



**SANTÉ**  
Comment  
perdre  
30 kg?  
A 10 et  
A 11



**QUÉBEC**  
Une auberge  
unique au  
Canada B 1



**LAURÉAT**  
Raynald  
Ouellet et son  
accordéon B 3

**PEE-WEE**  
Le tournoi  
rayonne  
dans  
tous les  
sports  
D 1



LE QUOTIDIEN DE LA CAPITALE

# LE SOLEIL

www.cyberpresse.ca

QUÉBEC, LE DIMANCHE 15 FÉVRIER 2004

RÉACTIONS AUX SONDAGES

## Reporter les élections

L'ex-ministre Gilbert Normand croit qu'il faut d'abord faire la lumière sur les commandites

NICOLAS HOULE  
N Houle@lesoleil.com

■ « Une élection précipitée serait de très mauvais augure, non seulement pour le parti libéral, mais pour toute la population. » Préoccupé par les sondages publiés hier par *La Presse* et le *Globe and Mail*, le député de Montmagny-L'Islet, Gilbert Normand, croit que la lumière doit être faite sur le scandale des commandites avant que la prochaine campagne électorale ne soit lancée.

Selon le sondage *Crop-La Presse*, le Parti libéral récolte maintenant 34 % des intentions de vote au Québec, une chute de 17 points en un mois, tandis que le Bloc québécois a l'appui de 47 % de la population, en hausse de 14 points. Le NPD obtient 11 % et le Parti conservateur 7 %. Au Canada anglais, on peut observer la même tendance d'après les chiffres du sondage Ipsos-Reid : les citoyens se rangent à 39 % derrière l'équipe de Paul Martin, une chute de 9

Voir ÉLECTIONS en A 2 >

À LIRE AUSSI :

■ Des rapports verbaux secrets pour Paul Martin? Page A 5

Un défilé... rafraîchissant



LE SOLEIL, JOCELYN BERNIER

Encore une fois, Bonhomme aura été le clou du 2<sup>e</sup> défilé de nuit hier soir. 80 000 personnes ont bravé les -20°C et les vents froids qui ont balayé tout le cortège pour célébrer les 50 ans du héros hivernal de Québec. Pour le plaisir des petits, une Knuk danse follement en précédant le char allégorique de Bonhomme. Les détails en page A 3.

## Nouvelle attaque audacieuse en Irak

FALLOUJAH (AP et AFP) — Aux cris de Allah akbar (Dieu est grand), une quarantaine d'assailants ont lancé une attaque audacieuse, hier matin, contre deux bâtiments des services de sécurité irakiens à Falloujah, à l'ouest de Bagdad, provoquant la mort de 23 personnes, pour la plupart des policiers, et permettant à 50 prisonniers de s'échapper.

Il s'agit de la troisième attaque menée cette semaine par la guérilla contre les forces de sécurité mises en place par la coalition.

Selon des rescapés, les assailants, dont certains étaient masqués, ont d'abord encerclé le commissariat avant de l'attaquer, progressant de pièce en pièce en jetant des grenades. Ils n'ont pas rencontré une forte résistance : les policiers n'étaient guère nombreux et peu armés.

Simultanément, un autre groupe armé a ouvert le feu à la roquette et à la mitrailleuse sur les installations voisines de la Défense civile. La base est fortement gardée et les membres des forces de sécurité irakiennes, retranchés derrière des barrières de béton et de sable, ont riposté par des tirs nourris d'armes automatiques.

Deux des quatre assailants tués détenaient des passeports libanais, a précisé le lieutenant-colonel Jalal Sabri, de la police de Falloujah. Deux autres ont été capturés, tandis que les autres ont réussi à prendre la fuite après avoir libéré les prisonniers détenus dans le commissariat.

Selon un officier de la Défense civile, Daid Hamed, le commando voulait probablement libérer trois insurgés présumés capturés cette semaine et remis à la police. Mais il n'y avait pas de membres de l'insurrection parmi les prisonniers, seulement des détenus de droit commun pour des affaires de vols ou de meurtres.

Les auteurs de l'attaque étaient « bien organisés », a expliqué Daid Hamed, et ce nouveau raid suscite des interrogations sur l'état de préparation de certaines unités de la police et de la Défense civile irakiennes.

Ce double assaut est survenu à l'endroit même où, deux jours plus tôt, le chef du Commandement central des forces américaines, le général John Abizaid, avait échappé à une attaque aux roquettes antichars. Mardi, un attentat suicide devant un commissariat de police à Iskandariya, au sud de Bagdad, avait fait 55 morts. Et mercredi, une voiture piégée a explosé devant un centre de recrutement de la nouvel-

Voir ATTAQUE en A 2 >

## La polyfidélité pour sauver le couple

ANNE-MARIE VOISARD  
AMVoisard@lesoleil.com

■ L'ennui est l'ennemi des couples. Pour éviter de s'y enliser et, par la même occasion, garder le désir vivant, Paule Salomon, psychologue française, propose une solution qui a pour nom polyfidélité. Avant de dire de quoi il s'agit, avisons tout de suite qu'elle ne fera pas l'unanimité.

Mais qu'est-ce que la polyfidélité ? Le mot est « plus facile à écrire qu'à vivre », reconnaît l'auteure dans un essai où

elle expose le concept en long et en large. Poly suggère plusieurs. C'est bien ça. « Une personne polyfidèle est une personne qui ne s'engage pas sur un contrat d'exclusivité sexuelle ou affective. »

Donc elle s'offre le loisir d'aller voir ailleurs, quitte à connaître de nouveau la passion, mais sans cesser pour autant

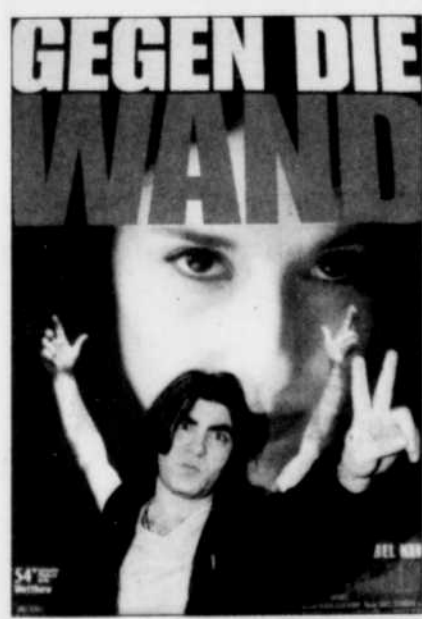
Voir POLYFIDÉLITÉ en A 2 >

À LIRE AUSSI :

■ Faire confiance pour être heureux A 7



Johanne Côté



Les 2000 invités ont réservé une véritable ovation à Fatih Akin, le réalisateur germano-turc qui a reçu l'Ours d'or du meilleur film pour *Head on*.

## Fatih Akin, roi de Berlin

Il est entré dans le hall du Hyatt comme une fusée, brandissant le poing, avec au bout, le V de la victoire. Le jury de la Berlinale venait de rendre son verdict, et Fatih Akin, réalisateur de *Gegen die Wand* (*Head On*), courait entre les journalistes, ainsi que quelques locataires du chic hôtel, intrigués par le spectacle d'un triomphe halluciné. « C'est comme un trip de LSD », affirmait d'ailleurs Akin, 30 ans, nouveau récipiendaire de l'Ours d'or, avant de nuancer : « Je n'ai jamais fait de LSD, mais j'imagine que ça doit ressembler à ça. C'est complètement fou, totalement surréaliste. »

Et d'autant plus « doux », nous a-t-il avoué, que son film n'aurait même pas dû être à Berlin. Trois semaines avant le début de la Berlinale, Akin avait appris la décevante nouvelle : *Head On* ne serait pas de la compétition. On lui avait offert une autre section. Refus. Dans les circonstances, il préférerait rester chez lui à Hambourg et tenter sa chance à Cannes.



Gilles Carignan  
GCarignan@lesoleil.com



Or, le désistement d'un autre film allemand, dont les producteurs n'appréciaient pas qu'il soit projeté en fin de parcours, a tout à coup ouvert une place au film d'Akin. Le reste de l'histoire s'est écrite hier.

Une histoire avec une touche locale. *Head On* est le premier Ours d'or allemand depuis 1986.

Rythmé, nerveux et rock'n'roll, il raconte les amours tumultueuses entre un paumé de 40 ans et une suicidaire de 20 ans, au sein de la communauté turque de Hambourg. L'annonce du couronnement d'Akin par l'actrice et présidente du jury, Francis McDormand, reste le moment le plus applaudi du dévoilement d'un palmarès contesté et contestable, accueilli par quelques huées, bien des silences et beaucoup de visages médusés.

Ont été laissés sur la touche : les vétérans Theo Angelopoulos et Ken Loach, ainsi que les Français Patrice Leconte et Cédric Kahn. Rien non plus pour les plus légers *Before Sunset* et

Voir AKIN en A 2 >

À LIRE AUSSI :  
■ La Croix-Rouge et Saddam Page A 8

### SOMMAIRE

Actualités	A 3	Le monde	A 9
Arts et vie	C 1	Oiseaux et cie	B 8
Québec	B 1	Petites annonces	D 8
Décès	B 6	Place publique	B 7
Divertissements	C 7	Santé	A 10
Horaires cinéma	C 5	Sports	D 1
Horticulture	B 8	Statistiques	D 6
Lauréat	B 3	Télévision	C 2

### LA MÉTÉO

**Maximum -16, minimum -24**  
Généralement ensoleillé avec quelques passages nuageux. Demain, passages nuageux. Détails page D 10.

**Accumulation de neige (avant hier)**  
Ce mois-ci : 43,6 cm Lan dernier : 35,3 cm  
Cet hiver : 225,9 cm L'hiver dernier : 175,5 cm

QUÉBEC,  
108<sup>e</sup> ANNÉE, N° 48  
FLORIDE, 1,75 \$ US  
MONTREAL,  
OTTAWA 87¢  
PLUS TAXES



5¢ PLUS TAXES 6 27657 00077 3

# DEMAIN DANS LE SOLEIL

## La diva-du kitsch



Michèle Richard est peut-être la plus grande exhibitionniste du Québec. Pour le bonheur de ceux qui suivent la télé-série sur sa vie à TVA! D'abord produite pour Musimax, l'émission aura un second volet. Ce retour à la vie publique permet à la chanteuse d'enregistrer un nouvel album, après neuf ans de silence. Dans le cahier Arts et vie

## Conduite avancée



Les policiers et les conducteurs de véhicules d'urgence doivent être de parfaits conducteurs. C'est connu. Mais toute personne qui se retrouve derrière un volant devrait bien connaître son véhicule et savoir que la « conduite avancée » s'adresse à tout le monde. C'est une question de sécurité publique. Dans les pages Auto

## POUR NOUS JOINDRE

Abonnements	686-3344
	1-866-686-3344
Carrières et professions	686-3270
Petites annonces	844-4444
Promotion	686-3342
Publicité détaillants	686-3435
Publicité générale	686-3270
Rédaction	686-3394
Renseignements	686-3233

## LE SOLEIL

LE SOLEIL, une division de 3834310 Canada Inc., est publié et édité par LE SOLEIL, 925, chemin Saint-Louis, case postale 1547, succursale Terminus, Québec (Québec), G1K 7J6. LE SOLEIL est imprimé au 5000, rue Hugues-Randin, bureau 4, à Québec (Québec), G2C 2B4, par Transcontinental de la Capitale, une filiale de Transcontinental Inc., 1, place Ville-Marie, bureau 3315, Montréal (Québec), H3B 3N2. Envoi de publication - Numéro de convention 0470198. Seule la Presse canadienne est autorisée à utiliser et à diffuser les informations publiées dans LE SOLEIL. ISSN 0319-0730

## LES SUITES

## ÉLECTIONS

Suite de la Une



Gilbert Normand

points, tandis que les conservateurs récoltent 24 % des voix et le NPD 18 %.

« Voir la façon dont ça dégringolé, c'est alarmant, ne cachait pas M. Normand. Il faut que la population reprenne confiance, et pour ça, M. Martin doit avoir le temps de passer ses projets de loi en ce qui concerne l'éthique, la gestion et la refonte de la Chambre des communes. »

M. Normand, qui avait admis sa déception d'avoir été ignoré dans le nouveau cabinet de Paul Martin, et qui n'a pas manifesté le désir de se présenter aux prochaines élections, croit néanmoins que son chef est toujours la bonne personne pour diriger les libéraux et les destinées du pays, même si 43 % des Québécois ont moins confiance en lui et que 46 % des Canadiens estiment qu'il en sait davantage qu'il ne le dit sur le scandale des commandites. Le politicien rappelle d'autre part qu'il ne faut pas faire porter le chapeau à l'équipe de Jean Chrétien dans ce scandale.

« Il est beaucoup trop tôt pour se prononcer et tenter de trouver des coupables. Il faut que l'enquête suive son cours et il faudrait qu'elle soit complétée avant les prochaines élections. »

De son côté, le nouveau lieutenant de Paul Martin au Québec, Jean Lapierre, ne semble pas s'inquiéter des résultats des sondages, faisant observer la coïncidence entre les sondages et la publication du rapport de la vérificatrice générale.

« C'est à peu près comme si le Canadien venait de perdre 5-0 et qu'on faisait un sondage où on demanderait s'il allait gagner la coupe Stanley, a-t-il affirmé au réseau LCN. C'est exactement le même sondage. »

Son collègue de Lévis-Chutes-de-la-Chaudière, Christian Jobin, insistait quant à lui pour dire que bien que les chiffres ne soient pas rassurants, il est trop tôt pour juger de la réaction des citoyens envers le rapport de la vérificatrice générale, dénonçant l'octroi de plus de 100 millions \$ à des agences de communications dans le cadre du programme de commandites.

« C'est trop frais dans la mémoire des gens. Ce qu'on dit, c'est que c'est inacceptable ce qui s'est passé dans le programme des commandites, et ceux qui ont mis la main là-dedans et qui sont coupables devront payer leurs gestes. »

L'un de ceux qui est vivement montré du doigt dans ce dossier, M. Jean Pelletier, ancien directeur de cabinet du premier ministre Chrétien et président du conseil d'administration de VIA Rail, s'est refusé à tout commentaire hier. Il a insisté pour dire que s'il se manifestait publiquement, il le ferait par voie de communiqué.

Le sujet délicat a également gardé M. Dennis Dawson de toute déclaration. Invité à commenter les sondages, M. Dawson a indiqué qu'il ne les avait pas lus. Lorsque LE SOLEIL a tenté de les lui lire, il a rappelé qu'il ferait une conférence de presse lundi. M. Dawson annoncera alors avec M. Paul Martin sa candidature à Québec dans la circonscription de Limoilou-Beauport.

Au Bloc québécois, le leader parlementaire Michel Gauthier n'était pas surpris des nouveaux sondages. Il dit tous les suivre et avoir dénoté au fil des 20 derniers une « tendance lourde » où le Bloc est toujours en montée et les libéraux en descente. M. Gauthier est persuadé que cette subite descente n'a rien d'éphémère et qu'elle forcera les libéraux à déclencher des élections ce printemps.

« L'enquête publique va mettre le doigt sur des ministres qui ont joué des rôles actifs, et même le rôle de Paul Martin sera sûrement mis en évidence. Donc plus ça va aller, plus ça va être pénible pour le gouvernement libéral. »

Avec PC

## ATTAQUE

Suite de la Une

le armée à Bagdad, faisant 47 morts.

Cette escalade de la violence intervient au lendemain de l'annonce par une mission de l'ONU en Irak qu'il n'était pas possible d'organiser des élections directes rapides comme le réclame la communauté chiite, majoritaire dans ce pays.

« Les élections auront lieu quand le pays sera prêt, et ce sera après le transfert des pouvoirs de la coalition » aux Irakiens, le 30 juin, a affirmé le porte-parole de la mission, Ahmad Fawzi.

Si des élections n'ont pas lieu d'ici cette date, la coalition pourrait transférer ses pouvoirs au Conseil de gouvernement transitoire irakien au lieu d'un cabinet choisi par une assemblée élue au scrutin indirect, a affirmé hier le chef kurde, Jalal Talabani.



Deux policiers irakiens blessés dans l'attentat

## AKIN

Suite de la Une

25 degrés en hiver, merveilleux film belge, le tout dernier projeté en compétition hier matin, dont le charme fabuleux laissait entrevoir une surprise de dernière minute au palmarès.

\* Dieter Kosslick avait annoncé que sa 54<sup>e</sup> Berlinale serait pour beaucoup latino-américaine. Et le jury ne l'a pas fait mal paraître. Au total, l'argentin *El Abrazo partido* (*Lost Embrace*) et l'américano-colombien *Maria, Llena Eres de Gracia* (*Maria pleine de grâce*) se sont partagés quatre prix.

Le premier, chronique urbaine drôle et émouvante autour d'un juif de Buenos Aires décidé à aller retrouver son père en Israël, a valu au jeune réalisateur Daniel Burman le Grand Prix du jury, ainsi qu'à sa jeune vedette, Daniel Hendler, dont c'était la première apparition au cinéma, un surprenant prix d'interprétation.

Réalisé par Joshua Martson, le second, destin émouvant d'une jeune colombienne fuyant la misère de son quotidien en devenant passeuse de drogue, a été couronné du prix Alfred Bauer, remis en mémoire du fondateur du festival à un film particulièrement innovateur. L'est-il à ce point ? La jeune vedette du film, Catalina Sandino Moreno, a remporté le prix d'interprétation féminine, *ex-aequo* avec l'Américaine Charlize Theron, pour sa performance dans *Monstre*. Le premier film de Patty Jenkins est le seul 100 % américain à figurer au palmarès.

Créant la surprise, le jury a décerné l'Ours d'argent du meilleur réalisateur au Coréen Kim Ki-Duk, pour *Samarina*, manière d'inclure le cinéma asiatique au tableau. Autre surprise devant le doublé de *Daybreak* (*Si je me retourne*) du Suédois Björn Runge, lauréat du prestigieux prix Blue Angel du meilleur film européen, et dont l'ensemble de la distribution fut récompensée de l'Ours d'argent de la meilleure contribution artistique. Enfin, mystère des mystères, l'Ours d'argent de la meilleure musique a été décerné à Benda Osiris, ce qui a assuré au très contesté *Primo Amore* (*Premier amour*) de repartir de Berlin gagnant !

De toute évidence, le jury a privilégié la jeunesse aux auteurs établis. Des 7 films primés, parmi les 23 inscrits en compétition, 2 sont des pre-

mières œuvres, soit *Monstre* et *Maria pleine de grâce*. Kim Ki-Duk est à 43 ans le plus âgé et expérimenté des réalisateurs récompensés. Les cadets, Fatih Akin et Daniel Burman, viennent d'avoir 30 ans.

Vent de renouveau donc sur le palmarès, pour lequel Frances McDormand a été assistée par l'Éthiopienne Maji-da Abdi, l'Italienne Valeria Bruni Tedeschi, l'Iranienne Samira Makhmalbaf, l'Allemand Peter Rommel, l'Italien Gabriele Salvatores et l'Américain Dan Talbot. Un palmarès à l'image de la cuvée 2004, en dents de scie, surtout pas exceptionnelle.

APPRIIS: qu'après Robert Lepage, un autre Québécois repart de Berlin avec un prix. Le film d'animation *Nuit d'orage* de Michèle Lemieux, produit par l'ONF, a remporté l'Ours de cristal du meilleur court métrage dans la section des films pour enfants, élu par un jury composé de jeunes de 11 à 14 ans. Le film est adapté d'un livre de la Québécoise, traduit en 13 langues.

LU: que Ken Loach, contrairement à Angelopoulos, ne part pas les mains complètement vides. Son drame *Le Fond Kiss* a reçu le prix œcuménique, ainsi que le prix des Cinémas d'art et d'essai allemands.

VU: un film lumineux, hier, dernier de la compétition, réalisé par le Belge Stéphane Vuillet. *25 degrés en hiver* suit une journée folle dans la vie d'un commis d'agence de voyages (Jacques Gamblin), père monoparental d'une craquante fillette. Le type doit supporter la chaleur exceptionnelle du jour à Bruxelles, mais surtout sa mère contrôlante (charmante Carmen Maura), un frère-patron irrité de son laisser-aller, et une réfugiée Ukrainienne qui cherche son mari. Un rayon de soleil dans la noirceur de la compétition, drôle, léger et touchant. En souhaitant vivement sa sortie au Québec.

ENTENDU: de belles rumeurs au sujet du Festival de Cannes dans les coulisses de Berlin. Devraient débarquer en mai sur la Croisette *Lise is a Miracle* d'Emir Kusturica, *Notre musique* de Jean-Luc Godard, *Motorcycle Diaries* de Walter Salles, *Afghanistan Today*, documentaire de Sean Penn et *Café Lumière* de Hou Siao-Sien. Possible aussi la présentation hors compétition de *Bad Education* de Pedro Almodovar. Les suites de *Kill Bill* de Tarantino et de *Shrek* sont également attendues.

## POLYFIDÉLITÉ

Suite de la Une

d'aimer son conjoint, et malgré tous les risques que cela comporte. N'est-ce pas ce qu'on a l'habitude d'appeler infidélité? Non, d'après ce qu'explique l'auteure dans *Bienheureuse infidélité* (Albin Michel, 2003). Le titre, tout de même, est trompeur. Ce qui caractérise la polyfidélité, c'est l'absence de mensonge. Il n'y a plus celui ou celle qui trompe, et l'autre qui se sent floué, à supposer que la liaison soit connue. Les choses sont dites. C'est ce qui fait la différence.

### SOUFFRANCE ET CULPABILITÉ

L'ouvrage abonde en témoignages d'hommes et de femmes qui ont expérimenté cette vie périlleuse. Tous s'accordent à reconnaître qu'elle ne s'épargne pas de souffrir. C'est d'ailleurs la raison pour laquelle Johanne Côté, psychologue, s'avoue en total désaccord avec ce genre de thèse. « Ça crée trop de souffrance. » Avec son conjoint Yves Dalpé, psychologue lui aussi, elle travaille présentement à la rédaction d'un livre sur la fidélité. Le sujet la touche personnellement. C'est à sa demande qu'ils se sont promis l'exclusivité, il y a 19 ans.

Les hommes, traditionnellement, ont toujours été plus nomades que leurs compagnes. Paule Salomon en parle. Elle y voit un relent de patriarcat, une façon pour « le mâle dominant » d'affirmer son pouvoir. Mais les temps changent. Les hommes n'ont plus besoin d'une femme recluse, soumise, pour s'assurer qu'ils sont bien les pères biologiques de leurs enfants. En cas de doute, ils peuvent recourir au test d'ADN. Les femmes sont désormais autonomes, donc plus libres et susceptibles, elles aussi, de s'aventurer dans des liaisons amoureuses.

La fidélité n'est plus ce qu'elle était. Mais la ja-

lousie demeure. Et Johanne Côté la croit tout à fait justifiée. Quant au sentiment de culpabilité (« Est-ce que l'autre souffre? Est-ce que je suis la cause de cette souffrance? »), selon Paule Salomon, il serait difficilement évitable lui aussi, même lorsqu'on joue franc jeu. Sauf que la question est ailleurs.

### LA VÉRITÉ L'EMPORTE

« Ne pas faire souffrir est une chose; ne pas trahir en est une autre, et c'est ce qu'on appelle la fidélité », écrit André Comte-Sponville dans le *Petit traité des grandes vertus* (Points). Ce livre sert de manuel au professeur Gaston Marcotte pour le cours de développement moral qu'il donne au Département d'éducation physique de l'Université Laval. Paule Salomon obtient ici, à son insu, un appui aux idées qu'elle défend. « Au nom de quoi prétendrait-on à la jouissance exclusive d'autrui », demande le philosophe avant de répondre que « la vérité est une valeur plus haute que l'exclusivité ».

Soit. Et d'ailleurs Paule Salomon rajoute. « Il n'y a peut-être pas de travail plus urgent dans un couple, dans une vie, que de maîtriser sa possessivité », écrit-elle avant de noter « qu'un couple heureux et vivant n'est pas un couple qui s'enferme ». Mais encore, pour entretenir la flamme, il y a plus que les aventures. « Se dire l'un à l'autre ce qu'on aime [...] ». Gouter simplement le fait d'être vivant [...] de se détendre dans la présence de l'autre, de boire un verre ensemble... »

Ce sont là des propositions que ne rejeterait pas Johanne Côté, elle qui s'engage à se battre tous les jours pour tenir la routine à distance. « Si on aime la vie en dehors de la chambre à coucher, on va aimer se faire l'amour, se donner des plaisirs partout. » C'est le rêve de tout être humain, dit-elle : Aimer. Être aimé.

## C'ÉTAIT HIER

2003 — Des manifestations dans plusieurs grandes villes du monde ont lieu en opposition à une éventuelle guerre en Irak. À Montréal on estime que 150 000 personnes défilent. — En Chine, un mouvement de panique s'installe depuis quelques jours depuis la découverte d'une maladie mystérieuse qui s'avère être le syndrome respiratoire aigu sévère.

2002 — On accorde une médaille d'or dans la controverse à David Pelletier et Jamie Salé aux Jeux olympiques de Salt Lake City.

1999 — Le militant kurde Abdullah Ocalan est arrêté au Kenya par des agents de la Turquie, où il sera condamné pour séparatisme.

1992 — Les 12 pays membres de l'Union européenne reconnaissent l'indépendance de la Slovénie et de la Croatie.

1989 — Moscou complète le retrait de ses troupes d'Afghanistan.

Loto Québec		Résultats	
<b>Super 7</b>	Tirage du 2004-02-13	GAGNANTS	LOTS
02 14 15 25 31 32 38		7/7	1 3 248 588,70 \$
		6/7+	5 86 629,00 \$
		6/7	139 2 726,60 \$
Complémentaire: (39)		5/7	8 931 151,50 \$
		4/7	190 870 10,00 \$
Ventes totales	23 330 268 \$	3/7+	174 106 10,00 \$
Prochain gros lot (approx.)	2 500 000 \$	3/7	1 593 940 Participation gratuite
<b>649</b>	Tirage du 2004-02-14	<b>Québec</b>	Tirage du 2004-02-14
01 05 12 17 31 44		09 10 23 37 40 46	
Complémentaire: (36)		Complémentaire: (48)	
<b>Unités</b>	Tirage du 2004-02-14	<b>Finco</b>	Tirage du 2004-02-14
3 4		02 04 10 13 19 26 31 35 38 39	
396 5637		40 41 43 57 60 64 66 67 69 70	
<b>Extra</b>	Tirage du 2004-02-13	<b>Extra</b>	Tirage du 2004-02-14
NUMÉRO 796368		NUMÉRO 857729	

Les modalités d'engagement des billets gagnants paraissent au verso des billets. En cas de dispute entre cette liste et la liste officielle de L.Q., cette dernière a priorité.

Si vous avez un problème de jeu

# Roulez gagnant

avec Paquet Mitsubishi

## NOUS PAYONS VOS 2 PREMIERS PAIEMENTS DE LOCATION\*

Une japonaise

Lancer ES 2004

Et vous pourriez gagner un vol 440 \$ d'un vol de de Asotin Volé Ski Service

Venez vite chercher votre MITSUBISHI pendant le soldé 'DONNEZ MOINS, RECEVEZ PLUS'

**24458\$** PDSM

OUTLANDER LS 2RM 2004

- Boîte SportronicMC
- Climatiseur
- Glaces et verrouillage à commande électrique
- Régulateur de vitesses

**23498\$** PDSM

GALANT DE 2004

- Moteur 4 cylindres, 16 soupapes, 2.4 L
- Glaces et verrouillage des portes à commande électrique
- Chaîne stéréo 140 watts

\* détails chez le concessionnaire

L'équipe #1 Mitsubishi Motors

révélez vos sens™

www.paquetmitsubishi.com

## PAQUET MITSUBISHI

1, chemin des Iles, Lévis 835-6161

## ACTUALITÉS



CARNAVAL DE QUÉBEC

## L'amour arrête le défilé

80 000 «carnavaleux» retiennent leur souffle pendant une demande en mariage

PIERRE-ANDRÉ NORMANDIN  
PANormandin@lesoleil.com

■ «Rachelle, veux-tu m'épouser? Ariel.» Rachelle Stark n'a pas immédiatement compris ce qui se passait quand le deuxième défilé de nuit s'est soudainement arrêté devant elle et que deux clowns lui ont présenté une affiche. Mais lorsqu'elle a vu son copain, Ariel Larsy, se mettre à genoux en lui tendant une bague de fiançailles, plus aucun doute n'était possible dans son esprit.

«Oui!» a-t-elle réussi à répondre, après quelques secondes de stupéfaction et en se lançant dans les bras de son nouveau fiancé. Personne n'a pu déterminer précisément si les larmes qui coulaient sur les joues des deux amoureux étaient dues au froid ou à l'émotion.

Ce n'est pas tous les jours que l'amour réussit à arrêter un convoi d'une vingtaine de véhicules et les 1200 figurants défilant devant plus de 80 000 personnes. Et les organisateurs du défilé tiennent à préciser que cela ne se reproduira pas tous les ans.

Ariel Larsy peut remercier la coordonnatrice technique de la programmation, Andrée Laroche, pour son coup d'éclat. C'est elle qui a convaincu ses collègues d'accepter la requête du jeune homme. «J'ai trouvé sa demande touchante. Après tout, il a pris la peine d'appeler à Québec alors qu'il est de Montréal, et ne parle pratiquement pas français. Combien de gars vont se contenter d'inviter leur blonde au restaurant et pousser la petite boîte sur la table en disant "Tiens"?»

Visiblement, Ariel Larsy n'est pas de cette catégorie peu romantique. «Elle est tout pour moi», a-t-il dit au SOLEIL avant de l'embrasser à nouveau. La surprise de Rachelle Stark a été complète. «Qui était au courant?» a-t-elle demandé à son copain. «Tout le monde! Merci Québec.» Le couple risque de se rappeler longtemps de sa première visite dans la capitale. Toute l'équipe du défilé était de connivence avec le jeune amoureux. Un fanion avait été placé à l'endroit où les deux tourtereaux ont regardé le cortège passer. Lorsque les clowns Orange et Ketchup sont arrivés à leur hauteur, Andrée Laroche a envoyé un message au régisseur en charge du défilé, Philippe Cannon, pour qu'il ordonne l'arrêt de la parade.

«Le deuxième défilé de nuit est plus facile à gérer parce qu'il n'y a pas la télévision», indique-t-il. Toutes les communications du défilé passent par lui. En fait, près de 80 *walkies-talkies* sont répartis au sein des différentes équipes. Pas facile d'interviewer quelqu'un interrompu toutes les 30 secondes pour régler les mille et unes petites embûches que peut connaître un cortège d'un kilomètre de long.

Pour faciliter sa tâche, il peut compter sur une équipe qui revient d'année en



Ariel Larsy a usé de toute son imagination pour demander à Rachelle Stark de l'épouser.

année. À la tête du convoi, le responsable des communications, Martin Corbeil, fait office de baguette au chef d'orchestre qu'est Philippe Cannon. «Je donne le tempo», résume-t-il.

Alain Gagné, François Dassylyva et Sébastien Doré s'occupent pour leur part d'assembler le défilé pour que les chars se retrouvent dans le bon ordre. Cette tâche est primordiale pour permettre au régisseur en chef de s'y retrouver, puisqu'il peut à tout instant avoir à envoyer une équipe d'aide à n'importe quel véhicule.

Lorsque le cortège est arrivé à la fin du parcours, Philippe Cannon a poussé un grand soupir de soulagement. Outre la température qui demeure hors de son contrôle, aucun incident majeur n'est venu perturber l'événement.

Si la soirée touchait à la fin pour le régisseur en chef, ce n'était pas le cas pour tous. Contrairement aux années précédentes, le défilé de nuit n'a pas clôturé la dernière soirée du Carnaval. Les organisateurs ont préparé une grande fête qui devait durer jusqu'à une heure du matin sur les Plaines.

En plus des bouchées et du champagne distribués gratuitement, les carnavales ont eu droit à un feu d'artifice tard en soirée. Les courageux ont pu danser en plein air alors que les plus frileux ont trouvé un peu de chaleur et un spectacle du groupe Mauvais Sort à l'intérieur de l'immense tente aménagée sur le site.



Un convoi d'une vingtaine de véhicules et 1200 figurants ont défilé dans les rues.

## CARNAVAL DE QUÉBEC

50 ans

DIMANCHE 15 FÉVRIER

## ■ Place Hydro-Québec (Place D'Youville)

12 h Animation du début du siècle  
13 h Confection d'une œuvre artisanale collective  
14 h Le Grand Ensemble de trompettes du Carnaval

## ■ Place Loto-Québec (Place de l'Assemblée-Nationale)

12 h Les Éclairs du Carnaval  
13 h 30 Scrabble humain  
14 h 30 Rions, rions, chantons!  
15 h La Grande danse au Palais  
16 h Spectacle de fermeture et départ de Bonhomme

## Autres sites

## ■ Hôtel Delta Québec (690, boul. René-Lévesque Est)

9 h Brunch de Bonhomme  
18 \$ / adultes, 9 \$ / enfants, gratuit pour les moins de 5 ans

## ■ Place Desjardins (Plaines d'Abraham)

11 h Les Éclairs du Carnaval  
14 h 30 Les Éclairs du Carnaval  
15 h Le Grand Ensemble de trompettes du Carnaval

## ■ Tente METRO Gagnon (Plaines d'Abraham)

13 h 30 Denis Côté

## ■ Village M. Christie / JELL-O (Plaines d'Abraham)

11 h Ouverture  
11 h 30 Les Toupies Dance  
12 h Histoire des poupées de Funky Zone  
12 h 30 L'orchestre des flocons  
13 h Les Toupies Dance  
13 h 30 Histoire des poupées de Funky Zone  
14 h Courses loufoques  
14 h Atelier de bricolage pour le départ de Bonhomme  
14 h 30 Les Toupies Dance  
15 h Cérémonie d'au revoir

## Des mordus de la neige



PHOTOS LE SOLEIL, JOCELYN BERNIER

Cinquante-deux courageux baigneurs, vêtus d'un simple speedo ou d'un bikini, ont sauté à pieds joints dans la neige, hier. Et, pour une rare fois, Bonhomme n'était pas le seul sujet de l'attention de la foule... Cupidon a également fait un tour lors du bain de neige, sous les traits de Carl Bélanger. «Tant qu'à le faire pour la première fois, pourquoi ne pas le faire en grand?» a-t-il expliqué pour justifier son costume très approprié pour un 14 février. P.A.N.

## Cupidon affronte Bonhomme dans les restaurants

PIERRE-ANDRÉ NORMANDIN  
PANormandin@lesoleil.com

Les restaurants de Québec ont été le théâtre d'un curieux combat hier soir. Tandis que les carnavales cherchaient par tous les moyens de se remplir la panse avant de retourner sur les sites, les amoureux voulaient une bonne table pour célébrer leur passion. Quand Cupidon affronte Bonhomme.

Contrairement à Tokyo dévastée par la lutte entre Godzilla et King Kong, Québec sort grande gagnante de ce combat fratricide. En fait, ce sont surtout les restaurateurs qui salivent devant la manne de clients. «On est complets depuis deux jours déjà», affirme le gérant du Cosmos sur Grande-Allée, Israël Saint-Laurent.

Les gens se bousculent littéralement au portillon pour obtenir une table. Le restaurant a même engagé un agent de sécurité pour contrôler le va-et-vient à la porte d'entrée. Le gérant ne cache pas qu'il sert également à repousser ceux qui souhaitent utiliser les toilettes sans consommer.

Contrairement au Cosmos, le restaurant La Piazza a tout simplement refusé de prendre des réservations. Premier arrivé, premier servi. «De toute façon, la consommation des carnavales est moindre que ceux venus pour la Saint-Valentin. Ils sont stressés et veulent se dépêcher pour ne rien manquer du Carnaval, alors que les autres prennent leur temps pour bien manger et boire», explique le gérant de l'endroit, Alain Tremblay, qui a neuf Carnaval derrière la cravate.

Vendredi seulement, le restaurant La Piazza a reçu 248 clients. Et M. Tremblay estime à plus de 300 personnes servies hier. C'est cinq fois plus qu'une journée normale à cette période de l'année.

Les restaurateurs profitent surtout de l'effet «Carnaval de Québec» les fins de semaine. Au

Cosmos, l'achalandage double le samedi et est 50% plus élevé le dimanche. «Ça faisait un bon bout qu'on n'avait pas été aussi plein», dit Israël Saint-Laurent. Alain Tremblay indique que son restaurant est complet 95% du temps.

En semaine par contre, le Carnaval a un impact négligeable sur les ventes selon les deux restaurateurs. «J'ai peut-être une ou deux tables de plus par repas, mais c'est minime, indique Israël Saint-Laurent. C'est probablement à cause de l'horaire des gens qui viennent surtout la fin de semaine.» En effet, les sites du Carnaval sont principalement occupés par les groupes scolaires ou d'enfants de la garderie du lundi au vendredi.

## DEUX POUR UN OU UNE DEMIE?

Un serveur interrogé par LE SOLEIL ne voit toutefois pas d'un bon œil la tenue du deuxième défilé de nuit le jour de la Saint-Valentin. «Généralement, ce sont deux bonnes soirées. Mais en les mettant le même jour, c'est comme si on coupait nos revenus en deux», estime Jean-Michel Gauthier.

Ce dernier rappelle que le Carnaval a été mis sur pied il y a maintenant 50 ans par des restaurateurs pour encourager l'économie de la capitale l'hiver. Or, en organisant une activité au cours d'une journée déjà fort rentable, l'événement n'atteint plus son objectif initial.

De plus, Jean-Michel Gauthier estime que les restaurants dont la façade donne sur le boulevard René-Lévesque, comme celui où il travaille, ont moins bien réussi hier en raison du défilé. Bon nombre de personnes auraient étiré la durée de leur repas seulement pour pouvoir regarder les chars allégoriques passer. Résultat, moins de clients peuvent consommer. À son avis, Cupidon et Bonhomme ne font pas bon mélange.

Les gens se bousculent au portillon pour obtenir une table

## Amour sur glace



L'Hôtel de glace abritait plus d'un cœur battant chaudement, hier. Trois couples, inspirés par la Saint-Valentin et par l'exotisme des lieux ont en effet décidé d'y unir leurs destinées: Jean Roberge et Anne-Caroline Morency, de Beauport (notre photo), Jason Peters et Annemaree Boland, de Hamilton, ainsi que Marc Paradis et Chantal Trépanier, de Laval. Ils ne seront pas les seuls: près d'une vingtaine d'unions seront célébrées cette année. N.H.

## PACTE DE SUICIDE À SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU

Demandez de l'aide!  
supplie l'AQPS

ÉLISABETH FLEURY  
EFleury@lesoleil.com

■ L'Association québécoise de prévention du suicide (AQPS) craint que la médiatisation du pacte de suicide survenu à Saint-Jean-sur-Richelieu n'ébranle les personnes déjà vulnérables.

Dans un communiqué diffusé hier, l'AQPS a tenu à rappeler que des ressources d'aide étaient disponibles dans toutes les régions du Québec. « Il est possible de rejoindre en tout temps, partout au Québec, un intervenant en composant le 1-866-APPELLE (277-3553) », écrit la responsable des Services professionnels de l'AQPS, Françoise Roy.

Hier, les médias ont rapporté le pacte de suicide conclu par deux hommes de 33 et 29 ans à Saint-Jean-sur-Richelieu. Les deux amis s'étaient enfermés dans une voiture et avaient laissé tourner le moteur dans le garage attenant à la résidence, où dormait le père d'un des désespérés. Ce dernier a été entraîné dans la mort bien malgré lui. Ironie du sort, le drame est survenu en pleine semaine de prévention du suicide...

Si l'AQPS préfère que les médias évitent de rapporter ce genre d'histoires, elle dit comprendre pourquoi ils l'ont fait dans le cas précis de Saint-Jean-sur-Richelieu.

« C'est un événement rare, et ce n'est pas étonnant qu'on l'ait publicisé, a convenu M<sup>me</sup> Roy en entrevue. Mais c'est sûr que ça peut avoir un impact sur les personnes vulnérables. Là où il y a le plus de risques, c'est quand on parle d'un suicide en tentant d'y apporter une explication simpliste. Il y a des gens qui peuvent se reconnaître lorsqu'ils entendent dire qu'une personne s'est suicidée à cause de ses problèmes. Ils peuvent croire que le suicide est effectivement la seule façon de mettre fin à leurs souffrances. »

Selon l'AQPS, près de quatre suicides se produisent chaque jour au Québec. « Les pactes de suicide ne représentent que 1 % des suicides, a précisé M<sup>me</sup> Roy. Comme c'est quelque chose qui se produit rarement, le sujet est très peu documenté. Ce qu'on sait, c'est que les personnes qui concluent un pacte de suicide vivent des difficultés communes. Généralement, l'une des personnes impliquées est plus suicidaire que l'autre. Elle en parle de façon concrète à l'autre, lui présente le suicide comme une solution. Et il y a un effet d'entraînement. »

Alcan: les  
travailleurs d'Arvida  
devront arrêter  
les cuves Soderberg

SAGUENAY (PC) — Les syndiqués de l'aluminerie Arvida d'Alcan, à Saguenay, qui défiaient l'annonce de fermeture de l'usine en continuant de faire fonctionner les salles de cuve cessent leurs moyens de pression, conformément à l'injonction permanente émise par le Commissaire du Travail, Robert Côté, vendredi soir.

Le Syndicat national des employés de l'aluminium d'Arvida (SNEAA) a fait savoir par voie de communiqué hier qu'il recommandait à ses membres de respecter l'ordonnance énoncée à la demande d'Alcan contre les 550 employés qui occupent le complexe Jonquière. L'exécutif syndical se réunit ce soir et convoque ses membres demain soir et mardi matin pour discuter de la suite des choses. Le commissaire disposait d'une semaine pour étudier la question. Il a néanmoins rendu sa décision à peine quelques heures après avoir entendu les arguments des parties.

En vertu de l'ordonnance, les travailleurs devront reprendre le démantèlement des installations dans les salles de cuves Soderberg. Les employés suivront donc les directives des cadres en vue de la fermeture. La direction de l'aluminerie avait déjà obtenu une injonction provisoire. Toutefois, les employés avaient déjà défilé trois ordonnances en continuant la production d'aluminium depuis le 23 janvier.

C'est justement ce qu'a fait valoir Alcan à la Commission des relations du travail pour obtenir cette injonction permanente.

Le président du syndicat, Claude Patry, a déclaré que l'injonction ne réglait rien au problème de la fermeture de l'usine pour la région. « Toute la question de l'avenir de l'usine du Complexe Jonquière ne s'arrêtera pas ici. La partie est loin d'être terminée. »

« Nous n'avons pas le choix de respecter le jugement, a dit Claude Patry. Nous demandons aux gars d'écouter les ordres des superviseurs. Depuis ce matin (samedi), les travailleurs des salles de cuves Soderberg ont repris le travail normalement. »

Le vice-président Exploitation Saguenay-Lac-Saint-Jean, Groupe Alcan Métal primaire, Jean Simon, croit que cette ordonnance permet de se tourner vers le futur.

« Une étape importante vient d'être franchie et elle va nous permettre de reprendre le processus de fermeture. Il est maintenant temps de se consacrer sur l'avenir et il est important de recréer le climat propice

aux investissements dont la région a tant besoin. »

Il a ajouté que « l'entente de principe signée le 8 février demeure sur la table pour l'instant. »

Cette entente n'a pas été acceptée par les syndiqués la semaine dernière. L'accord prévoyait notamment qu'il n'y aurait pas de licenciements et qu'un fonds de 20 millions \$ serait mis sur pied, ainsi qu'un comité de travail conjoint Alcan-SNEAA sur l'avenir du complexe Jonquière.

Les travailleurs ont été conviés à des assemblées lundi soir et mardi matin afin de discuter de la décision du commissaire Robert Côté.

Le  
Commissaire  
du travail  
donne raison  
à l'employeur

## EN BREF

Commotion autour  
d'un briquet

■ MONTRÉAL — On se serait cru dans une comédie: le briquet en forme de revolver d'une passagère a provoqué la fermeture partielle de l'aéroport Pierre-Elliott-Trudeau, à Montréal, hier matin. De nombreux vols ont été retardés. Une section de l'aéroport avait aussi été évacuée. Toutefois, la situation revient lentement à la normale. C'était la deuxième fois cette semaine qu'une opération de sécurité était déclenchée dans cet aéroport. (PC)

Collision entre  
un train et une auto

■ SAINT-LIBOIRE — Un octogénaire a perdu la vie d'une façon brutale, samedi, en heurtant un train de passagers avec son véhicule à Saint-Liboire, en Montérégie. L'automobile a été littéralement sectionnée en deux lorsqu'elle a percuté de plein fouet le deuxième wagon d'un train VIA en route vers Québec, aux alentours de 14 h 15. Selon Linda Dion, une résidente du rang Charlotte, où a eu lieu l'accident, la barrière de sécurité qui s'active normalement au passage du train ne se serait pas abaissée. De la poudrière réduisait aussi la visibilité. L'avant du véhicule a été traîné sur une distance de 1,5 km par le train. L'arrière, lui, est resté sur le lieu de l'impact. Le train transportait une centaine de passagers qui se dirigeaient vers Québec. Ils ont dû attendre plus d'une heure à Saint-Liboire avant de pouvoir repartir. (PC)

Découverte du navire de Darwin

Découverte du  
navire de Darwin

■ LONDRES — Des archéologues pensent avoir retrouvé l'épave du *Beagle*, le navire sur lequel le naturaliste britannique Charles Darwin a formulé sa théorie de l'évolution pendant une expédition qui l'a mené pendant cinq ans notamment dans les îles Galapagos, au XIX<sup>e</sup> siècle. Mais des archéologues pensent avoir retrouvé le navire, enlisé dans la vase d'un estuaire de l'Essex, au sud-est de l'Angleterre. L'image radar montre un bateau de dimensions similaires à celles du *Beagle*, reposant à une profondeur de 3,6 mètres de boue, près d'entrepôts abandonnés depuis longtemps. (AFP)

Le MAGASIN de MEUBLES de  
QUALITÉ à PRIX D'ESCOMPTE

Pour les prix les plus bas à l'année  
toutes les taxes incluses + 1 an pour payer

<p>Choix de lits de métal ajustables 5 positions Produit québécois</p> <p>à partir de <b>399\$</b></p> <p>TPS TVQ incluses</p>	<p>Centre de divertissement Meuble audio vidéo</p> <p><b>499\$</b></p>
<p>Causeuse de qualité supérieure</p> <p><b>799\$</b></p>	<p>Meuble audio vidéo <b>1899\$</b></p>
<p>Mobilier de salle à manger</p> <p><b>199\$</b></p> <p><b>269\$</b></p> <p><b>299\$</b></p>	<p>Matelas</p> <p><b>199\$</b></p> <p><b>269\$</b></p> <p><b>299\$</b></p>

Centre Meuble escompte  
Ouvert le dimanche de 12h à 17h  
245, 71<sup>e</sup> Rue Est  
Charlesbourg  
(ancien local d'Aménagement Le Petit Prince)  
Un endroit à découvrir 628-1942

ICE HÔTEL GLACE  
QUÉBEC CANADA  
www.icehotel-canada.com

SPÉCIAL\*  
DU PRINTEMPS  
Pour deux personnes **99\$**



1 nuit dans une chambre Hôtel de Glace  
Cocktail de bienvenue dans un verre de glace  
Boisson chaude au réveil

RÉSERVEZ AVANT LE 1<sup>er</sup> MARS!  
Et mentionnez la promotion « LE SOLEIL ».

418-875-4522 • 1-877-505-0423  
reservations@icehotel-canada.com

\* Offre valide du 16 février au 31 mars 2004, pour toutes nouvelles réservations et selon disponibilité. Taxes en sus. Certaines restrictions s'appliquent.

3 \$ de Rabais sur la Visite Hôtel de Glace

Sur présentation de ce coupon.  
Limite d'un coupon par personne.  
Ne peut être jumelé à aucune autre promotion.

VILLE DE QUÉBEC  
ARRONDISSEMENT DES RIVIÈRES  
AVIS DE PROMULGATION

1<sup>er</sup> Que, lors d'une séance du Conseil d'arrondissement Les Rivières, tenue le 10 février 2004, le Conseil d'arrondissement a adopté le règlement suivant :

RA.2 V.Q.18 Règlement modifiant le Règlement de l'Arrondissement Les Rivières sur la tarification de biens et de services et les autres frais relativement au remorquage de véhicules.

2<sup>e</sup> Que les intéressés peuvent prendre connaissance de ce règlement au Bureau d'arrondissement Les Rivières, situé au 233, boulevard Pierre-Bertrand, Vanier, Québec, durant les heures de bureau, soit de 8h30 à 12h et de 13h30 à 16h30.

3<sup>e</sup> Que le règlement susdit entre en vigueur suivant la loi.  
Donné à Québec, ce 11 février 2004.

L'assistant-greffier de la Ville  
Me Pierre Angers, avocat

Maintenant à Québec...  
UNE ÉQUIPE D'EXPERTS  
À VOS PIEDS!

Fatigué de souffrir?  
L'orthèse plantaire est souvent la solution  
aux maux de dos, de hanches, de genoux  
et de pieds...

EXAMEN GRATUIT  
Sur rendez-vous  
pour mieux vous servir.  
Services remboursables\*

15 ans de savoir-faire avec 5 succursales au Québec

Autonomie Santé  
Laboratoire d'orthèses et de prothèses

777, Lebourgneuf 780-0118  
Situé dans la Clinique Médibourg  
(Polyclinique Lebourgneuf)

\* CSST, SAAQ, compagnies d'assurances privées

PROPOS DE CONAN O'BRIEN

## Le libéral Christian Jobin réclame des excuses

NICOLAS HOULE ET ELISABETH FLEURY  
N Houle@lesoleil.com E Fleury@lesoleil.com

■ Outre des propos tenus à l'égard des Québécois lors du récent *Late Night with Conan O'Brien*, le député libéral Christian Jobin réclame des excuses. Il n'est pas le seul à réagir vivement à l'émission où l'on disait que les citoyens de la Belle Province sont des personnes « détestables et endormantes » : des associations réclament une commission d'enquête.

« C'est déplorable qu'il n'y ait pas eu de contrôle pour superviser cet individu des États-Unis qui vient nous dire quoi faire au Canada, a indiqué Christian Jobin. Ils devraient regarder leurs problèmes aux États-Unis avant de critiquer ce qui se passe au Canada. [...] Ceux qui ont subventionné ça ne savaient pas ce qui se passerait sur la scène. »

**« La portée de ce message est énorme, O'Brien est écouté par des millions de gens »**

Financé à moitié par le gouvernement canadien et à moitié par le gouvernement ontarien au coût total de 1 million \$, le passage de la vedette devait être une campagne promotionnelle pour la métropole canadienne.

De son côté, le bloquiste Michel Gauthier a qualifié les actes du comique d'« injustifiables et inacceptables ». Plus que l'animateur américain, il pointe du doigt les 500 Ontariens qui, lors de l'enregistrement de l'émission, se sont amusés.

« Quand ils ont vu qu'il y avait des blagues au-delà de la mesure à l'en-

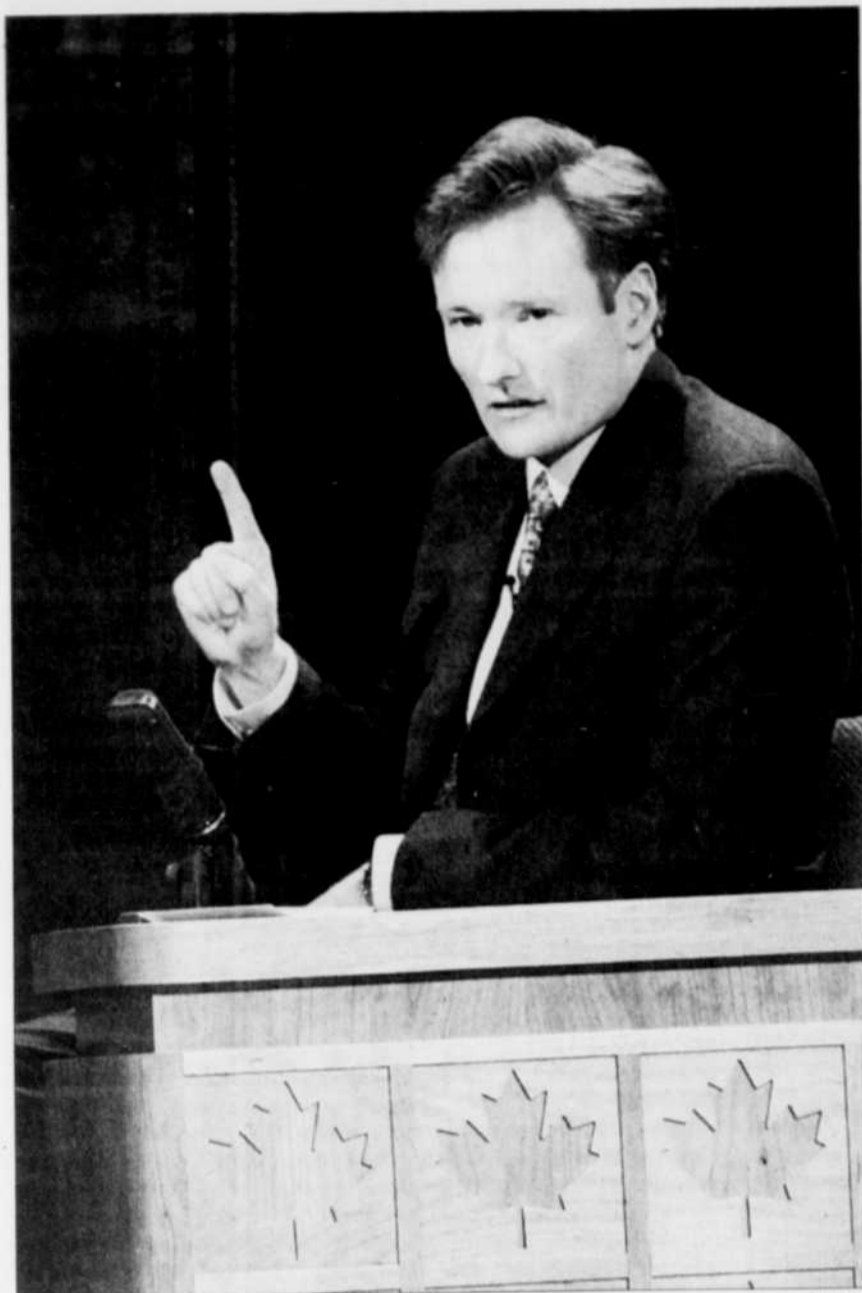
droit des Québécois, on peut se demander pourquoi ils trouvaient ça drôle et applaudissaient à tout rompre... » dit-il, en faisant un parallèle avec les manifestations d'amour à la veille du dernier référendum.

Daniel Moisan, un publicitaire, chargé de cours à l'Université Laval, directeur général de Moisan marketing et du site Internet [www.webquebec.com](http://www.webquebec.com), a décidé de publier une bannière sur son portail par laquelle les internautes peuvent faire part de leur mécontentement à NBC.

« On aurait dit ça d'un groupe ethnique où il n'y aurait pas eu que la barrière de langue, et tout le monde aurait crié au racisme, insiste M. Moisan. La portée de ce message est énorme, O'Brien est écouté par des millions de gens. »

Gilles Rhéaume, porte-parole du Réseau québécois contre la francophobie au Canada, croit pour sa part que le gouvernement du Québec doit instituer une commission nationale d'enquête afin de faire la lumière sur les affaires Conan O'Brien et du commentateur Don Cherry, qui avait traité les hockeyeurs francophones et européens de « peureux » à la fin janvier.

« C'est la responsabilité du chef du



Lors d'une émission enregistrée à Toronto, le célèbre animateur américain Conan O'Brien a qualifié les francophones du Canada de personnes « détestables et endormantes ».

gouvernement du Québec de se porter à la défense du fait français, et il est impérieux qu'il le fasse», fulminait-il hier.

Le président de la Société Saint-Jean-Baptiste, Jean Dorion, s'est aussi dit favorable à l'idée de mettre sur pied une commission nationale d'en-

quête: « Je ne pense pas que Conan O'Brien ait eu cette idée-là tout seul. Il a certainement eu la collaboration de Canadiens pour faire ça. »

Quant à Jean Charest et Bernard Landry, ils ont refusé de commenter l'affaire.

## Les Finances auraient commandé des rapports irréguliers sous Paul Martin

OTTAWA (PC) — Le ministre fédéral des Finances, à l'époque où Paul Martin en était le titulaire, a payé une firme privée pour obtenir des rapports verbaux secrets sur la recherche sur l'opinion publique qu'il a menée au sujet de deux questions controversées, les fusions bancaires et la réponse du Canada aux attentats du 11 septembre 2001, a révélé hier le *Ottawa Citizen*.

Le service d'information du réseau CanWest, dont fait aussi partie le *National Post*, a appris que les deux projets avaient été réalisés en 1999 et au début de 2002 par Earncliffe Strategy Group, une firme de consultants d'Ottawa ayant à maintes reprises obtenu de lucratifs contrats du ministère des Finances, alors dirigé par M. Martin.

Au lieu de respecter la procédure gouvernementale habituelle consistant à rendre des rapports écrits, par la suite rendus publics, il fut décidé que l'analyse de la firme privée serait considérée comme un « conseil stratégique » à l'intention de M. Martin et de son équipe. Cela permettait de relayer les informations de façon verbale, faisant en sorte que le public n'ait pas accès.

**Une firme proche du PM aurait livré des expertises verbales**

Ces révélations vont certainement remettre en question l'engagement de M. Martin, qui a, à maintes reprises, affirmé qu'il entendait gouverner en faisant preuve de transparence.

« Ce genre de chose doit se retrouver sur papier », a affirmé le député conservateur Monte Solberg au sujet des résultats de la recherche sur l'opinion publique.

« À mes yeux, cela laisse entendre que M. Martin n'est pas blanc comme neige, comme certaines personnes le prétendent. Je crois que l'on pourrait dire qu'il est un hypocrite. »

« Le public a le droit de savoir comment est dépensé l'argent de ses impôts, et d'ignorer cela sous prétexte qu'il s'agit de conseils stratégiques et que nous n'avons pas le droit de savoir, je ne crois pas cela va tenir la route parmi la population. »

Un vague portrait de la situation a commencé à émerger, cette semaine, lorsque la vérificatrice générale, Sheila Fraser, a déposé son rapport. Bien qu'il porte surtout sur l'affaire des commandites, le document s'attarde également sur la façon dont le gouvernement gère des millions de dollars en recherche sur l'opinion publique. M<sup>me</sup> Fraser s'est dite en général satisfaite à ce sujet, soulevant néanmoins quelques questions.

## Les anglophones d'Alliance Québec se donnent un nouveau président

Le révérend Darryl Gray est le premier Noir à occuper cette fonction

■ MONTRÉAL (PC) — Un vent de changement souffle sur Alliance Québec: le révérend Darryl Gray, de l'Église Union United, connu pour s'être porté à la défense de nombreuses familles de réfugiés, vient d'être élu à la tête de l'organisation de défense des droits des anglophones. Le nouveau président est aussi le premier Noir à occuper cette fonction.

Le révérend Gray a été élu hier par le conseil d'administration d'Alliance Québec à la suite du départ de l'ancien président, Brent Tyler, le 30 janvier. Il assurera l'intérim jusqu'à la fin du mois de mai, lorsque le congrès d'Alliance Québec choisira officiellement son président.

M. Gray n'était pas seul dans la course. Martin Berman, un homme d'affaires,

avait également posé sa candidature. Cependant, les 34 membres du conseil ont voté massivement en faveur de Darryl Gray: il a obtenu 26 votes, contre 7 pour son adversaire. Un vote a été annulé.

Interrogé hier, le principal intéressé était loin de s'attendre à un pareil résultat. « Je suis très heureux, mais également très surpris, dit-il. Je m'at-

tendais à une course plus serrée. Mais je pense que l'issue de cette élection démontre clairement une volonté de changement à Alliance Québec. »

En effet, selon le révérend Gray, il est temps de trouver une façon de dialoguer avec les francophones, ainsi qu'avec les gouvernements provincial et fédéral.

Il espère que ses qualités de médiateur l'aideront à atteindre cet objectif. Le nouveau président souhaite également faire augmenter le nombre de membres, passé de 4198 en 1998 à 1554 en 2003. Il veut aussi que les anglophones soient mieux représentés dans la fonction publique québécoise. Darryl Gray ne s'exprime pas couram-

ment en français, mais assure qu'il apprendra la langue de Molière au cours des prochains mois.

Martin Berman, le candidat défait, estime que M. Gray fera un excellent travail. Il l'assure de son entière collaboration.

Selon Rob Bull, porte-parole d'Alliance Québec, Darryl Gray est très populaire auprès des militants.

« Beaucoup de gens s'identifient à lui », mentionne-t-il.

C'est pourquoi il se représentera au congrès en mai. D'autres personnes souhaiteraient également prendre la tête du lobby, mais jusqu'à maintenant, personne n'a officiellement posé sa candidature.

## James Cross sort de son mutisme plus de 30 ans après la Crise d'octobre

SEAFORD, Angleterre (PC) — L'un des hommes dont l'enlèvement par le Front de libération du Québec (FLQ), il y a 34 ans, a provoqué la Crise d'octobre, a décidé de sortir de son silence après avoir vécu paisiblement dans le sud de l'Angleterre.

Ces deux dernières années, l'ancien diplomate britannique James Cross a été impliqué dans deux projets de documentaires au sujet de ses 59 jours de captivité.

Le premier s'intitule *The Search for Jacques Lanctôt*. Lanctôt se trouvait à la tête de la cellule du FLQ ayant kidnappé M. Cross.

Le film, qui fait partie d'une série de 13 épisodes ayant pour nom *Manhunt*, a été diffusé le mois dernier par la chaîne télévisée History Channel.

Le deuxième film, beaucoup plus personnel, est une autobiographie intitulée *L'Otage*. Il a été tourné par le documentariste montréalais Carl Leblanc et sa société de production, Ad Hoc. M. Cross en est le narrateur. *L'Otage*, qui met également en vedette Jacques Lanctôt, qui y donne sa version des faits, devait être présenté en première à Montréal. Le réseau Télé-Québec doit le présenter à son tour le 28 mars.

Pendant toutes ces années, l'ex-diplomate, aujourd'hui âgé de 82 ans, avait peu à dire au sujet de son enlèvement, et encore moins au sujet de ce que la vie lui a réservé à la suite de son départ du Canada.

À titre de sujet britannique dans le secret, il lui avait été interdit de vendre son histoire au début des années 70.

EINSTEIN LE GÉANT • EINSTEIN LE GÉANT

MURANO SE 2003 42 995 \$  
PRIX POUR VENDRE

3,8%  
Taux de financement sur 36 mois

Un service signé  
Michel Potvin

NISSAN

5250, RUE JOHN-MOLSON, HENRI IV, SORTIE 140 • 650-5353 • [www.einsteinnissan.com](http://www.einsteinnissan.com)

Le plus grand festival d'escalade au monde !

## Festiglance du Québec



20 AU 22 FÉVRIER, PONT-ROUGE

- compétitions d'escalade
- zone jeunesse
- essais gratuits
- tyrolienne
- circuit de raquette
- village d'exposants
- soirées-conférences

Venez découvrir ce site magnifique, en bordure de la rivière Jacques-Cartier.

[www.festiglance.com](http://www.festiglance.com)  
418-873-3775



En collaboration avec Québec et Canada

CURATEUR PUBLIC DU QUÉBEC

# Une instance de dernier recours nécessaire

ANNIE LAFRANCE  
Alafrance@lesoleil.com

■ Le Curateur public du Québec est une instance de dernier recours. « Et doit le rester », dit la curatrice publique, Nicole Malo, en entrevue au SOLEIL. Parce que rien ne remplacera la présence d'un proche pour veiller au respect des droits des personnes inaptes.

S'il est inconnu de plusieurs, l'organisme du Curateur public revêt une importance indéniable pour les 11 000 citoyens inaptes qu'il représente. Rarement visible dans les médias, son intervention est pourtant palpable dans le réseau de la santé. Depuis 2001, le Curateur est dirigé par une curatrice, qui mènera à terme, en 2006, la longue réforme de l'organisme visant à faire taire les critiques. Discrète sur la place publique, Nicole Malo n'accor-

de que rarement d'entrevues. Elle préfère œuvrer à l'interne.

## INTERVENTIONS CIBLÉES

Fortement critiqué pour sa méconnaissance de ses prestataires en 1998, le Curateur public du Québec a entamé depuis cinq ans une importante réforme dans le but de mieux représenter les 11 000 personnes qui sont sous sa curatelle et de mieux assister les tuteurs légaux, souvent les familles, de 30 000 autres Québécois inaptes. Mais les événements survenus dans des institutions durant les derniers mois — on se souvient du battage médiatique entourant les dossiers d'abus à Saint-Charles-Borromée et à Robert-Giffard — rappellent l'importance des proches pour les personnes inaptes.

« Nous sommes intervenus lors de deux événements (ceux de Robert-Giffard et de Saint-Charles-Borromée) et nous avons émis des recommandations auprès de la direction, mais notre rôle n'est pas de superviser des établissements, mais de veiller au respect des droits des personnes inaptes », affirme M<sup>me</sup> Malo.

Satisfaite des moyens mis en place à Robert-Giffard à la suite de la saga de l'automne, elle s'enquiert des améliorations sur une base régulière et veille, à distance, au bien-être de ses prestataires. À Saint-Charles-Borromée, les interventions du Curateur ont été très discrètes, même si l'organisme y représente une quarantaine de patients. « Il faut toujours penser à la confidentialité des cas et au fait que nous assistons les familles. Mais il y a eu des suivis par-

ticuliers qui ont été faits lors des jours qui ont suivi », soutient-elle.

Ces deux cas ne sont pas isolés. Le curateur reçoit plus de 300 signalements d'abus par année, dont la plupart ont trait à de la violence physique ou psychologique (20 %), à des détournements de biens ou dilapidations (24 %).

## NOMBRE STABLE

Depuis quelques années, le nombre de personnes sous curatelle est stable malgré le vieillissement de la population. Parce que les familles sont aujourd'hui plus nombreuses à s'occuper de leurs proches avec une déficience intellectuelle ou un problème de santé mentale, et parce que les personnes âgées préparent leur période d'incapacité par la rédaction d'un mandat légal. « Il ne faudrait pas que le nombre augmente parce que ça indiquerait que ces personnes sont seules, dit M<sup>me</sup> Malo. Il faut encourager la prise en charge des familles. »

En plus de veiller au respect de leurs droits, le curateur prend en charge les finances des personnes inaptes qu'il représente. Une tâche gigantesque si on compte tous les budgets mensuels, la gestion des biens fonciers et les 22 000 rapports d'impôt à rédiger chaque année.

Parmi les 11 000 citoyens sous sa curatelle, environ 4500 sont prestataires de l'aide sociale. Les budgets sont parfois serrés, d'autres sont plus aisés. « Il faut respecter le niveau de vie que la personne avait avant son état d'incapacité et lui fournir tous les services qu'elle a droit », ajoute la curatrice. En plus de jongler avec les règles de l'aide sociale, pour que les prestataires ne voient pas leurs revenus diminuer.

Selon la curatrice publique, l'intégration sociale des personnes inaptes, une réforme mieux connue sous le nom de la désinstitutionnalisation, s'avère un succès. Malgré les critiques et les cas d'abus.



La grippe aviaire a fait 20 morts et a provoqué l'abattage de 80 millions de volatiles en Asie.

## L'éradication de la grippe aviaire prendra des mois, selon l'ONU

HANOÏ (AFP) — L'éradication de la grippe aviaire, qui a fait 20 morts et provoqué l'abattage de 80 millions de volatiles en Asie, prendra des mois voire des années au Vietnam, avertit hier l'ONU, ce qui n'a pas empêché la Thaïlande d'annoncer une victoire contre la maladie d'ici la fin du mois.

On a appris hier de sources hospitalières qu'un garçon thaïlandais, âgé de 13 ans, était décédé des suites de la grippe aviaire, portant à six le bilan des morts dus à cette maladie en Thaïlande. « Nous estimons que l'épidémie ne sera pas éradiquée avant des mois, probablement des années » au Vietnam, a déclaré Maria Cheng, porte-parole de l'Organisation mondiale de la santé (OMS) à Hanoï.

« Nous sommes actuellement seulement en train de mettre la machine en route pour contrôler l'épidémie », a ajouté Anton Rychener, représentant de l'Organisation des Nations unies pour l'agriculture et l'alimentation (FAO), également dans la capitale vietnamienne.

Vendredi, la FAO avait déjà averti que « la propagation du virus n'était toujours pas contenue (...), le Cambodge, la Chine, l'Indonésie et le Laos continuant de faire état de nouveaux foyers de contamination ».

Dix pays d'Asie ont été touchés par la maladie.

Pékin a confirmé hier la présence de quatre foyers de contamination, portant leur nombre à 34 dans le pays, auxquels s'ajoutent 13 foyers suspects. Le nombre de régions et provinces touchées est toujours de 14 sur 31. La Chine est officiellement exempte de cas humains, même si des experts ont récemment fait part de leurs doutes à ce propos.

« Le virus peut survivre à un an de congélation. Ce sera long. Je ne suis pas sûr que le gouvernement (vietnamien) ait admis cette réalité », a averti M. Rychener, faisant allusion aux récentes déclarations de plusieurs responsables à Hanoï, qui ont évoqué une possible autorisation de la vente de viande de poulets le mois prochain, avant une reprise

de la production d'ici quelques mois. Quatorze personnes sont mortes de la maladie au Vietnam et 35 millions de volatiles ont été abattus.

Non loin de là, la Thaïlande, deuxième pays le plus touché par l'épidémie, avec six morts et 26 millions de volatiles abattus, a elle aussi fait preuve d'optimisme. « J'espère que, d'ici la fin février, la grippe aviaire pourra être éradiquée », a déclaré hier le premier ministre Thaksin Shinawatra. Jeudi, le gouvernement thaïlandais avait déjà annoncé qu'il souhaitait déclarer le pays débarrassé du virus avant le 28 février.

« La situation s'est nettement améliorée. Toutes les zones ont été placées en "zones jaunes" (où le virus est éliminé) et les responsables mettront entièrement en œuvre toutes les mesures pour une surveillance de 21 jours », a ajouté le chef du gouvernement.

La Thaïlande classe en « zones rouges » les foyers actifs de contamination, qui deviennent ensuite « jaunes » quand le virus y a été éliminé grâce à l'abattage de volaille, avant d'être classées « vertes » au bout de trois semaines de surveillance si aucune réurgence du virus n'est constatée. La grippe aviaire touche 40 des 76 provinces de la Thaïlande. « Si nous détectons la maladie à un endroit, nous le placerons immédiatement en zone rouge et nous prendrons des mesu-

res », a assuré M. Thaksin, dont le gouvernement a été très critiqué pour avoir dissimulé l'arrivée de l'épidémie et pour sa lenteur à agir.

La ville de Bangkok, dernier foyer où le virus était encore actif dans le pays, a été placée en zone jaune vendredi. L'écoulement de la période de surveillance de 21 jours repousserait au 5 mars la date à laquelle le pays pourrait être déclaré exempt du virus.

Lundi, à New Delhi, une réunion d'urgence sur la grippe aviaire rassemblera les représentants de sept pays d'Asie du Sud qui entendent décider des modalités d'action et de coopération face à l'épidémie qui touche surtout la Chine et l'Asie du Sud-Est.

Dix pays d'Asie ont été touchés par la maladie



ARCHIVES LE SOLEIL JOCELYN BERNIER  
Selon la curatrice publique, Nicole Malo, rien ne remplacera la présence d'un proche pour veiller au respect des droits des personnes inaptes.

## Plus de 100 millions \$ en biens non réclamés

Des millions de dollars dorment au Curateur public. En fait, la cagnotte s'élève aujourd'hui à plus de 117 millions \$. D'où provient tout cet argent ? D'un compte bancaire oublié dans une caisse populaire, ou non réclamé à la suite du décès de son propriétaire. D'un héritage sans héritiers. Ou de biens fonciers gérés par le gouvernement du Québec à la suite du décès du propriétaire, lequel peut remonter à plusieurs générations.

Si la plupart des 370 000 biens non réclamés valent moins de 500 \$, en fait 95 % de ces biens, sachez que certains biens représentent une rondelette somme. Ce sont surtout des successions et des biens fonciers comme des terrains, des immeubles... et des barrages ! « Ce sont des biens qui sont difficiles à liquider et qui augmentent considérablement la valeur de notre registre », explique la curatrice publique, Nicole Malo.

Le Curateur public du Québec a la responsabilité d'administrer les biens non réclamés des Québécois. L'an dernier, le volume de ces biens a augmenté de 92 %,

faisant passer la valeur totale du registre de 85 millions \$ à 117 millions \$.

Peu de gens s'intéressent à ce registre. Il semble que ce soit par méconnaissance du service ou par crainte d'être responsable de successions déficitaires. « Il y a un mythe tenace au Québec qui donne la fausse impression aux gens qu'ils devront rembourser les dettes d'un défunt. C'est faux, soutient la curatrice. Le remboursement des dettes ne peut pas être plus élevé que le patrimoine du défunt. Ses successeurs n'auront pas à déboursier de l'argent. »

Selon le Code civil, le droit d'héritage est valide jusqu'au huitième degré. Alors, peut-être qu'une grand-tante ou un arrière grand-père vous a légué des biens ou un montant d'argent dont vous ignorez l'existence. Pour le savoir, vous pouvez consulter le Registre des biens non réclamés du Curateur public [www.curateur.gouv.qc.ca](http://www.curateur.gouv.qc.ca) ou en téléphonant au 1-866-262-4284. Certains biens sont conservés à vie alors que d'autres, par exemple les montants de moins de 500 \$, sont gardés dans le registre dix ans. A.L.

L'argent provient d'un compte bancaire oublié ou d'un héritage sans héritiers

## Ottawa investit 78 millions \$ dans l'industrie de l'éthanol-carburant

OTTAWA (PC) — Le gouvernement fédéral va injecter 78 millions \$ dans l'industrie de l'éthanol dans le cadre de son effort pour contrer le phénomène du changement climatique. Des opposants soutiennent toutefois que les subventions sont davantage destinées à choyer le lobby agricole qu'à protéger l'atmosphère.

L'argent servira à aider à la mise en place de nouveaux sites de production d'éthanol-carburant à base de blé et de maïs au Québec, au Manitoba, en Saskatchewan, en Colombie-Britannique et

en Ontario. La production canadienne de grain destinée à la fabrication d'éthanol sera ainsi plus que quadruplée.

Parmi les sept projets retenus après appel d'offres, et dont les noms ont été annoncés vendredi, deux sont en Saskatchewan, deux en Ontario, un au Manitoba, un en Colombie-Britannique et un au Québec. Le projet qui bénéficiera d'une subvention au Québec est celui de la compagnie Les Alcools de commerce Inc., située à Varennes, sur la Rivière-Sud près de Montréal. « Cette annonce fédérale est certainement une

bonne nouvelle, a affirmé vendredi le pdg de Les Alcools de commerce, Robert Gallant. Cet engagement va maintenant nous permettre d'aller de l'avant avec le financement de notre projet et nous permettre de commencer la construction cette année. »

Le projet de Varennes générera plus de 100 millions \$ en investissement direct, selon l'entreprise, et entraînera la création d'environ 1000 emplois temporaires dans le secteur de la construction. L'usine, une fois en opération, embauchera 50 personnes.

DEMAIN DANS LE SOLEIL

Dans le cahier Arts et Vie

Québec veut ses  
**fiction**s



Difficile à croire, mais la dernière série dramatique télévisée produite à Québec remonte aux Enquêtes Jobidon. Plusieurs personnes vont le rappeler aux dirigeants du CRTC qui s'arrêtent cette semaine dans la capitale pour discuter du renouvellement des licences des trois grands réseaux de télévision.

CONSUMMATION  
DE MÉDICAMENTSLes aînés  
victimes de la  
perception de  
la populationBAPTISTE RICARD-CHÂTELAIN  
BRicard@lesoleil.com

Les aînés consomment des psychotropes allègrement. Nous le savons. Mais pourquoi? En bonne partie parce que nous cultivons une perception médiocre du vieillissement.

« Dans nos sociétés (occidentales), les personnes âgées ne sont pas très valorisées. Leur expérience n'est pas reconnue, invoque Johanne Collin, professeure en socioéconomie du médicament à l'Université de Montréal. L'image de la vieillesse qu'on a est plutôt négative. »

Les médecins de famille sont « humains ». Lorsqu'un aîné isolé par l'éclatement de sa famille, triste, débarque au cabinet, la compassion passe par le crayon et prend vie sur le calepin de prescriptions, pense-t-elle.

La pression exercée sur le praticien par le patient est forte, souligne M<sup>me</sup> Collin, aussi membre



Johanne Collin

du Groupe de recherche sur les aspects sociaux de la santé et de la prévention (GRASP), et chef d'une équipe étudiant le médicament comme objet social et culturel. Omnipraticien, seul face à un mal

de vivre, flanche et favorise la consommation chronique.

Il n'y a rien de mal à prescrire une fois des psychotropes, note M<sup>me</sup> Collin. « Le problème, c'est au niveau de la represcription quasi automatique sur des années. » Une pratique d'exception devenue norme... et qui engendre la dépendance: « Quand on commence à en prendre, on a envie de continuer. »

**« Au Québec, environ 30% des aînés qui vivent à la maison portent l'étiquette d'utilisateurs chroniques », dit la professeure Johanne Collin**

« Les personnes âgées consomment beaucoup de tranquillisants mineurs et de somnifères », poursuit-elle. Au Québec, environ 30% des aînés qui vivent à la maison portent l'étiquette d'utilisateurs chroniques. À peu près le même taux que chez nos cousins français. « C'est quand même une grande proportion des personnes âgées. »

Formons-nous des collectifs de « gelés »? « Nous sommes des sociétés qui consommons beaucoup de psychotropes. Ils sont de plus en plus présents. Il y a une certaine banalisation du médicament, émet Johanne Collin. On ne considère pas ça comme de la drogue. »

En plus, les aînés d'aujourd'hui ont connu le déferlement des tranquillisants « miracles » du milieu des années 70. L'époque du Valium. L'image est restée, avance M<sup>me</sup> Collin.

Mélangions au tout notre obsession pour la « santé parfaite », et nous obtenons un portrait plutôt complet, selon la chercheuse.

Et nous n'avons pas abordé la surconsommation de pilules par les autres strates de la communauté, les jeunes notamment. « Maintenant, le médicament est partout dans la vie des gens. »

La confiance: ingrédient essentiel  
d'une vie de couple heureuseANNE-MARIE VOISARD  
AMVoisard@lesoleil.com

Faire confiance. Parmi les ingrédients qui forment les couples heureux, il y a cette aptitude que Diane Allaire place en tête de liste, car elle permet de s'attacher facilement. S'attacher. Ce mot, créateur de liens, ramène à notre petite enfance. Tout part de là.

Diane Allaire est psychologue. Avec le D<sup>r</sup> Simon Patry, psychiatre, elle travaille à la Clinique de psychothérapie interpersonnelle, qui loge dans l'édifice Roy-Rousseau. En plus d'être chargée de cours au certificat en santé mentale, à l'Université de Montréal, elle a son bureau privé. Sa clientèle se compose de personnes qui sont en dépression. « Un couple malheureux, c'est une bonne raison pour en arriver là. »

La théorie de l'attachement, son point d'appui, fut mise au point par John Bowlby, un Britannique. Incidemment, le magazine *Time* (9 février) publie un numéro spécial qui ouvre sur un article intitulé *Le pouvoir de l'amour*. Ce texte montre comment le nouveau-né est un être de passion, dont les besoins consistent à dormir, manger, être pris, changé. Pour peu qu'ils soient satisfaits, il n'y a pas de problème. Sinon, vous allez entendre des cris. De tous les besoins, on dit que c'est celui d'être tenu dans les bras qui se manifeste le premier. Et il va subsister durant toute notre vie.

John Bowlby, dit le père de la théorie de l'attachement, a observé les pertes, séparations qui surviennent chez les nourrissons, et vu les effets d'insécurité, d'anxiété que ça entraîne. Parallèlement, on a constaté que 72% des adultes conservent le même style d'attachement que lorsqu'ils étaient enfants. Ce n'est pas sans conséquences sur le choix futur d'un partenaire.

Non seulement avons-nous tendance, en effet, à aller vers des gens qui présentent les mêmes caractéristiques que nous sur le plan des intérêts et des valeurs, mais leur façon de nouer des liens ressemble à la nôtre. C'est donc que les soins reçus lorsqu'on était bébé avaient certaines affinités. M<sup>me</sup> Allaire invite cependant à ne pas négliger les événements qui peuvent survenir par la suite (un traumatisme, un deuil) et qui modifient le style d'attachement.

Reste que si on a eu « d'assez bons parents », on sera porté à faire confiance.



La psychologue Diane Allaire s'appuie sur la théorie de l'attachement pour soigner les personnes dépressives qui la consultent.

Aussi aura-t-on plus de chances d'être attiré par quelqu'un qui se trouve dans ces mêmes dispositions. D'où la capacité de « s'engager à fond dans la relation », c'est-à-dire vouloir un enfant, s'acheter une maison, projeter de faire le tour du monde... L'engagement constitue donc un ingrédient de la recette des couples heureux. Que les inquiets se rassurent. On ne perd pas pour autant sa liberté, laquelle consiste, selon la définition de Diane Allaire, à « choisir ses responsabilités », non pas d'aller à droite et à gauche, coucher avec Pierre ou Pierrette, Jean, Jacques ou Jeannette.

S'ajoute l'aptitude à « partager une grande intimité ». Pas facile tous les jours, car on se révèle non seulement avec nos qualités, mais nos défauts. Et on espère être reconnu, apprécié, malgré eux. M<sup>me</sup> Allaire soutient qu'il faut prévoir du temps pour ça, avoir des loisirs, des activités communes, et se parler.

« La communication est le reflet de notre style d'attachement », dit-elle. Lorsqu'on se sent en sécurité, tout devient plus facile et, naturellement, suivent les rapports sexuels. « Avoir envie de toucher. Aimer être touché. » C'est bien l'enfant en nous, vulnérable, qui refait surface. Le dossier du

*Time*, remarquablement fouillé, compare l'acte sexuel à une œuvre d'art. Pareil au peintre ou au poète, le couple, en faisant l'amour, communique à un niveau complexe, profond, qui va bien au-delà des paroles.

## SEXE ET SEXUALITÉ

D'ailleurs, les gens le savent. Un récent sondage de l'Association des sexologues du Québec place en tête de liste la communication (58%) pour cimenter les couples. Cependant, la fréquence des relations sexuelles arrive loin derrière, avec seulement 7%. Le public, encore une fois, ne s'y trompe pas. Il y a bien une différence entre sexe et sexualité.

Heureusement d'ailleurs pour les *baby-boomers* qui vieillissent. Après 45 ans, un homme sur cinq a des problèmes érectiles. Au-delà de 75 ans, c'est un sur deux. Viagra aide. Mais reste que tout se passe d'abord dans la tête. Le désir vient de là. Et il résiste à l'âge.

C'est pourquoi des romances naissent dans les centres d'accueil. Le problème, c'est que les femmes, vu leur longévité, sont en surnombre. Mais pour le reste, on s'accommode. Des octogénaires atteignent l'orgasme. Sinon, ils s'accordent d'autres plaisirs. Les caresses prennent ici tout leur sens. Être ensem-

ble. Prendre soin de l'autre.

Johanne Côté, psychologue, observe que les personnes seules sont plus fragiles, sur le plan de la santé physique et mentale que celles qui vivent en couple. Les statistiques lui donnent raison. On vit plus vieux à deux. Ce qui n'empêche que, dans certains cas, le lien d'attachement soit défectueux.

Ainsi en est-il de ceux que Diane Allaire appelle les « anxieux ambivalents ». Dans ces couples où règne l'insécurité, on a tellement peur de perdre l'âme sœur qu'on en devient anormalement dépendants, collés l'un sur l'autre. Madame peut ne pas conduire l'auto, monsieur est très malade... Ces gens demandent sans cesse à être rassurés. Sont-ils heureux? « Je ne pense pas », répond la psychologue.

À l'opposé, se trouvent les « anxieux évitants ». Ceux-là ont dû apprendre à se débrouiller seuls, très tôt. Ce qui les a rendus indépendants, au point de prioriser l'autonomie.

Voilà des hommes et des femmes dont le réseau social est fort limité. Vivent-ils en couple? Ils ne seront pas enclins à communiquer. D'où des problèmes à l'horizon. Car le lien d'attachement est nécessaire, insiste Diane Allaire. C'est même un besoin fondamental. « Notre survie en dépend. »

Des pharmacies  
dans Internet  
ne seraient  
pas sécuritaires

■ WASHINGTON — Des questions troublantes sur la sécurité des Américains qui commandent des médicaments au Canada ont été soulevées par une étude effectuée par des législateurs du Minnesota au sujet des pharmacies canadiennes dans Internet, a déclaré le commissaire de la U.S. Food and Drug Administration (FDA). La FDA presse le Canada d'adopter une réglementation plus sévère. L'étude porte sur huit pharmacies canadiennes dans Internet et décrit des atteintes alléguées à la sécurité. Elle a pour but d'évaluer quelles pharmacies seraient référencées dans un site Internet de l'État qui offrira des prescriptions de médicaments à coût réduit obtenues au Canada. (PC)

La collecte de sang de Bonhomme Carnaval  
à Place Laurier connaît tout un succès!

Sainte-Foy, le 12 février 2003 - Les 30 et 31 janvier dernier, Place Laurier accueillait la collecte de sang de Bonhomme Carnaval.

L'objectif a été largement dépassé puisque 430 personnes ont fait un don de sang au cours des deux journées. La direction de Place Laurier se joint à Héma-Québec et au Carnaval de Québec M. Christie pour remercier très sincèrement tous les donateurs.

Sur la photo, de gauche à droite: monsieur Pierre Léveillé, directeur de Place Laurier, madame Danielle Chamberland, présidente de la 50<sup>e</sup> édition du Carnaval de Québec M. Christie, madame Hélène Lemieux, directrice, marketing de Place Laurier, Bonhomme et monsieur Jean Cliche, bénévole en charge de la collecte de sang.

**50 ans**  
Carnaval de Québec  
M. Christie

**50<sup>e</sup> CARNAVAL DE QUÉBEC**  
30 JAN - 15 FÉV 2004

**Déjeuner des chefs d'entreprise**

Le Déjeuner des chefs d'entreprise a eu lieu le jeudi 12 février dernier, à l'Hôtel Hilton Québec. Le conférencier invité était monsieur Gaétan Morency, vice-président aux affaires publiques et sociales du Cirque du Soleil. Il répondait à l'invitation du Carnaval de Québec M. Christie et de Bell Canada en collaboration avec la Chambre de commerce de Québec en prononçant sa conférence ayant pour thème « Au cœur des affaires du Cirque du Soleil: un créateur, un performeur et un citoyen ».

Sur la photo, de gauche à droite, M. Claude Gauvin, président du Comité organisateur du Déjeuner des chefs d'entreprise, Mme Danielle Chamberland, présidente de la 50<sup>e</sup> édition du Carnaval et M. Pierre Shedler, premier vice-président - marchés affaires et secteur public Québec de Bell Canada. Un chèque au montant de 35 000 \$ a été remis au Carnaval à la suite de la campagne de financement du Déjeuner des chefs d'entreprise.

Hilton Québec SAO XPUB VIACOM ATTACHAGE PLACE QUÉBEC Québec scope 93

## Le Brunch de Bonhomme

Dimanche 15 février 2004 de 9 h à 13 h  
à l'Hôtel Delta Québec.Bonhomme viendra vous saluer  
toutes les heures.

## Brunch familial

Adulte : 18 \$

Enfants (6 à 12 ans) : 9 \$

Animation continue, musique,  
clown, coin jeux et maquillage  
pour enfants

TANGUAY

Info Carnaval  
(418) 621-5555 1-866-4-CARNAVAL

carnaval.qc.ca

LE SOLEIL



# LE MONDE

PRIMAIRES DÉMOCRATES

## Kerry l'emporte au Nevada et à Washington

■ WASHINGTON (AP et AFP) — Le candidat favori à l'investiture démocrate, le sénateur du Massachusetts John Kerry, a remporté hier les caucus organisés dans le Nevada et le district de Columbia (Washington), deux scrutins offrant respectivement 24 et 16 députés.

Kerry, unique candidat à avoir fait campagne dans le Nevada, a facilement distancé son rival, Howard Dean, qui a terminé deuxième. Et dans le district de Columbia, le sénateur du Massachusetts a obtenu plus du double des voix obtenues par le révérend Al Sharpton, arrivé en deuxième place.

Les candidats vont maintenant se concentrer sur la primaire du Wisconsin de mardi, où 72 députés sont en jeu. L'ex-gouverneur du Vermont, Howard Dean, et le sénateur de la Caroline du Nord, John Edwards, y espèrent une victoire pour relancer leur campagne, même si les sondages leur donnent peu de chances.

John Kerry a en outre reçu hier l'appui de l'ex-ambassadeur américain Joseph Wilson, qui avait fait la une de la presse américaine l'automne dernier, après que le nom de sa femme, Valérie Palme, ancien agent de la CIA, eut été dévoilé publiquement à la suite d'une fuite impliquant la Maison-Blanche.

Cette fuite aurait été faite en représailles aux propos de M. Wilson, ancien ambassadeur en Afrique, après qu'il eût affirmé publiquement que l'Irak ne cherchait pas à acquérir de l'uranium enrichi sur ce continent.

Selon le *Washington Times*, Wilson, qui accompagne John Kerry dans sa campagne électorale, l'aiderait à rédi-

ger certains de ses discours et jouerait un rôle important, notamment pour ce qui touche aux interventions du candidat sur la guerre en Irak.

Depuis le début des primaires démocrates, le mois dernier, John Kerry a déjà gagné 12 des 14 scrutins et s'est adjugé 539 députés, contre 182 à Howard Dean et 166 à John Edwards. Un candidat doit obtenir 2161 députés pour décrocher l'investiture démocrate pour l'élection présidentielle du 2 novembre.

LE SPECTRE DES ADM

Le président américain, George W. Bush, a pour sa part réaffirmé hier, lors de son allocution radiodiffusée hebdomadaire, que les États-Unis étaient toujours sous la menace d'une attaque d'armes de destruction massive (ADM) potentiellement «catastrophique».

«La possibilité d'une attaque secrète et soudaine avec des ADM est la plus grande menace qui plane sur le monde aujourd'hui, a-t-il dit. Les terroristes et les États terroristes font une course aux ADM, une course qu'ils doivent perdre. Ils sont pleins de ressources, nous devons avoir davantage de ressources qu'eux. Ils sont déterminés, nous devons l'être davantage.»

**Kerry a reçu l'appui de l'ancien ambassadeur Joseph Wilson, qui l'aiderait à rédiger ses discours**

«L'Amérique est confrontée à des attaques qui pourraient être catastrophiques de missiles équipés d'armes de destruction massive, alors nous sommes en train de développer et de

déployer une défense antimissile pour protéger notre population. Il nous faut les meilleurs services de renseignement pour gagner la guerre sur la terreur et arrêter la prolifération des armes. Alors, nous améliorons et adaptons nos capacités de renseignement face à des nouvelles menaces», a-t-il dit.

Le président américain a lancé mercredi un appel au renforcement de la lutte contre la prolifération des ADM, après les aveux du scientifique pakistanais A.Q. Khan, qui a admis avoir transmis des secrets nucléaires à des pays tiers.

«Khan et ses associés ont vendu de la technologie nucléaire et du savoir-faire à des régimes criminels comme l'Iran et la Corée du Nord», a ajouté M. Bush, saluant le travail des renseignements américain et britannique pour démanteler ce réseau.

EN BREF

### L'«erreur» de l'Afghanistan

■ MOSCOU — La guerre menée par les Soviétiques en Afghanistan pendant 10 ans était «une erreur», a affirmé hier l'ex-président soviétique Mikhaïl Gorbatchev, à la veille du 15<sup>e</sup> anniversaire du retrait des troupes soviétiques. «Le fait d'avoir fait entrer nos troupes en Afghanistan était une erreur politique qui provenait de l'approche idéologique de la politique internationale de l'Union soviétique à cette époque», a-t-il ajouté. Pour l'ancien maître du Kremlin, «toute tentative visant à imposer à un pays aux traditions séculaires un modèle social étranger est vouée à l'échec». L'URSS était intervenue en Afghanistan le 25 décembre 1979 pour soutenir le régime marxiste qui y avait pris le pouvoir l'année précédente. L'invasion avait abouti à un véritable désastre, coûtant la vie à 15 000 soldats soviétiques et provoquant la montée de mouvements islamistes radicaux, tel que le groupe Al-Qaïda d'Oussama ben Laden. L'armée soviétique s'était retirée en 1989, quatre ans après l'arrivée au pouvoir de Gorbatchev. (AFP)

### Séisme au Pakistan

■ ISLAMABAD — Dix-sept personnes ont été tuées et une trentaine blessées par un séisme de magnitude 5,7 sur l'échelle de Richter qui a frappé hier le nord du Pakistan. Dix des victimes se trouvaient dans un minibus qui a été emporté par un glissement de terrain à Batgram, à 120 km au nord d'Islamabad. L'épicentre était situé à 200 km au nord-est de Peshawar, selon l'Institut pakistanais de météorologie. (AFP)

### La Croix-Rouge obtient le feu vert pour rendre visite à Saddam

■ GENÈVE (AFP) — Le Comité international de la Croix-Rouge (CICR) a reçu le feu vert des autorités américaines pour rendre visite en prison à l'ancien dirigeant irakien Saddam Hussein.

«Nous ne savons pas encore quand elle aura lieu, a révélé son président, Jakob Kellenberger, dans un entretien publié hier par le journal *La Tribune de Genève*. Il n'y a aucune raison pour que nous ne puissions pas le faire.»

Des arrangements techniques sont en cours pour permettre à du personnel humanitaire de vérifier les conditions de détention de Saddam Hussein, selon le CICR.

La Croix-Rouge surveille l'application de la Convention de Genève, un dispositif juridique internationalement reconnu qui porte notamment sur les droits des prisonniers de guerre, dont celui de recevoir la visite de membres d'organisations humanitaires.

Les États-Unis ont formellement indiqué, le 9 janvier, que Saddam Hussein, qui a été

capturé en Irak le 13 décembre 2003, était un prisonnier de guerre. Le CICR a demandé plusieurs fois la permission de le voir.

Jakob Kellenberger a insisté sur le fait que le compte-rendu de la visite sera transmis aux Américains, mais ne sera pas rendu public, en accord avec la procédure habituelle.

PAS D'EXCEPTION

Le président du CICR, qui a rencontré le secrétaire d'État américain Colin Powell à Washington le mois dernier, a laissé poindre son irritation face à ceux qui suggèrent que l'ancien dirigeant irakien devrait recevoir une attention supérieure aux autres détenus.

«Pourquoi faire une exception pour lui? C'est un prisonnier de guerre. Nous ne parlons pas publiquement des conditions de détention», a-t-il affirmé.

Quelque 6700 prisonniers sont actuellement détenus par la coalition menée par les États-Unis en Irak.

Il y a un mois, l'armée américaine a ouvert une enquête sur de mauvais traitements présumés perpétrés à l'encontre de prisonniers irakiens dans un centre de détention de la coalition en Irak.

L'année dernière, le CICR a rendu visite à 500 000 prisonniers dans 70 pays, afin de vérifier leurs conditions de détention (état des cellules, nourriture, conditions sanitaires, traitement par les gardiens). Les membres du CICR insistent également pour pouvoir s'entretenir seuls avec les prisonniers.



Un père de famille se fraie un chemin à travers les barricades enflammées, à l'entrée de la ville des Gonaïves, aux mains des rebelles depuis 10 jours.

HAÏTI

## Des renforts pour les rebelles

L'arrivée de paramilitaires de l'ex-dictateur Cédras fait craindre le pire pour Aristide

■ PORT-AU-PRINCE (AFP) — De retour d'exil en République dominicaine, un ancien chef d'une milice haïtienne et un ex-commissaire de police ont annoncé hier, depuis la ville des Gonaïves, qu'ils avaient rallié avec leurs hommes l'insurrection armée contre le président haïtien Jean Bertrand Aristide, et qu'ils avaient l'intention de marcher sur Port-au-Prince.

Louis-Jodel Chamblain, l'un des deux chefs des anciens paramilitaires du Front pour l'avancement et le progrès haïtiens (FRAPH), sous la dictature militaire du général Raoul Cédras (1991-1994), et l'ancien commissaire de police Guy Philippe, limogé à la fin de l'an 2000 pour tentative de coup d'État, ont annoncé cette alliance après avoir été reçus au quartier général de Butteur Métayer, le président du Front de résistance révolutionnaire de l'Artibonite.

La présence des anciens paramilitaires de l'ex-dictateur Cédras constitue un renfort conséquent aux rebelles de l'Artibonite et fait désormais peser un danger réel de renversement par la force du président haïtien.

Chamblain et Philippe, devenus des ennemis jurés du président Aristide — le premier est accusé d'exactions sanglantes et le second de tentative de coup d'État —, ont confirmé leur objectif dans des déclarations à une radio privée haïtienne, où ils affirmèrent être venus avec des camions et des hommes en armes.

L'ancien commissaire Guy Philippe a annoncé avoir rejoint les Gonaïves avec deux camions d'armes et d'hommes et affirmé que les forces rebelles «vont reprendre Saint-Marc et entrer sur Port-au-Prince après».

«S'il faut faire sauter le palais (le palais national, siège de la présidence) on le fera sauter et on en reconstruira un autre», a pour sa part affirmé Louis-Jodel Chamblain.

Le climat de violence en Haïti, qui a déjà fait une cinquantaine de morts depuis plus d'une semaine, s'est accentué ces derniers jours, notamment dans la partie nord du pays, où les rebelles sont les plus actifs.

«Personne ne pourra arrêter 500 hommes bien armés», a commenté hier Jonas Petit, porte-parole du parti Lavalas, au pouvoir. Mais déjà, des partisans de son parti ont monté des barrages à Saint-Marc, à 40 kilomètres au sud de Gonaïves, sur la route de Port-au-Prince.

Les forces de la police haïtienne, seule force armée régulière dans le pays, se montent à moins de 5000 hommes. «Ces forces sont insuffisantes» pour faire face aux violences qui se sont développées dans le pays depuis une semaine, ajoute M. Petit.

Ces forces n'ont d'ailleurs pas été en mesure de reprendre les Gonaïves, tombée aux mains du Front de résistance de l'Artibonite, il y a 10 jours.

LA CÉCITÉ DE POWELL

Une marche des insurgés vers la capitale irait cependant à l'encontre des souhaits de la communauté internationale, qui s'oppose à un départ forcé du président Aristide, comme l'a rappelé vendredi le secrétaire d'État américain, Colin Powell, qui s'est opposé à tout «départ illégal» du président.

Hier, les opposants politiques haïtiens et un de ses principaux responsables, Evans Paul, ont accusé la diplomatie étrangère de cécité devant les exactions des partisans du pouvoir. M. Paul a accusé le responsable américain de «ne pas voir» les victimes du parti Lavalas au pouvoir. «Il faut trouver une solution pacifique à la crise sans (le président) Aristide, et c'est sur ce point que nous divergeons avec les États-Unis.»

L'opposition prépare d'ailleurs une nouvelle manifestation pacifique, aujourd'hui à Port-au-Prince, pour demander la démission du chef de l'État.

Par ailleurs, l'épouse du président Aristide a quitté hier Port-au-Prince pour Miami, afin d'assister aux obsèques de la belle-mère de sa sœur. Elle doit regagner Haïti demain.

En raison du climat de violence en Haïti, un paquebot de croisière de la compagnie américano-norvégienne Royal Caribbean Cruise Line a annulé son escale prévue demain à l'ouest du Cap-Haïtien.



Des arrangements sont en cours pour permettre à du personnel humanitaire de vérifier les conditions de détention de Saddam Hussein, arrêté en décembre.



Jane Fonda et Sally Field

### Jane manifeste

■ CIUDAD JUAREZ — Les actrices américaines Jane Fonda et Sally Field ont défilé hier en tête d'une manifestation à Ciudad Juarez, au Mexique, pour exiger l'élimination des meurtres de 375 jeunes femmes de cette ville frontalière avec les États-Unis. «Je suis ici car plus de 300 jeunes femmes ne sont plus», a déclaré Sally Field, également militante de l'association américaine V-Day. «Je suis riche, je suis célèbre, je suis blanche, j'ai une fille, j'ai une petite-fille, et je sais que si elles étaient assassinées ou si elles disparaissaient, les autorités travailleraient très dur pour découvrir ceux qui les auraient tuées ou que enlevées», a déclaré de son côté Jane Fonda. Les actrices ont choisi Ciudad Juarez pour organiser la manifestation à l'appel du collectif V-Day qui, depuis 1998, dénonce tous les ans, le 14 février, les violences faites aux femmes. Selon un rapport d'Amnesty International de 2003, 375 femmes au moins ont été assassinées, dont 137 violées et mutilées, à Ciudad Juarez et dans sa région depuis 1993. (AFP)

# John Kerry et « Hanoi Jane »

**L**a photo a commencé à circuler dans Internet au début de la semaine dernière. Elle montre, au premier plan, l'actrice Jane Fonda dans sa première beauté, assise par terre parmi une foule de jeunes protestataires, le nez retroussé vers un orateur invisible. À l'arrière-plan, on distingue un visage devenu familier, celui d'un jeune vétéran du Vietnam, John Kerry.

Le cliché date de 1970. Il remonte à une époque que plusieurs Américains en âge de voter n'ont pas connue. Et pourtant, il refait surface en ce début de campagne présidentielle aux États-Unis, où la guerre du Vietnam prend plus de place que celle en Irak.

Le président Bush est accusé par les démocrates de ne pas avoir complété son service militaire au sein de la garde nationale, où il était à peu près certain de ne pas aller au front pendant la guerre du Vietnam. Le sénateur Kerry, favori des démocrates, s'entoure d'anciens combattants, exploitant son statut de « héros » militaire — il a été blessé et abondamment décoré — pour marquer des points contre son adversaire.

Mais cette fixation sur le Vietnam comporte des risques pour Kerry. Car si le lieutenant de la marine a combattu avec courage, voire avec férocité, il a vite retourné sa veste à son retour aux États-Unis, devenant un des acteurs clés du mouvement anti-guerre. Et il a croisé Jane Fonda, bête noire de plusieurs anciens combattants

et de tous les conservateurs américains.

Sur le plan politique, Fonda est devenue radioactive en 1972, année où elle a visité Hanoi, capitale de la « République démocratique du Vietnam ». Au cours de son séjour, elle a protesté contre l'intervention américaine sur les ondes communistes de Radio Hanoi, condamnant les « crimes commis par Richard Nixon » et vantant la résistance du « peuple vietnamien », et plus particulièrement celle des filles, « qui sont si gentilles et poétiques, dont les voix sont si belles, mais qui, sous les bombes des avions américains, deviennent de si bonnes guerrières ». C'est là que l'actrice a hérité de son surnom, « Hanoi Jane », et de son statut de traîtresse aux yeux d'un bon nombre de ses compatriotes.

Et la droite américaine ressort aujourd'hui cette vieille photo pour suggérer que Kerry se trouvait dans le camp de Jane Fonda à son retour du Vietnam. « Pendant que John McCain (sénateur républicain de l'Arizona) était prisonnier de guerre à Hanoi, John Kerry frayaient avec Jane Fonda », a déclaré le roi des ondes conservatrices, Rush Limbaugh, à ses millions d'auditeurs la semaine dernière.

Par l'entremise d'un porte-parole, le candidat démocrate a rappelé qu'il n'avait pas approuvé la décision de l'actrice de se rendre à Hanoi.



Richard Hétu

Collaboration spéciale

Dans une entrevue sur la chaîne CNN, Fonda a elle-même accusé les républicains de propager un « énorme mensonge » en associant son militantisme radical avec celui du futur sénateur du Massachusetts.

Mais les républicains ne font que commencer à noircir le portrait de John Kerry. Jusqu'à la semaine dernière, le candidat démocrate pouvait se considérer chanceux. Il s'était imposé rapidement dans la course à l'investiture de son parti, évitant les controverses qui avaient marqué l'ascension d'un Bill Clinton en 1992.

Avant même la primaire du New Hampshire, le gouverneur de l'Arkansas avait déjà été accusé d'avoir trompé sa femme avec une chanteuse de cabaret et d'avoir tiré des ficelles pour éviter de servir au Vietnam.

Clinton en avait bavé, mais les accusations et les distorsions l'avaient immunisé contre les attaques qui allaient suivre. Cet hiver, Kerry n'aura pas subi le même test. Du jour au lendemain, les démocrates auront abandonné Howard Dean pour miser sur lui, un peu comme s'il était un titre *hot* à la Bourse. Mais si Kerry n'était qu'une bulle, comme Dean l'a été?

Le candidat aura l'occasion de fournir une réponse à cette question au cours des prochaines semaines. Le camp républicain déploiera son artillerie lourde afin de peindre Kerry comme un

« libéral du Massachusetts », un Yankee de gauche qui ne partage pas les valeurs de l'Amérique moyenne, celle du Midwest, du Sud, de l'Ouest.

La photo avec Jane Fonda n'est qu'un élément de cette campagne. La semaine dernière, les médias conservateurs ont fait leurs choux gras d'un autre document remontant à l'époque du Vietnam. Dans une entrevue publiée le 18 février 1970, Kerry a suggéré de placer l'armée américaine sous le commandement de l'ONU et d'éliminer la CIA en partie ou en totalité.

« Je suis un internationaliste », confiait Kerry au *Harvard Crimson*, le journal étudiant de l'université de Cambridge, peu de temps après son retour de la guerre. « J'aimerais que nos soldats soient dispersés à travers le monde seulement à la demande des Nations unies. »

Quant à la CIA, il faudrait « presque » l'éliminer, soutenait le jeune vétéran du Vietnam en ajoutant : « La CIA mène sa propre guerre au Laos et personne ne semble s'en préoccuper. »

L'entrevue ne date pas d'hier, mais elle constitue une autre pièce au dossier républicain contre le sénateur Kerry, qui a voté pour réduire les budgets de l'armée et de la CIA dans les années 80 et 90.

D'autres histoires surgiront du passé, comme ces rumeurs d'une liaison avec un stagiaire, rumeurs que Kerry a dû démentir la semaine dernière. Pour l'heure, le candidat démocrate a moins à craindre de cette jeune femme que de « Hanoi Jane ».

## MOSCOU

# Le toit du parc aquatique s'effondre sur les baigneurs



Au moins 13 personnes sont mortes et près d'une centaine ont été blessées dans le drame qui serait peut-être dû à des défauts de construction du toit en métal, en béton et en verre, l'ayant rendu sensible au différentiel de température entre l'extérieur et l'intérieur.

MOSCOU (AFP) — La coupole de verre et de béton d'un immense parc aquatique s'est effondrée hier à Moscou, faisant au moins 13 morts et 95 blessés, alors que les services de secours continuaient de chercher des victimes dans les décombres.

Les sauveteurs ont été contraints, par une température inférieure à -15°C, d'utiliser de puissants « canons à chaleur » pour travailler dans ce qui était, hier encore, une zone aquatique à climat « tropical », et qui ressemble

maintenant à un amoncellement de structures métalliques, de verre et de faux palmiers, baignant dans l'eau.

Quelque 1300 personnes se trouvaient dans le bâtiment du Transvaal Park au moment du drame, dont 426 personnes dans la zone aquatique. « Il y a d'abord eu un genre de bruit, puis un grand fracas. Puis le silence. Tous ont ensuite commencé à fuir. Toute la portion de toit qui recouvrait la zone aquatique est tombée », a déclaré un employé, qui a souligné qu'il n'avait en-

tendu « aucune déflagration », démentant des informations faisant état d'une explosion. La capitale russe est encore sous le choc après l'attentat qui a fait 41 morts dans le métro le 6 février.

Le maire de Moscou, Iouri Loujkova, a exclu l'hypothèse selon laquelle le toit aurait cédé sous le poids de la neige. Les autorités ont évoqué des défauts de construction du toit en métal, en béton et en verre, l'ayant rendu sensible au différentiel de température entre l'extérieur et l'intérieur.

## LE SOLEIL Répertoire de Sites Internet

<p><b>IMMOBILIER-AGENT</b> <a href="http://www.rogerdore.com">www.rogerdore.com</a> Tél. : 653-0488 Agent immobilier affilié à Royal LePage Inter-Québec, Roger Doré vous offre les fiches techniques et la valeur marchande des propriétés qui vous intéressent. C'est rapide et gratuit!</p>	<p><b>IMMOBILIER-SERVICES</b> <a href="http://www.infomaison.ca">www.infomaison.ca</a> Des conseils pour acheter ou vendre votre propriété. Une foule de renseignements pour vous.</p>
<p><b>IMMOBILIER-CONDO</b> <a href="http://www.condosquebec.ca">www.condosquebec.ca</a> Condos divide-indivise. Conseils pour acheter ou vendre.</p>	<p><b>TRANSPORT</b> <a href="http://www.boniprix.fr.fm">www.boniprix.fr.fm</a> Déménagement Boni-Prix 299, rue Joly, Québec (Québec) G1L 1N7 418-623-5212 • fax: 418-623-8946</p>
<p><b>IMMOBILIER-MAISON NEUVE</b> <a href="http://www.maisonsneuves.ca">www.maisonsneuves.ca</a> Nouveaux modèles de maisons, conseils, terrain à vendre. Prix.</p>	<p>À votre service depuis plus de 50 ans. Déménagement et entreposage. Résidentiel, commercial, industriel, local et USA. Longue distance, outre-mer. Emballage, assurance. Estimation gratuite.</p>

SI VOUS DÉSIREZ ANNONCER DANS CETTE RUBRIQUE, communiquez avec le télémarketing au 686-3377 ou sans frais, au 1-800-318-3378 Fax: 686-3370 • triskell@lesoleil.com

### SALON DE généalogie ET D'HISTOIRE DE FAMILLES DE QUÉBEC 2004

Place Laurier  
2700, boul. Laurier  
Mail central et 2<sup>e</sup> étage  
19 au 22 février 2004

Avec la participation de :  
• 54 associations de familles  
• 14 organismes reliés à la généalogie

Desjardins  
Laurier, Desjardins  
de Sainte-Foy  
Accessibilité - contactez pour plus

## Voyages Paradis

Carlson Wagonlit Travel

### Spéciaux croisières Norwegian Sun

#### ALASKA 2004

INCLUANT  
Vol de Montréal, croisière de 7 jours, repas à bord, transferts, taxes et frais portuaires

ITINÉRAIRE  
Passage intérieur Ketchikan  
Croisières "Style libre" sur le Norwegian Sun  
Gastronomie française en tenue de ville ou sushis en tenue décontractée...  
À vous le choix!

Avec plus de 9 restaurants internationaux qui s'offrent à vous, vous ne mangerez jamais deux fois au même endroit!

VACANCES air transat

Groupes avec accompagnateur francophone!  
Départs les 23 mai, 20 juin, 11 juillet et 15 août 2004.

Départs tous les dimanches du 16 mai au 19 septembre 2004.  
Cabine intérieure (Cat. K) à partir de **1663\$** départ du 19 septembre

### BEAUTÉS D'ITALIE

23 sept. au 8 octobre  
DÉPART GARANTI  
**3554\$**  
Acc. Rolande Provencher. Départ de Québec en sus

### EUROPE 2004

DÉPARTS GARANTIS À partir de

TOUR DE FRANCE 16 jrs, 21 mai 9 juillet, 20 août, 17 sept.	2849\$
ESPAGNE et PORTUGAL 16 jrs, 15 mars, 19 mai, 5 et 30 sept.	2749\$
BEAUTÉS D'ITALIE 16 jrs, 25 mars, 27 mai, 9 et 23 sept.	4099\$
LA SCANDINAVIE 14 jrs, 6 juillet	2599\$
CROISIÈRE FLUVIALE EN RUSSIE 11, 12 ou 13 jours, 13 départs garantis	3999\$
ANGLETERRE, ÉCOSSE, IRLANDE 15 jrs, 8 sept.	3199\$
TOUR D'EUROPE 15 jrs, 23 mai, 5 sept.	3199\$
FRANCE, ITALIE, SUISSE 14 jrs, 15 juillet, 23 sept.	3199\$

### FRANCE

Paris, Ile-de-France, Normandie, Champagne, Alsace, Lorraine  
14 au 29 mai **3549\$**  
Retour aux sources des Barrette et amis. DÉPART GARANTI

### L'OUEST CANADIEN

Vancouver, Victoria, Kelowna, Banff, Jasper, Edmonton, Calgary  
DÉPART GARANTI : 3 au 13 juillet  
Avion, autocar, hôtels, visites, guide, taxes. Départ de Québec en sus. Places limitées.

2549\$ Réservez avant le 3 avril

Prix par pers. occ. double sauf indication contraire. Taxes incluses. Places limitées, prix en vigueur au moment de la publication. Sujet à disponibilité au moment de la réservation.

[www.voyagesparadis.com](http://www.voyagesparadis.com)

CHARLESBOURG 627-0911 1 877 327-0911  
SAINTÉ-FOY 659-6650 1 888 609-6650

## PRAGUE

MUSIQUE, CULTURE, SPECTACLES

VEZ FÊTER L'ARRIVÉE DU PRINTEMPS À PRAGUE

25 MARS au 1<sup>er</sup> AVRIL **1329\$** + Taxes 75\$ et visa  
8 jours / 6 nuits INCLUANT :  
- Vol direct de Montréal à Prague; DÉPART GARANTI PLACES LIMITÉES  
- Accueil par votre guide et transferts;  
- Quatre (4) demi-journées de visite avec guide en français;  
- Hôtel 4\*\*\*\* au centre-ville de Prague, taxes incluses;  
- Déjeuner buffet tous les matins;  
- Taxes d'aéroports, Visa en supplément

AUTRES DÉPARTS GARANTIS

25 mars au 1<sup>er</sup> avril; 5 et 24 avril; 15 mai (Festival International de musique de Prague); 17 juin; 29 juillet; 11 et 30 septembre; 30 octobre. Prix à partir de \$1404 taxes incluses, visa en supplément.

## RUSSIE

MOSCOU ET SAINT-PÉTERSBOURG

10 jours, 8 nuits à partir de **3349\$** (VISA en sus)  
29 avril au 8 mai Acc. Robert Poirier (4 places) DÉPART GARANTI  
24 juin au 3 juillet Acc. Charlene Paradis  
16 au 25 septembre Possibilité de prolongation à Prague

### LES VILLES IMPÉRIALES DE L'EUROPE DE L'EST

Circuit autocar-hôtels centre-ville. 17 jours: **3850\$**  
Départs, 8 juill. et 2 sept.

### L'EUROPE DE L'EST

BRATISLAVA-VIENNE-BUDAPEST-PRAGUE DÉPARTS GARANTIS Hôtels 4 **** centre-ville. 15 jours. Départs: 8 et 20 mai et 18 sept. Toutes visites incluses. à partir de <b>3671\$</b> (VISA en sus)	PRAGUE ET BUDAPEST DÉPARTS GARANTIS Hôtels 4 **** centre-ville. 12 jours. Départs: 25 mars et 30 sept. à partir de <b>1994\$</b> (VISA en sus)	PRAGUE ET VIENNE DÉPARTS GARANTIS Hôtels 4 **** centre-ville. 12 jours. Départs: 25 mars et 30 sept. à partir de <b>2044\$</b> (VISA en sus)
---	---	---

### GRÈCE CLASSIQUE et MYKONOS

Athènes, croisière: Mykonos, Kusadasi, Patmos, Rhodes, Crete, Santorini.  
Circuit: canal de Corinthe, Delphes, Les Météores  
Départ garanti  
6 au 21 septembre Avion, transports, croisière, hôtels, 24 repas, taxes. Surclassement gratuit en cabine extérieure. Réservez avant le 14 février. Départ de Québec en sus. Places limitées.  
**3319\$**

## NEW YORK à Pâques

Départs	Dates	Hôtels	Double	Triple	Quad.	Simple	Enfant
3 1/2 j	9-12 avril	Quality Inn	359\$	319\$	289\$	499\$	-10%
3 1/2 j	9-12 avril	Edison	439\$	399\$	369\$	689\$	-10%
3 1/2 j	9-12 avril	Marriott	489\$	379\$	319\$	819\$	129\$
4 j	9-12 avril	Edison	579\$	479\$	439\$	919\$	-10%
4 j	9-12 avril	Marriott	659\$	499\$	409\$	1169\$	145\$
4 1/2 j	8-12 avril	Edison	589\$	489\$	439\$	919\$	-10%
4 1/2 j	8-12 avril	Marriott	689\$	519\$	439\$	1189\$	165\$

HÔTEL EDISON 3\*\*\* (46<sup>e</sup> Rue et Broadway)  
QUALITY INN New Jersey  
Forfait comprend :  
- Transport autocar de luxe : hôtel  
- Tour de ville de 4 heures  
- Tour d'orientation à pied du quartier Midtown

PROMOTION  
2% RABAIS PAIEMENT COMPTANT  
PASSE 7 ATTRACTIONS 75\$ CAD  
Musée Histoire naturelle, Musée USS Intrepid, Musée Guggenheim, Croisière en soirée (2 heures), Empire State Building, Musée d'art moderne.

### BOSTON À PÂQUES

du 10 au 12 avril DÉPART GARANTI  
Autocar de luxe, hôtel très près du centre-ville, 6 visites incluses, guide.  
**267\$** (prix par pers.)

## SANTÉ

COMMENT PERDRE 30 KILOS

# Jouir à plein de la lumière de l'hiver...

Une expérience inoubliable: une journée de ski en tête à tête avec l'olympienne Nancy Greene, une imbattable bonne vivante qui s'y connaît en cuisine santé et en bons vins...



La série mensuelle « Comment perdre 30 kilos » a débuté le 14 septembre et s'échelonne sur une année. Chroniqueuse gastronomique au cahier Plaisirs et Journaliste spécialisée en alimentation, Anne Desjardins y décrit son cheminement vers un poids santé. Elle entreprend le sixième mois de son programme de remise en forme plus motivée que jamais avec le support de l'équipe de la Chaire de recherche sur l'obésité D.B. Brown de l'Université Laval.

ANNE DESJARDINS  
Collaboration spéciale

■ J'ai vérifié par trois fois sur le pèse-personne pour être bien sûre: avec six livres en moins (2,7 kg), je franchis dans la joie le cap des 41 livres perdues (18,6 kg). Une étonnante moyenne au bâton pour une fille qui revient de deux semaines de ski bien arrosées dans les Rocheuses. Que voulez-vous, mes amis sont des cuisiniers ou des vignerons, quand ils ne sont pas l'un et l'autre. Et tous sont nés avec une paire de skis aux pieds. Alors, mes doléances sur le poids santé, vous pensez bien... « Demain, on n'a qu'à ajouter deux pistes à losanges (pour experts) à ta journée et tu verras que c'est très efficace pour brûler les calories excédentaires. En attendant, profite donc de ce pinot noir 94 qu'on a débouché en ton honneur! »

Faut croire qu'ils avaient raison... Morale de l'histoire: quand on est en vacances et qu'on suit un programme d'amaigrissement, la pratique intensive d'un sport comme le ski alpin ou le ski de fond permet de se gâter un peu plus. La dépense calorique importante compense pour un apport énergétique plus élevé que d'habitude.

Dans mon cas, par exemple, le ski alpin à intensité vigoureuse permet de brûler autour de 830 calories à l'heure... En tenant compte des séances de télé-siège, cinq heures de ski se traduiront donc par environ 2000 calories en moins. Quel « bénéfice marginal » intéressant, n'est-ce pas? Sachant cela, on peut ensuite choisir de gérer ce « bonus calorique » soit en privilégiant le maintien (et manger de tout sans se priver), soit en opérant des choix plus sélectifs qui permettront quand même de jouir de son séjour tout en poursuivant sa perte de poids.

C'est l'option que j'ai retenue: j'ai bu du vin sans trop me priver, mais j'ai mis de côté les desserts (je n'ai pas la dent sucrée) et les fromages tout en me satisfaisant de portions réduites des plats plus riches qu'on m'offrirait. Dans de telles conditions, il est très facile de respecter son programme, sans pour autant se sentir privé ou différent des autres...

### LE SKI, UNE VICTOIRE...

Mais ce mois-ci, ma plus grande victoire n'a rien à voir avec le pèse-personne ou le contrôle des grammes de gras. Ma plus grande victoire, c'est d'avoir pu reprendre le ski pour de bon. Après quatre ans d'interruption à cause de cette saleté de maladie auto-immune qui est un legs malheureux du cancer. Comme un restant dont je n'arriverai jamais à me débarrasser et qui me rappelle que la santé demeure pour moi un bien fragile privilège...

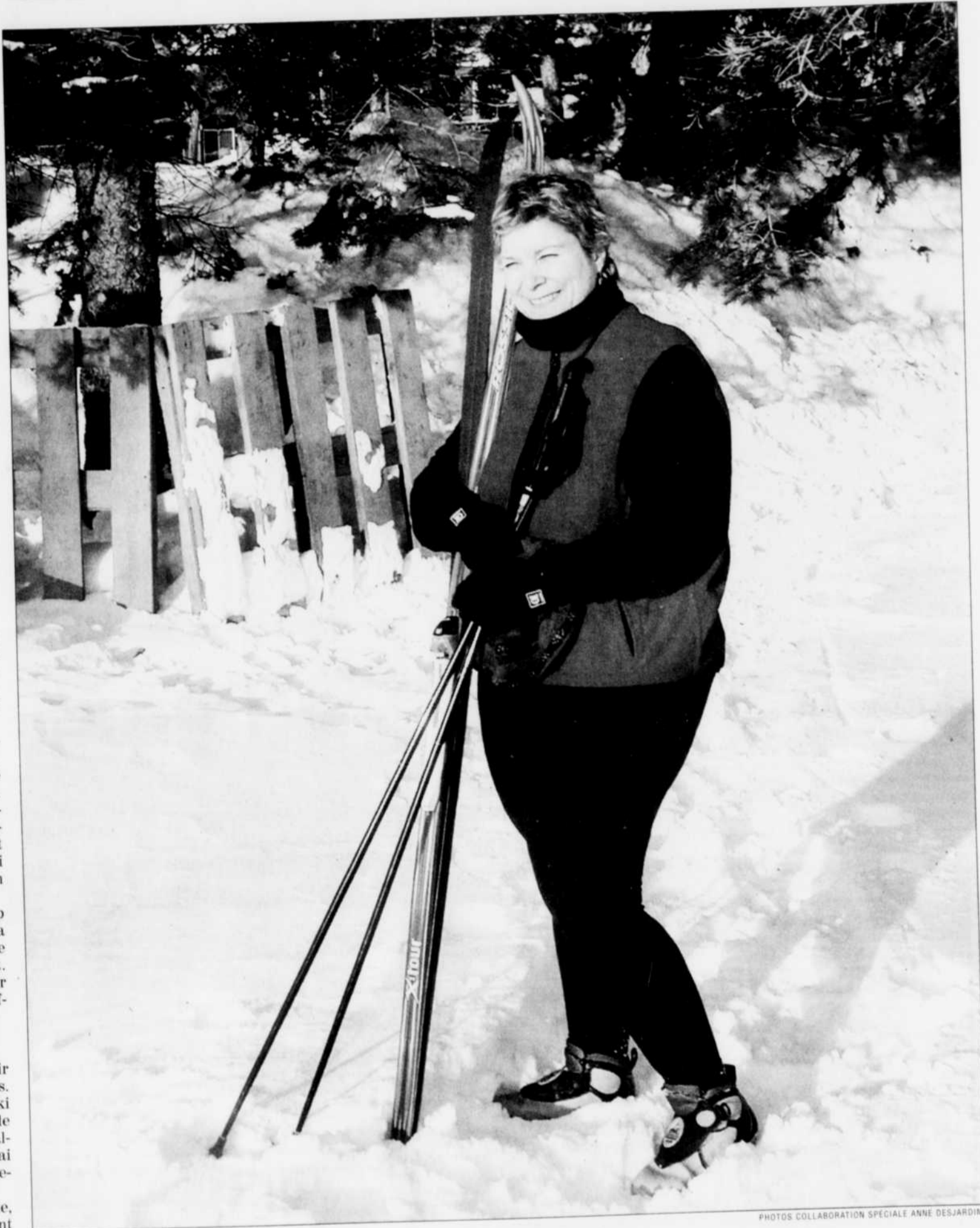
C'est une maladie rare qui m'a souvent empoisonné la vie, abîmant mon ouïe, affaiblissant mes muscles, attaquant mes articulations et mes tendons et me privant de ces sports favoris que sont le ski, le cyclotourisme ou la natation. « Une seule chute à ski, fille, et tu restes paralysée pour de bon », affirmait mon physiatre de l'Institut de réadaptation en pratiquant une douloureuse infiltration de cortisone dans mon épaule gauche. Je me suis donc tenue

**« J'ai bu du vin sans trop me priver, mais j'ai mis de côté les desserts et les fromages tout en me satisfaisant de portions réduites des plats plus riches qu'on m'offrirait »**

sagement à carreau pendant 48 interminables mois, jusqu'à ce que je décide qu'il y avait, de toute évidence, des limites au savoir des médecins. Cette longue inactivité forcée n'avait pas apporté le moindre soulagement. Elle m'avait plutôt fait gagner du poids et conduite au bord de la dépression.

### NUTRITION ET SPORT CONTRE LA MALADIE

J'ai donc fait le pari qu'un sérieux programme d'amaigrissement et d'activité physique serait ma planche de salut. Le reste de l'histoire, vous connaissez. Aujourd'hui, j'entreprends le sixième mois de ce programme avec l'aide des experts de l'Université Laval. Les résultats sont encourageants.



PHOTOS COLLABORATION SPÉCIALE ANNE DESJARDINS

Une partie de la douleur chronique est enfin sous contrôle. Ma masse musculaire se reconstruit lentement mais sûrement. J'ai plus d'énergie, mon endurance s'est décuplée et mon moral s'améliore chaque jour, malgré les moments de questionnement et une certaine perplexité devant cette nouvelle personne qui émerge en moi et que je ne reconnais pas toujours...

Le test ultime, c'était de me remettre au ski alpin, mon sport de prédilection depuis l'enfance. C'était un rêve que j'en étais venue à considérer inaccessible parce que trop exigeant physiquement. Mais grâce au support de ma kinésiologue Linda Drolet, j'ai pu m'engager dans des exercices de pré-ski adaptés à mes capacités.

Restait à voir si mon corps allait tenir le coup dans le feu de l'action... On a beau s'entraîner, se préparer, visualiser et en rêver la nuit, tant qu'on n'a pas essayé, on n'est sûr de rien... Ce voyage dans les Rocheuses me permettrait de vérifier ma théorie: ou bien j'avais effectivement retrouvé une partie de mon endurance grâce à ces cinq mois de travail intensif ou bien la maladie me punirait de vouloir lui tenir tête en exigeant autant de mon corps et m'enverrait une fois de plus au tapis pour me rappeler qui était le maître...

Alors, vous dire le trac qui m'habitait quand je me suis élancée pour la première fois du haut d'une de ces montagnes qui en font trois comme Sainte-Anne... Le ciel était d'un bleu profond parce que nous avions dépassé la ligne des nuages. Mes amis me suivaient, presque aussi émus que moi. Je n'oublierai jamais ce moment. Vu sa solennité,

Stephen avait tenu à donner le coup d'envoi. À son « *three, two, one, go!* » retentissant, j'ai pris mon envol sur une belle bleue damée qui ressemblait comme une sœur à mes pistes favorites de Petite-Rivière-Saint-François.

Ça fait trois semaines et je ne suis toujours pas retombée sur terre... Je suis redevenue une skieuse... Et mes amis, pour célébrer cette victoire à l'arraché, m'ont organisé une journée de ski en tête à tête avec mon idole de jeunesse, l'olympienne Nancy Greene. Une imbattable bonne vivante qui s'y connaît en cuisine santé et en bons vins... Depuis cette autre inoubliable rencontre au sommet, je vous jure que mes nouveaux skis paraboliques n'ont plus de secrets pour moi...

La démarche dont vous êtes témoins depuis septembre m'aura donc permis de repousser la maladie dans ses derniers retranchements, même si c'est pour un temps seulement... Alors, tous les matins, au réveil, je poursuis les exercices de visualisation entrepris il y a cinq mois. Mais, cette fois, la fille mince que je vois sur mon écran intérieur est chaussée de ses skis et porte sa tuque rouge tout en se tenant en riant dans l'intense lumière de l'hiver...

### PHRASE DU MOIS

**« Profite de chacune de ces précieuses journées d'hiver pour sortir faire le plein de lumière et bouger. »**

La pratique du ski de fond permet de brûler environ 900 calories à l'heure.

« Le test ultime, c'était de me remettre au ski alpin »



Mardi 19 h

## De l'huile sur la salade.

Cultivé et bien élevé

UNE PRÉSENTATION DE LA COOPÉRATIVE FÉDÉRÉE DE QUÉBEC

À Saint-Augustin, on embouteille et commercialise l'huile d'olive de toutes les origines. Et à Saint-Rémi: Saladexpress.

COOPÉRATIVE FÉDÉRÉE  
DE QUÉBEC

Québec

Canada



Télé-Québec  
telequebec.tv

Ça change de la télé

# COMMENT PERDRE 30 KILOS

## LE PLAN D'ACTION DU SIXIÈME MOIS

### Côté nutrition

Mes repas préférés pour mieux apprécier les sports d'hiver



L'exercice à l'intérieur, c'est bien, mais dehors, c'est encore mieux, car on évite ainsi la déprime hivernale de la fin février, qui est le plus souvent liée à une carence en lumière.

Quand je vais faire du ski alpin ou du ski de fond, je prépare toujours des repas et des collations faciles à emporter et nutritifs qui m'éviteront coups de barre et fringales. Voici quelques suggestions qui comportent toujours des féculents à grains entiers et riches en fibres, des fruits ou des légumes, des protéines et du gras de bonne qualité (lisez les étiquettes et évitez les termes suivants : « huile végétale hydrogénée », « shortening d'huile végétale », « huile de palme modifiée ». Presque tous les produits du commerce contiennent ces gras nocifs, sauf un nombre croissant de produits biologiques...

Sous la supervision de Mélanie Jacquain, nutritionniste, Clinique Équilibre-Santé de l'Université Laval : (418) 656-2131, poste 3851.

#### POUR LE DÉJEUNER

- deux portions de gruau cuit dans du lait écrémé, amandes natures hachées (15), canneberges et abricots séchés;
- deux tranches de pain complet, 30 ml de beurre d'arachide, verre de lait de soya nature, une banane;
- bagel multigrains, 30 ml de fromage à la crème léger, confiture sans sucre, une orange, un bol de café au lait écrémé;
- deux œufs mollets sur un muffin anglais multigrains grillé et légèrement beurré, un demi-pamplemousse rose;
- granola maison à l'érable avec noisettes et graines de tournesol, yogourt nature, pomme verte hachée, raisins secs.

#### COLLATION

- À cause des déjeuners copieux que je prends, les collations ne me sont nécessaires qu'en fin d'après-midi.
- une petite poignée de fruits et noix séchés;
  - deux clémentines, pouding au riz (de marque Cozy Shack) en portions individuelles;
  - quatre craquelins de blé entier (sans gras hydrogénés), 1 oz de fromage gruyère allégé, deux morceaux de mangues séchées;
  - quatre dattes, deux biscuits Graham, un verre de lait écrémé.

#### REPAS LÉGER DU MIDI

- sandwich aux œufs sur pain allemand, jus de tomates, bâtonnets de carottes, une orange;
- salade de pâtes de blé entier au thon blanc dans l'eau (vinaigrette au yogourt, moutarde et mayonnaise légère, poivrons rouges, oignons, céleri en dés), jus de pomme, petit pouding au chocolat;
- bagel truite fumée, fromage à la crème léger, oignons rouges, câpres avec salade d'épinards, canneberges séchées et poire, vinaigrette légère;
- hummus du commerce, crudités, pain pita de blé entier en languette, jus de légumes, pomme.



## Côté exercice

Je profite du temps plus élément

Pour la portion aérobie de notre programme, on profite d'une température enfin plus élémentaire pour pratiquer le plus possible d'activités extérieures : ski de fond, ski alpin, raquette, marche, patin, glissade, etc.

Retrouver le plaisir de jouer dans la neige permettra d'éviter la déprime hivernale de la fin février, qui est le plus souvent liée à une carence en lumière.

Le programme de musculation à domicile ou en gymnase se poursuit quant à lui à raison de trois à quatre séances par semaine.

Sous la supervision de Linda Drolet, kinésologue, Université Laval (656-2473).

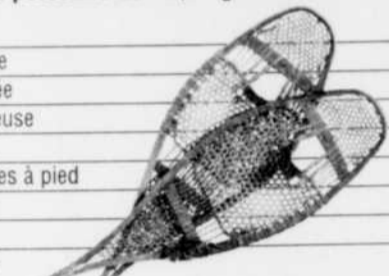


Le programme de musculation à domicile ou en gymnase se poursuit.

#### DÉPENSE CALORIQUE APPROXIMATIVE POUR UNE HEURE D'ACTIVITÉ HIVERNALE

Pour une personne de 79,5 kg ou 175 lb

Ski alpin à intensité modérée	504 calories
Ski alpin à intensité vigoureuse	680 calories
Ski de fond à intensité modérée	672 calories
Ski de fond à intensité vigoureuse	820 calories
Patinage sur glace	588 calories
Toboggan, en montant les côtes à pied	588 calories
Raquette à intensité modérée	672 calories
Pelleter la neige à la main	504 calories
Opérer une souffleuse à neige	378 calories



Source: Linda Drolet

INFOGRAPHIE LE SOLEIL



L'humain sédentaire des sociétés industrialisées absorbe moins de calories et surtout, en dépense beaucoup moins que nos ancêtres du paléolithique.

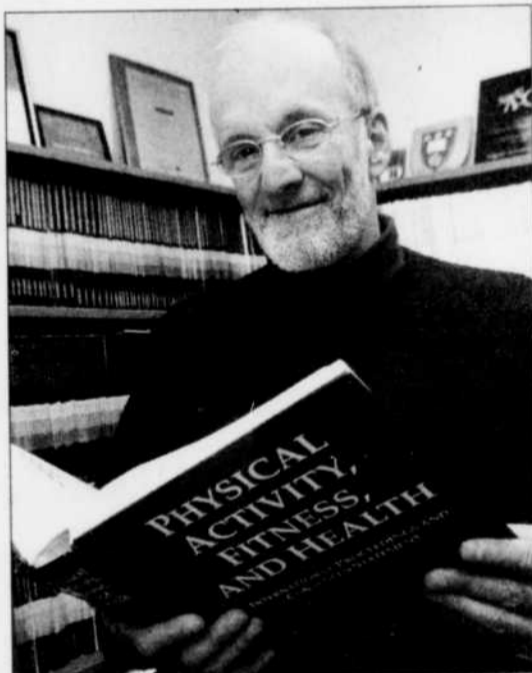
#### DU CÔTÉ DE LA RECHERCHE

## De la relation entre l'activité physique et la perte de poids

Quelle dose d'activité physique doit-on privilégier lorsque l'on est dans un processus de perte de poids ou que l'on veut maintenir le poids perdu? Les plus récentes recommandations de l'Association internationale de recherche sur l'obésité apportent un éclairage nouveau. (L'équipe de la chaire de recherche sur l'obésité D.B. de l'Université Laval participe à ces travaux.)

Nos ancêtres du paléolithique consommaient en moyenne 3000 calories quotidiennement et leur dépense liée à l'activité physique était de 1000 calories, soit un ratio de trois pour un. L'humain sédentaire des sociétés industrialisées absorbe aujourd'hui 2100 calories quotidiennement, et n'en dépense que 300, pour un ratio de sept pour un. Après avoir compilé des dizaines d'études, les chercheurs en sont venus à la conclusion qu'il est important de ramener ce ratio à un équilibre de trois pour un afin d'enrayer l'épidémie d'obésité qui sévit actuellement. Pour y arriver, ils suggèrent d'augmenter notre dépense calorifique quotidienne de 400 calories supplémentaires par la pratique d'une activité physique aérobie. Ces données viennent contredire les standards édictés en 1995 par l'American College of Sports Medicine selon lequel 30 minutes d'activité physique modérée quotidiennement suffiraient à maintenir une santé optimale, standards aussi adoptés par le Canada.

Si ces recommandations permettent de maintenir une bonne santé en limitant certains facteurs de risque associés au développement du diabète ou des maladies cardiaques, les experts ont découvert récemment qu'elles sont insuffisantes pour prévenir une reprise pondérale chez les obèses qui ont réussi à perdre beaucoup de poids. Selon les plus récentes recherches de l'Institut de médecine des États-Unis et les chiffres du National Weight Control Registry, les personnes qui ont perdu une moyenne de 30 kilos (66 lb) et maintenu cette perte pendant au moins un an pratiquent toutes une activité physique aérobie quotidienne d'une intensité modérée à élevée entre 45 et 60 minutes par jour. D'après les données statistiques compilées par le professeur Angelo Tremblay, de l'Université Laval, l'activité aérobie vigoureuse influencerait cependant la composition corporelle plus efficacement qu'une activité physique modérée parce qu'elle aide à réduire de façon significative le gras sous-cutané. A.D.



D'après les données statistiques compilées par le professeur Angelo Tremblay, de l'Université Laval, l'activité aérobie vigoureuse influencerait cependant la composition corporelle plus efficacement qu'une activité physique modérée.

nal Weight Control Registry, les personnes qui ont perdu une moyenne de 30 kilos (66 lb) et maintenu cette perte pendant au moins un an pratiquent toutes une activité physique aérobie quotidienne d'une intensité modérée à élevée entre 45 et 60 minutes par jour. D'après les données statistiques compilées par le professeur Angelo Tremblay, de l'Université Laval, l'activité aérobie vigoureuse influencerait cependant la composition corporelle plus efficacement qu'une activité physique modérée parce qu'elle aide à réduire de façon significative le gras sous-cutané. A.D.

#### CE QUI M'A AIDÉ CE MOIS-CI

- Mettre de côté le journal alimentaire pour la première fois en cinq mois et constater que je pouvais utiliser mon libre arbitre efficacement pour faire des choix appropriés;
- la pratique quasi quotidienne d'un sport de plein air;
- échapper pendant deux semaines à la vague de froid qui a sévi dans l'Est...

#### À SURVEILLER LE MOIS PROCHAIN

- s'adapter à sa nouvelle image
- faire échec aux coups de déprime
- un nouveau programme d'entraînement
- les conseils de notre nutritionniste

#### ÉCRIVEZ-NOUS!

Vous avez des questions, un truc à partager ou vous souhaitez nous faire part de vos commentaires?

Faites-les parvenir à l'attention d'Anne Desjardins à l'adresse suivante: [redaction@lesoleil.com](mailto:redaction@lesoleil.com)

Anne se chargera de les transmettre aux chercheurs de l'Université Laval. Nous publierons chaque mois quelques-unes des lettres reçues ainsi que les réponses à vos questions.

#### RETROUVEZ VOTRE SOURIRE



Nous nous engageons à vous fabriquer une prothèse dentaire en dent gratuite. Cela comprend tous les ajustements et correctifs nécessaires. Par la suite, nous procéderons à la réalisation de la prothèse finale seulement si vous êtes complètement satisfait.

**PIERRE POTVIN**  
DENTUROLOGISTE  
1379, ch. Sainte-Foy  
Québec G1S 2N2  
687-3456

Sur rendez-vous seulement  
NOUVELLE ADRESSE  
6630, 1re Avenue  
Charlesbourg  
623-0318

#### EN BREF

## Atteint d'emphysème ou de bronchite chronique?

Le centre de recherche en pneumologie de l'Hôpital Laval recherche des patients souffrant d'emphysème ou de bronchite chronique pour participer à une étude sur la réadaptation. Si vous êtes intéressé à entreprendre un programme de 12 semaines avec suivi, veuillez contacter Nathalie Vadeboncoeur ou Marthe Bélanger, infirmières, au numéro suivant: 656-8711 poste 5423 ou poste 5690. Cette étude a été approuvée par le Comité d'éthique de la recherche de l'Hôpital Laval et est sous la supervision des Drs François Maltais et Pierre Leblanc.

## Le Pavillon de Claire

UN LIEU ACCUEILLANT POUR PERSONNES RETRAITÉES AUTONOMES

3 repas et collations  
Animation, activités,  
sorties avec assistance,  
sécurité, pastorale,  
surveillance médicale  
24 heures,  
entretien ménage-litier.



Une vie sans souci

Un site enchanteur...  
au bord de la Saint-Charles,  
près de l'Hôpital Christ-Roi,  
de Place Fleur de Lys,  
près des circuits d'autobus.

1 1/2 - 3 1/2 - 4 1/2

765, boul. Hamel Québec 682-8070

Le bonheur n'a pas d'âge, mais il a une adresse.

## Pavillon Murray

— Hébergement pour personnes en perte d'autonomie  
— Unité de soins protégée

- Appartement et chambre privée
- Services d'infirmières et médecin
- Services de repas, entretien ménager, buanderie
- Animatrice pour activités et loisirs
- Préposés 24 heures

**SUR PLACE** Situé à l'intérieur du

Manoir Manrèse  
Résidence pour retraités

700, avenue Murray Québec (Québec)  
(418) 683-6438  
Administré par la Société de gestion COGIR [www.cogir.net](http://www.cogir.net)

Nous avons de très beaux logements disponibles immédiatement!

Hâtez-vous!

Résidence pour préretraités et retraités autonomes

**Le Manoir J.-J.-d.-r.** Certifié

Au cœur de la vie, au cœur de l'action!

## 649-1324

[www.manoirleflandre.com](http://www.manoirleflandre.com)  
125, Benoît XV, Québec (Qc) G1L 2Y9  
Face à l'Hôpital Saint-François-d'Assise

## CONFÉRENCE

APPROCHE ECHO :  
AGIR SUR SON PROCESSUS DE GUÉRISON

Catherine P. Asselin  
Travailleuse sociale

Gérard Ruelland  
Psychologue

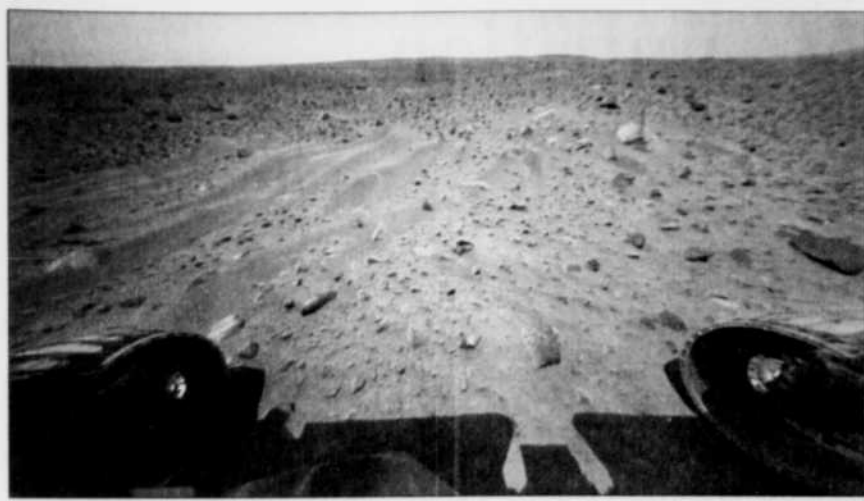
La médecine conventionnelle ou alternative soigne, mais c'est le patient qui se guérit. C'est à travers lui que le processus de guérison peut se mettre en branle et ainsi contribuer à son bien-être physique et/ou psychologique. Les conférenciers présenteront la méthode guérison en ECHO de Jean-Charles Crombez ainsi que certaines découvertes concernant le processus de guérison, ce qui devrait vous permettre de mieux participer à votre propre guérison.

le 25 février de 19 h 30 à 21 h 30  
à la salle André-Asselin du Collège Méric, 755, chemin Saint-Louis, Québec.  
Le coût est de 10 \$ et aucune préinscription n'est nécessaire.

DEUX ATELIERS D'APPRENTISSAGE ECHO SERONT ANNONCÉS SUR PLACE  
les mercredis en soirée du 10 mars au 14 avril 2004 de 19 h à 21 h 30 à Méric,  
un autre la fin de semaine, le 16 en soirée et le 18 avril 2004 en journée à Duchesnay.

INFO : de Québec 698-4771, de l'extérieur 1-877-688-4771

# L'EST ET LA CÔTE-NORD



Les élèves pourront « diriger » dans Internet une simulation de mission sur Mars et ensuite contrôler un robot.

SAINT-LOUIS-DU-HA !-HA !

## Mars, comme si vous y étiez

MARC LAROUCHE  
Collaboration spéciale

RIVIÈRE-DU-LOUP — Les étudiants de partout au Québec pourront bientôt voyager de leur classe à la planète Mars et y interagir en un clin d'œil. Oubliez les longs et pénibles voyages intersidéraux. Grâce à la station scientifique Aster de Saint-Louis-du-Ha !-Ha !, et à son nouvel atelier « Allo l'espace, ici le Canada », les jeunes pourront accomplir une mission sur Mars en temps réel.

Évidemment, il s'agit d'une simulation. Toutefois, les modules disponibles et la façon de procéder donneront vraiment aux étudiants l'impression de diriger une mission sur la planète rouge. Après avoir simulé l'exercice en classe avec un décor martien, l'élève, par Internet, dirigera ensuite un robot, qui se trouve dans la salle martienne aménagée chez Aster.

« Le robot répondra aux commandes données par l'élève, qui verra tout sur son écran d'ordinateur grâce à une caméra Web, et pourra accomplir la mission qui lui aura été assignée », confie M<sup>me</sup> Cindy Rivard, de la station Aster. Les robots, de même que l'interface informatique, seront conçus par les étudiants de l'Université du Québec à Rimouski et du cégep de l'endroit.

En complément à la mission sur Mars, des modules, portant sur les technologies spatiales et de télécommunication, seront conçus, permettant ainsi de faire connaître le programme de l'Agence spatiale canadienne, qui participe au projet à titre de consultant par une aide financière de 28 000 \$.

Les jeunes pourront profiter de notions d'apprentissage en informatique, mathématiques, géographie, physique, topographie, robotique, communication et autres. Ce nouvel atelier itinérant, qui sera disponible en janvier, s'adresse autant aux jeunes du préscolaire qu'à ceux du cégep.

### PLAN DE DÉVELOPPEMENT

La station Aster peut poursuivre le plan de développement amorcé en 2002, grâce à de nouvelles aides financières totalisant 85 000 \$. Hydro-Québec consacre 20 000 \$ au renouvellement, jusqu'en 2008, de son soutien à l'atelier conçu à partir de l'exposition permanente *Léonard, ingénieur, créateur*. Les dirigeants désirent aussi construire un lien cyclable menant vers le sentier linéaire Petit Témis. Quant aux travaux de construction d'un parc sur les terrains adjacents à la station, ils sont déjà amorcés.

### EST DE QUÉBEC

#### Guimond seul pour le Bloc

■ BAIE-SAINT-PAUL — Le député de Beauport-Montmorency-Côte-de-Beaupré-Ile-d'Orléans et whip en chef du Bloc Québécois, Michel Guimond, est maintenant seul dans la course à l'investiture dans la nouvelle circonscription de Charlevoix-Montmorency-Haute Côte-Nord. Son seul adversaire, Nicolas Asselin de Forestville, a choisi de se retirer et de rejoindre les rangs de M. Guimond. « Nous avons préféré nous unir au lieu de se diviser comme ça se fait ailleurs », a dit le jeune aspirant, précisant qu'il ne s'agissait pas d'un adieu, mais d'un au revoir à la politique active. De son côté, Michel Guimond saluait la sagesse et l'initiative de Nicolas Asselin. « Il a fait le choix de faire passer les intérêts du parti avant ses intérêts personnels. Je le félicite pour son courage », a-t-il dit. L'élection des sept membres de l'exécutif du Bloc Québécois il y a deux semaines, tous des partisans de M. Guimond, donnait force à l'évidence d'une victoire pour M. Guimond. S.D. †

# Les ordures virent au cauchemar

## L'Est perdra la moitié de ses sites d'enfouissement d'ici cinq ans

HENRI MICHAUD  
Collaboration spéciale

■ MATANE — La gestion des ordures devient un véritable cauchemar dans l'Est de la province. La moitié des 12 sites d'enfouissement sanitaires en exploitation devront fermer leurs portes d'ici 2008. Le même problème attend au moins 14 municipalités régionales de comté au Québec.

Au Bas Saint-Laurent, le site de Matane doit fermer dans quelques semaines alors que celui de la Mitis (Padoue) n'en a que pour 18 mois. Rimouski vient d'obtenir l'autorisation du BAPE d'agrandir son site alors que, dans la MRC de Kamouraska, le site de Saint-Philippe-de-Néri devra cesser ses activités dans moins de 7 ans.

Ailleurs, les sites d'enfouissement de Pohénégamook, Rivière-du-Loup et Dégelis ont une durée de vie utile qui varie de 11 à 42 ans.

Les solutions se font rares. Matane, qui comptait sur la collaboration de Rivière-du-Loup, vient de recevoir un refus. Les autorités municipales doivent maintenant se tourner vers Saint-Étienne-des-Grès, en Mauricie. Ce sont plus de 14 000 tonnes qui seront transportées, sur des centaines de kilomètres, avant d'être enfouies.

Parallèlement, les MRC de Matane, de la Mitis, de la Haute-Gaspésie et de la Matapédia, à l'invitation du ministre

Thomas Mulcair, tentent de trouver une solution commune pour enfouir quelque 40 000 tonnes de déchets.

En Gaspésie, tous les sites sauf un devront être abandonnés d'ici quatre ans. La Haute-Gaspésie devra fermer le sien au printemps, alors que le site de Bonaventure sera condamné en septembre. Grande-Rivière et Percé devront fermer les leurs dans trois et quatre ans alors que le nouveau site de Gaspé pourra accueillir des ordures durant les trois prochaines décennies.

Là encore, des solutions sont à l'étude. Les gestionnaires du site de Gaspé sont prêts à accepter les déchets des MRC voisines pendant qu'on évalue la possibilité d'utiliser le site de la Gaspésie, à Chandler, à certaines conditions, pour desservir les MRC de Rocher-Percé, de Bonaventure et d'Avignon.

Pour Johanne Riverin, vice-présidente des communications chez Recyc-Québec, la croissance de la consommation et le moratoire imposé de-

puis 1995 sur la création de lieux d'enfouissement sanitaire sont responsables du phénomène. « Il faut passer d'une société de consommation jetable à une société responsable, dit-elle. La mise en valeur des matières résiduelles, soit la réduction à la source des déchets, le réemploi et le recyclage représentent la solution au problème des ordures. »

Chaque Québécois produit en moyenne 417 kilos de résidus annuellement. Or, selon une étude de décembre 2000, 16% des matières résiduelles (66,7 kg) se retrouvaient à la cueillette sélective. « En 2002, ce pourcentage est passé à 20%. Nous nous améliorons, c'est bon signe. »

Des améliorations sont plus que souhaitées. La réglementation que compte adopter Québec prévoit que 65% des matières résiduelles qui présentent un potentiel de mise en valeur seront récupérées d'ici 2008, soit 45% de plus qu'en 2002. C'est possible, du moins sur papier. Mais dans les faits, il faudra changer les mentalités, accentuer les efforts et augmenter les taxes des contribuables. L'exploitation de sites étanches coûte cher...

L'Est du Québec n'est pas la seule région aux prises avec le problème des ordures ménagères. Au Québec, 14 MRC, de même que la ville de La Tuque, devront fermer les sites actuels d'ici 36 mois ou moins.

# LIQUIDATION DURAND

## SPORT

# 20% À 60%

de rabais sur tous les vêtements de ski et de planche à neige

## 20% À 50%

DE RABAIS

sur tous les équipements de ski alpin et planche à neige

## 20% À 50%

DE RABAIS

sur tout l'équipement de hockey

# DURAND

## SPORT

**TOUJOURS OUVERT LE MERCREDI SOIR**

- MODE ET CHAUSSURES
- ÉQUIPEMENTS ET ACCESSOIRES
- CAMPING ET VÊTEMENTS

\*Sujet à acceptation du crédit. Photos à titre indicatif

**9635, boul. de l'Ornière Québec 843-2223 www.durand.ca**

accord D Desjardins

**DURAND GARANTIT**

Les meilleurs prix!