diplôme élémentaire.

Âgée de dix-huit ans, elle fait ses débuts dans l'enseignement à St-Nérée. Son

salaire annuel est de \$150. Deux ans après elle déménage aux États-Unis avec ses parents. Comme elle veut contribuer au revenu familial, elle travaille dans un moulin de laine. De retour à St-Raphael, elle retourne enseigner successivement au troisième et cinquième rang de cette paroisse.

En 1928, elle se marie à M. Alphonse Ratté et donne naissance à dix enfants dont trois meurent dans des tragédies routières. Ses tâches familiales ne l'empêchent pas de seconder son mari sur la ferme. En 1956, alors qu'il y a pénurie de professeurs, elle retourne enseigner et se dévoue auprès de la jeunesse pendant douze ans.

Comme loisirs, elle aime la lecture, les cartes et fait beaucoup de tricot en plus d'entretenir sa maison.

Membre active des Dames Chrétiennes et des Fermières, elle est trésorière du Club de l'Age d'Or depuis cinq ans.

Femme calme et sereine, elle essaie d'oublier les épreuves de l'existence pour ne garder que les plus beaux souvenirs.

Mme Noella Bernard Rémillard [René]

Mme Noella Bernard Rémillard (René) est née le 25 décembre 1917 à St-Raphael.

Elle fait ses études au Couvent de la paroisse et obtient son brevet moyen en 1934. Pendant quelques années, elle demeure à la maison afin d'aider sa mère aux soins ménagers.

En 1936, elle fait son entrée sur le marché du travail au bureau de poste de la paroisse. L'ouvrage ne manque pas; elle commence à six heures trente le matin et travaille même le dimanche jusqu'à midi. Pendant ces années, on la retrouve membre participante de diverses organisations. Elle est bibliothécaire lutrice pour les Fermières, membre de la chorale et présidente des Enfants de Marie. Elle organise plusieurs activités paroissiales, afin de recréer les gens de St-Raphael. Lors du premier centenaire de la paroisse, elle fait partie de l'organisation du comité du bazar et du comité du restaurant.

Elle se marie à M. René Rémillard et continue à travailler comme maître de poste. Aujourd'hui, après quarante-deux ans de service, nous la retrouvons au poste chaque matin avec le même sourire et toujours prête à donner la plus grande satisfaction à ses nombreux clients.

A suivre

Pré-vente de billets de manège pour l'Expo de Montmagny

Les dirigeants de l'Exposition Agricole du District de Montmagny, dont le président est M. Clément Fournier, sont heureux d'annoncer à la population que, grâce à la collaboration de Beauce Carnaval et du corps de Tambours et Clairons la 2e Décade de Montmagny, une vaste campagne de

pré-vente de billets de manège, se mettra en branle le 10 juillet prochain.

Toute personne qui achètera un ou plusieurs livrets de billets de manèges économisera ainsi \$1.00 par livret en plus de permettre au Comité d'organisation du corps de Tambours et Clairons la 2e Décade de réaliser un béné-

fice de \$0.50 par livret vendu.

Ces billets pourront être employés à volonté lors de la semaine de l'Exposition Agricole de Montmagny qui aura lieu du 14 au 20 août prochains. C'est donc là une excellente occasion pour les parents d'économiser tout en récompensant leurs en-

fants.

Rappelons que, pour la première fois, la totalité des manèges de Beauce Carnaval sera à Montmagny pour la semaine de l'Expo. De plus, 3 nouveaux manèges, dont le Super-Loop et le Cinéma 180, viendront s'ajouter au vingt déjà existants.



DENTUROLOGISTE

Roger Hallé d.d.

MONTMAGNY:
107, Cloutier Montmagny
248-4928
Rés. 259-7246

ARMAGH:
HOTEL LAPOINTE
Pour rendez-vous:
M. EGIDE LAPOINTE
39 rue Principale
466-9900

VENTE D'ETE

20% A 75%

de réduction sur tous les vêtements en magasin sans exception pour hommes et pour dames

20%

de réduction sur tous les vêtements de travail pour hommes.

JEANS, 1ère qualité de marque

Lois



\$21.⁹⁹



rainbow

JEANS, 1ère qualité de marque



YALE

\$16.⁹⁹

GYPSY — LAND LUBBER

MINIPRIX ENR.

126, St-Thomas, Montmagny

248-5937

"AU MINIPRIX, ON A TON PRIX"

9 lettres cachées
THEME
LES INTOXICATIONS

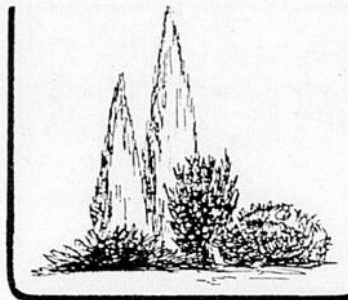
MOT-MYSTÈRE

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

- | | | | | | | | | |
|---|------------|-----------------|-------|---|----------|------|------------|---------|
| A | achat | consiel | fini | M | mal | R | rage | travail |
| | allié | cure | | | | | rate | tue |
| | anesthésie | conseil | G | N | nausée | | retif | |
| | année | | gazé | | nerf | | réveil | |
| B | baisse | D démonstration | gel | | norme | | | U |
| | banc | dorsale | gout | | | S | sagesse | usage |
| | bref | dose | grand | O | opium | | sain | |
| | but | | | I | inégalee | | santé | |
| C | chimie | E envie | | P | persers | | satisfaire | V |
| | chirurgien | éther | L | | poison | T | | vaine |
| | coca | étonner | lit | | potion | tour | | verre |
| | | évasion | loin | | | | | vie |

La réponse du problème précédent: couple

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



CHRONIQUE HORTICOLE

PAR: DIANE ROBICHAUD HUDON,
TECHNOLOGISTE
EN HORTICULTURE



Donnez à vos arbres et arbustes les soins appropriés

Parce que les arbres et les arbustes forment une des bases permanente de l'aménagement paysager, leur apparence compte pour beaucoup dans la beauté de l'ensemble. Il est donc de toute première importance de leur donner les soins appropriés, particulièrement l'arrosage, la fertilisation, le paillage et la protection contre les insectes et les maladies.

Tous les arbres et arbustes ont un grand besoin d'eau au cours des chaleurs de l'été. Il faut accorder une attention spéciale aux plantations printanières. Les arrosages doivent être abondants et répétés. L'utilisation d'un paillis contribue à conserver l'humidité du sol. Tous les autres avantages du paillage ont été énumérés dans une chronique précédente.

Faut-il fertiliser les arbres et les arbustes? Oui, au moment de la plantation et par la suite, il est important d'apporter une fertilisation adéquate. Au printemps et à l'automne il faut appliquer un engrais granulaire. Une fertilisation tôt en mai avec un engrais de formule 18-4-16 ou un équivalent pour stimuler la végétation, puis à l'automne avec une formule 6-12-24 ou un équivalent afin de renforcer les plants et leur donner plus de résistance contre les maladies, le froid, etc. Les seules fertilisations d'été, sont basées sur

l'utilisation d'engrais solubles. Pour les arbres et les arbustes à feuilles décidues, une formule recommandée est le 20-20-20 en vaporisation sur le feuillage et sur le sol, à tous les quinze jours environ. Pour les conifères il est préférable d'utiliser un engrais du même type, mais plus riche en azote, comme le 30-10-10, pour obtenir et conserver un feuillage bien vert.

Il est important de combattre les insectes et les maladies des plantes ornementales, afin d'en favoriser la beauté et la vigueur. Les insecticides servent à lutter contre les insectes et certains autres invertébrés (limaces, mille-pattes). Il faut les appliquer de préférence dès le début de l'infestation. Les fongicides s'emploient pour prévenir les maladies dues aux champignons parasites. Il est possible d'utiliser des mélanges insecticides-fongicides, ils facilitent la lutte simultanée aux insectes et aux maladies.

Pour tous les produits à utiliser, soit du côté des engrais ou des pesticides, informez-vous à votre centre de jardinage afin de toujours utiliser les produits appropriés.

Diane Robichaud Hudon
Technologiste en horticulture

Oui ou non à un marché maraîcher?

Après un premier contact auprès des agriculteurs de la région, l'équipe d'enquêteurs ont visité près d'une centaine d'agriculteurs susceptibles d'adhérer au projet du Marché Maraîcher. De ce nombre une trentaine ont manifesté le désir de participer à l'entreprise en affirmant qu'ils seraient intéressés à vendre leurs produits au marché.

Quoique le projet soit encore très jeune et que les adhérents soient encore en petit nombre, dû au fait que la région de Montmagny n'est pas une zone horticole, l'idée de l'implantation d'un Marché Maraîcher fait son chemin à travers la population...Y as-tu pensé?

Marché Maraîcher
Jeunesse Canada au Travail

TEL.: 248-2534

MONTMAGNY ALUMINIUM ENR.
FERNAND LETENDRE PROP.

Entrepreneur en rénovation
REVETEMENTS DE MAISONS
ALUMINIUM, MASONITE, ACIER RESIDENTIEL
CLAPBOARD, PORTES ET CHASSIS EN BOIS

134, AVE STE-BRIGITTE - MONTMAGNY - G5V 2Y6

Entrepreneur
-plomberie
-chauffage

Vente
Installation
Réparation

Jean-Claude Blouin Inc.

150 Ave Ste-Brigitte
Montmagny

248-3345

OSCAR PARADIS

Entrepreneur général en construction résidentielle, commerciale & industrielle, rénovation, clapboard d'aluminium et masonite.

51, Rivière Sud, Montmagny **248-2966**

Tél.: 248-0343

ROGER BLANCHET
PHARMACIEN

B.A., B.P.H., L.P.H.,

HEURES D'AFFAIRES
Lundi, Mercredi, Vendredi: 8.30 h. A.M. à 9.45h. P.M.
Mardi, Jeudi, Samedi 8.30h. A.M. à 9.00h. P.M.

ARMAND LAGNON

Entrepreneur en construction et réparation générale
Estimation sur devis

Tel.: 248-1805
7, rue Bernatchez,
Montmagny, Qué.

248-1562

JEAN LEMIEUX
Entrepreneur en construction

R. R. 1, Montmagny, Qué. G5V 3R8

EDOUARD FORGUES
ENTREPRENEUR GENERAL **259-7937**

70 Boul. Blais Ouest, (Rte 2) Berthier-sur-Mer

Vendeur des maisons fabriquées en usine

présente
le modèle

LA COMTESSE

MICHEL NORMAND E.N.R.

ENTREPRENEUR
ELECTRICIEN

248-4813

165 St-Louis, Montmagny

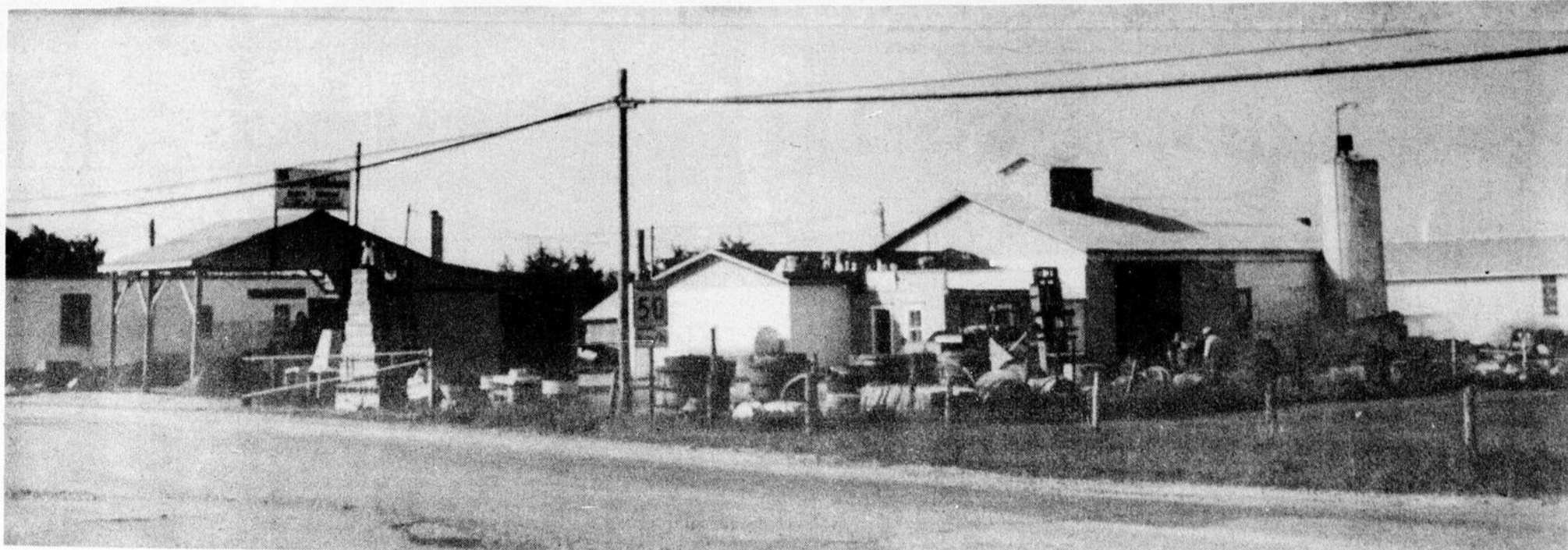
Plomberie chauffage
Brûleurs à l'huile (mise au point)
Nettoyage de fournaies

SERVICE 24 HEURES

ANDRE LEMIEUX
ENTREPRENEUR

VENTE
REPARATION
INSTALLATION
ESTIMATION
GRATUITE
OUVRAGE GARANTI

240 Ave St-David
Montmagny **248-2676**



Les Tuyaux Bellechasse Inc. ont été fondés il y a près de 21 ans à St-Raphaël, par son propriétaire actuel, M. Noel Grenier. Depuis ce temps, l'entreprise a continué à moderniser ses moyens de production et emploie plus de 14 employés, de St-Raphaël et des environs.

Les Tuyaux Bellechasse Inc., une entreprise progressive

(P.B.) Les petites et moyennes entreprises dans les comtés ruraux comme celui de Bellechasse constituent un secteur important de l'économie régionale notamment par le développement et l'essor d'une région proprement dite, en terme de création d'emploi et ce, à même la main-d'oeuvre locale.

C'est bien dans cet esprit que les Tuyaux Bellechasse Inc. s'implantèrent à St-Raphaël, il y a déjà près de 21 ans, de souligner M. Noel Grenier, président et propriétaire de cette petite industrie, qui s'est imposée sur le marché québécois par toute une variété de produits en béton.

M. Grenier soutient que son entreprise n'a pas toujours eu un impact aussi important dans le contexte économique régional. Il se rappelle d'ailleurs des débuts bien modestes en 1957, où il tentait sa chance sur le marché du tuyau de drainage de quatre pouces de diamètre. Une demande sans cesse croissante auprès de cette nouvelle clientèle exigeait donc une diversification de cette première production. Cette modernisation de son industrie, son propriétaire y procéda en achetant d'autres moules susceptibles d'offrir des tuyaux aux dimensions plus importantes, variant jusqu'à un diamètre de 8 pieds.

Interrogé précisément sur la provenance de sa clientèle, ce dernier affirme qu'il s'agit surtout de cultivateurs et de corporations municipales. Ce marché s'étendrait d'ailleurs aux divers comtés environnants comme L'Islet, Montmagny et Kamouraska, pour n'en citer que quelques-uns. Des dépositaires régionaux assurent la distribution non seulement pour les blocs en ciment, mais aussi pour les tuyaux et les briques fabriquées à même ce produit.

Une industrie en expansion
La production quotidienne dépend de certains facteurs selon le choix de la production. Ainsi, de souligner notre interlocuteur, environ 3,000 blocs par jour sortent de l'usine dans le 8 pouces, et 6,000, dans le 4 pouces. Un inventaire considérable témoigne de cette productivité efficace et bien en mesure de répondre à une entreprise sans cesse en expansion.

L'an dernier, M. Grenier mentionne qu'il a investi environ \$100,000 pour l'aménagement d'une bâtisse de 45' X 90' à proximité des installations existantes, afin d'automatiser ces techniques de production plus près d'un mode artisanal. Trois nouveaux emplois permanents purent être ainsi créés, dans une période où le taux de chômage est particulièrement élevé.

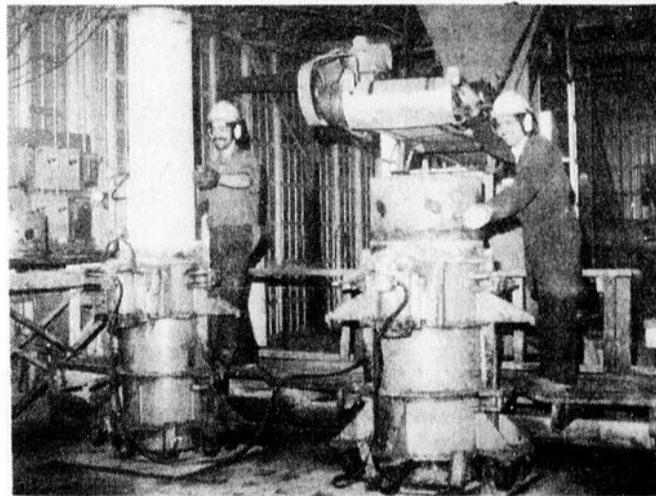
De plus d'affirmer le pro-

priétaire des Tuyaux Bellechasse, d'autres emplois sont aussi réservés à de jeunes étudiants. A chaque été, certains travaillent à la fabrication de bibelots en ciment tels que chevreaux, fontaines, urnes et vases de toutes sortes.

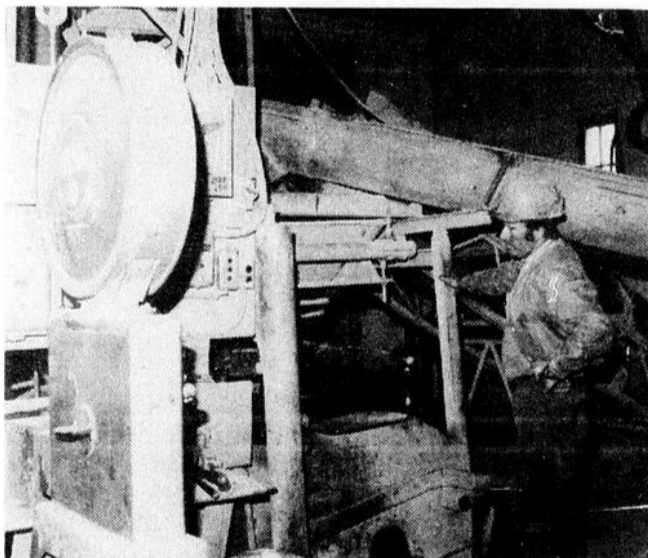
Ces divers éléments indiquent cette volonté de diversifier la production de l'entreprise, tout comme l'idée de produire des fosses sceptiques en ciment, d'enchaîner M. Grenier. Neuf entreprises de la région de Québec se spécialiseraient dans une telle production jusqu'à présent, production

qui répond d'ailleurs aux normes du Bureau de normalisation du Québec (B.N.Q.).

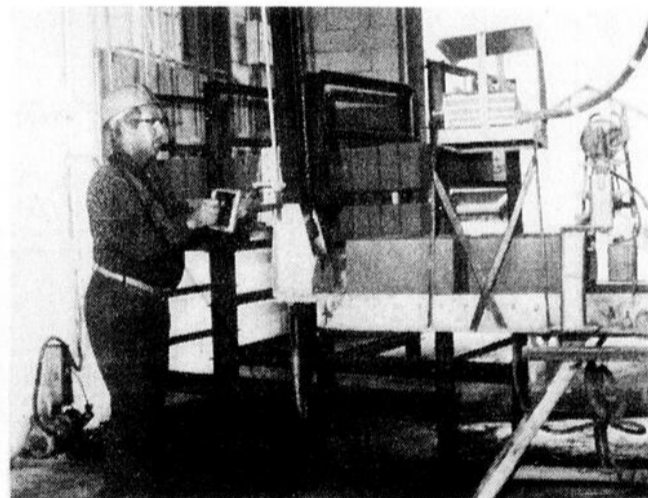
Néanmoins, dans notre système économique, bien peu d'entreprises échappent à cette règle du jeu qu'est la concurrence. Ce qui cependant, n'empêche pas certaines petites industries comme Tuyaux Bellechasse Inc. de se moderniser et d'innover afin d'être en mesure de répondre aux besoins du marché et aux perspectives d'emploi d'une région fortement touchée par le chômage, de conclure le président de cette industrie de St-Raphaël.



Les deux employés Daniel Grenier et Jacques Asselin s'affairent au démoulage des tuyaux qui sont fabriqués par le principe de la vibration. Ce nouvel agrandissement de l'usine a nécessité des investissements de plus de \$100,000.

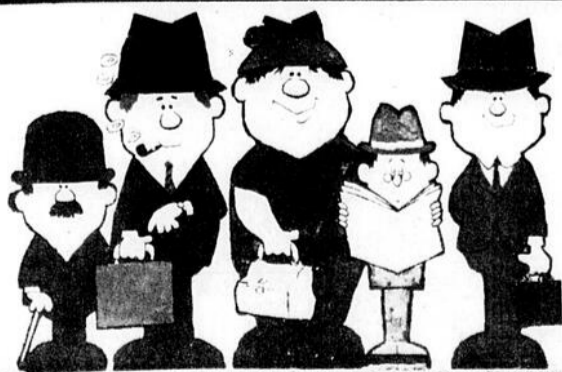


L'employé ci-dessus, M. Maurice Lemelin de St-Raphaël, vérifie la qualité du mélange de gravier et de ciment en vrac et s'assure ainsi du poids et de la teneur en humidité de ce ciment qui est destiné à la fabrication des blocs en béton. Il s'agit d'une des premières opérations sur la chaîne de production.



M. Robert Latulipe place les blocs qui viennent tout juste d'être fabriqués dans les supports, afin de les faire parvenir à la chambre de curetage où ils seront déposés pendant une durée de 12 heures, avant de procéder à leur livraison.

PRENEZ LE TEMPS DE COMPARER NOS PRIX



**COUVRE-
PLANCHERS
MEUBLES
ACCESSOIRES
ELECTRIQUES**

JACQUES DUMAS

St-François

Cté Montmagny

CHARGEX

VISA

MASTERCARD



POUR VOTRE PROTECTION nous sommes membre de LA CORPORATION DES MARCHANDS DE MEUBLES DU QUÉBEC

259-7741



FUNAMBULE

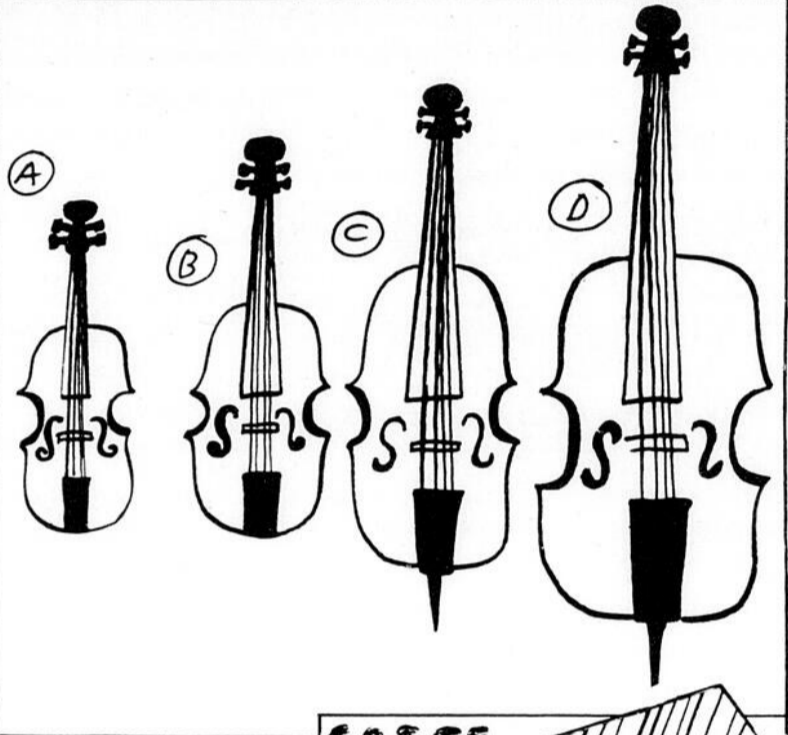
LES CORDES (INSTRUMENTS DE MUSIQUE)

A COLORIER

LES TROUBADOURS DU MOYEN-ÂGE UTILISAIENT LE LUTH.

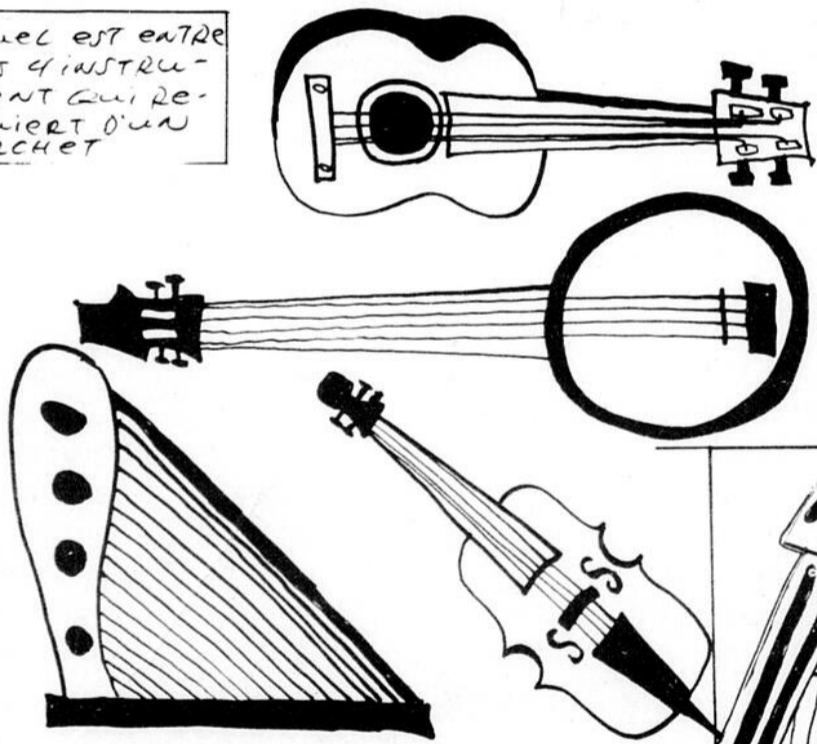


VOICI 4 INSTRUMENTS A CORDE QUI SE RESSEMBENT BEAUCOUP MAIS DE TAILLE DIFFERENTE. POURRAIS TU LES NOMMER.

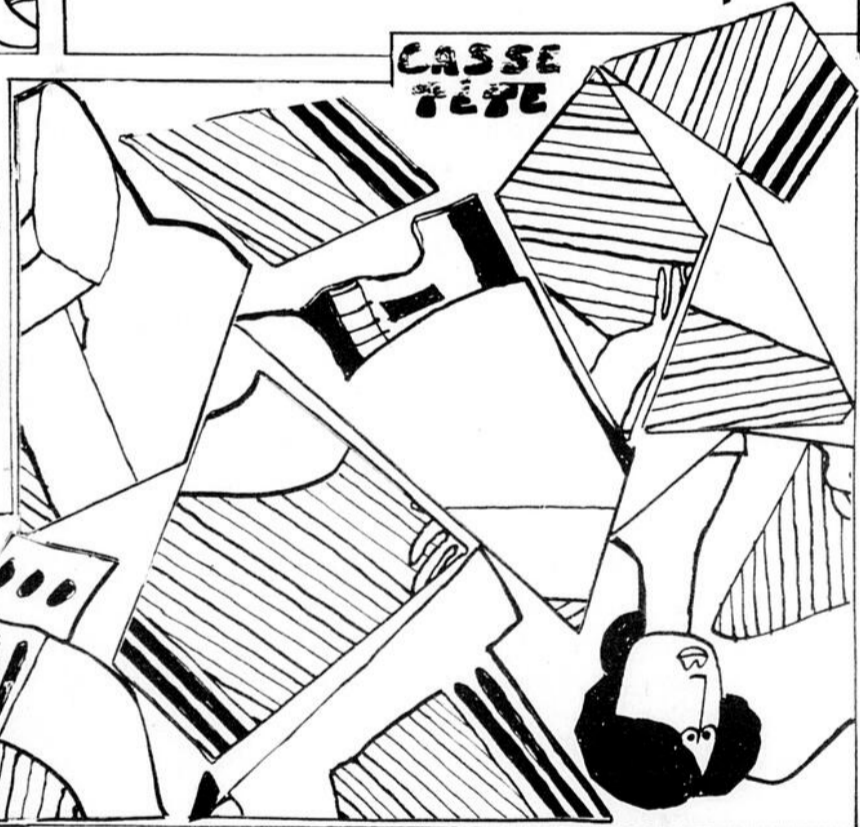


QUEL EST ENTRE CES 4 INSTRUMENTS QUI REQUIERT D'UN ARCHET

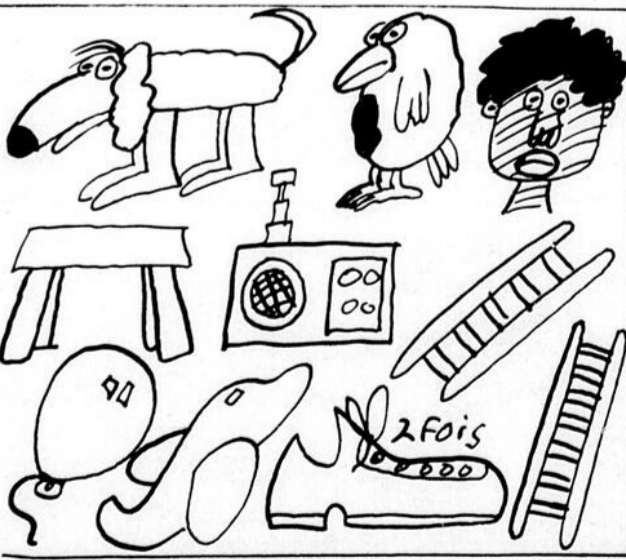
Suzanne Desrochers



CASSE TÊTE



PRENDS LA PREMIERE LETTRE DE CHAQUE DESTIN ET FORME LE MOT CACHE.



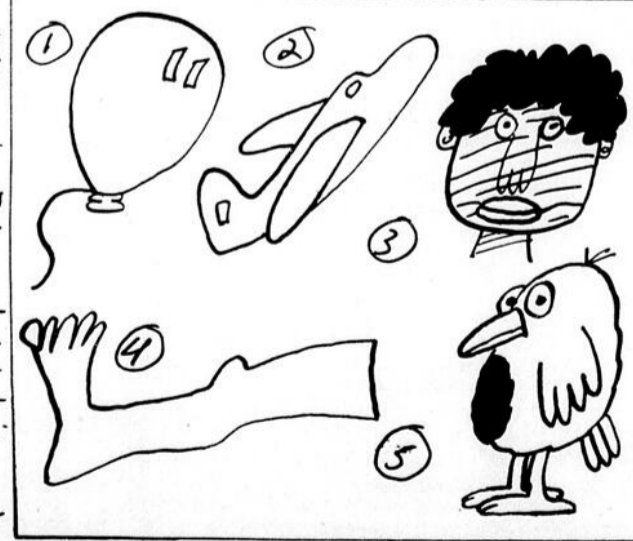
SAVAIS-TU

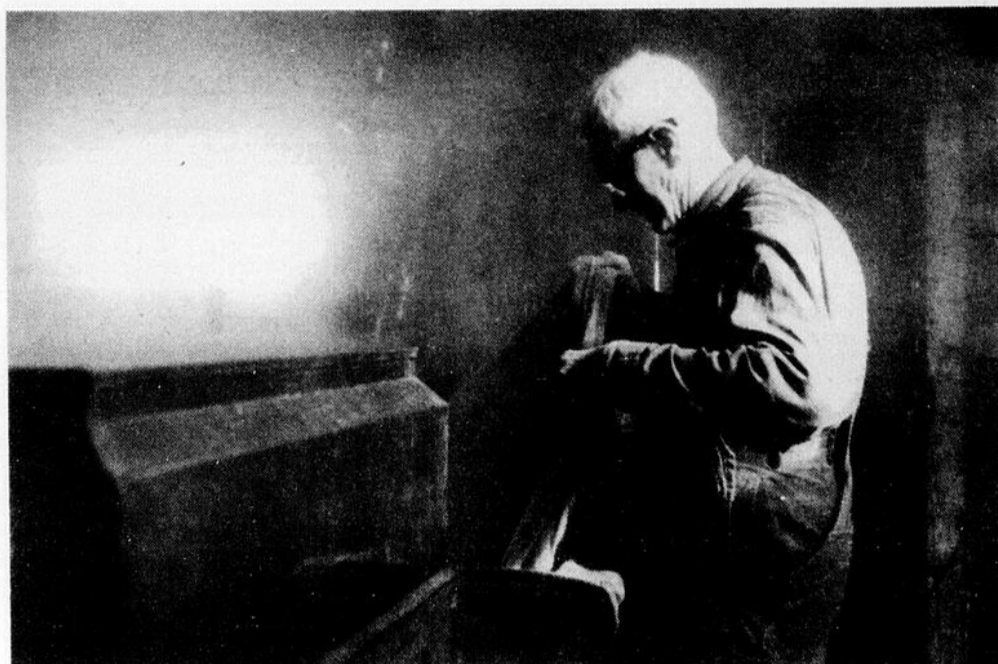
QUE LE VIOLON QUE NOUS CONNAISSONS AUJOURD'HUI DATE DE PLUS DE 400 ANS ET QUE LES MEILLEURS D'ENTRE EUX FURENT FABRIQUÉS IL Y A 200 ANS PAR LES GRANDS LUTHIERS ITALIENS, AMATI, STRADIVARIUS ET GUARNERUS.

QUE L'ORCHESTRE SYMPHONIQUE COMPREND : LE VIOLON, L'ALTO A CORDES, LE VIOLONCELLE ET LA CONTREBASSE POUR LA FAMILLE DES CORDES.

QUE LA CONTREBASSE EST LE PLUS GRAVE DE TOUTES LES INSTRUMENTS A CORDES.

PRENDS LA PREMIERE LETTRE DE CHAQUE DESTIN ET FORME LE MOT CACHE.





Le talent ne manque pas à St-Jean Port-Joli. A preuve, cette magnifique photographie [ci-dessus] prise par un amateur de l'endroit, M. Hémon Blanchet, une autre belle photo qui est présentement exposée à St-Jean Port-Joli. Celle-ci est intitulée "la Coulée" et est signée Jean-Guy Kérouac.

On ne fait pas que travailler le bois, à St-Jean Port-Joli

(C.C.) Même si St-Jean Port-Joli est surtout connue par ses maîtres-artisans travailleurs de bois, il n'en demeure pas moins que de nombreux autres métiers artisanaux y sont pratiqués. Ainsi, depuis quelques années, on y retrouve quelques potiers, des sculpteurs sur métal, des tisserands (ça fait partie d'une longue tradition), ainsi que des émailleurs.

Ce qui est un peu nouveau, cependant, c'est de voir que de plus en plus de gens s'intéressent à des arts qui ne relèvent pas du même domaine. Ainsi en est-il pour la photographie. Pour s'en convaincre, il suffit d'aller jeter un coup d'oeil (c'est le cas de le dire) sur l'exposition qui se tient actuellement à la permanence de l'Association des Artisans, jusqu'au milieu juillet. Il y a là un peu plus d'une

dizaine d'exposants, en général artisans dans d'autres disciplines, de leur métier. Il s'agit pour la plupart, de jeunes photographes dont c'est la première exposition et qui, eux-mêmes, n'ont aucune gêne à s'étiquetter comme amateur.

Malgré tout cela, il est surprenant de voir la qualité des oeuvres qui sont en montre, tant au niveau technique que par le choix des sujets (il y a là des photographies dont bien des professionnels du métier pourraient être fiers). Inutile, ici, d'entreprendre une description exhaustive des oeuvres exposées. On dit qu'une photo bien faite vaut mille mots. C'est parfois vrai; ainsi, il nous fait plaisir, cette semaine, de vous en faire voir quelques-unes de celles qui sont présentement en montré à St-Jean Port-Joli.

Sears

• Place Fleur de Lys • Place Laurier • Galeries Chagnon

RABAIS de \$1.00

VETEMENT EN RATINE POUR JOUER ET DORMIR

197

Reg. \$2.98

Dormeuse de confection ratine de polyester coton nylon extensible Durable et confortable. Fermeture par boutons-pression devant et aux jambes. Choix de tons unis et motifs Blanc rose bleu ou jaune TP-P-M No 1-8 958. Vêtements pour enfants. Rayon 6.



100 SERVIETTES neuves
Seulement **\$4.00**

PLUS 75¢ de poste et manutention. Fabriquées en fibres de coton et rayonne NON TISSEES. Expédiées directement de l'usine. Magnifiques tons pastels. Jamais de charpie. DES MILLIONS sont vendues chaque année. Centaines d'usages. 9" x 12". L'IDEAL pour FERME, MAISON et ENTREPRISE. Commande d'échantillon: 30 pour \$2.25. REMBOURSABLES. Nous acceptons volontiers CHEQUE, MANDAT OU ARGENT COMPTANT.

PRIX POUR FORTES QUANTITES

- 200 pour \$6.00
- 500 pour \$15.00

Commandez tôt de:

IMPERIAL WORLD SERVICE

Boîte 296, succursale

Snowdon Montréal, P.Q.

20 ANS DE SERVICE PAR COMMANDES POSTALES

A VOYAGE

Cape Cod et ses 300 milles de côte

Texte, L.M. Blais

Vous songez à prendre vos vacances au bord de la mer, mais vous désirez y trouver de l'inédit et de la variété, dans la solitude de la nature ou au milieu de la vague de touristes de juillet-août.

C'est à Cape Cod que vous devez vous rendre. Des vacances agréables vous sont réservées.

Cape Cod, situé au sud-est de l'état du Massachusetts, présente l'aspect d'un bras de mer qui s'allonge

70 milles dans l'océan Atlantique. Cette presqu'île regorge d'endroits enchanteurs.

Ici, c'est un minuscule port de mer avec ses bateaux de pêche, et ses voiliers. Plus loin, les vastes plages sa-

blonneuses vous invitent à la baignade et à la flânerie. Reprenant votre balade vous croiserez de petits villages avec leurs restaurants et leurs terrains de camping isolés au milieu de terrains boisés.

aux îles de Martha's Vineyard ou Nantucket. Deux bateaux s'y rendent plusieurs fois par jour, des quais de Hyannis et de Woods Hole. Un vous amène de Provincetown à Boston. Si vous préférez une tournée à travers la péninsule, des visites par autobus, d'une durée de cinq heures vous conduiront aux endroits les plus intéressants, avec arrêt pour le lunch.

Mais si vous préférez partir vous-même au volant de votre voiture, six itinéraires différents ont été prévus. Les routes à suivre, les étapes de chaque circuit, sont parfaitement indiquées, que ce soit la visite du Marine Aquarium, de l'Institut Océanographique, du Heritage Plantations ou encore du Pilgrim Monument à Provincetown.

Si vous aimez les antiquités, arrêtez-vous à Sandwich. Vous dénicheriez la verrerie que vous désirez depuis longtemps. Vous vous réjouirez de retrouver l'at-

mosphère des boutiques qui regorgent de vieilles choses et en fin de saison, il y a des rabais considérables dans toutes les boutiques, que ce soit aux magasins à la mode ou au magasin général de style d'une époque révolue.

Pour vous aider à mieux préparer votre séjour à Cape Cod, écrivez à la Chambre de Commerce de Cape Cod Hyannis, Mass. U.S.A. 02601 pour obtenir le guide des tournées de la région. Il vous sera d'un secours précieux pour vous permettre de découvrir les ateliers d'artistes ou d'artisans, les villes et villages au cachet particulier, les endroits pour pique-niquer ou faire du camping, les plages publiques et les différents endroits pour y pratiquer le sport de votre choix: surf, ski nautique, golf ou tennis.

La carte routière à l'intérieur du guide vous sera très utile pour tracer votre itinéraire à Cape Cod.



Arey's Pond, un coin qui reflète la sérénité et le calme de la région.



Moulin à vent construit en 1800 à Orleans, Mass., dans le parc "Heritage Plantation".

Sports

À ces avantages, s'ajoutent la possibilité d'y pratiquer tous les sports d'été. Le golfeur a un choix de 28 terrains dans un paysage d'une grande beauté. Le tennis est également populaire. Des voies sont réservées aux cyclistes qui peuvent louer des bicyclettes sur place.

Vous aimez taquiner la truite? 75 étangs, lacs et ruisseaux sillonnent la région. Cette truite d'eau douce dit-on, est la meilleure de toute la Nouvelle-Angleterre. Histoire de pêche? Peut-être?

Partout les endroits de pêche abondent, que ce soit sur le bord d'un quai, d'une jetée, sur un pont ou tout simplement le long de la mer. Vous n'avez qu'à tenter un coup de filet pour y prendre de la morue, de la perche. En haute mer, tous les espoirs sont permis, merlin, espadon, thon, "blue fish". Pour ceux qui n'ont pas le pied marin, il reste la pêche aux crabes, aux pétoncles, aux palourdes et aux autres crustacés. Un petit conseil: s'informer des règlements de pêche auprès de la Chambre de Commerce de Cape Cod. On vous remettra la brochure: "Sportsman's Guide to Cape Cod" qui vous permettra de découvrir les endroits où vous ferez une "pêche miraculeuse".

Excursions

Il y a plusieurs possibilités d'excursions en bateaux. Entre autres, une journée

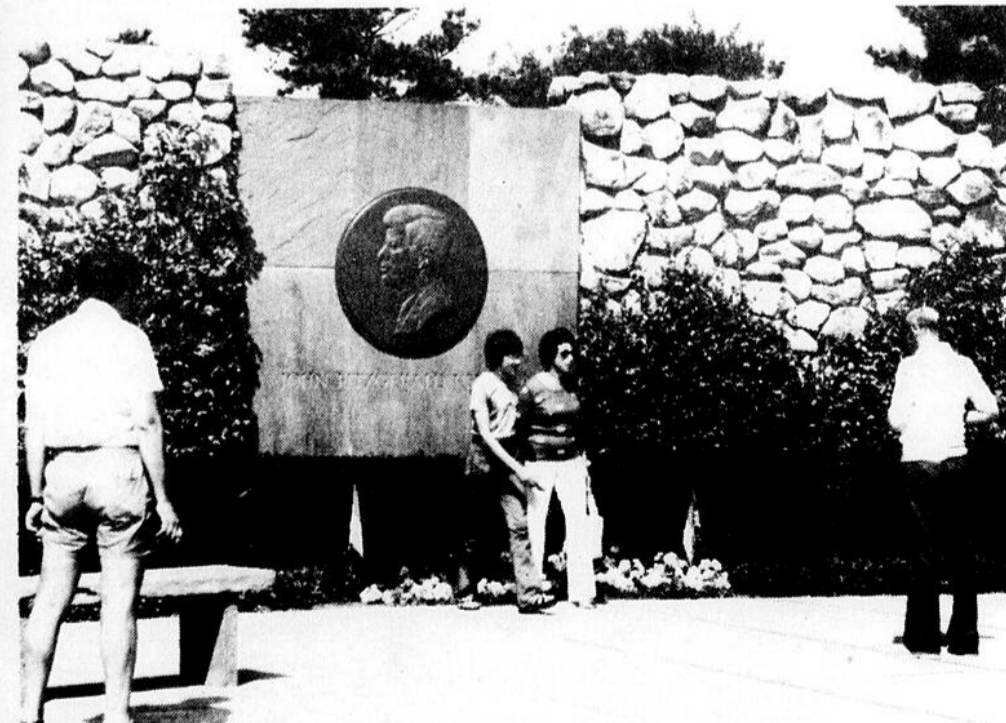
L'automne à Cape Cod

C'est l'été des Indiens qui semble s'éterniser en octobre jusqu'au début de novembre à Cape Cod. La température est plus chaude qu'en mai. Elle varie entre un maximum de 80 degrés F et un minimum de 35 degrés F. Durant cette période la moyenne de pluie est de quatre jours.

C'est le temps des randonnées dans la campagne colorée à cette époque de l'année, en respirant l'air salin de la mer et de faire "un plein de santé" avant d'affronter l'hiver. Pourquoi ne pas ajouter au plaisir de la matinée une promenade à cheval le long des plages désertes où seul le bruit des vagues et le cri des mouettes ou des goélands se font entendre. C'est aussi l'occasion d'une marche le long des quais paisibles à ce temps de l'année où vous aurez peut-être la chance de rencontrer un peintre qui met la dernière touche à un tableau.

Après cette journée au grand air, vous vous retrouverez avec joie autour d'une table accueillante pour déguster des fruits de mer, du homard ou le "clam-chowder" autant de spécialités qu'on ne retrouve que dans cette partie de la Nouvelle-Angleterre.

Il faut essayer au moins une fois de séjourner une semaine à Cape Cod en octobre.



Le monument "Kennedy Memorial" à Hyannis.

La salle municipale de St-Eugène: 73 ans d'histoire

Puisque la salle municipale doit faire place à l'Hôtel de Ville de St-Eugène, d'ici quelques mois, nous relatons un peu l'histoire de cette salle municipale, pour le bénéfice des lecteurs du Peuple-Courrier.

Il faut remonter en 1904, alors que les religieuses de St-Joseph de St-Vallier étaient arrivées de France, à St-Jean Port-Joli. Six mois plus tard, le 27 janvier 1904, M. l'abbé Jean-Baptiste Goselin, curé de St-Eugène s'adressait à la Supérieure du Couvent de St-Jean Port-Joli pour obtenir deux religieuses enseignantes à St-Eugène.

Après pourparlers et entente de part et d'autre, deux religieuses furent désignées et arrivèrent à St-Eugène le 25 août 1904; ce sont Soeur St-Hilaire Odet et Soeur Marie-Alphonse Morel. Et le 8 décembre suivant Soeur Jeanne-Thérèse Collin vint les rejoindre à la satisfaction de la population. L'enseignement se donnait alors dans une résidence privée.

La Commission scolaire de St-Eugène à l'été de 1905, fit construire le couvent, devenu aujourd'hui la salle paroissiale. Le premier étage n'est terminé qu'en partie, trois classes étaient ouvertes, et jusqu'en 1926 rien ne fut changé. Mais le nombre d'élèves augmentait. Après

entente entre le curé, les commissaires et les autorités de la Congrégation des Soeurs de St-Vallier, l'étage supérieur fut terminé; ce qui permit une meilleure distribution de pièces et l'ouverture d'une petite chapelle.

Ce n'est que vers 1916 que fut construite la partie arrière de la salle municipale actuelle. C'est M. Calixte Tondreau qui a réalisé la construction.

Le 19 février 1945, la Commission scolaire de St-Eugène autorise la vente du vieux couvent à la Fabrique de St-Eugène. Le secrétaire de la Commission scolaire de St-Eugène alors en fonction, est M. Jean Berthmans Houle, et c'est le curé Ernest Martel, qui est président du Conseil de Fabrique. La Commission scolaire de St-Eugène se départit de la bâtisse en la vendant \$2,000, soit \$1,000, comptant et \$1,000, plus tard à la Fabrique de St-Eugène.

La Fabrique de St-Eugène occupa pendant 21 ans la salle paroissiale, c'est-à-dire jusqu'en 1966.

En ce temps on est alors le 19 septembre 1966, le curé Mgr Fernand Bernier, donne l'accord de vente de la salle paroissiale de St-Eugène à la Corporation municipale de St-Eugène; M. Gérard Gagné est alors maire de la Corporation municipale. La vente de la salle paroissiale

se réalise et c'est un déboursé de \$2,000, qui est accepté.

Le Conseil municipal fait l'achat d'un système de chauffage à l'huile, en 1966, pour chauffer la partie d'en avant. Puis lors du centenaire de l'église de St-Eugène en 1973, on procède à des travaux de peinture extérieure de la salle municipale pour la partie avant uniquement.

Les enseignants laïcs et religieux

Il nous est impossible de nommer tous les enseignants et enseignantes qui ont oeuvré à St-Eugène, depuis la fondation du couvent en 1904; la liste en serait trop longue. Notons que St-Eugène a donné à l'église plusieurs religieuses. Plusieurs de ces religieuses sont disparues, les autres continuent à travailler aux service des aînés, soit comme missonnaires, soit comme religieuses-enseignantes.

M. Julien Morneau, est remplacé quelques années plus tard par M. René Marcotte. M. Marcotte enseigne quelques années en ce même temps Mmes Fernande Caron et Olivette Fortin dispensent également l'enseignement.

C'est M. Conrad Jean (un enseignant de la paroisse) qui succède à M. René Marcotte.

Pour souligner les 50 ans de l'arrivée des religieuses de

St-Joseph de St-Vallier, un bouquet est donné en 1954. Le curé de la paroisse étant alors l'abbé Ernest Martel, c'est l'abbé Nazaire Thibault, (enfant de la paroisse), qui prononce l'homélie à cette circonstance.

Par ailleurs le premier professeur laïc qui a été M. Napoléon Goulet; il fut remplacé quelques années plus tard par M. Julien Morneau.

La municipalité de St-Eugène dénombre 16 maires, depuis l'arrivée des premières religieuses enseignantes, jusqu'en 1978, année de la construction de l'Hôtel de Ville. En voici les noms: M. Amédée Kirouac, 1903, M. Cyrille Bernier, 1905, M. Cyrille Chénard, 1906, M. William Thibault, 1907, M. André Bernier, 1908, M. Alfred Bélanger, 1909, M. Amédée Kirouac, 1912, M. Joseph Pelletier, 1919, M. Amédée Gagnon, 1927, M. Edmond Théberge, 1929, M. Lauréat Thibault, 1935, M. Xavier Caron, 1951, M. Lauréat Thibault, 1953, M. Gérard Gagné, 1965, M. Fernand Thibault, 1975 et M. Alphonse Caron, 1977.

Ces dates correspondent à l'arrivée en fonction de chaque maire de la municipalité de St-Eugène.

Les secrétaires municipaux

Les fonctions administratives municipales sont remplies par le secrétaire municipal. M. Alfred Cloutier

occupe cette fonction entre les années 1898 et 1946.

Puis c'est M. Jean Berthmans Houle qui occupera pendant trente-deux ans cette fonction, c'est-à-dire jusqu'au début de janvier 78 (1946-1978)

C'est d'ailleurs M. Jean Berthmans Houle, qui fit prêter serment d'office à Mme Anne-Marie Normand, le 2 janvier 1978. Mme Normand occupe donc cette fonction depuis janvier 1978.

Les locataires

Parmi tous les locataires

qui ont occupé les espaces locatifs de la salle municipale, M. Lucien Boulet, et Mme Edwidge Bernier, sont ceux qui ont demeuré le plus longtemps à la salle municipale. D'autres locataires y ont séjourné sur une période plus ou moins longue. Ce sont M. Wilfrid Labbé, M. Guy Caron, M. Aurèle Normand, M. Rosaire Chouinard, M. Alfred Laurendeau et M. Rénald Jean (dernier locataire).

Fernand Guimond



Cette bâtisse, dont la construction remonte à 1905 et qui a servi de couvent avant d'être convertie en salle municipale, tombera sous le pic des démolisseurs d'ici les prochaines semaines. Elle fera place à un hôtel de ville moderne, construit au coût de quelque \$168,000, moyennant une subvention du ministère des Affaires municipales de l'ordre de \$60,000. Entretemps, pour les quatre ou cinq mois de la durée des travaux, le Conseil municipal sera appelé à siéger dans l'une ou l'autre des deux écoles de St-Eugène, suite à une entente avec la Commission scolaire Trois-Saumons.

[C.M. et Francine Caron Photo]

Nouvelle Administration

Voyages
en liberté inc.

présent plus que jamais à Montmagny



Pour tous projets de voyage vers quelque destination que ce soit,
Voyages en liberté inc.
est en mesure de vous fournir tous les renseignements et brochures descriptives afin de vous permettre d'effectuer le meilleur des voyages.

Jo-Anne O'Donnell, notre conseillère en voyages se fera un plaisir de vous recevoir.

Si vous préférez,
vous pouvez la rejoindre au téléphone en signalant le no. 248-5676

Voyages en liberté inc.,

le numéro un à Montmagny déjà depuis près de deux ans.

Heures d'ouverture:

lundi au mercredi: de 09h30 à 17h30
jeudi et vendredi: de 09h30 à 21h00
samedi: de 10h00 à 16h00



QUÉBEC INC.

Galleries
Montmagny

Permis: 13494091 — 1221
Tél.: 248-5676

cartes professionnelles

Notaires

Hébert, Vallée et Lemieux

Notaires, conseillers juridiques

Georges Hébert, B.A.L.L.L.
Paul-Henri Vallée, B.A.L.L.L.
Gaston Lemieux, B.A.L.L.L.

192 de la Gare, Montmagny

248-1202

Depositaire du greffe de
Me Paul Dolan Notaire

17, St-Magloire
Montmagny
C.P. 128

MARIO DOLAN

Notaire & Conseiller juridique

Tous les jours: 9 hres à 5 hres. Le soir: sur rendez-vous

248-5898

Lundi soir: Cap St-Ignace Alfred Theberge [Hôtel Central] 246-5329

Assurances



**Jeanne L.
Boulanger**

C. D'A. ASS.

COURTIER D'ASSURANCES GENERALES

Vie - Feu - Vol - Accident.

Responsabilité Auto

Tél.: Bur.:
248-0226

211 rue du Manoir, Montmagny, Qué.

Arpenteurs-géomètres



**ARPENTEUR-
GEOMETRE**

Jacques Pelletier

Depositaire d'une partie du greffe
de Marc Thiboutot

206, 11e Rue, Montmagny

248-2091



**ARPENTEUR-GEOMETRE
Camille Bouchard**

1004, 4e Rue, La Pocatière

Tél.: **856-2573**

Arpenteur - Géomètre

GAETAN MASSON

169, des Meuniers, Montmagny

248-6107 1-832-6161

Ingénieurs conseils

DESPRES, LANDRY & ASS.

Ingénieurs conseils

Montmagny Tel.: 248-0622

Tél.: 248-3420

Dr. E. Gobeil, O.D.

DR. MARC-ANDRE
ST-MARTIN, O.D.
OPTOMETRISTES

Edifice Allard, app. 21-23
46 Est, St-Jean Baptiste
Montmagny

OPTOMETRISTES

**Jacques Deschênes
Optométriste**

1 Place de l'Eglise
Suite 304, Montmagny
248-2872

TRUC DES 7 ERREURS



Tenue de Livres

Bureau: 1, 6e rue, Montmagny, Qué. Tél.: 248-2722

RAYMOND LORTIE

B.A., D.W.S.A., C.A.E.A.V.L.

Tenues de livres - Rapports d'impôt - Administration

RAPPORTS D'IMPOT

TENUE DE LIVRES

Ouvrage général de bureau

André Minville, 4, 7e rue, Montmagny
Tél.: 248-1610

Jean-Paul CLOUTIER

B.A., L.Sc.C., Adm. A

J. Maurice CLOUTIER

B.A., L.L.L., Notaire

Saint-Paul, Co. Montmagny, Qué.

Gaston CLOUTIER

Cloutier et Cloutier Enrg.
Assurances Gen.

Guy CLOUTIER

B.A.
Administration

Directeurs de Funérailles

**LAURENT
NORMAND INC.**

Directeur de Funérailles
Montmagny Bellechasse

Bur.: 248-0545

115 rue St-Louis Montmagny

Marcel Ruelland

Directeur de funérailles

Foyers funéraires

Service jour & nuit

31, avenue de la Fabrique
Montmagny, P.Q. G5V 2J3

Tél.: 248-1363

Avocats

ROBERT DAVELUY

B.A., LL.L.

Avocat procureur

Edifice Allard

Rue St-Jean Baptiste
Montmagny

Garant & Associé

AVOCATS ET PROCUREURS

Bureau
77 Avenue de la Gare
Montmagny, Tél.: 248-0194
Conrad Breton DE CLLL
Tél. Rés.: 248-1809
Rés.: M. Garant 259-7105
Ligne directe Québec 887-3957

Morin, Lemieux et Blais

Avocats

Marcel Morin
B.A., LL.L., LL.M.

Pierre Blais
B.A., LL.L.

Jean-Alain Lemieux
B.A., LL.L.

41, est, rue St-Jean Baptiste,
Montmagny.

TEL.: 248-3114

Comptables

Fernand Breton, C.A.

Comptables agréés

68, rue du Palais de Justice
Edifice Couillard (Suite 101)
MONTMAGNY, P.Q.

Bur.: 248-1232

Rés.: 248-1513

Caron, Corriveau, Renaud & Associés

COMPTABLES AGREES

Lionel Corriveau, C.A.
Gérard Lavoie, C.A.
Régent Gagnon, C.A.
Gaston Bérubé, C.A.
Hughes Dion, C.A.
Guy Renaud, C.A.

Berchomans Chénard, C.A.
Réal Bélanger, C.A.
Roland Pouliot, C.A.
Jacques Gendron, C.A.
Conrad Guérette, C.A.
Bertrand Chouinard, C.A.

Tél.: 248-1303

15, Ave St-Magloire, Montmagny, P. Qué.
Bureaux: Montmagny, Rivière-du-Loup, Matane.

Jannine Caron-Guasson, C.A.

26 Chemin du Roy Est,
St-Jean Port-Joli

Bureau: 598-3338

Résidence: 247-3837

Mallette
Benoit
Boulanger
Rondeau & Associés

COMPTABLES AGREES

1, Place de l'Eglise
Suite 302
Montmagny, Qué. G5V 2L9
[418] 248-5777

Pierre Beaulieu, c.a.
Associé résident
Martin Chouinard, c.a.

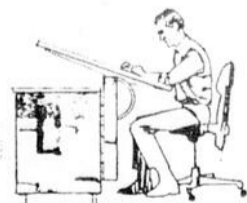
Bureaux:
Québec, Montréal
St-Jérôme,
Ste-Agathe des Monts

Dessinateur

Société
d'Amélioration
Résidentielle,
Commerciale
et Industrielle enr.

248-3440

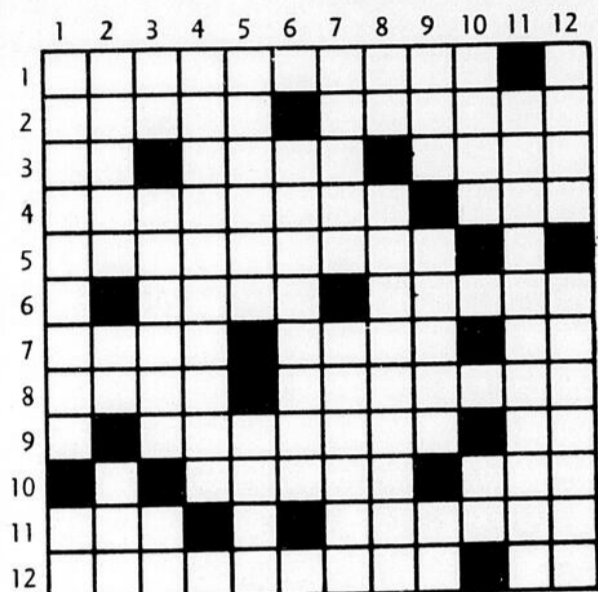
CONSEILLER TECHNIQUE



54, 3^e AVENUE, APPT. 2, MONTMAGNY, P.Q. - G5V 3N7

mots croisés québécois

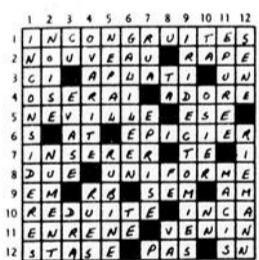
problème: no 427



HORIZONTALEMENT

- 1- Cabaret de banlieue.
 - 2- Lichen filamenteux. -- Intervalle de trois degrés.
 - 3- Obtenu. -- Chenal. -- Tohu-bohu.
 - 4- Etude des maladies des voies urinaires. -- Condiment.
 - 5- Doctrine de Lénine.
 - 6- Vieux. -- Palais de Milan.
 - 7- Avance dans l'eau. -- Ville de Chine. -- Pronom indéfini.
 - 8- Rivière du sud de la France. -- Jeu de cartes à emblèmes particuliers.
 - 9- Qui sait éviter toute dépense inutile. -- Carte à jouer.
 - 10- Pénètre. -- Années.
 - 11- Accumulation. -- Pousse à.
 - 12- Soumise. -- En matière de.
- VERTICALEMENT**
- 1- Ensemble de grands cris de protestation. -- Possessif.
 - 2- Détérioration que produit l'usage. -- Fleuve de France. -- Partie inférieure.

- 3- Préfixe. -- Plante cultivée pour ses fleurs ornementales. -- Saint.
- 4- Incurie, insouciance.
- 5- Ville d'Espagne. -- Espèce de grand chat d'Asie et d'Afrique.
- 6- Actif, efficace.
- 7- Sortes de boîtes. -- Ville du Nigéria.
- 8- Titane. -- Parfum.
- 9- Récipient utilisé dans les laboratoires. -- Ch.-l. de. c. de la Mayenne. -- Démonstratif.
- 10- Divinité de l'Amour. -- Bradype.
- 11- Qui tremblote en parlant.
- 12- Unique. -- Femelles de l'âne.



Lave-auto étudiant à Montmagny

(C.M.) Depuis hier, mardi 11 juillet, deux étudiants s'affairent à laver les véhicules automobiles sur le terrain de la polyvalente Casault à Montmagny, qui leur sert de place d'affaires.

René Ménard et Danielle Blais, qui sont cantonnés sur le côté nord-est de l'école, vous offrent en effet de laver votre voiture pour la somme de \$2.75; pour \$4.50 il ajoutent au lavage extérieur le nettoyage intérieur du véhicule; et, moyennant certains suppléments, ils pourront cirer la carrosserie, polier le vynile de la toiture et faire reluire le chrome des

pare-chocs et des garnitures. Les heures d'ouverture de ce commerce étudiant sont de 9 à 5 heures, du mardi au samedi inclusivement, et ce pour une période d'opération allant jusqu'au 20 août prochain. Ceux qui veulent s'assurer un rendez-vous à l'avance peuvent le faire en communiquant avec le Centre de Main d'Oeuvre du Canada pour étudiants au numéro de téléphone 248-1494.

En mettant sur pied ce service de lave-auto, René et Danielle ont concrétisé une idée du C.M.C.E. qui fait en

sorte que les étudiants prennent leur situation en main pour se créer des emplois. La réalisation de ce projet a été rendue possible, comme nous le précisait jeudi dernier M. Sarto Paradis, responsable du C.M.C.E. à Montmagny, grâce à la collaboration de la Commission régionale Pascal-Taché qui a mis le terrain et un boyau d'arrosage à la disposition des étudiants-laveurs et aussi des commanditaires qui furent sollicités et qui ont contribué à l'achat de l'équipement et des produits requis pour ce négoce.

Autres services étudiants

M. Paradis nous rappelait par ailleurs d'autres services organisés par les étudiants avec l'appui du C.M.C.E., tels celui de S.O.S. Gardiennes, celui de tonte de pelouses et de désherbage de jardins, et cet autre encore de nettoyage des piscines.

Ceux qui ont besoin d'étudiants pour effectuer des travaux de ce genre peuvent en obtenir en contactant le C.M.C.E., toujours au numéro de téléphone 248-1494. Il va donc sans dire que tous et chacun sont d'éventuels employeurs d'étudiants.

vente soleil



CINE CAMERA



ELMO 350SL

-micro incorporé
-sonore

399.77

JUMELLES

Beil & Howell 7x35

34.77

Bell & Howell 7x50

44.77

Bell & Howell 10x50

49.77

Tasco 7x35 No. 304

36.77

Tasco 7x50 No. 306

44.77

Tasco 10x50 No. 312

49.77

VOIGTLANDER

VSL-1

objectif Fl. 8

-objectif interchangeable
-excellente qualité optique
-posemètre incorporé



229.77

FILMS

126-12 poses couleur **1.47**

110-12 poses couleur **1.47**

135-24 poses couleur **1.87**

135-20 diapositives développement inclus **3.97**

135-36 diapositives développement inclus **5.77**

Kodak Super 8 développement inclus **5.47**

Polaroid couleur type 88 **5.77**

Kodak couleur PR-10 **6.97**

CAMERAS

Kodak Instamatic X-15 **21.77**

Kodak Pocket Trimlite 18 **26.77**

Kodak Pocket Trimlite 608 **36.77**

Polaroid One Step **36.77**

CAMERAS 35MM

Minolta SRT-200, objectif F2 **214.77**

Olympus OM-1, objectif Fl. 8 **344.77**

Canon AE-1, objectif Fl. 8 **349.77**

Pentax ME, objectif Fl. 7 **349.77**

Voigtlander VSL-1, objectif Fl. 8 **229.77**

Nous acceptons les échanges d'appareils: une appréciable allocation d'échange vous sera accordée lors de vos prochains achats

des centaines de spéciaux jusqu'au 15 juillet incl.

Verification gratuite de votre instrumentation photographique avant votre départ de vacances

STUDIO GOSSELIN L.T.E.E.

44 est, St-Jean-Baptiste, Montmagny

248-5823

LA SIMPLICITE DES LIGNES

Un souffle de modernisme dans votre cuisine!

Visitez notre salle de montre

Le véritable centre de l'armoire...



GREGG

ROLLAND MATHURIN INC.

VASTE ENTREPOT, SALLE DE MONTRE

160, 4eme rue sortie 232 de la Rte 20 Montmagny

VENTE ET INSTALLATION **248-3863**



HEURES D'ACCUEIL: Le jour: de 9 hres A.M. à 5 hres P.M. Jeudi, vendredi jusqu'à 9 hres P.M. le samedi jusqu'à midi

Economie résistance livraison rapide

ta coop t'informe

en vigueur du 12 au 15 juillet. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.

 RAISINS VERTS, SANS PÉPIN, PRODUIT É.U.A. CANADA NO 1, LB	POMMES GRANNY SMITH, GR. 125, PRODUIT IMPORTÉ, CANADA NO 1, LB	.59
	PIMENTS VERTS, PRODUIT É.U.A., LB	.79
	CHAMPIGNONS CAFÉ, PRODUIT QUÉBEC, BOÎTE 8 OZ	.79
.89		

 KETCHUP ROUGE, HEINZ BOUT. 32 OZ	1.09
---	-------------

 RÔTI DE LONGE DE PORC, PARTIE DU FILET, LB	 CÔTELETTES DE PORC, PARTIE DU CENTRE, LB	1.49	1.75
SAUCISSES FUMÉES V.P., LA BELLE FERMIÈRE, PQT 16 OZ.	NOUILLES AU PORC, WONG WING, CONT. 16 OZ	1.17	.83
JAMBON CUIT TRANCHÉ, V.P., LA BELLE FERMIÈRE, PQT 6 OZ	SAUCISSE DE BOLOGNE, COOP, FUMÉ OU CIRÉ, EN MORCEAUX, LB	1.25	.99
SOC DE PORC FUMÉ, TAILLEFER, ½ COTT ROLL, LB	PETIT SAUMON FRAIS, 2 À 4 LB, LB	1.75	3.29
CRETONS TAILLEFER, CONT. 10 OZ	HARENG SALÉ, LB	1.13	.49
JAMBON CUIT À SANDWICH, TAILLEFER, TRANCHÉ SUR DEMANDE, LB		2.39	

 CAFÉ MOULU RÉGULIER, MAXWELL HOUSE SAC 1 LB	3.15
--	-------------

PRODUITS COOP 

TOMATES DE CHOIX, COOP BTE 28 OZ	.49
SAUCE À SALADES, COOP BOC. 32 OZ	1.19
NOURRITURE POUR CHIENS COOP, AU BOEUF OU FOIE OU POULET BTE 15 OZ	.21
PÂTES ALIMENTAIRES COOP, SPAGHETTI OU MACARONI COUPÉ CELLO 2 LB	.69
PAPIER ALUMINIUM COOP, 18 PO. BTE 25 PI	.99
DÉTERSIF À MOUSSE CONTRÔLÉE, COOP, BTE 20 LB	7.99

S

AC

DENTI
TUBE

PÊCHE
FANTA
BTE 28

POIS V
BTE 10

LANGU
BLEU
BOC. 5

PÂTE
& FRO
BTE 3


VINAI
CONT

CÉREA
BTE 4

NOUR
SAVE
BOC.

SACS
26 X 3
CELLO

SOYEZ DES NÔTRES!

**CONFITURE CARMÉLITE,
FRAISES OU FRAMBOISES
AVEC PECTINE
BOC 24 OZ**

.89

AVANTAGES DE DEVENIR MEMBRE

- Je me donne des outils de lutte contre les profits excessifs, une des principales causes de l'inflation.
- Coopérer: une façon de remédier aux inconvénients du système économique actuel.
- Je contribue à la reprise en main de notre économie en donnant aux consommateurs un pouvoir économique accru.
- Je contribue au mieux-être de mes concitoyens plutôt qu'à la prospérité des gens d'ailleurs.

MAGASIN CO-OP MONTMAGNY, 70 Ouest, Boul. Taché, Montmagny
 MAGASIN CO-OP ST-JEAN PORT-JOLI, Route de l'Eglise, St-Jean Port-Joli, Cté L'Islet.
 MAGASIN CO-OP L'ISLETVILLE, 93, 7ième rue, L'Isletville, Cté L'Islet
 MAGASIN CO-OP STE-PERPETUE, C.P. 159, Ste-Perpétue, Cté L'Islet
 MAGASIN CO-OP ST-PAMPHILE, 6 rue Principale, St-Pamphile, Cté L'Islet
 MAGASIN CO-OP MONT-CARMEL, C.P. 8 Mont-Carmel, Cté Kamouraska
 MAGASIN CO-OP RIVIERE-OUELLE, C.P. 70, Rivière-Ouelle, Cté Kamouraska
 MAGASIN CO-OP STE-LOUISE, Ste-Louise, Cté L'Islet
 MAGASIN CO-OP ST-PAUL, St-Paul, Cté Montmagny
 MAGASIN CO-OP ST-DAMASE C.P. 70 St-Damase, Cté L'Islet
 S.C.A. ST-VALLIER, St-Vallier, Cté Bellechasse



**BRIQUETTES DE CHARBON
DE BOIS
SAC 20 LB**

3.19



**PAPIER DE TOILETTE
SWAN DOWN, BLANC OU
ROSE OU JAUNE
PQT 4 RLX**

1.05



**CRÈME GLACÉE, COOP
CONT. 2 L**

1.35

ACHATS AVANTAGEUX

DENTIFRICE AIM TUBE 100 ML	1.07
PÊCHES DEMIES ARDMONA, DE FANTAISIE BTE 28 OZ	.65
POIS VERTS AYLNER, DE CHOIX BTE 10 OZ	.28
LANGUE DE VEAU & PORC, CORDON BLEU BOC. 5 OZ	.99
PÂTÉ DE JAMBON OU DE JAMBON & FROMAGE, CORDON BLEU BTE 3 OZ	.39
VINAIGRE BLANC, HEINZ CONT. 40 OZ	.53
CÉRÉALES ALPHABITS, POST BTE 450 G	.99
NOURRITURE POUR BÉBÉS GERBER, SAVEURS ASSORTIES BOC. 4.5 OZ	.23
SACS À POUBELLE D'EXTÉRIEUR GLAD, 26 X 36 CELLO 10'S	1.18

ESSUIE-TOUT WHITE SWAN, IMPRIMÉ OU COULEURS ASSORTIES PQT 2 RLX	1.07
SERVIETTES HUMIDES, WET ONES BTE 70'F	1.49
SAVON DE TOILETTE ZEST, AQUA, POUR LE BAIN PQT 3 BARRES	1.19
DÉTÉRGENT LIQUIDE LUX, PRIX MARQUÉ 1.19 BOUT. 32 OZ	1.09
SOUPE HABITANT, AUX LÉGUMES OU AUX POIS BTE 8 OZ	.18
BISCUITS LIDO, MIX 100 OU MÉLANGE PLUS BTE 900 G	1.79
CROUSTILLES ONDULÉES, DULAC SAC 225 G	.89
PIZZA MC CAIN BTE 14 OZ	1.29
PIZZA MC CAIN BTE 15 OZ	1.39
PIZZA MC CAIN BTE 17 OZ	1.49
GUIMAUVES LOWNEY'S, CAMPFIRE SAC 11 OZ	.47
ALCOOL À FRICTION, MATHIEU BOUT. 455 ML	.59
SEL DE FRUITS ENO, BOUT. 220 G	1.49

LAMES TRAC 2, GILETTE PQT 9'S	1.95
DÉODORANT RIGHT GUARD, EN POUDRE ANTI-TACHES OU DOUBLE PROTECTION OU ANTISUDORIFIQUE CONT. 6 OZ	1.49
SHAMPOING BRECK, POUR CHEVEUX GRAS OU SECS OU NORMAUX BOUT. 400 ML	2.39
TAMPONS KOTEX, RÉGULIERS OU ULTRA BTE 30'S	2.19
BREUVAGE ROUGEMONT, SAVEURS ASSORTIES CANETTE 10 OZ	.20
CRISTAUX SWING, À L'ORANGE CELLO 4 X 3.2 OZ	.89
THON PÂLE CLOVER LEAF, EN MORCEAUX BTE 6.5 OZ	.83
RELISH SUCRÉE, CORONATION BOC. 12 OZ	.53
THÉ GLACÉ INSTANTANÉ, SALADA BOUT. 12 OZ	1.19
COLLIER À PUCES, POUR CHATS, RAID UNITÉ	1.99
CHASSE-MOUSTIQUES, 6-12 PLUS CONT. 150 G	1.59
SERVIETTES SANITAIRES, MINI, LIGHT DAY BTE 12'S	.65
LIQUEUR COTT, MOITIÉ MOITIÉ OU BIÈRE D'ÉPINETTE CANETTE 10 OZ	.21

HORAIRE TV - HORAIRE TV

4 QUEBEC CANAL 4 QUEBEC CANAL

MERCREDI LE 12 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Fan Fan Dédé
 10.00 Nouvelles Festival d'été
 10.05 Cinéma du matin: "John and Mary"
 11.30 Ici Québec
 11.45 Nouvelles et météo
 12.00 De tout de tous
 13.00 Bonjour comment ça va?
 13.30 Agro-Délices
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Ciné-matinée: "La belle et l'empereur"
 16.00 M. Tranquille
 16.30 Les meilleurs des nouveaux Tannants
 17.30 Parle, parle, Jase, jase
 18.30 Aujourd'hui le 12 juillet 1978
 19.00 Dominique
 19.30 La petite maison dans la prairie
 20.30 Auto Patrouille
 21.00 Ma sorcière bien-aimée
 21.30 Têtes d'affiche
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Sport et météo
 23.15 Tirage Bonanza
 23.20 Nouvelles Festival d'été
 23.25 Ciné-nocturne: "Fureur sur la plage"
 01.15 Musique Marc Legrand
 01.21 Fin des émissions

JEUDI LE 13 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Fan Fan Dédé
 10.00 Nouvelles Festival d'été
 10.05 Cinéma du matin: "Commando dans la gironde"
 11.30 Ici Québec
 11.45 Nouvelles et météo
 12.00 De tout de tous
 13.00 Bonjour comment ça va?
 13.30 Développement de l'enfant
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Ciné-matinée: "Scotland yard contre X"
 16.00 M. Tranquille
 16.30 Les meilleurs des nouveaux Tannants
 17.30 Parle, parle, Jase, jase
 18.30 Aujourd'hui le 13 juillet 1978
 19.00 L'homme de six millions
 20.00 Tic Tac Toc
 20.30 Jeudi 20.30: "Le justicier de l'Arizona"
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Sport et météo
 23.15 Nouvelles Festival d'été
 23.20 Les Comédiens
 00.05 Ciné-nocturne: "La colline des hommes perdus"
 02.30 Musique Marc Legrand
 02.36 Fin des émissions

VENDREDI LE 14 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Fan Fan Dédé
 10.00 Nouvelles Festival d'été
 10.05 Cinéma du matin: "Jour ou l'on dévalisera la banque d'Angleterre"
 11.30 Ici Québec
 11.45 Nouvelles et météo
 12.00 De tout de tous
 13.00 Bonjour comment ça va?
 13.30 Développement de l'enfant
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Ciné-matinée: "Guerre en dentelles"
 16.00 Patof voyage
 16.30 Les meilleurs des nouveaux Tannants
 17.30 Parle, parle, Jase, jase
 18.30 Aujourd'hui le 14 juillet 1978
 19.00 Les arpentés verts
 19.30 Alerte dans l'espace
 20.30 La vill' à Pierre
 21.00 Les ennuis de Marie
 21.30 L'union fait la farce
 22.00 La corne d'abondance
 22.15 Trois chansons avec le duo "Les Tourlou"
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Sport et météo
 23.15 Personnalité sportive Molson
 23.20 Nouvelles Festival d'été
 23.25 Ciné-nocturne: "Des filles pour les mercenaires"
 01.05 2ième film: "La vierge"
 02.25 Musique Marc Legrand
 02.31 Fin des émissions

SAMEDI LE 15 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Tourlou tourne
 10.00 Tarzan
 11.00 De tout de tous
 12.00 Samedi-midi
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Samedi-jeunesse
 16.00 Patof voyage
 16.30 Les cadets de la forêt
 17.00 Comment ça va les jeunes-ses?
 17.30 La joie de vivre au Québec
 17.45 "Energie pas le cuisinier"
 18.00 Soirée canadienne
 19.00 Et ça tourne
 20.00 A la brunante: "Le meilleur ennemi"
 22.00 Grand prix
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Ciné-nocturne: "Le glaive et la balance"
 01.20 2ième film: "La rançon du plaisir"
 02.52 Musique Marc Legrand
 02.58 Fin des émissions

16.30 L'or et l'argent
 17.00 Le jardinage
 17.30 Au royaume des animaux
 18.00 L'air de voler
 18.30 Flipper
 19.00 Jardin des Etoiles
 20.00 Soirée au cinéma: "Gigi"
 22.00 Jo' Anne et Jerry
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Les gens qui font l'événement
 24.00 Les protecteurs
 00.30 Musique Marc Legrand
 00.36 Fin des émissions

LUNDI LE 17 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Fan Fan Dédé
 10.00 Cinéma du matin: "Echec international"
 11.30 Ici Québec
 11.45 Nouvelles et météo
 12.00 De tout de tous
 13.00 Bonjour comment ça va?
 13.30 Les étapes de la vie
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Ciné-matinée: "Ange pourpre"
 16.00 M. Tranquille
 16.30 Les meilleurs des nouveaux Tannants
 17.30 Parle, parle, Jase, jase
 18.30 Aujourd'hui le 17 juillet 1978
 19.00 Patrick et Renée
 19.30 Les Berger
 20.00 Indiscrétion d'une caméra
 20.30 Faut le faire
 21.00 Ciné-choix: "L'as du cinéma"

22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Sport et météo
 23.15 Ciné-nocturne: "Le paradis à coups de revolver"
 00.56 Musique Marc Legrand
 01.02 Fin des émissions

MARDI LE 18 JUILLET 1978

9.15 Mire et musique
 9.24 Musique Marc Legrand
 9.30 Fan Fan Dédé
 10.00 Cinéma du matin: "Ne jouez pas avec les martiens"
 11.30 Ici Québec
 11.45 Nouvelles et météo
 12.00 De tout de tous
 13.00 Bonjour comment ça va?
 13.30 L'éducation
 14.00 Pour vous Mesdames...
 14.30 Ciné-matinée: "Aventurier de l'iguana"
 16.00 M. Tranquille
 16.30 Les meilleurs des nouveaux Tannants
 17.30 Parle, parle, Jase, jase
 18.30 Aujourd'hui le 18 juillet 1978
 19.00 Les Stes Chéries
 19.30 Auto Patrouille
 20.00 Nos lauréats
 20.30 Qui dit vrai?
 21.00 Symphonien
 21.30 Grands reportages
 22.30 Les nouvelles T.V.A.
 23.00 Sport et météo
 23.15 Ciné-nocturne: "Citoyen de nulle part"
 01.05 Musique Marc Legrand
 01.07 Fin des émissions

11 QUEBEC CANAL 11 QUEBEC

MERCREDI LE 12 JUILLET 1978

10.10 Ouverture et horaire
 10.15 En mouvement
 10.30 Du soleil à cinq cents
 10.45 Topino
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Traits de mémoire
 12.00 Le monde en liberté
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.30 Le téléjournal
 13.35 Reflets d'un pays
 14.30 Le temps de vivre
 16.00 Animagerie
 16.30 La ribouldingue
 17.00 L'odyssée sous-marine de l'équipe Cousteau
 18.00 Ce soir
 18.25 Nouvelles du sport
 18.30 Vieillir et vivre
 19.00 Pistrol
 19.30 Univers inconnus
 20.00 Les filles du ciel
 20.30 Pulsion
 21.00 Le pont
 21.30 Première page
 22.30 Le téléjournal
 22.50 Nouvelles du sport

23.00 Portraits de femmes
 24.00 Cinéma: "Kitty-Foyle"
 2.00 CBFT-Téléjournal

JEUDI LE 13 JUILLET 1978

10.10 Ouverture et horaire
 10.15 En mouvement
 10.30 Minute Moumoute
 10.45 Fabio, le magicien
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Cinéastes de la faune
 12.00 Les chevaux du soleil
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.30 Le téléjournal
 13.35 Reflets d'un pays
 14.30 Cinéma: "Saphire: opération Scotland Yard"
 16.00 Animagerie
 16.30 Sol et Gobelet
 17.00 Vivre et survivre
 18.00 Ce soir
 18.25 Nouvelles du sport
 18.30 Vieillir et vivre
 19.00 Génies en herbe
 19.30 Sur la Côte du Pacifique
 20.00 Les grands films: "Le juge et l'assassin"

22.30 Le téléjournal
 22.50 Nouvelles du sport
 23.00 Contes de campagne: "Le moulin"
 24.00 Cinéma: "Meurtre à l'italienne"
 2.00 CBFT-Téléjournal

VENDREDI LE 14 JUILLET 1978

10.10 Ouverture et horaire
 10.15 En mouvement
 10.30 Clak
 10.45 Les aventures de Colargol
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Les mohicans de Paris
 12.00 Les lois de la brousse
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.30 Le téléjournal
 13.35 Reflets d'un pays
 14.30 Les ateliers
 15.30 Fanfreluche
 16.00 Animagerie
 16.30 Pourquoi?
 17.00 Les mondes de la vie
 18.00 Ce soir
 18.25 Nouvelles du sport
 18.30 Vieillir et vivre
 19.00 Les belles histoires des pays d'en haut
 20.00 Aller-retour
 20.30 Hors série
 21.30 Dossier
 22.30 Le téléjournal

22.50 Nouvelles du sport
 23.00 Cinéma: "Goldfinger"
 1.00 Ciné-nuit: "Les vécés étaient fermés de l'intérieur"
 2.30 CBFT-Téléjournal

SAMEDI

8.55 Ouverture et horaire
 9.00 Heidi
 9.30 Vickie
 10.00 Joe le fugitif
 11.00 Es-tu d'accord?
 11.30 Téléjeans
 12.00 La semaine parlementaire
 13.00 Les héros du samedi
 14.00 Le 11e, ce romantique
 14.15 Baseball du samedi
 17.00 Bagatelle
 18.00 Génies en herbe
 18.30 Téléjournal
 18.35 Ici, ailleurs
 19.00 La femme bionique
 20.00 Les héritiers
 20.30 Festival du cinéma canadien
 22.30 Téléjournal
 22.45 Nouvelles du sport
 23.00 Politique fédérale
 23.10 Cinéma:
 1.00 Ciné-nuit:
 2.45 Fin des émissions

DIMANCHE

8.55 Ouverture et horaire
 9.00 Roquet, belles oreilles
 9.30 Mon ami Guignol
 9.45 L'église en papier
 10.00 Le jour du Seigneur

11.00 Second regard
 12.00 La semaine verte
 13.00 D'hier à demain
 14.00 La vie secrète des animaux
 14.30 Ciné-magazine
 15.00 L'heure des quilles
 16.00 L'univers des sports
 18.00 Aux frontières du connu
 18.30 Téléjournal
 18.35 Télescope
 19.00 Avec le temps
 19.30 Les beaux dimanches
 20.30 Les beaux dimanches
 21.30 Les beaux dimanches
 22.30 Téléjournal
 22.45 Sport-dimanche
 23.00 Ciné-club:
 24.45 Fin des émissions

LUNDI

9.40 Ouverture et horaire
 9.45 En mouvement
 10.00 Une fenêtre dans ma tête
 10.15 Virginie
 10.30 Magazine-Express
 11.00 Les trouvaillies de Clémence
 11.30 Sur la Côte du Pacifique
 12.00 Sésame
 12.30 Les Coqueluches
 13.30 Téléjournal
 13.35 Femme d'aujourd'hui
 14.30 Cinéma:
 16.00 Bobino
 16.30 Alexandre et le roi
 17.00 L'heure de pointe
 18.00 Ce soir
 19.00 Une drôle de balade
 20.00 A cause de mon oncle

20.30 du Tac au Tac
 21.00 Télé-sélection
 22.30 Téléjournal
 23.00 Nouvelles du sport
 23.10 Schmeister:
 24.10 Cinéma:
 1.45 CBFT-Téléjournal

MARDI

9.40 Ouverture et horaire
 9.45 En mouvement
 10.00 You Hou
 10.15 Au jardin de Pierrot
 10.30 Magazine-Express
 11.00 Les trouvaillies de Clémence
 11.30 Erreurs judiciaires
 12.00 Le monde en liberté
 12.30 Les Coqueluches
 13.30 Téléjournal
 13.35 Femme d'aujourd'hui
 14.30 Cinéma: L'enfance nue
 16.00 Bobino
 16.30 Picotine
 17.00 L'heure de pointe
 18.00 Ce soir
 19.00 Le monde merveilleux de Disney
 20.00 Grand-papa
 20.30 Vedettes en direct
 21.00 Les As
 21.30 Première page
 22.30 Téléjournal
 23.00 Nouvelles du sport
 23.10 Rencontres
 23.40 Propos et confidences
 24.10 Cinéma:
 2.00 CBFT-Téléjournal

7 RIVIERE-DU-LOUP CANAL 7 RIVIERE

MERCREDI LE 12 JUILLET 1978

10.11 O Canada
 10.15 En mouvement
 10.30 Du soleil à 5 cents
 10.45 Topino
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Traits de mémoire
 12.00 Le monde en liberté
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.31 Téléjournal
 13.36 Reflets d'un pays
 14.31 Le temps de vivre
 16.00 Animagerie
 16.30 La ribouldingue
 17.00 Cousteau
 18.00 Ce soir
 18.14 Actualités régionales et sports
 18.30 Etémag
 19.00 Pistrol
 19.30 Univers inconnus: la vie secrète des animaux: l'abeille
 20.00 Les filles du ciel
 20.30 Pulsion
 21.00 Le pont
 21.31 Première page
 22.30 Téléjournal Nat. Int. Prov.

22.49 Nouvelles du sport
 23.00 Portrait de femmes
 00.00 Cinéma: Kitty Foyle

JEUDI LE 13 JUILLET 1978

10.11 O Canada
 10.15 En mouvement
 10.30 Minute Moumoute
 10.45 Fabio le magicien
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Cinéastes de la faune
 12.00 Les chevaux du soleil
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.31 Téléjournal
 13.36 Reflets d'un pays
 14.31 Cinéma: "Saphire ou opération Scotland Yard"
 16.00 Animagerie
 16.30 Sol et Gobelet
 17.00 Vivre et survivre
 18.00 Ce soir
 18.14 Actualités régionales et sports
 18.30 Grand défi canadien
 19.00 Génies en herbe
 19.30 Sur la Côte du Pacifique
 20.00 Les grands films: "Le juge et l'assassin"

22.30 Téléjournal Nat. Int. Prov.
 22.49 Nouvelles du sport
 23.00 Héloïse et Adélar
 00.00 Cinéma: Meurtre à l'Italienne

VENDREDI LE 14 JUILLET 1978

10.11 O Canada
 10.15 En mouvement
 10.30 Clak
 10.45 Colargol
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Les mohicans de Paris
 12.00 Les lois de la brousse
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.31 Téléjournal
 13.36 Reflets d'un pays
 14.31 Les ateliers
 15.30 Fanfreluche
 16.00 Animagerie
 16.30 Pourquoi?
 17.00 Les mondes de la vie
 18.00 Ce soir
 18.30 Etémag
 19.00 Les belles histoires
 20.01 Aller retour
 20.31 Hors série: César Birotteau
 21.30 Dossier: Adam, Catherine, Benoit et des millions d'autres
 22.30 Téléjournal Nat. Int. Prov.
 22.49 La corne d'abondance
 23.00 Cinéma: "Goldfinger"
 00.30 Ciné-nuit: "Les vécés étaient fermés à l'intérieur"

22.50 Nouvelles du sport
 23.00 Cinéma: "Goldfinger"
 1.00 Ciné-nuit: "Les vécés étaient fermés de l'intérieur"
 2.30 CBFT-Téléjournal

SAMEDI LE 15 JUILLET 1978

8.57 O Canada
 9.00 Roquet belles oreilles
 9.30 Heidi
 10.00 Wickie
 10.30 Poly en Tunisie
 11.00 Mini-fée
 11.30 Gaspard et les fenêtres
 12.00 A communiquer
 13.00 Héros du samedi: gymnastique
 14.00 19E ce romantique
 14.15 Baseball du samedi
 17.00 Et ça tourne
 18.00 Soirée canadienne
 19.00 Les héritiers
 19.30 Baseball
 22.00 Jazz de Montreux
 22.30 Téléjournal
 22.46 Nouvelles du sport
 23.00 Politique fédérale
 23.09 Cinéma: "Les aventuriers"
 00.30 Ciné-nuit: "Boris Godounov"

DIMANCHE LE 16 JUILLET 1978

8.57 O Canada
 9.00 Roquet belles oreilles
 9.30 Mon ami Guignol
 9.45 Les histoires merveilleuses de Signor Franco Cavani
 10.00 Le jour du Seigneur
 11.00 Rex Humbard
 12.00 Semaine verte
 13.00 D'hier à demain

14.00 L'univers des sports
 17.00 Second regard
 18.00 La petite maison dans la prairie
 19.00 Avec le temps
 19.31 Les beaux dimanches
 22.30 Téléjournal
 22.46 Sport dimanche
 23.00 Ciné-club: "Esquisse d'une jeune femme sans dessus-dessous"

LUNDI LE 17 JUILLET 1978

10.11 O Canada
 10.15 En mouvement
 10.30 Les Chiboukis
 10.45 Dum le dauphin
 11.00 Magazine-Express
 11.30 Héli Patrouille
 12.00 Sésame
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.31 Téléjournal
 13.36 Reflets d'un pays
 14.31 Cinéma: "Les six évadés"
 16.00 Animagerie
 16.30 Le pirate Maboule
 17.00 La cloche tibétaine
 18.00 Ce soir
 18.14 Actualités régionales et sports
 18.30 Etémag
 19.00 Les ennuis de Marie
 19.30 Les Berger
 20.00 Maîtres et valets
 21.00 Télé Sélection
 22.30 Téléjournal Nat. Int. Prov.

22.49 Nouvelles du sport
 23.00 Léonard de Vinci
 00.00 Lucien Leuwen

MARDI LE 18 JUILLET 1978

10.11 O Canada
 10.15 En mouvement
 10.30 Au jardin de Pierrot
 10.45 Dum le dauphin blanc
 11.00 Magazine-Express
 11.30 la vie qui nous entoure
 12.00 Cher oncle Bill
 12.30 Sur des roulettes
 13.00 Les trouvaillies de Clémence
 13.31 Téléjournal
 13.36 Reflets d'un pays
 14.31 Cinéma: "Gros Paris"
 16.00 Animagerie
 16.30 Marie Quat'poches
 17.00 Les grandes batailles du passé
 18.00 Ce soir
 18.14 Actualités régionales et sports
 18.30 Dominique
 19.00 Walt Disney
 20.00 Les filles du ciel
 20.30 Pulsion
 21.00 Le pont
 21.31 Première page
 22.30 Téléjournal Nat. Int. Prov.
 22.49 Nouvelles du sport
 23.00 Lawrence Welk Show
 00.00 Cinéma: "Gentleman de Londres"

LE CLUB DE COUREURS SUR ROUTE

en collaboration avec
présente



1ère EDITION

Montmagny, le 15 juillet 1978, 20 heures

Polyvalente Louis-Jacques Casault

O'Keefe



LA NUIT DES 100 KM

Montmagny accueille les coureurs

La fin de semaine du 15-16 juillet marquera l'histoire de la vie sportive de Montmagny. En effet, samedi le 15 juillet à 20 heures précises se donnera le départ de la plus longue et la plus importante compétition d'endurance en course à pied jamais organisée au Canada. En effet, cet événement sportif sera une première au pays et se déroulera dans notre ville.

Des coureurs de toutes provenances sont attendus à cette occasion. D'excellents athlètes ont déjà confirmé leur participation. Ce type de course, très populaire en

Europe, est très peu connu en Amérique du Nord. En terre québécoise, l'idée a germé d'un coureur dont l'esprit inventif est en constante effervescence: Maurice Boulet, président du Club de Coureurs sur route de Montmagny (CCRM). Ayant lui-même, l'été dernier vécu l'expérience de courir consécutivement 100 km à l'entraînement, il réalisa que l'organisation d'une telle compétition était tout à fait possible. De ce fait, les Magnymontois et tout le Québec vivront un événement exceptionnel: LA NUIT DES 100 KM.

Message du président

A l'occasion du 1er 100 km de Montmagny, je désire souhaiter la bienvenue à chacun des participants (es) et leur offrir la meilleure chance possible à une épreuve qui, pour nous tous, revêtera autant l'aspect d'une expérience que celle d'une compétition.

Nul doute qu'il faut une bonne dose de courage et de motivation pour s'aventurer sur une aussi longue distance, et je suis persuadé, que vous mes amis (es) marathoniens (nes), saurez traverser cette nuit des 100 km avec tout le courage que je vous connais pour enfin terminer devant le jour avec la satisfaction et la fierté d'avoir relevé le défi.

Je serai à vos côtés durant cette course car moi aussi, je peux partager avec vous tous l'euphorie de l'arrivée et les efforts et souffrances qui l'auront précédée.

Cette nuit-là, nous aurons tous gagné! A tous les membres du CCRM qui ont travaillé à l'organisation, je leur dois des félicitations de même à tous nos fidèles commanditaires un gros "Merci", ainsi qu'aux bénévoles et organismes qui ont rendu possible cette compétition.

J'invite donc toute la population à venir encourager ces coureurs, ces pionniers du 100 km et à vivre avec eux, une expérience unique qui, je l'espère, sera vôtre un jour.



MERCERIE
HOMMES-FEMMES-ENFANTS

J. Guillard
Montmagny, P.Q.

231, Ave de la Gare
Tél.: (418) 248-1731

Tél.: 248-0343

Roger Blanchet

Pharmacien

114, Ave de la Gare - Montmagny, Qué.

Tél. 248-3600

Tél. 248-3601

LÉON COLLIN
ÉPICIER - BOUCHER - LICENCIÉ

122-124, rue Boulet. - Montmagny, Qué.

26, AVENUE

ST-MAGLOIRE,

MONTMAGNY,

G5V 2W5

TEL.: 248-0765

**ÉCOLE DE
CONDUITE**

PERMIS # 80042

SALBI



LA NUIT DES 100 KM

Détails sur le déroulement de la compétition

Le départ du 100 km se donnera samedi soir le 15 juillet à 20 heures précises de la polyvalente Louis-Jacques Casault. C'est d'ailleurs dans cet édifice que la majorité des coureurs se seront reposés durant la journée. A cet effet, un dortoir de 90 lits aura été mis à la disposition des athlètes.

De Québec, samedi matin, un message officiel d'encouragement sera envoyé des locaux du Haut Commissariat à la Jeunesse, aux Loisirs et aux Sports. Quelques coureurs vont se relayer pour couvrir la distance séparant la Capitale provinciale de notre cité. Le dernier coureur à transporter le témoin sera un sportif bien connu des magnymontois. Celui-ci lira le message aux coureurs et le départ officiel sera donné.

Le parcours consistera en un circuit fermé de 10 km qui sillonnera la ville sur toute sa longueur. Les principales artères empruntées seront: le boulevard Taché, le carré du Roi, la rue St-Ignace et la rue St-Jean-Baptiste. Ainsi, la population sera en mesure d'encourager les participants et d'apprécier leur détermination ainsi que leur courage.

Les organisateurs connaissent l'extraordinaire hospitalité des Magnymontois.

C'est pourquoi ils demandent aux propriétaires demeurant le long des rues ci-haut mentionnées de ne pas fermer l'éclairage de leurs résidences dans le but d'aider les coureurs dans leur effort et de créer une atmosphère féérique, faisant de cet événement une véritable fête. Toujours dans cette optique, nous invitons les joggeurs de Montmagny, les membres de clubs de conditionnement physique, les professionnels de l'activité physique de même que les personnalités sportives à venir courir quelques milles avec les athlètes, afin de les encourager.

Trois postes de ravitaillement seront installés le long du parcours à 2 milles d'intervalle. A chacun de ces endroits seront disponibles:

A- une solution spéciale, visant le maintien de l'équilibre du milieu interne de l'athlète, contenant: concentrations maximales pouvant être retrouvées.

- 2 g de glucose par 100 ml
- 8 mEq de sodium par 100 ml
- 4 mEq de potassium par 100 ml

B- jus de pomme, jus de raisin, eau, morceaux d'orange

Un personnel médical sera sur les lieux et prendra soin de la santé des athlètes.

Une équipe de sécurité

veillera au bon déroulement de la compétition et contrôlera rigoureusement la circulation automobile le long du parcours.

Des campeurs de l'Association régionale s'installeront le long du parcours avec leur roulotte. Leur collaboration sera précieuse.

L'armée nous a également assuré de leur soutien. La police municipale interviendra aux points critiques dans le but de faciliter la tâche de l'équipe de sécurité.

Différentes activités se dérouleront durant cette fin de semaine. Dans la journée de samedi, il y aura danse folklorique, présentation de films et des kiosques qui sensibiliseront la population à la course à pieds et à l'activité physique en général.

M. Wilson Bernier, coordonnateur du module de Kino-Québec à Montmagny invite toute la population à venir le rencontrer pour discuter d'activité physique. Des rumeurs laissent entendre que Wilson participera en partie à la course afin d'encourager les coureurs. Nous invitons, tous les coordonnateurs à en faire autant.

L'épreuve ayant débuté à 20 heures le samedi se terminera pour les champions vers les 4-5 heures le dimanche matin. Pour la

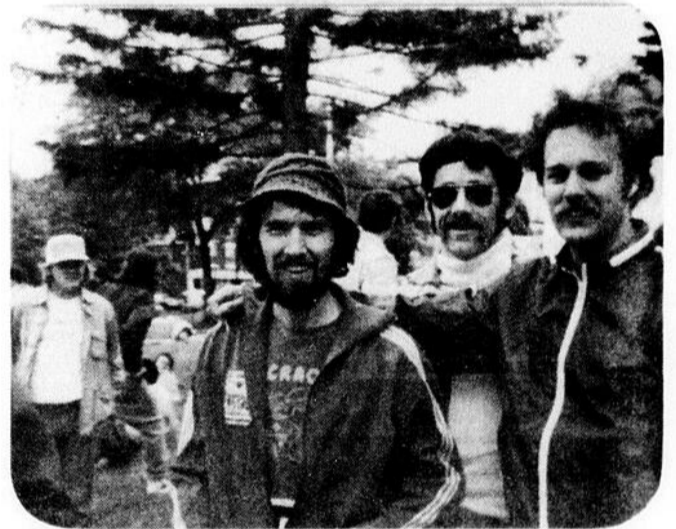
majorité des coureurs, la ligne d'arrivée sera franchie entre 8 heures et 12 heures.

Les athlètes participant à cette course auront une appellation commune intéressante: ils seront tous marathoniens. Il va sans dire qu'avant de se lancer dans une course de 100 km (62 milles), il faut au moins avoir vécu l'expérience de courir un marathon (42 km ou 26 milles) avec succès.

Des médailles d'or, d'argent et de bronze véritables seront remises aux vainqueurs des trois catégories (hommes seniors, hommes vétérans et femmes).

En guise de clôture, un grand banquet sera donné dimanche soir à la grande cafétéria de la polyvalente. Des personnalités seront invitées et l'on procédera à la remise des médailles. M. Jean-Claude Croteau, sportif bien connu et animateur chevronné, agira comme maître de cérémonie.

Le Club de coureurs sur route de Montmagny est heureux de promouvoir, par le biais d'une telle course, les bienfaits de l'activité physique en général et souhaite que cette compétition aura une influence positive sur l'implication des Québécois dans ce domaine.



Savourez
Coca-Cola

Emile Couture (TM) Ltée
DISTRIBUTEUR DE COCA-COLA LTÉE
165, 4e rue,
Montmagny
Tél.: 248-0911
Raymond Gaudreau, gér.

Tél.: 248-3302
Jean-Marc Rioux, M.H.B.
Diamantaire importateur

BOCADO ENR.
HORLOGERS - BIJOUTIERS
98, rue St-Thomas, — Montmagny, Qué.

MARCEL FORGUES INC.

ENTREPRENEUR-PEINTRE

TIRAGE DE JOINTS :: TAPISSERIE
119, St-Jean-Baptiste, Est,
Montmagny, Qué. - Tél.: 248-3743

CO-OP

Magasin Co-op de Montmagny
70 ouest, boulevard Taché
Montmagny, (Québec) G5V 3A4



LA NUIT DES 100 KM



Ce régime est, bien entendu, fort discuté de par le monde. L'auteur de ces lignes l'a expérimenté avec succès dans 5 marathons. Pour les sceptiques qui voudraient s'en tenir à une alimentation normale et équilibrée, nous faisons les recommandations suivantes:

- les lipides ne doivent pas constituer plus de 25 à 35% des calories ingérées et être le plus possible sous la forme d'acides gras polyinsaturés.
 - manger peu de sucre raffiné
 - manger des légumes, des fruits, de la viande maigre, du poisson et des céréales en quantité appréciable.
 - boire du lait écrémé
- De toute façon, le coureur de fond, de par sa dépense énergétique journalière, mangera plus et aura, de ce fait, plus de chances d'ingurgiter les nutriments dont il a besoin.

Comme nous le savons tous, l'organisme pour bien fonctionner doit absorber quotidiennement suffisamment de nutriments pour rencontrer les exigences des tâches journalières qu'il a à accomplir. Si l'équilibre entre l'apport calorifique (alimentation) et la dépense énergétique (exercice ou travail physique) n'est pas observé, l'on rencontrera des troubles de fonctionnement (anémie, obésité, etc.)

On considère généralement qu'une ingestion journalière de 1500 à 300 calories est suffisante pour produire l'énergie nécessaire au bon fonctionnement de la machine humaine. Evidemment, on peut atteindre ces chiffres en ne mangeant que de la tarte aux pommes, que des patates ou des raisins. Cependant, la question est de savoir quelle combinaison de nutriments permettra l'optimisation de la performance chez l'athlète.

L'énergie provenant des aliments est produite par trois groupes de composés:

- 1- les protéides (protéines)
- 2- les lipides (graisses)
- 3- les glucides (sucres)

Résumons de façon un peu simpliste leur utilité:

Les protéides forment la famille des viandes maigres (poisson, oeuf, boeuf, etc.).

Lorsque l'apport calorifique est suffisant, ils sont très peu utilisés en tant que substrats énergétiques. Ils servent principalement à la réparation des tissus endommagés et au maintien des structures existantes.

Les lipides sont les huiles, graisses, cires animales et végétales. Lors d'un effort de faible intensité et de longue durée, ils forment la principale source d'énergie. Si l'intensité de l'exercice s'approche du maximum pouvant être fourni par l'athlète, les glucides deviennent une source préférentielle d'énergie. Cependant, la capacité de ces derniers est alors limitée. En effet, la réserve de lipides dans l'organisme est plus importante que les stock de glycogène car ceux-ci sont beaucoup plus faciles à entreposer. Toutefois, il semble que le système nerveux central soit très sensible à la concentration du glucose sanguin (glycérine). Si la glycérine diminue de façon critique, il y aurait arrêt de la performance même si les réserves de graisses sont toujours suffisantes.

Nous n'avons pas encore parlé des glucides. Ce sont les sucres. Par exemple, on retrouve dans cette catégorie le sucre de table (saccha-

rose), le miel, les féculents (pommes de terre). Le glucose est le sucre simple que l'on retrouve dans le sang. De plus, les pâtes alimentaires et les fruits sont en majeure partie constitués de glucides. En gros, lors de la digestion, les glucides sont réduits en un sucre simple, le glucose puis entreposés dans le muscle sous une forme plus complexe qu'on appelle le glycogène.

Stocker la plus grande quantité possible de glycogène serait donc pour le coureur de grand fond une

solution intéressante à son problème qui consiste à maintenir le plus longtemps possible une glycémie lui permettant de continuer à courir. Une concentration de 1.5 g de glycogène par 100 g de muscle est considérée comme normale. Après 2 heures de course à 75% du maximum, celle-ci a diminué de façon critique; l'athlète est épuisé.

Un physiologiste suédois, Per-Olof Astrand, a démontré qu'on peut augmenter la quantité de glycogène entreposé dans le muscle en

suivant, dans la semaine précédant une course d'endurance, un régime spécial. Il s'agit pendant 2 jours, de s'astreindre à des entraînements épuisants et de ne s'alimenter que de protéines et de lipides. Ensuite pendant trois jours, l'athlète adopte un régime riche en glucides. Après ce protocole un peu spécial, Astrand a remarqué des concentrations en glycogène jusqu'à 3 fois plus élevées que le niveau normal. Ainsi on améliorerait l'endurance de l'individu.

Que mange un coureur de fond?

Autodrome de Montmagny Inc.

Jean-Guy Boulet, président

- Course de stock car
- Epreuves spectaculaires
- Démolition

Avec en vedette les meilleurs coureurs régional et provincial

Route 132 ouest,

sortie route 20, St-Pierre

248-2667

Le PoP Shoppe®

Passer au PoP Shoppe, c'est passer à la caisse avec plaisir

18 saveurs de liqueurs: Cola, Plus 4, Orange, Cream Soda, Raisin, Pamplemousse, Fraise, Root Beer, Ananas, Festival Dry, Fruits, Bière d'épinette, Cerise noire, Nectar, Citron limette, Tonic water, Soda nature, Lime Rickey

Dépanneur ouvert tous les jours

de 8.30 hres A.M. à 10.00 hres P.M.

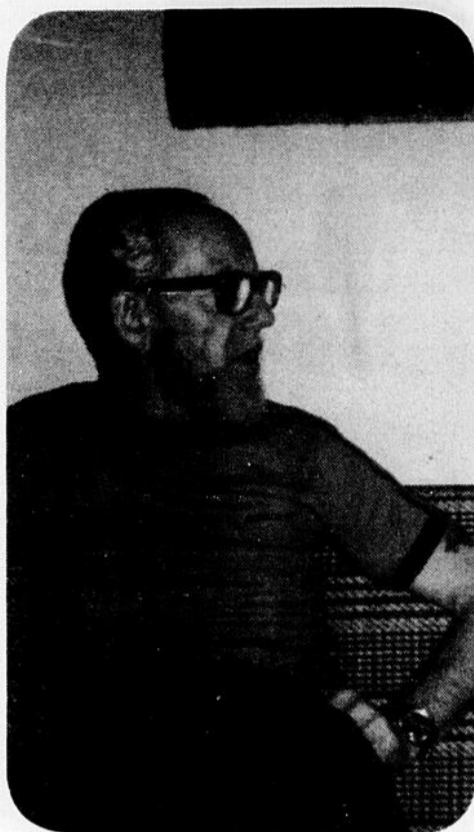
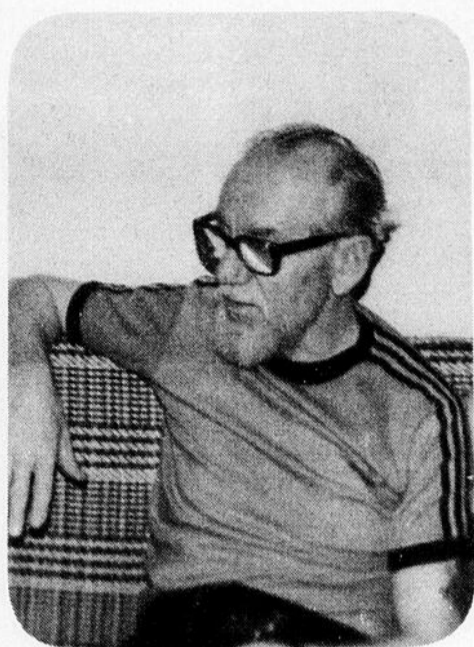
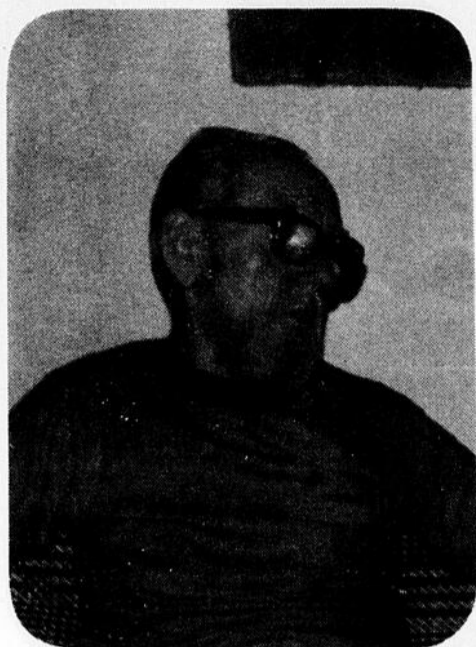
3 ave du Bassin sud,

Montmagny

Tél.: 248-0859



LA NUIT DES 100 KM



L'infatigable Philippe Latulippe



"Le secret du 100 km, c'est de courir pour soi-même afin de terminer l'épreuve avec la satisfaction du but atteint."

Celui qui parle ainsi, n'est nul autre que le spécialiste de la longue distance, Philippe Latulippe qui détient actuellement le record du monde pour la plus longue distance parcourue à la course et marche, soit 300 milles. Record qui a été enregistré à Pettewawa en Ontario, en un temps de 77 heures 34 minutes, 30 secondes.

Lorsqu'on s'arrête un instant à penser ce que cela peut être que de courir pendant plus de 3 jours sans arrêt et y couvrir une aussi longue distance, on ne peut s'empêcher d'admirer les prouesses de cet homme à la barbe blanche qui ne cesse de relever le défi de "L'homme devant la distance."

Né le 16 mars 1919, il avoue ne courir que depuis une dizaine d'années, et avoir déjà fumé jusqu'à deux et même quelquefois 3 paquets de cigarettes quotidiennement, et ce jusqu'au jour où il reçut en cadeau un survêtement. On lui demanda alors de tenter sa première expérience de course sur une distance de 5 milles et voici ce qui se passa. "Je me suis rendu sur une piste de 400 mètres, soit 1/4 de mille, et je me suis mis à courir, puis à marcher afin de terminer mon premier et mon dernier tour de piste pour la journée. Constatant de ce fait, ma mauvaise condition, j'ai rencontré un professeur d'éducation physique afin de me préparer un programme d'entraînement, tout en lui disant, j'ai l'intention de courir 100 milles. J'ai tenu parole puisque deux ans

après, je courais 100 milles à Ottawa pour le Tiers-Monde alors que je ne devais faire que 40 milles.

Aujourd'hui, je cours environ de 75 à 100 milles par semaine et l'hiver, j'y ajoute de 30 à 40 milles de ski de fond. Mais ma longue distance de la semaine se fait le dimanche et à cette occasion, je cours habituellement de 30 milles à 40 milles. Je cours toujours en endurance, c'est-à-dire en course lente et ce n'est que de cette façon que l'on peut atteindre de longues distances, puisque courir continuellement en résistance ou course rapide ne fait que diminuer l'endurance.

Peu de temps après Ottawa, j'ai couru pour battre le record mondial de 218 milles (course et marche) et je réussis 218 3-4 milles. Mais les records ne durent jamais longtemps, puisque 9 jours plus tard, un coureur de la Nouvelle-Zélande réussissait 225 milles. Il ne m'en fallait pas plus pour relever le défi qui s'offrait à moi. Je me suis donc élancé de nouveau dans la course au record, et au même moment où je courais, on m'apprenait qu'en Angleterre un homme venait à peine de terminer une distance de 256 milles. Moi, qui était parti dans le but de courir 250 milles, je me suis rendu à 257 milles, battant par 1 mille seulement ce qui devait être le nouveau record mondial.

Le record n'avait pas encore été battu, mais je savais que cela pouvait être un jour dépassé et peut-être même

bientôt. J'entrepris de battre moi-même mon propre record afin de l'établir pour longtemps cette fois. C'est donc le 4 octobre 1972, que je devais faire mes premiers des 1,200 tours de piste de 1/4 de mille qui totalisaient 300 milles me laissant entre les mains le record mondial qui jusqu'à aujourd'hui n'a pas encore été battu.

Lorsqu'on parle de courir d'aussi longues distances, on se pose souvent la question. Quelle est votre alimentation? Qu'est-ce qu'un homme comme vous peut bien manger avant et pendant les courses? M. Latulippe nous répond: "Personnellement, à peu près tout, de 3 à 4 repas par jour, et aucune vitamine et cela même en course, de même qu'en période d'entraînement je ne suis aucune diète spéciale si ce n'est que je mange encore plus et même que dans la semaine qui précède la course, j'essaie de gagner au moins 5 lbs. Cela m'aide en course à faiblir moins vite.

Mais une chose assez importante est aussi de s'habituer à manger pendant les entraînements ce que l'on aura à prendre en compétition. L'alimentation est un facteur aussi important que l'entraînement et le sommeil.

Et du côté entraînement dans la semaine qui précède la course, je dois dire que je cours en récupération et relaxation ou si vous voulez en course lente sans effort ni longue distance. Pour le sommeil, il faut retenir que l'on ne peut l'accumuler

mais que l'on peut par contre accumuler la fatigue, il est donc bien important pour avoir un entraînement efficace de se reposer convenablement. C'est ainsi que bien reposer non seulement le côté physique répond mieux, mais il y a aussi le côté psychologique du coureur qui à son tour fonctionne avec un meilleur rendement. Il est essentiel à un coureur d'avoir une bonne préparation mentale et ça aussi, ça fait partie de l'entraînement. Enfin, pour courir, ou se mettre en condition, il n'y a pas de recette spéciale si ce n'est qu'il faut "essayer" une première fois."

A titre d'information, lorsqu'on parle de coureurs de longue distance, l'année dernière il n'y avait que 22 coureurs dans le monde qui ont réussi à courir plus de 250 milles et le plus jeune avait "47 ans".



L. Bouffard 
SPORTS

TEL.:
248-1245

Chasse - Pêche - Camping - Bicycles - Accessoires
Réparation - Echange - Ski - Hockey - Patins

49 ST-JEAN-BAPTISTE OUEST, MONTMAGNY, P.Q. G5V 3B6



LA NUIT DES 100 KM

Le CCRM, c'est quoi



Le Club de coureurs sur route de Montmagny est une corporation sans but lucratif dont le but premier consiste à promouvoir la course à pieds dans la région. L'atteinte de cet objectif se fait par la participation des membres à des compétitions de course de fond, par l'organisation de compétitions dans notre région et par la promotion en général de ses activités.

Au printemps 1974, deux magnymontois s'entraînaient régulièrement en vue de compétitionner au niveau provincial: Maurice Boulet et Pierre Brie. Leur première course d'importance fut le prestigieux marathon de Boston en avril 1975. Cette année-là, nos deux adeptes de la course à pieds eurent l'idée de regrouper les coureurs de la ville de Montmagny, dans le but de former un club qui serait représentatif. Naissait alors le Club de coureurs sur route de Montmagny (CCRM). En octobre 75, un programme de financement fut adopté dans le but de permettre aux athlètes de compétitionner à l'échelle provinciale; les coureurs, qui connurent un grand succès grâce à la collaboration des Magnymontois.

Le Club comptait alors une dizaine de membres actifs et organisa en octobre 74 une course de niveau provincial

de 10 milles. Depuis ce temps, le Club organise annuellement une compétition de 15 km de niveau provincial. Cette course est sanctionnée par l'ACRAQ (Association des coureurs sur route amateurs du Québec) et rassemble annuellement une centaine de coureurs des 4 coins de la province. Au cours de l'année 76, le Club prit de l'ampleur en recrutant plusieurs nouveaux membres. Quelques-uns se hissèrent parmi les premières places. Citons, entre autres, la 4e position, décrochée par Jean-Pierre Després, au championnat provincial de marathon, disputé en août 77, en un temps de 2 heures 46 minutes. De même, André Gauvin se signalait en octobre 77 au 15 km de Montmagny en s'emparant du 4e rang avec un excellent temps de 53 minutes 21 secondes.

En juillet 77, Maurice Boulet tenta l'expérience de courir 100 km. Son entreprise téméraire fut toute une réussite. Il franchit la distance en 12 heures 12 minutes et 36 secondes. Les limites de l'endurance étaient à nouveau bafouées.

En janvier 78, le Club obtenait sa charte d'incorporation. A partir de ce moment, ses activités étaient officiellement reconnues. Le 14 mai 1978, sept membres du Club de coureurs sur

route de Montmagny s'allignaient parmi les 3000 coureurs d'un des marathons les plus prestigieux; le marathon d'Ottawa où avait lieu cette année-là la sélection pour les Jeux du Commonwealth. Deux membres du Club franchirent la barrière des 3 heures. André Gauvin parcourut la distance en 2 heures 59 minutes et Jean-Pierre Després franchissait la ligne d'arrivée en un temps de 2 heures 39 minutes, ce qui lui valut la 3e place chez les juniors.

Le Club compte actuellement 17 coureurs dont deux femmes. Il est très actif. Les membres compétitionnent sur le circuit provincial et organisent des compétitions dans la région.

Club de coureurs sur route de Montmagny
Maurice Boulet, président
Dominique Théberge, vice-président
Bernard Boulet, secrétaire-trésorier
André Gaudreau, directeur
André Gauvin, directeur
Jacques Boulet, publiciste
Pierre Brie
Jean-Pierre Després
Marie-Claude Théberge
François Bernatchez
Vincent Boulet
Anne Gaudreau
Albert De Vos
Pierre Langlois
Alain Gauvin
Jean Collin

GAMMACOLOR

1325 RTE DE L'EGLISE, STE-FOY 653-2850

119 EST ST-JEAN BAPTISTE, MONTMAGNY 248-3743

GROS & DÉTAIL

DISMAT

LEMIEUX & PROULX INC.

MATERIAUX DE CONSTRUCTION

VOÛTE À FOURRURE ULTRA-MODERNE

47 EST RUE ST JEAN BAPTISTE, MONTMAGNY, QUÉ. TEL 248 3400

VOÛTE À FOURRURES ULTRA MODERNE

Lévis 837-8868
St-Georges 228-9766

STUDIO *Gosselin*

LEVIS - MONTMAGNY - ST-GEORGES

GAÉTAN PAQUET
PHOTOGRAPHE PROF.
GÉRANT

44, Avenue St-Jean-Baptiste
Montmagny 248-5823

BP SERVICE EN OR

STATION BP, YVAN LACOMBE ENR.
7 RUE ST. JEAN BAPTISTE
MONTMAGNY, QUÉ. G5U 1J6
TEL : 248-2515

Aussi lave-autos, Chemin des Poirier

TÉL. (418)248-0791

ROYAUME DU CADEAU ENR.

HUGUETTE GAGNÉ, prop.

76 St-Louis, Montmagny, Qué.

R. SAMSON, PRÉS. J. SAMSON, SEC.

TÉL.: 248-0210

RENÉ SAMSON INC.
ENTREPRENEUR ÉLECTRICIEN
MEUBLES ET ACCESSOIRES ÉLECTRIQUES
VENTE ET SERVICE

81 OUEST, RUE ST-JEAN-BAPTISTE. MONTMAGNY

LANGLOIS
FRÈRE ENR MONTMAGNY

Vendeur:
TOYOTA - TORO - HONDA
Tondeuses - Bêcheuses - Tracteurs

143, St-Jean-Baptiste O.
Montmagny, Qué. G5V 3C1

Roger Langlois
Vendeur

Tél.: Bur. 248-3276
Rés. 248-1908

Tél.: 248-1030

Au Coin de l'Économie Enr.

Pouponnière - Literie - Cadeaux
Lingerie d'Enfants

20, Ave St-Magloire G5V 3S6 Montmagny P.Q.

MINIPRIX

MAGASIN D'ESCOMPTE

126 St-Thomas, Montmagny

VETEMENTS 248-5937



LA NUIT DES 100 KM

Les favoris

Parmi les inscrits, quelques noms retiennent tout particulièrement l'attention chez les vétérans, le meilleur marathonnien de la province, Michel Jobin, détenteur d'un 2 heures 42 minutes, sera parmi nous. Il est le grand favori pour l'emporter chez les vétérans.

La lutte sera plus serrée chez les séniors. En effet, les deux meilleurs marathoniens de la province cette année: Richard Chouinard, 2 heures 30 minutes et Joseph

Leach, 2 heures 28 minutes, sont parmi les inscrits. Richard est depuis longtemps considéré comme le no 1, dans la région de Québec, sur le marathon. Il a d'ailleurs représenté le Québec au championnat canadien de marathon tenu l'an dernier à Edmonton où il avait brillé avec un temps de 2 heures 32 minutes, ce qui lui a valu la 3e position chez les canadiens.

Joseph Leach est un jeune américain qui possède de l'endurance à revendre et

qui excelle du 5000 mètres (15 minutes) au marathon (2 heures 28 minutes). Il a déjà couru un 100 km en 9 heures 30 minutes à l'entraînement. Il veut se servir du 100 km de Montmagny pour réaliser un temps de 8 heures, ce qui le classerait parmi les cinq premiers aux Etats-Unis. De fait, il retourne dans son pays immédiatement après la course. Nul doute, que ce grand athlète américain, natif d'Atlantic City, nous en fera voir de toutes les couleurs.





Articles de sports de toutes sortes
Vente et réparation de bicyclettes

■ SKI	■ PECHÉ
■ HOCKEY	■ BALLON-BALAI
■ PATIN	■ TENNIS
■ PISCINE	■ GOLF

545, trans-canada o., st-david 833-5995
124, st-louis, montmagny 248-0652

Le Groupe C.B.
indépendant
de Montmagny

Syndicat du Meuble
de Montmagny

Hébert et Vallée
Notaires

192 ave de la Gare
Montmagny 248-1202

55 de la Fabrique
Montmagny

★ Le Rendez-Vous des Epargnants ★



La Caisse Populaire de
St-Thomas de Montmagny

143 EST, RUE ST-JEAN-BAPTISTE

R. R. COULOMBE
GÉRANT

MONTMAGNY, QUÉ.

248-4884



LA NUIT DES 100 KM



Le Dépanneur Gaétane Enr.
 —LICENCIE—
 105 A, St-Louis, Montmagny
248-0509

Tél.: Gar. 246-5829 Rés. 246-3767
GARAGE SOINS DE L'AUTO ENR.
 Débosselage • Peinture • Toit de vinyle
 Anti-rouille à l'huile • Pose de pare-brise
 ESTIMATION GRATUITE
 PROP. REJEAN THIBAUT CAP ST-IGNACE

Café Montois
 11, ST-JEAN BAPTISTE EST, MONTMAGNY
 Claude Beaumont prop.
 LIVRAISON GRATUITE 248-6891
SPECIALITES: SPAGHETTI—
B.B.Q.— SOUS-MARIN

VOTRE CENTRE DU BRICOLEUR
 Bois - Matériaux de construction et de rénovation

EDOUARD GENDREAU INC.
 Montmagny

TÉL. BUR.: 248-5593 TÉL. RÉS.: 248-2808
MONTMAGNY AUTO-SPRING INC.
 RODRIGUE BERNIER, PRÉS.
 SPÉCIALITÉ: SUSPENSION DE TOUTES SORTES
 178, 4E RUE MONTMAGNY, QUÉ. G5V 3L5


TEL. MAG.: 248-2115 RÉS.: 248-2294
BIJOUTERIE R. COULOMBE ENR.
Raymond Coulombe, prop.
 — VENTE et REPARATION —
 17 EST. RUE ST-JEAN-BAPTISTE MONTMAGNY, QUÉ.

LA JOLIE QUÉBÉCOISE
 109, rue St-Jean-Baptiste, Est
 Montmagny, Qué. G5V 1J9

Edgar Gaudreau
Boucher
 185 Rue St-Ignace, Montmagny

MONTMAGNY SERVICE D'ANTENNE
ANTONIO CLOUSTON
 34 Ste-Marie, Montmagny **248-1054**
 Estimation gratuite, prix défiant toute compétition
SPECIALITE: Installation de tours de tous genres
10 ans d'expérience
pour mieux vous servir

 **Giasson Inc.**
 QUINCAILLERIE—
 PLOMBERIE—CHAUFFAGE
 52 St-Jean Baptiste Ouest
 Montmagny **248-1424**

C'est profitable...
 POUR NOUS, QUÉBÉCOIS
 **La Caisse Populaire de St-Mathieu, Montmagny**
 182, AVE DE LA FABRIQUE MONTMAGNY, QUÉ.
G. Fournier,
 Directeur **248-0870**

Surplus de \$78,517, en 1977, à St-Pascal

(G.G.) Le rapport financier de Ville St-Pascal, pour l'année se terminant le 31 décembre 1977, indique un excédent des revenus sur les dépenses de l'ordre de \$78,517. C'est du moins ce que nous avons appris, lors de la séance régulière du Conseil municipal de cette localité, le 5 juillet dernier.

En ce qui a trait aux revenus, notons qu'ils totalisent la somme de \$922,270. La perception de la taxe foncière a rapporté, pour sa part, le montant de \$413,892. Cependant, ce montant ne comprend pas les compensations versées par des sociétés telles Bell Téléphone, Hydro-Québec, etc., et qui tiennent lieu de taxes. Pour ce qui est des dépenses, elles se chiffrent à \$843,753., laissant ainsi un surplus de \$78,517.

Dans des secteurs précis, telle l'aréna, les revenus ont atteint \$150,530. alors que les dépenses atteignaient \$156,673., créant ainsi un excédent des dépenses sur les revenus de \$6,143. Au domaine de l'aqueduc et des égouts, les revenus se chiffraient à \$151,955., tandis que les dépenses atteignaient \$145,703., laissant un surplus de \$4,252.

Pour ce qui est de la dette à long terme, elle se monte à \$3,452,596. et comprend toutes les sommes accumulées depuis que la Ville existe,

soit depuis 1939. Cependant, cette somme doit être répartie selon certaines ententes avec différentes municipalités qui bénéficient des services de la Ville (service incendie, Hôtel de Ville, etc.).

Autres points

Au cours de cette même séance, le Conseil de Ville a résolu de lancer un appel d'offre pour la démolition

d'une maison et de ses dépendances, appartenant à la Ville, et située au coin des rues Patry et boulevard Taché. L'ouverture des soumissions se fera le 7 août prochain et un délai de 60 jours est fixé pour l'exécution des travaux.

Quant à la demande faite par le corps de majorette "Les Marquises", il a été décidé que la Ville versera la

subvention de \$1,000. prévue à son budget pour cet organisme. Cependant, les majorettes devront aussi aller chercher chez la population la collaboration financière qui leur permettra de réaliser leurs projets.

De son côté, le Comité provisoire de Kamouraska-Est pour lutter contre le chômage demandait à la Ville de St-Pascal d'appuyer

le mémoire que cet organisme s'appête à présenter aux gouvernements provincial et fédéral. Après lecture du mémoire, une résolution en ce sens a été adoptée.

Un festival du cuir

De plus, la Chambre de Commerce de St-Pascal s'est adressée à la Ville pour demander d'appuyer leur démarche en vue d'organiser un "Festival du Cuir" à

St-Pascal en 1979. Cependant, aucune décision n'a été prise à ce sujet. On a aussi profité de cette séance pour exprimer des remerciements à la Caisse populaire pour son don de \$3,000. qu'elle a versé à la Ville.

Cinq des six échevins assistaient à la réunion, en plus du maire, M. Ernest Ouellet et du secrétaire, M. Simon Lévesque.

Journée de plein air à Ste-Hélène

Pour souligner l'ouverture du terrain de jeux, la Commission Municipale des Loisirs de Ste-Hélène avec la participation des jeunes et des animateurs du projet "Jeunesse Canada au Travail" organise une journée plein air, samedi le 15 juillet au Centre des Loisirs.

Cette journée permettra à tous les citoyens de Ste-Hélène et des environs de venir se récréer en groupe tout en profitant des activités organisées par les animateurs.

Voici le programme de cette journée:

14 heures p.m.:

Ouverture du café terrasse

sur la patinoire

Balle-molle féminine et masculine sur le terrain. Musique populaire (Disco).

16 heures p.m.:

Cuisson du B.B.Q. sur gril en plein air.

18 heures p.m.:

Souper B.B.Q. en plein air.

20 heures p.m.:

Danses populaires (disco) sur la patinoire.

02 heures a.m.:

Fin des activités.

En cas de pluie samedi le 15 juillet, le programme restera le même et aura lieu dimanche le 16 juillet.

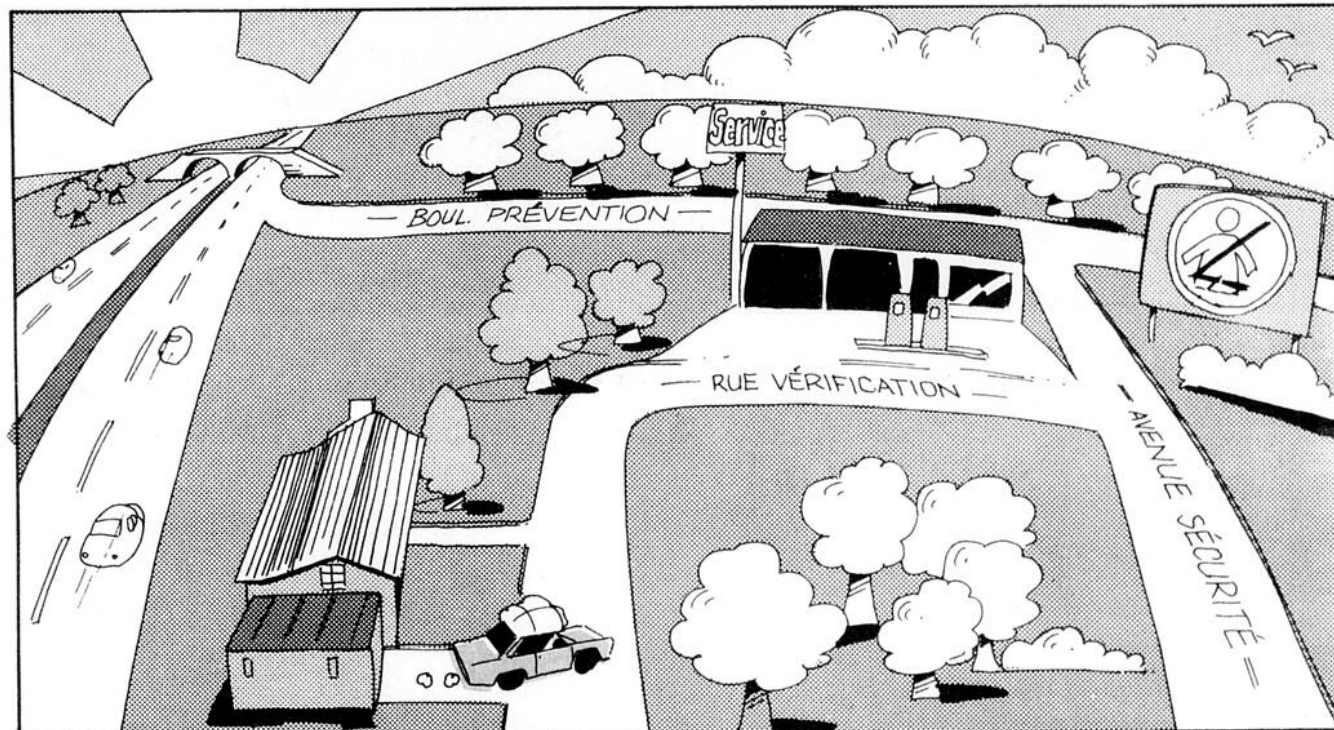
Bienvenue à tous

Elzéar Alexandre

Publiciste

492-6138

La meilleure route à suivre pour vos vacances



En partant de chez vous pour vos vacances, tournez à droite et suivez la rue Vérification. Au bout de la rue, il y a une station-service. Vous ne pouvez pas la manquer. Faites vérifier votre voiture avec soin: pneus, freins, mécanique, suspension.

Ensuite, virez à gauche sur l'avenue Sécurité. Respectez bien les panneaux indicateurs, en particulier celui qui recommande d'attacher votre ceinture de sécurité. Empruntez ensuite le boulevard Prévention. C'est lui qui vous mènera à l'autoroute du Sourire. De là, vous pourrez vous rendre à destination et passer ainsi des vacances sans accident.

Si vous ne l'avez pas déjà fait, consultez aussi votre courtier pour savoir si vous êtes convenablement couvert par votre assurance automobile en fonction du nouveau régime.

Votre compagnie d'assurance est là pour vous aider à rouler avec le sourire.



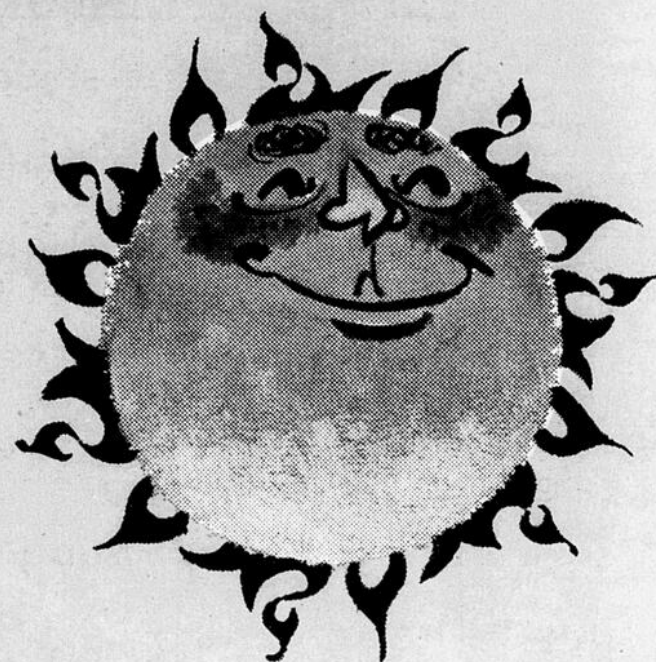
Bureau d'assurance du Canada



groupement des assureurs automobiles

C'est la...

VENTE VACANCES



chez

W. BRUNELLE INC.

20% à 50%

de réduction sur toute la marchandise d'été en magasin:

- Vêtements pour enfants, 0 à 14 ans
- Pantalons—Jupes—Blouses
- Costumes—Robes longues ou languettes—Chandails
- Maillots de bain et sorties de plage (SPEEDO et SEA QUEEN)
- Souliers de la saison pour hommes, femmes et enfants
- Lots de vêtements printemps-été pour dames et juniors
(Taille 5 à 15 ans et 12 à 24½ ans)

W. BRUNELLE INC.

PLACE BRUNELLE

St-Pamphile

356-3375