

perspectives

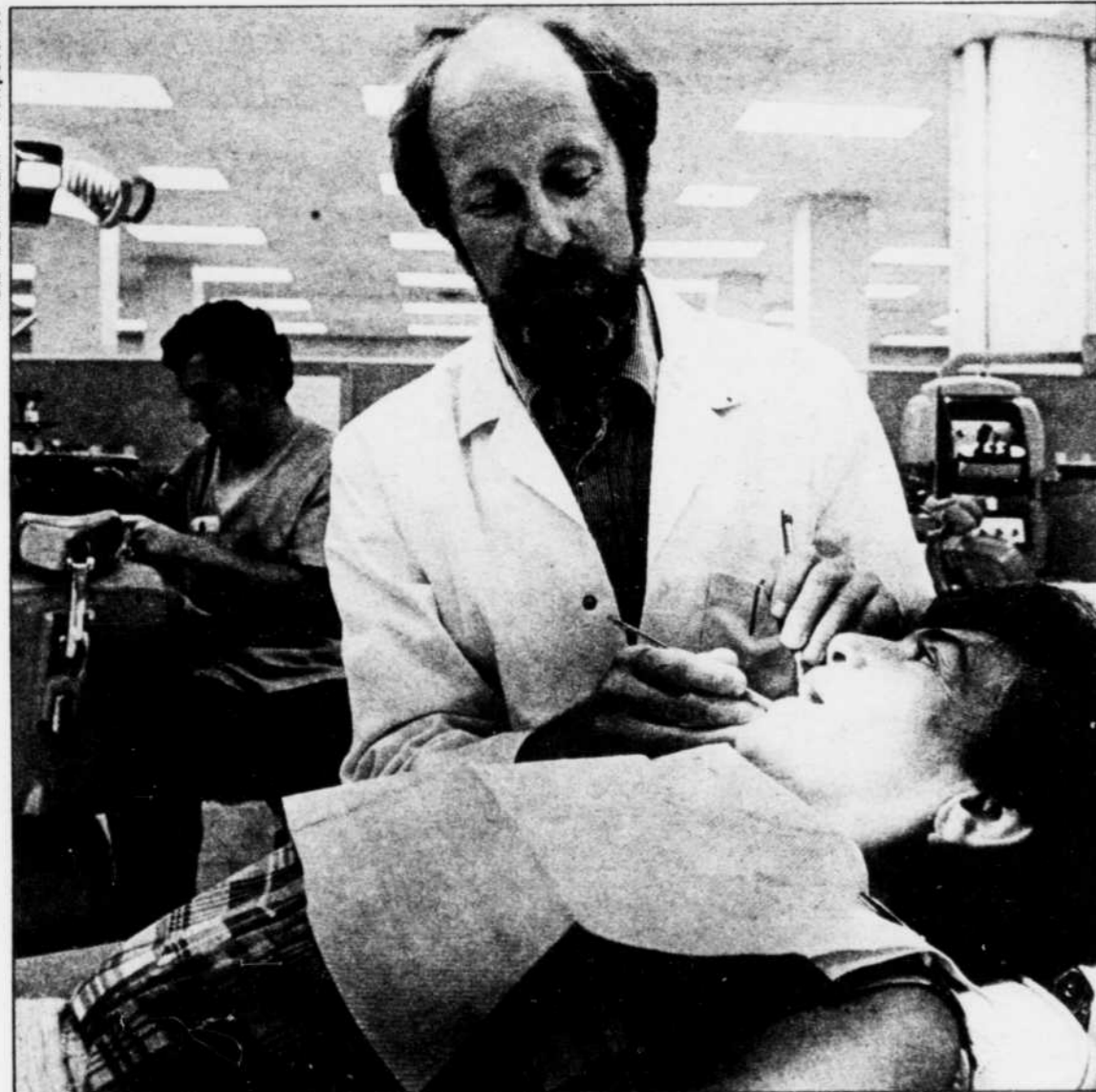
LE SOLEIL



Les périodontistes partent en croisade

DEPUIS QUE NOS DENTISTES
NE SONT PLUS DES ARRACHEURS DE DENTS,
ON CROYAIT AVOIR RÉGLÉ TOUS NOS MAUX DENTAIRE;
ERREUR: D'APRÈS LE Dr JEAN TURGEON,
IL FAUT REPARTIR À ZÉRO!

Photo Denis Plain — Perspectives



Le Dr Jean Turgeon, président de l'Association des périodontistes du Québec, en train d'examiner les dents d'une cliente.

PAR JEAN BLOUIN

En matière de soins dentaires, nous, Québécois, somme restés des analphabètes. Longtemps nous avons détenu le championnat mondial des bouches édentées et, plus tard, garnies de râteliers ou de dentiers, pour le plus grand profit des fabricants ontariens. La mentalité était donc à l'extraction, et les anecdotes pleuvent sur ce sujet. La plus célèbre a trait aux dentistes d'autrefois qui invitaient leurs clients à se laisser enlever la dent, généralement saine, voisine de celle qui venait de subir le même sort, étant donné qu'elle avait été insensibilisée en même temps que l'autre: alors, n'est-ce pas? aussi bien en profiter, surtout que c'était moitié prix pour la deuxième! Chez les dentistes, cette façon de voir est révolue. Mais dans la population? Il y a quelques années à peine, un monsieur se présente à la clinique dentaire de l'université de Montréal et demande qu'on enlève toutes les dents à sa fille de vingt ans qui l'accompagne. Après un rapide examen, le personnel l'informe qu'il suffirait de quelques obturations et le tout serait joué. Rien à faire: sa fille se mariait dans le courant de l'année et les deux dentiers faisaient partie de la dot promise au gendre, une espèce d'assurance pour lui qu'il n'aurait jamais de sous à déboursier pour les dents de sa future. Il fallut quasiment éconduire le respectable monsieur.

Depuis une vingtaine d'années, la mécanisation croissante a établi une dentisterie de restauration, ce qui a imposé une mentalité équivalente, c'est-à-dire la croyance de bon aloi qu'une dent, ça se sauve, et que l'extraction ne doit être envisagée qu'à la dernière limite. Et pourtant, il semble que nous nagions encore en pleine noirceur. Pourquoi cela? Un exemple aidera à le faire comprendre. Quand il s'agit de faire pousser un arbuste, tout le monde s'entend pour traiter d'abord le sol, retourner la terre, l'engraisser et, une fois le plant enterré, l'arroser et l'entretenir constamment. Et si d'aventure les feuilles se mettaient à jaunir prématurément, il ne viendrait à l'esprit de personne de les peindre en vert ou d'y appliquer un cataplasme quelconque: on reprendra plutôt le traitement de la terre, en l'enrichissant de nouveau et en l'arrosant plus fréquemment, par exemple. En tout cas, c'est à ce niveau qu'immanquablement nous situons le problème.

Le même principe vaut pour les dents. Vous aurez beau vous évertuer à les dorloter et, le cas échéant, à y apporter des correctifs majeurs — obturations, pose de couronnes, traitements de canal —, elles sont irrémédiablement condamnées si leur "sol" se révèle déficient, c'est-à-dire si vos gencives sont malades, si les os de votre mâchoire se résorbent ou sont déplacés et si le tissu qui les recouvre s'est relâché. Or cette réalité fondamentale, dont souffre ou aura à souffrir 95 p.c. de la population à un moment de sa vie, est totalement méconnue des Québécois qui, pour la plupart, ignorent même que la science dont l'objet propre est justement le diagnostic, le traitement et la

prévention des maladies affectant la gencive et les tissus de support de la dent s'appelle la périodontie: périé-autour, odontos-dent. Notre retard dans ce domaine est grand. Ainsi, s'il y a deux mille dentistes au Québec, l'on ne compte que dix-neuf périodontistes, dont quatre francophones, alors que la ville de New York en compte à elle seule plus de quatre cents. Aussi l'Ordre des dentistes, par le biais de son Comité d'éducation continue, a-t-il décidé de prendre le taureau par les cornes et de briser le mur d'ignorance qui entoure les maladies périodontaires, principales causes, avec la carie, des problèmes dentaires. Les gens ne venant pas à la périodontie, la périodontie ira à eux: "C'est un geste strictement social, de préciser le Dr Jean Turgeon, président de l'Association des périodontistes de la Province de Québec et professeur à la faculté de Médecine dentaire de l'université de Montréal: nous voulons sensibiliser le plus de gens possible sur ce mal implacable dont il y a de fortes chances qu'ils souffrent déjà, et sur les façons de le prévenir ou de le soigner."

Informé le plus de monde possible, ça veut dire commencer par les dentistes eux-mêmes: "Vous savez, malgré toute leur bonne volonté, un grand nombre de dentistes n'ont pas eu la chance de bénéficier de cours très poussés en ce domaine: ça ne fait pas cinq ans, par exemple, qu'à l'université de Montréal la périodontie occupe une place de premier choix dans leur programme de formation."

Le Dr Turgeon présidera donc une tournée d'information organisée par le Comité d'éducation continue de l'Ordre des dentistes, tournée qui le conduira, à partir de septembre, auprès d'une dizaine de ces regroupements régionaux de dentistes communément appelés "sociétés dentaires" — celles de l'Outaouais, du Richelieu, du Nord-Ouest québécois, du Saguenay —, faisant coïncider cette rencontre avec la réunion annuelle que ces sociétés tiennent à tour de rôle. Ce premier contact, de débroussaillage, ne s'arrêtera pas là: dans la profession tout entière, en effet, l'heure est à la périodontie. La tournée terminée, les facultés de Médecine dentaire de l'université de Montréal, de Laval et de McGill mettront sur pied le printemps prochain, à l'intention de ces mêmes praticiens, une journée de participation pratique. Puis, point culminant de cette poussée d'information, le congrès annuel de l'Ordre, d'une durée de quatre jours et prévu pour le mois de mai 1978, aura comme thème la périodontie. Et l'on sait l'importance de ces assises auprès de la profession. D'ajouter le Dr Turgeon: "Je vais signer une série d'articles dans le *Journal dentaire du Québec*, sur le modèle questions-réponses avec illustrations au moyen de diapositives, pour sensibiliser davantage le dentiste omnipraticien à cette dimension de sa profession et encadrer du plus de connaissances possible ce processus."

Si le slogan retenu jusqu'ici — "Notre patient mérite bien qu'on s'en occupe" —, vise d'abord les dentistes, il va sans dire que la campagne d'information cherchera aussi à atteindre la population des régions visitées, puisque c'est finalement le commun des mortels qui écope. Avec la permission des dentistes, l'on placera dans la salle d'attente de leurs bureaux des panneaux publicitaires qui décrivent avec force images et couleurs la réalité implacable des maladies périodontaires, l'ensemble constituant une pressante

invitation à dépister celles-ci au plus tôt. "C'est vrai que nous allons devenir drôlement envahissants et qu'il y aura peut-être certaines résistances bien compréhensibles, notamment du côté des praticiens. Qu'importe! Et les dentistes et la population doivent comprendre que la prévention et le traitement de ces maladies prises à leur début relèvent de leur responsabilité à eux, les seuls cas avancés ou compliqués devant être référés au spécialiste qui est déjà débordé."

Mais revenons à ces affiches. À l'aide d'illustrations simples, elles diffuseront un message propre à faire... grincer des dents: en gros, qu'il va falloir repartir à zéro, réapprendre, en commençant d'abord par se débarrasser de tous les clichés que la science a invalidés depuis belle lurette sans parvenir à éliminer les préjugés populaires. Ainsi en est-il, par exemple, de ce fameux brossage-de-dents-trois-fois-par-jour censé protéger infailliblement contre toute carie. Tous nous nous sommes fait rebattre les oreilles par ce boniment dès la pousse de nos deuxième dents! D'une part, l'on ne nous enseignait pas comment se servir convenablement d'une brosse à dents, ce qui demande déjà toute une technique si l'on veut que ce soit efficace. Mais il y a plus: même employée de la meilleure manière possible, la brosse à dents ne peut enlever les bactéries que sur 85 p.c. de la surface des dents. Or le 15 p.c. qui n'est pas nettoyé est à l'origine de 85 p.c. des maladies dentaires. Voilà qui est clair et... effrayant! Et quand on sait qu'en moyenne une personne nettoie beaucoup moins que 85 p.c. de la surface de ses dents, il est inutile de chercher ailleurs la cause principale des maladies qui les affectent. La brosse à dents n'est qu'un outil accessoire et nous en avons fait une panacée.

Que se passe-t-il donc? Approximativement 96 p.c. des bactéries dangereuses de la bouche vivent dans la petite crevasse située au bord de la gencive et sont indélogeables par la brosse à dents. Organisées ou réunies ensemble en de petites colonies ou groupes appelés plaques bactériennes, elles sont la cause à elles seules, par leur lent mais continu travail de pénétration, de la plupart des problèmes de carie, de l'inflammation et du saignement des gencives, de la mobilité et finalement de la perte des dents, de la mauvaise haleine, etc. Il suffit de les voir à l'oeuvre un seul instant au microscope pour en être proprement bouleversé! Or, dans le meilleur des cas, la médecine dentaire traditionnelle se contentait de conseiller des brossages fréquents dans le but d'éviter que les débris alimentaires n'aient le temps de se combiner avec les bactéries pour causer la carie. Mais les bactéries, elles, étaient considérées comme intouchables, et les caries florissaient. Il existe maintenant un concept plus scientifique qui affirme que nous ne sommes pas obligés de vivre avec la présence de bactéries sur nos dents. Comment les éliminer si la brosse à dents se révèle à elle seule impuissante? L'unique façon connue et éprouvée de désorganiser la plaque bactérienne au creux des gencives et dans l'espace intermédiaire, c'est l'emploi de la soie dentaire, ce fil incisé que l'on promène entre les dents et sous les gencives selon une technique particulière. L'opération doit être quotidienne puisque, une fois désorganisées, les bactéries prennent 24 heures à se regrouper de nouveau, et nécessite une dizaine de minutes. Eh oui, dix minutes pour ses dents chaque jour! Là-dessus, le Dr Turgeon est inflexible: "Les 30 secondes de brossage, c'est du plus haut ridicule. C'est rendu à un point où l'on consacre plus de temps à se curer les ongles qu'à se brosser les dents! Ou bien les gens vont investir du temps dans le soin de leurs dents ou bien ils vont investir de l'argent! Voilà l'alternative, et il n'existe pas d'autres choix."

Une question vient spontanément aux lèvres: qu'en est-il de l'état de la bouche de cette vaste majorité des 20-60 ans qui non seulement n'a jamais utilisé le fil de soie mais qui aussi, semble-t-il, s'est généralement mal brossé les dents? Si vous êtes de cette catégorie, préparez-vous à une vraie descente aux enfers. Examinons le seul cas des maladies périodontaires inflammatoires, c'est-à-dire la gingivite — inflammation de la gencive caractérisée par l'hémorragie, le changement de couleur, l'enflure — et la périodontite, ou pyorrhée, qui est une espèce de gingivite avancée, l'inflammation ayant pénétré dans les tissus de support de la dent et atteint l'os alvéolaire qui la supporte tout en produisant le décollement de la gencive. Eh bien, plus de 95 p.c. de la population en est ou en sera affligée à un moment ou l'autre de sa vie, ce qui en fait la maladie la plus répandue.

Bien plus, des études effectuées aux États-Unis ont démontré que 80 p.c. des enfants souffrent de gingivite dès l'âge de cinq ans et que certains enfants de 11 à 15 ans ont des problèmes osseux. Les premiers signes de ces maladies font leur apparition dès la première décennie; et sans les traitements appropriés elles conduisent inévitablement à la perte des dents. Et ce n'est pas une marotte: autant de dents sont perdues par la pyorrhée que par la carie. Et la majeure partie des dents perdues après l'âge de 35 ans est due au ravage des maladies périodontaires, lesquelles, pour notre plus grand malheur, sont chroniques, progressent constamment et ne peuvent se résorber d'elles-mêmes. À défaut de les avoir prévenues, donc, il faut les traiter le plus vite possible si l'on tient à conserver ses dents. Si vous êtes dans la trentaine avancée et que vous ne vous êtes jamais préoccupé outre mesure de cette réalité, convainquez-vous que vous avez à coup sûr des problèmes périodontaires qui ne cesseront de s'aggraver jusqu'à l'échéance ultime de la perte pure et simple de vos dents.

À ce moment-ci, le Québec tout entier apparaît comme une vraie terre de mission au président de l'Association des périodontistes. Peut-être est-ce d'une roulotte à l'ancienne manière que sa profession devrait s'équiper pour en parcourir les moindres patelins et y amener la population? Mais il y a un commencement à tout et le fait est que cette première étape mobilisera pas mal d'énergie. Des solutions à moyen terme sont cependant déjà esquissables, dans l'hypothèse d'un bon succès de la tournée. Le premier élément de cette solution est indubitablement la formation d'un plus grand nombre de périodontistes. Si l'on prend comme mesure-étalon la situation aux États-Unis, c'est d'une soixantaine de spécialistes que le Québec aurait besoin. Pour le devenir, il faut deux années d'études supplémentaires au chirurgien dentiste, et seule l'université de Toronto et les universités américaines offrent ce cours, ce qui explique que la profession compte peu de francophones. Surtout que la facture à la fin des deux années se chiffre à \$25 000.

Deuxième obstacle à vaincre, une fois les gens bien renseignés: la peur. Faites l'expérience de parler à des amis de curetage sous la gencive, d'incision dans la gencive pour opérer l'os alvéolaire, de greffes de peau pratiquées sur celles-ci et de points de suture pour refermer la plaie, des grimaces irrépressibles ponctueront chacun de vos propos. Et pourtant c'est le lot quotidien des interventions périodontaires. "A force de familiariser le public avec ces traitements, nous avons bonne confiance d'éliminer cette peur viscérale", dit le Dr Turgeon.

Un dernier facteur de résistance semble notre répulsion légendaire à consacrer plus d'une minute à l'entretien de nos dents. Or c'est de 8 à 10 minutes par jour qu'il faudra y mettre à l'avenir, et pas pour rire: cela devient même une condition qui, si elle n'est pas remplie, rend toute thérapie inutile. Le Dr Turgeon est formel là-dessus: "Tout traitement périodontaire doit cesser s'il n'est pas accompagné d'habitudes quotidiennes d'hygiène buccale, tant et aussi longtemps que le patient n'aura pas fait preuve de sérieux et de collaboration."

De toute évidence, il faut se le tenir pour dit! •

Olympiade de l'obésité? Non, rencontres de SUMO

Le sumo, forme de lutte inventée au Japon, a longtemps été un sport populaire dans ce pays. Toutefois, après la Seconde Guerre mondiale, le sumo a été peu à peu éclipsé par le karaté. On peut encore trouver, même à l'étranger, des lutteurs japonais qui s'adonnent au sumo — tel Takamiyaka, dans l'Etat américain d'Hawaii, qui, à 32 ans, pèse 185 kilos (407 livres) —, mais les potins sur leur vie privée ne soulèvent pas autant d'intérêt que ceux qui courent sur les autres grandes vedettes nippones du sport.

Le sumo ne réclame pas une musculature particulièrement puissante mais un poids élevé. Après tout, cela aide le lutteur à pousser son adversaire hors de la zone de combat! Vu ce poids, tout effort oblige le lutteur à une forte tension et risque d'altérer sa santé. Peu de lutteurs de sumo dépassaient autrefois l'âge de 50 ans; c'est pourquoi le sumo a pu être appelé "le sport qui tue". Pour redorer le blason du sumo, un certain nombre de lutteurs viennent d'organiser une série de représentations à Tokyo. C'est un spectacle hors du commun, une sorte d'olympiade de l'obésité.

Y ont figuré, outre le champion hawaïen Takamiyaka cité plus haut, des experts tels que Wakamisugi (123 kilos), Wajima (128) et Kitanouchi (162).

C'est la première fois depuis sept ans qu'on voit le sumo attirer de nouveau les foules.

Malgré leur poids, les lutteurs de sumo peuvent courir et bondir, mais comme au ralenti. C'est peut-être cet étrange ballet de pachydermes qui attire les spectateurs...



Photos Jungkwan Chi



Séquence de photos croquées lors du spectacle de sumo présenté récemment à Tokyo; certains lutteurs (deuxième photo en descendant et ci-contre) s'étaient déguisés en femmes pour amuser la foule; on n'a pas manqué (3e photo) de venir vérifier de près leur taille et leur poids.

LE CONCOURS "GILLETTE FAIT UNE PERCÉE" PARTICIPEZ. 10 VOITURES À GAGNER!



10 Chrysler le Baron (Une par semaine pendant 10 semaines)

Envoyez votre bon de participation dès maintenant pour être admissible aux 10 tirages. Si vous ne gagnez pas le 16 septembre, votre bon est retenu pour le tirage suivant. Plus vous participez, plus vous courez de chances de gagner. Participez le plus souvent possible. Dix personnes vont gagner, pourquoi ne serait-ce pas vous?

Règlements:

1. Pour participer au concours, il suffit d'écrire en lettres moulées vos nom, adresse et numéro de téléphone sur un bon de participation (OU sur une simple feuille de papier), d'y joindre la carte qui se trouve à l'arrière de n'importe quel rasoir ou lame de rasoir Gillette ou celle d'un briquet non-rechargeable Cricket, ou d'un article Paper Mate ou encore la couverture de n'importe quel livret de mode d'emploi d'appareils Gillette, le numéro de code du produit figurant au fond de n'importe quel contenant de RIGHT GUARD, THE DRY LOOK, SOFT & DRI, ADORN, EARTH BORN ou TAME (OU un fac-similé original dessiné à la main de n'importe lequel des produits énumérés ci-dessus (non reproduit mécanique-

ment) et d'adresser le tout à: Concours Gillette "La percée", casier postal 6323, Montréal, Qué. H3C 3L2. Chaque bon de participation doit être poste séparément. 2. Au total dix (10) prix seront décernés. Chaque prix comprendra une voiture Chrysler Le Baron 1978 (valeur de détail approximative \$6,409.60). Voir règlement #3 concernant les dates de tirage au sort des prix. 3. Un tirage au sort sera effectué parmi tous les bons de participation reçus au plus tard à midi chaque mardi à partir du 13 septembre 1977 et pendant 10 semaines consécutives jusqu'au 15 novembre 1977, date de clôture du concours. Afin de gagner, les concurrents sélectionnés devront au préalable répondre correctement et dans un laps de temps limité à une question épreuve d'ordre arithmétique qui

sera posée au cours d'un entretien téléphonique. Il ne sera décerné qu'un (1) prix par famille. Le nom du gagnant de la semaine sera annoncé le vendredi, à partir du vendredi 16 septembre 1977 et les neuf (9) vendredis qui suivent, jusqu'à ce que tous les prix aient été accordés.

4. En participant au concours chaque concurrent s'engage à respecter les règles dudit concours et à se soumettre aux décisions de l'organisation indépendante des juges du concours, décisions qui seront sans appel. Tous les bons de participation deviennent la propriété de Gillette Canada Ltd./Ltee, qui se réserve le droit de publier le nom et l'adresse des gagnants. En acceptant les prix, les gagnants devront signer les formules de décharge réglementaires.

5. Ce concours s'adresse à tous les résidents du Canada âgés de 18 ans et plus, à l'exception des employés de Gillette Canada Ltd./Ltee et des membres de leur famille immédiate, de ses compagnies affiliées, de ses agents de publicité et de l'organisation indépendante des juges du concours. 6. Pour recevoir une liste des gagnants, il suffit d'envoyer une enveloppe pré-adressée et dûment affranchie dans les six (6) mois qui suivent la date de clôture du concours, soit le 15 novembre 1977 à: Concours Gillette "La percée" liste des gagnants, casier postal 6399, Montréal, Qué. H3C 3L2. 7. Ce concours est soumis à toutes les lois, ainsi qu'à tous les règlements fédéraux, provinciaux et locaux.

Nom _____

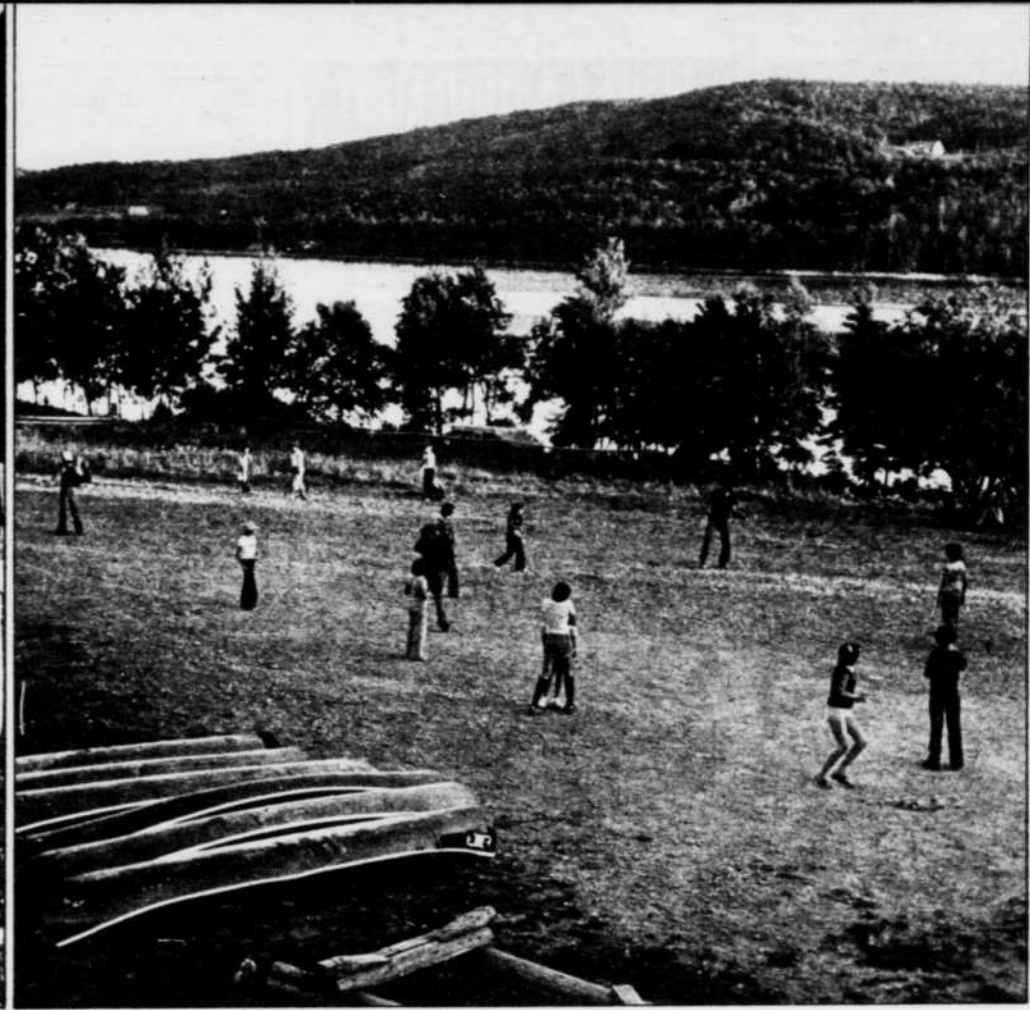
Adresse _____ App. _____

Municipalité _____ Prov. _____

Contenant no _____

Envoyer à: Concours Gillette "La percée"
B.P. 6323, Montréal, Québec H3C 3L2

De g. à dr.: au bas du perron, Raynald Gagnon (de dos), directeur de la base de plein air, entouré de jeunes pensionnaires; le même donnant une leçon de tir à l'arc à quelques campeurs; des jeunes campeurs jouant au ballon devant le lac Pohénégamook.



Photos André Valois

LA BASE DE PLEIN AIR DE POHÉNÉGAMOOK OU LE VRAI RETOUR À LA NATURE

ICI ON VOIT, ON SENT, ON GOÛTE,

ON TOUCHE, ON ÉCOUTE

PAR DENISE BOUCHER

Ici, il faut laisser au temps le temps de nous attraper.

Gilles Vigneault l'hiver, en faisant du ski de randonnée, on entend parfois craquer la forêt. C'est l'écorce des arbres qui éclate et qui en porte à jamais les marques.

Dans un sentier de promenade de la base de plein air de Pohénégamook, un carré de carton plastifié, suspendu au-dessus des cicatrices bien visibles d'un sapin baumier, nous apprend que les gerçures de l'écorce causées par la chute rapide de la température s'appellent *gélivures*. La partie extérieure de l'arbre se contractant alors plus vite que la partie intérieure, elle se fend.

Plus loin, dans un ravage de chevreuil, l'on verra que le petit érable bas qui court presque comme un pommier est un érable à épis dont les feuilles sont une des nourritures hivernales du *cariaou*: nom indien du chevreuil.

Le long du parcours, sur les pièces d'identification posées ici et là, jamais de mots latins ou savants. Plutôt un langage simple et populaire. Ce qui, personnellement, m'opprime beaucoup moins que les nomenclatures scientifiques dont je me moque comme le commun des mortels parce que je n'en ai que faire.

Jusqu'ici, toutes les méthodes d'initiation à la faune et à la flore, les luttes

écologiques elles-mêmes ont été marquées par l'échec. Elles ont sensibilisé peu de personnes. Pourquoi? Parce qu'elles étaient abstraites. Si chacun doit se battre pour la sauvegarde du milieu nature, encore faut-il qu'il sache qu'il en a besoin, que ce milieu lui est nécessaire pour son bien-être physique et mental. Oxygène et chlorophylle; brise et chant d'oiseau; rouges, verts, jaunes et bleus; rugosité et douceur; parfums sucrés ou acidulés. Bref, la connaissance qui passe par le plaisir des yeux! Du nez. De la bouche. Des oreilles. Du toucher. Tout est d'abord sens. C'est donc tout simplement, ici, que l'on apprend en premier lieu à sentir, à entendre, à voir et à goûter avant d'identifier faune et flore du pays. Et ses attributs ensuite. Ça s'appelle l'acclimatation. C'est la technique pratiquée à la Base pour créer l'harmonie entre l'homme et la nature.

C'est ainsi qu'on est en train d'aménager des sentiers bouclés comme les pétales d'une fleur. Des randonnées d'un quart de mille chacune. On n'entre dans le voir qu'avec ses yeux: on regarde les formes et les couleurs. Dans le toucher, on prend avec ses mains; on frôle avec sa peau; on vérifie avec ses pieds. On fait de même dans les autres boucles, selon les sens et les thèmes.

Ensuite, si on en a le goût, puisqu'il y

a des botanistes ou des ornithologues sur place, on peut s'informer pour apprendre que cette petite fleur orange foncé qui pousse en immenses talles dans les champs, à côté des marguerites, se nomme *épervière*. *Epervière orangée*. Ou, si elle est jaune, *épervière florentine*. Ou bien, que ce petit oiseau aussi nombreux que les corneilles est un pinson à gorge blanche. Tous les oiseaux ne sont pas des moineaux. On peut même aller plus loin dans la connaissance, puisqu'il y a sur place un laboratoire de sciences naturelles.

La base de plein air de Pohénégamook — mot indien qui signifie: au bout, lieu d'hivernement — existe depuis cinq ans. C'est un territoire de dix milles carrés troué de dix lacs absolument purs. Il y a le Lac Plate, le lac à Renaud, le lac Morisson, le lac des Yards — ou des Piles de bois —, le lac à Rock, le lac Bleu, le lac à Pauline, le lac du Diable, le lac Pohénégamook, le lac à la Gargouille et le lac Turner. Pays sauvage et de légendes savoureuses que vous raconte, à l'heure des repas dans la cafétéria, Elzéar Sirois, ancien coureur des bois, homme à tout faire ici et, en plus, guide d'excursions en forêt. Elle est située au sud du fleuve, dans les hauts, non loin de Cabano. On y vient par la sortie 301 de l'autoroute du Bas Saint-Laurent, dix

milles avant Rivière-du-Loup.

Elle existe parce que, "pour être tout à fait lui-même, un peuple n'a d'autre choix que d'inscrire son activité dans la réalité géographique amoureuse de son pays. Parce qu'habiter une terre, c'est y adapter son loisir autant que son économie. Parce qu'y vivre sans la connaître et selon des modèles importés, ce n'est pas vivre chez soi".

C'est en épluchant de la rhubarbe que Raynald Gagnon, trente-six ans, directeur de la base, président de la Fédération québécoise de plein air et *drop-out* de l'éducation physique, explique la philosophie de base qui anime ce coin de terre sauvage. "Enfant, j'ai été élevé au dehors. Sur les bords du fleuve où je pêchais l'éperlan. Je suis devenu professeur d'éducation physique. Pendant sept ans. Ça m'a permis de découvrir que les activités des gymnases sont absolument ridicules. Ce sont des pratiques qui n'apportent absolument rien. Le conditionnement physique pour le conditionnement physique est absolument aberrant. C'est un enseignement qui ne donne rien. Ni dans le présent. Ni dans l'avenir. Quand les étudiants quittent l'école, il ne leur en reste rien. Faire du jogging dans un gymnase dont l'air est vicié au départ n'apporte rien de salutaire à personne. Il en est de même dans les rues

infestées par la pollution. C'est même plus dommageable pour la santé que de marcher tranquillement sur le trottoir. Sans environnement approprié, le conditionnement physique est inutile.

"J'ai donc abandonné. Ce qu'il faut aux êtres humains, ce sont des apprentissages pouvant durer toute une vie. Passé vingt ans, on ne joue plus au volley-ball. Courir en rond dans un fond de cour, c'est ennuyeux, on ne fait pas ça longtemps. Avec d'autres professeurs du cégep de Rivière-du-Loup qui pensaient comme moi, j'ai opté pour le plein air. Nous avons d'abord trouvé un site qui pouvait coller à des activités pouvant s'exercer toute une vie dans le bien-être total et en parfaite harmonie avec la nature. Nous avons recherché des techniques d'animation d'activités de plein air conçues en fonction d'une façon de vivre dans la nature. En partant du principe que les gens ont des besoins différents, des goûts différents et des niveaux d'intégration à la nature différents."

Pohénégamook offre des expériences de groupes composés d'un minimum de cinq personnes ou d'un maximum de dix personnes. Il s'agit de vie dans un camp rustique: chauffage au bois, eau de rivière, travail manuel, excursions en forêt et trappage. Durée maximum: dix jours; minimum, cinq jours. Tous les services compris, guides, animateurs, moniteurs ou guides, selon ses besoins, on peut s'adonner à Pohénégamook aux activités suivantes: sentier d'observation, ornithologie, chasse photographique, études de la faune, études de la

flore, randonnées pédestres dans des sentiers aménagés, cyclo-tourisme — pas de compétition cycliste —, parcours d'orientation, hébertisme — exercices physiques basés sur les mouvements naturels —, canotage, aviron, voile, kayak, natation, escalade, ski de randonnée, toboggan, raquette, parties de sucre, tir à l'arc, tir au fusil, tir à la carabine .22, tir au gros calibre, chasse au petit gibier, chasse au gros gibier, chasse au prédateur — mais pas à l'homme, même si c'est le plus important des prédateurs —, chasse à la sauvagine, pêche d'été — truite mouchetée, touladi, ouananiche, perchade, carpe, lotte, corégone —, pêche blanche — sur glace —, camping d'été, camping d'hiver, canot-camping, trap-

page. Pohénégamook offre des expériences de groupes composés d'un minimum de cinq personnes ou d'un maximum de dix personnes. Il s'agit de vie dans un camp rustique: chauffage au bois, eau de rivière, travail manuel, excursions en forêt et trappage. Durée maximum: dix jours; minimum, cinq jours. Tous les services compris, guides, animateurs, moniteurs, nourriture, logement: tout cela pour huit dollars par jour!

Si la base de Pohénégamook reçoit des adultes, elle accueille tout aussi bien des jeunes en camps spécialisés ou

en classe de neige. Mais Raynald Gagnon ne veut absolument pas qu'on appelle sa base une colonie de vacances. "C'est un milieu qui permet de faire la transition entre la vie rigide des villes et la vie de pleine nature, qui exige de toute personne qui vient ici une forte dose d'autonomie."

"Dans un premier temps, comme le plein air était un élément nouveau sur l'échiquier du Loisir, nous n'avions pas de concepts précis sur ce que cela devrait être. Nous savions cependant ce qu'il ne fallait pas que cela soit: un camping-ghetto où les gens viendraient reproduire tous leurs gestes de la ville. Nous avons appris à l'usure qu'il fallait se diriger vers l'intégration à la nature et à ses lois. Premièrement, par la joie de la découverte personnelle du milieu, via les sens. Ensuite la pratique guidée des activités choisies. Activités que chacun pourra reprendre de façon autonome pour son plaisir et son enchantement à tous les âges de sa vie et dans quelque lieu naturel qu'il se trouve."

"Nous sommes une base de plein air expérimentale. Dans les faits. Même si cela n'est pas reconnu officiellement. Dans le moment, nous ne sommes légalement que des pourvoyeurs de plein air. Mais nous avons demandé au gouvernement d'accorder à un organis-

me sans but lucratif comme le nôtre l'appellation de pourvoyeur de chasse et pêche qui n'est permise qu'aux clubs privés. Ce, par un amendement à la loi. Ce qui nous permettra d'accueillir le plus de Québécois possible. Et à bon compte. Parce que nous sommes subventionnés par le Haut Commissariat à la jeunesse, aux loisirs et aux sports."

"Il nous presse d'offrir une plus grande accessibilité parce que l'avenir du loisir est au plein air. J'en suis convaincu. Quand on est capable de vivre généreusement avec ses sens, qu'on est capable d'être bien en tant qu'animal dans la nature, on devient révolutionnaire pour la vie. Quand on s'identifie à la vie naturelle, on devient exigeant. C'est dans l'eau que l'on veut se baigner, et non dans le pétrole. On ne veut plus non plus multiplier ses toxines dans des gymnases à l'air vicié. Et ça rend les luttes écologiques beaucoup plus concrètes."

C'est ainsi que l'industriel qui veut s'adonner cet automne à des coupes de bois dans la région devra respecter les données des biologistes sur le secteur; il devra tenir compte des besoins en aménagement de la base de Pohénégamook, parce qu'il ne créera pas ici, comme il l'a fait ailleurs, un autre désert. Raynald Gagnon et son équipe s'en occupent!•

TIMBRES GRATIS
100 DIFFÉRENTS
TIMBRES DU
MONDE ENTIER



ODONTOMETRE 2" x 5"
En plus, liste de paquets et odontomètre gratuits. Cette magnifique collection vous est offerte afin de vous faire connaître nos approbations.

Inclure 25 cents pour frais de manutention.
RÉG. 100 TIMBRES CANADA \$1.00
100 TIMBRES E.U. \$1.00
Spécial: deux pour \$1.25
CENTRE PHILATÉLIQUE DE QUÉBEC INC.
338 DE LA COURONNE
QUÉBEC 2, QUÉ. Dpt. 10 G1K 6E6

FINIE LA DOULEUR!

AJUSTAGE PARFAIT



DENTURITE vous permet de manger n'importe quoi avec un cousin de confort. Réajustez vos dentiers temporairement en quelques minutes. Riez, parlez, éternuez même sans inquiétude.

DENTURITE met fin à la nécessité quotidienne des tampons, poudres ou pâtes. Une seule application suffit jusqu'à votre prochaine visite au dentiste. Facile à utiliser - Facile à enlever. Inoffensif pour dentiers et gencives. Garantie de remboursement. À tous les comptoirs pharmaceutiques.



EXTRAORDINAIRE COLLECTION DE MONNAIES DE PAPIER ÉTRANGÈRES POUR SEULEMENT 10¢!

Précieuse collection de monnaies rarement vues et difficiles à se procurer: monnaie autrichienne de 1920 à cours provisoire, billet d'un cent de Hong Kong, billet de \$10 de l'occupation japonaise, billets de la Bulgarie et de Formose. Tous des billets très recherchés et tous pour 10 cents seulement! Vous recevrez aussi pour examen d'autres billets fort intéressants. Achetez le nombre que vous voudrez de ces derniers ou même aucun, renvoyez le reste, annulez n'importe quand votre inscription au service, la collection restera votre propriété. HARRIS BANK NOTES, Dép. BD-61, Boston, Massachusetts 02117 U.S.A.



Une vague inquiétude



adidas® pour l'action ...



pour la mode

-adidas- le premier sur la ligne d'arrivée, le premier pour les vêtements de sport, le premier pour le confort et la durabilité. Pour les loisirs, la récréation ou la compétition, les produits -adidas- sont toujours de qualité supérieure.

Les spécialistes
tout-sport



Pour de plus amples renseignements, adressez-vous à votre distributeur local.

Joignez L'Utile A L'Agreable Commandez Nos Best Seller De Chez Vous!



L'ARCTIQUE

par Fred Bruemmer
Cette œuvre splendide est le témoignage personnel de Fred Bruemmer à cette fascinante région de notre monde. En 6 chapitres, l'histoire, la terre, la mer, les plantes, les animaux, le peuple. (Avec 12 gravures esquimaudes gratuites) 224 pages, 60 photos couleur, 150 photos noir et blanc. 10" x 12". \$29.95.



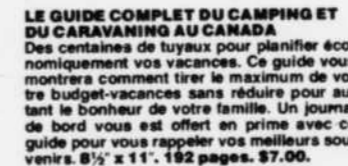
UN HOMME ET SA MISSION

Le cardinal Léger en Afrique
Un reportage photographique de 192 pages sur une œuvre de bonté et de charité. Les 200 photographies sont de Ken Bell et les textes sont de Henriette Major. Egalement une courte biographie et un aperçu du travail du cardinal à Montréal. 9 1/2" x 10 1/2". \$15.00 (généraliste \$35.00).



LE GUIDE DES RESTAURANTS DE MONTRÉAL

par The Montreal Star
Enfin la voici! La toute dernière édition 1977 est maintenant disponible. Plus de 270 restaurants ont été évalués par nos experts anonymes. Ce petit guide vous indiquera où aller pour un dîner, un souper ou tout simplement pour une sortie. 4" x 7". \$3.95.



LE GUIDE COMPLET DU CAMPING ET DU CARAVANING AU CANADA
Des centaines de tuyaux pour planifier économiquement vos vacances. Ce guide vous montrera comment tirer le maximum de votre budget-vacances sans réduire pour autant le bonheur de votre famille. Un journal de bord vous est offert en prime avec ce guide pour vous rappeler vos meilleurs souvenirs. 8 1/2" x 11". 192 pages. \$7.00.



LE GUIDE COMPLET DES PLANTES D'INTÉRIEUR
Pour un intérieur plus chaleureux, ce livre vous indiquera tout ce qu'il faut faire: soins à donner aux plantes de maison, calendrier des soins, liste des variétés et leurs particularités, techniques plus avancées. Avec ce livre nous vous offrons un jardin de géraniums gratuitement. 262 pages. 6" x 9". \$7.95.



CUISINE POUR TOUS LES JOURS

de Margo Oliver
351 recettes de ragouts et casseroles, faciles et économiques, vous permettant de varier les repas de tous les jours. 175 pages. 8 1/2" x 11". \$8.95. (Avec Tableau des coupes de viande).

LES MENUS
de Margo Oliver
Plus de 500 recettes pour toute occasion, agencées en menus groupés selon les saisons. Elles peuvent être aussi utilisées séparément. 191 pages. 8 1/2" x 11". \$8.95. (Avec Barème culinaire pour réduire ou accroître les mesures d'une recette).

LA BONNE CUISINE
de Margo Oliver
Une sélection des meilleures recettes de Margo Oliver, parues dans Perspectives. 429 recettes. 192 pages dont 45 somptueusement illustrées. 8 1/2" x 11". \$8.95. (Avec Barème culinaire pour réduire ou accroître les mesures d'une recette).

Profitez de l'occasion et envoyez le coupon à:

Les Editions Optimum Ltée,
C.P. 4090 Place d'Armes,
Montréal, P.Q. H2Y 3M1.

Vous pouvez profiter de ces livres pendant 10 jours sans obligation de votre part. Si vous n'êtes pas satisfait, vous n'avez qu'à nous les retourner.

POSTEZ À: LES ÉDITIONS OPTIMUM, C.P. 4090 PLACE D'ARMES, MTL, QUÉ. H2Y 3M1
S.V.P. Envoyez-moi les livres indiqués ci-dessous. Il est entendu que si je ne suis pas entièrement satisfait(e) je peux les retourner en dedans de 10 jours (contre remboursement s'ils étaient payés d'avance).

Titres	Qté	Prix	Titres	Qté	Prix
La Bonne Cuisine		8.95	Le Guide du camping		7.00
Les Menus		8.95	L'Arctique		29.95
Cuisine pour tous les jours		8.95	Le Guide des restaurants		3.95
Un homme et sa mission		15.00	Le Guide des plantes		7.95

- Facturez-moi plus tard (plus 65¢ de frais d'expédition par livre)
- Chèque ou mandat ci-inclus payable aux Editions Optimum (l'éditeur assume les frais d'expédition)
- Portez à mon compte ChargeX ou Master Charge (plus 65¢ de frais d'expédition par livre)

NOM _____
 ADRESSE _____ APT. _____
 VILLE _____ PROV. _____
 SIGNATURE _____

P750871

LES JARDINS DU CHÂTEAU DE VILLANDRY, DANS LA VALLÉE DE LA LOIRE

Parmi les trésors architecturaux de la Loire se trouve le château de Villandry, sur le Cher, aux environs de Tours. Construit de 1532 à 1536 par un ministre de François Ier, Jean Le Breton, Villandry a été le dernier des grands châteaux édifiés, à l'époque de la Renaissance, aux abords du grand fleuve français.

Presque aussi remarquables que l'édifice lui-même sont ses jardins, qui unissent, dans une étonnante floraison de couleurs, l'utile et l'agréable. Ils comprennent, à part le jardin d'ornement, un immense jardin potager qui s'étale sur 10 000 mètres carrés (2 acres et demi).

Dans ce potager pas comme les autres, les légumes sont l'essentiel, les fleurs de simples accessoires. Il est divisé en neuf carrés de même taille, séparés par de grandes allées qu'égayent, à leurs intersections, fontaines et charmilles.

La répartition des plants forme des dessins géométriques, imaginés par Joachim Carvallo, dont pas deux ne se ressemblent et où les couleurs alternent en un véritable damier: vert des fanes de carottes, des ciboulettes et endives, bleu des choux cabus et des poireaux de Solaise, rouge des betteraves, des laitues grenobloises et arroches pourpres, jaune de la poirée et de l'oseille.

Si ce potager est particulièrement soigné, c'est parce que les constructeurs du château ont tenu à le placer tout près des bâtiments. La plupart de ces légumes arrivant de la lointaine Amérique où on les avait découverts, les propriétaires voulaient surveiller leurs biens de la fenêtre, tout comme nous voulons le faire aujourd'hui pour nos fleurs exotiques.

Le jardin d'ornement est planté d'ifs et de buis, qui protègent du vent les massifs de fleurs. Il s'étale sur deux niveaux, que l'on découvre bien de la Haute Terrasse. A la différence des jardins de Le Nôtre, enserrés entre des allées de tilleuls et de vignes, on trouve à Villandry de grandes ouvertures sur la campagne.

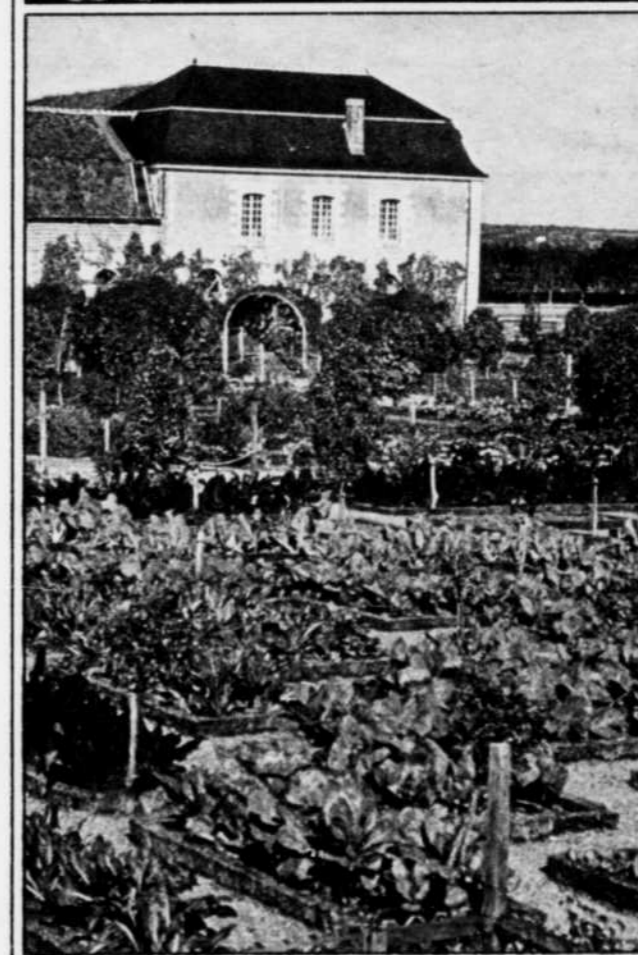


PHOTOS PIERRE BOULAT - SIPA PRESS

Le plus beau potager de France



La grande photo offre une vue d'ensemble des jardins; ci-contre, en bas et ci-dessous, des vues de sections du potager, où s'entremêlent des fleurs aux légumes mais sans y tenir la vedette et où certains légumes eux-mêmes ont un rôle plutôt ornemental que comestible.



LE SUCCÈS, APRÈS PLUS DE QUINZE ANS DE MÉTIER

Mon cher Jean-Guy, c'est à ton tour...

PAR MARIE-ODILE VÉZINA

La première fois que je l'ai rencontré, c'était au moment de *Tabaslak*. Vous vous souvenez... l'histoire du Canada à la façon de Moreau. Il était bien différent de ce qu'il est devenu, Jean-Guy. Il était perdu, inquiet, déphasé. Je ne suis pas sûre qu'il comprenait très bien ce qui lui arrivait: son succès, après presque quinze ans de métier, sa rencontre productive et quasi miraculeuse avec Jacqueline Barrette, ses problèmes personnels, sa femme, ses enfants. L'entrevue avait duré sept heures et demie. Nous étions dans un restaurant du Vieux-Montréal et le maître d'hôtel attendait après nous en bâillant pour fermer. Jean-Guy Moreau avait beaucoup bu. Moi aussi, je crois. Suite page 14



La Matinée **FILTRE SPÉCIAL**

LE DOUX ÉQUILIBRE FILTRE / TABAC



La Matinée **FILTRE SPÉCIAL**
est la seule cigarette dans sa catégorie
à offrir un équilibre entre le filtre et le tabac.
Son filtre spécial exclusif est tellement efficace qu'il
permet l'emploi d'un riche tabac corsé. Vous obtenez donc
une saveur plus franche, une satisfaction plus complète.
Elle est disponible en formats King Size et 100 mm.

La Matinée **FILTRE SPÉCIAL**

AVIS: Santé et Bien-être social Canada considère que le danger pour la santé croît avec l'usage—éviter d'inhaler.
Moyenne par cigarette—100 mm: "goudron" 11 mg, nicotine 0.8 mg. King Size: "goudron" 10 mg, nicotine 0.7 mg.

Mon cher Jean-Guy

Il m'avait raconté ses débuts dans le monde du spectacle dans une petite boîte à chansons avec Robert Charlebois. Il m'avait dit: "Je ne connais pas de mot complet qui définisse vraiment ce que je fais. Je suis imitateur, comédien, caricaturiste. Je ne dessine pas sur du papier mais je reproduis sur moi-même. Au fond, je fais le même travail que Chapleau, Girerd et Cie."

Il m'avait dit aussi: "Je suis devenu imitateur — appelons ça comme ça — parce que je n'avais pas très envie de passer toute ma vie derrière un bureau; et puis, par accident ou par hérédité. Mon père, mon frère ont ce don-là aussi."

Puis il m'avait parlé du déroulement de sa carrière et, comme je n'avais pas vu ses autres spectacles avant Tabaslak, il m'avait fait pour moi tout seul des représentations écourtées de ses shows précédents. Eh oui, en plein restaurant!

Il m'avait raconté qu'il aimait les défis, qu'il voulait se dépasser, aller plus loin et qu'il avait des choses à dire, beaucoup de choses, et qu'il venait de comprendre qu'il pouvait très bien les exprimer dans la forme de spectacle qu'il utilise.

A un certain moment de l'entrevue, alors qu'on ne comptait plus les *rhum and coke*, il m'avait dit: "Tu sais, dans le fond, si j'exerce ce métier-là, c'est parce que j'ai un grand besoin d'être aimé. Pas par une personne, par tout le monde. J'ai dû manquer de quelque chose quand j'étais petit... Tu sais, quand tu es sur une scène et qu'en avant les gens rient, puis qu'ils te récompensent en t'applaudissant, c'est extraordinaire la satisfaction qu'on ressent!"

Comme il avait parlé ce soir-là, Jean-Guy Moreau! D'ailleurs, de lui-même il me l'avait fait remarquer. "Je parle beaucoup, hum? Je bois beaucoup et je fume beaucoup... mais tu vas voir, dans quelques mois, je vais maîtriser tout ça."

Je ne le lui ai jamais dit, mais cette entrevue-là m'avait fait mal. A la fin, j'avais des envies de fuir. C'est douloureux d'avoir devant soi quelqu'un qui se bat pieds et poings liés contre lui-même, contre la vie; un gars qui essaie de s'habituer à la terrible conscience qu'il a de tout, au regard aigu qu'il jette sur tout. (Car Jean-Guy Moreau est un gars brillant, un des rares artistes complets du Québec; il est travaillant, plein de respect pour son public, plein de bonne volonté et il cherche désespérément — oui, désespérément — à apprendre le plus de choses possible, et surtout à comprendre.) Et j'ai été très inquiète quand je lui ai demandé comment il s'arrangeait avec le fait d'être une vedette et qu'il m'a répondu,

étonné et sur la défensive:

"Moi, une vedette? Je ne suis pas une vedette, je suis une personne connue. Les vedettes ce sont les personnages que j'imité!"



BAS
LES MASQUES

Deux ans après cette rencontre, je l'ai revu. C'était fin janvier dernier. Son spectacle *Mon cher René*, c'est à ton tour... m'avait bouleversée. J'avais téléphoné à son agent pour lui dire que je voulais rencontrer Jean-Guy Moreau de toute urgence. Et nous nous étions retrouvés, encore une fois, autour d'une table garnie de bouteilles.

Déjà, il avait changé, Jean-Guy Moreau, mais je n'ai pas pu comprendre ce qui précisément chez lui avait changé.

Il m'a raconté qu'après Tabaslak il était très épuisé, qu'il avait eu un immense besoin de faire le point et qu'il était parti en Californie pour suivre une thérapie. Finalement, il n'était pas resté aux Etats-Unis aussi longtemps qu'il avait pensé. Il était parti en France, tout seul comme un grand, où il avait beaucoup voyagé sur le pouce, vécu chez le vrai monde et que cela lui avait permis de régler bien des choses.

A son retour au Québec, il avait commencé à préparer un autre spectacle. Son intention à ce moment-là était de rendre Jean-Guy Moreau un peu plus présent dans son show, de le sortir de derrière ses masques. Et puis, les élections sont arrivées et Jean-Guy Moreau n'a pas pu résister à l'idée du spectacle qui germait en lui.

"On a préparé Mon cher René... en deux mois. Une vraie folie! On était

trois pour écrire le texte et j'en ai fait une bonne partie."

Plus personne au Québec, je pense, n'ignore la trame du spectacle actuel de Jean-Guy Moreau. C'est René Lévesque qui, à l'issue de son élection, fait un rêve dans lequel beaucoup de gens lui parlent: de Trudeau à Stanfield en passant par Vigneault, Charlebois, Chartrand et les personnages de la nouvelle génération — ce qui était nouveau —, les Michel Rivard de Beau Dommage, Lucien Francoeur d'Aut'chose, etc.

Fin janvier, Jean-Guy Moreau avait l'air encore un peu dépassé par lui-même. Mais il était plus calme, plus détendu. Nous avons reparlé du phénomène du vedettariat et il m'a encore répété que, non, il n'était pas une vedette, lui!

Cette fois, je suis restée étonnée du chemin qu'a parcouru Jean-Guy Moreau en cinq mois. Dans son après-midi, il a bu une seule bière. Je vous le dis parce que c'est significatif. Il a fumé beaucoup mais il a parlé moins. En tout cas, beaucoup moins inutilement.

"Si je fume encore c'est à cause de René (Lévesque). Pendant le spectacle, j'allume onze cigarettes et j'en fume au moins quatre. En octobre prochain, on enterre le show à Place des Arts et, ce soir-là, je vais fumer la dernière cigarette de ma vie. Et puis, j'ai appris à écouter les gens. Alors je parle moins. Je voudrais arriver à dire ce que je veux dire en trois phrases plutôt qu'en quatre paragraphes. C'est long, c'est dur mais ça s'en vient."

D'autres choses importantes se sont passées aussi dans la vie de Jean-Guy Moreau depuis le début de l'année.

"J'ai appris à vivre tout seul. J'ai mis 33 ans (son âge) à réussir ça. Je vis séparé de ma femme maintenant. Et c'est mieux, beaucoup mieux pour notre relation. C'est pas comme une séparation ordinaire. On se voit et tout. C'est juste une autre façon de vivre qui nous convient à tous les deux. J'ai appris aussi à mieux travailler. Tu vois, je ne veux pas me faire "pogner" entièrement par ce métier-là. Je le suis déjà suffisamment. Je veux faire autre chose. C'est un métier fragile, dangereux. Je veux connaître les gens, les comprendre pour mieux me comprendre. C'est important d'être conscient de tout. C'est une de mes grandes préoccupations. Et puis, je veux aussi apprendre à ne rien faire. J'ai compris beaucoup de choses cette année. Moi, ça me prend beaucoup de temps à comprendre, mais quand c'est fait..."

Avec Mon cher René... Jean-Guy Moreau a réalisé aussi beaucoup. Il a monté une marche dans sa connaissance du métier.

"Tu vois, je pense que je n'étais pas

prêt à montrer Jean-Guy Moreau au moment où je voulais le faire. C'est une chance que les élections se soient déroulées comme elles se sont déroulées..."

DU MONDE CONTENT



De son spectacle actuel, Jean-Guy Moreau m'a raconté plusieurs anecdotes. Entre autres — ça c'est important aussi —, il m'a expliqué que depuis janvier le show avait beaucoup évolué.

"D'abord parce qu'il est poli comme il faut, que certaines choses se sont placées d'elles-mêmes à la longue, ensuite parce que les gens ne voient plus René Lévesque aujourd'hui comme ils le voyaient en novembre, décembre, janvier derniers. Ce n'est pas René Lévesque qui a changé; lui, il est juste un peu plus fatigué."

Je lui ai demandé si le Premier ministre du Québec avait été voir le spectacle dont il est la vedette. "Non et ça m'a beaucoup déçu. D'abord, au début, je lui ai envoyé le script. Et puis, quand j'ai fait le Grand Théâtre de Québec, je lui ai écrit pour l'inviter. Je lui ai même dit que s'il était trop gêné d'être dans la salle avec les autres, je pouvais m'arranger pour qu'il puisse voir le spectacle de la coulisse. Il n'est pas venu. Après, il m'a fait prévenir qu'il serait là à l'Outremont. On lui avait réservé des places mais il s'est décommandé à la dernière minute. Ça me fait un peu de peine mais je sais qu'il est très occupé. Lui, il est dans l'industrie du spectacle jusqu'au cou. C'est spectacle permanent. Parfois, je

Suite page 16



Une occasion qui ne se répétera pas

FABRICATION 1977
EN NOMBRE RESTREINT
"La vieille ferme en hiver"

UN DESSIN DE CURRIER ET IVES
REPRODUIT À LA MAIN

Gloche de porcelaine véritable peinte en bleu de Copenhague



CHAQUE CLOCHE EST BORDÉE D'OR
À 22 CARATS, POINÇONNÉE,
NUMÉROTÉE SELON SA SÉRIE ET
ACCOMPAGNÉE D'UN CERTIFICAT

Vous pouvez vous procurer maintenant — SEULEMENT par la poste — la deuxième de la série de superbes cloches en porcelaine véritable offertes en 1977 par North American Treasury. C'est la quatrième de ces cloches, peintes en bleu de Copenhague, à illustrer un chef-d'oeuvre de Currier et Ives. Leur dessin de "La vieille ferme en hiver" couvre tout le tour de la cloche. Chaque cloche de cette fabrication en nombre limité est bordée d'or à 22 carats et le numéro de contrôle de North American Treasury est poinçonné à l'intérieur. Sur la poignée, une bande d'or à 22 carats qui est notre exclusivité. Chaque tirage dans cette série de pièces rares illustrera un dessin différent de Currier et Ives. Cette cloche de grande valeur, digne de figurer dans une collection, mesure 5 1/2 pouces de hauteur et trouvera juste place, comme bibelot décoratif, sur vos tables ou étagères.

Garantie de rachat valable pour 5 ans

Votre cloche Currier et Ives de fabrication limitée ne peut perdre de sa valeur car nous promettons par écrit de la racheter d'ici cinq ans, si tel est votre désir, et vous remettons dans le même envoi un certificat le garantissant.

Fabrication en nombre réellement restreint

Ne tardez pas! Votre commande doit nous être parvenue le 31 octobre 1977. Toute commande ultérieure sera refusée car nous ne fabriquerons que seulement le nombre de cloches voulu pour satisfaire aux commandes reçues à cette date.

Nous vous offrirons les autres cloches de la série à mesure que nous les mettrons en marché, mais votre commande ne vaut que pour cette cloche seulement. Vous n'en recevrez d'autres que sur commande spécifique. Notre politique se base sur une raison que vous comprendrez: votre cloche ne sera terminée, estampillée et numérotée qu'après réception de la commande et du paiement. Elle est, littéralement, faite sur commande pour vous! Hâtez-vous! Commandez la votre maintenant au prix sans précédent de \$9.95, plus \$1 de frais de poste, d'emballage et d'assurance; total \$10.95.

NORTH AMERICAN TREASURY

312 REXDALE BLVD., TORONTO, ONTARIO M9W1R6 TEL. (416) 741-8921

POSTEZ AUJOURD'HUI CE BON DE COMMANDE

NORTH AMERICAN TREASURY, Dépt CBLE-23
312, Rexdale Blvd., Toronto, Ontario M9W 1R6

Prière de m'expédier... (clochets) en porcelaine véritable, estampillée CBLE, numérotée, décorée du dessin de Currier et Ives "La vieille ferme en hiver", peinte en bleu de Copenhague et bordée d'or à 22 carats, au prix de seulement \$9.95 pièce, plus \$1 de frais de poste, emballage et assurance par cloche. (Pas plus de deux cloches ne seront livrées à la même adresse!) Il est bien entendu qu'en compensation de mon déboursé, vous garantissez me racheter mon emplette en tout temps d'ici le 31 octobre 1982 au prix d'au moins actuel.

N.-B.: Comme il s'agit d'une fabrication en nombre restreint, nous refuserons toute commande qui nous parviendrait après le 31 octobre 1977.

Paiement total ci-inclus: \$ _____ La taxe de vente doit être ajoutée dans le cas des résidents du Québec ou de l'Ontario

Paiement par chèque ou mandat postal — aucune commande payable sur livraison n'est acceptée.

CHARGEX = _____

Nom _____

Adresse _____

Province _____ Zone postale _____

La société North American Treasury n'est liée à aucun organisme d'État

8534000

CBLE

Mon cher Jean-Guy

me demande s'il a encore le temps d'aller au cinéma... Mais, dans le fond, je le sais bien, il n'a pas le temps. Chaque fois qu'il passe à la télévision ou à la radio, je m'arrange pour l'écouter. Depuis le congrès du P.Q. il est bien fatigué... Tu sais, mes personnages c'est comme ma famille et je les connais mieux qu'ils ne le pensent."

Si René Lévesque n'a pas été à son show, beaucoup de ministres et de députés se sont déplacés pour voir de plus près si le spectacle de Jean-Guy Moreau ne détruisait pas trop l'image du parti.

"C'était des gens qui, pour la plupart, ne me connaissaient pas, ne m'avaient jamais vu en spectacle. Ils arrivaient un peu inquiets, un peu tendus, ils riaient jaune et, quand ils se rendaient compte que le P.Q. ne recevait pas une trop grande claque, ils se détendaient. Après, ils venaient me féliciter dans les coulisses, l'air réjoui de la bonne propagande que je leur faisais.

Vigneault aussi est allé voir Mon cher René... et, pour Jean-Guy Moreau qui a une admiration et un amour inconditionnel et compréhensible pour Vigneault, c'était une belle récompense. Gilles Vigneault a beaucoup aimé le spectacle et il l'a considéré comme très important dans l'histoire du spectacle au Québec.

Quant au syndicaliste Michel Chartrand, il a apprécié sa soirée mais il a trouvé que le texte de son personnage était "faible".

"Après le spectacle, il m'a dit: Ecoute, Jean-Guy, tu aurais pu en mettre plus que ça. La masse des travailleurs, c'est une force importante pour le Québec. T'aurais dû venir me voir, je t'aurais donné des idées. Cher Michel, je l'ai toujours considéré comme un grand poète!"

Quant à Lucien Francoeur qui est un nouveau membre de la famille de Jean-Guy Moreau, il a dû beaucoup aimer le spectacle car, quelques jours après qu'il eut assisté à la représentation, il a envoyé à Jean-Guy Moreau une lettre de deux pages, son dernier livre de poèmes, son nouveau disque, des posters, en lui précisant qu'il allait le rappeler car il voulait monter un show avec lui.

"Antonine Maillet, l'auteur de *la Sagouine*, a assisté au spectacle à Québec. Heureusement, je ne savais pas qu'elle était dans la salle, sinon j'aurais "freaké" ben raide. Elle est venue me voir après. Elle avait l'air contente de l'imitation que je fais de sa Sagouine. Elle m'a assuré que je n'avais



Le gin
King Arthur.
Aucune erreur,
c'est Seagram.

Sculpture de bronze. Une création de Heriberto Juarez pour la collection King Arthur de Seagram.

Le savoir-faire et la poursuite de l'excellence. Voilà qui est à l'origine du goût pur, franc et sec à souhait du gin King Arthur. La prochaine fois, dites King Arthur. Et goûtez un plaisir tout neuf... signé Seagram.

UNE BELLE
ANNÉE

Quand Jean-Guy Moreau enterrera ce spectacle-là en octobre, il aura passé

tée?. Elle va prendre l'affiche le 16 décembre prochain. J'ai bien hâte. Ce sera ma quatrième expérience au théâtre. Et puis, j'ai plusieurs autres projets. Un disque qui va sortir en août-septembre, La France... Moi, tu sais, ça me prend des projets."

Au fond, avec Mon cher René... Jean-Guy Moreau aura passé une bien belle année. Le seul point noir au tableau sera de s'être fait voler pour trente mille dollars de matériel.

A un moment donné, comme il y avait un creux dans la conversation, je lui ai dit qu'il me paraissait être devenu bien sage. "C'est vrai, même qu'il faut que je me force à faire des folies. Tu vois, j'ai encore à m'ajuster, à trouver un juste milieu, mais ça s'en vient."

Et puis, vers la fin de l'entrevue, nous avons parlé de ses deux filles, Sophie et Véronique, quatre et six ans. "Fantastique, m'a-t-il dit, elles sont fantastiques! Eveillées, présentes, de plus en plus conscientes. Ensemble on a beaucoup de plaisir."

Et ça aussi c'est une belle réussite pour Jean-Guy Moreau, car pendant un certain temps il a eu du mal à assumer son rôle de père.

"Au début, j'avais l'impression que je n'étais vraiment pas prêt à avoir des enfants. Mais Suzanne en voulait... Il me semblait que j'avais déjà suffisamment de difficultés à m'assumer moi-même, que ce serait impossible d'assumer deux autres personnes. Et je voulais être autre chose qu'un père nourricier pour mes enfants. Et ça aussi ça s'est placé. Je peux vraiment dire que j'ai adopté mes enfants."

Après cette longue conversation nous sommes partis pour Montréal-Nord, chez l'accessoiriste de Jean-Guy, pour faire les photos que vous voyez. En chemin, alors que Jean-Guy Moreau me parlait de l'auto qu'il veut s'acheter, il s'est interrompu brutalement pour dire:

"J'ai découvert autre chose aussi cette année: j'ai découvert que j'étais une vedette et que c'était vrai que cela créait un fossé entre les gens et moi. Mais ce n'est pas grave, j'ai appris à vivre avec ça aussi. Au début c'est un peu difficile à prendre, on ne sait pas comment réagir devant ça, mais à la longue on s'y fait."

Juste au moment de nous quitter, il m'a dit: "Rentre vite chez toi pour écrire pendant que c'est encore tout frais." Et, en riant, il a ajouté: "Tu pourrais peut-être commencer ton article en disant: Je viens tout juste de quitter Jean-Guy Moreau, mais, après tout, était-ce bien Jean-Guy Moreau?"

plus de cent soirées avec René Lévesque.

"Il sera temps que ça se termine. Tout de suite après je vais me mettre à préparer mon nouveau show. Je veux prendre mon temps, travailler avec beaucoup de monde, pour avoir le plus d'idées possible. Ce sera pour octobre 78 et ça s'appellera *les Masques*. Ça va rejoindre tout le monde parce que tout le monde porte un ou des masques. Ce sera un show international. Entre-temps, je vais jouer une pièce au TNM avec Jacques Thisdale. Une pièce qui s'appelle *Connaissez-vous la voie lac-*

PAUVRES EUX AUTRES!



GUY ROBITAILLE

Lorsque j'entends les gens répéter qu'il y a des inégalités sociales, que la justice a deux poids, deux mesures, que les lois favorisent toujours les riches au détriment des pauvres, je ne peux m'empêcher de penser qu'il y a de la mauvaise foi quelque part. Comme c'est pénible de voir mes confrères journalistes perpétuer ces mythes alors que leur vocation est de renseigner le public dans la plus stricte objectivité! Il devait y avoir des inégalités à l'époque de La Fontaine puisqu'il a écrit que les jugements de cour rendaient les accusés blancs ou noirs selon qu'ils étaient riches ou misérables, mais la justice a joliment évolué depuis. Elle a fait des pas de géant et, si on veut être honnête, il faut admettre que tout le monde est aujourd'hui sur le même pied, quelle que soit sa fortune.

Qu'on soit riche ou pauvre, par exemple, on n'a strictement pas le droit de mendier ou de cracher par terre dans le métro et les autobus sous peine de payer 40 piastres d'amende! On n'a pas plus le droit de vagabonder les poches pleines que vides et on ne peut rien vendre de porte en porte sans payer un permis spécial, que ce soit des crayons de mine ou des obliga-

tions de grandes sociétés. Qu'un automobiliste soit le pauvre diable en chômage ou le médecin qui gagne \$100 000 par année, s'il est arrêté pour avoir roulé en état d'ébriété, il écope d'une amende d'au moins \$125. Pas moyen de s'en tirer: il y a longtemps que les "influences" ne jouent plus. Je connais personnellement trois automobilistes qui gagnent de gros salaires et qui ont dû payer des amendes variant de \$50 à \$90 pour avoir roulé à plus de 55 milles à l'heure. Je ne voudrais pas qu'on devienne plus clément pour les gars qui ont de l'argent, mais rien n'empêche que c'est plus dur pour eux de respecter la limitation de vitesse puisqu'ils ont de plus gros chars. Quand on a un petit quatre, on n'a pas grand mérite à rouler à 55-60.

J'ai beau me creuser les méninges, je ne vois rien qui ne soit crime que pour les pauvres. Si on prend un chômeur la main dans le sac, on l'arrête; or on fait de même pour ceux qui ont le porte-monnaie bien garni. C'est possible qu'il y ait plus de pauvres que de riches arrêtés pour vol, mais c'est possible aussi que les pauvres soient naturellement plus voleurs que les autres.

On parle souvent d'inégalités sociales, mais je voudrais bien qu'on me donne des exemples. J'ai beau regarder à droite et à gauche, je ne vois rien. Est-ce qu'on défend l'accès des écoles privées aux enfants de familles pauvres? Ils ont le droit d'aller au cégep et à l'université. Si vous téléphonez pour vous inscrire à une faculté de Médecine, on ne vous demandera pas combien d'argent vous avez, mais on va s'assurer que vous avez tous les diplômes nécessaires, car on ne peut pas laisser n'importe qui devenir médecin.

Parlant de maladie, est-ce qu'on refuse les pauvres dans nos hôpitaux? On le faisait il n'y a pas si longtemps, mais depuis l'assurance-hospitalisation et l'assurance-santé, tous les malades sont sur le même pied. Je dis sur le même pied, c'est une façon de parler parce que les riches sont plus mal pris que les pauvres lorsqu'ils sont malades. Prenons le cas d'un gars qui gagne \$150 par semaine et qui se fait opérer pour l'appendicite: ses quatre semaines de convalescence lui font perdre \$600. Si c'est un avocat qui gagne \$500 par jour — et ils ne sont pas rares —, qui se fait opérer, il subit une perte pouvant aller jusqu'à \$10 000. Qu'on ne se demande plus pourquoi les riches sont moins malades que les pauvres: ils n'ont pas les moyens de l'être, c'est tout.

Règle générale, plus ça va, plus les riches sont défavorisés. Non seulement ils ont un standing à maintenir (toujours les restaurants les plus chers, les hôtels les plus luxueux, la 1ère classe dans les avions, les costumes taillés sur mesure, les chaussures importées), mais ils n'ont pas droit à l'assurance-chômage et encore moins à l'assistance sociale. Ils paient pourtant beaucoup plus de taxes et d'impôts que ceux qui y ont droit!

Qu'on dise ce qu'on voudra, de nos jours, ce n'est pas un cadeau d'être riche. Et comme les riches vivent généralement plus longtemps que les pauvres, on peut conclure qu'ils font leur purgatoire sur terre!



Celui-ci, ce timbre de 1951 commémorant le premier timbre canadien émis 100 ans auparavant vous est offert avec d'autres émissions historiques canadiennes: la Princesse Elizabeth, Sir Wilfrid Laurier, Lester B. Pearson, entre autres! Nous vous enverrons d'autres collections en approbation. Vous pouvez en acheter ou non et nous retourner le reste. Annulez ce service quand vous voulez. Faites-le aujourd'hui même!

Envoyez 25¢ dès aujourd'hui à:
DEPT. 0PE7 WILLIAMS STAMP CO., ST. STEPHEN, N.B., CANADA

FINIS LES PROBLÈMES QUOTIDIENS DE DENTIER

Le Coussinet Snug les retient fermement pendant des semaines, en tout confort.

Adieu crèmes et poudres salissantes! Adieu opérations délicates chaque matin et après les repas! Avec le coussinet Snug, le dentier adhère parfaitement de jour en jour et reste confortable pendant des semaines. En effet, le coussinet Snug, doux et efficace, crée un lien tout confort entre les gencives et le dentier. Il adhère au dentier, non pas aux gencives. On peut rincer, frotter, savonner le coussinet Snug... il se nettoie facilement, mais ne risque pas de se décoller ou de s'écailler. Mettez vite un terme à vos problèmes. Utilisez le coussinet Snug. Il retient fermement le dentier pendant des semaines, en tout confort.

SNUG
COUSSINETS À DENTIER

perspectives

est publié chaque semaine par Perspectives Inc.
231, rue Saint-Jacques
Montréal H2Y 1M6 • Tél. 282-2224

Directeur de la rédaction
Pierre Gascon

Directeur adjoint
Jean Bouthillette

Directeur artistique
Pierre Legault

Rédaction
Edouard Doucet
Isabelle Lefrançois
Adrien Robitaille

Photographe
Denis Plain
Secrétaire
Gisèle Payant

Service artistique
Marthe Bolduc
Michel Brunette
Roger Dion
Michel Genest
France Lafond

Président
Paul-A. Audet

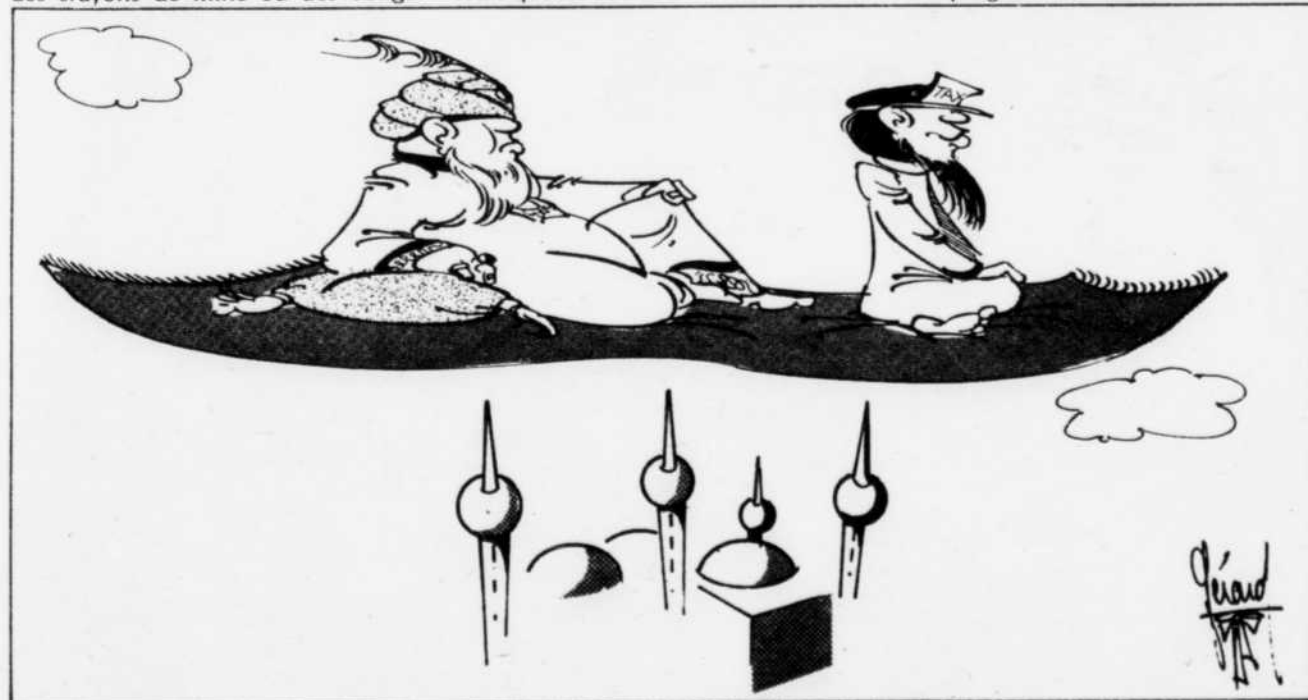
Vice-président
Charles d'Amour

Secrétaire
Guy Pépin

Trésorier
Gaston Vachon

Représentant publicitaire
MagnaMedia Limitée.
231, rue Saint-Jacques
Montréal H2Y 1M6 Tél. 282-2120

ISSN 0380-6790





Si légères et si fraîches!

Certains hôtes ne servent pas de dessert quand il fait chaud et je me demande pourquoi. Il est des plats sucrés qui sont légers et rafraîchissants. Les tartes que voici, avec leur garniture en gelée et leur croûte en miettes de biscuits, en sont.

Je vous offre d'abord une recette de base qui vous permettra de faire de belles croûtes avec des biscuits Graham aussi bien qu'avec des gaufrettes à la vanille, au chocolat ou au gingembre. Certaines des garnitures proposées sont riches car elle contiennent des jaunes d'oeufs et de la crème fouettée. Mais d'autres ont moins de calories et ne doivent leur légèreté qu'aux blancs d'oeufs battus. Je recommande la tarte aux poires. La gelée en est veloutée car on y fait fondre de la crème glacée. Incidemment, on peut utiliser ce procédé avec des gelées à tous les parfums et toutes sortes de fruits.

CROÛTE DE MIETTES DE BISCUITS

1 1/2 tasse de miettes de biscuits ou de gaufrettes (voir note)
1/4 de tasse de sucre
1/3 de tasse de beurre fondu

Chauffer le four à 400°F.

Mêler, à la fourchette, les miettes, le sucre et le beurre, en travaillant le mélange jusqu'à ce que toutes les miettes soient enrobées de beurre. Presser le mélange dans une assiette à tarte, de 9 pouces de diamètre, en couvrant entièrement cette dernière et en construisant un bord aussi haut que possible.

Cuire au four 8 minutes. Laisser refroidir et garnir au goût.

Note: on peut utiliser des miettes de biscuits Graham ou de gaufrettes à la vanille, au chocolat ou au gingembre.

TARTE AU MELON D'EAU (notre photo)

1 1/2 tasse de pulpe de melon d'eau (voir plus bas)
3 jaunes d'oeufs
1 pincée de sel
2 cuil. à table de jus de citron
1 enveloppe (1 cuil. à table) de gélatine en poudre
3 blancs d'oeufs
1/2 tasse de sucre
1/2 tasse de crème double (35 p.c.)
Croûte à tarte faite de gaufrettes à la vanille
Boulettes de melon d'eau (facultatif)

Préparer la pulpe en faisant tourner au mélangeur électrique, ou en écrasant parfaitement à la fourchette, des morceaux de melon d'eau bien mûr et épépiné. Ne faire tourner qu'une ou deux secondes pour que la pulpe conserve de petits morceaux de chair non défaits.

Mêler cette pulpe, les jaunes d'oeufs, le sel, le jus de citron et la gélatine, dans

la casserole supérieure d'un bain-marie; laisser reposer 5 minutes. Chauffer au bain-marie frissonnant, en brassant, 15 minutes ou jusqu'à ce que la préparation adhère à une cuillère de métal. Refroidir en plaçant la casserole dans de l'eau glacée, jusqu'à ce que le mélange soit sirupeux.

Battre les blancs d'oeufs en mousse. Ajouter le sucre, petit à petit et en battant bien après chaque addition. Battre jusqu'à ce que la meringue forme des pics au bout des batteurs. Incorporer alors au mélange au melon. Fouetter la crème jusqu'à ce qu'elle soit ferme et l'incorporer à la préparation. Verser dans la croûte et réfrigérer plusieurs heures ou jusqu'au lendemain. Si on le désire, décorer de boulettes de melon d'eau au moment de servir. (6 portions)

TARTE A L'ORANGE (notre photo)

1 tasse de lait évaporé
2/3 de tasse d'eau
1/2 de tasse de jus d'orange
1 paquet de 3 onces de poudre de gelée à l'orange
1/2 tasse de sucre
1 cuil. à table de zeste d'orange râpé
2 cuil. à table de jus de citron
Croûte de tarte faite de gaufrettes au chocolat
Quartiers d'oranges (facultatif)

Verser le lait dans un moule de métal et faire congeler jusqu'à ce que des cristaux se forment près des bords du moule.

Chauffer ensemble l'eau et le jus d'orange, jusqu'au point d'ébullition. Mêler, dans un bol, la poudre de gelée à l'orange et 1/2 tasse de sucre. Ajouter le liquide bouillant et brasser pour bien dissoudre la gélatine. Ajouter le zeste d'orange. Refroidir, en plaçant le bol dans un plat d'eau glacée, jusqu'à ce que le mélange commence à épaissir. Fouetter le lait évaporé, 2 minutes ou jusqu'à ce qu'il ait épaissi. Ajouter le jus de citron et battre encore, 2 minutes ou jusqu'à ce que le lait soit épais comme une belle crème fouettée. Incorporer au mélange à l'orange et verser le tout dans la croûte. Réfrigérer plusieurs heures ou jusqu'à ce que ce soit ferme. Garnir de quartiers d'oranges, si on le désire. (6 portions)

TARTE A L'ANANAS ÉPICÉE (notre photo)

2/3 de tasse (1 petite boîte) de lait évaporé
1 tasse de jus d'ananas (de l'ananas déshiqueté)
1 paquet de 3 onces de poudre de gelée au citron
1/2 tasse d'ananas déshiqueté, bien égoutté
1/4 de tasse de noix hachées
1/2 cuil. à thé de cannelle
1/4 de cuil. à thé de gingembre

1/4 de cuil. à thé de muscade
1 cuil. à table de jus de citron
Croûte de tarte faite de gaufrettes au gingembre

Mettre le lait évaporé dans un moule de métal et le refroidir, au congélateur, jusqu'à ce que des cristaux se forment près des bords du moule.

Chauffer le jus d'ananas, jusqu'au point d'ébullition. Ajouter la poudre de gelée et brasser jusqu'à ce qu'elle soit dissoute. Ajouter l'ananas, les noix et les épices. Refroidir, dans de l'eau glacée, jusqu'à ce que le mélange commence à épaissir.

Mettre le lait évaporé dans un bol refroidi, pendant ce temps, et le battre, à la grande vitesse d'un malaxeur électrique, jusqu'à ce qu'il soit épais. Ajouter le jus de citron et battre jusqu'à ce qu'il soit très épais, comme une belle crème fouettée. L'incorporer à la gelée.

Mettre dans la croûte et réfrigérer jusqu'à ce que ce soit ferme. (6 portions)

TARTE MOKA

1 enveloppe (1 cuil. à table) de gélatine en poudre
1/4 de tasse d'eau froide
1 cuil. à thé de poudre de café instantané
1 tasse de crottes de chocolat
1 tasse de lait
1/4 de cuil. à thé de sel
2 jaunes d'oeufs, battus
2 blancs d'oeufs
1/2 de tasse de sucre
1/2 tasse de crème double (35 p.c.)
Croûte de tarte faite de gaufrettes au chocolat ou à la vanille

Ajouter la gélatine à l'eau froide, dans un petit plat. Laisser reposer pendant l'autre étape de la préparation.

Mêler, dans une casserole, le café, le chocolat, le lait et le sel. Chauffer, à feu bas et en brassant constamment, jusqu'à ce que le chocolat soit fondu. Ajouter aux jaunes d'oeufs environ la moitié du mélange bien chaud, petit à petit et en brassant vigoureusement. Remettre ce mélange dans la casserole, petit à petit et en brassant. Continuer la cuisson à feu bas, en brassant, 5 minutes ou jusqu'à léger épaississement. Retirer du feu.

Ajouter la gélatine et brasser pour la bien dissoudre. Refroidir, en plaçant la casserole dans de l'eau glacée, jusqu'à ce que la préparation commence à épaissir.

Battre les blancs d'oeufs en mousse. Ajouter le sucre, petit à petit et en battant après chaque addition. Continuer à battre jusqu'à ce que la meringue forme des pics au bout des batteurs. Incorporer au mélange au chocolat.

Fouetter la crème jusqu'à ce qu'elle soit très épaisse et l'incorporer à la préparation. Verser dans la croûte et réfrigérer plusieurs heures ou jusqu'à ce que la garniture soit ferme. (6 portions)

TARTE A L'ABRICOT

1/4 de tasse de sucre
1 enveloppe (1 cuil. à table) de gélatine en poudre
1 tasse de jus, dit nectar d'abricot, du commerce
4 jaunes d'oeufs
1 cuil. à thé d'essence d'amande
4 blancs d'oeufs
1/2 cuil. à thé de crème de tartre
1/2 tasse de sucre
Croûte de tarte faite de gaufrettes à la vanille

Crème fouettée sucrée

Amandes rôties en aiguillettes

Bien mêler, dans une casserole, 1/4 de tasse de sucre et la gélatine. Battre ensemble légèrement, au batteur rotatif, le jus d'abricot et les jaunes d'oeufs. Ajouter à la gélatine et au sucre, en brassant. Cuire à feu moyen, en brassant constamment, jusqu'au moment où le mélange commence à frissonner.

Retirer du feu et refroidir, en plaçant la casserole dans de l'eau glacée, jusqu'à ce que le mélange garde un peu sa forme quand on le remue à la cuillère. Retirer de l'eau glacée et ajouter l'essence d'amande, en mêlant bien. Battre les blancs d'oeufs, auxquels on aura ajouté la crème de tartre, jusqu'à ce qu'ils soient en mousse. Ajouter 1/2 tasse de sucre, petit à petit et en battant bien après chaque addition. Battre jusqu'à ce que la meringue soit ferme et brillante. Incorporer délicatement la gelée.

Verser dans la croûte et réfrigérer jusqu'à ce que la garniture soit ferme, c'est-à-dire au moins 2 heures. Au moment de servir, décorer de crème fouettée et parsemer abondamment d'amandes en aiguillettes. (6 portions)

TARTE AUX POIRES

1 paquet de 3 onces de poudre de gelée à la limette
1 1/4 de tasse d'eau bouillante
2 tasses de crème glacée à la vanille, ramollie
1 cuil. à table de jus de citron
1 1/2 tasse de poires fraîches, en dés
1/4 de tasse d'amandes rôties taillées en aiguillettes
Croûte de tarte faite de gaufrettes à la vanille
Amandes rôties en aiguillettes (facultatif)

Dissoudre la poudre de gelée dans l'eau bouillante. Ajouter la crème glacée et brasser jusqu'à ce qu'elle soit fondue. Ajouter le jus de citron. Refroidir, dans de l'eau glacée, jusqu'à ce que la préparation ait épaissi sans toutefois être prise. Ajouter les poires et 1/4 de tasse d'amandes et mêler délicatement. Verser dans la croûte. Si on le désire, parsemer la garniture, près du bord, d'une couronne d'amandes en aiguillettes. Réfrigérer plusieurs heures ou jusqu'à ce que ce soit ferme. (6 portions) •

Entrez dans le monde fascinant du commandant COUSTEAU

...et sillonnez les 7 mers sous le signe de l'aventure

Examinez
le premier
volume
GRATUITEMENT
pendant 10 jours,

Dans l'Encyclopédie Cousteau, le commandant Cousteau...

explore

les secrets d'un monde
mystérieux et fascinant:
le monde du silence.

explique

la vie dans les abîmes
qu'il fut le premier à
étudier systématiquement.

démontre

l'importance croissante
de la mer pour l'homme
d'aujourd'hui.



Postez dès aujourd'hui ce

Bon d'examen gratuit

OUI, veuillez m'expédier, pour un examen gratuit de 10 jours, Oasis dans l'Espace, le premier volume de l'Encyclopédie Cousteau. Envoyez-moi aussi mon CADEAU GRATUIT: la CARTE DU FOND DES OcéANS. Si je décide de conserver le volume, je ne paierai que \$7.95, plus des frais minimes de port et de manutention. Je recevrai ensuite, toutes les quatre à six semaines environ, un autre volume de l'Encyclopédie Cousteau, au même bas prix. Je comprends que chaque volume est envoyé pour un examen gratuit de 10 jours et que je pourrai retourner ceux dont je ne désire pas enrichir ma bibliothèque. De plus, il est entendu que je peux arrêter l'envoi de ces volumes n'importe quand.

Si je ne désire pas garder le premier volume, Oasis dans l'Espace, en le retournant dans les 10 jours, je ne vous devrais pas un sou, mon abonnement serait annulé, et je n'aurais aucune autre obligation.

Quelle que soit ma décision, je pourrai garder GRATUITEMENT la CARTE DU FOND DES OcéANS.

C37111

NOM (en MAJUSCULES, S.V.P.)
ADRESSE APP.
VILLE PROV. CODE POSTAL

Veuillez signer ici Signature des parents si moins de 18 ans.

Ces prix peuvent subir une légère majoration.

Une collection vraiment complète, en 20 volumes magnifiquement illustrés:

- 3,000 pages grand format, 8 1/2" sur 10 3/4", richement illustrées en couleur, sur papier glacé.
- Reliure solide et élégante.
- Plus de 3,500 documents en couleur: photos, diagrammes et dessins explicatifs.
- Toutes les découvertes passionnantes et les aventures palpitantes des épisodes télévisés.

POSTEZ DÈS AUJOURD'HUI!
N'ENVOYEZ PAS D'ARGENT!

Bon d'examen gratuit

Envoyer à: LAFFONT CANADA LTÉE,
17290 Trans-Canadienne, Kirkland, Québec H9J 2M5

Veuillez m'envoyer, pour un examen gratuit de 10 jours, Oasis dans l'espace. Si je désire conserver ce volume, je ne paierai que \$7.95, plus des frais minimes de port et de manutention.

Je recevrai ensuite, à toutes les quatre à six semaines environ, un autre volume de la collection L'ENCYCLOPÉDIE COUSTEAU au même bas prix. Je comprends que chaque volume est envoyé pour un examen gratuit de 10 jours et que je pourrai retourner ceux dont je ne désire pas enrichir ma bibliothèque. De plus, il est entendu que je peux arrêter l'envoi de ces volumes n'importe quand.

Si je ne désire pas garder Oasis dans l'espace, et vous le retournais dans les 10 jours, je ne vous devrais pas un sou, mon abonnement serait annulé et je n'aurais aucune autre obligation.

NOM (Lettres moulées, S.V.P.)
ADRESSE APP.
VILLE PROV. CODE POSTAL

Veuillez signer ici, S.V.P. (Signature des parents si moins de 18 ans)

C37112

Faites venir
le premier volume
Gratuite-
ment,
pour 10 jours!

à la mer...
tre avenir.

es dégâts et les
erre mondiale.
connaître — et à
lliers de créatures
erez comment elles
se reproduisent,
elles, quelle est leur
us prendrez conscience
tre mené — de toute
pollution et les

r volume, Oasis dans
ert en examen
ars, sans aucune
e paieriez que si vous



Une idée originale:
transformer un dauphin
en caméraman en lui
fixant une caméra
sur le dos.

