

Actualités

Coup d'oeil
sur l'information
locale et régionale

Une innovation technique pour les pêcheurs réalisée par le CIRAST

Les chercheurs et ingénieurs du CIRAST viennent de concevoir un procédé de lavage du poisson qui peut être installé à bord des navires de pêche. Jusqu'ici, en effet, le traitement du poisson une fois déchargé sur le pont du navire, s'effectuait fréquemment à genoux pendant de longues heures. Les machines à éviscérer permettent maintenant de mécaniser une partie des opérations. Mais les exigences de qualité des produits marins sont de plus en plus sévères et il est désormais indispensable d'assurer aussi un nettoyage parfait des captures avant de les mettre en cale.

Le système proposé par l'équipe technique de l'U-QAR est très simple et peu coûteux: il s'agit d'une table d'inspection où le poisson éviscéré est trié, puis d'un bac de forme spéciale où les poissons séjournent quel-

ques minutes dans une masse d'eau tourbillonnante et continuellement renouvelée.

Cette nouvelle technique est déjà en opération sur un

chalutier et plusieurs capitaines ont l'intention d'installer ce type d'équipement, d'autant plus que ce procédé de lavage fonctionne automatiquement. L'université a fourni les in-

dications de fabrication aux différentes P.M.E. qui se proposent de fabriquer ce produit.

L'implication étroite du CIRAST auprès du milieu

des pêches a donc de retombées concrètes. Pour l'U-QAR il s'agit d'une nouvelle façon de mettre ses scientifiques au service du milieu. Le directeur du CIRAST, M. Jean-Louis Chaumel,

nous a d'ailleurs confirmé que d'autres recherches et tests sont actuellement en cours pour faciliter le travail des pêcheurs en mer et que cette innovation sera sans doute suivie d'autres.

Augmentation des prestations de la Sécurité de la vieillesse en juillet

La pension de la Sécurité de la vieillesse, le Supplément de revenu garanti et l'Allocation au conjoint seront augmentés dès ce mois-ci, en fonction de la hausse du coût de la vie, a fait savoir le ministre de la Santé nationale et du Bien-être social, l'honorable Jake Epp.

La pension universelle de la Sécurité de la vieillesse (SV), versée à tous les Canadiens de 65 ans et

plus, sera portée à 291,51\$ (elle était de 288,34\$) par mois pour juillet, août et septembre.

Le montant maximum du Supplément de revenu garanti (SRG) sera porté à 346,45\$ (de 342,68\$) pour une personne seule, et pour une personne mariée dont le conjoint ne reçoit pas de pension de la Sécurité de la vieillesse ou d'Allocation au conjoint.

Le montant maximum du

Supplément de revenu garanti sera porté à 225,63\$ (de 223, 18\$) pour chaque personne mariée dont le conjoint reçoit également une pension de la Sécurité de la vieillesse, et pour une personne mariée dont le conjoint reçoit une Allocation au conjoint.

L'Allocation au conjoint (AAC) maximale versée aux personnes de 60 à 64 ans à faible revenu, mariées à un pensionné, sera

augmenté de 517,14\$ (de 511,52\$).

L'Allocation au conjoint-veufs et veuves (AACV) maximale versée aux veufs et veuves à faible revenu, âgés de 60 à 64 ans qui résident au Canada et satisfont aux conditions de résidence de base sera portée à 570,95\$ (de 564,74\$).

Ces prestations sont rajustées tous les trois mois selon les variations de l'Indice des prix à la consom-

mation, mesure qu'utilise Statistique Canada pour évaluer le taux d'inflation.

Le Supplément de revenu garanti ainsi que l'Allocation au conjoint ne sont payables qu'aux résidents du Canada. Le Supplément ou l'Allocation sera versé(e) pendant six mois après le mois de départ du bénéficiaire. Si ce dernier revient résider au Canada, ses prestations peuvent reprendre s'il en fait la demande.

UNE SEMAINE DE RABAIS EXCEPTIONNELS

15% de rabais sur toutes les commandes de:
- Tissus
- Couvre-lits
- Duvets
- Accessoires de salle de bains
- Papiers peints

35% de rabais sur toutes les commandes de stores verticaux, horizontaux et micro "Bergemont"

Semaine du 7 au 11 juillet 1986

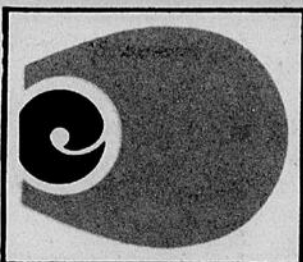
Stores P.V.C. avec valence (sans chaîne) grandeur 75" x 84" pour porte patio **75\$** + taxe

Spécial **75\$** + taxe

Une simple visite durant cette semaine vous permettra d'être éligible au tirage d'un couvre-lit d'une valeur de **450\$**

Le tirage aura lieu le 11 juillet à 17h00

Profitez de cette semaine exceptionnelle à l'occasion de notre 5^e anniversaire



BOUTIQUE
Evolution Décor inc.

Distributeur de la peinture Pratt & Lambert

Place Sears
140 St-Barnabé
Rimouski
722-8211



Jean Brissson

Cette année la Fête du Canada à Rimouski a été célébrée avec cœur et enthousiasme. Sous le thème "Les transports et communications" avec un ciel d'un "bleu" remarquable, notre députée-ministre Mme Monique Vézina était visiblement heureuse de présider la levée du drapeau, devant une foule fort sympathique.

Une journée comme celle-là ne pouvait être possible sans l'appui solide d'un comité organisateur qui n'a pas ménagé ses efforts et énergies. Bravo à toute l'équipe.

Le député provincial Michel Tremblay qui honorait de sa présence la brochette de personnalités qui ont adressé la parole, me faisait remarquer que les organisateurs de la Fête du 24 juin avaient été moins favorisés par dame nature, comme disait ma grand-mère "y mouillait à sciau".

Si la fleur de lys est la figure emblématique que l'on retrouve sur le drapeau du Québec depuis 1948 et particulièrement mise en évidence le 24 juin, Michel nous a demandé, si on savait où sont cultivées ces jolies fleurs? Selon ses dires, près de 1 300,000 pots de lys ont été produits en 1984.

Oui, curieusement, les horticulteurs québécois n'ont cultivé que 2% de ces fleurs. La palme revient à la province de l'Ontario avec un total de plus de un million de pots produits. Comme dit Michel: Si Duplessis savait ça!

Même si Joël Simonet a décidé de se présenter à l'échevinage dans le quartier St-Germain cela ne l'empêche pas de prendre des vacances. Le plus Rimouskois des Français est présentement dans son pays natal, la France. Sa campagne électorale pour l'Hôtel de ville, commencera début août.

Les sentiers d'interprétation font encore cet été la joie des amants de la nature. Je vous rappelle que les sentiers sont situés dans les limites même de la ville: le quartier Sacré-Coeur offre une superbe randonnée sur le littoral du St-Laurent.

Il est également possible de visiter les nouveaux sentiers des côtés nord et sud de la rivière Rimouski localisés dans les secteurs de Ste-Odile et de Sacré-Coeur.

Les centres et les sites ont été conçus spécialement dans l'intention de vous informer sur les milieux naturels et historiques qui jalonnent les sentiers. Laissez-vous emporter par les décors panoramiques des lieux.

Pour l'avoir expérimenté, tout le long du parcours des sentiers vous aurez l'opportunité de mieux connaître la vie et l'évolution des espèces végétales dont plusieurs sont des lichens, des conifères, des feuillus, etc...

Certaines stations vous donneront également l'avantage d'élargir vos connaissances sur les formations géomorphologiques du milieu. Pour la première fois, les experts, nous offrent une interprétation historique des sentiers couvrant une période de plus de 250 années.



UNE GAGNANTE DE LA "SECTE"

Mme Thérèse Lavoie, de Rimouski, est la première gagnante d'un voyage, dans le cadre du "Concours de la Secte des gardiens du secret de la Labatt Bleue". On la voit ici, en compagnie d'Yves Vachon, représentant des ventes à CFLP (à gauche) et de Jacques Massé, représentant rimouskois de la Brasserie Labatt. Mme Lavoie se retrouvera dans un chaud pays du Sud.

(Photo "Le Rimouskois", Marcel THERIAULT)

L'histoire et la légende s'entremêlent pour donner une saveur régionale à notre patrimoine. Huit stations, sur le littoral et la rivière Rimouski, vous illustrent la vie pittoresque des habitants de la région.

Pour votre confort tout le long des sentiers, des bancs sont à votre disposition en plus, il est très facile de laisser la voiture dans les aires de stationnement. Si j'ai réussi à piquer votre curiosité, je vous recommande des souliers de marche, un produit chasse-insectes, une réserve d'eau et une couverture, des fois...

L'ex-directeur de CKLE-FM, Denis Bélanger était de passage à Rimouski, la semaine dernière. Denis vit maintenant à Montréal et il vient de soumettre les textes d'un radio-roman à la maison mère de Radio-Canada. Je souhaite à cet homme la réalisation de ses plus chers désirs.

Nous aurions tous, chacun le sait, des remerciements à offrir aux dinosaures d'antan - Brontosaurus Rex et ses compagnons errant sur les autoroutes de la terre de nos aïeux bien avant que l'essence ne coûte même pas

un cent le litre.

Mais très peu d'entre nous pensons à remercier les voyageurs de nos autoroutes modernes - les camions transportant essence et pétrole d'un bout à l'autre du pays. Selon des amis de Irving, ces dinosaures modernes contribuent au transport de plus de 24 millions de tonnes de gaz et d'autres combustibles au Canada chaque année, soit environ une tonne par Canadien.

Les transporteurs canadiens ont parcouru des millions de kilomètres, de Terre-Neuve à la Colombie-Britannique, brûlant plus de trois milliards de

Le compte à rebours pour les organisateurs de la troisième Foire de l'Agneau de Trinité-des-Monts est maintenant commencé. C'est en effet en fin de semaine que la direction de cet événement et sa mascotte "Milaine" vous invite cordialement à sauter la clôture et à aller prendre une bouffée d'air pur au site du camping Relais Pont-Rouge à Trinité-des-Monts.

Gagnante du Grand Prix Touristique pour le Bas Saint-Laurent dans la catégorie "Événement" c'est avec beaucoup de fierté et d'enthousiasme que le nouveau comité organisateur unira ses ef-

Hauteurs. Tous les couples mariés dont l'union coïncide avec un 5e anniversaire et plus seront honorés. Cette coutume lancée en 1979 fait maintenant "des p'tits".

Lorsqu'on leur demande s'ils peuvent faire la différence entre un hôtel et un motel, peu de gens en sont capables. Y a-t-il vraiment une différence, ou est-ce là un des nombreux mystères de la vie?

Pour ma part, c'est mon ami Réjean Martin qui m'a démêlé. Les hôtels sont des établissements de six chambres ou plus dans un immeuble principal et auxquelles on accède uniquement de l'intérieur. Un motel, quant à lui, a trois chambres ou plus avec accès extérieur.

En 1984, quelles que soient leurs différences, les 8,000 hôtels et motels à travers le Canada ont touché des recettes d'environ 5.1 milliards de dollars au titre de la location des chambres. En retour, ils ont versé près de 1.3 milliard de dollars en traitements et salaires.

Vous n'êtes pas les seuls à qui la perspective de quitter votre emploi et de gérer votre propre motel semble constituer un mode de vie lucratif. Près de la moitié des motels au Canada sont gérés par des travailleurs propriétaires.

L'ami des bêtes, le vétérinaire Michel Pépin vient de quitter Rimouski pour Saint-Hyacinthe. Il occupera là-bas d'importantes fonctions. Il profitera du prochain Salon du livre pour revenir nous saluer et lancer son premier bouquin sur les animaux. Bonne chance!

Nouveau... nouveau. Avant la fin de l'été le restaurant McDonald inscrira à son menu "La pizza". Nous en reparlerons.

Toujours dans le domaine de la restauration. Le réaménagement du Charolais de la Grande Place est remarquable et réussi. Les talents de décoratrice et le bon goût de la propriétaire, Mme Lucie n'ont jamais fait de doute. A cette femme de tête et à son personnel, félicitations et toute la clientèle désirée.

la vue c'est la vie!

Lunettes, verres de contact

G. Séguin, O.O.D. Services optiques
L. Rancourt, O.O.D.

SALON D'OPTIQUE RIMOUSKI
CARREFOUR RIMOUSKI
724-3933

20% **Mr. Rasoir** 20%

100 Avenue Rouleau - Tél.: 724-9558
20% de la main-d'oeuvre sur présentation de ce coupon.

20% Valide jusqu'au 30 septembre 1986 20%

Bouilloire
Broyeur à déchets
Fer à repasser
Tondeuse à gazon
Aspirateur domestique et commercial
Cafetière
Mélangeur
Humidificateur
Hachoir à viande
Ventilateur
Grille-pain four
Séchoir à cheveux
Sableuse
Robot culinaire
Malaxeur
Grille-pain
Hotte de poêle
Couteau électrique
Ouvre-boîtes
Four micro-ondes
Tondeuse à animaux
Rasoir
Perceuse
General Electric
Sunbeam
Phillips, Seb
Proctor Silex
Braun

Le programme PAGE: Un service pour les PME de la région

Le programme d'aide à la gestion des entreprises PAGE inc. va toujours de l'avant. Poursuivant ses objectifs PAGE continue d'assister les dirigeants de PME au niveau de la gestion de leur entreprise.

Ayant vu le jour suite aux propositions tenues lors du sommet économique de Rimouski en novembre 1982, PAGE regroupe différentes corporations professionnelles tels: les administrateurs agréés, les avocats, les comptables agréés, les comptables généraux licenciés, les ingénieurs, les notaires et les responsables en gestion du personnel.

Le conseil d'administration de PAGE est formé de M. Acène Kouicem, ing., président, M. Gilles Potvin, A.R.P.E.Q., vice-président, Mme Monique



Marois, avocate, secrétaire-trésorière, M. Harold Morissey, ing., M. Jean-Marc Labbé, Adm. A., M. Jacques Valois, C.A., M. Camille Leblanc, C.A., M. René Lavoie, A.R.P.E.Q., M. Jacques Ouellet, C.G.A., M. Bruno Vézina,

C.G.A., M. Luc Poirier, Adm. A., Mme Sylviane Carrier, notaire.

Actuellement, 110 bénévoles de PAGE offrent leurs services pratiques aux PME. Services qui leur étaient autrement difficilement accessibles. Les bénévoles sont disposés à apporter un support aux entreprises afin d'améliorer leur efficacité et leur rendement.

La répartition par région

des professionnels bénévoles se regroupe comme suit:

Le conseil d'administration est heureux de vous annoncer la nomination de madame Francine Ross, finissante au baccalauréat en administration des affaires à l'Université du Québec à Rimouski, au poste de coordonnatrice-adjointe. Son poste a pu être créé grâce à une subvention du gouver-

nement fédéral dans le cadre du programme PAGE.

Pour profiter des services de PAGE, les chefs d'entreprise pourront communiquer avec Mme Ross, celle-ci veillera à établir un diagnostic préliminaire et à former un comité d'intervention multidisciplinaire approfondi, composé de trois personnes d'expertises différentes. Il est à noter que toute inter-

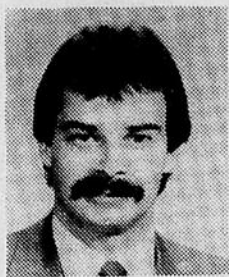
vention est faite sous le sceau de la confidentialité.

On peut rejoindre Mme Ross au numéro de téléphone 723-0119 ou par la poste à case postale 1084, Rimouski. Son bureau est situé à l'Aéroport municipal de Rimouski. Elle se fera un plaisir de répondre à toutes vos demandes d'aide.

PAGE tient à remercier tous les commanditaires qui l'ont appuyé.

Amqui	4	Matane	12	Pabos	1
Cabano	1	Mont-Joli	6	Rimouski	67
Chandler	1	New-Carlisle	3	Rivière-du-Loup	3
Gaspé	4	New-Richmond	3	Trois-Pistoles	1

nomination



M. Jacques Beaulieu

Monsieur Sylvain Lévesque, directeur du bureau régional Bas Saint-Laurent - Gaspésie est heureux de vous faire part que Monsieur Jacques Beaulieu s'est joint à son équipe d'assureurs-vie.

Il est bien connu dans son milieu au niveau d'organismes à vocation sociale ou communautaire. Son expérience de travail lui permettra de bien servir sa clientèle.

On peut joindre Monsieur Beaulieu au numéro de téléphone: (418) 723-9291.



"Je prends soin de ma santé mentale"

Savais-tu que la principale cause de stress c'est le changement. Par exemple, le décès d'un proche, un changement d'emploi, des problèmes financiers, une maladie, un accident, une grossesse, des responsabilités familiales, des changements dans son style de vie, heureux ou malheureux, la retraite... On dit que les médicaments peuvent apporter un soulagement temporaire de certains stress... mais ils ne guérissent pas nécessairement. Ces drogues sont l'alcool, le tabac, les barbituriques, les tranquillisants... Y'a d'autres moyens, on s'en reparle. En passant, je voulais te dire que de ce temps là, je fais un effort pour mieux manger. Je me sens tellement mieux.

A ta santé!
Annette Gonthier
Agente de liaison
en santé mentale

Réf.: Association canadienne de santé mentale du Bas du fleuve.

CLINIQUE DENTAIRE COUTURE

- Dr Pierre Couture, dentiste
- Dr Jean-Paul Couture, spécialiste en orthodontie

125 Évêché Ouest, Rimouski

Heures de bureau:
Lundi-mardi-jeudi-vendredi
8h30 à 18h00
Mercredi: 8h30 à 12h00
Et le soir: 18h00 à 21h00

Pour urgence
et rendez-vous

724-9192

Du 9 au 19
juillet 1986

LIQUIDATION ÉCLAIR

VENTE pour RENOVATIONS

Tout doit sortir pour permettre des
renovations majeures du magasin

Un minimum de **15%** de rabais vous sera accordé sur toute la marchandise de démonstration en magasin

Jusqu'à **50%** de rabais sur certains modèles **A LIQUIDER**

Tous les démonstrateurs en plomberie à liquider






Disponibilité de plan mise de côté de 30 jours

La Maison de la Lumière

245 St-Germain Est Rimouski 722-8822

HEURES D'OUVERTURE:
Du lundi au mercredi de 9 h 00 à 17 h 30
Jeudi et vendredi de 9 h 00 à 21 h 00
Samedi de 9 h 00 à 17 h 00

L'Est du Québec en revue



Le Rimouskois donne à toutes les semaines, les principales manchettes qui décrivent les événements les plus importants qui se sont déroulés dans le Bas Saint-Laurent au cours des sept derniers jours. Cette approche est faite en collaboration avec des hebdomadaires régionaux de l'Est du Québec.

Yves Potvin

L'AVANT-POSTE

CAUSAPSCAL: LA CAISSE POPULAIRE A 50 ANS

La Caisse populaire de Causapscaal fêtait le 21 juin dernier ses 50 ans d'existence à la polyvalente Forimont. Ainsi, les dirigeants et employés y ayant oeuvré durant ces années ont fêté l'événement, en plus des quelques représentants de la Fédération des Caisses populaires Desjardins du Bas Saint-Laurent et des autres Caisses populaires de la région. Le président de la Fédération bas-laurentienne, M. Roger Desrosiers, a tenu à rendre hommage aux administrateurs ainsi qu'aux membres des conseils des commissions de surveillance et de crédit qui ont travaillé bénévolement. Aujourd'hui, 5000 membres, 22 employés et 13 dirigeants bénévoles font partie de la Caisse de Causapscaal.

MATAPEDIA: UN INVESTISSEMENT DE 2 000 000\$ SUR LES ROUTES

Le ministère des Transports du Québec investira cet été la somme de 2 000 000\$ pour l'exécution de travaux sur les routes du comté de Matapédia. Pour toute la région du Bas Saint-Laurent et de la Gas-

pésie, ce montant s'élève à 27 000 000\$. En plus de la reconstruction du viaduc à la sortie ouest d'Amqui, la chaussée sera renforcée sur la route 195, près de Saint-Vianney, sur une distance de 5 km. D'autres travaux seront aussi à effectuer.

L'INFORMATION

MONT-JOLI: DON DE 40 000\$ A LA BIBLIOTHEQUE MUNICIPALE

Le Club Rotary a consenti à la bibliothèque municipale de Mont-Joli un don de 40 000\$ le 25 juin dernier. Cette somme, la plus importante versée par un seul organisme, a été remise au maire de Mont-Joli, le docteur Jean-Louis Desrosiers, à l'occasion d'une réception qui s'est tenue dans les salons de l'Hôtel de Ville. Selon le maire, l'auditorium de l'immeuble abritant la bibliothèque portera le nom de «Auditorium Rotary». Pour sa part, le président du Club Rotary, M. Alain Langlois, a mentionné que la bibliothèque était un endroit rêvé pour y investir.

MONT-JOLI: "BEL-MONT TRANSIT" IRA A RIMOUSKI

Après 20 ans d'activités à Mont-Joli, la compagnie de transport «Bel-Mont Transit» a fait part de ses intentions à la Ville de Mont-Joli de déménager ses locaux à Rimouski vers la fin du mois. Pourtant, il y a trois semaines, l'entreprise avisait les instances municipales qu'elle irait

dans le parc industriel de Mont-Joli. Sa demande pour l'achat d'un terrain avait d'ailleurs déjà été acceptée par la Ville. Les coûts élevés pour la construction d'un nouvel immeuble et le court délai consenti par le ministère de l'Environnement pour s'installer à Mont-Joli, seraient à la base de cette décision.

LE SAINT-LAURENT-L'ECHO

RIVIERE-DU-LOUP: LE PROJET REVICENTRE POURRAIT ETRE EN PERIL

La réalisation du programme particulier d'urbanisme pour le centre-ville de Rivière-du-Loup, le projet Revicentre, pourrait être mise en péril. En effet, dû au exigences temporelles serrées exigées par le gouvernement, une ou des oppositions faites contre le projet, lors de la prochaine séance publique prévue pour le 10 juillet prochain, pourraient à la limite remettre en question son aboutissement. Selon l'échevin du quartier nord de la ville, M. Guy Ouellet, le programme Revicentre exigerait entre autre que des travaux estimés à 250 000\$ aient été complétés d'ici le 23 septembre. S'il devait y avoir opposition, celle-ci ne viendrait pas, d'après M. Ouellet, de la Ville puisqu'elle n'a jamais émise d'opinion en ce sens jusqu'ici.

SAINT-PASCAL: UNE NOUVELLE MISS BAS SAINT-LAURENT

La Mont-Jolienne Marie-Line Gaudreau est devenue, le 29 juin dernier à Saint-Pascal, la nouvelle Miss Bas Saint-Laurent. Agée de 17 ans, Mlle Gaudreau poursuit présentement des études en théâtre et en coiffure d'esthétique. Les critères sur lesquels était basé la sélection était la diction, la démarche, la présentation et le maintien, l'interprétation, le travail et la distinction. En remportant ce titre cette année, elle succède ainsi à Nathalie Lapointe et Danielle Poulin, les heureuses élues en 1985 et 1984.

LA VOIX GASPE-SIENNE

GASPESIE: IMPORTANT PROGRAMME DE PROSPECTION MINIERE

Un important programme de prospection minière serait sur le point d'être annoncé, pour la Gaspésie, par les gouvernements du Canada et du Québec. C'est Ottawa qui financera la majeure partie du programme, soit dans une proportion de 90%. De son côté, Québec y participera en faisant don d'une subvention d'environ demi-million de dollars. Le programme nécessitera un investissement de 5,5 millions de dollars et s'échelonnait sur quatre ans. Les principaux métaux recherchés seront l'or, l'argent et le platine.

Le Festival de la Crevette de Matane a connu cette année un succès fort impressionnant. En effet, plus de 50 000 visiteurs ont participé aux diverses activités qui leur étaient offertes. Parmi celles ayant été les plus populaires, notons la grande parade qui, à elle seule, a su attirer 12 000 spectateurs. Le super bingo avec ses 1 200 joueurs, le feu de la Saint-Jean avec ses 5 000 fêtards, la compétition de véhicules à quatre roues motrices avec 3 500 observateurs, ainsi que la partie de balle-molle du club de hockey Canadien qui a attiré plus de 2 000 supporters, ont aussi été des événements qui n'ont pas manqué d'intérêt pour le public.

POHENEGAMOOK: SERVICE D'URGENCE OUVERT 24 HEURES

La mesure de dépannage dont bénéficiait le CLSC des Frontières, et qui donnait accès à une «banque de médecins» pour un court laps de temps, sera poursuivie jusqu'au 1er septembre. Initialement, cette mesure devait prendre fin en date du 1er juillet 1986. C'est grâce à l'appui du Conseil régional de la santé et des services sociaux (CRSSS) que le CLSC, après maintes semaines d'effort, a obtenu ce sursis. Ainsi, durant l'été, le service d'urgence sera ouvert 24 heures par jour.

Toutefois, selon le directeur-général du CLSC, cette mesure temporaire est loin d'être idéale puisqu'elle ne permet pas de suivi des patients de la part des médecins, en plus d'être particulièrement dispendieuse.

MATANE: UN SUCCES POUR LE FESTIVAL DE LA CREVETTE

LE TOULADI

Mini VARIÉTÉS ENP

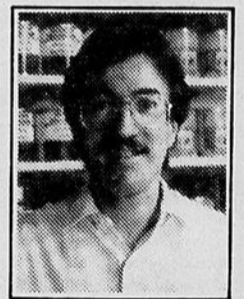
convertit sa quincaillerie en un centre de peinture tout en maintenant son service de dépanneur et quincaillerie

CROWN DIAMOND

LA NOUVELLE DIRECTION VOUS INVITE À VENIR RENCONTRER SES DEUX NOUVEAUX CONSEILLERS EN PEINTURE.



Richard Gallant



Denis Emond

Voici de bons spéciaux à cette occasion:

LATEX ACRYLIQUE Mat extérieur blanc 19⁸⁸ 4 litres	ÉMAIL À PLANCHER Intérieur et extérieur Gris tuile 19⁸⁸ 4 litres	PEINTURE LUSTRÉE À l'alkyde Extérieur blanc 22⁸⁸ 4 litres	En plus de nombreux spéciaux dans la peinture CROWN DIAMOND au latex ou alkyde pour l'intérieur
LATEX ACRYLIQUE Lustré Extérieur blanc 24⁸⁸ 4 litres	TEINTURE À BOIS Opaque au latex, acrylique pour extérieur PRIX SPÉCIAL 19⁸⁸ 4 litres	TEINTURE À BOIS Hydrofuge, semi-transparente, Extérieur PRIX SPÉCIAL 19⁸⁸ 4 litres	

POLYUR MC55 ET MC62 **29⁵⁹** le 4 litres
Pour cette semaine seulement

N.B.: La quincaillerie est ouverte aux mêmes heures que le dépanneur.

PAS LE PLUS GRAND... MAIS LE MEILLEUR!

OUVERT TOUS LES SOIRS

Mini VARIÉTÉS ENP



ACCEPTÉES

9 est. St-Jean-Baptiste, Rimouski, tel.: 724-9588

Shaklee!

Un mode de vie actif et exigeant requiert une nutrition adéquate. Pour vous assurer que votre corps obtienne toutes les vitamines, les minéraux et les éléments nutritifs requis, optez pour Shaklee. Inspirés des processus mêmes de la nature, les produits nutritifs Shaklee jouissent d'une réputation bien établie et sont couverts par une garantie de remboursement. Les distributeurs Shaklee indépendants nommés ci-dessous se feront un plaisir d'aller partager avec vous les bienfaits d'une bonne nutrition. Pour un rendez-vous, appelez

Votre équipe rimouskoise

- Monic Rioux, 723-2462 ou 723-9751
- Dolorès Caron, 722-6053
- Béatrice St-Pierre, 724-4742
- France Bouchard, 736-5308

Les produits sont disponibles le jour même

Nous vous offrons une gamme complète de produits d'assurance-vie et salaire. De plus, nous effectuerons une analyse complète de vos besoins d'assurance par système informatique.

Si vous souhaitez faire la mise à jour de votre programme d'assurance, sans aucune obligation de votre part, contactez-nous pour prendre rendez-vous.

MARCEL GAGNÉ, courtier d'assurance-vie
125, Évêché Ouest, Rimouski, 723-3636 ou 724-2627



Les charpentiers-menuisiers de la région contestent le caractère démocratique de la Loi leur interdisant la grève

Les charpentiers-menuisiers de la région du Bas St-Laurent/Gaspésie, membres du local 9 de la Fraternité nationale des charpentiers-menuisiers, forestiers et travailleurs d'usines (FTQ), accusent le gouvernement Bourassa d'avoir saboté toute possibilité de négociation dans la construction et mettent en doute le caractère démocratique de la Loi qui interdit le droit de grève dans cette industrie.

«Le gouvernement Bourassa n'avait aucune raison valable de nous retirer le droit de grève. Notre arrêt de travail était légal et civilisé et ne mettait aucune-

ment en cause la sécurité et la santé de la population. C'était l'exercice d'un droit fondamental reconnu dans tout régime démocratique», a déclaré M. Denis Ross, porte-parole du local 9 dans la région du Bas St-Laurent/Gaspésie.

Les charpentiers-menuisiers du Bas St-Laurent/Gaspésie appuient la décision de leur Fraternité nationale et de la FTQ-Construction de contester devant les tribunaux de la validité de la Loi spéciale interdisant la grève dans la construction. Cette requête est faite en vertu de la Constitution canadienne qui reconnaît le droit d'as-

sociation, ce qui inclut le droit de négocier et de faire la grève.

«L'intervention du gouvernement a bloqué toute possibilité d'en arriver à une entente négociée. L'Association des entrepreneurs (AECQ) n'a qu'à attendre que le gouvernement impose des conditions de travail», a fait valoir le porte-parole des charpentiers-menuisiers du Bas St-Laurent/Gaspésie.

Celui-ci a conclu: «Le gouvernement Bourassa fait une grave erreur s'il

croit qu'il règle les problèmes de l'industrie de la construction en interdisant la grève. Les problèmes demeurent entiers, tout particulièrement celui de l'insécurité vécue par les travailleurs de la construction. En ne permettant pas le règlement de ces problèmes par la libre négociation, le gouvernement Bourassa prépare des lendemains agités pour l'industrie et pour lui-même».

Pour informations, Denis Ross, Tél.: (418) 562-5777 (bur.) ou 739-3834 (rés.)

NOMINATION Compagnie de Radiodiffusion Rimouski Itée



M. Gilles Rousseau

Monsieur Raymond Sirois, président du conseil d'administration de la Compagnie de Radiodiffusion Rimouski Itée est heureux d'annoncer la nomination de M. Gilles Rousseau au poste de président et directeur général de CFLP-MA.

Originaire de Rimouski, Monsieur Rousseau possède près de vingt ans d'expérience en radiodiffusion et a occupé successivement des postes de responsabilité à CHAU-TV, Carleton et CFER-TV, Rimouski.



Un rappel aux employeurs

Un petit rappel afin de vous informer que quelque 2000 étudiants inscrits au Centre d'emploi du Canada pour étudiants attendent toujours qu'un employeur leur donne la chance de prouver qu'ils ont le potentiel nécessaire à l'accomplissement de divers emplois.

Ces jeunes sans emploi ont pourtant acquis des connaissances tant au niveau secondaire, collégial ou universitaire. Le Centre d'emploi du Canada pour étudiants saura vous référer des gens pleins d'énergie qui ont hâte qu'un employeur leur fasse confiance.

A titre d'exemple, Stéphanie étudie en secrétariat au Cegep. Elle a deux années complétées et a acquis de l'expérience dans son domaine d'étude au cours des trois derniers étés. Cette année, elle attend toujours l'offre d'un employeur.

Gabriel, pour sa part, est aux études en génie civil à l'Université. Dans un an, il aura terminé son baccalauréat. Cet été, il espère pouvoir acquérir une première expérience de travail.

Sylvain, un autre étudiant inscrit au Centre d'emploi du Canada pour étudiants vient de terminer son secondaire III. Depuis deux ans, il effectue l'entretien de terrains dans le quartier de Sacré-Coeur. Cette année, il veut encore travailler. Plusieurs autres exemples pourraient vous être cités.

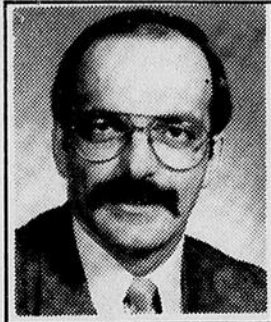
Votre Centre d'emploi du Canada pour étudiants préselectionne pour vous des étudiants(es) aptes à combler le poste offert. Vous pouvez faire le choix final par le biais d'entrevues de sélection au moment qui vous convient.

Le Centre d'emploi du Canada pour étudiants met aussi à votre disposition des locaux pour vos entre-

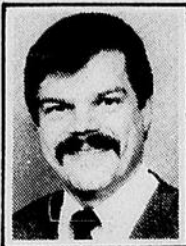
vues.

Ne perdez pas de temps à recueillir des formulaires d'embauche et à présélectionner des candidats. Nous le faisons pour vous au CEC-E.

Communiquez votre besoin à Rimouski au 724-4280 et à Mont-Joli au 775-4855, Suzie Lévesque pour le CEC-E.



Roger Mailloux
Directeur des ventes



René Bélanger
Représ. des ventes



Marcel Lebel
Représ. des ventes



Roch Tardif
Représ. des ventes



Martine Fugère
Représ. des ventes



Nicole Gagnon
Représ. des ventes



Denis Cyr
Représ. des ventes

DE L'ASSURANCE-VIE SUR MESURE

Notre travail consiste à "tracer" un programme tout spécialement conçu pour protéger chaque client - ainsi que sa famille - contre les imprévus. Pourquoi risquer?

Pour obtenir un programme d'assurance-vie solide et adapté à vos besoins, appelez-nous dès aujourd'hui.



135 Des Gouverneurs
Rimouski 724-2114

Où l'avenir, c'est tout de suite

NOUVEAU! NOUVEAU!

LES PÉPITES
DE POULET



SONT
MAINTENANT
ARRIVÉES

• Faites uniquement
de viande blanche

ELLES VOUS SONT OFFERTES EN
FORMAT DE 6, 9 et 20 MORCEAUX

accompagnées d'une sauce de votre choix

"SURE ET SUCRÉE" - "B.B.Q." - "AUX PRUNES"

idéal pour le pique-nique

DISPONIBLES SEULEMENT À LA GRANDE PLACE

Massothérapie

Traitement de beauté quotidien pour améliorer le tonus de la poitrine

La galbe des seins et leur esthétique générale dépendent de la tension et de la vitalité de l'enveloppe cutanée qui les soutient. Pour cette raison, le but principal de ce traitement est de renforcer et restituer si besoin est, la vigueur et la vitalité de ce «soutien-gorge» naturel.

Il s'agit d'une formule inédite dont la pénétration remarquable est due à l'emploi du **squalane** (huile de requin).

La structure de l'épiderme est améliorée par l'extrait de prêle riche en silice organique, qui renforce les parois des cellules.

L'Escin décongestionne localement, améliore la circulation superficielle et augmente la résistance des vaisseaux sanguins.

L'épiderme est stimulé et tonifié par les extraits de Houblon et de Centalla asiatica, connus pour leur

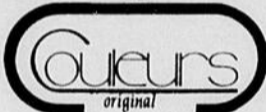
action revigorante sur les tissus des seins.

La régénération et l'oxygénation des cellules sont accélérées par les Glycopolypeptides conjugués, assurant ainsi un meilleur renouvellement de l'épiderme et une résistance accrue. Cette crème dont la légèreté exceptionnelle permet une application facile et rapide, est non grasse. Son utilisation est de deux fois par jour, avec des massages vigoureux de bas en haut après le bain ou la douche. C'est un traitement stimulant et raffermissant qui améliore rapidement l'apparence du buste. C'est une formule très pénétrante.

Pour de plus amples informations consulter vos amies les spécialistes de La Cave de Beauté et Couleurs, 419, Boul. Jessop, Carrefour Rimouski, Tél.: (418) 723-3350, 3358, 3365.

Cave De Beauté

et de

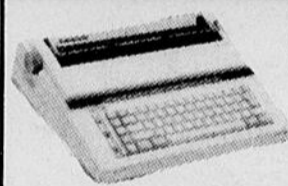


Clinique d'esthétique - Electrolyse - Parfumerie
Santé et beauté du corps
MASSOTHÉRAPIE
Service personnalisé de coordination des couleurs
(mode-maquillage) d'après la pigmentation de la peau
CARREFOUR RIMOUSKI, 723-3350

Nouveau dépositaire à Rimouski

ERICSSON

SPECIAL D'INTRODUCTION



Une machine portable avec des caractéristiques grandes.
Modèle 7700

Prix à partir de **499\$**



Pour vous qui quotidiennement tapez des textes courts
Modèle industrie
□9401

Prix à partir de **1095\$**



Calculatrice électronique de bureau.
Précisa 5300
Modèle industriel
Prix rég. 229\$

SPÉCIAL

170\$



Horloge enregistreuse Universel - Série 4000.
"Lathem"

Prix rég. 595\$
SPÉCIAL

490\$

G

VENTE ET SERVICE

DACTYLOGRAPHE ENR.

Gilles Gagnon, prop.
365 ave Richelleu, Pte-au-Père,
Rimouski
723-9476

G

La caravane Airstream de retour à Rimouski

Du 15 au 18 juillet prochain, 55 véhicules argentés sillonneront les rues de Rimouski.

Comme par le passé, les autorités municipales préparent un programme d'accueil tout désigné pour bien recevoir ces touristes américains. Ils pourront participer à plusieurs activités qui leur feront apprécier notre belle région.

La compagnie Airstream inc., dont le siège social est

situé en Ohio, organise plusieurs voyages au cours d'une même année. Ses membres bénéficient d'un choix de différentes destinations à travers le monde.

Parmi les endroits à visiter, on retrouve un séjour de six semaines dans l'Est du Canada.

Les caravaniers, provenant en majeure partie des quatre coins des États-Unis et certains du Canada, se donnent rendez-vous à

Saint-Jérôme pour débiter leur périple dans l'est du pays.

Ainsi ils se déplacent de ville en ville, du Québec à Terre-Neuve, s'arrêtant quelques jours dans des villes comme Rimouski.

Cet été, nous accueillons le directeur des caravanes Airstream, monsieur Charlie Bye. Vous pourrez le rencontrer ainsi que tous ses compagnons de route au terrain de la Société d'agri-

culture.

C'est un honneur pour la ville de Rimouski d'être considérée une halte importante par les Américains. Il faut dire que l'accueil chaleureux des Rimouskois a su séduire ces visiteurs au cours des 17 dernières années.

LES ENFANTS MAL AIMÉS ON EN RETROUVE DANS VOTRE QUARTIER! ET CHEZ VOUS...

VENTE VERTIGINEUSE

PRIX RECOUPÉS

LOT DE ROBES À partir de **1995**

SHORTS ET BERMUDAS Rabais de **30%**

Toute la marchandise estivale doit sortir

COSTUMES DE BAIN ET GILETS Rabais de **40%**

pour faire place à la marchandise d'automne

ENSEMBLES PANTALON Rabais de **40%** et **50%**

IMPERMÉABLES Rabais de **50%**

BOUTIQUE Vertige

170 Avenue de la Cathédrale, Rimouski
Carmen Belanger, prop. **722-7022**

Aperçu et guide abrégé des Alcooliques Anonymes

L'alcoolisme est reconnu comme un problème majeur de santé. Après les maladies du cœur et le cancer, c'est la troisième cause de décès et les dommages qu'il effectue ne se limitent pas seulement aux alcooliques. Ses effets se font sentir au foyer, au travail ou sur la route. Jusqu'à présent, personne n'a découvert le moyen de prévenir ce fléau parce qu'on ne sait pas exactement pourquoi certains individus deviennent alcooliques. Les médecins et les experts en ce domaine ne s'entendent pas sur les causes de l'alcoolisme. C'est pour cette raison que A.A. concentre ses efforts à aider ceux qui sont déjà alcooliques de façon à ce qu'ils puissent cesser de boire et apprendre à vivre une vie heureuse sans alcool. Plusieurs questions nous sont posées.

Qu'est-ce que A.A.?

Les Alcooliques Anonymes sont une fraternité d'hommes et de femmes, de niveau international, ayant déjà eu à affronter un problème d'alcool. Ils proviennent de tous les paliers de la

société, se réunissent en toute liberté pour acquérir la sobriété et la conserver. C'est un organisme non-professionnel, qui s'autofinance, qui n'est pas confessionnel, qui est multiracial, apolitique et presque omniprésent. Il n'impose aucune condition d'âge ou de scolarité. La seule condition d'admission est un désir de cesser de boire.

On estime qu'il existe 53 000 groupes et plus de un million et demi de membres A.A. répartis dans 110 pays.

La Fraternité a adopté une politique de «coopération sans affiliation» avec les autres organisations s'intéressant au problème de l'alcoolisme. Nous n'émettons aucune opinion sur les questions qui nous sont étrangères: nous ne soutenons ni ne constatons aucune cause.

Au cours des années, «Alcooliques Anonymes» a affirmé et consacré la tradition de son autonomie financière, se gardant bien de solliciter ou d'accepter toute contribution de l'extérieur.

Comment les membres A.A. conservent-ils leur sobriété et comment aident-ils d'autres alcooliques?

A.A. propose un programme d'abstinence totale. Les membres sont invités à s'abstenir, une journée à la fois, de prendre leur premier verre. Ils demeurent sobres, grâce au partage de leurs expériences, de leur force, de leur espoir au cours des réunions de groupes et par la pratique des «Douze Etapes» suggérées pour se rétablir de l'alcoolisme.

Par l'exemple et l'amitié des alcooliques réhabilités dans A.A., le nouveau membre est encouragé à suivre ce simple programme une journée à la fois comme ils le font eux-mêmes. Plutôt que de jurer de ne jamais boire ou de s'inquiéter de savoir s'il sera sobre demain, l'alcoolique concentre ses efforts à ne pas boire maintenant, aujourd'hui. Ainsi, son physique a une chance de se rétablir. Mais s'il veut demeurer sobre, il doit pouvoir jouir d'un esprit sain et également d'une émotivité équilibrée. Il commence alors à mettre de l'ordre dans sa façon confuse de penser et à se défaire de ses sentiments malheureux, en suivant les «Douze Etapes» de recouvrement A.A.

Pourquoi Alcooliques Anonymes est-il «anonyme»?

L'anonymat est la base spirituelle de A.A. Il incite la Fraternité à se gouverner selon les principes et non d'après les personnalités. Étant tous égaux, nous nous efforçons de promouvoir notre programme plutôt que la notoriété des membres. L'anonymat, observé dans les médias de publicité constitue le gage, pour tous les membres A.A. et pour les nouveaux en particulier, que leur appartenance à A.A. ne sera pas dévoilée.

Que sont les réunions A.A.?

Il y a des assemblées A.A. de deux genres:

1) Il y a les assemblées «ouvertes», au cours desquelles les conférenciers racontent comment ils ont bu, comment ils ont connu A.A. et comment le programme les a aidés. Les membres peuvent inviter des parents ou amis. Ordinairement, toute personne intéressée à A.A. est bienvenue aux «assemblées ouvertes».

2) Les assemblées «fermées» sont strictement réservées aux alcooliques. Elles consistent en discussion de groupe, et tout membre qui le désire peut parler, poser des questions et partager ses idées avec les autres membres. Dans les assemblées «fermées», chaque membre A.A. peut obtenir de l'aide au sujet de ses problèmes personnels concernant sa sobriété et sa vie de tous les jours. Quelques membres auront connu les mêmes problèmes et pourront expliquer comment ils les ont réglés - souvent en recourant à une ou plusieurs des «Douze Etapes».

Qui dirige A.A.?

A.A. n'a pas de gouvernement véritable. Chaque groupe est libre de travailler selon ses propres habitudes et ses propres façons de tenir les assemblées en autant que cela ne nuise pas aux autres groupes ou à la Fraternité dans son ensemble. Les membres éli-

sent un président, un secrétaire et autres officiers de groupe. Ces officiers ne donnent d'ordres à personne; leur travail consiste surtout à voir ce que les assemblées se déroulent dans le calme. Selon la moyenne, de nouveaux officiers sont élus deux fois par année.

161 Rouleau, suite 104

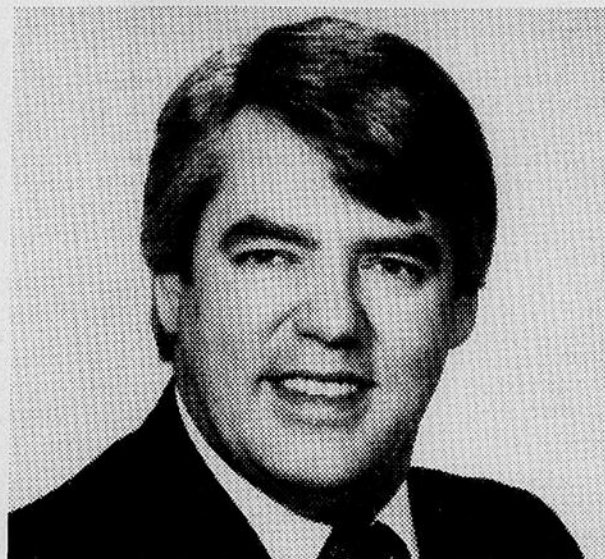
Tel.: 723-0488

Lentilles cornéennes de Rimouski Inc.

Jean-Paul Leblanc
Ophtalmologiste

Bruno Dumas
Ophtalmologiste

Le Groupe Investors



Jacques Hamel

M. Lucien Larochelle, directeur du bureau régional de Québec, est heureux d'annoncer la nomination de M. Jacques Hamel au poste de directeur de division.

Jacques et son équipe de planificateurs financiers vous offrent un programme financier sur mesure, qui convient à vos besoins, vos objectifs et votre style de vie personnels.

Par l'intermédiaire de sa filiale en propriété exclusive, la Société Investors Limitée, Le groupe Investors compte 1,400 planificateurs financiers personnels dans plus de 40 centres financiers au pays. Le groupe Investors, la plus importante compagnie de services financiers de son genre au Canada, est un membre de la Corporation financière Power.

LA SOLUTION LA PLUS ÉCONOMIQUE POUR DÉMÉNAGER



- ♦ Camion diesel
- ♦ Mack, Inter - GMC
- ♦ Boîtes de 20' à 26'
- ♦ Voyage à forfait
- ♦ Estimation sur demande

Heures d'ouverture :

Lundi au vendredi
7 h 30 à 22 h
Samedi : 7 h 30 à 20 h
Dimanche : 8 h à 18 h

Prix VIABEC

Tarif journalier

59.95\$

20 cents du km

En vigueur jusqu'au 25 juillet 1986

via bec

128, rue Marie-Antoinette, Rimouski (Québec)

723-6565

CHAISES ET TABLES

DE PARTERRE EN BOIS À DES PRIX TRÈS TRÈS BAS

SPÉCIAUX VACANCES

MEUBLES FLORENT

ST-PIERRE LTEE

303 ST-JEAN-BAPTISTE OUEST, RIMOUSKI 723-6814



"arrêtez, visitez, comparez et vous achèterez!"

VENTE

N.B.: Le magasin
sera fermé
du 28 juillet
au 9 août
pour rénovations

AVANT RÉNOVATIONS

Blouses

20\$
ch

Jupes

25\$
ch



Pantalons

10\$ et 25\$

Robes

25\$ et 50\$

- Gilets
- Bermudas
- Costumes

50%
de
rabais

MAGASIN Desjardins

326 Rouleau, Rimouski, 723-3044

Confection pour dames

Vérification des déclarations d'impôt demandant le crédit d'impôt à la recherche scientifique

Des fonctionnaires de Revenu Canada, Impôt ont annoncé que le Ministère allait prendre des mesures spéciales pour effectuer une vérification des déclarations d'impôt des particuliers et des compagnies qui demandaient le crédit d'impôt à la recherche scientifique. Cette initiative fait partie des activités de contrôle courantes du Ministère qui ont été établies dans le but de vérifier les demandes effectuées dans le cadre du programme de crédit d'impôt à la recherche scientifique. Cela pourrait retarder l'émission de certains chèques de remboursement des investisseurs qui demandent le crédit.

Le Ministère effectuera

un renvoi des demandes des investisseurs aux déclarations produites par les compagnies de recherche et de développement afin de vérifier l'authenticité et l'exactitude des montants demandés comme crédits d'impôt.

La vérification sera effectuée le plus rapidement possible par des fonctionnaires du Ministère. Si le Ministère constate qu'il n'est pas en mesure d'approuver immédiatement l'émission du crédit et du remboursement pertinent, on communiquera avec l'investisseur et on lui donnera la possibilité de faire établir la cotisation de sa déclaration sans qu'il ne soit tenu compte de son crédit d'impôt, en attendant que la vérification soit terminée.

Ce drôle de monde

Dernier voyage en Rolls Royce?

NAPLES (Italie) - «Un dernier voyage tout confort»: voilà à peu près le slogan publicitaire d'une entreprise de pompes funèbres qui a fait afficher dans toute la province de Naples des panneaux publicitaires offrant des funérailles de première classe à des prix modérés. C'est ainsi qu'on offre la possibilité de transporter le défunt à son dernier repos dans une luxueuse Rolls Royce pour 350,000 livres (moins de 250\$). Mais il est bien sûr possible d'opter pour le corbillard de grand luxe tiré par six chevaux, pour ceux qui peuvent se permettre de déboursier 900,000 livres. Ce prix comprend bien sûr la publication de l'avis de décès. Les posters ont provoqué des réactions diverses...

Un changement radical... qui ne change rien

MUNICH (Allemagne fédérale) - Même si une femme change de sexe après son divorce, elle a toujours le droit d'exiger une pension alimentaire de son ex-mari. Ainsi en a décidé un tribunal de Munich. Le couple s'était marié en 1977, mais après deux ans de vie commune, rien n'allait plus et ils ont divorcé. La femme s'identifiait depuis sa tendre enfance au sexe opposé. Elle a donc reçu un traitement aux hormones et s'est fait enlever les seins. En 1984, elle a pu, légalement, changer son nom pour un nom masculin. Le juge estime donc que l'ex-épouse n'a rien fait de répréhensible à l'endroit de son mari et qu'elle ne vit pas en concubinage avec quelqu'un d'autre. En conséquence, l'ex-mari doit continuer à lui verser sa pension alimentaire.

Humer l'air de la campagne

LONDRES (Grande-Bretagne) - Les visiteurs d'un petit musée privé de l'Agriculture à Avebury, dans le comté de Wiltshire, peuvent vraiment humer l'air «authentique» de la campagne ou plutôt, de la «ferme», tout en visitant le musée. Afin d'offrir aux visiteurs cet air «authentique», le propriétaire, Henry Baltimore, a placé dans la cave un bon tas de paille en décomposition et du fumier de cheval. Le proprio prétend maintenant que le nombre de visiteurs a augmenté de 20 pour cent. - Tous les goûts sont dans la nature.

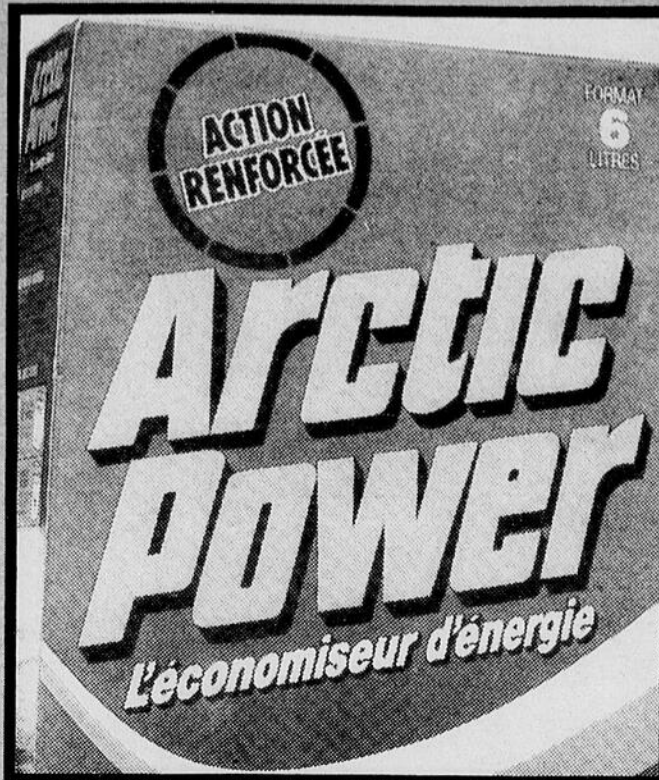
Le témoin s'endort: l'audience est suspendue

LONDRES (Royaume-Uni) - On connaît la maladie du sommeil causée par la mouche «tsé-tsé», mais peu de gens connaissent la maladie du sommeil appelée «apnoea». Qui est atteint de cette maladie éprouve, à intervalles réguliers, un besoin irrésistible de dormir. Il tombe alors dans un sommeil profond et personne ne peut le réveiller jusqu'à ce que la crise soit passée. C'est le cas d'un Londonien de 61 ans, Walter Nicholl, qui a contracté cette maladie à la suite d'un accident d'auto. Appelé à témoigner devant la cour, pour raconter l'accident et présenter sa requête d'indemnisation, M. Nicholl est soudainement tombé endormi et on a dû suspendre l'audience.

La plus grande soupière du monde

KIGALI (Rwanda) - La manière la plus originale de faire la soupe, du moins la soupe au poisson, est celle pratiquée au lac Kivou, en Afrique. Le lac est en effet situé à côté d'un volcan en activité, le Kituro. Lors de ses fréquentes éruptions, le volcan déverse de la lave dans le lac, ce qui fait bouillir l'eau. Quand le volcan se calme, les arborigènes vont ensuite chercher le poisson... cuit et prêt à manger! (Rapporté par la revue cubaine «Mar y pesca», qui le rapportait elle-même d'une revue soviétique).

L'ÉTÉ MÉTRO



ACTION RENFORCÉE

FORMAT 6 LITRES

ARCTIC POWER

L'économiseur d'énergie

ÉPARGNEZ 1,00

DÉTERSIF EN POUDRE
«Arctic Power»
Bte de 6 litres

2⁹⁹ avec coupon

3⁹⁹ sans coupon

à l'achat de
DÉTERSIF EN POUDRE
ARCTIC POWER
bte 6 L à 5,99

Valable du 7 au 12 juillet 1986 chez Mé-
tro seulement. Limite: 1 coupon par pro-
duit. Au détaillant pour être remboursé,
veuillez retourner vos coupons à: A.C.
Nielsen, C.P. 3000, St-Jean, N.-B., E2L
4L3. Colgate vous remboursera 1,00
plus 0,094 pour les frais de manuten-
tion. **006 514489 H**

MELON D'EAU

Produit des États-Unis



19¢ lb

42¢ kg

BANANES «DÔLE»

Gros fruits
Produits du Honduras



29¢ lb

64¢ kg

CUISSES DE POULET

Frais avec dos

78¢ lb

1,72\$ kg



POITRINES DE POULET

Frais avec dos

168 lb

3,70\$ kg



BOEUF HACHÉ MI-MAIGRE

158 lb

3,48\$ kg



POPSICLES

Saveurs assorties
Pqt de 12's



99¢

BOISSONS GAZEUSES

«Métro»
Coca, bière
de gingembre,
orange, soda
mousse - Bout.
consignées de
750 ml

3 pour
99¢

dépot



JUS D'ORANGE

concentré, surgelé
«Métro»
Cont. de 355 ml

79¢



GÂTEAU

Léger Délice - Surgelé
«McCain» - Chocolat, marbré
Bte de 284 g

89¢



MARGARINE MOLLE

«Lactantia»
Cont. de 907 g

175



MOUCHOIRS DE PAPIER

«White Swan»
Blanc ou beige
Bte de 200's

79¢



PAPIER HYGIÉNIQUE

«Facelle Royale»
Blanc, jaune, amande
Pqt de 4 rlx

149



METRO SIROIS

LE SPÉCIALISTE

par excellence

• 465 BOUL. ST-GERMAIN OUEST, 722-0722
• 308 ROULEAU, RIMOUSKI 723-3783

N'oubliez pas de consulter
NOTRE
CIRCULAIRE
HEBDOMADAIRE
POUR D'AUTRES
SUPER
ÉCONOMIES



L'ÉTÉ MÉTRO

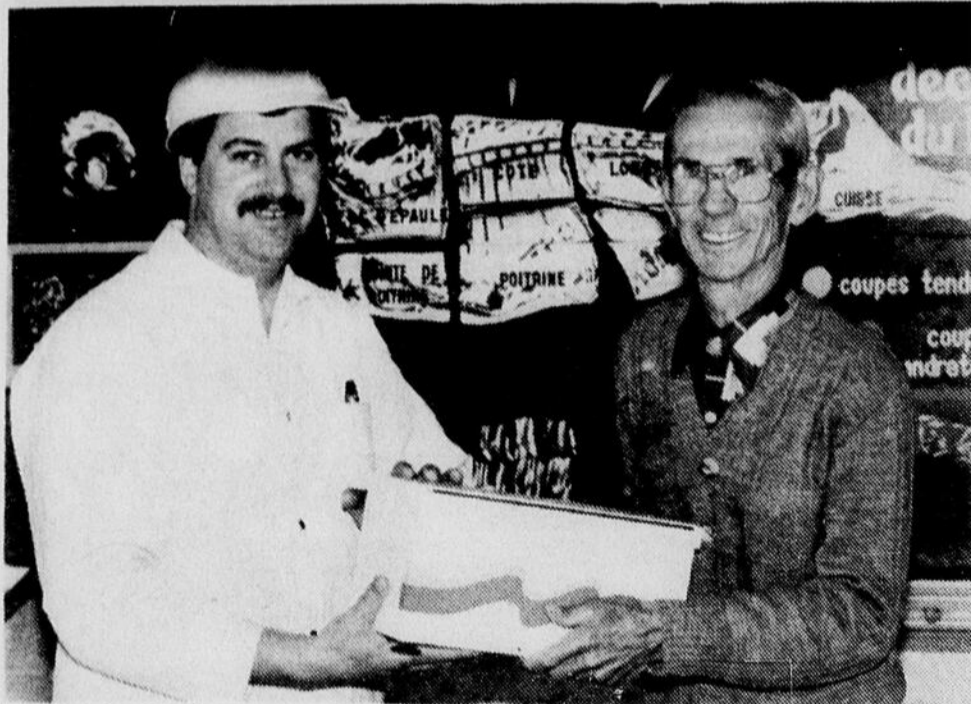
2⁹⁹

METRO
LE SPÉCIALISTE
par excellence

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands. Photo d titre indicatif seulement.

Promotion Benoit Tanguay

Mme Alfred Rouleau se mérite une emballeuse maison



Le 28 juin dernier, Mme Alfred Dubé de Saint-Gabriel a gagné une "emballeuse maison" dans le cadre d'une promotion estivale. M. Benoit Tanguay remet le prix à M. Alfred Dubé. Félicitations à la gagnante.

Les Grands(es) Amis(es) de Rimouski t'invite à son kiosque d'information

L'organisme Les Grands(es) Amis(es) de Rimouski invite toute la population à venir les rencontrer à son kiosque d'information qui se tiendra à la Grande Place les 10, 11 et 12 juillet prochains.

Le but de ce kiosque est de donner de l'information ainsi que de sensibiliser la population sur l'organisme

Les Grands(es) Amis(es). De plus, l'organisme espère pouvoir recruter de nouvelles ressources bénévoles pour combler les besoins des jeunes en attente d'un parrain ou d'une marraine.

Soulignons brièvement que Les Grands(es) Amis(es) de Rimouski est un organisme à but non-lucratif offrant un service

de parrainage à des jeunes âgés de 5 à 18 ans issus de différents milieux.

Nous vous invitons donc à venir nombreux nous rencontrer à notre kiosque d'information pour en connaître d'avantage.

NOMINATION



Madame Claire Roussel

Les docteurs Germain Rivard et Suzanne Lecomte sont heureux d'accueillir une spécialiste en tonte et toilettage des petits animaux, madame Claire Roussel, au sein du personnel de l'Hôpital Vétérinaire de Rimouski. Originaire de Rivière-Hâtée, madame Roussel a obtenu un stage de formation en milieu de travail du Gouvernement Provincial en 1985 et vient de compléter une formation de technicienne en toilettage canin de l'école Élégance Canine de Montréal. Prière de téléphoner, elle se fera un plaisir de recevoir votre animal.
Hôpital Vétérinaire de Rimouski enr.
522 Boul. St-Germain O.
Rimouski
(418) 724-5911

Nous continuons
la foire
des bas prix

Sélection de
souliers pour enfants

3\$
paire ou 2 paires
pour 5\$

Sélection de
souliers pour enfants

7\$
paire ou 2 paires
pour 12\$

Sélection de
bottines pour enfants

à 4\$
paire

Lot de souliers
pour dames

à 10\$
et plus

Sacs à main
Rabais jusqu'à 70%

LOT DE SACS À MAIN
Pour dames

à 7\$

KIRALLAH CHAUSSURES

108 St-Germain Ouest
Rimouski, 723-2785



Chèques personnels

ENTRETIEN DE PLANTES VERTES

pour bureaux d'affaires
et édifices commerciaux,
services professionnels fait
par une fleuriste diplômée

Appeler 736-5152
demander Cécile Gagné



LAVAGE DE TAPIS

TÉMISNET INC.

Michel Beaudry

Sans frais à 1-800-463-1253 si occupé (418) 859-2017
représentant à Rimouski 724-2885 après 18h00.

Nous venons de faire l'achat de deux (2) camions usines qui vous offrent les avantages suivants:

- Pas de bruit à l'intérieur.
- Vous ne fournissez pas d'eau chaude, ni d'électricité.
- Aucun frais de déplacement entre Montmagny et Gaspé.

Même avec tous ces avantages nos prix sont encore inférieurs à la compétition.



Acceptons



Aperçu et guide abrégé des Alcooliques Anonymes

Mais, individuellement, le groupe n'est pas détaché du reste de A.A. Tout comme les membres s'entraident les uns les autres, il en est ainsi des groupes A.A. Dans chaque région, un bureau central est en opération. Tous les groupes sont également reliés entre eux par le Bureau des services généraux mondial situé à New York. Des représentants de tous les pays se réunissent une fois l'an pendant plusieurs jours afin d'assister à la Conférence des services généraux au Bureau des services généraux.

Ce que A.A. ne fait pas

1) A.A. ne mène pas de campagne de recrutement pour convaincre les alcooliques à se joindre au mouvement. A.A. existe pour les alcooliques qui veulent devenir sobres.

2) A.A. ne fait pas de véri-

fication auprès de ses membres afin de s'assurer qu'ils ne boivent pas. Il aide plutôt les alcooliques à s'aider eux-mêmes.

3) A.A. n'est pas une organisation religieuse. Chaque membre est libre d'avoir ses idées personnelles sur le sens de la vie.

4) A.A. n'est pas une organisation médicale et ne donne pas d'avis médicaux ou psychiatriques.

5) A.A. ne dirige aucun hôpital, clinique ou sanatorium et ne dispense pas de services infirmiers.

6) A.A. n'est lié à aucune autre organisation. Toutefois A.A. coopère à des organisations qui combattent l'alcoolisme. Certains membres travaillent pour de telles organisations - mais à titre personnel seulement - non comme représentants de A.A.

7) A.A. n'accepte pas d'argent de sources exté-

rieures, quelles soient privées ou gouvernementales.

8) A.A. n'offre pas de services sociaux, ne procure pas de gîte, de nourriture, de vêtements, de travail ou d'argent. Il aide l'alcoolique à rester sobre, de sorte qu'il peut gagner ces choses par lui-même.

9) L'existence de A.A. repose sur le principe de l'anonymat (tel que le nom de l'Association l'indique). A.A. ne veut pas que le nom des membres soit cité à la télévision, à la radio ou dans les journaux. Les membres ne dévoilent pas le nom d'autres membres aux gens de l'extérieur. Toutefois, les membres n'ont pas honte d'appartenir à A.A. Ils ne veulent qu'encourager plus d'alcooliques à demander de l'aide. Ils ne veulent pas non plus s'afficher en héros ou en héroïnes, simplement parce qu'ils prennent soin de leur

(Suite de la page AA-7)

propre santé.

10) A.A. ne donne pas de lettre de références aux commissions de libération conditionnelle, aux avocats, et aux officiers de justice.

Comment obtenir plus d'informations sur A.A.?

La plupart des citées et villes ont le nom de A.A.

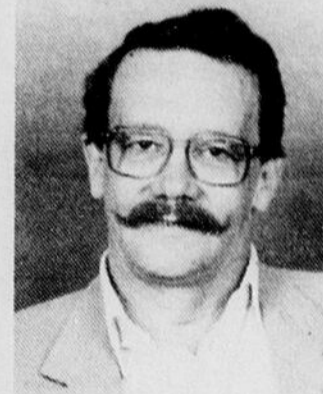


inscrit dans le bottin téléphonique. Souvent, les groupes locaux A.A. ont un comité pour l'information au public afin de répondre aux questions que les gens peuvent se poser.

Ici, dans le district du Bas-St-Laurent, on peut rejoindre les Alcooliques

Anonymes selon les données suivantes:
Alcooliques Anonymes
Information publique
C.P. 1178
Rimouski (Québec)
G5L 7R1
Tel.: 723-6224
Toute demande d'information est toujours traitée avec confidentialité.

POUR TOUS VOS BESOINS EN ÉLECTRONIQUE



Télécouleur, vidéo, four micro-ondes, écran géant dans des marques très réputées.

Consultez dès maintenant

MARC CÔTÉ
723-4259

Il me fera plaisir d'aller vous rencontrer

Le pain que l'on mange

Une bonne tranche de pain, une tartinade délicieuse, un morceau de fromage avec de la laitue. C'est une dégustation. Le pain que l'on mange, c'est celui qui nous nourrit autant le corps que le cœur.

Connaissez-vous le vrai pain de blé entier. Le premier indice est sa composition. Un vrai bon pain, ce n'est pas une usine chimique ambulante qui encrasse le corps. Un vrai pain contient une levure (ou du levain), un peu de sel, de la farine de blé entier (et possiblement des autres céréales entières), une melle ou un miel, de l'eau, de l'huile. Il contient toutes ses fibres. Il est entier. Il ne constipe pas, mieux il aide au transit intestinal.

Le raffinage des farines commerciales enlève la presque totalité des vitamines, des minéraux, des

graisses. Incroyable mais vrai! Les transformateurs de farine enlèvent tout ça et en remettent en moindre quantité et en qualité (car ils sont synthétiques et plus ou moins assimilables). Le premier pas d'une saine alimentation commence par le geste le plus simple, le plus pur. C'est le choix du pain que l'on mange.

Il y a des pains de blé entier, de farines biologiques disponibles à la Coop Alina. Ces pains nous arrivent tout frais, certains encore chauds de trois fournisseurs dont nous sommes particulièrement fiers de vendre leurs produits de quaute.

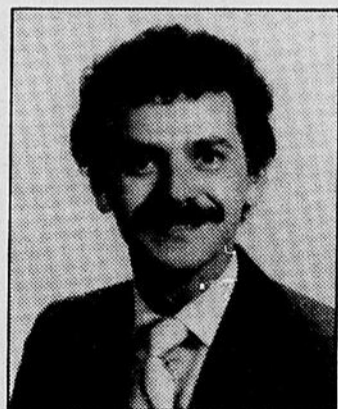
Il y a tout d'abord «La Miche Canadienne» de Ste-Flavie qui nous approvisionne tout les lundi, mercredi, vendredi. Il ne peut être plus frais leur pain! Il y a aussi la compagnie «Rie-

sal» de Québec qui se spécialise dans des produits à base de farines biologiques. Également, «La Galette d'Antan» pour savourer les pains «home made», qui rappelle les joues rouges de chaleur devant un poêle à bois. C'est une invitation à un voyage.

Mangez un pain, qui ressemble au grain dont il est issu (qui n'a pas été blanchi) c'est retrouver le sens du mot «le pain de vie». Nous sommes heureux(euses) de participer à ces retrouvailles. Venez nous rencontrer, discutons ensemble du pain, source alimentaire fabuleuse pour l'humanité encore aujourd'hui. C'est à la Coop Alina (723-0355), au 99 rue Rouleau, que vous trouverez ces petites merveilles. Les heures d'ouvertures sont les mêmes que les autres magasins. Portez-vous bien.



M. RICHARD PARÉ



M. ROBERT TREMPÉ

M. Paul Rousseau, directeur de la Vente à la télévision de Radio-Canada annonce la nomination de M. Robert Trempe au poste de représentant à la Vente régionale à Québec et de M. Richard Paré également au poste de représentant à la Vente régionale, à Rimouski.

M. Trempe possède une grande expérience dans le domaine de la radio-diffusion. Entre autres, il a été directeur de la Promotion et des Relations publiques et directeur des Programmes à Télé-Capitale. M. Richard Paré connaît bien le milieu de la publicité puisqu'il a été publicitaire aux "Rimouskois" et "Progrès-Echo".



Société
Radio-
Canada

NOUVELLE ADRESSE

**Casgrain
Blanchet
Gagnon
Desrosiers**

Avocats

André P. Casgrain, C.R.
Gilles Blanchet
Gilles Gagnon
Gaston Desrosiers*
Monique Marois
Pierre Levesque
Yvan Bujold

*agent de marques
de commerce

Conseil: Marcel Crevier
M.Com., C.A.

*maintenant
nous sommes heureux
de vous accueillir à nos
nouveaux bureaux
situés au*

**2 EST ST-GERMAIN
ÉDIFICE TRUST GÉNÉRAL
SUITE 400
RIMOUSKI, QUÉBEC
G5L 7C6
(418) 723-3302**



FAIRE SON VIN

soi-même

Un plaisir à redécouvrir

Les liqueurs de nos grands-mères

Les Italiens étaient fort avancés en ce qui concerne la fabrication des liqueurs. On remarque qu'au XVI^{ème} siècle, souvent les ménagères fabriquaient leurs propres liqueurs. Comme maintenant, elles s'en servaient en cuisine et en pâtisserie sans oublier, bien entendu, ces breuvages doux servis dans des petits verres après les repas et plus connus aujourd'hui sous le nom de «digestifs».

L'industrie de la distilla-

tion fit de tels progrès que les liqueurs de ménage commencèrent à disparaître progressivement à notre grand regret d'ailleurs. Ceux qui continuèrent à fabriquer ces merveilleuses boissons d'après les recettes de grands-mères en gardèrent soigneusement le secret des ingrédients ainsi que la façon de procéder. Certains ont été même jusqu'à les appeler «Boissons des Dieux».

L'été nous offre une mul-

titude de fruits, de fleurs, de plantes dont nous nous servons pour fabriquer des desserts succulents. Pourquoi ne pas faire revivre cette tradition? Il s'agit d'en extraire la saveur afin de la faire passer dans la liqueur. Citons: lavande, rose, orange, fraise, framboise, noisette, etc...

La qualité de la liqueur dépend du choix des substances qui se mélangeront harmonieusement et aisément entre elles ainsi qu'avec l'alcool et le sucre.

L'addition du sucre ne fait pas qu'adoucir le breuvage, elle lui donne en même temps suavité et corps.

Recettes liqueurs aux fraises ou framboises

Ingrédients
1/4 kilo de fraises ou framboises;
780 gr. de sucre
450 ml d'eau
850 ml d'alcool neutre à 40%

Préparation
- Choisissez des fruits bien mûrs et sans trace de moi-

issures;
- Equeutez les fraises ou framboises, lavez-les et ensuite, bien les écraser;
- Déposez ensuite la purée dans un bol en verre de préférence et ajoutez le sucre;
- Brassez, laissez reposer au frais pendant deux jours; brassez occasionnellement;
- Ajoutez l'eau chaude, mélangez et filtrez à travers un coton à fromage;
- Portez ce liquide à ébullition, mijotez 15 minutes, écumez au besoin;
- Sitôt refroidi, vous pouvez ajouter l'alcool.

Abricots ou pêches

Ingrédients
1/4 kilo de pêches
750 ml d'alcool neutre à 40%
250 ml de miel
250 ml d'eau

Préparation
- Choisir des fruits bien mûrs et sans trace de moisissures;
- Pelez les pêches, enlevez les noyaux et ensuite bien les écraser;

- Déposez la purée de pêches dans un récipient fermé;
- Ajoutez l'alcool et laissez macérer environ 10 jours;
- Filtrez à l'aide d'un coton fromage pour récupérer le liquide;
- Préparez votre sirop en faisant dissoudre le miel et l'eau. Portez à ébullition et laissez refroidir. Ecumez au besoin;
- Ajoutez le sirop au liquide et mettez en bouteille.
A vous maintenant d'expérimenter. Vous entrez maintenant dans la ronde

des fabricants, il vous restera toujours quelques bonnes bouteilles à montrer, déguster ou à faire apprécier à vos invités. Il vous restera le goût et l'envie de créer vos propres recettes dont vous prendrez plaisir à garder très précieusement le secret.

En attendant la semaine prochaine, je vous dis «vini-colement» vôtre.

Rosaire L. Boulianne
Au Vieux Vignoble Enr.
401, rue Dubé
Rimouski (Québec)
723-2645

REPRÉSENTANTE EN IMMOBILIER pour une transaction réussie

ARMANDE RINGUET
Bur.: 724-4116
Rés.: 724-8853

TRUST GENERAL 2 rue St-Germain Est, Rimouski

Vous n'êtes pas d'accord avec l'impôt?

Bien que la plupart des contribuables en arrivent, dans le calcul de leur cotisation, aux mêmes résultats que les ordinateurs du ministère du Revenu, à l'occasion, un contribuable diffère d'opinion et désire contester l'avis qu'il a reçu.

Le contribuable dispose d'une période de 90 jours suivant la date d'envoi par la poste de son avis de cotisation pour déposer un «avis d'opposition» au Ministère.

Cependant, avant qu'une dispute ne parvienne devant les tribunaux, différentes démarches peuvent être entreprises permettant ainsi dans bien des cas d'épargner, et au contribuable et au Ministère, les pertes de temps et les efforts.

En premier lieu, le contribuable devrait communiquer avec son bureau de district d'impôt pour obtenir une explication. Comme la plupart des

litiges naissent d'une divergence d'interprétation sur les faits, le contribuable a généralement intérêt à voir un agent du Ministère pour clarifier la situation. Le plus souvent, les différends sont alors résolus, soit par les éclaircissements présentés par le contribuable, soit par les explications que lui apporte l'agent de l'Impôt.

Si le désaccord persiste, le contribuable peut ensuite remplir un formulaire d'avis d'opposition officiel fourni par le bureau de district. Tout avis d'opposition doit être envoyé en double exemplaire, par courrier recommandé, au sous-ministre de Revenu Canada, Impôt, dans les 90 jours suivant la date d'envoi par la poste de l'avis de cotisation. C'est alors qu'un agent des Appels du bureau de district procède à un examen indépendant du dossier du contribuable. Environ 85 pour cent des cas d'opposition sont réglés par le bureau de district à la satisfaction du contribuable.

Si le contribuable n'est toujours pas convaincu, ou qu'aucune réponse ne lui est parvenue dans les 90 jours suivant la présentation de l'avis d'opposition, il peut interjeter appel devant la Cour canadienne de l'impôt, organisme indépendant siégeant dans plusieurs villes du pays. Le contribuable peut aussi choisir d'interjeter appel directement devant la Division de première instance de la Cour fédérale du Canada.

L'an dernier, sur 16 millions de contribuables (particuliers et corporations), quelque 33 000 avis d'opposition ont été présentés parmi lesquels près de 31 000 ont pu être réglés sans le recours des tribunaux.

Les bijoux mode font fureur!

Qu'ils aient l'allure des bijoux de nos grands-mères et le miroitement des pierres précieuses, ils plaisent aux femmes de tout âge. Pour vous... pour vous dire **MERCI** de votre **CONFIANCE**, nous avons préparé cette promotion. Pour vous faire plaisir nous nettoyons aussi vos bijoux **GRATUITEMENT**.

Belles vacances à tous!

Amicalement *Dominique Labrie*

Promotion Reconnaissance



Bijoux mode

2 pour le prix **1**

colliers, broches
boucles d'oreilles

20% de rabais sur les bijoux en or et en argent

20% de rabais sur colliers et boucles d'oreilles en perle d'eau douce. Montres (en magasin)

Comptoir du Bijou
De la Belle inc.

- Emballage gratuit
- PLAN MISE DE COTÉ
- Service de réparation de bijoux

130 St-Germain Est
Rimouski, 722-4465
(Face à Rejean Gauvin)



Clinique Visuelle de Rimouski

Salon de lunetterie
Lentilles corneennes

53 Évêché Ouest
Rimouski
724-9822

Dr. Germain Guerrelle, o.d.
Dr Martin Laplante, o.d.

OPTOMÉTRISTES

Examen de la vue
Lentilles corneennes
Reéducation visuelle

53 Eveche Ouest, Rimouski
Rendez-vous sur appel
724-9822

NE MANQUEZ
PAS LA

VENTE

APRÈS

INVENTAIRE

Il reste encore un vaste choix, mais n'attendez pas quantité limitée dans certains lots.

Liquidation complète de la marchandise d'été, nous devons recevoir les vêtements d'automne.

de la boutique
Au Bleu et Rose

On recoupe les prix déjà réduits

Des rabais jusqu'à

60%

sur un lot d'items

Des rabais jusqu'à

50%

- sur ensemble bermudas
- gilets
- manteaux et cagoules
- lot de jeans
- robes

Des rabais jusqu'à

30%

- robes de nuits
- pyjamas
- items cadeaux

Lot d'ensemble jogging 20\$
Blouses 15⁹⁵
Salopettes 15\$ et 17\$
Lot de bermudas 12⁹⁵

Choix, qualité et service sont les priorités de notre boutique.
"Emballages gratuits"



Spécialités pour enfants de 0 à 14 ans

AU BLEU ET ROSE ENR.
363 Cathédrale
Rimouski, 723-5103

Les DÉMÊLÉS de la vie

"La spontanéité, facteur de santé mentale"

Beau, bon, pas cher: la spontanéité, le rire, le plaisir. Est-ce que l'enfant posséderait le secret de la longévité? Probablement, puisqu'en vieillissant, l'être humain devient stressé, soucieux, sclérosé. Le vieillard, même à l'âge de la sagesse, ne fait pas toujours la boucle avec cet aspect de l'enfance!

Les grands stress

A l'intérieur de nos organisations sociales, comme dans nos vies, la spontanéité, le rire et le plaisir ne sont pas assez pris au sérieux (!) par nos centres de santé comme étant un précieux facteur de santé physique et mentale.

Il existe un test préparé par Holmes et Rahe (1945), une grille de facteurs de stress. Celle-ci fait la correspondance entre le nombre d'événements stressants vécus durant la dernière année passée et la

possibilité de maladies chez une personne. Même la fête de Noël serait un facteur de stress!

Il est de plus en plus admis en médecine comme en psychologie, qu'une conséquence importante de grands stress prolongés est de diminuer la résistance du corps aux infections, bactéries ou virus avec lesquels il entre en contact.

Le rôle de la culture

Il y a quelques années, Norman Cousins, lequel enseigne aujourd'hui à la faculté de médecine de l'Université de Californie à Los Angeles, Norman Cousins donc, décide de s'auto-guérir d'une «spondylarthrite ankylosante» (un diagnostic médical qui ne fait pas rire) par une grande dose de Vitamines C et...

de rire grâce au visionnement d'anciens films comiques.

Quand avons-nous eu le fou rire la dernière fois? Quand avons-nous cessé de rire de nos problèmes, de nos embêtements, de nos contradictions et inconsistances de la vie?

Quand prendrons-nous ce bain de spontanéité, de rire et de plaisir? Il fait trop froid en hiver... Il fait trop chaud en été... La visite s'en vient, j'ai pas le temps... Les enfants me demandent des soins 24 heures par jour... Le travail m'épuise, je n'ai plus d'énergie de retour à la maison...

Les patrons de la vie

Voyons, voyons! Tout commence dans l'enfance, dit-on! Il semble bien que dans notre civilisation du loisir vers laquelle l'adulte se dirige, que celui-ci demande de plus en plus à l'enfant de se comporter... comme un grand. On devient autonome plus rapidement, c'est commode. Mais être grand, être autonome, qu'est-ce que ça veut dire pour la majorité des gens? Regardons-nous!

L'entourage demande des performances, des réussites, de l'avancement et nous en sommes conscients; l'enfant est souvent contraint à respecter

l'espace des autres et à restreindre ses agirs dans un sens socialement accepté (entendez «exigé»).

Plus l'enfant est restreint dans ses attitudes corporelles, dans ses vêtements et souliers, dans ses touchers et ses regards sur lui et sur les autres, plus il restreint son élan naturel, sa spontanéité.

L'enfant, petit adulte, en arrive à ne plus faire confiance à son corps, à ses décisions, il manquera d'assurance face aux autres. Quelques-uns sentiront leur entrée dans le monde comme une bataille à gagner pour faire leur place, d'autres comme une défaite qu'il leur faudra couvrir pour ne pas être achevé... Votre enfant est-il agressif ou victime? (sic)

Les enfants dont on attend une performance au-delà de leurs capacités ont peur de décevoir; souvent, cela se transforme en un sentiment de culpabilité car ils s'attribuent la responsabilité de l'échec. Leur corps déjà stressé est prêt à endosser ces sentiments négatifs.

Pas assez détaché des craintes de ses parents, pas encore assez conscient de sa place dans le monde, l'enfant n'a pas la capacité mentale de percevoir que l'attente même de ces comportements appartient à ses parents ou à son entourage. Il se les approprie.

Habituellement, par identification ou par adaptation à son entourage, l'enfant fait siennes les exi-

gences et le mode de vie de ses parents.

Les parents de plus en plus nombreux, qui laissent l'enfant s'exprimer spontanément, font quelquefois l'expérience curieuse de voir remettre en question certains comportements contradictoires qu'ils affichent.

On peut trouver cela embêtant, mais on peut aussi trouver que c'est un miroir beau, bon et pas cher (moins cher que la consultation professionnelle!) de nos contradictions personnelles.

Il ne s'agit pas non plus de tomber dans l'excès

contraire dont on a dit fausement qu'il formait une école de psychologie, il y a quelques années: le laisser-tout-faire. L'enfant a aussi besoin de rituels, de guides, de sentir les limites de son corps et les limites concrètes du possible, ici et maintenant.

Quand allez-vous vous donner concrètement vingt minutes de fou rire par jour?

Paule Mongeau est psychologue en pratique privée à Rimouski. Cette chronique est préparée en collaboration avec l'Université du Québec à Rimouski.

LAVAL CÔTÉ, propriétaire

TRADUCTION
RÉDACTION
RÉVISION



SERVICE DE
TRADUCTION **BSL** PRÉCISION
RAPIDITÉ

C.P. 26, BIC (Québec) G0L 1B0 (418)736-5422

FOURNIER & FRÈRES ENR.

Gonzague Fournier, prop.
ENTREPRENEURS
GÉNÉRAUX



Spécialités:
- Recouvrement et isolation de couverture
- Toitures d'asphalte et gravier
- Réparations de tous genres

345 Dollard, Rimouski
Bureau et résidence: Gonzague Fournier **723-7098**

Décès de Mme Antonio Lavoie

A l'hôpital Hôtel Dieu de Rivière-du-Loup, le 25 juin 1986 est décédée, Mme Antonio Lavoie (Maria St-Laurent), à l'âge de 92 ans, 3 mois et 15 jours, elle demeurait au 655 St-Germain Est, Rimouski.


Elle laisse dans le deuil, ses enfants, gendres et belles-filles: Yves-Marie



(Marguerite Lavoie), Sylvio (Lucie Longchamps), Aline (Jean-Yves Richard), Jeannine (Omer Lepage), Hélène (Marcel Lavoie), Clémence, et 18 petits-enfants et neuf arrière-petits-enfants ainsi que sa soeur et son beau-frère Mme Thérèse St-Laurent (Lionel Blanchet).

Les funérailles ont eu lieu le vendredi 27 juin 1986, à 14h30 à l'église de St-Yves et de là au cimetière St-Germain de Rimouski.

RIMOUSKI
REMBOURRAGE ENR.



263 Laval,
Rimouski
723-4217
Réginald
Proulx,
propriétaire

Dr. GUSTAVE LEBLANC D.D.S.

Chirurgien-dentiste

125 ÉVÊCHÉ OUEST, RIMOUSKI

POUR RENDEZ-VOUS: 724-7611

CHAUFFAGE A ÉNERGIE RENOUVELABLE

YORK

- Thermopompes
- Climatisation
- Fournaises
- Résidentiels et commerciaux
- Vente et service

Parce que le rendement est de 200% à -10 C., et 300% à plus 9 C. L'efficacité des pompes à chaleur se mesure en termes de coefficient de rendement (CDR). Grâce à une gamme de CDR atteignant 3.0, les pompes à chaleur York sont les plus populaires de ce genre.

LES ÉQUIPEMENTS
VENTE ET LOCATION **GRL** VENTE ET LOCATION
FOURNISSEUR

D'ÉQUIPEMENT ALIMENTAIRE
Salle de montre à 324 de la Carrière, Rimouski
Nous sommes à la portée de vos doigts: **724-7711**




VOS NOTAIRES VOUS INFORMENT...

À l'occasion de l'Année internationale de la jeunesse, la Chambre des Notaires a participé à la réalisation d'une brochure intitulée "LEG-O-JEUNES".

Ce livret s'adresse particulièrement aux personnes de 15 à 25 ans, et se veut un document d'informations sur les droits des jeunes dans la vie courante; il traite notamment des droits de la personne, du statut politique, du statut civil, du droit au travail, de la responsabilité et du système judiciaire.

Votre notaire pourra vous remettre un exemplaire gratuitement; parlez-lui-en.

Association des notaires de Rimouski et Mont-Joli

Rimouski	Mont-Joli
Me Jacques Bélanger	Me Sylviane Carrier
Me Louis Bellavance	Me Bernard Charbonneau
Me Joseph Bérubé	Me Jacques Côté
Me Pierre Bérubé	Me Claude Gagnon
Me Rénauld Doucet	Me Jacques Michaud
Me Georges-Henri Dubé	Me Jean-Pierre Pineault
Me Yves Gauvreau	
Me Jean Girard	
Me Charles Gosselin	
Me Albert Goulet	
Me Louise Leblanc	
Me Solange Pelletier	
Me Gilles Raboin	
Me Marc Ross	

Votre Diététiste vous parle

- Cap'n Crunch (maïs)
- Cocoa Pebbles (riz, cacao)
- Cacao Puff (maïs à saveur de chocolat)
- Franken Berry (avoine à saveur de fraises avec morceaux de guimauve)
- Fruity Pebbles (riz à saveur de fruits)
- Froot Loops (maïs, blé, avoine à saveur de fruits)
- Frosted Flakes (maïs)
- Frosted Rice (riz)
- Golden Grahams (maïs)
- Honey Comb (maïs)
- Honey Nut (maïs, noix)
- Honey Nut Cherrios (avoine, miel, noix)
- Raisin Crisp (riz, seigle)
- Smacks (blé)
- Sugar Crisp (blé)
- Sugar Pops (maïs)
- Team ou 4 grains (riz, maïs, avoine, blé)

Classification des céréales à déjeuner: que choisir?

Vous faites un choix judicieux si vous optez pour les céréales du groupe A - B et C. Un choix moyen pour le groupe D et F. Les céréales du groupe E ne sont pas recommandées.

1- Céréales riches en fibres

A- Céréales de son (moins de 15% de sucre), sources de vitamines du complexe B, de fer et de fibres.

- All Bran (son de blé)
- Bran Buds (son de blé)

Les céréales de son peuvent être ajoutées aux céréales raffinées. Le mélange ainsi obtenu permet, tout comme les céréales à grain entier, de prévenir certains problèmes de constipation.

B- Céréales à grain entier non sucrées (moins de 15% de sucre), sources de vitamines du complexe B, de fer et de fibres.

- Bran Crunchies (croquants au son et au blé entier)
- Bran Flakes (flocons de blé et son, Kellogg's)
- Gruau (flocons d'avoine)
- Muffets (biscuits de blé entier)
- Pep (flocons de blé entier)
- Raisin Bran (flocons de blé entier et raisins)
- Red River (blé, seigle concassé)
- Shreddies (blé entier)
- Shredded Wheat (blé filamenteux)
- Weetabix (biscuits de blé entier)
- Wheaties (blé entier, Général Mills)

C- Céréales à grain entier sucrées (plus de 15% de sucre), sources de vitamines du complexe B, de fer et de fibres.

- Alpen (blé entier, avoine)
- Bran Bites & Raisins (blé entier)
- Bran Flakes (flocons de blé et de son, General Food)
- Craklin'Bran (son, avoine)
- Croque Nature (avoine, blé entier)
- Erable et Sarrasin (blé entier, sarrasin)
- Life (avoine, soya, maïs)
- Mini Wheats (biscuits de blé entier givrés avec du sucre à glacer et du sucre brun)

2- Céréales raffinées enrichies

D-Céréales raffinées enrichies non sucrées (moins de 15% de sucre), sources de vitamines du complexe B, et de fer.

- Cherrios (avoine)
- Corn Flakes (flocons de maïs)
- Crème de blé
- Produit 19 (avoine, blé, maïs, riz)
- Rice Krispies (riz)
- Spécial K (riz, germe, gluten de blé)

E-Céréales raffinées enrichies très sucrées (20% et plus de sucre), sources de vitamines du complexe B et de fer.

- Alpha Bits (avoine, maïs)
- Apple Jack (maïs, blé, avoine)
- Boo Berry (avoine à saveur de bluets avec morceaux de guimauve)

Du 9 au 19 juillet 1986

LIQUIDATION ECLAIR

VENTE RENOVACTIONS

Tout doit sortir pour permettre des rennovations majeures du magasin

Un minimum de **15%** de rabais vous sera accordé sur toute la marchandise de démonstration en magasin

Jusqu'à **50%** de rabais sur certains modèles **A LIQUIDER**

Tous les démonstrateurs en plomberie à liquider

Disponibilité de plan mise de côté de 30 jours

La Maison de la fumière

245 St-Germain Est Rimouski 722-8822

HEURES D'OUVERTURE:
 Du lundi au mercredi de 9 h 00 à 17 h 30
 Jeudi et vendredi de 9 h 00 à 21 h 00
 Samedi de 9 h 00 à 17 h 00

Parc du Bic

Un investissement de 225,000 \$

Monsieur Michel Tremblay, député à l'Assemblée Nationale, est très heureux d'annoncer à la population du Comté de Rimouski qu'un investissement totalisant 225 000,00\$ réparti sur deux ans, sera versé pour réaliser l'aménagement du bassin d'amarrage dans le Parc du Bic.

Le ministère du Tourisme, du Loisir, de la Chasse et de la Pêche engagera, cette année, une première somme de 165 000,00\$ dans le projet qui se finalisera en 1987, pour l'addition d'une seconde et dernière tranche de 60 000,00\$.

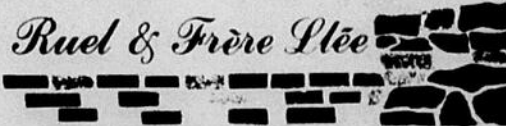
Monsieur Tremblay se dit très satisfait et entend continuer ses démarches auprès du Ministère afin que d'autres investissements soient annoncés dans le Parc, les prochaines années.

VOUS DEVEZ ACHETER DE LA BRIQUE OU DE LA PIERRE POUR VOTRE NOUVELLE CONSTRUCTION

RUEL & FRÈRE LTÉE, c'est l'endroit où vous aurez qualité et service spécialisé, et solvabilité après votre achat. Vous trouverez le plus grand choix de briques et pierres les plus sophistiquées qui feront l'orgueil de votre propriété. Les prix ne sont pas nécessairement les plus bas, mais la différence vous sera remboursée par la qualité et le service.

Pour un service à domicile dans votre région, consultez **Paulo Durette** au numéro **723-6467** ou **1-800-463-5282**. Sans obligation de votre part, il passera vous présenter un grand choix de briques et pierres qui vous emballeront sûrement. De plus, en achetant vos briques et pierres chez **Ruel & Frère Ltée**, vous collaborez à l'exportation des produits de la forêt vers l'Ontario et les Etats-Unis.

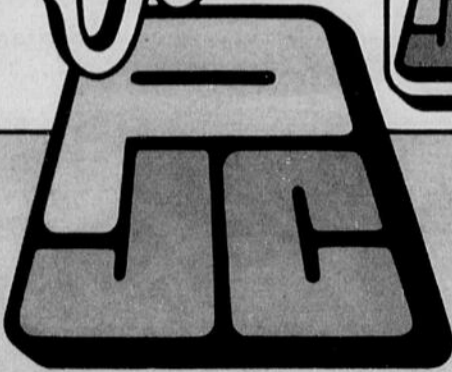
RUEL ET FRÈRE LTÉE, LE PLUS GRAND CENTRE DE BRIQUE ET PIERRE DE L'EST DU CANADA





7 jours

On trouve de tout... même un ami



JEAN COUTU

114 St-Germain Ouest, Rimouski - 723-2459 ou 722-3338

• Centre de validation "Loto-Québec"

JEAN COUTU

Tubes à cigarettes
Format de 200



1¹⁷

JEAN COUTU

Bonbons assortis
175 g - Au choix



99^c

ALCAN

Papier d'aluminium
12"x25'



49^c

Personnelle

Tampons absorbants
Format de 300



97^c

Personnelle

Compagnons de voyage
Format de 2



99^c

NICE'N EASY

Shampooing colorant
Au choix



3⁸⁹

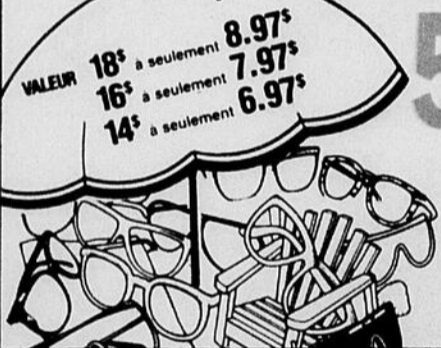
Lunettes personnelle

VALEUR 18\$ à seulement 8.97\$
16\$ à seulement 7.97\$
14\$ à seulement 6.97\$

50%

de réduction sur le prix de détail suggéré

édition 1986



LABRADOR

Eau de source
4 litres



89^c

VIVA

Essuie-tout
2 épaisseurs
Blanc - 2 rouleaux



79^c

JAVEX

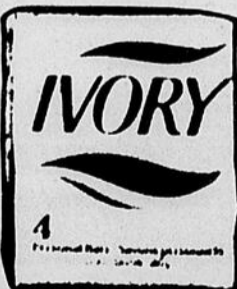
Eau de javel concentrée
3,6 litres



1³⁹

IVORY

4 savons
personnels - 380 g.
99⁴⁴/100% pur



1⁴⁹

PRÊT

Shampooing revitalisant
450 ml



2⁴⁷

Ouvert 7 jours, 7 soirs,
tous les week-ends

ÇA C'EST RASSURANT!



* Limite 3 par client



* Valide du 9 au 12 juillet 1986

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Spéciaux valides au comptoir seulement. Si un article venait à manquer dans une succursale, n'hésitez pas à demander un bon de garantie de prix "Mille Excuses". Le texte prévaut en tout temps. Illustrations à titre indicatif seulement. Mille excuses, la loi nous défend de vendre certains produits identifiés par une étiquette vert lime dans nos succursales; lundi, mardi, mercredi après 18h, jeudi, vendredi après 21h30, samedi après 17h et le dimanche, sauf Ontario et Nouveau-Brunswick. Pas de vente aux marchands.