



Ce sapeur-pompier de Laval, utilisant un extincteur à gaz carbonique, démontre la bonne manière d'éteindre un feu. Il demeure éloigné du brasier et braque le jet de son extincteur à la base du feu, étouffant ainsi l'élément; privé d'air, un feu meurt "de mort naturelle".

(Photo: Pierre Lasalle)

## L'EXTINCTEUR: un peu de shopping s'impose

Parmi toute la gamme d'extincteurs offerte sur le marché, à des prix variant de \$5 à plus de \$100 et pouvant répondre à une grande quantité de besoins, lequel choisiriez-vous pour votre maison?

Il faut d'abord préciser que l'extincteur, un outil qui peut vous sauver la vie, doit être choisi avec la même prudence qu'une voiture. La même, sinon une prudence encore plus grande.

Les extincteurs se divisent en trois catégories, selon le type d'incendie qu'ils peuvent combattre. Les spécialistes ont divisé tous les incendies possibles en trois classes: A, pour les feux consommant papier ou bois; B, pour les incendies consommant essence et autres produits pétroliers, et C, pour un incendie déclenché par des appareils électriques.

Les extincteurs actuellement offerts sur le marché sont généralement adaptés à la lutte contre les incendies de types B et C, ceux pouvant combattre les feux de type A étant de plus en plus répandus. On peut aussi se procurer un extincteur combattant uniquement les feux de type A, extincteurs faisant appel à de l'eau ou de l'antigel. Leur achat n'est pas à recommander, étant donné leur peu de versatilité dans une maison.

Les marchands, de même que les pompiers et autres spécialistes de la prévention des incendies, sont très enthousiastes des performances des extincteurs ABC

faisant appel à de la poudre sèche. Il s'agit, selon eux, d'appareils efficaces, de prix abordables et fiables, pour peu qu'on les utilise quand il et comme il faut.

Précisons que ces appareils à poudre sèche, tous les extincteurs en fait, fonctionnent à la façon d'un bonbonne aérosol.

L'extincteur est constitué de deux parties: le cylindre, bonbonne en général faite d'acier forgé ou soudé - cette dernière catégorie est de loin moins sécuritaire et le système d'éjection. Tous les extincteurs sont remplis de la même manière: on y place le produit ignicide et on comble ensuite avec de l'air comprimé. Noter que l'on fabrique également, mais ces appareils sont pour ainsi dire réservés à l'industrie, des extincteurs faisant appel au gaz carbonique (CO<sub>2</sub>) ou le produit ignicide est son propre véhicule.

Quand on presse la détente du système d'éjection, le gaz contenu dans le cylindre est libéré et entraîne à sa suite le produit ignicide. La bonbonne, pour que la poudre soit bien évacuée vers le feu, doit bien sûr être en bon état. Pour s'en assurer, il est de loin préférable de se procurer un extincteur muni d'un manomètre qui indique que votre appareil contient suffisamment de gaz.

D'autre part, il faut s'assurer au moins à tous les six mois qu'un extincteur à poudre sèche soit bien remué; si l'appareil est toujours laissé à la verticale, la poudre menace en effet de se tasser au fond de la bonbonne, si

dans ce cas on doit utiliser l'appareil, le système d'éjection ne laissera passer que du gaz; pas très pratique... Pour effectuer cette opération, on peut renverser l'extincteur et le marteler légèrement avec un maillet de caoutchouc, comme ceux utilisés par les débosseleurs; quelques coups appliqués au fond et sur les côtés du cylindre suffiront.

Ceci dit, il est bon de savoir qu'on ne peut acheter n'importe quoi. Un extincteur doit être adapté à vos besoins particuliers, comme d'ailleurs tout instrument servant à assurer votre sécurité. Si par ailleurs certains croient que la seule possession d'un extincteur peut leur assurer des jours tranquilles et éviter la perte de tous leurs biens, ces propos du chef Harold Harvey, du service de prévention des incendies de la Ville d'Ottawa, tromperont les déromperont.

"Un extincteur vaut, bien sûr, la peine d'être acheté, mais ne fera pas de miracles. Il faut aussi posséder un système de détection des incendies; c'est plus prudent et cela vous donne le temps de vous servir de l'extincteur..."

"Pour ma part, poursuit M. Harvey, je recommanderais l'achat d'un extincteur pour deux usages bien précis: dans la cuisine et dans la voiture. Cela n'empêche pas d'en installer un dans l'atelier et un autre dans le garage, mais la cuisine et la voiture sont vraiment les endroits les plus exposés.

"Pour la cuisine, il ne faut pas acheter un instrument trop gros ou trop lourd; un extincteur contenant 2½ livres ou cinq livres de poudre catégorie ABC est parfait.

Suite page C-3

## Des pénalités de \$1047

**A.V., Saint-Eustache**

"Je ne sais si mon cas vous intéressera, mais voici ce qui m'arrive: j'ai signé un contrat de financement avec

la succursale du boulevard Décarie de Beneficial Finance. Il s'agissait d'un emprunt de \$4054.81, avec des intérêts de \$2489.19, pour un grand total de \$6540 payable en 60 paiements mensuels de \$109.

"Le premier paiement sur cet emprunt devait être fait le 1er juin 72 et le dernier le 1er mai 77.

"J'ai malheureusement perdu trace de ma copie du contrat, mais ce que je sais, c'est que j'ai effectué le dernier paiement en mars 78, soit plusieurs mois après l'échéance normale du prêt. Pourquoi m'a-t-on fait payer ce surplus important? J'ai communiqué à plusieurs reprises avec la succursale de Beneficial Finance sans pouvoir obtenir d'explication satisfaisante. Peut-être pourriez-vous faire pour moi la lumière sur cette affaire."

M. Gérard Gagnon, vice-président de Beneficial Finance pour la région du Québec, nous a expliqué que M.V. avait terminé le remboursement de son prêt 10 mois après l'échéance normale parce qu'il n'avait pas toujours rencontré ses obligations dans les délais fixés au contrat. Les remboursements supplémentaires exigés par Beneficial Finance de son client se sont élevés au total à \$1047.

Au total, M. V. a donc payé \$3532.19 en frais d'attermoiement et intérêts pour un emprunt de \$4054.81.

M. Gagnon n'avait pas entre ses mains une copie du contrat de financement de M. V. au moment de notre conversation, mais il communiquera avec nous dès qu'il aura reçu ce document de la succursale de Ville Saint-Laurent. Il sera alors possible de vérifier si les pénalités pour retard imposées à M. V. étaient conformes au contrat signé entre ce consommateur et l'entreprise de financement.

Pour sa part, M. V. pourrait rentrer en contact avec nous.



## Enfin la pièce est arrivée

On se souviendra peut-être que M. L.L. de Bois-des-Filion s'était adressé à CONSOMMACTION en mai dernier pour nous demander d'intervenir auprès des piscines Tempo pour qu'on lui remplace une pièce endommagée par la rouille.

M. Carol Audet, président de la compagnie Tempo, nous avait alors affirmé qu'il communiquerait avec le manufacturier, Muskin, dont les bureaux sont situés en Ontario, pour obtenir la pièce de remplacement. Selon M. Audet, le retard apporté pour fournir cette pièce à M. L. était dû à de la confusion et au fait que de nombreuses pièces semblables avaient dû être remplacées sur ce modèle de piscine hors de terre.

Comme rien ne semblait évoluer vers une solution de ce cas, nous avons communiqué à nouveau avec M. Audet la semaine dernière pour lui demander s'il comptait toujours recevoir incessamment la pièce de remplacement.

Coup de chance, Muskin venait tout juste de lui faire parvenir la pièce destinée à la réparation de la piscine de M. L. "Nous allions justement communiquer avec notre client pour l'aviser de l'arrivée de la pièce manquante et le prier de venir en prendre livraison", nous a déclaré M. Audet. Comme il s'agit d'une pièce qui s'installe très facilement et que les frais de main-d'oeuvre ne sont pas inclus dans la garantie de ce manufacturier, M. L. aura à faire un peu de bricolage autour de sa piscine dans les jours qui viennent.

## Dépôt pris dans une faillite

**G.D., Montréal**

"Le premier avril dernier, j'ai commandé quatre chaises chez le marchand de meubles Hervé Ouellette du 3481 est, rue Ontario. Comme je laissais un dépôt de \$37.60, j'ai pris la précaution de faire inscrire au contrat une mention à l'effet que cette somme me serait remboursée entièrement dans l'éventualité où les meubles en question ne pourraient m'être livrés avant 60 jours.

"Cette prudence m'avait été dictée par l'expérience d'une connaissance qui avait dû attendre un an la livraison de meubles commandés de ce même marchand.

"Les 60 jours écoulés, comme je n'avais toujours pas reçu la livraison des quatre chaises, je me suis présenté au magasin pour faire annuler le contrat et obtenir le remboursement de la somme de \$37.60 laissée en dépôt. En pure perte...

"Après deux visites à ce magasin et autant d'appels téléphoniques, une lettre

recommandée et plus de trois mois de patience, je désespère que l'on me remette jamais mon dépôt.

"Je vous envoie ci-joint une copie du contrat d'achat, de notre lettre recommandée et du reçu de la poste. J'ose espérer que vous pourrez obtenir des résultats là où je n'ai pu que recueillir des promesses..."

Nos contacts avec le magasin Hervé Ouellette ont été très brefs: c'est une entreprise spécialisée dans la liquidation des faillites qui a répondu au téléphone et nous a

informé que les magasins Hervé Ouellette (trois succursales situées rues Ontario et Leclaire à Montréal et boulevard Taschereau à Greenfield Park) étaient maintenant en faillite.

Nous avons appris que le syndic chargé de cette faillite est M. René Lemire, de la maison Mercure, Béliveau et Associés, 1420 Tour de la Bourse, Place Victoria, Montréal, H4Z 1G9. Les consommateurs qui avaient laissé des dépôts entre les mains de l'une ou l'autre des trois succursales des magasins Hervé

Ouellette peuvent écrire à ce syndicat pour faire enregistrer leurs créances. Il y a toujours des espoirs d'obtenir un remboursement partiel de ces créances, même si les chances sont habituellement très faibles.

Nous avons transmis ces informations à notre lectrice qui nous a fait part de son intention de suivre notre conseil et d'écrire, en plus, au ministère des Consommateurs pour signaler le peu de protection dont jouissent les clients d'entreprises en faillite.



## Écrivez-nous

Le consommateur aux prises avec un commerçant ou un fabricant peu soucieux de la qualité de leurs produits ou désintéressés du service après vente peut faire appel à CONSOMMACTION, par écrit. Nous interviendrons directement ou nous dirigerons le consommateur vers les personnes qui l'aideront. Le lecteur doit inclure à son envoi copie des contrats de

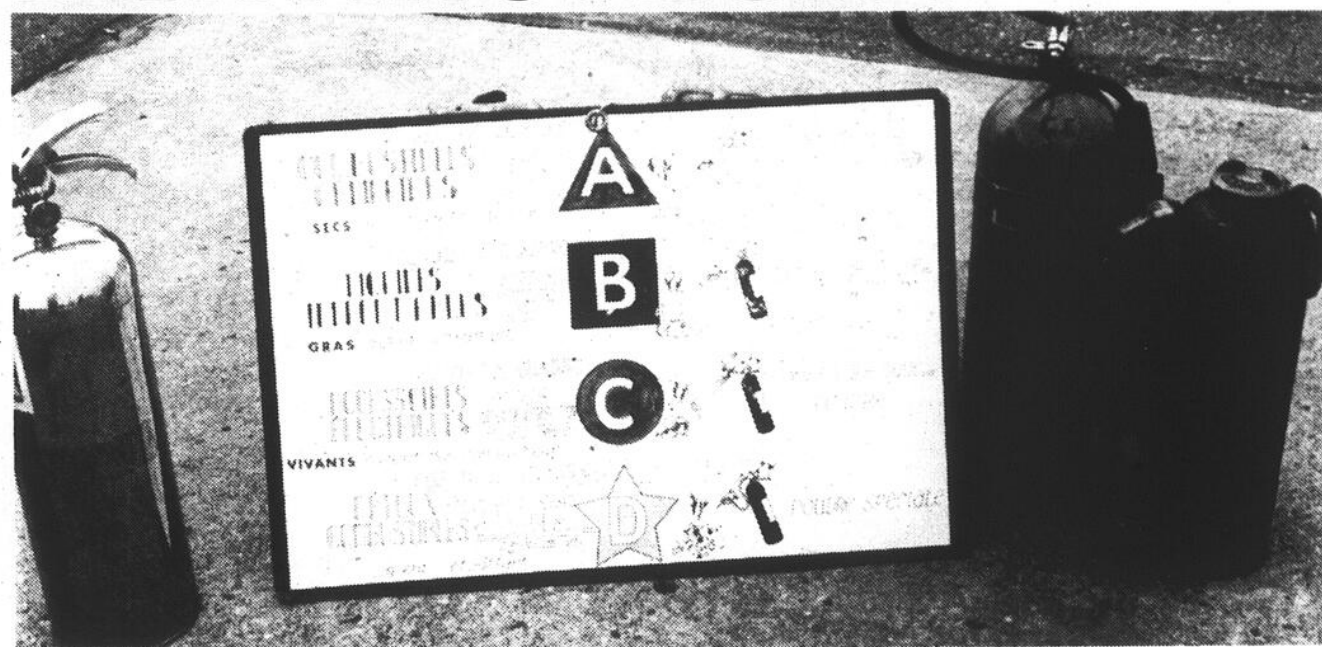
vente, des contrats de crédit, des garanties, des lettres expédiées au commerçant, des réponses de ce commerçant. Ces documents nous permettront d'intervenir plus efficacement auprès des marchands ou des fabricants mis en cause.

Le lecteur doit également inscrire son nom, son adresse et son numéro de téléphone sur sa lettre,

mais seules les initiales de son nom apparaîtront dans le journal. Nous essaierons de répondre le plus tôt possible, en tenant compte en premier lieu des sujets qui semblent intéresser le plus grand nombre possible de lecteurs.

Tous les envois doivent être adressés à CONSOMMACTION, Dimanche-Matin, 5701, rue Christophe-Colomb, Montréal, H2S-2E9.

# L'EXTINCTEUR :



(Photo: Pierre Lasalle)

Ce tableau, accompagné de divers extincteurs, illustre les catégories d'incendies selon leurs origines. Les feux de catégorie D surviennent rarement dans une maison; ils consomment des métaux et se déclenchent en général lors du planage ou du tournage en atelier.

## un outil valable entre \$22 et \$45

(suite de la page C1)

C'est pareil pour la voiture. Dans tous les cas, le service de prévention des incendies recommande d'abord d'appeler les pompiers, sortir de la maison et ensuite revenir et utiliser l'extincteur.

"Nous avons connu des cas où les gens avaient d'abord vidé leur extincteur et s'étaient dit que le feu éteint, ils n'avaient plus rien à craindre; c'est absurde! Le feu se propage souvent dans les murs et quand on se rend compte de ce qui est en train de se passer, il est trop tard; on appelle les pompiers, et nous ne pouvons plus rien faire.

"Il faut aussi savoir utiliser son extincteur, souligne M. Harvey. On ne peut pas, avec de la poudre sèche, "arroser" le feu comme avec un gros boyau, surtout s'il est important. Dans ce dernier cas, on ne répètera jamais assez qu'il faut d'abord appeler les pompiers et ne pas jouer les héros.

"Si par contre, vous n'avez vraiment pas le choix, si vous jugez la marge de sécurité suffisante, voici comment procéder: assurez-vous que la goupille de sécurité du déclencheur est enlevée; il est arrivé que des gens, victimes de la panique, aient oublié cette goupille. Comme il y a peu de temps on les faisait encore en acier, la goupille faisait se coincer le déclencheur et l'extincteur ne fonctionnait pas. Depuis, on a commencé à fabriquer des goupilles en plomb; le déclencheur, actionné avec suffisamment de force, la brise et tout va bien. Il est cependant préférable de l'enlever.

"Ensuite, vous devez diriger le tuyau de l'extincteur vers la base du feu; c'est très important. Il faut procéder de la même manière avec un boyau d'incendie, d'ailleurs, afin de noyer le feu à sa naissance. La poudre très fine contenue dans l'extincteur est en effet conçue pour couper l'air qui alimente le feu; l'eau fait le même travail sur un feu de bois. Si vous devez utiliser l'extincteur à l'extérieur, assurez-vous aussi d'avoir le dos au vent; dans le cas contraire, vous pourriez recevoir de la poudre dans les yeux. C'est extrêmement douloureux et dangereux pour l'oeil, puisque la poudre a pour effet principal de couper l'air.

"Il est très important, lorsqu'on achète un extincteur, de le faire auprès d'un marchand compétent, qui pourra assurer l'entretien et la réparation éventuelle de l'appareil. Il est important de ne pas acheter un appareil à poudre BC pour la maison. Je peux vous dire qu'il y a quelques années, on vendait un appareil à poudre BC "en solde", comme s'il s'était agi d'une machine à poudre ABC; on n'expliquait pas au consommateur la différence entre les deux types d'extincteurs et c'en était frauduleux: un appareil catalogué BC coûte moins cher qu'un ABC, quelquefois jusqu'à \$15. Le gars qui achète un BC en pensant qu'il s'agit d'un ABC peut se faire jouer un vilain tour si un incendie éclate dans un garage où est entreposé du bois et du papier, c'est garanti.

"Si jamais on achète un extincteur pour une maison de campagne, je recommande d'installer à l'extérieur de la maison un boyau d'arrosage de jardin branché sur une prise d'eau séparée. Au cas où l'extincteur ne suf-

firait pas à la tâche et si les pompiers sont loin, c'est peut-être la différence entre votre maison et des ruines," conclut M. Harvey.

Autre chose: avant d'acheter un extincteur, il est recommandé de vérifier s'il est approuvé par Underwriter's Laboratories of Canada (ULC), une firme reconnue par la sévérité de ses tests. ULC effectue à son usine de Scarborough, en Ontario, une pléiade de vérifications sur tous les nouveaux modèles d'extincteurs que lui soumettent les fabricants. On vérifie l'étanchéité de la bonbonne, la capacité d'extinction du produit qu'il contient, la puissance de son jet, le système de déclenchement et l'orifice du système de libération (un orifice trop grand ou trop petit constitue une perte de puissance de l'appareil), le tout conformément aux règlements canadiens sur la prévention des incendies. Si l'extincteur que l'on vous propose ne porte pas la marque des Underwriters, ne l'achetez tout simplement pas.

La même intransigeance doit s'appliquer aux extincteurs en aérosol que l'on trouve dans les supermarchés ou grands magasins. Ces extincteurs, en principe efficaces contre de petits feux de cuisinière, sont comme tous les aérosols: dangereux si laissés trop longtemps auprès de la chaleur. Mieux vaut payer plus cher pour un produit plus efficace et réutilisable, qu'on peut faire vérifier et qui possède un manomètre.

Un marchand consulté par "Consommation" sur le prix d'un extincteur à poudre ABC de bonne qualité d'une contenance de deux livres et trois quarts déclare vendre cet appareil \$17. A l'instar du chef Harvey, il recommande ces appareils pour la cuisine.

## Un extincteur pour moins de \$1

N'importe qui peut fabriquer un extincteur comme celui utilisé par ce sapeur-pompier de Ville de Laval. Il coûte moins de \$1, soit le prix du bicarbonate de soude ("soda à pâte") dont on emplit aux trois quarts une bouteille vide et bien asséchée de détergent à vaisselle. Le bicarbonate de soude est efficace contre les feux de cuisinière et dans les feux se déclenchant dans les moteurs d'autos. Ce produit se vend 25 cents, environ, la boîte d'une demi-livre; il en faut peut-être deux pour fabriquer un extincteur, dépendant du format de la bouteille utilisée. Il faut percer le bouchon de la bouteille un peu plus gros que lorsqu'on s'en servait pour verser du détergent. Il est important, de temps à autre, de bien brasser l'extincteur, afin de détasser le bicarbonate qui s'est agglutiné au fond. L'utilisation de l'appareil est fort simple: on presse fortement la bouteille en dirigeant le jet de bicarbonate à la base du feu. Il est aussi possible d'utiliser le bicarbonate pour éteindre un feu de cuisinière en versant à même la boîte. De toute manière, les services de prévention des incendies vous demanderont d'appeler les pompiers, même si vous maîtrisez le feu, afin de

Voici les résultats d'une petite enquête effectuée auprès d'une vingtaine de marchands de la région du Grand Montréal. Leur liste a été dressée à l'aide des Pages jaunes. Les prix varient en fonction de plusieurs facteurs: marques, service d'après-vente, lieu de fabrication (Etats-Unis ou Canada) et profit du marchand.

|  | Extincteurs     |            |
|--|-----------------|------------|
|  | 5 lb poudre ABC | 10 lb ABC  |
| A-AA-Protection (grossiste)  | \$28.00         | \$39.50    |
| ABP Inc.   | \$31.20         | \$59.95    |
|  |                 | et \$31.50 |
| Aéro-Feu Ltée  | \$35.00         | \$49.00    |
| AL Carrière  | \$42.25         | \$64.80    |
| Canada Fire Protection   | \$32.30         | \$49.25    |
| M. Desjardins Enr  | \$32.00         | \$44.60    |
| Equipement d'incendie de Montréal                                      | \$32.50         | \$42.50    |
| Equipements métalliques Nordic (fabricant et grossiste) prix suggérés) | \$36.60         | \$55.00    |
| Extincteur Anjou Enr   | \$45.00         | \$65.00    |
| Extincteur Atlas   | \$35.00         | \$50.00    |
| Extincteur Rapide  | \$40.00         | \$51.00    |
| Extincteurs Leblanc  | \$22.00         | \$38.00    |
| Extincteurs Précaution   | \$36.50         | \$48.50    |
| Guard-X Inc.   | \$39.50         | \$69.50    |
| International Fire Protection  | \$32.50         | \$42.50    |
| Léveillé Extincteurs   | \$32.50         | \$42.00    |
| Levitt Sécurité  | \$32.27         | \$55.62    |
| Monsieur Extincteur  | \$45.00         | \$65.00    |
| Moreau Fire Inspection   | \$31.50         | \$39.00    |
| Pyroex Inc.  | \$39.60         | \$53.60    |
| Sécurité Incendie Chubb  | \$27.72         | \$41.58    |

(cette maison distribue sa propre marque d'extincteurs)

En ce qui a trait aux coûts de remplissage, il se situe en règle générale à \$3 ou \$4 la livre de poudre ajoutée dans votre appareil. Il faut aussi compter quelques dollars de plus pour la main-d'oeuvre et la mise au point de l'air comprimé. Retenez bien que ces prix, fournis par les compagnies pour des extincteurs à l'unité et vendus à un simple consommateur, peuvent légèrement varier, surtout si les appareils sont fabriqués aux Etats-Unis, à cause de la dévaluation du dollar canadien. N'oubliez pas: renseignez-vous sur le service d'après-vente, il y a de bonnes affaires à réaliser avec un peu de magasinage...

"C'est amplement suffisant, dit-il. En plus, quand on l'utilise, on peut le faire remplir pour à peu près \$10. Des clients m'ont déjà demandé des appareils de 10 livres; c'est trop quand on vide cet appareil, de toute façon, le remplissage coûte aussi cher que l'autre extincteur de deux livres et trois quarts."

Si vous achetez un extincteur auprès d'un des marchands inscrits sous la rubrique "extincteurs" des Pages jaunes, faites un peu de magasinage. Consultez-les tous s'il le faut, établissez des comparaisons: vous vous rendez compte que le prix d'un appareil de cinq livres à poudre ABC peut varier, selon la marque ou le vendeur, de \$22 à \$40.

C'est beaucoup, cette variation de \$18. Certains vendeurs demandent jusqu'à \$45 pour ces appareils. Pourquoi? Il peut arriver que le marchand se réserve une bonne marge de profit; il est possible aussi, qu'il vous donne pour le même prix un service d'après-vente et d'inspections régulières. Ces inspections sont importantes; il vaut mieux verser \$10 de plus à ce marchand qu'à un concurrent qui ne fera ensuite aucune vérification.

Il est bon, également, de s'assurer que votre appareil portera des instructions en français. Dans l'énerverment provoqué par un incendie, on oublie parfois des choses que l'on avait déjà lues et apprises par coeur. C'est déjà assez difficile sans commencer à faire de la traduction...

vérifier si tout danger est écarté. Le rapport des pompiers est d'ailleurs exigé par les assureurs.



(Photo: Pierre Lasalle)

## Piccolo Mondo

**Piccolo Mondo pour 4 personnes**

12 tranches de veau minces  
(dans le filet ou la cuisse)  
½ livre de champignons  
2 oz de Marsala  
huile, sel, poivre  
légumes de garniture

Faire sauter dans l'huile des tranches de veau fines comme des scalopines. Arroser avec le vin de Marsala. Ajouter un peu de sauce brune ou une demi-glace pour recouvrir la viande.

Dans une cocotte, ou encore dans des assiettes individuelles allant au four, disposer le veau (trois par personne), la sauce par-dessus, un cœur d'artichaut, de petites pommes de terre Parisienne (facultatif), des zucchini coupés en rondelles et un très petit peu de parmesan râpé sur la viande et mettre à gratiner au four.

### Cappelletti

Il s'agit de sorte de petits beignets de pâte farcis de viande à la manière des raviolis que l'on achète congelés dans tous les supermarchés, en sacs de plastique ou en boîte.

Faire cuire à l'eau bouillante salée de 15 à 20 minutes, égoutter.

On mélange ensuite deux sauces différentes avec précaution, sans les faire bouillir ensemble, pour ne pas faire tourner.

### Sauce Béchamel

Mettre un quart de livre de beurre à fondre, juste blond, ajouter 3 c. à soupe de farine et bien mélanger tout en cuisant à feu très doux, ajouter le lait bouillant et tourner assez vite, saler, poivrer et mettre un peu de muscade râpée. Cuire 5 minutes. Garder au chaud.

### Sauce à la viande томатée

Couper une carotte en petits dés fins, un oignon

et une branche de céleri très fin également.

Faire sauter dans de l'huile le céleri, l'oignon et la carotte et un peu d'ail. Quand c'est doré, ajouter une livre de viande hachée et faire cuire un peu. Enlever toute la graisse en surplus.

Ajouter de la pâte de tomate et ½ verre de vin rouge, puis 2 livres de tomates fraîches coupées en petits morceaux. Cuire environ une heure à feu doux.

D'autre part, pendant la cuisson, préparer un beurre à l'ail. Prendre soin de sortir le beurre une heure avant pour le faire ramollir. Bien malaxer ¼ livre de beurre, une gousse d'ail hachée et écrasée, du persil haché fin, le jus d'un demi-citron et 1 oz de vin blanc sec.

Mélanger alors la sauce Béchamel encore chaude, la sauce à la viande томатée, puis le beurre à l'ail et ajouter aux cappelletti bien égouttés et bien mélanger le tout. Terminer en saupoudrant de parmesan râpé, au goût.

Vin suggéré par le chef pour accompagner le repas: un Barolo.



Photos: Pierre Lasalle

## Chef Giorgio du Parma

Le chef Giorgio Ferrante est né à Frocinone, à 60 milles au sud de Rome. Il commence à 14 ans son apprentissage dans l'hôtellerie d'une façon générale, ce qui lui permettra de connaître un peu toutes les facettes de ce métier. Il passe très tôt en cuisine comme commis et apprend les rudiments de cette cuisine baptisée Ciociara (c'est le nom de la chaussure de peaux de bête rudimentaires des gens de la campagne, un peu faite à la manière des mocassins des Indiens). La cuisine est à l'image de la vie des gens de la campagne où l'on prépare du poulet, du jambon local, c'est de la cuisine régionale.

Il part en Suisse, à vingt ans. Il commence alors la cuisine internationale, près de Montreux. En fait, il recommence un apprentissage et y reste 2½ ans. Il retourne encore 7 ou 8 mois en Italie mais son idée est faite de s'expatrier, il décide en 1964 de venir s'établir au Canada.

Il travaille d'abord à l'Osteria dei Panzoni, à la Lanterna Verde à Dorval comme assistant-chef, un an, retourne à l'Osteria dei Panzoni, cette fois comme

chef et y reste 1½ an. Il retourne alors en Italie pour passer des vacances. Au retour, c'est à la Lanterna Verdi qu'il revient. Il fait ensuite l'ouverture, en 67, de la Trattoria de la Place Bonaventure, qui s'est transformée aujourd'hui en une sorte de Snack Bar, où il est le premier chef. Il travaille encore dans une Trattoria, dans le Pan American building, à New York, pour voir un peu la vie de cette métropole mais c'est à Montréal qu'il aime vivre. Il rencontre alors, à son retour des Etats-Unis, le propriétaire-fondateur du Restaurant Parma, situé au coin de la rue St-Louis et du boul. Laurentien, à Ville Saint-Laurent. M. Renato Maniffi, ancien maître d'hôtel, qui l'engage, il y a deux ans, comme chef de ses cuisines. Giorgio aime y faire une cuisine moitié italienne, moitié française. Il exprime une opinion, lui qui a connu les deux côtés du métier; c'est que les cuisiniers devraient faire tous les ans, un stage de quelques semaines en salle, pour comprendre mieux la clientèle et avoir un contact direct tout comme les garçons de table devraient se familiariser avec la cuisine pour en comprendre les rouages et les problèmes.



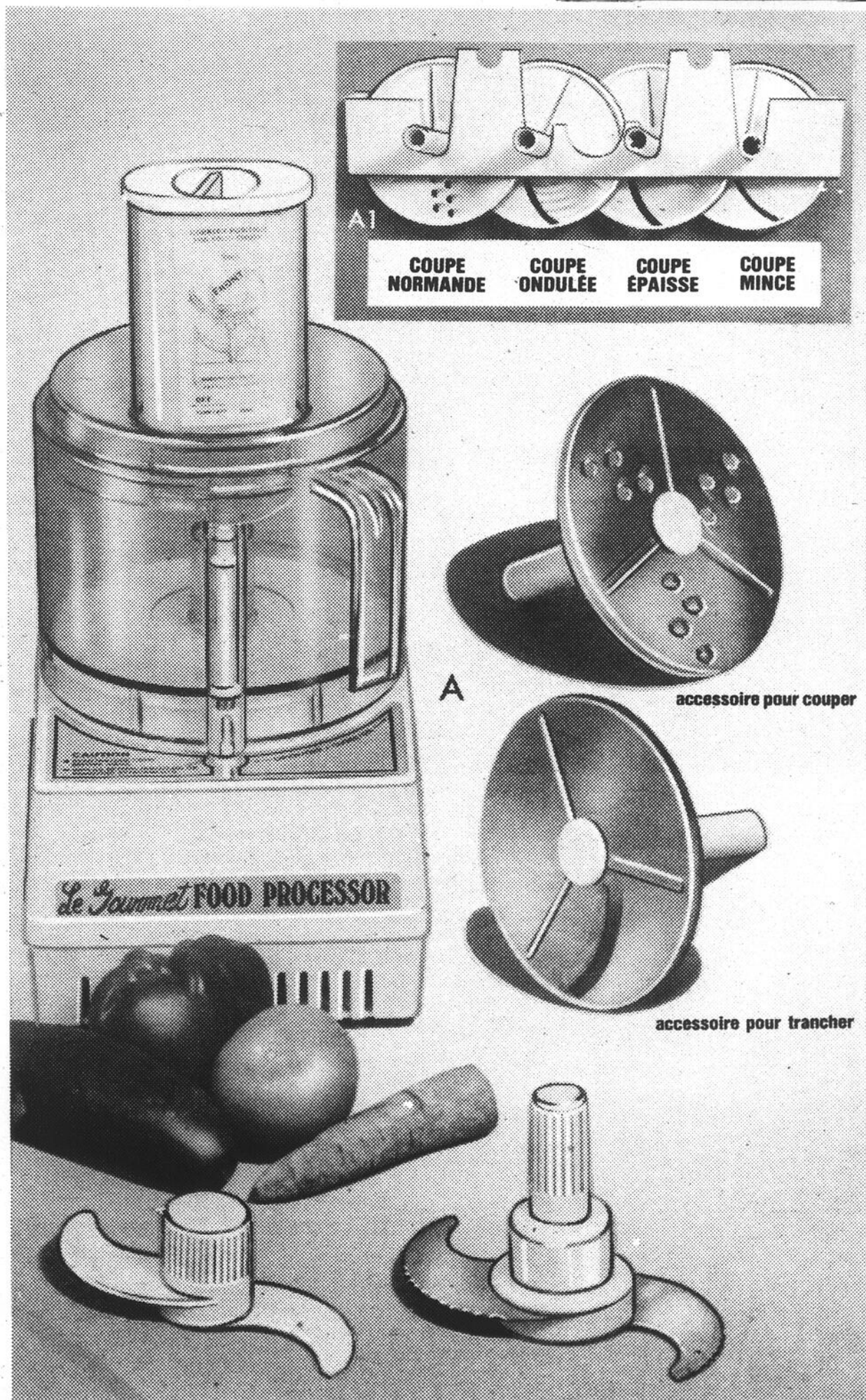
**LA MAISON DU BIFTECK \$795**  
EN SPECIAL  
Tous les jours

**LA CÔTE DE RÔTI DE BOEUF AU JUS**  
Servi avec soupe à l'oignon gratinée, pomme de terre au four ou frites, salade verte et café

**GEORGE'S STEAK HOUSE**  
Situé au Café du Nord  
FRUITS DE MER  
Stationnement gratuit  
10715, boul. Pie-IX  
Montréal-Nord  
322-2020

**SIMPSONS  
PENSE À VOUS!  
PENSEZ A  
SIMPSONS!**

*Simpsons*



**robot-cuisinier  
"Le Gourmet"**

Prix Simpsons

**89<sup>99</sup>**

A. Un combiné très efficace vous facilitant la tâche dans la cuisine. Un appareil effectuant les tâches des plus ordinaires aux plus compliquées et vous permettant ainsi de réaliser d'excellentes créations culinaires.

- HACHÉ les viandes, cuites ou crues, noix, légumes, concombre, céleri, etc.
- RAPE les fromages et légumes.
- FAIT la pâte pour le pain, beurre d'arachides, miettes de pain, poisson en cubes.
- TRANCHE les fruits, légumes, fromage mou, viandes, volailles.
- MÉLANGE la mayonnaise, gâteaux, sauces, purées, vinaigrettes, crème fouettée
- Construction robuste, moteur à commande directe pour rendement efficace
- Complet avec bol "Lexan", 3 lames acier inoxydable et 1 lame en plastique interchangeables

**A1.** Porte-accessoires plastique et 4 lames supplémentaires. **19.99**

Rayon 426, au quatrième. Aussi à Fairview, aux Galeries d'Anjou et au Carrefour Laval.

**Venez en personne, écrivez... ou composez 842-7221 jour et nuit.**

**SIMPSONS EN VILLE OUVRE TOUS LES MATINS DÈS 9 HEURES**

**EN VILLE**  
977 ouest rue Ste-Catherine  
Montreal Quebec H3B 3Y7  
Du lundi au mercredi  
de 9h à 5h 30 du soir  
Jeudi et vendredi  
de 9h à 9h du soir  
Samedi de 9h à 5h du soir

**FAIRVIEW**  
6790 Trans-Canadienne  
Pointe-Claire Quebec H9R 1C5  
Du lundi au mercredi  
de 9h 30 à 6h du soir  
Jeudi et vendredi  
de 9h 30 à 9h du soir  
Samedi de 9h à 5h du soir

**LES GALERIES D'ANJOU**  
7895 Les Galeries d'Anjou  
Ville d'Anjou Quebec H1M 1W8  
Du lundi au mercredi  
de 9h 30 à 6h du soir  
Jeudi et vendredi  
de 9h 30 à 9h du soir  
Samedi de 9h à 5h du soir

**LE CARREFOUR LAVAL**  
3045 boul Le Carrefour  
Chomedey Laval Quebec H7T 1C7  
Du lundi au mercredi  
de 9h 30 à 6h du soir  
Jeudi et vendredi  
de 9h 30 à 9h du soir  
Samedi de 9h à 5h du soir

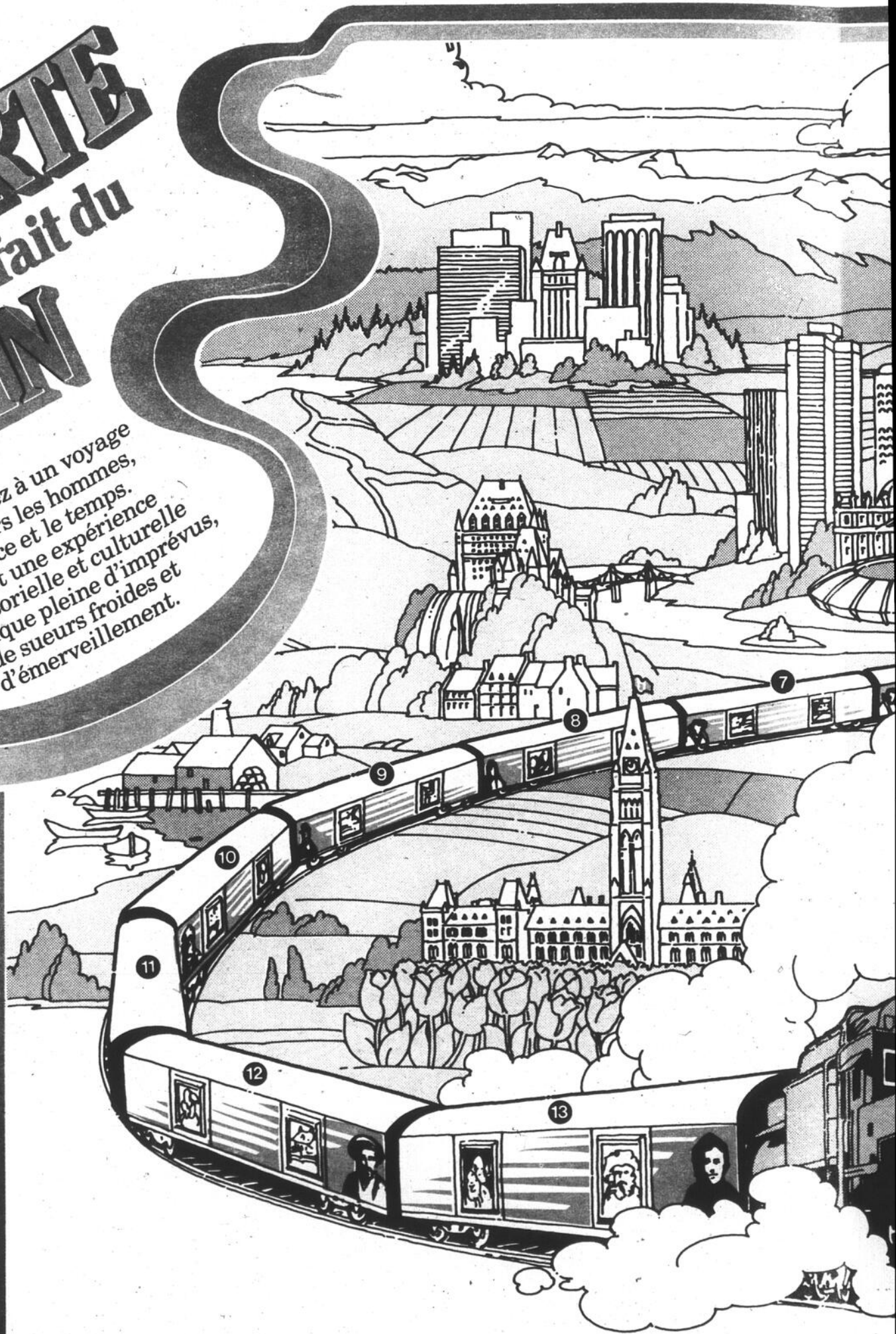
**VENEZ EN PERSONNE,  
ÉCRIVEZ OU COMPOSEZ  
842-7221  
SERVICE TÉLÉPHONIQUE  
24 HEURES PAR JOUR  
POUR COMMANDER DU  
MAGASIN OU CATALOGUE**

# Une DÉCOUVERTE qui fait du TRAIN

Participez à un voyage  
à travers les hommes,  
l'espace et le temps.  
C'est une expérience  
sensorielle et culturelle  
unique pleine d'imprévus,  
de sueurs froides et  
d'émerveillement.

2,000 pieds de Découverte, 16,000 ans  
d'histoire.

- 1 La mer vous inonde, le vent du large vous rappelle l'odeur du varech.
- 2 Un hibou vous guette pendant qu'un raton tente de dénicher un oiseau trop tapageur. Des épis de blé de 2 mètres et des sauterelles de vingt kilos.
- 3 Vous traversez un incendie de forêt: on étouffe!  
Attention! Vous allez mettre le pied sur un serpent à sonnette!  
L'air est sec. Gare au précipice!  
Vous marchez sur un épais tapis d'aiguilles dans une forêt de pins géants.
- 4 Il fait froid, très froid! Vous voici dans l'arctique... il y a 16,000 ans!  
Les époques défilent à la vitesse de la lumière sans faire un pas.  
Voici le premier homme à avoir habité nos contrées; 14,000 ans avant J.C. et 12,000 ans avant les Egyptiens.
- 5 Il fallait affronter à la lance un bison de plus d'une tonne pour gagner son dîner!  
Qu'est-ce que c'est? La Grande Hermine!
- 6 1534. Il y a presque 450 ans, Jacques Cartier faisait la même chose que vous: une Découverte!
- 7 Louis XV laisse tomber la Nouvelle-France. Un tour de la Pompadour!  
L'Église resserre son emprise sur les colons!  
Voici pourquoi 97% des Nord-Américains parlent anglais.  
1867. Les "Pères de la Confédération" sont à l'oeuvre!
- 8 Qu'est-ce qu'on fait dans une gare de Russie? Nous serions-nous trompés de train?

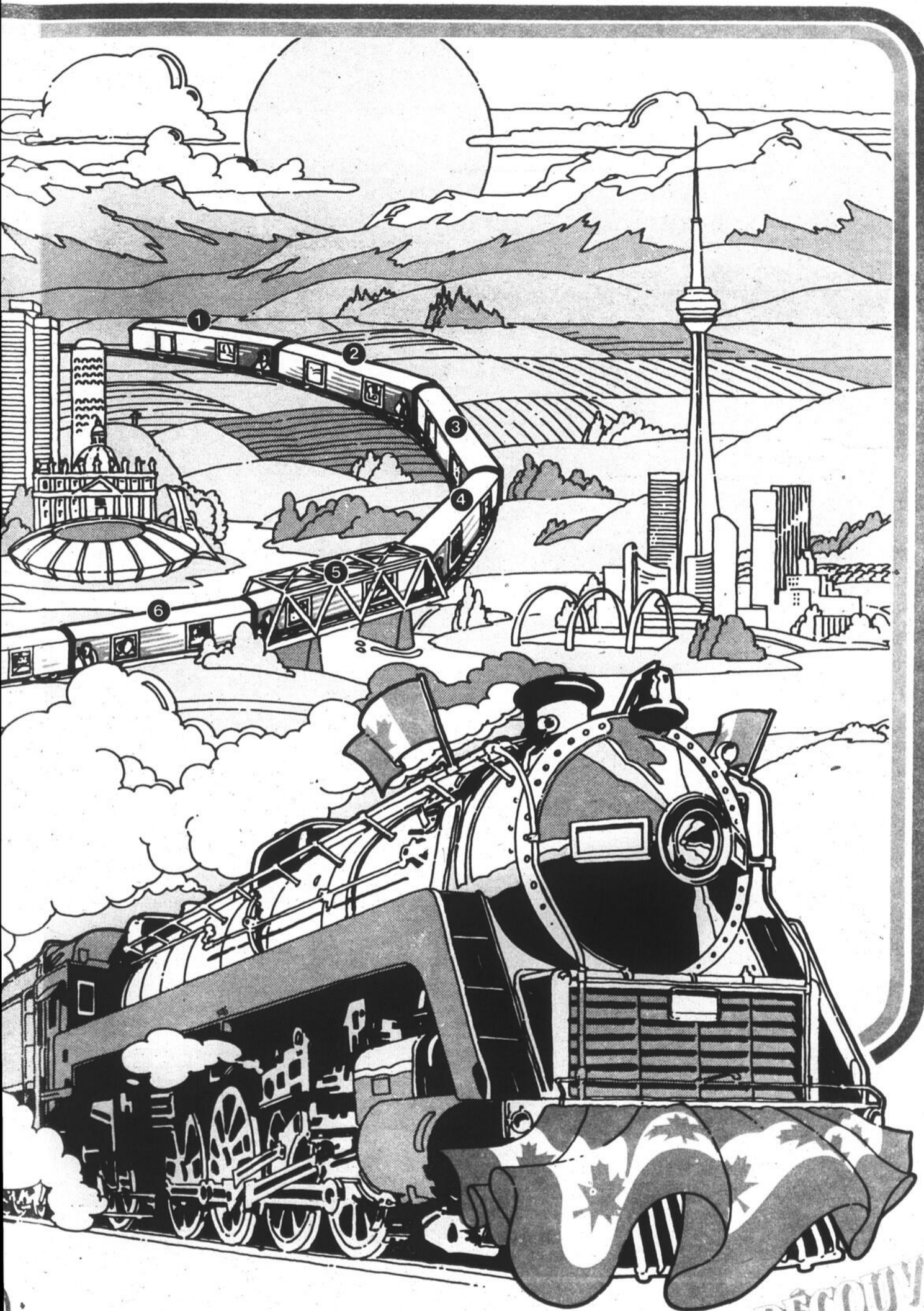


## À MONTRÉAL

du jeudi 27 juillet au mardi 1<sup>er</sup> août 1978  
Gare Windsor  
de 10 h à 22 h

**ENTRÉE LIBRE**

**Les Musées nationaux du Canada**



9 Le pays s'étire, s'allonge de plus en plus vers l'Ouest. Tout est à faire, à bâtir. Et l'or en accélère le rythme.  
Cette ville n'existait pas 6 mois auparavant!

10 Les années folles!  
1929. Tout le monde sur le trottoir!

11 1939, tout le monde dans l'armée!  
La conscription. Le règne de Duplessis.

12 1940-50-60. Les voitures chromées, le houla-houp, le bébé-boum!  
Les souvenirs prennent forme... radio, cinéma, télévision.

13 Une surprise!  
C'est rond, c'est long, c'est jaune...  
À vous de jouer!

Entrez dans le poste de traites et rapportez-en un souvenir!

Passer devant une grosse masse de fonte noire d'où jaillit la vapeur!

LA DÉCOUVERTE · THE DISCOVERY TRAIN

La Découverte est une gracieuseté de:

La Banque Royale du Canada

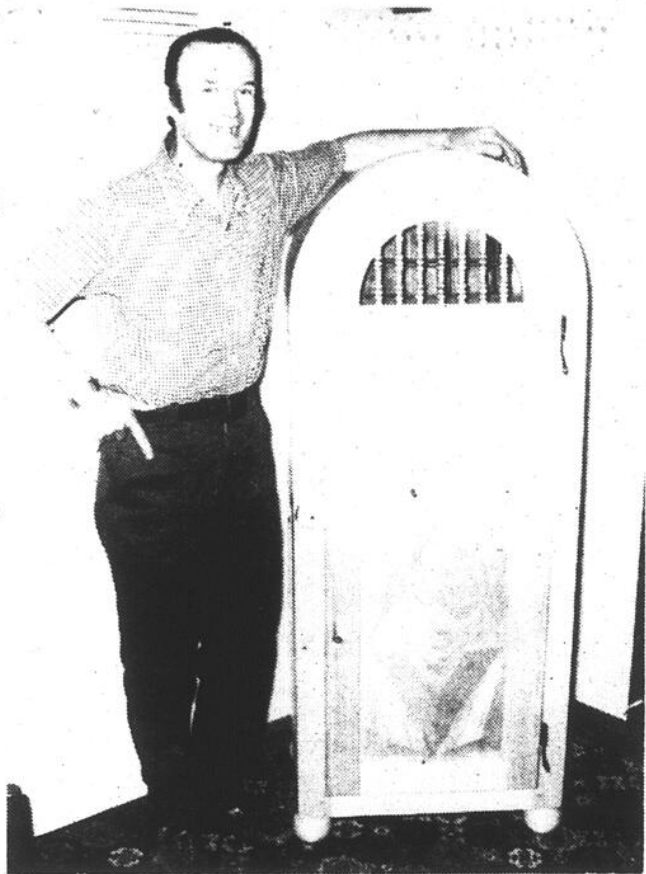
Les Brasseries Labatt du Canada Limitée

General Motors du Canada Limitée

La Great-West, compagnie d'assurance-vie

VENEZ VIVRE LA DÉCOUVERTE  
VENEZ VOIR LE TRAIN DE LA DÉCOUVERTE





Les hommes sont actifs chez les artisans: M. Pierre Sanivet travaille le bois.



On ne finit pas de découvrir les beautés du paysage du Richelieu

## A la découverte des beautés du Richelieu...

**Par Josette Bourbonnais**

La vallée du Richelieu est accueillante, gaie, fleurie, en cette saison. Le paysage est d'une beauté remarquable, ponctué de place en place par une série de torrents, de rapides, de remous et de chutes qui invitent peintres et photographes, sans compter les pêcheurs.

Mais il y a plus. Il y a les maisons anciennes, de

Pierre, de brique, de bois, bien conservées, coquettes, entretenues, et la plupart entourées des couleurs vives des fleurs de saison que les résidents paraissent mettre un point d'orgueil à cultiver un peu comme la marque de cette vallée vivante.

Il y a aussi cette aménité particulière des gens de par là dont beaucoup s'adonnent à un art et qui se sont réunis en association

sans but lucratif: "Les artisans de la Vallée du Richelieu".

Fondée il y a cinq ans par Madame Georgette Beaupré, ancienne présidente de l'AFEAS, l'association a pour but de regrouper d'abord tous les artisans disséminés sur un territoire de dix milles environ de part et d'autre du Richelieu et englobant une quinzaine de villes et villages. L'association ne

forme pas de nouveaux artisans mais les aide d'abord à se faire connaître, à apprendre à mettre leurs produits en marché et aussi, en se fréquentant, et en échangeant idées et méthodes, à arriver à un plus haut degré de perfection, tout en restant des artisans avant tout. Les expositions qu'elle organise à l'automne, tous les ans, et depuis cette année, au mois d'août, est une forme

de cette vente qui revêt un caractère particulier puisque le public est invité à venir rencontrer les artisans chez eux, dans leurs ateliers, et même à les voir travailler.

L'association ne se mêle pas de fixer des prix d'aucune sorte, c'est la concurrence qui se charge d'assumer ce rôle et l'on dit que les prix sont moins élevés qu'ailleurs à qualité égale, du fait de

l'absence d'intermédiaires, des frais minimes d'exposition, et aussi par une saine conception du travail, de la qualité des produits finis et de la bonne renommée à laquelle tiennent ces travailleurs pour leur région.

Au début, les artisans membres fondateurs sont venus d'un peu partout et ils ont été bien accueillis, se sont assimilés, mais l'on dit que le renouveau des anciennes méthodes de tissage origine bien de ce centre formé des communautés de Chambly, Richelieu, Marieville, St-Jean. Aujourd'hui, ils sont environ 150 membres dont une vingtaine va exposer les 5 et 6 août les produits d'une vingtaine de spécialités. Les premiers membres, des femmes, avaient hérité leurs techniques de leurs familles mais aussi des Cercles des Fermières et de l'AFEAS, auxquels elles doivent beaucoup. Petit à petit les hommes, d'abord les maris, se sont intéressés, l'hiver dans leurs loisirs, à ces travaux et l'association a décidé de les intégrer et de les accueillir sans distinction de sexe ni d'âge. L'on a alors vu l'éventail des métiers s'élargir, les hommes ont apporté l'art du bois oeuvré, des métaux, des bijoux d'argent, du cuir, mais l'on en a vu aussi s'intéresser à des travaux minutieux comme le petit-point dont l'actuel président, Monsieur Beaupré, qui fut élu cinq ans après sa femme à ce poste, est devenu un artiste.

Outre leurs expositions, leurs rencontres régulières et leurs rapports amicaux, les membres invitent des conférenciers, des historiens, des artisans, qui leur parlent de l'histoire de leur pays, de leur art, du patrimoine, de ce qui se passe ailleurs.



Mme Monique Giard préfère le tour pour ses pièces de poterie.



Mme Georgette Beaupré tisse des fibres naturelles.

Photos Pierre Lasalle



Mme Huguette Martel et Rita Lareau sur un métier à deux.



Louise Beaupré-Lincourt peint de la soie à l'aide d'encres.

## ... et des talents de ces artisans industriels

Le tissage est une des occupations traditionnelles des villages de la vallée du Richelieu et l'on voit peu de foyers qui ne possèdent un, deux ou trois métiers. Les membres de presque toutes les familles ont à leur actif quelques réalisations. Il faut dire que bien souvent c'est la mère qui réalise nappes, jetées de lit, murales, coussins et même vêtements. Elle doit faire appel à son mari, son fils ou sa fille pour installer ses matériaux et jeter la chaîne du tissu de laine ou de fibres nouvelles, sans parler des métiers à deux personnes, à cause de la largeur excessive, pour les couvertures de lit, par exemple.

Madame Georgette Beaupré utilise surtout des laines naturelles, du lin ou du coton. Quelquefois elle a recours aux fibres synthétiques. Elle a commencé à confectionner, outre les tapis, nappes, des étoles chaudes et même des capes épaisses et réversibles.

Jacqueline Duquette ne travaille que la laine pure, sous diverses formes, et exécute des murales modernes au relief accusé et sculpté et des coussins.

Plusieurs femmes se réunissent dans le sous-sol de l'hôtel de ville et travaillent, en collaboration, à de grandes pièces et utilisent les métiers de l'AFEAS, trop dispendieux à acquérir pour une personne seule.

La poterie comme la céramique est un autre cheval de bataille de cette région. Là encore la collaboration a un grand rôle à jouer car tout le monde ne dispose pas d'un four, cher à l'achat et encombrant, et l'on va "cuire" ses pièces chez le voisin quand il fait une fournée.

Monique Giard possède son four au gaz de fabrication domestique, constitué de deux rangées de brique réfractaire, avec porte à reconstituer à chaque fois.

Monique travaille au tour et ses doigts experts façonnent rapidement tasses, vases, pichets, plats et assiettes dans la glaise brune qui prendra, à la cuisson, une teinte blanche crème mate, avec des dessins obtenus par oxydation et glaçure terminale. Elle travaille sur commande et exécute parfois des services de vaisselle entiers. Elle a étudié à la Poterie Bonsecours à Montréal, enseigne aussi, expose depuis quatre ans au Salon des Métiers d'Art. Elle s'est installée depuis un an et demi à Richelieu.

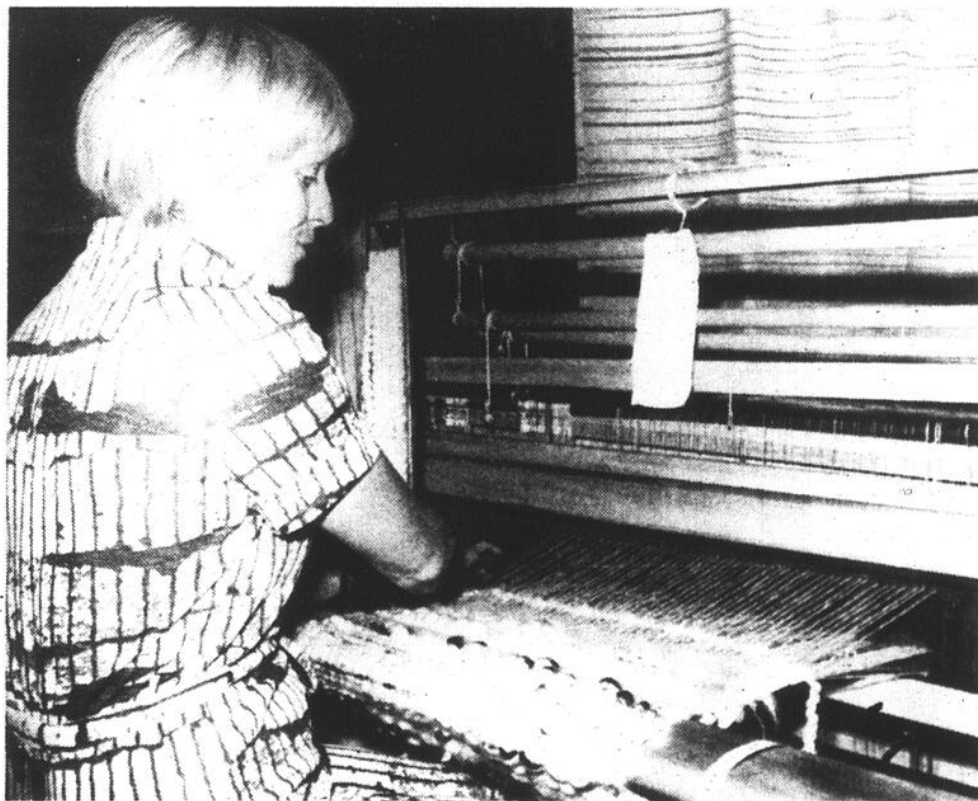
Diane Codère-Garwood fait aussi de la poterie et de la céramique mais par la méthode du façonnage (à la main). Elle est aussi passée par la Poterie Bonsecours mais a étudié le dessin à l'uni-

versité, la décoration et le dessin de mode, ce qui explique sans doute ses décors sur les jardinières, pièces murales, de nus masculins et féminins, de visages qui s'harmonisent parfaitement à l'argile. Elle a fait aussi des oiseaux, des feuillages surtout qui viennent encore s'immiscer dans ses oeuvres. Diane aimerait revenir au tour car l'on aime surtout la symétrie en Amérique du Nord, remarque-t-elle. Elle veut encore perfectionner ses dessins. Ses pièces sont produites avec un maximum de dix numérotées.

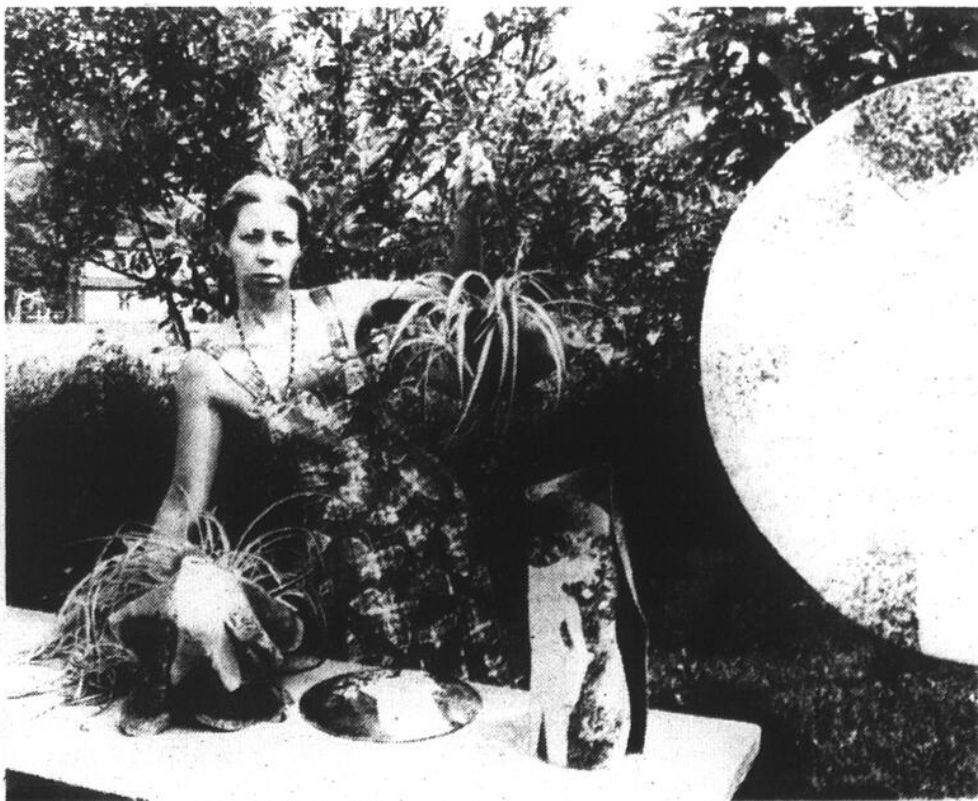
La peinture sur soie est peu répandue au Québec et l'on ne compte pas plus de dix artistes en ce domaine. Louise Beaupré-Lincourt, originaire du Richelieu, vit à Outremont. Elle a étudié cette technique de peinture avec encres à Paris mais pense qu'elle est venue des pays d'Europe de l'Est. Elle a aussi étudié la décoration, aux Arts Appliqués, pris des cours à Boston et Cambridge et travaille sur une base professionnelle, à temps complet. Elle vend dans des boutiques de Montréal et de l'Ontario, ses carrés de soie tous originaux, ses cravates, ses murales. Elle a exposé en solo et au Salon des Métiers d'Art. Elle fait des motifs floraux, des paysages inventés, des animaux, surtout des oiseaux. Ses teintes sont pastels, atténuées mais résistent au lavage.

Pierre Ganivet est spécialisé dans le bois ouvré, tourné, il réalise des meubles fonctionnels, de petites pièces aussi, sur commandes, dans le pin, l'ébène, l'orme, le merisier, toujours d'après les méthodes de nos ancêtres: chevilles, mortaises, sans clous, ni vis. Il est installé à Chambly.

Françoise Laferrrière continue de se perfectionner dans les émaux sur cuivre, assiettes murales, objets usuels; Gérard Majonnet dans les bijoux, surtout l'argent dans lequel il sertit de l'ivoire, des pierres semi-précieuses. Jean-Luc Lebrun recherche sans cesse des moyens de travailler le cuir et il confectionne ceintures, sacs en cuirs colorés et s'amuse aussi à teindre du bois. Tous ont ensemble l'amour de la nature et reviennent aux techniques anciennes en utilisant les produits bruts, les teintures végétales, les matériaux qu'offrent la nature. Ils seront regroupés en huit centres d'exposition les 5 et 6 août prochain, dont le principal est l'école St-Joseph, 8e avenue à Richelieu mais les adresses sont données à la présidence du mouvement: 658-1858.



Jacqueline Séguin introduit des éléments divers dans ses tissages.



Diane Codère-Garwood préfère le façonnage qui lui permet de créer des formes personnelles.

# Gagnez avec LE SOLEIL

un des 4 voyages de 14 jours en Europe  
avec un choix de 20 pays



## L'Eurolalade

AIR CANADA

### UNE CHANCE PAR JOUR!

**Achetez le Soleil chaque jour!**  
Dans chaque numéro, vous trouverez un coupon vous permettant de participer à ce concours. Il vous suffit de remplir le coupon en question (ou un fac-similé acceptable) et de nous le poster. Participez tôt et souvent: vous aurez plus de chances de gagner. Nous faisons l'attribution d'un voyage pour deux par semaine durant quatre semaines (à partir du début du concours). Eurobaladez-vous avec le Soleil!

4 couples chanceux

20 pays au choix (parmi les destinations européennes d'Air Canada)

14 jours, dépenses payées (transport, hôtels, repas)

auto fournie ou excursion en autocars (au choix)

\$500.00 d'argent de poche en plus (par couple)

**UN CADEAU AUX LECTEURS DU SOLEIL** offert en collaboration avec Air Canada et Tours Mont-Royal.

Remplissez vite le coupon de participation qui se trouve dans ce journal.

## Le Soleil est revenu... faut fêter ça!

### DÉCOUVREZ L'EUROBALADE!

Choix de 20 pays d'Europe. Quatre couples chanceux découvriront l'EUROBALADE, le plus nouveau et le plus excitant programme de voyage en Europe d'Air Canada. Pensez à tout ce que ces chanceux pourront voir en visitant leurs destinations préférées parmi les 20 pays européens compris dans le programme l'EUROBALADE...

|              |             |             |             |                    |
|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------------|
| L'Allemagne  | Le Danemark | La Grèce    | Le Maroc    | La Suède           |
| L'Angleterre | L'Écosse    | La Hollande | La Norvège  | La Suisse          |
| L'Autriche   | L'Espagne   | La Hongrie  | Le Portugal | La Tchécoslovaquie |
| La Belgique  | La France   | L'Italie    | La Russie   | La Yougoslavie     |

### Des circuits à votre goût.

Les gagnants choisiront un circuit de 14 jours parmi le plus inimaginable choix jamais présenté par Air Canada. Des guides-accompagnateurs vous aideront à faire le plus beau voyage de votre vie. Tout sera planifié: circuit, hôtel, transferts. L'EUROBALADIN vous aidera au départ; un service d'accueil vous facilitera les choses à l'arrivée. Évidemment, l'EUROBALADE n'oublie pas que la gastronomie est un des péchés mignons des Québécois et les circuits promettent des relais dont votre palais se souviendra longtemps.

### CONDITIONS DU CONCOURS

1. Vous pouvez participer au concours en remplissant correctement le coupon ci-joint ou un fac-similé en le postant à l'adresse indiquée (pas de photocopie).
2. Si votre coupon est tiré, vous devez répondre correctement à une question mathématique et vous pourrez alors participer avec votre invité(e) au voyage Eurobalade. Les gagnants devront se prévaloir de leurs droits avant la fin de 1978.
3. Les employés d'Air Canada, du Soleil et de l'agence de publicité, ainsi que les membres de leur famille immédiate ne sont pas éligibles à participer à ce concours. De plus, seules les personnes de 18 ans et plus peuvent participer.
4. Il y aura le tirage d'un voyage pour deux par semaine, durant quatre semaines consécutives.



# La cuisine de A à Z en livre de poche

Qu'est-ce qui est important en cuisine pour le néophyte surtout: la clarté, la facilité, l'illustration. C'est toujours beau et agréable à consulter un grand livre de cuisine classique mais souvent peu pratique. Trop long à consulter, trop compliqué à réaliser, souvent trop savant et aussi assez cher, sans compter que ces livres de références sont exposés à se salir à la cuisine.

Une excellente idée est venue aux éditeurs du livre de poche, "Les cours de cuisine de A à Z", divisés en autant de petits

bouquins que de catégories d'aliments: viandes et légumes, le boeuf; les gâteaux, les soupes et potages, poulets, poulardes, les grillades et barbecues, buffets et lunchs, etc...

Abondamment illustrés de photos-couleur montrant le film du travail, aussi bien les préparations que le dépeçage, le découpage, la façon de foncer un plat que l'apparence du mets ou sa présentation, ces livres de 175 pages illustrent en moyenne parfaitement le travail, la couleur du résultat final ainsi que le

temps nécessaire à leur confection et à l'évaluation du coût.

"Les entrées et les sauces" sont de petits bijoux, tout y est appétissant, réel et vivant. Le pâté de Pâques, par exemple, viande en croûte, farci d'oeufs durs, véritablement expliqué de A à Z est irrésistible. La pâte à foncer, la farce, la façon de placer les oeufs à l'intérieur et même la manière de recouvrir du reste de la pâte au rouleau, tout est à la portée même d'un enfant pour qui veut se donner la peine et prendre le temps de lire le film en

entier.

Tout le monde ne sait pas désosser une volaille, brider un poulet, préparer des crépinettes, cuire une bécasse ou autre oiseau, c'est facile avec "les volailles et les gibiers". Le bridage permet de donner une forme massive au poulet qui donne une cuisson régulière, sans risquer de faire brûler les bouts d'aile ou le pilon. Le poulet laqué est une variante de nos plats habituels. Tiré de la cuisine chinoise mais beaucoup simplifié, le poulet laqué au miel, farci d'une purée de poireaux se sert avec

du riz enrichi de carottes, poireaux et d'oeufs.

Les desserts sont difficiles à varier et à réussir mais tellement satisfaisants et décoratifs. Un clafoutis est une sorte de tarte faite d'une pâte à crêpe et de cerises à l'origine. Mais rien n'empêche d'utiliser d'autres fruits: poires, pêches. On insiste bien sur la nécessité de peser les ingrédients dans toute pâtisserie. Des crêpes soufflées sont des crêpes ordinaires qui soufflent parce qu'on les garnit d'une préparation qui gonfle à la chaleur comme

une crème pâtissière parfumée.

Les poissons et fruits de mer sont bien à la mode. Pourquoi ne pas changer de recettes et essayer les filets de sole en papillottes, mettre un saumon en croûte ou servir un ailoli, la morue avec tomates, pomme de terre, citron et mayonnaise. Une bouillabaisse ou une paëlla évoquent des contrées exotiques mais ne sont pas hors de notre portée. Pas de grands mots, de termes trop savants, une cuisine simple, rapide et encourageante à faire.

## Les cours de

la cuisine de A à Z

Poissons et fruits de mer

TOUT en couleurs



la cuisine de A à Z

Gâteaux et entremets

TOUT en couleurs



Votre premier pas vers une vie sans poils superflus...

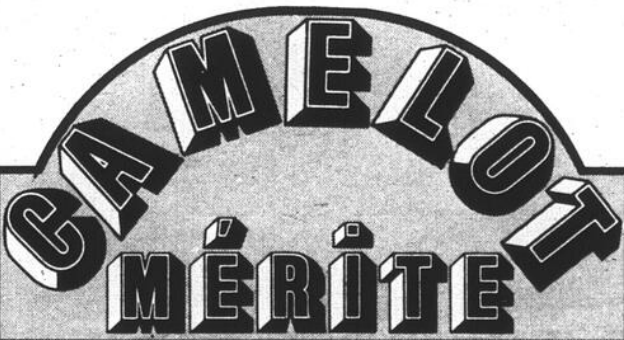
## Appelez maintenant le Système Grégoire.

Les femmes ayant des problèmes de poils superflus appellent le Système Grégoire depuis près de trois décades. Elles connaissent la réputation internationale de Grégoire pour une épilation médicalement correcte et complètement permanente. Et elles savent que Grégoire peut garantir des résultats permanents.

Vous, aussi, vous pouvez, avec confiance, faire le premier pas vers une nouvelle vie de beauté sans poils superflus en téléphonant le système Grégoire pour votre consultation complémentaire. Vous recevrez aussi, sans obligation, une estimation du coût et du temps requis ainsi qu'un traitement échantillon.

LE PLUS GRAND SYSTÈME MONDIAL D'ÉPILATION PERMANENTE

CENTRE-VILLE: 1010 ouest: rue Ste-Catherine, 301 Edifice, Tel. 861-9741  
de Lundi à Vendredi 10-7



MICHEL HÉBERT

ST-LÉONARD



Michel est né le 15 / 09 / 65 — Il est camelot depuis avril '77 — Il est en secondaire I — Ses sports favoris sont le tennis, le hockey et le ski de fond — Michel livre en moyenne 38 Dimanche-Matin par semaine.

Dimanche-Matin

## MAIGRIR STRESS TAILLE MOINDRE MINCE



Stress, tension, dépression, découragement, et toute autre pression peuvent affecter votre attitude à la table et vous tenter à déroger de votre plan d'amaigrissement.

Aujourd'hui, avec le nouveau programme Weight Watchers, vous n'apprenez pas seulement ce qu'il faut manger, mais avec notre propre méthode de motivation de comportement, vous apprendrez aussi comment bien manger.

Crée et préparé spécialement pour Weight Watchers par le grand psychologue en comportement, le Dr. Richard B. Stuart, notre



methode vous aide à tenir devant les tentations qui surviennent lorsque l'on mange seule, que l'on mange à l'extérieur ou à notre travail.

Venez et joignez-vous au groupe de Weight Watchers, et apprenez dès aujourd'hui comment maigrir en raison et en apparence.

Perdre du poids n'a jamais eu si bon goût...

WEIGHT WATCHERS  
Le Summum

Vous êtes tout près de perdre du poids:

|                             |                            |                          |
|-----------------------------|----------------------------|--------------------------|
| BAIE COMEAU<br>589-2735     | SEPT-ILES<br>962-5495      | MONT-LAURIER<br>623-2761 |
| MONTREAL<br>727-3788        | QUÉBEC<br>651-9224         | HULL<br>770-4108         |
| SAGUENAY<br>589-8205        | TROIS-RIVIERES<br>378-3655 | SHERBROOKE<br>563-6197   |
| DRUMMONDVILLE<br>395-4524   | RIMOUSKI<br>723-1087       | ROUYN<br>762-9542        |
| RIVIERE-DU-LOUP<br>862-4767 | SHAWINIGAN<br>536-3890     | GRANBY<br>539-0401       |

### VOUS VOULEZ MAIGRIR...

JOIGNEZ-VOUS À UNE CLASSE AUJOURD'HUI MÊME

ON PARLE, ON ÉCOUTE ET LE PROGRAMME RÉUSSIT  
• HOMMES — FEMMES — ENFANTS

MONTREAL 727-3788

Pour un message d'encouragement  
488-0561

• Aucun contrat • Frais d'inscription \$6 00  
Classe hebdomadaire \$4 00



Mme MARILYN REICH  
DIRECTRICE DE RÉGION

WEIGHT WATCHERS

Weight Watchers du Québec Ltée dont l'usage est enregistré.  
Tous droits réservés.

# Radio Shack®



**\$4**  
DE RABAIS

REALISTIC

**Portatif AM/VHF (aviation)**

Le Jetstream® Mini capte les conversations entre pilotes et tour sur 108-135 MHz. Vous pouvez aussi écouter vos émissions AM préférées. Antenne AM incorporée et antenne VHF télescopique. Se place aisément dans la poche d'une chemise ou dans une bourse. Complet avec écouteur, dragonne et pile 9V. 12-608

Prix courant 21.95 **17<sup>88</sup>**

REALISTIC  
**Combiné portatif 8 pistes et radio AM-FM**

Prix courant 79.95

**59<sup>95</sup>**

De la stéréo à l'intérieur comme à l'extérieur! Haut-parleurs pouvant être distancés de 6". Radio monophonique munie d'une antenne AM et d'une antenne FM télescopique. Avec cordon secteur. Requiert 6 piles -D- (non fournies). 14-908



**\$20**  
DE RABAIS

RUBAN NON-INCLUS.

**\$10**  
DE RABAIS

**Horloge-calculatrice électronique à quartz**

Le Chronomath EC-223 est un modèle qui sert de chronomètre, réveil, calculatrice et calendrier. Cinq modes de fonctionnement: chronomètre, réveil/minuterie, calculatrice, affichage de l'heure, arrêt. L'affichage numérique de l'heure indique la date, le jour de la semaine courante et l'heure. Calendrier programmé couvre 200 ans. Format de poche. Pile de l'horloge d'une durée d'un an et pile -AA- de l'affichage fournies. 65-614

Prix courant 69.95

**59<sup>95</sup>**



**\$20**  
DE RABAIS

MICRANTA  
**Alimentation variable**

Tout désigné pour l'atelier du bricoleur. Il suffit de sélectionner la tension de 0 à 24 Vcc. Limitation de courant variable 0-1 ampère. Fonctionne de 115 Vcc. avec alimentation 60 Hz. 9 x 2-7/8 x 4-3/4". 22-8230

Prix courant 49.95

**29<sup>95</sup>**

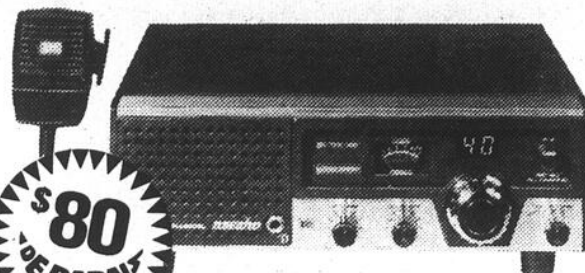


REALISTIC  
**Poste de type téléphone à pupitre de commande**

Prix courant 299.95

**249<sup>95</sup>**

Le CB-Fone™ de Realistic... une perle dans le monde des -SRG-! Allant des caractéristiques de notre renommé CB-Fone® à la technologie moderne en matière de commutation de canaux et affichage électronique. Deux boutons simplifient la sélection de canaux rotatif. Affichage LED à chiffres de 1/2". Récepteur de type téléphonique à couvercle d'insonorisation. Pour se transformer en système d'écouteur public. Cordons CA et CC fournis. 21-1543



**\$80**  
DE RABAIS

REALISTIC

**Émetteur-récepteur Navaho™ modèle deluxe à 40 canaux**

Prix courant 219.95

**139<sup>95</sup>**

Peut être monté sur tout véhicule doté d'une source d'alimentation de 12 Vcc. (supports fournis). En ajoutant un haut-parleur externe, le TRC-431 se transforme en chaîne de sonosonation extérieure. L'affichage des canaux à LED facilite la sélection. Réglage silencieux. S/RF-mètre illuminé. Indicateurs -ON THE AIR- et -MODULATION- compris. Câbles d'alimentation CA et CC fournis. Une bonne combinaison de prix et de versatilité! 21-1544

REALISTIC  
**Radio à 4 bandes avec ondes courtes de 4-22 MHz.**

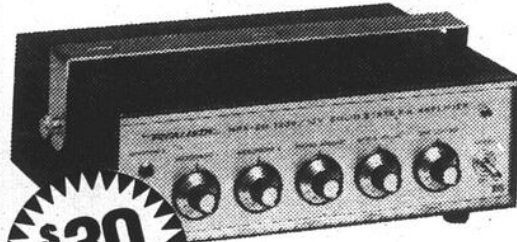
Prix courant 59.95

**49<sup>95</sup>**

Le DX-40 de Realistic vous met à l'écoute des régions les plus éloignées — navires, amateurs SRG, etc. — avec deux bandes à ondes courtes en plus de la radio AM et FM. Curseurs de volume et de tonalité. Antenne AM incorporée et antenne OC/FM télescopique. Jack d'antenne externe, écouteur et cordon CA fournis. Alimentation 4 piles -C- (non incluses). 12-775



**\$10**  
DE RABAIS



**\$30**  
DE RABAIS

Prix courant 99.95

REALISTIC  
**Ampli «PA» intérieur/extérieur**

**69<sup>95</sup>**

Le MPA-20 de Realistic est doté d'une puissance de 22 watts RMS à 8 ohms. Alimentation 12 Vcc avec câble pouvant être branché à la prise de l'allume-cigare de votre auto. Fiches pour auxiliaire et phono. Un robuste support de montage mobile avec vis à démonte rapide, deux adaptateurs 1-1/4" pour prise à téléphone et deux connecteurs à micros. 30-2020



**\$25**  
DE RABAIS

REALISTIC  
**Magnéto de poche Micro-Miniset**

Le Micro-Miniset de Realistic est l'appareil-tout désigné pour la dictée, les conférences et les notes de cours. Un outil précieux pour apprendre une autre langue! Les touches -PLAY-, -RECORD-, -REWIND- et -VOLUME CONTROL- sont à portée du pouce et de l'index. Micro sensible incorporé. Jacks pour micro externe, écouteur et adaptateur CA fournis. Etui et pile 9 V inclus. 14-614

Prix courant 74.95

**49<sup>95</sup>**

Radio Shack®

ERS UNE DIVISION DE TANDY ELECTRONICS LIMITED  
**POLITIQUE DE RADIO SHACK AU SUJET DES ARTICLES ANNONCÉS**

Il est que nous ayons pris toutes les mesures qui s'imposent pour pouvoir répondre à la demande suscitée par cette publicité, nous ne pouvons garantir que l'un ou l'autre des articles annoncés sera disponible jusqu'à la fin de cette promotion. Les prix mentionnés sont en vigueur à tout moment. Radio Shack et ses magasins ont un engagement envers les Centres de vente autorisés (DETAILLANTS). Les DETAILLANTS ne sont pas tenus de réserver nos produits pour leur clientèle. Tout article qui fait partie de notre gamme de produits Radio Shack se réserve le droit de limiter les quantités. Nous ne sommes pas responsables des erreurs typographiques.



**Prix en solde en vigueur du 24 au 29 juillet 1978**

**CES PRIX SONT EN VIGUEUR DANS TOUS LES MAGASINS RADIO SHACK SOIT À MONTRÉAL OU LES ENVIRONS**

Des aubaines à tous les jours et d'innombrables rabais vous permettent de réaliser des économies moyennes et colossales. A votre magasin Radio Shack... vous en aurez pour votre argent!