

CAHIER

B

Divertissements

À ne pas manquer le 7 janvier

“Voyage grandeur nature” à la télévision de Radio-Canada

La compagnie Québec-Téléphone est heureuse d'inviter toute la population, de l'Est du Québec et de la Côte-Nord, à regarder, le mardi 7 janvier à 19h00, à la télévision de Radio-Canada, la première de «Voyage grandeur nature», une série de douze émissions consacrées à la flore et à la faune de l'Est du Québec.

Réalisée par le ministère du Loisir de la Chasse et de la Pêche, région du Bas St-Laurent et de la Gaspésie, et Radio-Canada Bas St-Laurent Haute Côte-Nord, «Voyage grandeur nature» vous fera découvrir, durant

ces douze semaines, les parcs de conservation, les réserves fauniques, les activités que l'on peut pratiquer dans ces territoires, les habitats fauniques les plus représentatifs de la région et, vous sensibilisera sur certains projets en aménagement de la faune.

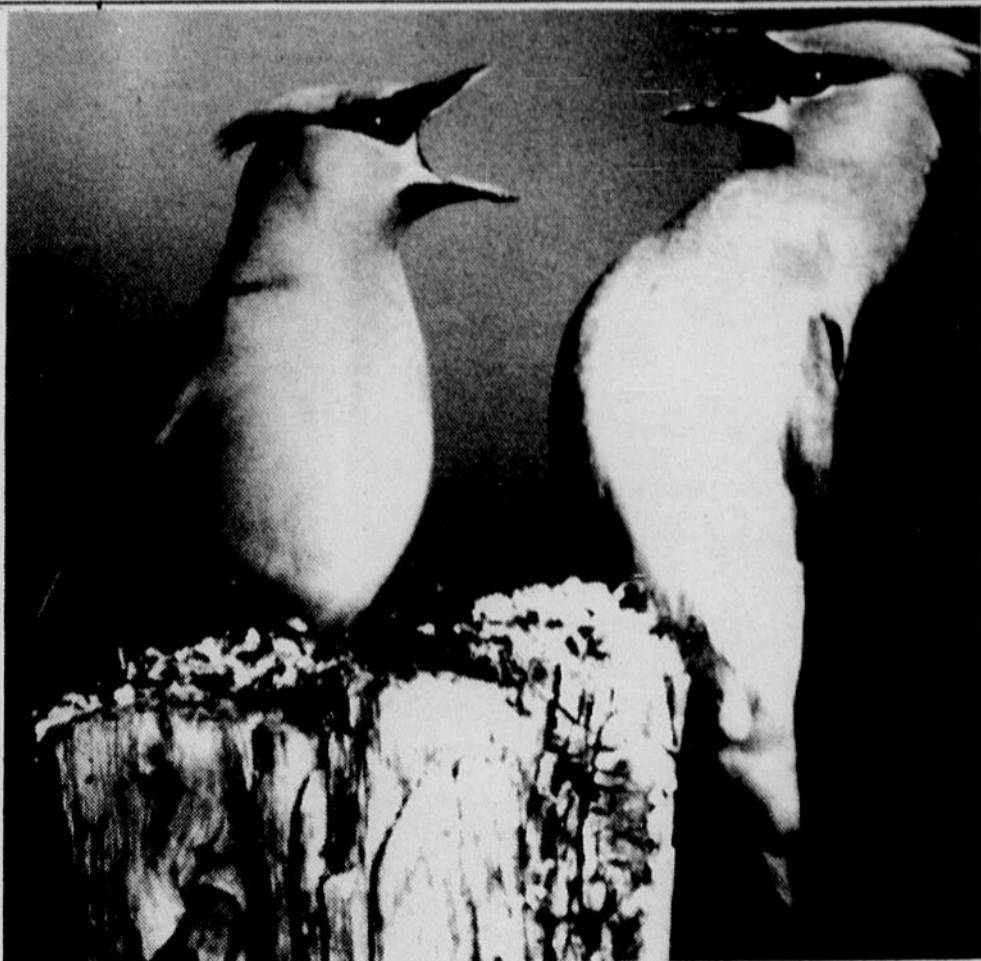
A chaque semaine, deux thèmes seront développés et, l'animateur Steve Desbiens interviendra en studio afin de renseigner les téléspectateurs sur certains aspects touchant le plein-air.

Abondamment illustré d'images saisissantes de

l'habitat faunique et de paysages d'une beauté exceptionnelle, «Voyage grandeur nature», est sans contredit, un document inédit sur la faune et son environnement, voire, le plus complet à avoir été réalisé dans l'Est du Québec.

Rappelons, que cette série sera diffusée simultanément sur les ondes des trois stations régionales de Radio-Canada à Rimouski, Matane et Sept-Îles et qu'elle est offerte avec les hommages de la compagnie Québec-Téléphone.

«Voyage grandeur nature», à compter du mardi 7 janvier à 19h00.



Ces deux “jaseurs des cèdres”, que vous verrez au cours de l'une des douze émissions “Voyage grandeur nature”, semblent en avoir long à dire sur cette prestigieuse série.

DELICIEUX!

En optant pour le Restaurant Le Riverain, vous choisissez une atmosphère détendue autour d'une table où des mets délicieux vous attendent. Vous découvrirez donc pourquoi le Restaurant Le Riverain est ...

UN DES BONS
PLAISIRS DE LA VIE



POUR UNE ATMOSPHÈRE DE BON GOÛT
38 ST - GERMAIN EST • RIMOUSKI • 724 - 5808

BIEN JOUÉ

«L'ordinateur
compagnon»
qui parle aux
enfants «pour
leur apprendre
en les
distroyant»
Age 5 et plus

139⁹⁹

ORDIMINI



JEEP
A CONSTRUIRE

55 pièces permettant de
construire un porteur
Age
2 +

75⁵

SPECIAL
RUMMY
Rég.: 30'
Spéc.

19⁹⁵

Joyeux Noël
à tous

L'ENJEU

124 ST - GERMAIN EST • RIMOUSKI
Plan mise de côté 722 - 0555

Le "Méritas St-Jean" fête son quatrième anniversaire



M. Yvon Desbiens, Pascale Beaulieu, Stéphane Raymond, Christine Pelletier, Danielle Lafontaine, Isabelle Bossé, Marie-Claude Paradis, Mme Ghislaine Thibault.

Le «Méritas St-Jean» fête son quatrième anniversaire cette année. Créé pour stimuler, encourager, susciter une amélioration des rendements, le «Méritas St-Jean» a connu une progression rapide et prend de plus en plus d'importance à l'école St-Jean-Baptiste.

Source de motivation sur deux grands volets: l'individuel et le collectif, qui à leur tour sont divisés en trois dimensions: l'académique, le socio-culturel et le sportif, le «Méritas St-Jean» permet à chaque étudiant, comme à chaque groupe, de se situer dès le début de l'année scolaire sur le secteur d'activités où il espère concourir.

Les responsables évaluent l'excellence, la douance, la performance, le comportement et l'amélioration des résultats d'une

étape à l'autre. Les étudiants sont renseignés sur les critères retenus en consultant le tableau d'information réservé au Méritas.

A la première étape, trois étudiants de première et de deuxième secondaire se sont partagés respectivement des bourses de vingt-cinq, dix et cinq dollars pour l'obtention des meilleures moyennes générales sur leurs bulletins. Ces résultats variaient de 85 à 97%.

Les deuxième et troisième étapes réservent des récompenses de grande valeur aux six étudiants qui démontreront, bulletins à l'appui, les meilleures améliorations de leurs moyennes académiques.

En juin, l'équipe ajoutera aux prix prévus dans chacune des grandes sphères d'activités indivi-

duelles un minimum de cinq trophées collectifs d'une valeur de cent dollars chacun auxquels pourront aspirer tous les groupes.

Ce n'est là, bien sûr, qu'un aperçu très sommaire du «Méritas St-Jean». Une étude en cours sur la douance, qui vise à répondre davantage aux besoins ressentis par ces

jeunes travailleurs, promet des surprises de taille à certains adultes habitués à véhiculer leur propre philosophie.

Pour couronner le tout un projet de banquet est à l'étude. La question qui se pose, aurons-nous le temps et les ressources nécessaires pour l'organiser? Nous l'espérons.

BAR "L'AVIRON"

Musique d'ambiance
Ouvert du jeudi au dimanche

SALLE DE RÉCEPTION

pouvant accueillir plus de
200 personnes - Réservez maintenant

HÔTEL LEPAGE

STE-BLANDINE - 735-2155
SALLE DE RECEPTIONS À VOTRE DISPOSITION



Madame Ghislaine Thibault, directrice adjointe, remet une bourse de vingt-cinq dollars à Danielle Lafontaine.



M. Yvon Desbiens, directeur de l'école St-Jean, remet une bourse de vingt-cinq dollars à Isabelle Bossé.



GALERIE D'ART

BERNARD LAROCQUE
186 Notre-Dame, Rimouski
722-6285

Un tableau de qualité comme ceux exposés à la Galerie est un très beau cadeau à offrir... et à s'offrir.

Jusqu'à Noël, la Galerie sera ouverte tous les soirs de semaine et les après-midis de fin de semaine.

"La petite galerie aux multiples choix".

L'été commence aujourd'hui!

Bronzez et relaxez
en toute sécurité!
Personnel qualifié
Équipement super spécialisé...
Un bronzage qui suscitera
l'envie de votre entourage!

Pour un Rendez-vous avec le Soleil

Maillots de bain
*** GRATUIT**
* Sur abonnement de 30
séances sur collection 85

Venez découvrir notre
superbe collection de maillots
86, tels "Néon", "Charlie",
"Christina", "For You".
Pour Souligner votre Beauté





125, boul. René - Lepage suite 203
RIMOUSKI (Édifice Coiffure 2000) 722-6003

"The morning man": un film-témoignage

Un témoignage sur l'espoir d'en sortir

■ Robert Ménard est connu des Rimouskois par son animation matinale, sur les ondes de CFLP. Il fait de la radio depuis 1973 et a vécu une aventure qui fait l'objet d'un film. Très impliqué dans la réhabilitation sociale, prise dans son sens large, Robert Ménard affirme que l'espoir peut mener loin. A condition d'être constant, de ne pas abdiquer.

par
Laurent **LEBLOND**

L'histoire de Robert Ménard est à la base d'un film, dont le tournage est terminé depuis la semaine dernière, à Montréal. L'animateur de radio y travaille... depuis 1978.

Un projet qui vient de loin

L'histoire de Robert Ménard est connue. Est-il besoin de rappeler qu'il a commis un vol à main armée, à l'âge de 17 ans. Il est arrêté, jugé et condamné à 11 ans de prison. Il est interné à la prison fédérale de sécurité moyenne de Cowansville; il s'en évade en mai 1973 et se réfugie au Saguenay. A l'emploi de la station locale CJMT, il en est le «morning man». Un an plus tard, il décide de se rendre: la population locale crée un mouvement de support. Il est libéré sept mois plus tard, revient à Chicoutimi, retrouve sa fonction à la station CJMT.

L'aventure se corse, lorsqu'il apprend qu'un condamné à vie n'est pas revenu devant la Commission nationale de libération conditionnelle, après une première entrevue; la loi prévoit une première demande, après sept ans de prison. La première requête du détenu en question est rejetée; mais, il n'est pas rappelé, comme prévu, deux ans après.

Or, Robert Ménard, depuis son retour, continue son travail avec les citoyens qu'il l'ont aidé quelques mois auparavant; ils ont créé la Société Katimavik pour aider les détenus, venant de la région du Saguenay-Lac Saint-Jean. On

veut aussi créer une maison de transition dans la région. Robert Ménard va voir le directeur du bureau régional du Service national de libérations conditionnelles, qui se trouve aussi à être son agent de probation. Il lui demande de réviser le dossier. Devant son refus, Robert Ménard le dénonce en ondes. Et il en subit les conséquences: sa libération conditionnelle est récusée, se retrouvant de nouveau en prison. La population chicoutimienne ne réagit pas aussi fortement que pour la première fois («J'appellerai cela le syndrome du récidiviste», dit Ménard).

Un premier jalon

Il sort de geôle en 1978. Il publie alors un livre «Évadé un an», sous le nom de Robert Lavallée-Ménard. Clark Wallace, réalisateur d'affaires publiques au réseau CTV, lui avait envoyé une équipe de reportage en 1974. Il donne l'entrevue, puis n'entend plus parler de rien.

Quatre ans plus tard, Wallace rappelle Robert Ménard, lui propose un scénario de docu-drame, pour l'émission «For the record», de CBC. Ménard lui confie son aventure, et Wallace repart pour Toronto... avec 16 bobines d'enregistrement. Mais, le projet tombe à l'eau, Wallace ayant le contrat d'écrire «Empire», pour CBC.

Un peu plus tard, Ménard donne une autre entrevue, au magazine de la compagnie aérienne «Québecair». Gaston Cousineau, un producteur de cinéma, communique alors avec Ménard, celui-ci ayant exprimé l'avis qu'il aimerait faire un film basé sur son aventure. «Ton projet m'intéresse», de lui dire Cousineau.

Sept versions de scénario

Avec Clark Wallace et Gaston Cousineau, on prépare sept jets de scénarios différents, avant de mettre de l'avant une version finale. Tout en étant un «thriller», tout en racontant les aventures de Robert Ménard, de son éva-

sion à sa première reddition, «The morning man» veut aussi démontrer que l'on peut aboutir à ses fins, à son objectif, à condition d'être patient, de toujours espérer. «Il s'agit d'un projet auquel j'ai toujours cru et dans lequel j'ai voulu donner le message que l'être humain a des ressources, qui lui permettent de sortir humainement des impasses, d'avoir une nouvelle chance».

La réalisation du film a été confiée à Danielle Suisse, dont c'est le premier long métrage. Elle a, entre autres, réalisé «Divine Sarah», avec Monique Leyrac, production diffusée par Radio-Canada et CBC. Bruno Doyon joue le rôle de

Ménard, qui, lui, interprète un petit rôle de détective. Le coût du film: 2.4\$ millions, dont 40% viennent de Téléfilm-Canada; le reste est apporté par des investisseurs privés. La première projection aura lieu au Festival des films du monde de Montréal, en juin. La première «officielle» se fera en septembre, successivement à Montréal, Chicoutimi, Rimouski et Québec.

Pourquoi, d'abord une version anglaise? Pour répondre au marché anglophone, américain, le seul qui puisse rentabiliser les coûts investis dans le film. Evidemment, il y aura une version française dans un délai très court. Et, pré-

sentement, pendant le pré-montage de la production, des agents négocient la diffusion du métrage. Il semble que HBO (Home Box Office), un réseau américain de télé payante, soit intéressé par «The morning

man». Des pourparlers sont aussi entrepris avec des grandes chaînes de télévision, canadiennes et américaines. Evidemment, le film sera aussi projeté dans les salles commerciales.

Gilles Gagnon, prop.



DACTYLOGRAPHE ENR.

MACHINERIE DE BUREAU
REPARATION DE MACHINES
PORTATIVES DE TOUTES MARQUES
(HORLOGE DE POINÇON)
VENTE ET SERVICE

365, ave. Richelieu, Pointe-au-Père
Rimouski, QC
G0K 1G0

Tél.: 723-9476

Les Jendis Flash de l'Auberge

- Concours chanson-mystère
- Défilé de superbes maillots de bain
- Et splendide collection de fourrure.

Venez vous divertir en compagnie de Roger et Lydia

Consommation surprise

Prix de présence

AUBERGE

DES GOUVERNEURS

155, boul. René Lepage Est, Rimouski, (418) 723-4422

Avec la collaboration de

RS SOLEIL

Saguenay Québec - Vins & Spiritueux

Salon de la Fourrure

RODÉO JULIETTE

CHEZ ZELLERS

Ouverture le 5 décembre
du Centre du jardinage et de plein air
(directement du producteur)
LES PLANTATIONS L-M LEPAGE ENR.
1141 Lausanne, 418-724-8019

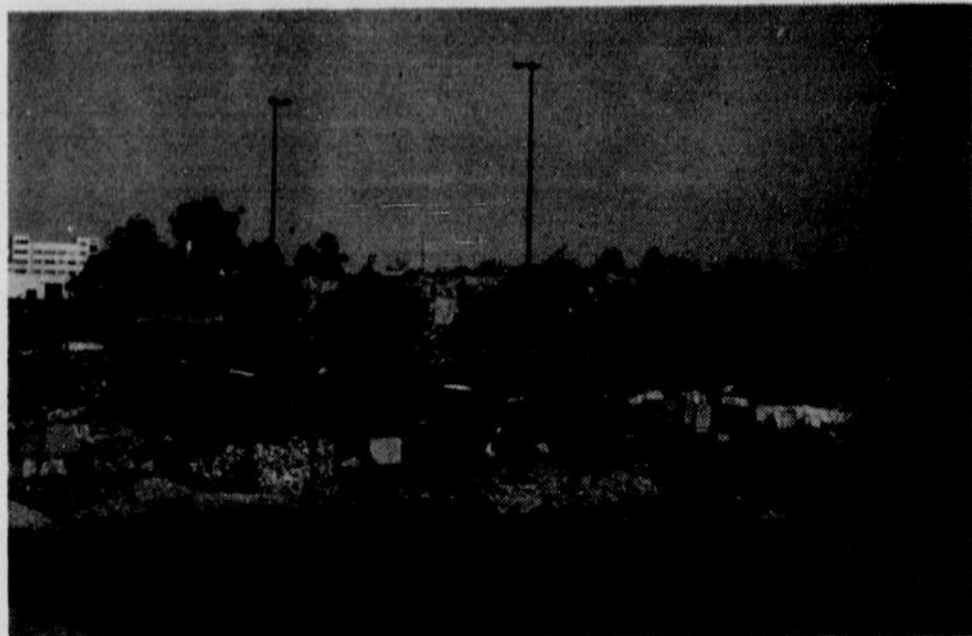
SAPINS DE NOËL

- Cultivés
- Semi-cultivés
- Ordinares

aussi: branches de pins, sapins, bouleaux

La famille de Lucien Cimon au Maroc

Une expérience qui a plusieurs aspects



Un "bidonville", en périphérie de Casablanca. On les présente très peu dans les communications officielles du Maroc...

■ Lucien Cimon est professeur de français au Collège de Rimouski. Il a vécu deux ans au Maroc, avec sa famille, dans le cadre d'un échange entre le Québec et le pays de l'Afrique du Nord, par la voie des deux ministères respectifs de l'Éducation. Il se retrouve, donc, au mois d'août 1983, dans ce pays, où il doit donner des cours de français (comme langue seconde), dans un lycée arabe.

Un reportage de Laurent LEBLOND

Au cours d'une entrevue exclusive que Lucien Cimon accordait au *Rimouskois* la semaine dernière, le professeur ajoute que le déroulement de ce séjour a été parfois imprévu, assez souvent «de dernière minute», mais toujours intéressant, malgré les contraintes que l'on peut normalement

vivre en de telles circonstances.

Une nouvelle approche quotidienne

Quand la décision a été prise d'aller au Maroc pendant deux ans, les Cimon, le père, la mère et les quatre enfants, ont tenu un conseil de famille. Les renseignements obtenus apportaient des informations de «forme touristique», du propre aveu de Lucien Cimon. A leur arrivée au Maroc, ce fut assez différent.

Recrutés dans le cadre d'un projet qui s'adressait d'abord aux professeurs mis en disponibilité, autant dans les collèges que dans les polyvalentes, les coopérants, au nombre de 86, envisageaient vivre cette expérience. Deux ans plus tard, plusieurs ont déchanté quelque peu. Mais, la plupart ont retiré une très bonne expérience de ce séjour marocain.

«Nous avons évolué au jour le jour, étape par étape. Nous n'avions d'ailleurs pas le choix. Le budget était très modeste. Ainsi, on ne nous payait que trois jours d'hôtel à notre arrivée. Autre exemple: nous avons connu les coordonnées de notre séjour au Maroc... le matin du 28 août, jour de notre débarquement à Rabat, sa capitale», commente Lucien Cimon. Les coopérants ont posé leur candidature à ce projet, ont «répondu à des appels d'offres». Comme l'information fournie sur la vie marocaine en était une de carte postale, la plupart,

sinon tous, n'étaient pas adéquatement préparés.

Pour les Cimon, en ce mois d'août, il fallait immé-

diatement se rendre à Casablanca, à 100 kilomètres

suite à la page 5

ROSAIRE GAUTHIER

505 Boul. des Vétérans
Pointe-au-Père
Tél.: 723-4747

Service complet en assurance

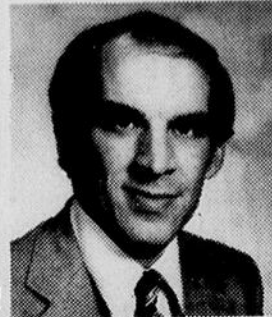
- Vie et REER
- Collective
- Ass. auto incendie
- Multi-risques agricoles



Coopérants



NETTOYAGE DE TAPIS ET FAUTEUILS



- Tapis, meubles, murs
- Décapage de planchers
- Commercial et résidentiel
- Estimation gratuite

GERVAIS GENDREAU
724-3960

Un Apple II
chez-vous
à Noël!

Apple II

Certificat
rabais

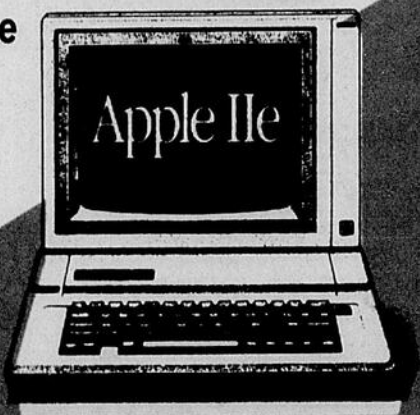
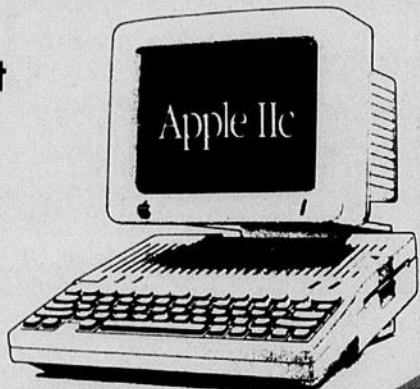
de

475\$

à l'achat d'un Apple IIc, IIe

- Apple IIc, IIe, 128K
- Moniteur vert ou couleur
- Clavier bilingue

Valide jusqu'au
31 décembre 1985



DBI
DB Informatique



Orléans • Périgny • Le Mans

410 boul. Jeanne, Courcelles, 722-8211

DE LA SANTÉ EN CADEAU... POURQUOI PAS?



rolmex inc.

LA SEULE MÉTHODE

FACILE: de la poudre de lait YOGOURMET plus une culture de Yogourt Yogourmet mélangées dans de l'eau (à la température de la pièce).

EFFICACE: L'unique yaourtière électronique YO'GOURMET donne et maintient la température constante tout le temps de l'incubation.

ÉCONOMIQUE: pas besoin de faire bouillir, chauffer, refroidir vos ingrédients avant l'incubation. Vous êtes sûrs des ingrédients, de la qualité et du goût et vous économiserez 50% et plus en fabriquant votre yogourt-maison.

yogourmet

Yaourtière électronique YO'GOURMET
prix régulier \$74.95 en spécial (jusqu'au 31 décembre 1985)

\$69.95 + taxe

**TOUT LE NÉCESSAIRE POUR FABRIQUER
LE MEILLEUR YOGOURT AU MONDE:**

Boîte de poudre de lait (15 litres de lait) **\$11.20**

THERMOMÈTRE **\$5.25 + taxe**

12 sachets de culture
de yogourt YO'GOURMET **\$8.50**



POUR COMMANDER OU POUR PLUS D'INFORMATIONS S'ADRESSER
AU CONSEILLER ROLMEX DE VOTRE LOCALITÉ OU À ROLMEX INC.
Montreal (514) 866 6318 La province sans frais 1-800-361-9123

CLAUDETTE LÉVESQUE - 723-1979

La famille de Lucien Cimon au Maroc

Une expérience qui a plusieurs aspects

de Rabat, pour s'y installer. Le professeur devait commencer à enseigner dans un lycée de cette ville, le 16 septembre. «En pleins jeux méditerranéens (les Jeux Olympiques de ce secteur), en attente de nos bagages (ils ne les ont eus qu'à la mi-novembre), nous avons dû marchander. Car, la mentalité marocaine est ainsi faite. La négociation est fort importante et tout se paie; parfois fort cher», dit Lucien Cimon, qui a réussi à décrocher un appartement de quatre pièces et demie dans un quartier arabe. Ce logement était un peu éloigné du lycée, mais près des écoles françaises, que devaient fréquenter les enfants de la famille.

Il y avait un seul répondant marocain pour les 86

familles; il était proprement débordé. Donc, c'était «chacun pour soi», en quelque sorte. «Notre seul point de repère avec le Canada et le monde occidental était l'ambassade canadienne à Rabat», de dire Lucien Cimon.

Monarchie totalitaire

Cette ancienne colonie française est une monarchie absolue. Le crime d'opinion est sévèrement puni. Ainsi, tout le monde est-il officiellement d'accord avec les actions gouvernementales. Mais, «la tension politique peut être tranchée au couteau, tellement elle est omniprésente», de décrire le professeur. S'il y a une révolte, elle est rapidement réprimée, avec le moins de bruit possible. Tous se confinent alors au silence... Jusqu'à la nouvelle crise. «Tous se demandent pendant combien de temps va durer un tel régime», ajoute Lucien Cimon.

Cette situation influence la vie de tous les jours. Si la population marocaine, qui frise le 30 millions de personnes dans un territoire qui peut couvrir le quart du Québec, appuie officiellement son monarque, Assan II, il y a aussi un mode de contrôle assez important:

l'opinion est limitée, l'accès à l'information contrôlée, dans un sens comme dans l'autre. «Il nous était assez difficile de savoir ce qui se passait au Canada et à l'extérieur du Maroc, la censure étant féroce pour les informations venant de l'étranger», dit Lucien Cimon. Bien plus, la population «officielle» de Casablanca est de 2.5 millions d'habitants. En réalité, il y en a au moins sept millions. On ne veut pas leur dire... Pour ne pas indiquer à la population qu'elle est en position de force... Les partis d'opposition sont «muselés», puisque leurs chefs sont... ministres d'Etat. Les syndicats sont là, pour la forme. L'information en est une de propagande. Dans quel bloc s'enligne le Maroc? Vers l'Europe, avec un oeil sur l'Amérique, selon une tactique immuable: aller au plus offrant.

Vie «spéciale»

Comme ressortissants étrangers, les Cimon menaient une vie relativement tranquille, dans un quartier assez vivant, où le principal marché de Casablanca est installé, près des usines, puisque cette ville produit les trois quarts des exportations du Maroc, sans ou-

blier les transits de la gare centrale, située tout près. «Le bruit était continu, de 4 heures à 21h30». Mais, quelle que fut l'heure, il fallait être toujours sur ses gardes. La pauvreté est telle que les grosses villes sont infestées de voleurs, de vendeurs de toutes sortes, de tout acabit. S'il y a les riches, la classe dirigeante, il y a la classe moyenne, qui gagne 220\$ en moyenne, par mois, et les pauvres, qui n'ont même pas un toit pour la nuit. «C'est le pays des contrastes, de la Mercedes à l'âne, avec 2 000 ans d'histoire, côtoyant la haute

technologie», dit Lucien Cimon.

Mais, c'est un pays très beau, très accueillant, qui aime bien les étrangers. Ou le ressortissant s'impose, ou il se laisse assimiler, ou il vit dans un ghetto. Les intégristes (opposés au monde extérieur) sont encore importants. Par contre, l'influence américaine est très visible (on n'entend que des «tonnes-américaines à la radio»).

Lucien Cimon fait un bilan de son voyage en quelques mots: intéressant. Mais, il ajoute: «Tout se paie. C'est très difficile moralement, puisqu'il y a une

absence complète de gratuité, selon nos critères à nous». La notion de partage est très forte, allant jusqu'à la visite à n'importe laquelle heure. Et il était très difficile de refuser une invitation. Les Cimon se sont quand même bien adaptés, ayant des amis arabes, dont ils ont de bons souvenirs.

«J'ai travaillé comme un forçat, six jours par semaine». C'est pourquoi, le dimanche était consacré au séjour à la plage et les vacances d'été à la visite du pays, très agréable d'ailleurs. «Sinon, personne n'aurait pu tenir le coup».

Suite de la page 4

RIMOUSKI
REMBOURRAGE ENR.



263 Laval,
Rimouski
Tél. 723-4217

Réginald Proulx,
propriétaire

COURS D'ANGLAIS
PRIVÉ 722-9117

CLINIQUE D'OBÉSITÉ

Dr Dominique Biron, md

Omnipraticienne - obésité

Dr Jean-Marie Marineau, md

Omnipraticien - obésité

Dr Georges Boivin, md

Omnipraticien - obésité

Dr Marie-Josée Parent, md

Omnipraticienne - obésité

135 des Gouverneurs (Place Dionne)
Suite S-4, Rimouski - G5L 7R2
Tél.: 722-0243

L'HEBDO. LE JOURNAL
LE PLUS PRÈS DE VOUS



«MON CHOIX»

LES HEBDOS RÉGIONAUX

ASSOCIATION DES ÉDITEURS
DE LA PRESSE HEBDOMADAIRE
RÉGIONALE FRANCOPHONE



*La direction et le personnel
de l'Association des Caisses populaires
du district de La Neigette,
ainsi que les caisses participantes:
Caisse populaire de Rimouski, de St-Robert,
de Ste-Odile-sur-Rimouski, de St-Yves, de Nazareth,
de Ste-Cécile du Bic, de St-Valérien, de St-Anaclet,
de Ste-Blandine, de Trinité-des-Monts
et de St-Narcisse vous souhaitent*

D'HEUREUSES FÊTES!

HEURES DE FERMETURE:

- Mardi le 24 décembre 1985, FERMETURE À MIDI
- Mercredi le 25 décembre 1985, FERMÉ
- Jeudi le 26 décembre 1985, FERMÉ
- Mardi le 31 décembre 1985, FERMETURE À MIDI
- Mercredi le 1er janvier 1986, FERMÉ
- Jeudi le 2 janvier 1986, FERMÉ

**Ouvert aux heures habituelles
les autres jours de la semaine**



Desjardins
Une ressource naturelle

Le professorat au Maroc

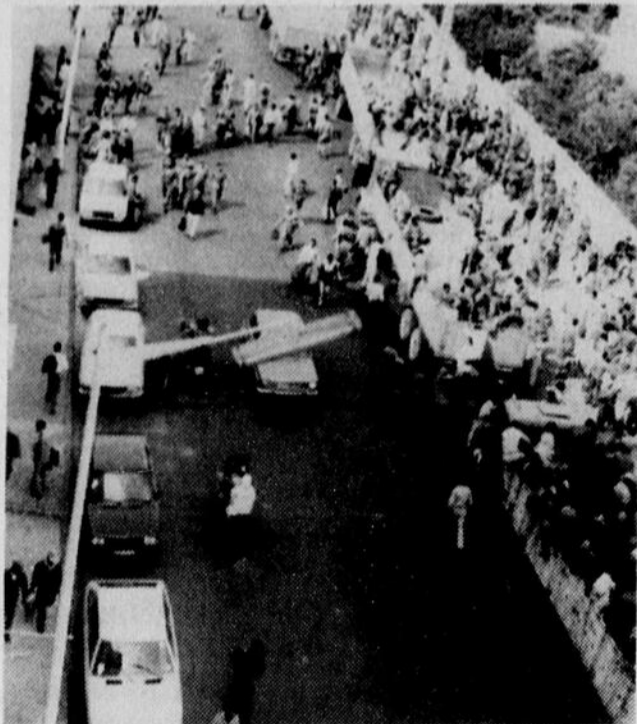
"C'est comme être un garde-chiourme"

(Lucien Cimon)

■ Lucien Cimon, lors de son séjour de deux ans au Maroc, a vécu des moments assez difficiles. Autant lui que sa famille ne savaient pas ce qui les attendait au moment de leur arrivée en Afrique du Nord. Avec trois de ses confrères du Collège de Rimouski, il se lançait dans l'aventure d'une coopération, intervenue au niveau des deux ministères de l'Éducation, celui du Québec et celui du Maroc.

Un reportage de Laurent LEBLOND

Lucien Cimon confie que, à son arrivée au lycée arabe de Casablanca, son lieu d'assignation, la direction de l'institution n'était même pas au courant de sa venue et de son installation. Comme la communication et l'information ne « vont pas vite », comme l'individualisme est de rigueur, le professeur de français, qui donnait alors des cours de langue seconde, a dû se frayer un chemin tout seul. D'autant plus que la conception du monde scolaire, en un pays comme celui-là, est beaucoup plus axée sur le rassemblement d'étudiants qui n'aboutiront probablement nulle part. Sans vouloir critiquer qui ou quoi que ce soit, Lucien Cimon avoue carrément que son « travail de professeur en était un de garde-chiourme, de policier, d'abord et avant tout ».



Approche scolaire

Dans l'école arabe, l'élève est d'abord une « chose que l'on parque, en attendant ». Si, au Québec, on en est à une pédagogie qui est axée sur plusieurs options, sur « l'enseignement-garderie », la pédagogie, sous le chapitre arabe, est beaucoup plus orientée sur la « récupération ». Le mot d'ordre est évident: l'exigence à outrance, qui engendre une certaine violence. « Je suis devenu un bon professeur, en fonction de ces normes, à la fin de mon séjour au Maroc », de dire Lucien Cimon, le sourire en coin. Mais, au début, ce fut un choc culturel et professionnel total, pour tous les coopérants québécois, qui se sont rendus en ce pays. Avec le rythme de vie qu'on y trouve, avec le dépaysement, avec l'adaptation parfois difficile aux priorités de la vie marocaine, certains d'entre eux, éparpillés à travers tout le pays, ont réagi émotionnellement, quelques-uns ne pouvant manifestement pas le supporter. Chacun avait aussi son nombre d'heures de cours à donner. Ce n'était pas égal.

Ainsi, pour Lucien Cimon, qui enseignait à des jeunes du deuxième cycle (d'équivalence québécoise du secondaire IV, V, parfois de premier niveau de Cégep), dans un lycée de style français arabisé, il lui fallait donner 21 heures de cours à 252 élèves; sans compter 13 heures de préparation. En comparaison, à son départ du Collège de Rimouski, il donnait 12 heures de cours, avec deux heures de préparation. De plus, l'enseignement est donné pendant six jours. Le dimanche est un jour libre, férié.

Lucien Cimon avait donc six groupes, de 45 élèves environ, qui se retrouvaient là parce qu'il n'y a pas autre chose à faire. Le professeur, étant donné l'objectif réel du cours, doit donc être un maître, un gardien, un chef de disci-

arabes... et les femmes.

Payé par le Collège de Rimouski, grâce à cette entente entre les ministères de l'Éducation des deux pays, Lucien Cimon affirme que c'était l'aspect sécurisant de ce travail, par ailleurs fort épuisant. C'est pourquoi, comme les quatre enfants du couple Cimon étudiaient dans une école française tout près de leur appartement, et travaillaient dur, le dimanche, jour de repos, était le bienvenu. « On allait à la plage », pour une sécurité « émotive indispensable ». Et, pendant les vacances d'été, du 30 juin à la mi-septembre, la famille Cimon a visité le pays, fort accueillant, très joli, fort chaleureux.

De plus, l'état de pauvreté de la classe moyenne et la mendicité des démunis sont absolument incroyables. « La cellule familiale, qui se retrouvait au Maroc, a sauvé bien des crises. Les enfants étaient dans leur milieu naturel, ont étudié beaucoup, l'arabe et l'anglais y compris. Tellement que, une fois revenu au Québec, l'ainé a « sauté » assez rapidement un degré du secondaire, parce qu'il était manifestement en avance sur les

autres.

Ce fut un point positif, parmi tant d'autres. Mme Aline Cimon, pour sa part, a beaucoup aimé le séjour, trouvant quand même le rythme de vie un peu « relax », par rapport à la vitesse que l'on connaît ici. Il y a la sieste à tous les jours, entre midi et 15 heures. Et,

lors du Ramadan, le jeûne de 40 jours complique un peu la vie de ceux qui ne sont pas musulmans. Une anecdote? Il est impossible, pendant cette fête annuelle, de consommer un repas complet dans un restaurant marocain... Seuls, les hôtels offrent le couvert aux étrangers.

CINEMA 4

La dernière comédie de John Landis
Dimanche le 22 décembre à 15h00 et 20h00
Lundi le 23 décembre à 20h00

JÉFF GOLDBLUM
MICHELLE PFEIFFER
une périlleuse histoire d'amour

Série Noire

POUR UNE NUIT BLANCHE
VERSION FRANÇAISE DE "INTO THE NIGHT"

Joyeuses Fêtes!

**Cinéma 4 reprend ses activités
le 12 janvier 1986**

La où on aime
et connaît
le livre

La Librairie
Blais
206 de la Cathédrale
Rimouski 723 2189
vous propose cette semaine
Misérère
BERNARD CLAVEL
Québec/Amérique

Palmarès FM 96

Titres

- 1- AMOUR SANS ROMANCE
- 2- ROCK ME AMADEUS
- 3- YOU'VE GOT TO BE A WINNER
- 4- LE COURANT PASSE
- 5- DIANA
- 6- ONE OF THE LIVING
- 7- YOU BELONG TO THE CITY
- 8- PART TIME LOVER
- 9- DO IT FOR LOVE
- 10- ON A CROWDED STREET

Interprètes

Nuances
Falco
Huey «Baby» Harris
La bande à part
Bryan Adams
Tina Turner
Glenn Frey
Stevie Wonder
Sheena Easton
Barbara Pennington

À SURVEILLER

EVERYTHING IN MY HEART
Corey Hart

WE BUILT THIS CITY
Starship

ALIVE AND KICKING
Simple Minds

J'AI PAS SOMMEIL
Jean-Michel Navarre

LAY YOUR HANDS ON ME
Thompson Twins

**Tous les vendredis soir
au FM 96 de 20h00 à 00h00,
c'est la «tournee des grands ducs»
avec Jean-Louis Pelletier**

**«Palmarès FM 96», reportages,
mini-concerts et de l'excellente
musique en stéréo...**

Nouveautés bibliothèque

Fermeture: les 24, 25, 26, 31 décembre 1985, les 1er, 2 janvier 1986.

Ouverture: les 23, 27, 28, 30 décembre 1985, les 3, 4 janvier 1986.

Nos nouveautés:

La Guadeloupe	André Bourguignon
Pâtés et galantines	Patrice Dard
Les fêtes: histoire, traditions, suggestions	Jacqueline Corric
Les salades	Christian Teubner
Opération Orchidée (roman)	Christiane Villon
Vol d'un nid de bijoux	Roger Borniche
Les bagnardes (roman)	Victoria Laur
La louve de Mervent (roman)	Michel Ragon
Des femmes qui tombent (roman)	Pierre Desproges
Haïti	André Bourguignon
La Martinique	André Bourguignon
Guide pratique des études collégiales au Québec 1986	Christian Teubner
Les desserts	

Terre champ de bataille: Les derniers hommes L. Ron Hubbard
 Des cons qui s'adorent Claude Jasmin
 Dallas Laura Van Wormer
 Un amour éternel (roman) Iris Johansen
 Clinique privée (roman) Konsalik
 Haute-Pierre (roman) Patrick Cauvin
 Micro-ondes: les soupes et leurs garnitures Jehane Benoit
 Le guide des maisons super-isolées Brian Marsahl
 Monsieur le Marquis (roman) Isaure de Saint-Pierre
 Une autre femme (roman) Judith Michael
 Le serviteur du prophète (roman) Mika Waltari
 La baie d'Hudson, la compagnie des aventuriers Peter C. Newman
 La châtelaine de Maragnac (roman) Bernard Ginestet
 L'Île des Seigneurs (roman) Dominique Reznikoff
 La jeune fille à l'escarpolette (roman) Richard Adams

Pour les jeunes:

Le Noël de Mickey Walt Disney
 Le petit garçon qui ne croyait pas au Père Noël Michael Teitelbaum
 Les lutins du sommet du monde Meg Waters
 Les Turlutins fêtent Noël Anne-Marie Chapouton
 Le Maître du temps Vladimir Skutina
 Ani Croche Bertrand Gauthier
 Le livre qui fera de vous un détective (6 volumes) M. Masters
 Ma famille Tony Tallarico
 Toufou l'ébouriffé Linda Hayward

Je sais tout! ou presque Ivanovsky
 Bugs Bunny et Cochonnet
 366 histoires d'animaux Jane Butterworth
 Biskitts et le trésor du roi Gina Ingoglia
 Le grand Jour Svend Otto S.
 L'empereur de l'Antarctique Jacky Bonnemaïns
 Contes magnifiques Perrault
 Chocolat au pays des gourmandises Claude Vacogne
 Le tonneau volant Jef Nys
 Bonjour, monde cruel! André Geerts
 La faim justifie les moyens (Garfield) Jim David
 Les êtres de papier Makyo
 La maison de la vengeance A.P. Duchateau
 La jungle du corail Sérafini
 Ils ont marché sur la lune de la fiction à la réalité Hergé

À noter: ces livres seront disponibles à compter du mercredi, 18 décembre 1985.
 Heures d'ouverture: Du lundi au vendredi: 13h00 - 16h30
 19h00 - 21h00
 Le Samedi: 9h00 - 11h00 13h00 - 16h00



Le Concours de musique, section Rimouski

Depuis septembre la section Rimouski-Gaspé des Concours de musique s'active au déroulement de la saison 85-86, sous la présidence de Claudette Lauzier assistée de Raymonde Santerre vice-présidente, Adeline Dubé secrétaire, Lorraine Chénard trésorière, Chantal Caron-Dufour publiciste ainsi que mesdames

Denise Belisle, Pauline Charron, Eva Côté, Denise Deschênes, Jacqueline Labbé et Jacqueline Marinier directeurs.

Des activités sont prévues pour le financement de la section dans le but d'accumuler des fonds pour la remise de bourses aux lauréats des finales, régionale,

provinciale et nationale. Une première activité s'est déroulée, le 11 décembre avec la collaboration des Jeunesses musicales qui ont bien voulu verser aux Concours de musique les profits du concert-soirée à l'opéra. Une campagne de financement se tiendra également au début 1986 et se terminera par un brunch

musical. D'autres détails vous seront donnés ultérieurement et nous profitons de l'occasion pour offrir nos meilleurs voeux de Noël et du Nouvel An à tous les musiciens, chanteurs et amis de la musique.

Chantal Caron-Dufour, publiciste

La matinée du samedi à Audito
 le 21 décembre à midi trente

"STARFIGHTER"
 (version française)
EN PLUS
"RETOUR VERS LE FUTUR"

Entrée pour tous 2,00\$

N.B.: Assistez à nos matinées et vous aurez la chance de gagner un bébé Schtroumpf géant d'une valeur de 125\$. Le tirage aura lieu le samedi 4 janvier.

C'EST LE FILM DE L'ANNÉE

le nouveau film de **STEVEN SPIELBERG**

Jamais à temps à l'école,
 Jamais à temps à la maison,
 Un jour il se retrouve complètement hors du temps...

LE FILM N°1 AU BOX OFFICE MONDIAL

3^e sem.

MICHAEL J. FOX CHRISTOPHER LLOYD
 LEA THOMPSON CRISPIN GLOVER

RETOUR VERS LE FUTUR
 VERSION FRANÇAISE
BACK TO THE FUTURE

STARFIGHTER
 VERSION FRANÇAISE

Jusqu'au 26 décembre
 "Starfighter" à 19h00
 "Retour" à 20h45
 Cinéma AUDITO 1
 Rimouski - 723-3646

● C'EST CE QUE LES AUTEURS DE « POLICE ACADEMY » ONT FAIT POUR LE RESPECT DE LA LOI N'EST RIEN ●
 ● A CÔTÉ DE CE QU'ILS FONT À L'ÉCOLE DE LA CIRCULATION! ●

LES ZÉROS DE CONDUITE

LE KID DE LA PLAGE

Plus

14 ANS
 (IMMÉDIATEMENT)

DU 20 AU 26 DÉCEMBRE
 "Le Kid" à 19h00
 "Les zéros" à 20h45

Cinéma AUDITO 2
 Rimouski - 723-3646

Ce drôle de monde

Douze ans de silence

LONDRES (Royaume-Uni) - Ils ne se sont jamais adressé la parole au cours des douze dernières années. Quand elle rentrait à la maison, lui sortait et vice-versa. Pour les époux Emerson, il ne restait plus que le divorce. Madame Emerson a donc écrit un billet au mari pour lui annoncer qu'elle entendait demander le divorce. Lui, lui a répondu par un autre billet qu'il était d'accord. Mais toute cette affaire n'a été révélée qu'au cours d'un procès pour vol contre madame Emerson. Elle a admis avoir volé l'équivalent de 5\$ dans un café où elle travaillait. Son mari ne lui donnait jamais un centime.

Le plus long sandwich du monde

VENISE (Italie) - Un groupe d'amis de Cervignano, dans le Frioul, voulaient voir leur chef-d'oeuvre inscrit dans le Guinness. Ils ont fabriqué un sandwich long de 340 mètres. On a placé bout à bout 170 pains de 2 mètres de long et on a réuni le tout soigneusement avec une farce

composée de jambon, d'oeufs durs et de laitue; 400 kilos de jambon, un quintal (100 kilos) de laitue et quelques milliers d'oeufs durs, sans compter les olives et les artichauts. Pour le pain lui-même, il a fallu hit quinquants de farine (800 kilos), dix kilos de levure et autant de sel. Le précédent record appartenait à la ville de Niella Tanaro avec un sandwich de 304 mètres.

Tremblement de terre

PALERME (Italie) - On a cru à un tremblement de terre! Cet après-midi-là, au début d'octobre dernier, les habitants de la région de Palerme, en Sicile, ont cru vivre un tremblement de terre. Les sismographes de Gibalbana ont localisé «l'épicentre» à 20 kilomètres plus à l'ouest. Mais il ne s'agissait que de l'explosion d'une mine datant de la dernière guerre mondiale, découverte quelques jours plus tôt à quelque 10 mètres de profondeur. Après quelques examens, les artificiers de la marine ont décidé de faire exploser l'engin au large.

La vieille et la moto

MUNICH (Allemagne fédérale) - Maria Roff, une bonne dame de 82 ans, de Wattersdorf, en Bavière, utilise sa moto tous les jours pour faire ses emplettes. Il ne s'agit pas d'un modèle récent, mais d'une DKE de 1938! Elle avait en effet acheté sa moto au début de la deuxième guerre mondiale, après avoir amassé des économies dans ce but-là pendant cinq ans. Elle ajoute que grâce à sa

moto, elle a toujours pu aller où elle voulait. Cette allemande rustique fait aussi elle-même toutes les réparations nécessaires!

On a du interrompre la cérémonie

TORRE DEL GRECO (Italie) - Les jeunes époux venaient de prononcer le «oui» solennel dans l'église de Santa Maria La Bruna, à Torre del Greco. Mais on a dû interrompre la cérémonie pour conduire la mariée à l'hôpital. En effet, pour respecter une vieille coutume, des amis ont lancé des grains de riz aux époux en signe de vœux de bonheur et un grain de riz est entré dans l'oreille de la mariée, Maria Pia Paduano, 29 ans. Dans la voiture nuptiale ornée de rubans blancs, de confetti et de fleurs d'orangers, elle fut conduite à l'hôpital où un médecin a rapidement extrait le «corps étranger». Puis la mariée est allée rejoindre son mari au pied de l'autel et le curé a pu terminer la messe.

329 800 \$ de subventions à plus de 30 organismes en arts d'interprétation de l'Est du Québec

le carrousel du film



pour enfants

Les membres du conseil d'administration du Carrousel du film pour enfants de Rimouski tiennent à remercier tous les commanditaires qui ont rendu possible la réalisation de cet événement en 1985 et leur souhaitent de même qu'à toute la population, un

Joyeux Noël

et mille bons souhaits pour tous les jours de la nouvelle année!

Nous remercions tout particulièrement:

- La Compagnie Québec-Téléphone
- L'Office national du film de Rimouski
- La Ville de Rimouski (Service des loisirs)
- Le Ministère du Loisir, de la Chasse et de la Pêche
- La lanterne magique
- La Société Radio-Canada de Rimouski
- Radio-Québec Bas Saint-Laurent
- Purdel
- Le Musée régional de Rimouski
- Le Cégep de Rimouski
- L'Association des cinémas parallèles du Québec
- La Société générale du cinéma
- La Sécurité municipale de Rimouski
- La Commission scolaire La Neigette
- Les élèves du Conservatoire de Rimouski
- Le Club de patinage artistique de Rimouski
- Le Pentagone
- La Corporation du Festival d'automne de Rimouski
- CFLP Radio
- CFER TV
- CKLE MF
- Restaurant McDonald
- Le Magasin Bozar
- Seven Up
- Frito Lay
- Monsieur Alain Lepage

Le ministère des Affaires culturelles du Québec accorde dans le cadre du programme «Soutien aux organismes» en arts d'interprétation, exercice financier 1985-1986, des subventions de fonctionnement et de projets spéciaux aux organismes professionnels oeuvrant dans les domaines de la formation, la production et de la diffusion.

Cette somme se répartie selon les secteurs suivants: En théâtre, 4 troupes se partagent 70 000\$ soit 21% du budget régional, en musique l'activité de formation par les écoles et les camps musicaux occupe 34% du budget soit 111 300\$; l'intervention en danse représente 4% ou 12 000\$ et enfin, le secteur de la diffusion de spectacles reçoit 129 500\$ ou 39% du budget. Une somme de 7 000\$ a été accordée à deux autres projets spéciaux représentant ainsi 2% de l'enveloppe budgétaire.

Au cours de l'exercice financier 1985-1986, l'ensemble des besoins sont estimés au montant de 500 000\$. Le Ministère a donc répondu, par son intervention dans ce programme, à 66% de ces besoins. D'autre part, une somme additionnelle de 23 140\$ a pu être affectée aux arts d'interprétation grâce au programme «Amélioration de l'intervention régionale».

Le Conseil de la culture de l'Est du Québec a contribué à l'analyse et aux recommandations budgétaires reliées à ce programme par son comité des arts d'interprétation.

Rappelons que, par ce programme, le Ministère apporte une aide technique

et financière auprès des organismes de théâtre, de danse, de musique afin de stimuler le développement des arts de la scène sur le plan de la création et de la production, mais aussi dans le but d'accroître du développement culturel comme élément moteur sur le plan économique de la région.

TU AS DES DROITS... LES AUTRES AUSSI!

une question d'équilibre

MARIO ROY, A.V.A.

284 rue Potvin, Rimouski
Bur. 723-6408
Rés. 723-4771

Service complet en assurance

- vie et rentes
- collective
- générale



Coopérants

ACUPUNCTURE TRADITIONNELLE



CLAUDE BERGERON LORRAINE MASSÉ

CLINIQUE D'ACUPUNCTURE DU BAS ST-LAURENT

14 rue St-Germain Est, Rimouski QC G5L 1A2, 723-8118

SCUPER

723-8384

UN PEPSI 26 OZ GRATUIT avec tout achat d'une pizza médium, large, X

le super lunch ne se fait pas attendre!

- pizza
- cuisine canadienne et italienne

Service à l'auto
Licencié
Livraison rapide
à partir de 11h00 a.m.

Restaurant Haute-Ville

449 Tessier Rimouski 723-8384

Le prix annuel Desjardins 1986

Le Mouvement Desjardins, par le truchement de La Fondation Girardin-Vaillancourt décernera pour la 11e année consécutive le Prix annuel Desjardins d'une valeur de 10 000\$.

Créé en 1975 pour souligner le 75e anniversaire de fondation de la première caisse d'épargne et de crédit en Amérique, le Prix annuel Desjardins se veut un appui et un encouragement à des organismes à but non lucratif du Québec engagés dans le développement culturel, social ou économique de leur milieu. Il veut apprécier le mérite des groupes communautaires qui ont apporté une contribution originale et constructive à notre société.

Les groupes ou organismes privés intéressés et répondant aux exigences d'admissibilité peuvent poser leur candidature avant le 31 janvier 1986. (Seuls les organismes ayant déjà obtenu le Prix annuel Desjardins ne peuvent soumettre à nouveau leur candidature).

Depuis sa création, le Prix annuel Desjardins a reçu plus de 1 800 dossiers provenant des quatre coins du Québec et touchant toutes les sphères de l'activité humaine. L'étude de l'ensemble des dossiers soumis a permis de constater la vigueur du bénévolat chez nous et l'esprit de créativité de ceux qui veulent se prendre en main.

L'organisme auquel vous appartenez répond-il aux exigences? Alors pourquoi ne pas poser sa candidature? Peut-être obtiendra-t-il le Prix ou une mention? Le Prix annuel Desjardins lance une invitation particulière aux groupes ou organismes en activité depuis au moins le 31 décembre 1982 qui ont réalisé une activité à caractère communautaire à la satisfaction des personnes concernées par cette réalisation.

On peut se procurer les formulaires d'inscription dans chaque caisse populaire et chaque caisse d'économie de sa région ou encore dans les CLSC et les Centres de bénévolat.

Chaque demande remplie au complet (accompagnée d'un dossier) devra parvenir à:

Prix Annuel Desjardins
La Fondation Girardin-Vaillancourt
1, Complexe Desjardins, bureau 1622
C.P. 7 Succursale Desjardins
Montréal, Qc
H5B 1B2



POUR VRAIMENT ECONOMISER

MIRA SEPT I OU II

Format de 240 ml
Solution de rinçage

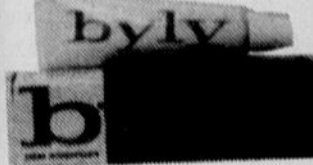


2⁷⁹

SPÉCIAL

CRÈME BYLY

Format de 15 g
Crème désodorisante



1⁹⁹

SPÉCIAL

AIM

Pâte dentifrice en gel

Format de 100 ml



SPÉCIAL

99¢

SWAN

Liquide à vaisselle

Format de 1 litre



SPÉCIAL

1⁵⁹

LE COMPTOIR D'ESCOMPTE :

ça veut tout dire!

VASELINE

Sel de bain

Format de 650 g



SPÉCIAL

2²⁹

SHIMMER LIGHTS

Shampooing revitalisant
Format de 225 ml



4⁷⁹

SPÉCIAL

WISK

Format de 2 litres



SPÉCIAL

4⁵⁹

STYLING

Shampooing permanente
Format de 200 ml



SPÉCIAL

2⁹⁹

COMPTOIR D'ESCOMPTE RIMOUSKI

y en a pas comme nous pour vous satisfaire

106 St-Germain est - Rimouski - 724-6577

Un service exclusif à l'Est du Québec

La Cave de beauté se porte acquéreur de la franchise "Couleurs"



Céline et Denise de la Cave de beauté, qui entoure Mme Callie Lehman de "Couleurs Québec", se sont portées acquéreur récemment d'une franchise "Couleurs", qui est parmi les dix meilleures franchises vendues au Canada.

(Photo Le Rimouskois, Claude Pineault)

■ A l'Est du Québec, la Cave de beauté du Carrefour Rimouski est la seule clinique d'esthétique et de cosmétique à détenir à l'heure actuelle une franchise "Couleurs", une collection fort réputée et d'une renommée internationale.

Un publi-reportage de Claude PINEAULT

Récemment, à Rimouski, Denise et Céline Dechamplain de la Cave de beauté ont rencontré Mme Callie Lehman de "Couleurs Québec" pour finaliser les termes de l'entente

et signer les documents officialisant l'achat de la franchise "Couleurs".

Il y a plus d'un an que les démarches sont entreprises par les propriétaires de la Cave de beauté pour l'obtention d'un tel service en région. Fortes de cette entente, Denise et Céline pourront offrir incessamment, soit d'ici la fin janvier, un service à la mesure des besoins et des attentes de la population de l'Est du Québec en matière de couleurs.

L'une des meilleures franchises

La concession "Couleurs", dont vient de se por-

ter acquéreur la Cave de beauté, est parmi les dix meilleures franchises qui aient été vendues au Canada, depuis 1978, année où furent jetées les bases de fondation de "Couleurs" à Toronto.

La collection "Couleurs" a comme particularité et originalité d'offrir une variété de couleurs, qui conviennent au style, aux goûts, au tempérament de la personne, qu'elle soit jeune ou moins jeune.

Formule gagnante

En choisissant "Couleurs", les gens optent pour une formule gagnante, en ce sens que la collection

"Couleurs" a l'avantage d'être originale et universelle. De fait, ce sont des couleurs réelles que la Cave de beauté offrira à sa précieuse clientèle, en janvier prochain, alors que son nouveau service "Couleurs" sera à sa portée.

Fort bien structurée, la collection "Couleurs" a comme avantages de s'adapter aux différentes saisons. Que ce soit au niveau du maquillage, du vêtement (foulards en soie, bas, cuir, fourrures), des bijoux, des métaux, des lunettes, les professionnelles de la Cave de beauté conseilleront leur clientèle judicieusement quant au choix et à l'agencement des couleurs.

Formation

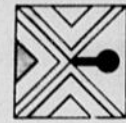
A ce chapitre, Denise et Céline de la Cave de beauté iront suivre, à Toronto, un cours intensif d'une durée de deux semaines. Cette formation sera donnée par Brigitte Manning de "Couleurs". Dès la fin janvier, Denise et Céline aura donc la formation et les installations nécessaires pour répondre à la demande et aux besoins de la clientèle en matière de couleurs.

Le professionnalisme est d'ailleurs la marque de commerce de "Couleurs". La Cave de beauté n'entend pas déroger à cette ligne de conduite. Au contraire, les professionnelles de cette clinique d'esthétique et de cosmétique hautement réputée en région, qui est établie depuis plusieurs années à Rimouski, ont l'intention d'offrir un service hautement spécialisé et de très grande qualité et ce, à l'image de la collection "Couleurs". Dans les prochaines se-

maines, l'équipe de la collection "Couleurs" aménagera le local de la Cave de beauté pour accueillir ce nouveau service, qui repose essentiellement sur la lumière du jour pour faciliter le choix et l'agencement des couleurs).

Enfin, en trois ans, pas

moins de 26 franchises "Couleurs" ont été vendues au Canada. Dans le monde, la collection "Couleurs" est établie dans plus d'une centaine de pays: Danemark, Angleterre, Grèce, Allemagne, Suisse, Australie, Nouvelle-Zélande, Etats-Unis, Canada, Québec.



LE RIMOUSKOIS

VOTRE JOURNAL

ET SON ÉQUIPE PUBLICITAIRE...



Pour le choix et la préparation d'une publicité efficace, consultez

Richard Paré
publicitaire

723-2571

Pour une publicité personnalisée et productive

Monique Lepage

publicitaire

723-2571



L'expérience à votre service

Guy Boucher

publicitaire

723-2571



Eau de source
Mont **Bel-air**

Quand on parle de produits de haute qualité on parle évidemment

Eau de source
Mont **Bel-air**

Bureau: 488 St-Germain Est, Rimouski, 723-2214

Nous sommes dans le mail du Carrefour Rimouski jusqu'à la fin décembre

Venez à notre kiosque et demandez qu'on fasse un traitement à l'électrolyse de l'eau que vous buvez...

Le restaurant **Clair de lune Moonlight**

VOUS INVITE À VENIR DÉGUSTER SON **BUFFET CHINOIS**

7.50 Le couvert

Buffet du midi LUNDI AU VENDREDI **4.75** Le couvert

Incluant: soupe, dessert, thé ou café
3.95\$ enfant 10 ans et moins

TOUS LES SOIRS À COMPTER DE 17H00 AU RESTAURANT SEULEMENT

159 RUE ST-GERMAIN EST, RIMOUSKI

Heures de livraison: tous les jours de 16h30 à minuit

723-7595

Les armes-jouets tuent pour vrai?

À Noël, boycottons les jouets militaires! Le monde à travers les jouets

Les jouets servent à amuser les enfants mais ils les éduquent aussi aux valeurs de leur société. «Les parents devraient comprendre qu'un jouet est une sorte de message adressé à l'enfant qui lui dit quelque chose de vous-même et de votre philosophie de la vie». (1)

Beaucoup de jouets proposent l'usage de la force pour régler les problèmes. La plupart des jeux-vidéos ont pour but de faire sauter des chars d'assauts et des avions.

On finit par ne plus faire de différence entre la réalité et la fiction. Une arme-jouet, c'est une arme puissante, c'est une arme qui nous fait oublier que... les vraies armes tuent du vrai monde.

À la télévision, c'est toujours les vilains qui se font

tuer... Ça, tout le monde le sait! Mais, avons-nous remarqué que les vilains, c'est souvent les pauvres, les étrangers???... Oui, et on finit par penser qu'il y a juste une façon de trouver la paix sociale! La manière forte: armes, violence, répression! Pourtant, si nos besoins élémentaires étaient satisfaits: santé, logement, éducation, travail...!

Nos cadeaux de Noël devraient être appropriés au sens de la fête que nous célébrons. Que disent nos cadeaux de nous-mêmes? Que croyons-nous vraiment? Qu'est-ce que ces cadeaux expriment à l'enfant qui les reçoit? Quelles valeurs privilégient-ils?

Les fabricants de jouets

L'industrie du jouet est dominée par une poignée de très grandes compagnies. En Amérique du Nord, c'est une affaire qui représente des milliards de dollars. Grand nombre de jouets vendus ici sont fabriqués à Hong Kong, Taiwan et Corée du Sud. Les jouets des enfants nord-américains proviennent aussi du Japon, de Macau, Haiti et Mexico. Ces jouets

sont produits dans les pays du Tiers-Monde parce que les coûts de main-d'oeuvre y sont plus bas et qu'il n'existe pratiquement aucune protection pour les travailleurs. Habituellement, ce sont les femmes qui exécutent les tâches d'assemblage les plus ennuyeuses.

Ironiquement, les travailleurs(les) sont souvent victimes de la militarisation que justement les jouets militaires exaltent.

Que pouvons-nous faire?
- Vérifions dans quel pays le jouet a été fabriqué
- Informons-nous des conditions de travail dans ce pays
- Exprimons notre désaccord: n'achetons pas de jouets militaires

Donnons à nos enfants des jouets qui privilégient des valeurs de paix, de fraternité, d'amour, des jouets favorisant l'apprentissage, la création, le partage, n'est-ce pas le plus beau cadeau que nous puissions offrir à nos enfants pour Noël!

Comité de sensibilisation pour la paix
Réf.: Ginette Guay 724-6908
Diane Vallée 723-7052

SERVICE D'ACUPONCTURE



La Clinique d'acuponcture du Bas St-Laurent est heureuse de vous annoncer l'arrivée de Mme Lorraine Massé (Lavoie) diplômée de l'École supérieure de médecine chinoise de Montréal.

Mme Massé reçoit aussi sa clientèle à Amqui le mardi.

La clinique sera désormais ouverte du lundi au vendredi de 9h00 à 20h00, pour vous offrir une plus grande disponibilité.



Clinique d'acuponcture du Bas-Saint-Laurent
14, rue Saint-Germain est, Rimouski, 723-8118



L'acuponcture, une médecine et un art.

Par Claude Bergeron D.Ac
723-8118

Le mal de dos

Certaines personnes nous décrivent leur mal de dos comme une ceinture qui les traverse de bord en bord. Certains vont même jusqu'à dire qu'ils ont une sensation de froid au niveau des hanches, comme s'ils étaient assis dans un bassin d'eau froide. Ces personnes ne sont pas folles, elles ne font que décrire une obstruction du vaisseau ceinture. Le vaisseau ceinture est un méridien qui entoure le corps au niveau de l'abdomen jusqu'à la symphyse pubienne, il passe donc principalement au niveau du nombril et des hanches. Il a pour rôle de permettre

l'équilibre des autres méridiens qui circulent entre le haut et le bas du corps. On le retrouve concerné dans plusieurs types de pathologies, dont entre autres les lombalgies.

Cela nous amène à dire que si l'énergie du vaisseau ceinture est débalancée, la personne, en plus d'avoir mal au dos, peut également avoir l'impression d'avoir les jambes molles, de la difficulté à se tenir debout pendant de longues périodes de temps, des troubles de la sphère génitale. Elle peut également avoir des douleurs et des inflammations de l'épaule et du membre supérieur. Il peut même être question de douleurs de l'oeil ou du sein du côté opposé à des douleurs des ovaires, etc.

Plusieurs possibilités peuvent se présenter. La connaissance des lois de la circulation énergétique est la base de la guérison sur quoi s'appuie la pose des fines aiguilles d'acuponcture. Les douleurs et les sensations ne sont jamais imaginaires, elles sont réelles. Demandez à ceux qui souffrent!

PROMOTION DE NOËL

DU 9 AU 24 DÉCEMBRE
CHOISISSEZ
VOTRE RABAIS

Plusieurs modèles de luminaires à liquider

10 à 50% de rabais

Lampes en métal 20% de rabais

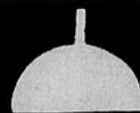
Tout est réduit en magasin. Lampes, ventilateurs de plafond, balayeuses centrales, accessoires de salle de bain et douche "shower power" etc.



Horaires des Fêtes:
du lundi au vendredi
de 09h00 à 21h00

samedis
de 09h00 à 17h00

N.B.: Cette promotion n'est valide seulement que sur l'inventaire en magasin, excepté les spéciaux déjà étiquetés et sur commande.



La Maison
de la lumière

245 St Germain Rimouski G5L 1B6 Oie (418) 722 8877

Alina COOP

99 Rouleau, Rimouski, 723-0355

MAGASIN D'ALIMENTS NATURELS
Ouvert du lundi au samedi inclusivement



béton provincial ...
 1825, ave du Phare Ouest, C.P. 160,
 Matane, Qc, G4W 3N1
 Télécopie: 051-8-6378 Tél.: (418) 562-0074

Béton Provincial représente un ensemble intégré de services offerts à l'industrie de la construction.

• Béton préparé • Tuyaux en béton • Regard d'égoût en béton • Blocs de béton • Bordure de rue en béton • Produit préfabriqué en béton • Agrégats • Fosse septique • Pavés de béton • Blocs remblais.

LES ENTREPRISES PLASTRA PLEIN TEX INC.



Estimation gratuite

SPECIALITÉS:
 - Résidentiel et commercial
 - Joint de gyproc
 - Peinture - Tapisserie
 - Plafond décoratif
 - Peinture au pistolet
 - Lavage pressurisé
 - Peinture des lignes de stationnements

Bur.: 723-1242
 Rés.: 723-8725 Messager: 724-5621
 694, 6e Rue, Rimouski-Est (Québec) G5L 7S6



UBALD LECLERC ENR.

Entrepreneur spécialisé:
 Vente, pose et réparation de céramique
 Finition de ciment et terrazzo
 Sablage de plancher de bois franc

241, des Mélèzes
 Rimouski, G5L 7M6 **724-6524**



LES ENTREPRISES BENOÎT JEAN INC.

Spécialité:
 Service d'amélioration de ferme
 Excavation en général

190 St-René, Rimouski
 Tél.: bur.: **723-9608**
 rés.: **723-7676**



FERLANTERIE A.T. ENR.

390, des Alouettes
 Rimouski - G5L 8J2

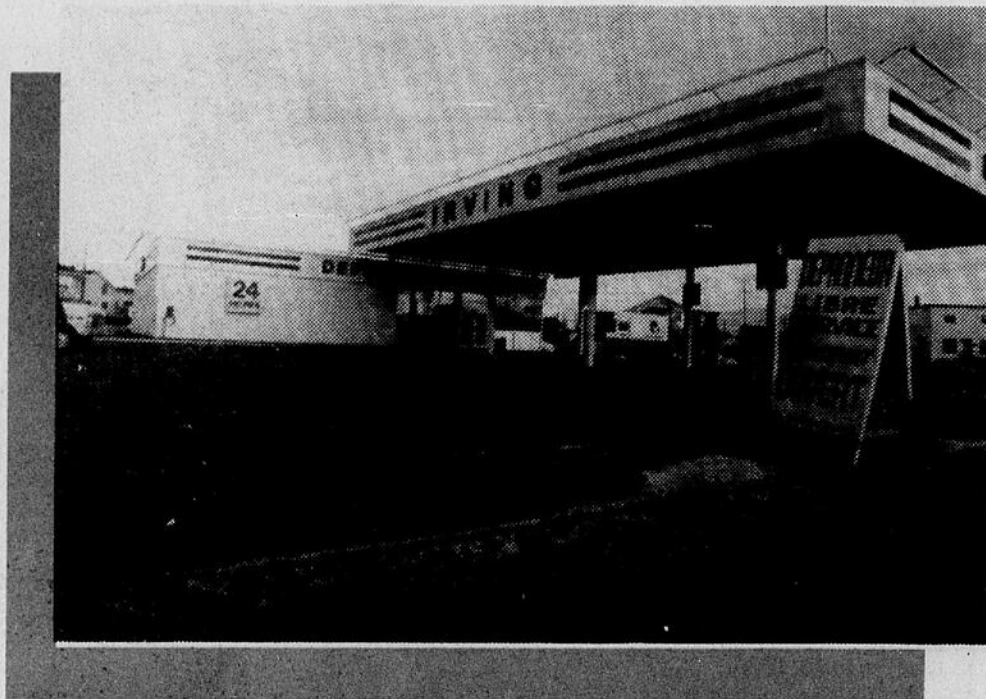
Tél. Bur.
(418) 722-6889

SPECIALITÉS
 • REVÊTEMENT MÉTALLIQUE
 • CHAUFFAGE AIR CHAUD
 • CLIMATISATION ET VENTILATION
 • SERVICE D'ESTIMATION
 • FABRICATION
 • VENTE ET INSTALLATION

LES PÉTROLES SOUHAITENT À MURIEL ET JACQUELINE DANS L'ÉQUIPE



- Plus qu'un dépanneur pour le choix et les bas prix
- Plus qu'une épicerie pour les heures d'ouverture
- Plus qu'un simple service pour le service complet



Comme fournisseur nous nous joignons à MURIEL et JACQUELINE dans l'équipe avec leur nouveau contrat. Ainsi ce nouveau contrat est le plus vaste et le plus complet à l'Est de Québec.

430 St-Germain
 Rimouski

- Ce superbe dépanneur offre:
- Licencié bien sûr
 - Libre service
 - service complet
 - Essence et diesel

24 heures - 7

724-9



L.R. D'ANJOU INC.

Distributeur en alimentation
 Rimouski - Ville Dégelis - Rivière-au-Renard

385 des Chevaliers,
 Rimouski **724-4195**

S IRVING INC.

LA BIENVENUE

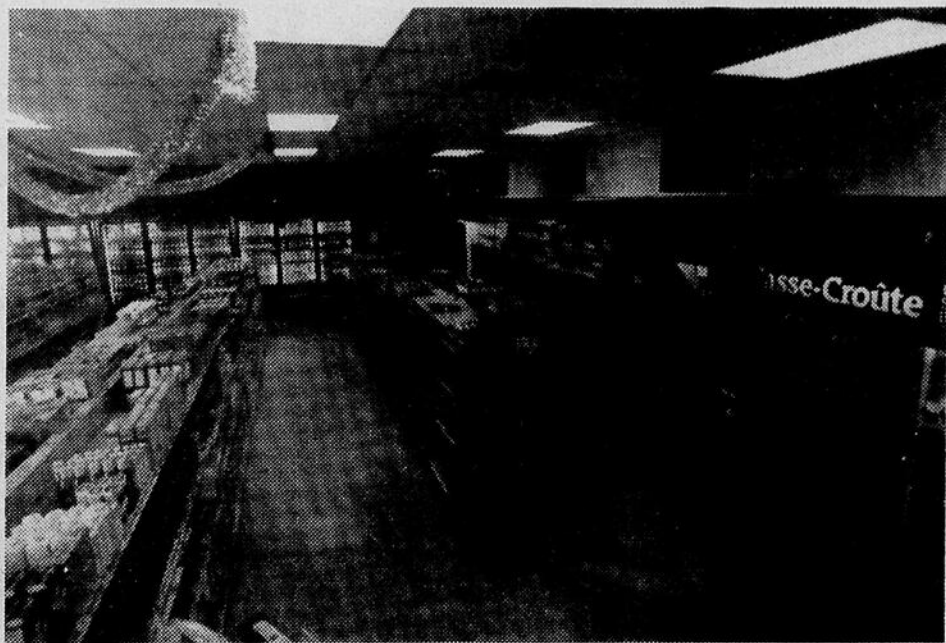
QUES SANTERRE

UIPE IRVING.

rs et sous-traitants,
gnons à l'équipe
ur souhaiter
"CHANCE"
t JACQUES
elle entreprise.
dépanneur devient
le plus moderne
ébec. Situé au
main Ouest
ouski
épanneur est:
ère et vin
ce et
mplet
diésel
7 jours sur 7
9855



Nous sommes
"TOUJOURS," "TOUJOURS,"
"TOUJOURS"
à votre service



Une équipe de professionnels à votre service!

CONSULTEZ LES SPÉCIALISTES EN ÉLECTRICITÉ À RIMOUSKI!

P.E. Desrosiers
Claude McNeil
Guy Beaulieu



LES PAVAGES LAURENTIENS (1982)

SPECIALITÉ: TRAVAUX D'ASPHALTE

REPLISSAGE, NIVELLEMENT, EXCAVATION, COMPACTÉ DE TERRAIN
Routes, entrées de maisons privées
Estimation gratuite
1146 St-Germain Ouest, Rimouski, 723-5752

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**

DOUCET & LAMONTAGNE

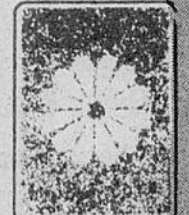
Henri Doucet, président
Entrepreneur: brique, plâtre, stucco...

185 Ouellet Ouest Rimouski
723-6073

BÉTON PRÉPARÉ RIMOUSKI

Division de:

Béton préparé - Carrière
Pierre concassée
723-2633
98 Léonidas Rimouski



Marcel Dionne Inc.
Aménagement paysager

- Aménagement paysager
- Excavation, terrassement
- Centre de jardinage complet incluant équipements

896 Lausanne, Rimouski, G5L 7B5
ESTIMATION GRATUITE 723-1092



Bonne table (avec Mimi Gagnon)

Terrine de campagne

¼ lb de lard non salé
½ lb de porc maigre
½ lb de veau
½ lb de jambon
½ lb de foie de porc ou de poulet
2 gousses d'ail
2 oeufs
¼ tasse de vin blanc sec
Sel et poivre
1 pincée de thym, de piment de la Jamaïque et de feuille de laurier moulu.
Une terrine de six tasses avec couvercle.
Couvrir le fond et les côtés de la terrine avec de très minces tranches de lard, garder deux ou trois tranches pour placer sur le dessus.
Diviser le reste du gras en deux. Passer au hachoir une partie avec le porc et le veau. Couper le jambon et le reste du gras de porc en petits cubes. Dans un mé-

langeur ou hachoir passer le foie, l'ail, les oeufs, vin et assaisonnements. Mélanger très bien à la première préparation. Déposer dans la terrine et placer sur le dessus les tranches qui restent. Couvrir avec un double papier d'aluminium, placer le couvercle et disposer la terrine dans un plat d'eau bouillante (2 pouces) et cuire à 350° F. Une heure et demie à deux heures. Au sortir du four enlever le couvercle, laisser le papier d'aluminium, disposer sur le pâté des boîtes de conserve ou autres objets lourds ayant soin de laisser le plat dans l'eau. Lorsque refroidi enlever les poids et réfrigérer. Servir directement de la terrine avec marinades sûres et du pain croûté. (Donne trois livres).

Lettre ouverte

Au réalisateur de l'émission "Le Jour du Seigneur"

Le dimanche 8 décembre, Radio-Canada a diffusé, dans le cadre de l'émission «Le Jour du Seigneur», une messe célébrée à l'église Saint-Léon de Westmount.

A cette occasion, nous avons eu le plaisir d'entendre du très beau chant, mais malheureusement l'équipe de Radio-Canada ne nous a pas montré une seule fois l'ensemble vocal ou les solistes. Cet ensemble a présenté du chant de très grande qualité et quelques membres du groupe, dont certainement les membres

du quatuor vocal qui a présenté la dernière pièce, sont de niveau professionnel.

Les téléspectateurs du Bas Saint-Laurent auraient pu voir parmi les membres de ce quatuor une mezzo soprano de Rimouski, Chantal Rioux, incidemment membre du Quatuor vocal Fleuriault, qui terminera dans quelques mois sa maîtrise en chant à l'Université de Montréal. Mais ils n'auront vu que des statues et des vitraux...

Le rôle de la télévision

est de nous montrer des images animées et ne doit pas simplement photographier (comme un simple appareil photo) des objets statiques. Les vitraux de Saint-Léon sont bien beaux, mais les chanteurs devaient l'être tout autant. Les choristes étaient au jubé, me dira-t-on. Mais cela ne constitue pas une difficulté insurmontable. Pour les émissions sportives, Radio-Canada ne lésine pas sur les équipements techniques sophistiqués, comme les charriots élévateurs, etc.

La musique avait tellement d'importance dans cette célébration que la caméra ne pouvait pas ne pas nous la faire «voir»...

Peut-être me répondra-t-on que l'émission «Le Jour du Seigneur» n'a pas pour objectif premier de diffuser la musique. Soit, mais à cela je répondrai par cette petite maxime populaire qu'on nous répétait souvent autrefois: «Chanter, c'est prier deux fois!»

A bon entendeur, salut!

Gaétan Beaulieu
101, rue Sainte-Thérèse
Rimouski - G5L 4C3

Opération Orchidée

La mort de son fils, tué dans un attentat terroriste,

pousse une jeune femme désemparée à accepter la mission que lui propose un agent du contre-espionnage.

Elle va, dès lors, se trouver plongée au coeur d'un complot international où la trahison, l'amour et la mort sont orchestrés par un fantôme surgi de son passé.

Née en France en 1944, Christiane Villon est arrivée au Canada en 1951 où elle vit frileusement depuis lors. Après des études classiques qui ne lui laissent qu'un immense amour de la lecture, elle devient traductrice jusqu'au jour où elle se lance dans l'écriture de son premier roman,

Opération Orchidée.

cegep
rimouski



Institut de marine
du Cégep de Rimouski

MESSAGE IMPORTANT POUR LES FEMMES

Le cours **Exploration** débute le 29 janvier 1986.

- Si vous voulez réévaluer votre situation de femme au foyer.
- Si vous songez à retourner aux études.
- Si vous songez à un travail de bénévolat et d'action communautaire.
- Si vous songez à intégrer le marché du travail à moyen ou à long terme.

Ce cours peut vous aider dans votre démarche. Le cours est donné tous les mardis, de 8h30 à 11h30 et de 13h00 à 16h00 pendant dix(10) semaines.

cegep
rimouski



Institut de marine
du Cégep de Rimouski

Actualités québécoises et canadiennes: Le Canada, satellite américain?

- Quelle tournure vont prendre les relations Canada-Québec?
- Libre échange: Pour ou contre? Quelles sont ses conséquences sur l'économie, la politique, l'armement, la culture. Les Etats-Unis sont-ils en train d'annexer le Canada?

S'il vous intéresse de réfléchir à ces questions, inscrivez-vous au cours d'actualités donné par un politicologue avisé. Le cours aura lieu le lundi de 19h00 à 22h00.

cegep
rimouski



Institut de marine
du Cégep de Rimouski

A tous ceux et celles qui s'intéressent à la question féminine, qui sont curieux(ses) de connaître la situation de la femme dans divers types de sociétés historiquement et actuellement, les changements sociaux, culturels et idéologiques qui arrivent par les femmes: le cours **Femmes et Sociétés**, offert par le Service de l'éducation des adultes le mardi de 19h00 à 22h00, vous intéressera. Inscrivez-vous dès maintenant.

cegep
rimouski



Institut de marine
du Cégep de Rimouski

ADMINISTRATION PERSONNELLE

Comment améliorer mes méthodes et techniques de recherche d'emploi afin d'augmenter mes chances d'emploi?

Quels sont les principaux moyens légaux de payer moins d'impôt?

Comment mieux gérer ses épargnes personnelles?

Au point de vue placement, est-il préférable de louer ou d'acheter une maison?

Quels sont mes besoins en assurances?

Autant de questions auxquelles vous trouverez des éléments de réponse en participant au cours **Administration personnelle** qui se donnera le jeudi de 19h00 à 22h00 au Cégep de Rimouski

Inscrivez-vous dès maintenant au Service de l'éducation des adultes.

UN VERRE DE TROP!
SI VOUS N'ÊTES PAS EN ÉTAT DE CONDUIRE
CONTACTEZ-NOUS du 10 au 20 décembre

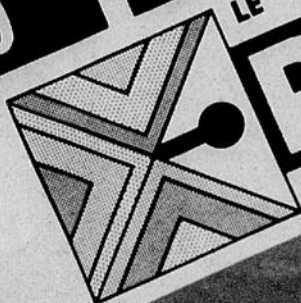


**Opération
Nez rouge**

723-2323
de 21h00 à 3h00
SERVICE GRATUIT

UNE COLLABORATION DE

CFRP
RADIO 1000



LE
RIMOUSKOIS
VOTRE JOURNAL

BD isques

Pour le temps des Fêtes

Le Temps des Fêtes se prête naturellement à l'échange de cadeaux. Le disque est toujours un cadeau apprécié et bien souvent à défaut d'autre chose (d'idée), il se veut pour celui qui donne, une solution de dernière minute. Faire un cadeau, c'est d'abord se faire plaisir en s'assurant de la satisfaction, de la joie de la personne qui reçoit. Ainsi la présente chronique, plutôt que de s'en tenir comme elle le fait d'habitude à la présentation d'un seul disque, propose ici des suggestions possibles de disques à donner en cadeaux. Elle tient compte des âges et des styles affectés. La sélection s'appuie sur le critère suivant: les disques parus récemment qui s'avèrent de brillantes réussites:

Instrumental
Zamphir - «Fantasy»
Tangerine Dream - «Le Parc»
Kitaro - «Silk road»

Classique
Beethoven - «Symphonie nos 5 et 9»
Karajan - «Orchestre sym-



phonique de Berlin»
Musique - Pour le «Millions» compilation célèbres de pièces
L'art du violon - «Compilation de pièces célèbres»

Jazz
Art Blakey/Miles Davis - «Ascenseur pour l'échafaud»
Stangetz et Charlie Byrd - «Jazz samba»
Al Di Meola Project - «Soa-

ring through a dream».

Populaire et new wave
Rush - «Power windows»
ZZ Top - «After barner»
Joni Mitchell - «Dog eat dog»
Simple Minds - «Once upon a time»
Arcadia (Duran Duran) - «So red the rose»
Sade - «Promise»

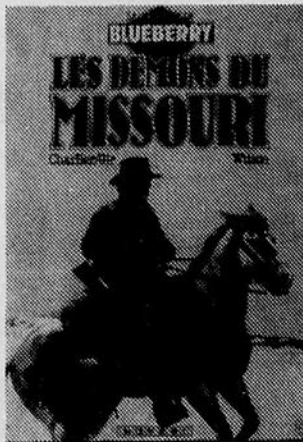
Heavy Metal
Iron Maiden - «Live after death» (2 disques)
Armored Saint - «Delicious nomod»
Headpins - «Head over heels»

Expression française
Francis Cabrel - «Photos de voyage»
Serge Fiori - «Juste pour rire»
Raoul Duguay - «Douceur»
Et pour se mettre davantage dans le Temps des Fêtes écoutons Bryam Adams «Christmas time».
Le Sillon

Les démons de Missouri - Des. Wildon - Sc: Charlier et Gir - Coll. La Jeunesse de Blueberry - Édition Novedi

Parallèlement aux aventures classiques de Blueberry, Jean-Michel Charlier et Gir avaient réalisé une série d'épisodes consacrés à la jeunesse de leur héros, durant la guerre de sécession. Cette série a comporté de nombreux récits complets réunis dans trois albums qui ont connu un succès considérable.

Malheureusement, Gir surchargé de travail sous le pseudonyme de Moëbius, dut interrompre cette production. Depuis, semble-t-il, des lecteurs de plus en plus nombreux et de plus en



plus pressants, en réclamaient la suite.

La chose fut finalement possible grâce à Cobin Wilson, auteur à part entière de Raël aux Éditions Glénat. Emule de Jean Giraud et formé par ce dernier, c'est sous son étroite supervision que Wilson réalise les Démons du Missouri aux éditions Novedi.

Wilson, nous permet ici de retrouver Blueberry avec ce souci du détail qui avait caractérisé Jean Giraud, à la grande époque du soldat aventurier.

Yvon Pelletier

Disponibles à la BOUTIQUE

le Sillon

20 ST-GERMAIN EST - RIMOUSKI
—724-9555—



GRATUIT
200\$ D'ACCESSOIRES



SPÉCIAL NOËL

Cuisine Beauséjour vous offre gratuitement 200\$ d'accessoires avec l'achat d'une armoire. (valant au moins 1800\$)

L'excellence dans votre cuisine

CUISINE
BEAUSÉJOUR

Service innovateur
sur mesure

Usine et salle de montre

328 de la Montée
Ste-Odile, Route 232,
Rimouski, 723-5256



Éric Lavoie
724-9570



L'Aventurière
plus à la mode que jamais

15%

20%

25%

30%

de rabais
sur la marchandise en magasin

Vaste choix
d'accessoires



Nous remercions
sincèrement notre clientèle
et lui souhaitons un

JOYEUX
NOËL!

L'alternative qui s'impose,
L'Aventurière n'a pas de frontière!

C'EST
SUPER!
VENEZ VOIR!

POUR ELLE

L'AVENTURIÈRE



Association des
Marchands de
Rimouski

Place Sears 140, St-Barnabé - Rimouski



Chèque personnel accepté

722-6822

Chiropratique

(par Jules Lambert, D.C. (60-269))

Êtes-vous prêts physiquement à faire face à l'hiver

Lorsque l'automne arrive avec ses jours humides et malsains, sa température changeante et ses pluies froides. Il est bien certain qu'on se trouve plus exposé à la maladie. Les chiropraticiens savent qu'en ces temps de l'année, les malades souffrant de maux de dos, de rhumatisme, de grippe, de rhume, de torticolis se font plus nombreux à leur bureau. Ils savent aussi que la plupart de ces malades y sont

pour avoir commis des imprudences qui auraient pu être évitées en grande partie avec un peu plus d'attention.

Ceci prouve que certains facteurs saisonniers comme ceux énumérés plus haut peuvent avoir une influence néfaste sur la santé, et pour deux raisons: soit qu'on n'ait pas observé les règles ordinaires d'hygiène naturelle et de protection d'une part, soit que, d'autre part, on ait une résistance affai-

blie par un manque d'adaptation à ces différents facteurs. Dans ce dernier cas, le rôle du chiropraticien devient particulièrement important.

Est-il opportun de répéter ici que le système nerveux joue un rôle capital dans le comportement physiologique des différents tissus de l'organisme? On ne le dira jamais trop. Un système nerveux en bon ordre protège le corps tout entier contre l'invasion de la maladie parce que c'est de lui que dépend d'abord la santé de tous les autres tissus. Les chiropraticiens savent à quoi s'en tenir là-dessus; c'est justement leur travail de rétablir le bon fonctionnement du système nerveux par les traitements qu'ils dispensent.

Un petit dérangement de votre santé à ce temps-ci de l'année peut fort bien être l'indication que vous avez besoin d'un rajustement de vos moyens naturels de défense. N'accordez pas plus d'attention à votre automobile qu'à vous-même. Faites-vous faire, vous aussi, une mise en train générale... pour mieux envisager l'hiver.

Service de l'Éducation des Adultes
Commission Scolaire Régionale du Bas St-Laurent

PROGRAMME TRANSITION-TRAVAIL

- Vous êtes une femme au foyer, vous habitez la région de Rimouski et vous désirez intégrer ou réintégrer le marché du travail.
- La Commission Scolaire Régionale du Bas St-Laurent vous offre l'opportunité de suivre un cours plein temps intitulé "TRANSITION-TRAVAIL".
- D'une durée de 150 heures (5 semaines) ce cours se veut une session enrichissante de formation facilitant votre entrée et votre retour sur le marché du travail.
- Pour en connaître plus sur le contenu, une soirée d'information aura lieu **mercredi le 8 janvier** à 19h30, au Centre de Formation Professionnelle à Rimouski (entrée au 424, rue Ross) local A 1-23.
- Pour plus amples renseignements, veuillez communiquer dès maintenant au no 722-4922 et demandez Ginette ou Louise.

L'agenda gastronomique des affaires

Plus qu'un agenda... un guide pratique!

Rendez-vous avec un client important...? Ou bien l'anniversaire d'une personne chère, et vous ne voulez pas oublier... Vous ferez d'une pierre, deux coups! Vous trouverez à même votre agenda, l'endroit idéal pour discuter devant un bon repas ou pour fêter avec tout l'éclat qui se doit!



Une liste de 287 restaurants vous informe sur la qualité et les prix de ces établissements. Une carte gastronomique facilite le choix, partout, où que vous soyez au Québec. Un carnet, dans lequel vous pourrez noter adresses et numéros de téléphone, est inséré à la fin de l'agenda.

Plusieurs chroniques agrémentent chaque mois de l'année. Entre autres, celles de Thierry Debeur, «Le restaurant du mois», Charles Petit Martinon, journaliste gastronomique au Journal de Montréal, «A la défense des vrais chefs»; Michel Phaneuf, spécialiste en vins, dévoile «les 12 meilleures bouteilles de l'année». Des articles des plus intéressants, dont celui de l'Institut du tourisme et de l'hôtellerie du Québec; un portrait de la famille Van Houtte et les meilleures recettes de Soeur Angèle. Tous ces délices truffés de pages couleurs. De quoi ravir tous les gourmets et les gourmands!

Vous penserez sûrement à l'offrir en cadeau...

Pourquoi pas... à vous d'abord!

NOUS SOUHAITONS VOUS DIRE MERCI

Mu Canada, l'année fut bonne. Le nom Hyundai a reçu un accueil chaleureux. Vous avez adopté notre Pony et admiré notre Stellar. De plus, vous nous avez donné confiance en l'avenir. À tel point que, bâtissant ici, nous investissons dans des usines et des emplois.  Nous voulons grandir avec vous et contribuer à l'essor du pays.  Merci pour cette hospitalité enthousiaste! Chez Hyundai, nous vous souhaitons tous de Joyeuses Fêtes.



HYUNDAI AUTO CANADA



CARTES PROFESSIONNELLES

ARPENTEURS GEOMETRES



YVAN GARNEAU
ARPENTEUR-GÉOMETRE
30 Évêché Est, Rimouski, suite 302
Tél.: bur.: 723-3214



Asselin & Couillard
Arpenteurs-géomètres
RIMOUSKI: 302 St-Germain Est
(418) 724-7447
Jean-Yves Asselin, a.g.
Christian Couillard, a.g.

AVOCATS

Jean Blouin
AVOCAT ET PROCUREUR
216 Cathédrale, Rimouski Tél.: 724-2031

Jeannot-H. Roy, L.L.L.
AVOCAT
Suite 305
148 St-Barnabé, Rimouski
Tél.: (418) 723-0434



LAVOIE & GAUTHIER
AVOCATS
219 ARTHUR BUIES OUEST
RIMOUSKI - G5L 5C5
TÉL.: (418) 722-7220
LAVOIE, Henri B.A.L.L.L.
GAUTHIER, Gaetan, L.L.B.


VALÈRE M. GAGNÉ, L.L.L.
AVOCAT ET PROCUREUR
148 de la Cathédrale Suite 2 C.P. 727, Rimouski G5L 7C7, 724-8855

Gendreau, Pelletier, Lavallée, Langis & Bérubé
AVOCATS
Marion Pelletier
Claude H. Gendreau
Denis Lavallée
Dominique Langis
Jacques Bérubé
Reine-Marie Roy
Daniel Beaulieu
Martin Villeneuve
Conseil: J.-Claude Gagnon, C.R.
41 rue de l'Évêché Ouest, Rimouski
Tél.: (418) 724-4416

MICHEL TESSIER, L.L.L.
AVOCAT ET PROCUREUR
102 Boul. de la Rivière
(Coin St-Germain Ouest)
Rimouski, (Québec)
G5L 4K1
Tél.: (418) 723-7861

CASGRAIN, BLANCHET GAGNON & DESROSIERS
AVOCATS
André P. Casgrain, C.R.
Gilles Blanchet, B.A., L.L.L.
Gilles Gagnon, L.L.L.
Gaston Desrosiers, L.L.B.*
Jacques Villeneuve, B.A., L.L.L.
Monique Marois, L.L.B.
Pierre Lévesque, L.L.B.
Yvan Bujold, L.L.L.
Conseil: Marcel Crevier, m.sc. L.L.L.
*Agent de marques de commerce
184 Cathédrale Rimouski (418) 723-3302

EVALUATEURS



GODBOUT, JOSEPH & ASS. INC.
EVALUATEURS AGRÉÉS
Lucien Godbout, Éval. Agréé
Tech. en Sc. appliquée
Collin Joseph, T.G.C., B.A.A.
135, des Gouverneurs
Suite S-1, Rimouski
G5L 7R2 Tél.: (418) 723-7575

Chevalier, Hughes & Associés
Évaluateurs conseils
Claude de Champlain, a.a.c.i.
Réal Fréchette, E.A.
La Grande Place 84, St-Germain Est, 2^e étage, Local 215 C.P. 890, Rimouski, G5L 7C9 Téléphone: (418) 724-6532
124 Soucy Matane, QC G4W 2E2 Téléphone: (418) 562-9060

NOTAIRES

BÉRUBÉ & BÉRUBÉ
NOTAIRES
JOSEPH BÉRUBÉ, L.L.L.
PIERRE BÉRUBÉ, L.L.L.
30, ÉVÊCHÉ EST, RIMOUSKI
723-2342

Me Ronaldo Raboin, Notaire conseil
Me Gilles Raboin, L.L.B.
Me Louis Bellavance, L.L.L.
Me Jacques Bélanger, L.L.L.
RABOIN, BELLAVANCE ET BÉLANGER
NOTAIRES
CONSEILLERS JURIDIQUES
Édifice Le Séjour 320 St-Germain, Suite 302 Rimouski (Québec) G5L 1C2 Tél.: (418) 723-3127
Cessionnaires des greffes de:
Me Louis de Gonzague Belzile
Me Gleason Belzile
Me Yves Belzile
Me Émile Gagnon
M. Roland Gagnon

Yves Gauvreau Marc Ross
Gauvreau & Ross
Notaires et conseillers juridiques
Édifice Brisson
140, St-Germain Ouest, suite 10
Rimouski
724-2144



DUBÉ, DOUCET, LEBLANC & GIRARD
Notaires et Conseillers Juridiques
14 St-Germain Est, Rimouski
723-3635 724-8835 724-2426

SECRETARIAT

Tél.: 724-7326
SECRETARIAT GÉNÉRAL DE RIMOUSKI ENR.
302 St-Germain Est, Rimouski (Québec) G5L 1B9
Ginette Pineault, gér.

COMPTABLES AGREES

Jean-Paul Dionne
Comptable agréé
C.P. 1023, 135 des Gouverneurs Rimouski, P.Q. G5L 7E1 Tél. bur.: 723-1828 res.: 723-2775

Samson Bèlair
Comptables agréés
RIMOUSKI
320 ST-GERMAIN EST - 724-4136
Gilles Lévesque, C.A. Emilien Malenfant, C.A.
Clément Duchesne, C.A. Laurent Lavoie, C.A.
Denis Trudel, C.A. Camille Leblanc, C.A.
CONSEIL
Benoit Sylvain F.C.A.
MATANE
750 DU PHARE OUEST - 566-2637
Paul Gagné, C.A.
GASPÉ
4 RUE MORIN - 368-1517
Claude Brochet, C.A.
NEW-RICHMOND
113 BOUL. PERRON - 392-5058
Ghislain Bourque, C.A.
TROIS-PISTOLES
31 NOTRE-DAME EST - 851-2232
Danny Hudon, C.A.
Bureaux dans les principales villes du Québec et du Canada
Affiliation internationale - Moore, Stephens & Co

Cavanagh & Associés
Comptables agréés
Yvon Cavanagh, C.A.
Richard Brillant, C.A.
116 St-Germain Ouest
Bureau 134, Rimouski (Québec) G5L 4B5
Tél.: (418) 724-7905

courrier-rencontre
d' Aimé
 Chroniqueur: "Aimé"
 C.P. 1593, Rimouski, P.Q. G5L 8M4

- **Courrier-Rencontre d'Aimé s'adresse à tous et chacun, c'est-à-dire à toutes les classes de la société sans exception.**
 - **Courrier-Rencontre d'Aimé vous permettra de trouver, au moyen de correspondance, la personne idéale pour faire des rencontres amicales et même amoureuses.**
 - **Quel que soit votre âge, votre condition sociale, nous pouvons vous faire rencontrer rapidement la personne qui saura vous plaire.**
 - **Courrier-Rencontre d'Aimé en profite pour vous inviter à nous envoyer une courte description de vous-même, pour parution ultérieure.**

PROBLÈME DE POIDS

Bonjour Aimé,

Je suis épouse et mère de trois enfants. Je suis mariée depuis six ans à un homme qui ne m'aime plus. Dès que j'ai commencé à engraisser à la naissance de notre premier enfant, il s'est mis à m'aimer de moins en moins. Maintenant l'amour est absent dans notre couple. Il ne fait l'amour que lorsqu'il est ivre. En d'autres cas, je dois moi-même lui demander et je sens qu'il n'a plus du tout envie de moi.

J'ai l'impression de n'être sa femme que parce que nous avons des enfants. Il les aime beaucoup tous les trois et même beaucoup plus que moi. Je me sens seule, et je suis très malheureuse, tellement que je pense au divorce, car je ne peux plus tolérer cette situation; je ne reçois aucune marque d'affection. Il me gâte beaucoup matériellement et financièrement, mais d'après moi, il manque le principal: l'amour... L'argent ne compte pas pour moi car l'homme que j'ai marié était pauvre. Je l'aimais malgré tout et je l'aime encore, mais c'est très difficile d'aimer à sens unique. S'il ne peut m'aimer avec mes 180 livres, c'est qu'il ne m'a jamais aimé véritablement. Aidez-moi s.v.p., je suis fatiguée de me faire reprocher ma taille et mes grignotages. Je veux avoir vos conseils, car je crois de moins en moins à la possibilité d'être aimée.

Coeur désespéré

Chère madame,

Il est moins qu'étonnant que votre mari réagisse de cette façon avec toutes les images de jeunes filles minces qu'on lui montre dans la publicité et à la télévision. On déprécie beaucoup l'embonpoint et la mauvaise forme physique. La femme d'aujourd'hui doit répondre au stéréotype du mannequin pour être remarquée par les hommes. C'est, du moins, le message transmis par les médias.

Votre mari préférerait alors que vous répondiez davantage à

ces critères de beauté. Il est d'autant plus peiné parce que lorsqu'il vous a épousée vous étiez (toujours selon les critères) plus belle à ses yeux. Cependant, cela n'excuse pas son comportement de rejet à votre égard. Vous êtes après tout la même femme que lorsque vous vous êtes mariés. Le fait qu'il a besoin d'alcool pour aiguïser son désir sexuel est déplorable et prouve bien l'importance qu'il accorde à votre taille. Vous devriez engager des discussions pour essayer de comprendre profondément la raison de son comportement. Il serait dommage pour vous et surtout pour vos enfants, que votre mariage se solde par un divorce pour un simple manque de volonté.

De votre côté, vous devriez vous interroger sur cette prise de poids soudaine. Vous dites que vous grignotez, il semble bien que ce n'est pas très bon pour votre santé, car voyez-vous, grignoter est à l'obèse ce que boire est à l'alcoolique. Il s'agit dans un cas comme dans l'autre d'un suppléant à un manque d'affection et ces personnes essaient de combler leur carence d'affection par de la nourriture ou de l'alcool. Vous faites, peut-être, face à un grave problème affectif. Il y a sûrement une raison pour que vous ayez engraisé ainsi. Je vous inciterais à y penser et même à en discuter avec votre mari. On ne règle jamais les problèmes en les fuyant. Il faut les affronter de plein fouet. Vous êtes peut-être plus près du bonheur que vous ne le croyez. Vous semblez vous complaire dans votre état, mais vous vous plaignez pourtant d'un malaise affectif. On dit qu'il n'y a pas pire sourd que celui qui ne veut pas entendre, et bien... dans le même esprit, il n'y a pas pire opprimé que celui qui se complait dans cet état...

Aimé

Correspondance

- **Il en coûte rien pour vous inscrire au Courrier-Rencontre d'Aimé, mais il en coûtera cinq dollars pour obtenir le nom d'un(e) correspondant(e).**

- **Pour ce faire, envoyez au long, votre nom, adresse, code postal, C.P., et numéro de téléphone.**

- **Incluez toujours un timbre pour l'affranchissement de retour.**

- **Postez le tout à: Courrier-Rencontre d'Aimé, C.P. 1593 Rimouski, Qué. G5L 8M4.**

85625 - **RIMOUSKI** - Homme de 35 ans, divorcé, 130 lbs, portant la moustache. Cheveux bruns-pâles, yeux pers, 5pi, 11po, et de personnalité simple, attachante et sans cérémonie. Ne porte ni bijoux ni jeans. Fumeur et sobre. Aime les quilles, le bricolage, la nature, la musique et les

ballades en auto. Travaile à l'année et bonne position. Désire rencontrer une créature veuve, célibataire ou divorcée, affectueuse, simple et accepte les fumeuses. Agée entre 30 à 37 ans et il aimerait la connaître le plus vite possible. But: refaire sa vie avec une personne qui saura lui plaire et l'accepter tel qu'il est afin d'aimer et être aimé.

85443 - **MONT-JOLI** - Jeune homme célibataire de 27 ans, 5pi, 4po, 150 lbs, portant la moustache. Un cancer aux cheveux et yeux bruns, costaud et viril. Travaile à plein temps et s'arrange très bien. Aime le cinéma, les voyages, la tranquillité, le dialogue et la vie de foyer. Pratique la marche au grand air, la bicyclette et l'althérophilie. Non fumeur, sobre et aime l'amour physique s'il est accompagné de tendresse. Se présenter une créature douce, très particulière, joviale, compréhensive, fidèle à un seul homme et très affectueuse. But: trouver une femme ayant la gaieté au coeur et le goût de vivre afin de meubler la solitude.

85494 - **SAINT-GABRIEL** - Homme célibataire de 36 ans, 5pi, 8po, 160 lbs. Cheveux bruns, yeux bruns, ne portant pas la moustache. Possède une maison et une voiture. Aime le cinéma, la danse, la T.V., les cartes, la marche et le dialogue. Fumeur mais sobre. Jeune femme libre, si tu es compatible à installer l'amitié et la tendresse, le romantisme, à nous de se choisir une forme harmonieuse pour prendre le meilleur de la vie. But: beaucoup de tendresse, d'affection et d'amour à donner à celle qui sera l'éluée de son coeur.

85616 - **RIMOUSKI** - Homme divorcé de 59 ans, 5pi, 9po, 175 lbs. Né sous le signe du sagittaire, cheveux poivre et sel ondulés, de belle apparence, bonne instruction, honnête et de très modeste personnalité. Fumeur, mais sobre. Aime le dialogue, la marche, les cartes, la danse à l'occasion. Aime aussi faire la cuisine. Désire connaître une dame distinguée, assez jolie, de bon caractère et assez grande. Agée entre 50 à 55 ans. But: avoir une femme à aimer et devenir de bons amis. Photo appréciée et réponse assurée.

85443 - **RIMOUSKI** - Homme célibataire de 40 ans, 5pi, 8po, 150 lbs. Cheveux blonds, yeux bleus, portant la moustache et de personnalité attachante et remarquable. Bonne éducation et instruction universitaire. Bon emploi en situation stable, autonome et indépendant. Pratique l'auto-défense, la pêche, le camping, la moto et le ski. apprécie la gastronomie devant du bon vin, les soirées intimes, le cinéma et les voyages. Non fumeur et sobre. Peut se déplacer facilement. Désire rencontrer une compagne avenante, gracieuse,

douce, joviale, honnête, franche et aimant rire. But: avoir une vie agréable à deux et donner du piquant à l'existence.

85621 - **RÉGION DU BAS ST-LAURENT / LA VALLEE** - Aimérait faire un beau cadeau à sa maman pour Noël: Lui trouver un compagnon idéal, c'est-à-dire un homme entre 50 à 65 ans. Veuve depuis plusieurs années, elle confie qu'elle aimerait bien vivre à deux comme la plupart de ses amies. Ses goûts sont très variés, des sorties en passant par la natation et les voyages. Cependant, elle aimerait bien qu'on lui apprenne des choses, entre autres à danser... Pour sa description, c'est un peu comme tout le monde, yeux bruns, pas trop grande etc. Mais ce qui l'a différencie de toutes, c'est sa très belle apparence, distinguée, sociable et très gentille. C'est votre chance messieurs de trouver la perle rare et pour elle aussi du même coup. Enfin elle a 58 ans, mais n'en paraît que de 50, voyez donc par vous-même. Pour ce faire écrivez au Courrier pour une éventuelle rencontre et décidez des convenances pour Noël, sinon pour le Jour de l'An. 85559 - **RIMOUSKI** - Célibataire de 33 ans, 5pi, 7po, 150 lbs. Cheveux roux, yeux verts. D'apparence jeune, simple, soignée, virile et perfectionniste. De formation universitaire et de très bonne éducation, travaillant à l'année en situation stable. Aime la musique, les voyages, le camping, la marche, le dialogue, la nature, la tranquillité et le bricolage. Grand sportif. Fumeur, mais sobre. Possède une voiture et peut se déplacer facilement. Aimérait rencontrer une fille, à peu près de son âge, et qui serait douce, joyeuse, très propre et particulière, tranquille, fidèle, affectueuse, calme, sincère et ayant un bon caractère. But: recherche l'amitié et peut-être davantage.

85438 - **SAINT-ANACLET** - Jeune femme de 33 ans, l'âge parfait dit-on, libre de toute attache. Education et instruction supérieure, recherche un compagnon, entre 25 à 39 ans, avec ou sans enfant, dans le but d'établir une amitié ou des liens sérieux et vivre heureux et en harmonie.

PRIÈRE SECOURS RIMOUSKI... À TON ÉCOUTE

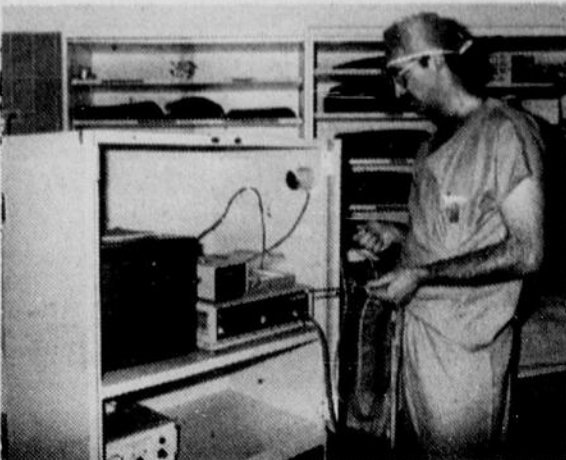
Nous t'offrons une oreille attentive et bienveillante quelque soit ton besoin.

PRIÈRE SECOURS RIMOUSKI

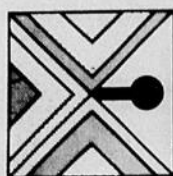
C'est pour toi que nous y sommes tous les soirs de 19h00 à 22h00.

Compose **724-2446**

Un arthroscopie au Centre hospitalier régional de Rimouski
 Grâce à la générosité des souscripteurs de "La Fondation"



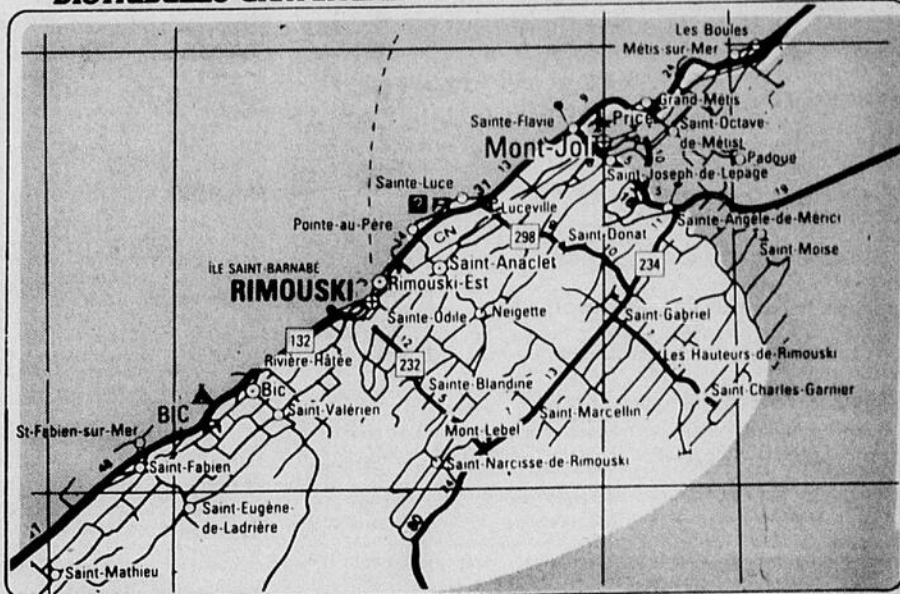
Depuis le mois de novembre 1984, le Service de chirurgie orthopédique du Centre hospitalier régional de Rimouski utilise, pour le diagnostic et le traitement des blessures du genou, cet appareil électronique: l'ARTHROSCOPE. C'est grâce à la générosité de nombreux donateurs et souscripteurs que **La Fondation du Centre hospitalier régional** a pu offrir ce précieux équipement, au coût de 65 000\$, qui permet de garder en région des nombreux ou des patients que l'on dirigeait autrefois vers d'autres centres hospitaliers. La Fondation, qui continue de recueillir des fonds pour aider un établissement de santé à vocation régionale, rappelle son slogan: **SOUSCRIRE À LA FONDATION POUR MIEUX GUÉRIR DANS SA RÉGION!** On peut faire parvenir une souscription à l'adresse suivante: **LA FONDATION DU CENTRE HOSPITALIER RÉGIONAL DE RIMOUSKI, 150, avenue Rouleau, Rimouski (Québec) G5L 5T1**



LE RIMOUSKOIS
 "Le pionnier de la distribution gratuite"

19 350 copies

DISTRIBUÉES GRATUITEMENT DANS LA RÉGION DE RIMOUSKI



TERRITOIRE COUVERT

- | | | |
|-------------------------------|---------------------------|-----------------------------|
| Rimouski (C + D) | Luceville (C + D) | Ste-Blandine (C + D) |
| Rimouski-Est (C + D) | St-Anaclet (C + D) | St-Narcisse (C) |
| Pointe-au-Père (C + D) | St-Donat (D) | St-Valérien (C + D) |
| Ste-Luce (D) | St-Gabriel (C) | Bic (C + D) |
| Ste-Flavie (D) | Les Hauteurs (D) | St-Fabien (C + D) |
| Mont-Joli (C + D) | St-Marcellin (C) | St-Eugène (D) |

C. Camélot D. Depot

PUBLIÉ PAR: "LES ÉDITIONS RIMOUSKOISES INC."

Mallette Benoit Boulanger Rondeau & Associés

INCORPORANT LAPOINTE, MADORE, JACQUES, FORTIN, PELLETIER

COMPTABLES AGRÉÉS

- | | | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Amqui
37, boul. Saint-Benoit
(418) 629-2255
Claude Jacques, c.a.
Jacques Valois, c.a. | Mont-Joli
1555, boul. Jacques-Cartier
(418) 775-7294
Raymond Madore, c.a.
Yvan Fortin, c.a.
Carl Doucet, c.a.
Claude Morissette, c.a. | Rimouski
5, rue Saint-Germain Est
(418) 724-4414
Roger Desrosiers, c.a.
Gilles Lepage, c.a.
Irvin Pelletier, c.a.
Pierre-Denis Jacques, c.a. | Trois-Pistoles
46, rue Notre-Dame Est
(418) 851-2060
Clement Fournier, c.a.
Conseil:
C.-E. Pelletier, c.a. |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

Present dans plusieurs villes importantes du Québec
 Représentation nationale et internationale

RENSEIGNEMENTS UTILES

Horaires des messes

Cathédrale: Samedi: 19h15. Dimanche: 1er dimanche de juin au 2ième dimanche d'octobre: 8h00, 2ième dimanche d'octobre au 1er décembre de juin: 9h00, 11h00 et 17h00
Nazareth: Samedi: 19h00. Dimanche: 9h30, 11h00
Pointe-au-Père: Samedi: 19h15. Dimanche: 10h00, 11h30, 17h00
Ste-Agnès: Samedi: 19h15. Dimanche: 9h30, 11h00
Sacré-Coeur: Samedi: 19h15. Dimanche: 9h30, 11h00
St-Anaclet: Samedi: 19h30. Dimanche: 10h30
St-Odile: Samedi: 19h15. Dimanche: 9h30, 11h00
St-Pie X: Samedi: 19h15. Dimanche: 10h00, 11h30, 19h30
Terrasse Arthur-Buies: (Ecole Paul-Hubert, café étudiant). Samedi: 19h15. Dimanche: 10h45
St-Robert: Samedi: 19h15. Dimanche: 10h00, 11h00, 19h15
St-Yves: Samedi: 19h00. Dimanche: 10h30.

Horaires de la piscine de Mont-Joli

Du lundi au jeudi inclusivement, de 8h00 à 9h00, adultes. Vendredi soir, 8h00 à 9h30, bain familial. Samedi après-midi, de 2h00 à 3h00, bain pour tous. Samedi et dimanche soir, de 8h00 à 9h30, adultes.

Piscine Pierre Harvey

HORAIRE DES BAINS LIBRES DU 3 SEPTEMBRE 1985 AU 22 JUIN 1986
 Lundi: 19h30 à 20h30, bain familial
 Mardi: 19h30 à 20h30, bain familial
 Mercredi: 19h30 à 20h30, bain pour adultes - 20h30 à 21h30, bain en longueur (adultes)
 Jeudi: 19h30 à 20h30, bain familial
 Vendredi: 19h30 à 20h30, bain familial
 Samedi: 14h00 à 15h30, bain pour tous - 16h00 à 17h00, bain familial
 Dimanche: 14h00 à 15h30, bain pour tous - 19h30 à 20h30, bain familial
Cout: Jeunes de 14 ans et moins: 0,75\$. Personnes de 15 ans et plus: 1,25\$. Carnets de baignades: 1 livret de 10 baignades - adultes, 10,00\$. 1 livret de 10 baignades - enfants, 6,00\$.

PEPS - PISCINE:

Bain libre: 20h00 à 21h00 du lundi au dimanche
Bain en longueur: 18h00 à 19h00 du lundi au vendredi
Bain récréatif: 13h30 à 15h00 samedi et dimanche
Cout: 1,50\$ (14 ans et plus)
 0,75\$ (13 ans et moins)
 Gratuit pour les membres.
N.B.: Pour les baignades en soirée, de 18h00 et de 20h00, les enfants de moins de 14 ans doivent être accompagnés d'un adulte de 18 ans et plus.

CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Lundi, mercredi et vendredi: 18h30 à 21h30
 Mardi et jeudi: 19h00 à 21h30
 Samedi et dimanche: 16h00 à 18h00
SERVICE: Animateur-conseil sur place. Elaboration de programmes (général ou spécifique). Poids, haltères et appareils hydra-gym. Banque de textes, dépliants, revues.
LOCAL: J-231
COUT: membres: gratuit. Non-membres: 1,50\$
CLINIQUE EVALU-FORME
Horaires: Lundi au vendredi: 8h00 à 21h00
N.B.: Sur rendez-vous seulement
Pour rendez-vous: 723-1880 poste 461 ou local J-210
 - Heures du bureau: demandez Daniel Doucet
Service:
 1° - évaluation de la condition physique
 - Test d'effort sous-maximale sur bicyclette
 - Mesure anthropométrique (poids et taille)
 - Estimation de pourcentage de graisse
 - Mesure de la capacité d'endurance musculaire
 - Mesure de la capacité en flexibilité
 2° - Prescription d'un programme d'activités de conditionnement physique
COUT: - 15\$ étudiants(es) et membres
 - 20\$ autres non-membres
Local: J-231

BADMINTON:

Lundi: 21h00-22h00, J-145 - C-30
 Mardi: 21h00-22h00, C-30
 Mercredi: 20h00-21h00-22h00, J-145
 Jeudi: 21h00-22h00, C-30
 Vendredi: 17h00-18h00, J-145. 19h00-20h00-21h00, J-145 - C-30
 Samedi: 14h00 à 22h00, J-145 - C-30
 Dimanche: 14h00 à 22h00, J-145 - C-30
Semaine - Membre du PEPS
 Réservation le jour même à compter de 10h00, local J-209 ou 723-7377.
Non-membres
 Réservation le jour même à compter de 16h00, local J-209 ou 72-7377.
Week end - Membre du PEPS
 Réservation à compter du jeudi 10h00 pour le week end.
Non-membres
 Réservation à compter de vendredi 16h00 pour le week end.

Parents anonymes de Rimouski

Rencontre le mercredi soir à 19h30. Tél. 723-5072 (le soir). 1-800-361-5085 (sans frais le jour). Groupe d'entraide, de prévention des difficultés avec les enfants.

Bibliothèque municipale

Du lundi au vendredi, de 13h00 à 16h30 et de 19h00 à 21h00. Le samedi de 9h00 à 11h30 et de 13h00 à 16h00. Tous nos services sont entièrement gratuits. Tél.: 724-3164, rue de la Cathédrale, édifice de l'Hôtel de Ville.

Bibliothèque municipale de Pointe-au-Père

La bibliothèque municipale de Pointe-au-Père, est ouverte tous les mercredis soirs de 7h00 à 9h00 et les abonnés peuvent se prévaloir du service de prêt pour les disques et livres en se rendant à l'édifice municipal au 315, rue Dionne.

Bibliothèque municipale de Rimouski-Est

La bibliothèque, située au 550 St-Germain Est, est ouverte tous les mardis soirs de 19h00 à 21h00 et tous les samedis de 9h30 à 11h30. Tous les services sont entièrement gratuits. Tél.: 723-4733.

La Débrouille, hébergement pour femmes

Toute femme victime de violence physique et/ou psychologique en milieu familial, avec ou sans enfants, peut obtenir de l'aide et de l'hébergement gratuit en s'adressant à La Débrouille, au numéro de téléphone: 724-5067.

Programme de sensibilisation à la vie familiale

Le programme de Sensibilisation à la Vie Familiale (P.S.V.F.) est destiné aux parents d'enfants de trois à quatre ans, qui veulent repenser les relations parents-enfants. Pour renseignements, appeler Jacqueline: 724-7076.

Cours offert aux adultes

Une personne de votre entourage désire apprendre à lire, à écrire et à calculer. C'est possible! Elle veut améliorer son français, atteindre le niveau secondaire. C'est possible! Elle veut maîtriser la langue française pour une meilleure intégration sociale. C'est possible! Veux-tu en savoir davantage. Communique à Rimouski: 724-3336, Mont-Joli: 775-4466. A ces numéros, on t'informera des responsables de ta paroisse.

Clinique de maladies transmises sexuellement (M.T.S.)

Prélèvements pour dépistage, informations, traitements des infections génitales et M.T.S. De 8h30 à 12h30 du lundi au jeudi inclusivement, téléphone à 724-8338.

Planning des naissances

Pour information, ou rendez-vous, 724-8579. Les heures d'ouverture sont de 9h00 à 17h00, y compris l'heure du dîner.

Allaitement maternel

Pour information sur l'allaitement maternel, appelez Nicole à 739-3543 ou Jeanne à 724-5143.

Adoption

Le Centre de Services Sociaux du Bas du Fleuve est responsable encore actuellement d'un grand nombre d'enfants d'âge scolaire qui n'ont pas de parents. Ce sont presque tous des garçons. Ils ont besoin d'abord et avant tout d'une famille bien à eux. Centre de Services Sociaux du Bas du Fleuve. Secteur adoption. Tél. 723-1250.

Dépressifs-ves?

Un groupe d'entraide peut t'aider à surmonter cette période difficile. On partage ses expériences et on tente de trouver des solutions simples à appliquer dans son quotidien. Une dépression, ça peut arriver à tout le monde et on peut s'en sortir! N'hésitez pas! Rencontrez tous les mardis à 19h30. Pour information: 724-7204 local 221 ou 245.

"Action-Travail Rimouski-Neigette"

Regroupement de personnes sans emploi qui veulent se prendre en main et trouver leurs propres solutions. Jeunes et moins jeunes, appelez-nous: 724-0403, 167 St-Louis.

Garderie de St-Anaclet

Garderie St-Anaclet, 151 rue Principale. Heures d'ouverture: 7h30 le matin à 18h00, du lundi au vendredi. Programmes éducatifs. Programme d'aide financière pour famille à faible revenu. Tél. 723-4977.

La Garderie du Bas du Fleuve

Garderie du Bas du Fleuve Inc. Heures d'ouverture: 7h30 à 17h30 du lundi au vendredi. Programmes éducatifs. Programme d'aide financière pour famille à faible revenu, 61 Ste-Marie. Tél. 722-6717.

Horaires de l'autobus entre Rimouski et Biencourt via la 232

Horaire du matin		Horaire du soir	
Départ de Biencourt	Arrivée	Départ de Rimouski	Arrivée
8.00 hrs	10.00 hrs	5.00 hrs	7.20 hrs: Biencourt

FICELLES - Formation - Information - Choix - Emploi pour elles

Service appuyant les femmes monoparentales du territoire MRC-Neigette, dans leurs démarches d'intégration au marché du travail. Nous offrons: informations - références - aide éducative - formation - placement - suivi. S'inscrire en téléphonant à: 723-2205. FICELLES est situé au 49 ouest, St-Jean-Baptiste, Rimouski, G5L 4J2.

Garderie "La Tralée" 319 Sirois, Rimouski

Heures d'ouverture: 7h30 à 17h30, du lundi au vendredi. Clientèle de 2 à 6 ans. Accessibilité à l'enfance handicapée.

Horaire des marées						
Jour	Heure	H./pi.	Ht./m.	SA	16h35	4.7 1.4
18	01h00	3.3	1.0	SA	22h25	9.5 2.9
	07h00	10.0	3.0			
WE	12h50	4.3	1.3	Jour	04h25	4.7 1.4
ME	19h10	11.6	3.5	22	10h55	11.3 3.4
					17h35	4.3 1.3
Jour	01h55	3.9	1.2	SU	23h20	9.4 2.9
	08h00	10.0	3.0	DI		
TH	14h00	4.8	1.5	Jour	05h10	4.6 1.4
JE	20h15	10.6	3.2	23	11h40	11.8 3.6
					18h25	3.8 1.2
Jour	02h50	4.3	1.3	MO		
	09h00	10.3	3.1	LU		
FR	15h20	4.9	1.5	Jour	00h10	9.5 2.9
VE	21h20	9.9	3.0	24	05h55	4.4 1.3
					12h20	12.4 3.8
Jour	03h40	4.6	1.4	TU	19h05	3.3 1.0
21	10h00	10.7	3.3	MA		

Ajouter une heure pour heure avancée

Les grands(es) Amis(es)

Les Grands(es) Amis(es) ont besoin de personnes bénévoles pour aider un jeune à développer les différentes facettes de sa personnalité. La personne bénévole recherchée s'engage à donner approximativement 3 hrs semaine pour vivre des activités avec le(la) jeune dans un cadre d'amitié et de confiance réciproque. Si vous êtes intéressés(es) contactez Susan Marquis à 724-2207.

L'Association de la déficience mentale

L'Association rimouskoise de la déficience mentale, auparavant nommée "L'Association pour l'enfance handicapée intellectuellement du Bas St-Laurent inc.", regroupe des parents d'enfants ayant un handicap intellectuel. Elle invite les parents désireux de partager leur expérience ou prêts à travailler au développement de services, à en devenir membres. Pour plus d'information, écrire à: C.P. 312, Rimouski, G5L 7C3 ou téléphoner à 724-4048, 724-2485.

Alcoolisme et toxicomanie

Situé au Centre hospitalier régional de Rimouski au 1er Pavillon St-Joseph, notre bureau est ouvert du lundi au vendredi de 08h30 à 16h30. Nous pouvons aussi vous recevoir sur rendez-vous en dehors de ces heures. Si vous désirez vraiment en sortir, mais que vous avez besoin d'aide, appelez-nous à 724-8321 ou 724-8320.

Alateen

Est-ce que l'un des tiens a un problème avec l'alcool? Si oui Alateen est pour toi, jeunes de 12 à 20 ans. Pour information: 723-8208 ou 723-7291.

Alcoolique anonyme

Si tu veux boire, c'est ton affaire. Si tu veux arrêter, c'est notre affaire. Tél. 723-6224.

Al-Anon

Al-Anon pour toi, si tu as des problèmes d'alcool dans ton entourage et que tu as besoin d'aide. Nos réunions pour le groupe du "Nouveau" sont le mardi à 19h00 au sous-sol de l'église St-Robert, 243 St-Laurent, Rimouski. Pour information, téléphonez à 722-5152 ou 723-1961.

Comité humanisation-naissance. Vous êtes enceinte?

Si vous avez envie de vivre une grossesse, un accouchement, un post partum (après accouchement) avec plus d'autonomie, ou si vous avez des commentaires à formuler à la suite de ce vécu, adressez-vous à Hélène à 724-8861.

Association Parents-uniques de Rimouski ('84)

"L'Association parents-uniques de Rimouski ('84), auparavant appelée Association des familles monoparentales, regroupe les chefs de famille à parent unique et couples reconstitués. On t'attend afin qu'ensemble on puisse s'entraider et améliorer nos conditions de vie. Activités d'informations, loisirs, échanges, entraide. Pour information: 724-8859 le jour et 724-8068 le soir.

Popote roulante (Le Gourmet)

Pour une demande de services de repas chauds à domicile, signalez 724-7204 et demandez le local 234. Ce service s'adresse aux personnes en perte d'autonomie (malades physiques, moraux, personnes handicapées ou âgées) ne pouvant préparer un repas.

La Société protectrice des animaux de Québec. Division Rimouski, 791 Lausanne, C.P. 372, Rimouski. Tél.: 723-2133

Les services suivants sont disponibles: fourrière municipale, adoption, éducation, euthanasie, plainte de cruauté. Nous sollicitons des dons monétaires pour continuer notre oeuvre humanitaire.

Association l'Orée inc.

L'Association l'Orée, c'est pour toi qui vit seul(le). Si tu désires rencontrer d'autres personnes, échanger sur ton vécu, participer à des activités sociales, culturelles ou sportives, viens nous rencontrer au 49 St-Jean-Baptiste ouest, de 13h00 à 17h00 et de 18h00 à 22h00 cinq jours semaine. Pour plus d'information, écrire à C.P. 1566, Rimouski, G5L 8M4 ou téléphoner à 724-2545 ou 722-7284.

Québecair

Service de limousine, 01.10 hre avant chaque départ.

TRAVERSE RIVIERE-DU-LOUP/ST-SIMEON

Rivière-du-Loup - 08h30 - 15h15

St-Siméon - 10h00 - 17h00

Matane Baie-Comeau Godbout

Départs	De Matane à Godbout	De Godbout à Matane	De Matane à Baie-Comeau	De Baie-Comeau à Matane
Dimanche	08h00	11h00	14h00	17h30
Lundi	08h00	11h00	14h00	17h30
Mardi	08h00	11h00	14h00	17h30
Mercredi	08h00	11h00	14h00	17h30
Jeudi	08h00	11h00	14h00	17h30
Vendredi	08h00	11h00	14h00	17h30
Samedi	08h00	11h00	14h00	17h30

Pour un meilleur service, veuillez RÉSERVER: 1-800-252-2427.

Via-Rail

Mont-Joli - Rivière-du-Loup - Matane

Gare de Rimouski: 722-4737 ou 1-800-361-5390

Service aux voyageurs

Du lundi au vendredi: De 23h30 à 18h00

Sam. Dim. et fêtes: De 23h30 à 07h30

Via-Rail Mont-Joli - Montréal

CHALEUR	Mont-Joli	AR
00h35 DP	Rimouski	02h09
01h01	Trois-Pistoles	01h09
02h01	Rivière-du-Loup	AR 00h25
02h45 DP	La Pocatière	23h32
03h43	Montmagny	22h54
04h20	Lévis (Québec)	22h06
05h13	Charny	21h45
05h43	Drummondville	19h56
07h24	DP Drummondville	18h35
	AR Sherbrooke	17h15
	St-Hyacinthe	19h15
07h54	St-Lambert	18h42
08h30	Montréal, Qué.	DP 18h30
08h45 AR		

MONCTON - CAMPBELLTON - MONTRÉAL

DÉPART ET ARRIVÉE (SAINT-LAURENT ET OCÉAN)	Saint-Océan	Saint-Laurent	Océan
08h30 DP	00h25 DP	Mont-Joli	19h30 AR
08h51	00h51	Rimouski	19h07
09h35	01h51	Trois-Pistoles	18h21
10h05 AR	02h25 AR	Rivière-du-Loup	17h50 DP
10h10 DP	02h35 DP	Rivière-du-Loup	17h45 AR
10h35		St-Pascal	17h15
10h50	03h32	La Pocatière	17h00
11h10		St-Jean-Port-Joli	16h45
11h30	04h09	Montmagny	16h20
12h15	05h02	Lévis (Québec)	15h36
12h35	05h22	Charny	12h53
			05h32

Air Satellite - Service inter-rives

DÉPART DE RIMOUSKI POUR BAIE-COMEAU

HORAIRE	Lundi:	Mardi:	Mercredi:	Jeudi:	Vendredi:	Samedi:	Dimanche:
	08h35	08h35	08h35	08h35	08h35	08h35	08h35
	13h35	13h35	13h35	13h35	13h35	13h35	13h35
	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45	18h45

Pour réservation: 722-6161

Autobus Voyageur inc.

DÉPARTS VERS L'EST:

06h15 Gaspé nord, via Rivière-au-Renard

Percé sud, via Carleton

13.15 Causapsal et Matane, vendredi seulement

17h20 Gaspé nord, via Murdochville

Percé sud, via Carleton

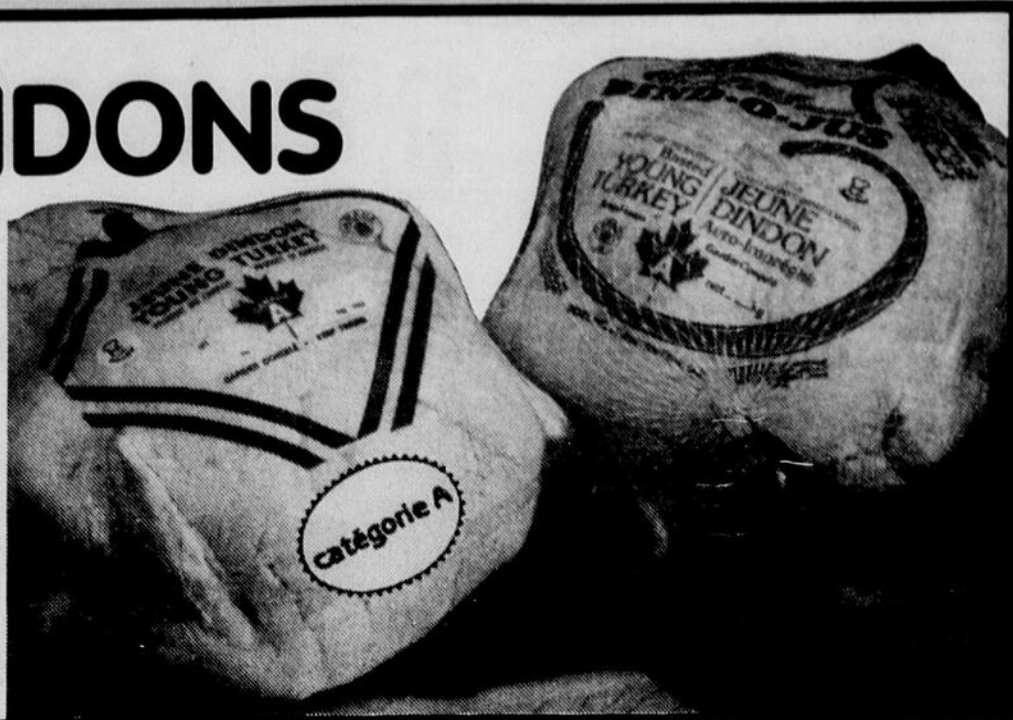
JOYEUX MÉTRO! ...ET JOYEUX NOËL

JEUNES DINDONS

Réguliers ou badigeonnés
Surgelés - Toutes pesanteurs
Catégorie «A»

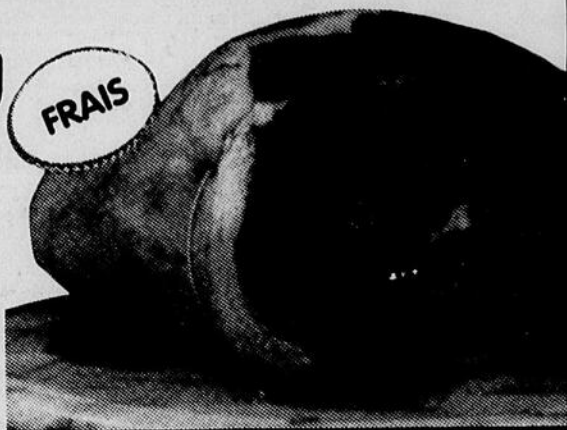
À PRIX POPULAIRE

Consultez
notre spécialiste Métro



**JAMBONNEAU
OU CROUPE
DE PORC**

FRAIS

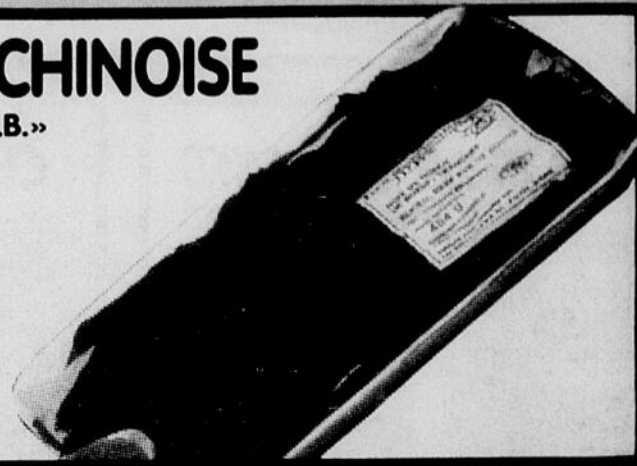


1.48
lb
3,265 kg

FONDUE CHINOISE

«Les Spécialités M.B.»
454 g (1 lb)

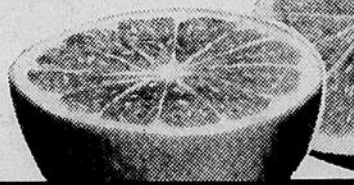
4.99



ORANGES

«Navel»
Importées du Maroc
Gros. 113

12 / 1.89



RAISINS ROUGES

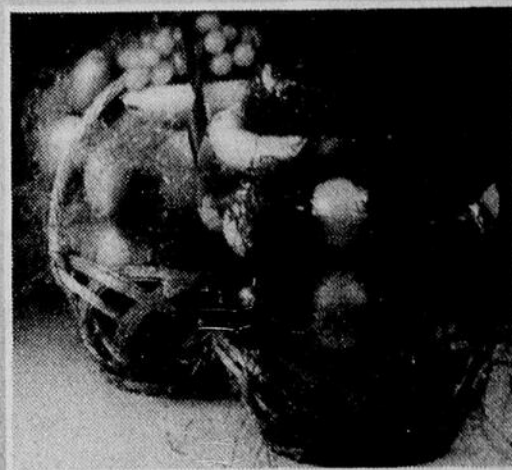
«Empereur»
Produit de Californie
Canada no 1

89¢
lb
1,963 kg

BANANES

«Dôle»
Produit Honduras

29¢
lb
64¢ kg



Nos paniers de fruits
pour le Temps des Fêtes
Adressez-vous
au gérant du département



METRO SIROIS

LE SPÉCIALISTE

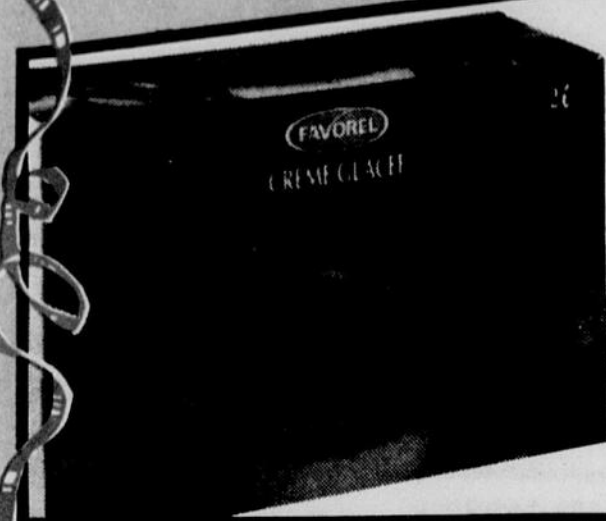
• 308 ROULEAU, RIMOUSKI
723-3783

par excellence

• 465 BOUL. ST-GERMAIN OUEST,
722-0722

JOYEUX MÊT

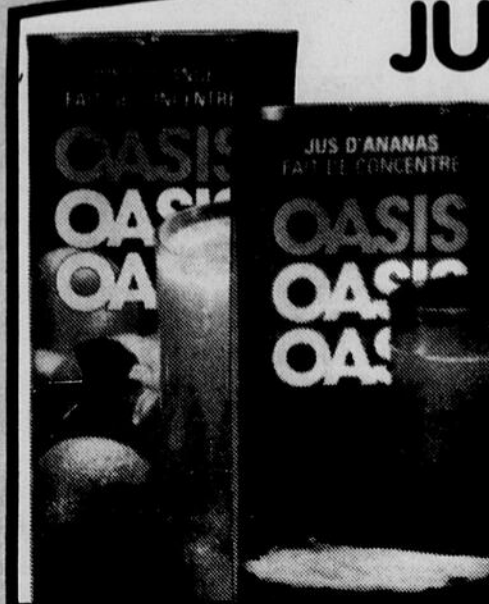
...ET JOYEUX NOËL!



CRÈME GLACÉE

«Favorel»
Parfums variés
Cont. de 2 litres carton

179



JUS VARIÉS

«Oasis»
Pommes, pommes à l'ancienne,
orange, pamplemousse,
ananas, délice du jardin.
Cont. de 1 litre

99¢

JUS DE TOMATES



«Libby's»
Canada de fantaisie
Bte de 1,36 litre

89¢

CHAMPIGNONS



«Métro»
Tiges &
morceaux
Bte de 284 ml

69¢

CAFÉ INSTANTANÉ



«Nescafé»
Bocal de 227 g
«Viva» décaféiné
Bocal de 170 g
«Colombie»
Bocal de 170 g
Au choix

469

PAPIER HYGIÉNIQUE

«Budget»
Blanc, beige
Pqt de 4 rlx
Avec coupon 69¢
Sans coupon 94¢



ÉPARGNEZ 25¢
À l'achat de
papier hygiénique Budget
blanc, beige, pqt 4 rlx 94¢

Valable du 14 au 21 décembre 1985 chez Métro
seulement. Limite 1 coupon par client. Au dé-
tailleur pour être remboursé, veuillez resour-
ner vos coupons à Herbert A. Watts, C.P. 2140,
Station A, Toronto, Ont. M5W 1H1. Papier
Perfina vous rembourse 25¢ plus 0,09¢ pour
les frais de manutention. 30/78/831r

MARGARINE MOLLE

«Golden Girl»
Cont. de 907 g



769



JUS DE POMMES

«Rougemont» - Concentré
Clair, pommes et raisins, brut
Cont. de 335 ml

79¢

FARINE



«Robin Hood»
Tout usage
Velvet
Sac de 2,5 kg

249

CROUSTILLES ASSORTIES

«Dulac»
Ruffles
Sac de 200 g



109



METRO SIROIS

LE SPÉCIALISTE

par excellence

• 308 ROULEAU, RIMOUSKI
723-3783

• 465 BOUL. ST-GERMAIN OUEST,
722-0722

RO!

COCA-COLA OU SPRITE



Régulier ou diète
Bouteilles consignées de 750 ml

6/238
+ dépôt

LA NICHE



TARTE AU SUCRE
620 g.

2⁶⁹

ÉCLAIRS AU CHOCOLAT

3/39

FRUITS VARIÉS

«Del Monte»

Pêches demies ou tranchées, salade de fruits, poires Bartlett demies, ananas tranchés ou morceaux dans jus naturel produit de la Californie Bte 796 ml



149

TOMATES

«Succes»

Canada de choix
Bte de 796 ml



59¢

CAFÉ MOULU

«Maxwell House»

Mouture rég.
mouture filtre,
filtre-matique

Pqt 369 g.



2⁷⁵

HEURES D'OUVERTURE POUR LA PÉRIODE DES FÊTES

- Lundi 16 décembre 9h00 à 18h00
- Mardi 17 décembre 9h00 à 18h00
- Mercredi 18 décembre 9h00 à 21h00
- Jeudi 19 décembre 9h00 à 21h00
- Vendredi 20 décembre 9h00 à 21h00
- Samedi 21 décembre 9h00 à 21h00
- Lundi 23 décembre 9h00 à 21h00
- Mardi 24 décembre 9h00 à 17h00
- Jeudi 26 décembre 13h00 à 21h00



SERVICE DE TRAITEUR

«Le Buffet» s'adresser à notre département des viandes

CONSULTEZ NOTRE CIRCULAIRE
DE 24 PAGES
POUR D'AUTRES SUPERBES ÉCONOMIES



micro-dur
Frig O Seal.

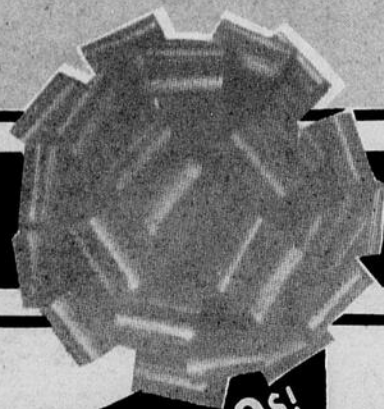
**NE MANQUEZ PAS
CETTE OFFRE!**

PLATS «MICRO-DUR»
Pour cuisson et rangement
Plats carrés .25, .5, 1 ou 2 l

4⁹⁹
ch

Plats ronds
ou rectangulaires
1.5, 2 ou 3 l

9⁹⁹
ch



**PARTICIPEZ AU
Concours Cuisine de rêve**

1^{er} prix:
cuisine de rêve
d'une valeur de
15 000\$!

10^{ème} prix:
ensembles electro-
menagers de la meilleure
qualite... ou 3 000 \$
en argent comptant!

40^{ème} prix:
ensembles
Espace-Plus de Black &
Decker.

EN TOUT, PRÈS DE
75 000\$
À GAGNER

CONCOURS CUISINE DE RÊVE
Coupon de participation

Nom:

Âge:

Adresse:

Ville:

Téléphone:

Déposez-le dans la boîte aux rêves de votre spécialiste Métro avant le 4 janvier 1986.
Voir détails en magasin



METRO SIROIS
LE SPÉCIALISTE

par excellence

• 308 ROULEAU, RIMOUSKI
723-3783

• 465 BOUL. ST-GERMAIN OUEST,
722-0722