



SANTÉ

Une sortie qui
a du **chien**

Page 4

L'éjaculation
rétrograde

Page 3

Le Dr Danielle Perreault



CAHIER C | LA PRESSE | MONTRÉAL | DIMANCHE 24 FÉVRIER 2002

La Presse



Photo BERNARD BRAULT, La Presse ©

Callosités, ongles incarnés, démesurément longs ou bourrés de champignons, cors, engelures, ampoules, pied d'athlète et même plaies importantes: les infirmières qui travaillent dans la rue auprès des itinérants voient de tout. «Mais les pieds, disent-elles, c'est leur liberté.»

SOIGNER DANS LA RUE



LILIANE JACROIX

Les autres infirmières les appellent «la gang à Bonneau».

Le dernier samedi de chaque mois, Louise Bouffard, Gaétane Perron et Fernand Hébert ainsi qu'une poignée d'autres infirmières spécialisées en soins de pied se retrouvent à l'Accueil Bonneau, bien loin de leur pratique habituelle, pour offrir leurs services aux itinérants.

D'abord méfiants, les habitués de l'Accueil Bonneau se pressent maintenant autour du vestiaire où se tient la clinique, à un tel point qu'on a dû instituer un système à numéros pour éviter les chicanes et le poussaillage.

«Ces femmes-là traitent les pieds mais c'est tout l'humain qui s'en ressent, explique Patrice Martin, intervenant à l'Accueil. Même un gars extrêmement agressif peut repartir une heure après, le sourire aux lèvres. Ces gars-là marchent constamment, alors leurs pieds, c'est leur liberté.»

Callosités, ongles incarnés, démesurément longs ou bourrés de champignons, cors, engelures, ampoules, pied d'athlète et même plaies importantes, les infirmières en voient de toutes les couleurs. «Quand on remet quelqu'un sur pied, c'est une immense satisfaction. Un gars est même revenu pour nous dire qu'il pouvait enfin marcher. Puis, il s'est penché et nous a embrassées», déclare Mme Perron.

«La dernière fois, j'avais de la misère à marcher», déclare Jacques Beaudoin, surnommé affectueusement «Le père aux toasts». M. Beaudoin a déjà eu un emploi, une famille, des enfants. Mais un jour de grosse brosse, il s'est désorganisé et est devenu un habitué de l'Accueil. Les samedis réservés aux infirmières, il aide à transformer le vestiaire en clinique et profite lui aussi des soins: «Elles m'ont enlevé tout le surplus de corne puis m'ont donné des coussinets. Je les ai là», dit-il en tapant fièrement... sur la poche de sa chemise.

«Ça dépasse les soins de pieds. Ces gars-là ont besoin d'affection et d'attention», explique Mme Perron. Mme Bouffard acquiesce: «À chaque fois, ça nous permet de nous retrouver comme infirmières. Voir partir la tête haute quelqu'un qui souffrait tellement des pieds qu'il en avait mal partout, c'est beaucoup. Mais professionnellement aussi, c'est extrêmement enrichissant. Notre travail, ici, c'est comme un petit incubateur clinique, qui nous fait voir plein de cas particuliers et où on peut échanger conseils et expertise.»

Outre sa pratique régulière, Mme Bouffard offre aussi ses services au Cap Saint-Barnabé où elle tient clinique de pieds pour les assistés sociaux et gens à faibles revenus ainsi que dans un centre de personnes âgées de la Rive-Sud: «Ma priorité, c'est de rejoindre les gens où ils sont avant que les méfaits de la perte d'autonomie n'aient fait leur oeuvre.»

Servir autrement

Au lieu de rester dans leur bureau ou à l'hôpital à attendre les patients, des soignants

ont ainsi décidé de servir autrement, en allant vers les gens. Certains le font bénévolement, d'autres dans le cadre d'un travail pas tout à fait comme les autres.

Le Dr Gilles Julien est sans doute le seul pédiatre social à Montréal. Son travail auprès des familles les plus «poquées» de Hochelaga-Maisonneuve, il l'a forgé de toutes pièces à son image et pour répondre aux besoins des familles qu'il dessert. Avec la collaboration de Claudette Everitt, une infirmière sculptée dans le même moule communautaire, il travaille avec les écoles, les voisins, la famille élargie et met tout le monde dans le coup pour donner un coup de main aux familles en difficulté. Dans un bureau traditionnel, il ferait sûrement quatre fois plus d'argent. Mais il refuse même de s'embarquer dans cette discussion: «Ça ne m'intéresse pas. J'irais plutôt faire de la sculpture. De toute façon, je me trouve extrêmement bien payé.»

Son titre de docteur et de spécialiste, c'est sa porte d'entrée, sa crédibilité auprès des familles, mais aussi auprès des institutions qu'il ne se gêne pas pour brasser de temps à autre. Ce qui le rend si précieux pour les familles, c'est le respect qu'il leur porte, sa compréhension, son empathie: «J'entre dans leur intimité. Cela nous permet de tisser des liens, de mieux comprendre certaines problématiques. La proximité donne énormément de pouvoir mais seulement le pouvoir que les gens eux-mêmes veulent bien vous donner».

Voir RUE en C2

Ça Presse

LES PETITES ANNONCES
987 - VENDU

Les habitants discrets du côlon



JACINTHE CÔTÉ
LA NUTRITION
collaboration spéciale

Le système digestif, c'est bien plus qu'une chaîne d'organes qui digèrent et absorbent la nourriture qu'on mange ! Grâce aux nombreuses colonies bactériennes qui l'habite, il forme aussi une importante ligne de défense pour notre système immunitaire.

En effet, la muqueuse de notre tube digestif est tapissée de bactéries qui proviennent de notre environnement. La plupart sont gentilles et vivent en symbiose avec notre corps, mais parfois certaines sont pathogènes et leur présence cause des infections.

Ensemble, ces bactéries forment ce qu'on appelle la flore gastro-intestinale. Cette flore bactérienne aide à renforcer la barrière que constituent nos parois intestinales en empêchant les mauvaises bactéries de s'établir, en stimulant notre système de défense immunitaire et en neutralisant des substances potentiellement cancérogènes.

Pour pouvoir profiter des bienfaits de la flore gastro-intestinale,

cependant, il faut savoir l'entretenir ! Entre autres, la consommation de certains aliments peut favoriser la croissance des bonnes bactéries.

Habité de bactéries

À longueur de journée et sur toute sa longueur, notre tube gastro-intestinal entre en contact avec des bactéries qui s'y installent, prolifèrent et forment la flore intestinale.

Cette flore est formée dès la naissance, quand le milieu stérile de l'intérieur du ventre de la mère est brisé pour laisser sortir le nouveau-né. Elle recouvre les surfaces du tube digestif, où elle agit comme une sorte d'interface entre l'intérieur du corps et l'environnement extérieur, souvent riche en bactéries pathogènes.

La prédominance de chacune des familles de bactéries qui forme notre flore gastro-intestinale varie selon notre état de santé et notre alimentation. Chez une personne en santé, la flore gastro-intestinale se compose en majorité d'entérobactéries, de streptocoques, de clostridies, de bifidobactéries et de bactéries lactobacilles. En terme de pourcentage, ce sont les bifidobactéries qui sont prédominantes, car elles constituent 10 % de la flore gastro-intestinale. À ces bactéries vivant en symbiose peuvent bien sûr s'ajouter toutes sortes de bactéries pathogènes telles les *Escherichia coli*, *Clostridium botulinum* et *peprfringens*, *Listeria monocytognes*, salmonel-

les, *Campylobacter* et *Vibrio vulnificus*.

Un milieu invitant !

Les conditions du milieu déterminent quelles bactéries sont le plus susceptible de survivre, de s'installer et de former des colonies dans un endroit donné du tube digestif. Les conditions normales de l'estomac, par exemple, sont extrêmement acides et laissent habituellement survivre très peu de bactéries. C'est seulement lorsque la sécrétion d'acide est insuffisante ou inhibée que des bactéries pathogènes comme l'*Hélocobacter pylori* peuvent proliférer, provoquer des infections et causer des brûlements d'estomac.

Différemment, la très grande motilité de l'intestin grêle (indispensable pour faire avancer la nourriture devant être digérée et absorbée) n'est pas non plus très propice à la croissance bactérienne. À cause des mouvements vigoureux et fréquents, la majorité des bactéries adhère difficilement aux parois de l'intestin grêle et donc ne se colonisent pas. C'est ainsi dans le côlon qu'on retrouve la majorité des bactéries qui forme notre flore gastro-intestinale.

Cette partie du tube digestif est responsable de faire circuler lentement les restes de nourriture non digérée afin que l'eau, le sel et le potassium puissent être absorbés. Ces restants non digestibles constituent un excellent repas pour la flore bactérienne du côlon !

Des bactéries capricieuses

Pour réussir à s'implanter et surpasser en nombre les bactéries pathogènes, les bonnes bactéries du côlon ont besoin de nourriture de qualité ! Répondre à leurs besoins ne devrait cependant pas demander d'efforts supplémentaires, puisque leur nourriture provient des résidus nutritifs que notre système digestif est incapable de décomposer. Bref, c'est un peu comme si les bactéries du côlon mangeaient nos restants de table !

La caséine, le lactulose, l'inuline et les oligosaccharides (sucres à longue chaîne) tels que les fructo et les galacto-oligosaccharides sont des composés que notre système digestif ne peut digérer. Ces substances se retrouveront dans notre côlon, surtout si nous consommons des produits laitiers, des carottes, des produits à base de soja, des produits à base de chicorée (café de céréales), des topinambours (ou artichauts de Jérusalem), des artichauts, des poireaux ou de l'ail.

On nourrira aussi nos bonnes bactéries du côlon en mangeant des oignons, des échalotes, des bananes, du miel, des tomates, des asperges et des céréales comme le blé, le seigle et l'orge, mais ces aliments n'en contiennent pas en aussi grandes quantités. Si ces aliments font déjà partie de votre alimentation, les bonnes bactéries de votre flore gastro-intestinale se

portent sûrement bien. En cas contraire, vous pourriez bénéficier d'une plus grande consommation de ces aliments.

Cependant, gare aux abus ! Un changement trop important et subit peu avoir des conséquences néfastes en altérant le fonctionnement de votre système digestif.

Notre côlon est habité de nombreuses familles de bactéries vivant en symbiose. Rien ne sert de s'en effarmer, puisque leur présence est tout à fait normale et semble même être bénéfique pour notre santé. Si vous avez envie de les aider, pourquoi ne pas vous assurer de manger quotidiennement une grande variété de légumes, de fruits et de céréales ? Ces bactéries sont vos invitées après tout !

Une fois par mois, la chronique nutrition porte sur vos questions et commentaires. Envoyez-les à :

Chronique nutrition
La Presse
7, rue Saint-Jacques
Montréal, QC
H2Y 1K9
Courriel : questiondenutrition@hotmail.com

■ ■ ■

L'auteure de cette chronique hebdomadaire est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec

RUE

Suite de la page C 1

Le Dr Julien sait toutefois que ce type d'engagement, qui l'amène dans la rue, dans les écoles ou même chez les gens et qui peut faire sonner le téléphone chez lui à toute heure, demeurera toujours marginal : « On reçoit souvent des résidents en médecine. Ils adorent leur expérience, ça leur semble attirant, agréable, mais en même temps, c'est exigeant, intense et ça leur fait peur. Si seulement je réussissais à en attirer un par quartier... »

Psy dans la rue

Psychiatre et responsable du village ambulatoire au département de psychiatrie du CHUM, le Dr Marie-Carmen Plante se retrouve parfois, en compagnie de l'équipe d'intervenants, dans la rue, dans les refuges et les soupes populaires, dans le métro ou sous les autoroutes à la recherche d'itinérants dans le besoin : « En ouvrant des cliniques, on s'imagine que les gens vont venir à nous. Mais l'esprit magique, ça ne fonctionne pas. Si nous voulons leur offrir le bien-être et les soins continus auxquels ils ont droit, nous devons sortir des hôpitaux et aller vers les gens sans attendre qu'ils frappent à nos bureaux. Car ils ne viendront pas. Mais hors de l'hôpital, on se retrouve sans filet protecteur. Il faut donc y aller sur la pointe des pieds, avec fermeté certes, mais surtout avec douceur..... On est sur leur terrain, il ne faut pas l'oublier. Alors,

les mots d'ordre, c'est patience, tolérance, flexibilité et innovation. »

Parfois, elle visitera des maisons de chambre ou de petits appartements où demeurent des itinérants : « Voir le tissu de la vie quotidienne, ça apporte beaucoup d'informations. Ce genre de travail n'est pas pour tout le monde, mais maintenant que j'y ai goûté, je ne m'en passerais plus. »

Le travail de rue n'est pas sans risque : « Il m'est même arrivé de me faire cracher dessus. » Les satisfactions viennent compenser : « Un passant a averti notre équipe qu'un jeune homme était couché sous le pont Jacques Cartier depuis des jours. Ce pauvre jeune était tellement psychotique qu'il chuchotait pour que ses voix ne l'entendent pas. Après lui avoir coupé la barbe, on s'est rendu compte qu'il était très jeune, à peine une vingtaine d'années. Il n'avait aucun papier et malgré la chaleur de l'été, portait une tuque et trois manteaux. On a réussi à l'approvoiser jusqu'à ce qu'il accepte de venir au CLSC. Maintenant, il est sous médication et vit avec sa famille dans sa région d'origine. Au moins, il n'est plus dans la rue. »

Le dentiste chez Pops

Professeur de médecine dentaire et directeur du programme d'action communautaire à la Faculté de médecine dentaire de l'Université McGill, le Dr Michael Wiseman a réussi à former une solide équipe de bénévoles qui visite de temps à autre les jeunes itinérants du « Bon Dieu dans la rue » fondé par le père Emmett Jones (Pops) et les démunis de « Jeunesse au Soleil ».

« J'ai trois enfants et toute la famille est en bonne santé. Je suis assez à l'aise pour donner de mon temps en retour de ce que j'ai reçu », dit le professeur interviewé par le *McGill News*.

Ceux qui ne se sentent pas d'attaque pour mettre la main à la pâte et faire activement du bénévolat auprès des jeunes de la rue, il leur demande de fouiller dans leur portefeuille et de faire un don car son rêve, c'est d'arpenter les rues avec un cabinet roulant pour rejoindre le plus de jeunes possible.

« Si les dentistes sortaient de leur cabinet et venaient chez Pops, ils verraient le vrai visage de la réalité », lance-t-il. Mais comme le Dr Julien, il sait probablement déjà que bien peu relèveront le défi.



Régulièrement, étudiants et professeurs de l'École de médecine vétérinaire débarquent chez Pops pour venir soigner les compagnons des jeunes itinérants.

Les vétérinaires dans la rue!

LILIANNE LACROIX

« CE SONT DES propriétaires d'animaux exemplaires. Leurs bêtes sont bien élevées, visiblement bien traitées. Souvent, ils les traitent mieux qu'ils ne se traitent eux-mêmes. Et ils en connaissent plus sur leur animal que la plupart des clients traditionnels. Ces animaux-là, c'est souvent l'être qu'ils aiment le plus au monde et l'animal le leur rend bien. »

Régulièrement, en compagnie d'étudiants de l'École de médecine vétérinaire, Patricia Lanoie-Brien, vétérinaire et enseignante, se retrouve chez Pops, dans les locaux du Bon Dieu dans la rue, pour soigner les animaux qui partagent la vie des jeunes de la rue : des chats, quelques rongeurs, une tortue une fois mais surtout des pitt-bulls, rottweilers, dobermans, malamutes et autres chiens imposants qui leur servent à la fois de compagnons et de protecteurs.

« J'ai un chien de neuf ans qui n'écoute pas comme ça. Ces jeunes sont de bons propriétaires d'animaux. Ce n'est même pas rare de voir le chien manger avant le jeune lui-même. Ils sont prêts à se priver pour leur animal », déclare le Dr

Diane Blais, vice-doyenne aux affaires étudiantes, elle aussi du voyage de Saint-Hyacinthe à Montréal.

Étudiants et jeunes itinérants ont à peu près le même âge, mais ils évoluent dans des univers différents, les uns très performants selon nos normes sociales, les autres décrochés du système. « Un jour, un de nos étudiants a vu se présenter un de ses anciens compagnons de classe. Après lui avoir parlé, il a dû s'asseoir pour respirer un peu », relate le Dr Blais.

Habituellement, des examens de routine suffisent. Comme ils ne veulent pas imposer aux vétérinaires du coin une concurrence déloyale, les étudiants et leurs maîtres se contentent de soins de base, vermifuges, vaccins, traitements contre les puces. Souvent, ils en profitent pour parler aussi de stérilisation. Pas question d'opérations. Pour les soins plus avancés, on référerait à un cabinet.

« Quand on soigne leur animal, on a l'impression d'aider le jeune aussi », admet M^{me} Lanoie-Brien.

Une fois, les jeunes sont arrivés avec un chien accidenté. La pauvre bête avait la mâchoire fracturée et devait être opérée. Les coûts prévisibles dépassant de loin les moyens

du propriétaire, les jeunes se sont cotisés. En deux ou trois jours, ils avaient ramassé 1500 \$. Malheureusement, la fracture était si vilaine, les fragments d'os si nombrables et si petits qu'on a dû euthanasier le chien pour l'empêcher de souffrir.

Les soirs de visite, la salle est pleine à craquer et ça ne déroute pas pour la quinzaine de bénévoles, profs et étudiants. Entre 18h et 22h et avec cinq tables de consultation, on a déjà examiné jusqu'à 32 animaux, un record.

Avec leurs professeurs, les étudiants-vétérinaires et étudiants-techniciens reprennent le minibus en fin de soirée, complètement fourbus, pour rentrer à Saint-Hyacinthe. Pour plusieurs étudiants, c'est le tout premier contact avec une véritable clientèle. « C'est très valorisant, mais complètement crevant », avoue le Dr Blais.

Comme il s'agit de bénévolat, on aurait pu s'attendre à un peu de réticence malgré la reconnaissance académique que leur vaut leur participation. Mais non, la demande étudiante pour aller chez Pops est tellement forte qu'on a dû instituer un tirage au sort. Et les visites se poursuivent même en pleines vacances d'été.

**McGill**

**McGILL
RECHERCHE CLINIQUE**

Avez-vous besoin de nouvelles prothèses dentaires?

La faculté de Médecine dentaire de l'Université McGill, en collaboration avec le Centre universitaire de santé McGill, recherche des personnes pour participer à une étude sur les prothèses dentaires.

● ● ●

Vous pourriez recevoir de nouvelles prothèses dentaires à un coût modique si vous répondez aux critères suivants:

- vous êtes âgé de 45 à 75 ans;
- vous êtes totalement édenté (vous n'avez plus vos dents naturelles, ni en haut, ni en bas).

Laissez-nous vos coordonnées au (514) 398-7203, poste 00090#

3029006

ATTQUES DE PANIQUE NOCTURNES

Traitement gratuit offert par le centre de recherche Fernand-Séguin affilié à l'hôpital Louis-H. Lafontaine

Vous arrive-t-il de vous **réveiller soudainement la nuit** avec :

- des palpitations cardiaques;
- le souffle court/sensation d'étouffement;
- des nausées/maux de ventre;
- des douleurs thoraciques;
- des tremblements;
- des bouffées de chaleur/frissons/transpiration abondante;
- des étourdissements;
- la peur de mourir ou de perdre le contrôle, etc.

Si vous éprouvez ces symptômes de panique **la nuit**, vous souffrez peut-être d'un trouble de panique et vous pourriez être éligible à recevoir une évaluation complète ainsi qu'un **traitement gratuit** offert par une équipe de professionnels. Cette étude est supervisée par une équipe de psychologues et de psychiatres spécialisés dans le domaine.

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec **Lyne Marchand, la coordonnatrice du projet**, au :

(514) 251-4000, poste 2555

Les conférences éducatives de L'Hôpital de Montréal pour enfants

mardi 26 février 2002

Un divisé par deux : aider les enfants à faire face au divorce

À l'intention des parents, futurs parents et professionnels de la santé et de la petite enfance

Présentation en français: 19h à 20h
Présentation en anglais: 20h à 21h

À l'Hôpital de Montréal pour enfants
2300, rue Tupper (métro Atwater)

Entrée libre
Information et réservation: **(514) 412-4307**
www.hopitalpourenfants.com

L'Hôpital de Montréal pour enfants
The Montreal Children's Hospital
Centre universitaire de santé McGill
McGill University Health Centre



AMAIGRISSEMENT

MAIGRIR Vous avez vécu plusieurs échecs. Vous voulez comprendre pourquoi. VOUS VOULEZ RÉUSSIR. Une équipe de professionnels (médecin-psychothérapeute, diététiste, éducateur physique) vous attend.Clinique de Médecine et de psychothérapie (514) 252-0898

Si vous désirez annoncer dans cette rubrique, communiquez avec Louise Mathieu au (514) 285-6950 ou 1 800 667-5961.

LES PETITES ANNONCES
9 8 7 - V E N D U

Ça Presse

Problème d'éjaculation



Dr. DANIELLE PERREAULT
ÊTES-VOUS MALADE?

collaboration spéciale

Q INCOGNITO : J'ai un problème lors de relations sexuelles. Je suis capable d'avoir une relation sexuelle complète et sans problème sauf quand survient l'éjaculation, car en fait, je n'en ai pas. J'ai l'impression qu'il me manque quelque chose de fondamental. Après avoir eu mon orgasme, lorsque je vais uriner, j'ai l'impression que mon urine est différente, qu'il y a des dépôts de l'éjaculation. J'aimerais donc savoir si c'est un problème technique et si c'est une question de canaux mal branchés ou si j'aurai à vivre avec ce problème toute ma vie. Mon vœu le plus cher est de pouvoir être un jour comme tous les autres hommes de cette terre.

R La description de vos symptômes suggère ce qu'on appelle l'éjaculation rétrograde c'est-à-dire un orgasme sans éjaculation. Les spermatozoïdes et le liquide séminal tournent du mauvais côté au moment de l'éjaculation. Au lieu de se diriger vers l'extérieur, ils foncent vers la vessie expliquant ainsi l'urine trouble que vous avez notée. Pourquoi ? De petits muscles autour de l'urètre et à la base de la vessie restent inactifs. Lors de l'éjaculation, ces muscles doivent normalement se contracter pour empêcher le sperme de se diriger vers la vessie. Une consultation chez un urologue permettra de découvrir la cause de votre problème. Habituellement, ce phénomène est relié à une rupture des nerfs alimentant ces muscles survenu lors d'une intervention chirurgicale

dans la région. Les diabétiques qui souffrent de neuropathie diabétique (certains nerfs se détériorent) peuvent aussi développer ce problème.

Des médicaments à base de pseudo-éphédrine, à consommer une heure avant la relation sexuelle, peuvent aider à contracter ces muscles et permettre une éjaculation normale. Si cela ne fonctionne pas et que vous songez un jour à avoir des enfants, il est possible de récupérer les spermatozoïdes dans l'urine et de procéder à une insémination artificielle chez votre partenaire.

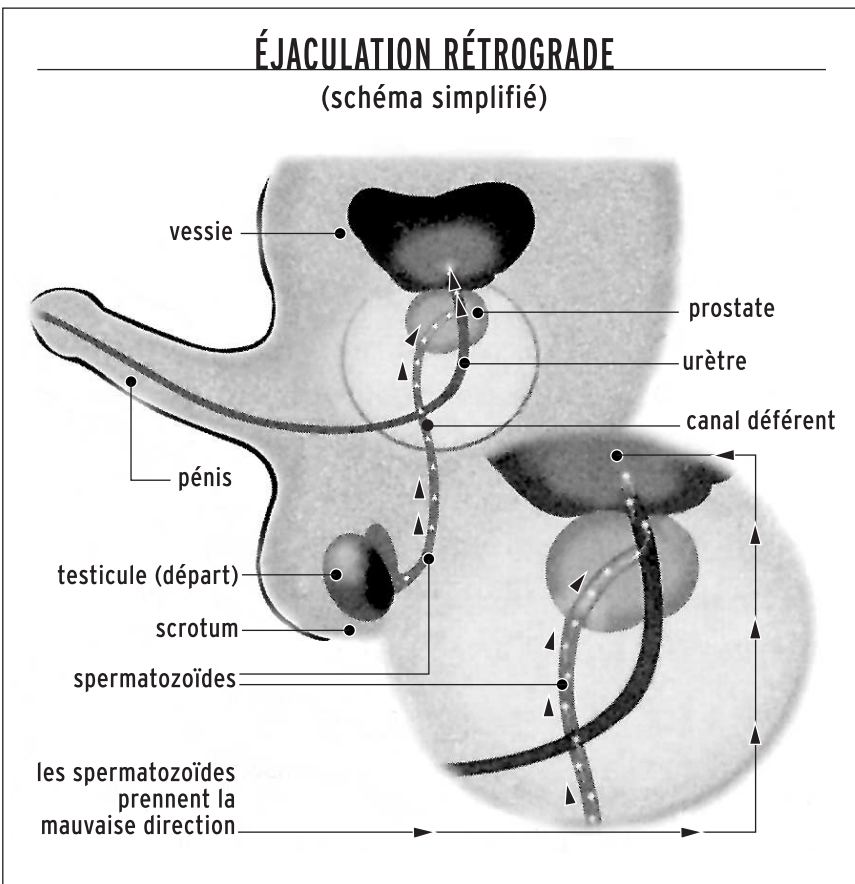
Vous souffrez d'un trouble qui vous bouleverse et c'est fort compréhensible. Vous devriez laisser tomber votre gêne et consulter. Cela vaut la peine.

Paupière qui s'agite

Q DANIEL P. : Depuis environ trois mois, ma paupière inférieure gauche s'agite en petites contractions. Ça vient et ça s'en va. On me dit que c'est à cause de la fatigue. Toutefois, je ne me trouve pas plus fatigué que d'habitude. C'est un malaise très bénin, mais contrariant puisque ma vision est affectée quand les spasmes sont trop intenses. Au travail, je dois même attendre une accalmie, avant d'enligner une vis dans son trou ! Je suis mécanicien, je n'ai donc pas un travail qui exige des heures rivé à un écran.

Quelle est la cause de cette affection ? Que puis-je faire ?

R Quand vous voulez fermer un oeil, vous contractez évidemment une série de muscles précis. Or, il arrive qu'une petite décharge électrique se déclenche spontanément dans quelques-unes de ces fibres musculaires. Vous sentez des soubresauts de votre paupière et vous pouvez même les constater en vous regardant dans le miroir. Cette affection est en effet reliée à



la fatigue et au manque de sommeil mais aussi à la consommation de stimulant comme le thé, le café et le chocolat. La première chose à faire est donc de travailler sur ces différents facteurs. Le Dr Louise Charbonneau, ophtalmologiste, suggère que si vos efforts ne donnent pas de résultats et que le problème persiste, il vaudra mieux accepter votre condition. Cet ennui disparaît souvent comme il est venu pour réapparaître pendant des périodes plus ou moins longues. Si d'autres symptômes se présentent, comme une vision double, il faut bien sûr consulter. Vous pouvez vous faire de légers massages du bout des doigts et vous consoler en vous disant que votre problème porte un joli nom : *myokimi*.

Le stérilet peut prendre plus de place

Combien de femmes, pensez-vous, utilisent le stérilet comme méthode de contraception au Canada ? Eh bien seulement 1,5 % ! Deux arguments ont toujours joué contre son adoption. D'un côté, la patiente qui craint la présence de ce corps étranger. De l'autre, la crainte du médecin de causer un certain tort à sa patiente. Quel tort ? En introduisant ce petit bout de métal dans l'utérus, on croyait augmenter les risques d'une infection aux trompes de Fallope et éventuellement entraîner la stérilité. Il était donc rare qu'une femme qui n'avait pas eu d'enfant bénéficie de cette méthode contraceptive. Depuis

quelques années, plusieurs bonnes études démontrent qu'il n'y a pas plus d'infections des trompes chez les femmes qui portent le stérilet que chez celles qui ne l'ont pas. Les recommandations officielles de la Société des obstétriciens et gynécologues du Canada ont donc été adaptées en conséquence. Cela signifie qu'une femme en âge de procréer peut maintenant envisager le stérilet comme solution à ses problèmes de contraception.

Le stérilet, qui coûte en moyenne 80 \$, constitue une méthode contraceptive très peu coûteuse à long terme. Il peut rester en place en moyenne trois ans. Son taux d'échec est de 1 à 2 %. Il est donc presque aussi performant que les contraceptifs oraux. Une fois en place, on n'a plus à y penser. Les crampes et les saignements menstruels peuvent être plus intenses mais ils sont très bien contrôlés par la prise de médicaments pendant un jour ou deux : Anaprox, sous ordonnance ou Advil et Motrin, disponibles sur les tablettes de pharmacie.

En passant, laissez-moi vous parler d'une nouveauté. Le stérilet Mirena de la compagnie Berlex est décrit comme « une petite merveille » par les gynécologues (les femmes aussi j'imagine). Il contient une petite quantité d'hormones libérée petit à petit dans la cavité utérine. Non seulement ce type de stérilet est très efficace mais il est indiqué pour contrôler les menstruations abondantes qui affectent plusieurs femmes pendant la période de pré-ménopause. De plus, il ne cause pas de crampes et a une durée de vie de cinq ans. Le prix, un peu moins merveilleux, est de 400 \$. Je vous rappelle l'importance d'adopter le condom que l'on porte ou non un stérilet.

On peut joindre le Dr Danielle Perreault à l'adresse suivante : 63082, Ile-des-Sœurs, H3E 1V6

Courriel : perreaultmd@videotron.ca

Vaccins dans les bars gais

LILIANNE LACROIX

C'EST SEULEMENT en 1997 que l'éclosion d'hépatite A qui avait frappé la communauté gaie de Montréal s'est manifestée au Saguenay. Comme les intervenants communautaires éprouvaient d'énormes difficultés à rejoindre les homosexuels et bisexuels de la région, ils ont décidé de prendre le taureau par les cornes et d'aller rencontrer la clientèle directement sur le terrain : dans les bars gais.

Les tenanciers de bars auraient pu les renvoyer de belle façon mais le projet étant bien présenté, ils ont plutôt choisi d'offrir ce nouveau service à leurs clients, moyennant promesse d'une extrême discrétion. Il faut dire qu'on a agi avec doigté. Organisateur communautaire et lui-même membre de la commu-

nauté gaie qu'il connaît bien, Camille Harvey a été envoyé en éclaireur pour tâter le terrain. Le reste s'est fait tout naturellement. Les intervenants sont débarqués avec leurs paravents pour assurer la confidentialité des échanges tout en évitant de briser l'atmosphère festive du bar.

Jusqu'à maintenant, 146 clients ont accepté d'être vaccinés et 46 % d'entre eux ont même complété la série de trois vaccinations qui leur assure le maximum de protection. « Mon point de vue est peut-être minoritaire, mais en santé communautaire, il me semble qu'on doit aller vers les gens. Notre modèle pourrait être transposé n'importe où, en autant qu'il y a un lieu de rencontre gai, qu'il s'agisse d'un bar, d'un sauna ou de tout un quartier comme à Montréal », déclare Lucie Bellefeuille, infirmière et chargée du dossier.

Avec le temps, on a appris à s'ajuster. L'heure idéale pour débiter, c'était 17 h et on pouvait poursuivre jusqu'à 20 h. Plus tard, les clients, un peu éméchés ou en plein party, n'avaient plus la tête à ça.

« À la fin, on était devenu un facteur de croissance économique », déclare M. Harvey. Les clients venaient spécifiquement pour nous voir et nous consulter. Au début, on avait prévu quatre visites, mais vu la demande et l'intérêt, on est retournés onze fois. »

De la même façon, l'équipe de Mme Bellefeuille assure une présence auprès des jeunes avec les in-

firmières de rue qui se déplacent un après-midi par semaine pour rencontrer la clientèle dans les cafés-jeunesse et les maisons de jeunes : « La clientèle à risque ne vient pas nous voir. Si on ne va pas vers eux, on ne les atteindra jamais », déclare l'infirmière. La prostitution de rue ou le racolage dans les bars n'existant pratiquement pas dans la région, on a rejoint les escortes de la même façon que leurs clients : par les petites annonces des journaux et grâce au bouche à oreille. On a ainsi pu vacciner un bon nombre : « Il faut accepter de courir après la clientèle et de passer par les travailleurs de rue. La job d'infirmière communautaire, c'est ça. »



CHUM
HÔPITAL NOTRE-DAME
MÉDECINE DENTAIRE
Dr Yves Boivin,
spécialiste en chirurgie
buccale et maxillo-faciale
et ses collègues du service de
médecine dentaire
offrent des soins complets
● **IMPLANTS DENTAIRES**
Pour renseignement et consultation,
(514) 735-0324
ou
(514) 890-8000
Poste 26640 ou 26686



YVES BOISVERT

CHAQUE
MERCREDI,
VENDREDI
ET
SAMEDI.

La Presse
cyberpresse.ca

RONFLEMENT
CENTRE DU RONFLEMENT DE MONTRÉAL
(514) 327-5060
TRAITEMENTS AU
LASER
PAR DES OTO-RHINO-LARYNGOLOGISTES
www.ronflement.qc.ca

**INFECTION
DE LA
GENCIVE**

De nombreux adultes sont touchés par une infection de la gencive et présentent des problèmes de saignement caractéristiques. Nous utilisons une technique qui permet de contrôler la flore buccale et d'améliorer ces problèmes.

Vous avez accès à la représentation visuelle de la guérison grâce au microscope et à l'ordinateur.

Centre dentaire Mark Bonner, d.m.d.
5775, boul. Jean-XXIII, Trois-Rivières-Ouest
Tél. : 1 866 GENCIVE ou 1-866-436-2483
www.parodontite.com

Dystrophie: de l'espoir

DES CHERCHEURS de l'Université du Manitoba et de l'Université McGill, qui travaillent sous la direction du Dr Klaus Wrogemann, ont annoncé avoir découvert le gène responsable de la dystrophie musculaire des ceintures de type 2H, qui se caractérisent par une faiblesse au niveau des muscles du bassin et des épaules.

La découverte de ce gène combinée aux récentes percées de la recherche génétique constituent un pas de plus dans la compréhension des caractéristiques de la dystrophie musculaire et une éventuelle mise au point de traitements encore plus appropriés.

CONCOURS • BELLE NEIGE



5 JOURS POUR SEULEMENT

45\$

C'EST LES VACANCES SCOLAIRES! Profitez des forfaits **COUP DE SOLEIL** de Belle Neige. Skiez du lundi au vendredi, oui, cinq jours pour seulement 45 \$ par personne ou deux adultes et deux enfants à seulement 45 \$ par jour.

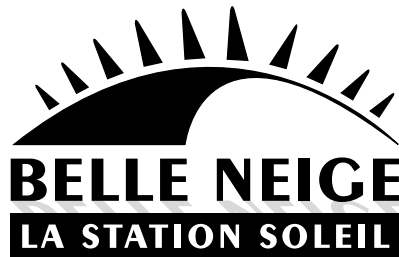
À GAGNER...

Courez la chance de gagner un des 30 forfaits familles (4 billets pour une journée)

Nom :	Prénom :	Âge :
Adresse :	App.	
Ville :	Code postal :	
Téléphone rés. :	Téléphone bur. :	

Complétez et postez ce bon à **CONCOURS BELLE NEIGE ET SOLEIL** 6820, route 117, Val Morin (Québec) J0T 2R0. Règlement disponible à La Presse. Une valeur totale de 3,120.00 \$. Les fac-similés ne sont pas acceptés. Tirage le 4 mars 2002.

La Presse



Sortie 76, Autoroute 15 Nord, Val Morin **514 990 4346**

Au-delà du burnout, il y a de l'espoir...



Parce qu'un burnout peut être apprivoisé!

À la découverte de nouveaux horizons, avec vous, depuis 25 ans.

UN MONDE DIFFÉRENT
25 ANS
(450) 656-2660 • EN LIBRAIRIE MAINTENANT

ÉLAN



Une sortie qui a du chien...

ANNE PÉLOUAS
collaboration spéciale

Dites «Yukon Quest» et je vous répondrai «Fairbanks (Alaska)» avant de vous quitter pour l'un de mes rêves préférés d'aventure non encore assouvie, comme à l'évocation des mots «Ellesmere», «Monts Torngat» et même «Anticosti» plus près de nous... Le plein air dans la tête, c'est un peu comme les Jeux olympiques à la télé: un peu, c'est bien... mais l'envie me démange vite d'aller jouer dehors !

Ce jour-là, en regardant vers le nord, j'ai eu une pensée émue pour la quarantaine de valeureux participants qui avaient pris, bien loin de là, le départ de la Yukon Quest, l'une des plus réputées et des plus difficiles courses de traîneaux à chiens au monde... À preuve, il en resterait moins de trente à l'arrivée. Pour moi, l'aventure s'annonçait beaucoup plus douce...

Ils étaient bien sagement couchés dans la neige, côte à côte et alignés derrière Bear, le grand chef. Juste avant d'être attelés, ces chiens magnifiques avaient lancé leur cri de ralliement dans un choeur du plus bel effet. Quelques minutes plus tard, les sages se feraient loups, dévalant les côtes et bandant leurs muscles pour grimper dans la forêt. Et nous, nous tenterions, vaillle que vaillle, de les suivre. Bienvenue dans la meute!

Certains pensent que le traîneau à chiens est une activité plutôt «pépère», une occasion de se balader en forêt en regardant le paysage. Et c'est sans doute parfois vrai: on peut se faire tirer par de gentils chiens un peu balourds comme on peut monter un cheval quasi-de trait... Nos dix chiens étaient au contraire très fringants, sans doute à l'image de notre «premier de corde», musher de métier et de passion, qui dirige Les expéditions Inukshuk.

Quand Charles Cloutier, dit «Charlie», donnerait le signal du départ de notre «train» – quatre chiens devant lui sur une planche à neige(!), trois chiens tirant un premier traîneau, puis trois autres avec un second traîneau, le tout relié par une corde – nous serions littéralement projetés en avant, un peu comme sur un «tire-fesses» de station de ski alpin. Charlie nous avait bien prévenus: ces huskies, qui tirent facilement trois fois leur poids, ont du sang mêlé avec des loups canadiens... L'appel de la forêt, ils l'ont dans le corps et nous ferions vite les frais de leur

envie de foncer si nous n'apprenions pas rapidement à «jouer» avec eux.

Après deux ou trois faux départs et les premiers bleus aux bras, nous voici bien concentrés. Les deux mains crispées sur le traîneau, les deux pieds sur les skis latéraux, c'est parti! Le plus dur est fait quand on a passé le cap de l'«envolée» initiale mais à la moindre défaillance, les départs se répètent! Il faut rester bien concentré pour suivre les courbes du terrain et négocier les virages. Pas le temps de profiter du paysage, sauf sur terrain plat. Dès qu'on monte un peu, le cardio est mis à contribution. On descend du traîneau (sans lâcher les mains) et on court pour aider les chiens, puis on saute à nouveau sur les skis. Évidemment, il faut aussi courir, et encore plus vite, si l'on a lâché le traîneau... car les chiens ne vous attendent pas. Pour freiner, il faut avoir des abdos, étendre les bras, s'étirer le corps vers l'arrière et descendre des skis pour jouer du talon dans la neige... et resauter sur les skis. Dans les cas d'urgence, on sautera sur le frein du traîneau.

Quand on aura pris un peu d'expérience, au bout d'une heure ou deux, on prendra goût aux transferts de poids, à deux pieds sur un ski ou l'autre pour faire tourner le traîneau sans tomber avec lui dans la neige folle ! Ici commence le vrai plaisir...

Si le traîneau à chiens, c'est du sport (mes muscles s'en souvenaient le lendemain), imaginez le skijoring avec chiens et planche à neige, ou chiens et skis de fond... Avis aux amateurs de sensations plus fortes encore !

Adresses utiles en Outaouais:

>Les Expéditions Inukshuk: à Duclos. Tél. 1 (819) 456-3053 (traîneau à chiens: 50 \$ l'heure, 95 \$ pour 5h30 d'expédition par personne, 150 \$ pour deux; aussi skijoring et vélocross avec chiens l'été !)

>Club Véloski Petite-Nation: à Ripon. Tél. 1 (819) 983 3303 - 50 \$ l'heure, 100 \$ le fofait aventure

>Aventures Nordik: à Val-des-Monts. Tél. 1 (819) 671-7273 - à partir de 50 \$ le forfait.

>Les randonnées Chez Marcel: à Saint-André-Avellin. Tél. 1 (819) 983-2986. Forfaits à l'heure, demi-journée journée ou plus



LE COURRIER DE JOSÉE



JOSÉE LAVIGUEUR
collaboration spéciale

Vous voulez poser des questions à Josée Lavigueur sur le conditionnement physique? Expédiez un courriel à actuel@lapresse.ca ou laissez un message dans notre boîte vocale: (514) 350-4923.

Q JOCELYNE: J'aimerais savoir quels exercices je peux faire à la maison pour raffermir les muscles des fesses. Aussi que penses-tu des appareils à exercice dits multifonctionnels vendu dans les magasins et aussi au canal info-pub. Est-ce vraiment aussi efficace que l'on dit ?

R JOSÉE: Les appareils qui sont vendus partout, à la télé ou dans les magasins ont très souvent un bon côté. Je me souviens du «Ab-Roller». Tous les spécialistes (incluant moi-même) ont dit que ce n'était pas une bonne idée d'assister les abdominaux ainsi, que si on apprenait à travailler de cette façon, c'est-à-dire avec une certaine dépendance, on ne pourrait jamais travailler avec la bonne technique. Pourtant, j'ai réalisé avec le recul, que pour certaines personnes, s'il n'y avait pas ce moyen, il n'y en avait pas d'autre. Donc, je pense qu'il faut constamment se servir de son jugement. Cet appareil a donc été, pour plusieurs personnes avec une mauvaise condition physique un outil pour démarrer. Sans cet outil, qui leur a appris la bonne position, ils n'auraient même pas daigné faire quatre redressements assis sans abandonner. Il faut être prudent et ne pas condamner tout

ce que l'on voit. Il faut se demander si cet instrument ne pourrait pas servir à motiver quelqu'un de plus. Si oui, alors, cet objet a sa place.

Tout est une question de besoin. Je ne connais pas les vôtres et il vous faudra vous demander si vous avez réellement besoin de ce type d'appareil et surtout, si vous pensez être prête à l'utiliser pendant plusieurs mois, voire des années.

Il y a un exercice qui est excellent pour les fesses et les cuisses et qui se fait du haut d'une marche, dans le bas d'un escalier: Placez-vous sur la dernière marche du bas, face à l'escalier (pour plus d'intensité prenez la deuxième marche, mais tenez-vous à la rampe. Faites un grand pas vers le bas de l'escalier, derrière vous. Descendez jusqu'à ce que votre jambe avant soit dans un angle de 90 degrés et remontez sans aucun élan, juste avec la contraction de vos fessiers et de vos cuisses. Faites le mouvement huit à 12 fois avec la même jambe puis inversez. Tenez-vous bien droite et ne laissez pas votre tronc se balancer.

Q JEAN TREMBLAY, LAC ST-JEAN: Je travaille dans un immense entrepôt et on nous recommande de porter une ceinture de soutien pour le dos, même si on n'a aucun problème de dos. Je ne me sens pas bien avec ce truc et j'ai l'impression de que ce n'est pas une bonne idée du tout. Qu'en penses-tu?

R JOSÉE: Vous avez un bon instinct M. Tremblay. Place-t-on un bandage sur un bras qui n'est pas blessé? Ce genre de ceinture est une béquille sur laquelle votre dos et tous les muscles stabilisateurs de votre tronc voudront désormais s'appuyer si vous vous résignez à la porter à tous les jours. Nous avons cette ceinture naturellement, pourquoi la remplacer? Notre ceinture naturelle se nomme le «muscle transverse». Il s'agit d'un des quatre muscles que l'on nomme les abdominaux. Il est le plus profond. Il part de la colonne vertébrale, des deux côtés, fait le tour de votre abdomen et

vient s'attacher sur «la ligne blanche» (une bande de tissus conjonctifs qui sépare nos abdominaux en deux moitiés, à l'avant, en ligne avec le nombril). Ce muscle (ainsi que plusieurs autres) est fortement sollicité dans tous les mouvements que nous effectuons à tous les jours. Il existe des exercices spécifiques pour renforcer les stabilisateurs, mais il ne faut surtout pas leur enlever leur rôle en les remplaçant par un «intrus». Les employeurs remettent ces ceintures avec plein de bonnes intentions, je le sais bien, mais l'effet sera contraire. Le jour où vous ne porterez pas votre ceinture, vous surprendrez votre tronc (qui aura perdu tous ses réflexes et son tonus) par un geste des plus banal et vous vous blesserez. Suggérez plutôt à votre patron de trouver une personne compétente pour vous prescrire un petit programme d'exercice adapté à votre travail. Un investissement moins grand que les ceintures et pourtant 100 fois plus payant!

Q YOLANDE: Je suis diabétique depuis quelques années et j'ai 62 ans. Depuis le Nouvel An, je fais 30 minutes de bicyclette stationnaire et cinq minutes de «striker walker» (debout sur des pédales, on a l'impression de faire du jogging). Croyez-vous que c'est suffisant pour reprendre la forme physique et également pour perdre du poids. Je suis obèse. Je vous remercie à l'avance pour votre collaboration.

R JOSÉE: En tout cas c'est une très belle initiative, et toute activité physique, aussi courte qu'elle soit, ne sera jamais, JAMAIS du temps perdu!

Vous ne me parlez pas de fréquence mais je vous propose d'utiliser vos appareils trois ou quatre fois par semaine. Réduisez le temps si vous le voulez, mais essayez d'en faire régulièrement. Vous pouvez varier vos entraînements pour prévenir la monotonie. Variez le temps sur chacun des appareils. Allez faire une bonne marche rapide à l'occasion pour 30 ou 40 minutes. Bravo et je vous souhaite de persévérer!

SCIENCES

EN BREF

De l'origine des oiseaux

UN PETIT dinosaure de quelque 130 millions d'années, d'une espèce inconnue jusqu'ici et dont l'anatomie fournit notamment des éléments d'information sur l'évolution des oiseaux, a été découvert en Chine, a annoncé une équipe sino-nord-américaine dans la revue *Nature*. Ce dinosaure, qui a reçu le nom scientifique de *Sinovenator changi* (de « Sinae », chinois, et « venator », chasseur en latin, pour le genre, le nom d'espèce honorant Meeman Chang, de l'Institut chinois de paléontologie et de paléoanthropologie), est un petit théropode (dinosaur bipède) carnivore de moins d'un mètre de long, qui a été classé parmi les représentants les plus anciens de la famille des troodons. Grâce au squelette incomplet de *Sinovenator* (boîte crânienne partielle, os d'épaule, fémur, tibia...), trouvé dans la formation géologique du Yixian, les scientifiques dirigés par Xing Xu, de l'Institut de paléontologie, et ses collègues chinois, américains et canadiens, sont arrivés à la conclusion que cet animal présentait en particulier des similitudes anatomiques avec le « doyen » des oiseaux, Archéoptéryx, mais aussi avec certains autres petits dinosaures carnivores comme les droméosaures. Pour les auteurs de la découverte, *Sinevenator*, le plus primitif des troodons, fournit donc des éléments d'information clés sur l'évolution, puisqu'il se trouvait à une bifurcation qui a conduit d'une part aux oiseaux et d'autre part aux dinosaures « chasseurs ».

Bactéries contre l'Alzheimer

DES SCIENTIFIQUES australiens estiment que des bactéries trouvées sur la Grande barrière de corail pourraient permettre à l'homme de mieux lutter contre des maladies dégénératives comme les maladies de Parkinson ou d'Alzheimer. Des chercheurs de l'Institut australien des sciences marines ont découvert que des bactéries, qui vivent à la surface des coraux et qui sont exposées aux rayons ultra-violets favorisent le développement de l'enzyme Q, un puissant antioxydant, produit par toutes les cellules vivantes. Selon le Pr Walt Dunlap, cette découverte pourrait aider l'homme à lutter contre le phénomène d'oxydation, l'un des éléments du processus de vieillissement. « Si l'on arrive à déterminer comment ces bactéries régulent cette fonction alors on pourra peut-être dupliquer cette régulation pour les êtres humains », a-t-il déclaré.

Les Mayas et le climat

LE CLIMAT dans le Mexique méridional s'est modifié à la suite de l'effondrement de la civilisation Maya, selon des chercheurs néerlandais qui ont pu mettre montrer, à partir de pollens fossiles, que le climat est devenu beaucoup plus sec à cette époque. L'apparition de cette sécheresse serait à rapprocher du dépeuplement de la région, suggèrent ces chercheurs qui, sachant que les plantes ne poussent que dans certaines conditions, ont pu reconstituer de façon précise à partir des grains de pollens, les données climatiques dans la région considérée. Le changement climatique, selon les paléo-écologistes de l'Institut de Biodiversité (Université d'Amsterdam), se serait produit 1000 ans après J.C, soit 100 ans après le déclin de l'empire Maya, qui s'était épanoui au sud du Mexique et au nord du Guatemala, indique un communiqué de l'université d'Amsterdam reçu à Paris. Les habitants de la région, une fois disparue cette civilisation organisée, ont détruit beaucoup de vie sauvage et de zones cultivées. Ce qui a entraîné une érosion, puis un processus d'évaporation et donc une baisse des précipitations.

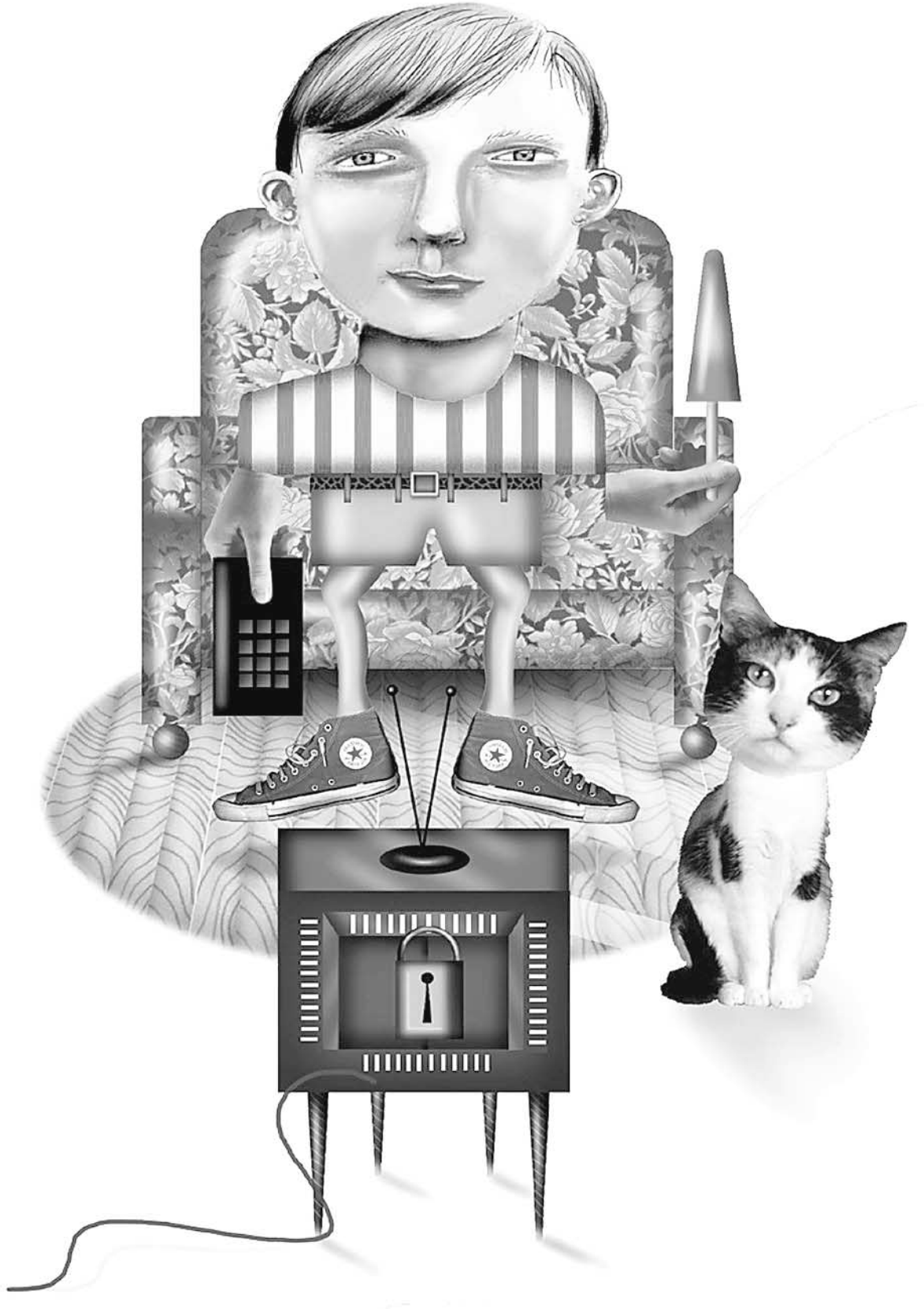
Développement du visage

DES CHERCHEURS de l'Université de la Colombie-Britannique sont parvenus à faire croître deux becs sur un embryon de poulet en manipulant le code génétique et différents facteurs de croissance. Publiés dans le journal *Nature*, les résultats de ces travaux permettront aux scientifiques d'avancer dans la connaissance du développement normal du visage ou peut-être même des causes des difformités. « Cette recherche nous aidera à mieux identifier les gènes qui interviennent dans le développement d'un visage normal. Et ces gènes sont les mêmes qui agissent chez les humains », affirme le principal auteur de la recherche, le Dr Joy Richman, une dentiste pédiatre spécialisée dans la biologie de la croissance. « Ces travaux nous donnent des indications intéressantes sur la façon dont les gènes construisent le visage à partir de plusieurs endroits différents, renchérit le Dr Janet Rossant, une autre spécialiste dans le domaine travaillant au Samuel Lunenfeld Research Institute, de l'hôpital Mount Sinai, à Toronto. En utilisant un poulet pour modèle, nous pouvons mieux comprendre comment le visage se développe et quels sont les facteurs qui interviennent dans l'apparition des difformités. » Le deuxième bec est à angle droit du premier et n'a pas de narines, ce qui, pour les chercheurs, signifie que la croissance des narines est gouvernée par d'autres gènes. « C'est (un bec) presque parfait », affirme Mme Richman, en admettant qu'elle et ses collègues ne s'attendaient pas à une telle réussite.

Sevrage tabagique personnalisé

ARRÊTER DE FUMER n'est pas facile. Tous les accros au tabac le savent, qui se sont vu proposer différentes méthodes de sevrage. Pour améliorer le traitement et le personnaliser, les médecins tabacologues ont désormais recours au dosage de marqueurs spécifiques du tabac, notamment de la cotinine urinaire, produit de dégradation de la nicotine. « La nicotine n'est pas le marqueur idéal, sa concentration fluctue et son élimination dans l'urine est faible », a expliqué à l'Associated Press le Dr Nelly Jacob, biologiste, service de biochimie du groupe hospitalier parisien Pitié-Salpêtrière. « La cotinine, en revanche, est éliminée en grande quantité dans l'urine. On sait par exemple qu'une quantité de cotinine comprise entre six et 150 microgrammes par litre, correspond au tabagisme passif. Au-delà, selon les quantités retrouvées, le médecin sait qu'il a affaire à un moyen ou un gros fumeur », a-t-elle ajouté, précisant qu'une quantité comprise entre « 50 et 150 microgrammes correspondait aussi bien à un petit fumeur qu'à une personne victime de tabagisme passif ». En pratique, seul ce dosage urinaire permet au médecin de délivrer le timbre à la nicotine adapté.

— d'après AFP, PC et AP



Le Nord-Américain moyen consacre trois heures par jour à l'écoute de la télévision, soit plus de la moitié de son temps libre.

PHOTO NEWSCOM

Une drogue dure, la télé?

BERNARD ANTOINE BACON
collaboration spéciale

La télévision créerait une dépendance qui ne serait pas qualitativement différente de celles produites par l'alcool, la cigarette, le jeu ou la cocaïne. Qui plus est, selon les chercheurs américains Robert Kubey et Mihaly Csikszentmihalyi, ce n'est pas tant le contenu de la programmation, qu'il soit violent ou amoral, qui représenterait un danger. C'est le médium lui-même.

Un constat qui pourrait bien faire tiquer Homer Simpson, ce populaire personnage de bande dessinée qui adore végéter devant le petit écran. Et il n'est pas le seul. Le Nord-Américain moyen consacre environ trois heures par jour à cette activité, soit plus de la moitié de son temps libre.

Malgré cette apparente dévotion, le téléspectateur assidu entretient souvent une relation amour/haine avec l'objet de son culte. Des sondages Gallup, conduits en 1992 et 1999, révèlent que deux adultes sur cinq et sept adolescents sur dix croient qu'ils passent trop de temps devant leur appareil.

Kubey et Csikszentmihalyi ne soutiennent toutefois pas que de regarder la télévision soit nécessairement néfaste. La télé, disent-ils, peut distraire, amuser, instruire et elle peut aussi atteindre des sommets esthétiques. Le problème survient lorsque les gens sentent fortement qu'ils ne devraient pas la regarder autant mais réalisent qu'étrangement ils sont incapables de réduire leur temps d'écoute.

On dit de quelqu'un qu'il est dépendant d'une substance si : il passe beaucoup de temps sous son influence, l'utilise plus qu'il en avait l'intention, pense souvent et tente répétitivement d'en réduire la consommation, sacrifie des activités familiales, sociales ou liées au travail pour s'adonner à son usage et subit des symptômes de retrait lorsqu'il cesse de s'en servir. Les gens qui regardent beaucoup de télévision répondent à tous ces critères.

Pour étudier en détail la relation entre la télévision et son auditoire dans la vie de tous les jours, Kubey et Csikszentmihalyi ont conduit leurs études dans l'environnement naturel des téléspectateurs plutôt que dans un laboratoire. Les participants portaient un « beeper » et rece-

vaient un signal de six à huit fois par jour, à des heures aléatoires, tout au long d'une semaine. À chaque signal, ils devaient inscrire dans une grille standardisée ce qu'ils faisaient et comment ils se sentaient.

Comme on pourrait s'y attendre, ceux qui regardaient la télévision se disaient détendus et passifs. Des études en laboratoires ou l'activité cérébrale est enregistrée au moyen d'un électroencéphalogramme (EEG) appuient ces résultats. Le cerveau du téléspectateur est beaucoup moins actif que celui du lecteur.

Le plus intéressant, c'est que le sentiment de détente s'estompe rapidement lorsqu'on éteint l'appareil alors que la passivité persiste beaucoup plus longtemps. Lors de sondages, les gens rapportent souvent que la télévision a absorbé toutes leurs énergies, ainsi que leur concentration.

De plus, la détente revient rapidement dès que l'appareil est de nouveau allumé parce que les gens associent l'écoute et l'absence de tension. Cette association est doublement renforcée car le téléspectateur reste détendu tout au long de l'écoute (renforcement positif) et retrouve son stress dès que l'image disparaît (renforcement négatif). C'est là le double pouvoir des substances qui mènent à la dépendance.

Le parallèle le plus convaincant entre la télévision et les substances qui créent une dépendance est probablement la présence de symptômes de retraits lorsqu'on en cesse l'usage du jour au lendemain. Charles Winick, de la City University de New York, a étudié des familles volontaires pour vivre sans télévision : « Les trois ou quatre premiers jours étaient les pires... les routines étaient dérangées, les familles avaient de la difficulté à s'adapter au nouveau temps libre, l'anxiété et l'agressivité étaient exprimées ouvertement. » Plusieurs familles volontaires n'ont pu compléter leur mois ou même leur semaine d'abstinence.

Le pouvoir de l'image

Pourquoi est-il si difficile de détacher notre regard de la télévision ? L'effet hypnotique de l'écran dépend en grande partie de la « réponse d'orientation » des organismes face à un stimulus nouveau ou soudain. Ivan Pavlov fut le premier à décrire cette réponse dérivée de l'avantage évolutif de détecter rapidement et effica-

cement le mouvement. Le rythme cardiaque ralentit et le flot sanguin vers les muscles diminue alors que le flot sanguin vers le cerveau augmente. Pour quelques secondes, le cerveau tente d'en savoir plus alors que le reste du corps attends.

Des études ont démontré que le format des émissions de télévision, plus particulièrement les coupures rapides, les zooms, les changements de plans et les bruits soudains, activaient cette réponse d'orientation. Dans les commerciaux, les vidéos et les séquences d'action, les changements soudains se suivent à un rythme supérieur à un par seconde, activant ainsi la réponse d'orientation de manière continue. C'est la forme et non le contenu de la télévision qui est unique... et créatrice de dépendance.

Kubey et Csikszentmihalyi insistent sur le fait que le danger ne vient qu'avec l'usage excessif de la télévision. Comme c'est le cas pour d'autres douceurs humaines, « la modération à bien meilleur goût ». Leurs études montrent par exemple que ceux qui regardent la télévision plusieurs heures par jour sont plus anxieux et moins à l'aise dans des situations « non structurées », comme ne rien faire ou attendre en ligne.

D'autres études montrent que ceux qui se décrivent comme « accros de télé » s'ennuient plus facilement, sont plus distraits et ont plus de difficultés d'attention que les non-accros. De plus, ils font moins de sport et participent moins aux activités de leur communauté. Ils ont aussi une plus forte chance de souffrir d'obésité.

Est-ce que les gens écoutent trop la télévision parce qu'ils sont seuls et qu'ils s'ennuient ou sont-ils seuls et s'ennuient-ils parce qu'ils écoutent trop la télévision ? C'est un cas classique de l'oeuf et de la poule, mais la plupart des chercheurs sont enclins à dire que l'écoute excessive est plus cause que conséquence.

Les recherches sur les jeux vidéos et l'Internet sont beaucoup plus rares mais les mêmes principes s'appliquent. La différence majeure est, bien sûr, l'interactivité qui, selon certains chercheurs, augmenterait l'emprise de l'image sur le cerveau.

Avec l'augmentation exponentielle des médias visuels, il est de plus en plus difficile de contrôler ses habitudes d'écoute. On doit se poser la question : la télévision est-elle un loisir ou un mode de vie ?

TÊTES D'AFFICHE



Importantes contributions d'Hydro-Québec et de Power Corporation à la Fondation Charles-Bruneau

Président de la campagne corporative de la Fondation Charles-Bruneau (soutenant le centre de cancérologie pour enfants), André Caillé, à titre de PDG d'Hydro-Québec a offert une contribution de 500 000 \$. Participaient à la remise du chèque symbolique : Pierre Bruneau (vice-président de la fondation), Michel Bouchard, M. Caillé, Raymond Bachand (groupe Secor, vice-président de la campagne), Romain Saint-Laurent et Jules Maltais, de la Fondation Charles-Bruneau. À droite, André Desmarais (au centre) président et co-chef de la direction de Power Corporation, a personnellement présenté une contribution de 200 000 \$ à la grande campagne de souscription de la Fondation Charles-Bruneau (soins et recherche en oncologie pédiatrique). Étaient de la remise du chèque symbolique, du cabinet de campagne et de la fondation : Jules Maltais, Michel Bouchard, André Caillé, André Desmarais, Romain Saint-Laurent, Raymond Bachand, et Pierre Bruneau.



Généreux soutien à Louis-H. Lafontaine

La direction de l'hôpital Louis-H. Lafontaine a tenu à souligner récemment le généreux soutien de la Fondation Gamelin (créée en l'honneur de mère Émilie Gamelin, des Filles de la Charité servantes des pauvres, aussi appelés soeurs de la Providence, mère Gamelin ayant participé à l'instauration de l'hôpital Saint-Jean de Dieu devenu l'hôpital Louis-H. Lafontaine). Cette fondation a en effet donné plus d'un million de dollars en 25 ans à l'hôpital psychiatrique montréalais. Ont participé à la soirée de reconnaissance de ce riche partenariat : soeur Blanche Dupont, de la fondation Gamelin ; André Lemieux, directeur général de l'hôpital ; Carmen Cantin, infirmière ; soeur Marie-Paule Levaque, et Me Robert Lafleur, tous trois de la fondation charitable.



Appui des employés de Bombardier à Suicide Action Montréal

Les employés de Bombardier ont choisi d'appuyer la cause de Suicide Action Montréal en offrant un don de 90 000 \$ à cet organisme de prévention du suicide auquel le Fonds de bienfaisance des employés de Bombardier avait fait un don de 40 000 \$ l'an dernier. Cet argent a servi à former des adultes pour venir en aide aux jeunes, ces adultes étant devenus des ressources pour intervenir dans des situations de crise suicidaire. On a aussi pu acheter des ordinateurs pour les intervenants de Suicide Action Montréal. Étaient de la présentation du chèque symbolique : Dominique Forand, présidente du Fonds de bienfaisance des employés de Bombardier ; Jacques Perron et Brigitte Lavoie, de Suicide Action ; et Claude Cadieux, du Fonds de bienfaisance des employés de Bombardier.



Don de la SAQ à la faculté de droit de l'UdM

La Société des alcools du Québec a choisi d'orienter sa contribution à la grande campagne de souscription de l'Université de Montréal (un don de 250 000 \$) vers la faculté de droit, pour y créer une chaire sur le droit des technologies de l'information et du commerce électronique. Participaient à l'annonce de cet investissement : Gérard Plouffe, vice-président de la SAQ ; Me Michel Racicot, président du comité de campagne pour la nouvelle chaire en législation du cyberspace ; et Jacques Frémont, doyen de la faculté de droit.

Une quinzaine d'organismes communautaires de l'ouest de Montréal, bénéficiaires de la campagne de souscription annuelle de Partage-action de l'Ouest-de-l'île, dresseront des stands d'information sur leurs activités, à l'occasion de la remise officielle de subventions par l'organisme de collecte et de distribution de dons à l'intention des organismes communautaires du secteur ouest de Montréal. Le tout a lieu au centre culturel de Pierrefonds, 13850, boulevard Gouin Ouest, Pierrefonds.

Ont mérité de recevoir la Médaille de la bravoure du Gouverneur général pour acte héroïque : Mark Gilligan, de Verdun, Lionel Guimont, de Saint-Anaclet, et Dany Leblanc, de Saint-Anselme, qui ont chacun secouru une personne emprisonnée dans un véhicule enflammé ; Anna Bouchard, d'Alma, et Jacques Fortin, de Notre-Dame-du-Rosaire, qui ont porté secours à une femme qui se faisait attaquer ; et Michel Gionet, de Beauport, pour le sauvetage de deux jeunes échoués sur un récif au milieu du Saint-Laurent.

La maison d'hébergement pour femmes (et leurs enfants) victimes de violence conjugale La Dauphinelle, par l'entremise de sa porte-parole la comédienne Sophie Prigent, et sa présidente, Renée Saint-Charles, a tenu à remercier chaleureusement les employés de McGraw-Hill-Chenelière, représentés par Hélène Day, pour leur don de paniers de Noël, ainsi qu'un don en argent (1000 \$) de la Fondation de la Chenelière. Grâce à ces généreuses contributions, les femmes et enfants hébergés dans cette ressource communautaire ont pu vivre un plus heureux temps des fêtes.

Besoin d'une oreille attentive ? Dans le brouhaha du quotidien, pour les âmes en peine, au Complexe Desjardins, on trouve, depuis plus d'une vingtaine d'années, un centre d'écoute, Le Havre. On peut s'y livrer en toute confidentialité, en face à face comme par téléphone, aux heures d'ouverture, du lundi au vendredi, de 9h à 17h. Tél. (514) 982-0333.

Le collège Sainte-Anne-de-la-Pocatière qui a perdu récemment l'un de ses anciens et ex-supérieur, Mgr Marius Paré, vient de lancer une campagne de souscription visant à recueillir un million de dollars d'ici cinq ans. Présidée par Jean-Paul Cloutier, cette campagne de financement peut compter sur une douzaine de présidents d'honneur dont : le juge Pierre Blais, le professeur et musicien Antoine Bouchard, Jean-Yves Leblanc (Bombardier), Dr Urgel Pelletier, le sculpteur et caricaturiste Raoul Hunter, et Mgr Clément Fecteau.

Première invitation faite aux golfeurs pour participer à un tournoi de golf « bénéfice », organisé par la Fondation hôpital Charles LeMoine en collaboration avec les caisses Desjardins de la Rive-Sud. Placé sous la présidence d'honneur de François Joly (Desjardins sécurité financière), ce tournoi de golf aura lieu le 21 mai, au club de golf Pinegrove. Renseignements : (450) 466-5487.

La Fondation Gustav-Levinschi vient de faire un don de 22 000 \$ à l'hôpital Sainte-Justine qui a consacré cette somme à l'acquisition d'un lit chauffant pour l'unité des soins intensifs. Anita David, secrétaire-trésorière de la Fondation Gustav-Levinschi, a pu juger par elle-même de l'utilisation du don lors d'une visite de l'hôpital pédiatrique.

Gestion bi-eau pure, distributeur d'eau purifiée de Saint-Hubert, vient de remettre les fruits d'une entente de commandite (45 000 \$) à trois organismes communautaires québécois. Ce sont Stéphane Dubé, président-directeur général, et Yves Vincelette, directeur des ventes et du marketing, qui ont remis les dons de 15 000 \$ chacun à la Fondation des maladies du cœur, la Fondation Mira (chiens-guides), et Opération Enfant Soleil (soins hospitaliers pour enfants).

La Fondation des Ailes de la mode continue de faire des heureux non seulement parmi les gagnants de ses tirages, mais aussi chez les organismes communautaires qui vendent des billets de tirage. C'est ainsi que Pierre Hébert remettait récemment 9000 \$ aux représentants de Phobies-zéro, Marie-Andrée Laplante (présidente-fondatrice), et Fernand Bourdon. Phobies-zéro est un groupe d'entraide pour les personnes souffrant d'anxiété, de troubles panique, de phobies et d'agoraphobie. Renseignements : (450) 922-5964, www.phobies-zero.qc.ca

La Fondation de la famille Poirier, par l'entremise de Jacques Poirier, a remis un don de 5000 \$ à l'hôpital Marie-Clarac, représenté par sa directrice générale, soeur Pierre-Anne Mandato, et Remo Zeppilli, président de la fondation hospitalière.

Les enfants handicapés peuvent bénéficier de votre aide par le biais de la Société des timbres de Pâques, qui compte recueillir 500 000 \$ de sa campagne de financement reposant sur l'envoi par la poste d'étiquettes personnalisées. L'argent amassé est affecté à l'achat d'équipements spécialisés pour des enfants handicapés. Renseignements : Société des timbres de Pâques du Québec, 615, boulevard René-Lévesque Ouest, bureau 1220, Montréal H3B 1P5. Tél. (514) 866-1969, ou 1-800-263-1969, www.timbresdepâques.qc.ca

Le Salon de l'agriculteur vient de s'entendre avec les Jeunes agriculteurs d'élite pour que la tenue du gala de cet organisme coïncide avec la tenue des Journées de champs provinciales qui se dérouleront donc en même temps que le concours Jeunes agriculteurs d'élite, dans le cadre de l'événement agricole qui se tient à Saint-Hyacinthe à la mi-août. Renseignement : <http://salonagr.qc.ca>

Premier lauréat du prix Roger-Blais, créé par l'Association canadienne des rédacteurs agricoles de langue française pour souligner l'excellence des communications d'entreprise dans le secteur agricole et alimentaire. Éric Granger, directeur général de l'Association laitière de la chèvre du Québec, a remporté ce prix, pour la réalisation d'un dépliant intitulé *La route gourmande des fromages fins du Québec*, fruit d'une collaboration avec Yolande Villeneuve, du Conseil de l'industrie laitière du Québec.



Stéphane Dubé



Marie-Andrée Laplante



Jacques Poirier



Hélène Day



Jean-Paul Cloutier



François Joly



Éric Granger

LA CHAIR DISPARUE

- 105 -

Parmi les exposants, la mort de Lanctot était également au centre des conversations. Même s'il n'avait jamais été apprécié par les autres couteliers, les circonstances troublantes de sa mort lui avaient attiré la sympathie générale.

— Moi, ce que j'aimerais savoir, fit Hurt, c'est pourquoi il a été tué.

— Il était toujours mêlé à toutes sortes de combines, répondit José.

— Je veux bien, mais il y a une marge entre fabriquer des faux La-guiroles et s'embarquer dans une affaire qui mène à un meurtre.

— Peut-être qu'il s'est retrouvé pris dans quelque chose de plus gros qu'il pensait.

— Ça fait beaucoup de peut-être.

— En tout cas, au moins, aujourd'hui, il n'y a pas de manif.

Du coin de l'oeil, Hurt aperçut Bréhal qui se dirigeait vers lui. Impossible de l'éviter sans lui faire un affront direct.

José l'aperçut également.

— Je te laisse avec ton admirateur ! fit-il en s'éloignant.

— Traître ! marmonna Hurt.

— Monsieur Hurt ! Mon artiste préféré !

Monsieur Bréhal ! Mon emmerdeur préféré !

Hurt reconnut la voix de Sharp, à l'intérieur de sa tête. Un sourire apparut sur ses lèvres et il fit un léger signe de dénégation.

— Quelque chose qui ne va pas ? lui demanda Bréhal, intrigué.

— Non. Tout va bien.

— J'avais cru... Si jamais je peux faire quelque chose ?

Vous pourriez commencer par disparaître !

— Je vous jure qu'il n'y a rien.

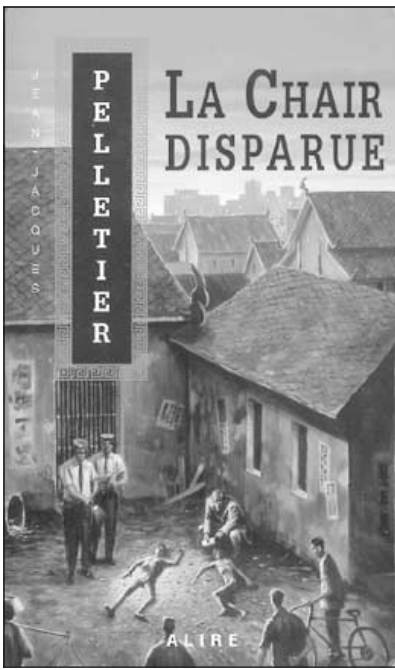
— Tant mieux. J'espère que cette horrible nouvelle ne vous a pas trop troublé.

— C'était... inattendu.

— Je venais juste de lui commander une pièce spéciale.

— A Lucien ? Une pièce spéciale ?

Il y avait de l'étonnement dans la voix de Hurt. Il connaissait les goûts particuliers de Bréhal : ils



impliquaient toujours des connaissances techniques qui dépassaient de loin les capacités de Lanctot. La seule spécialité du Français avait toujours été les couteaux standards enjolivés de garnitures tape-à-l'oeil. À la limite, il pouvait copier des oeuvres pas trop exigeantes. Mais de là à concevoir des mécanismes pour le fonctionnement de la lame ou des accessoires intégrés au couteau !

— Je sais ce que vous pensez, fit Bréhal. Il avait prévu de se faire aider pour la lame.

— La lame ?

— Je lui avais demandé une lame qui peut s'ouvrir sur le côté et qui libère une dizaine de petites lames transversales torsadées qui tournent en se déployant. Le dessus de la lame se soulève et les petites lames sortent deux à deux.

— Un peu pervers, non ?

— C'est pour la beauté du mécanisme. Mais puisque mon contrat est maintenant annulé, peut-être que...

No way !

— Je ne suis pas intéressé.

— Vous ne voulez pas me vendre l'Armada. Vous ne voulez pas

prendre de contrats... Je vais finir par croire que vous avez quelque chose contre moi.

— Où allez-vous chercher ça !

— Je suppose que je dois me faire une raison, répondit Bréhal. En tout cas, si jamais vous avez besoin de quoi que ce soit — je dis bien quoi que ce soit, je ne parle pas uniquement d'argent —, soyez assuré que je me ferai toujours un plaisir de vous venir en aide.

— Je n'ai vraiment besoin de rien.

— Qui sait ce qui peut arriver ?

— Vous pensez à quelque chose de précis ? demanda Hurt, d'une voix subitement plus froide.

Comprenant dans quel sens s'orientait la discussion, Steel venait de prendre le contrôle.

— Bien sûr que non ! répondit le Français. Je songeais seulement au fait que l'on vit dans un monde de plus en plus violent. Prenez ce qui est arrivé à Lanctot... Qui aurait pu dire qu'il ne serait pas avec nous aujourd'hui ?.. Vous avez idée de ce qui a pu causer un tel drame ?

— Non.

— Sans doute une affaire qui a mal tourné. À certaines remarques, j'avais cru comprendre qu'il avait un passé un peu trouble... Il faut croire que, d'une façon ou d'une autre, notre passé finit toujours par nous rattraper.

Bréhal se tut quelques secondes, comme pour laisser à Hurt le soin de poursuivre la conversation. Hurt continua de le regarder sans dire un mot.

À SUIVRE

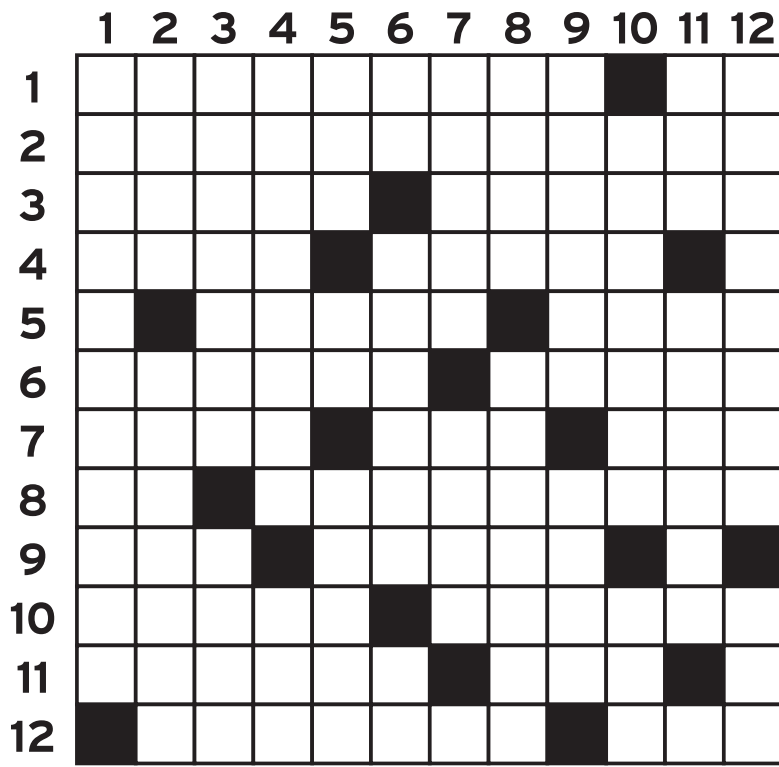


© 1998 Les Éditions Alire Inc. & Jean-Jacques Pelletier

ROM24FR

MOTS CROISÉS

www.hannequart.com



24 février 2002

Q6369

HORIZONTALEMENT

- Suite ordonnée d'opérations aboutissant à un résultat - Ils ne boivent plus.
- Jérémiades.
- D'une couleur jaune dorée - Racontés.
- Fondateur de l'Oratoire - Non-croyant.
- Mouche velue qui capture ses proies en vol - Sur la Côte d'Azur.
- Plat marocain - Infraction.
- Plus jeune - Genre musical chanté algérien - Terme de tennis.
- Île de France - Qui n'est pas noble.
- Rivière d'Autriche - Géniteurs.
- Dans le nord de l'Italie - Tranchants.
- Baigne dans un liquide - Pas nous.
- Dessous du ski - Calme et décontracté.

VERTICALEMENT

- Représentation de la voûte céleste.
- A beaucoup de peine à faire quelque chose - Emplois du temps.
- Zone sombre - Grande station touristique française.
- Arbre fruitier - Petite crêpe de farine de riz.

- Partie d'une rose - Préfixe qui indique la négation - Pratique un acte chirurgical sur.
- Précède le nom d'un homme de bien - Plein de vivacité - Article d'importation.
- On aime bien la recouvrer - Atmosphère spirituelle.
- Il est peuplé en majeure partie par les mormons - Sans intermédiaire.
- Démon marin femelle - Lac italien.
- Partie saillante des pattes d'une ancre - Est cultivé dans un sol submergé.
- Bête qui brait - Brûle à l'église.
- Manière d'être assis à cheval - Bruit.

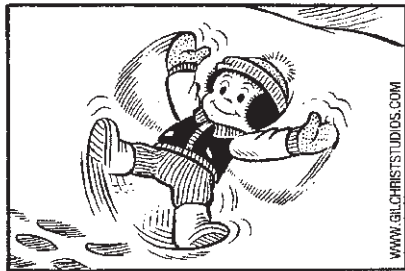
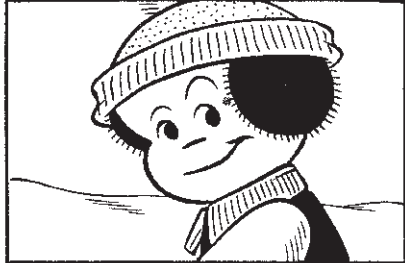
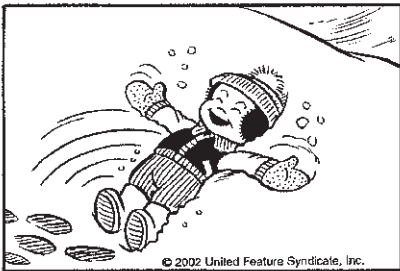
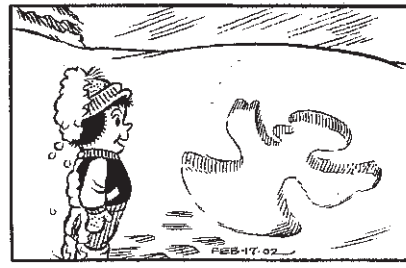
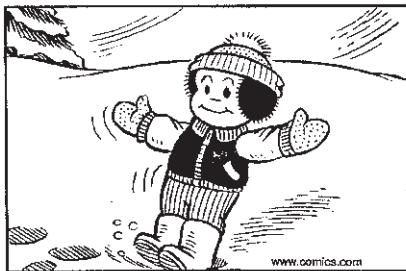
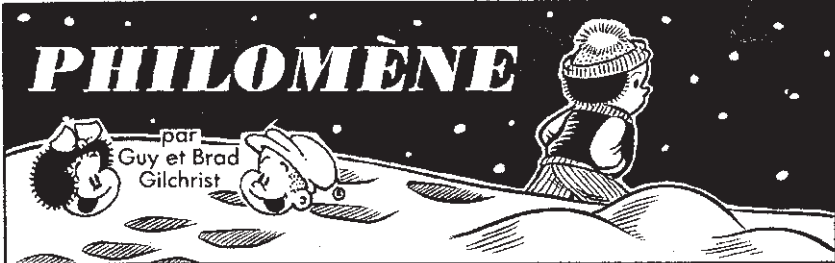
■ SOLUTION AU PROCHAIN NUMÉRO

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	C	O	N	S	I	G	N	E		M	O	T
2	A	V	E	U		D	O	G	U	E		O
3	C	A	S	E	R		T	A	N	T	O	T
4	H	I	C		E	M	E	R	I	T	E	
5	E	R	A	F	L	U	R	E		R	I	O
6	M	E	F	A	I	T		M	I	E	L	S
7	I		E	M	E	U	T	E	S		I	
8	R	A		I	R	E		N	O	Y	E	R
9	E	D	E	N		L	I	T	E	E		I
10	M	U	E	S	L	I		T	U	E	S	
11	V	E	R		T	E		T	E	S		
12	A	T	O	N	E		M	U	S	E	A	U

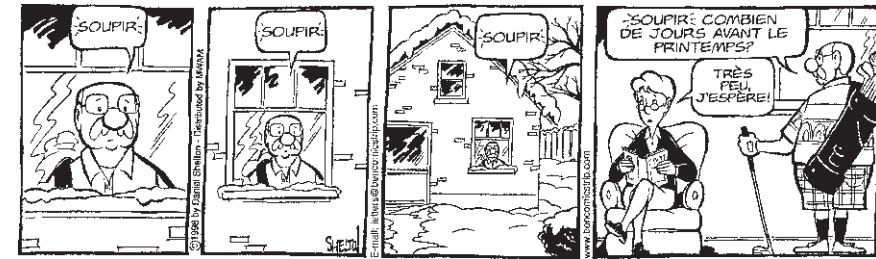
Q6368

SOLUTION DU DERNIER NUMÉRO

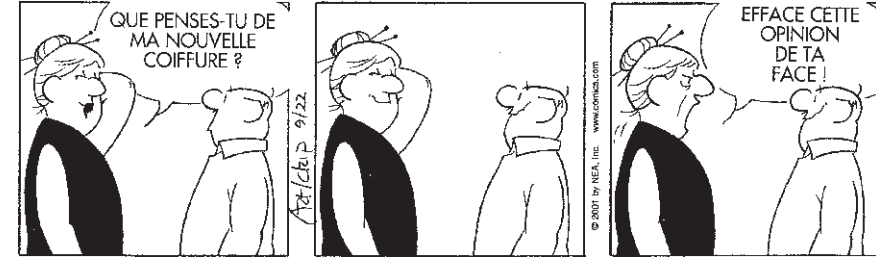
LA PETITE PRESSE



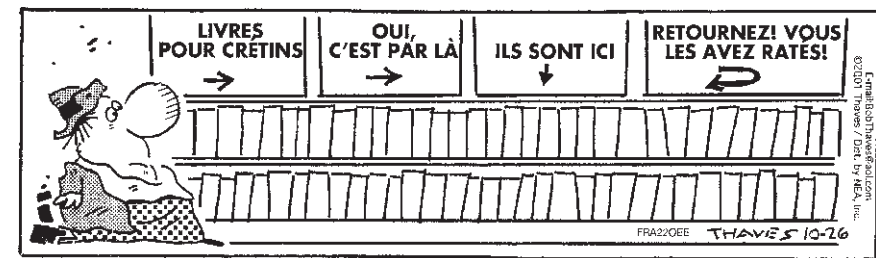
BEN



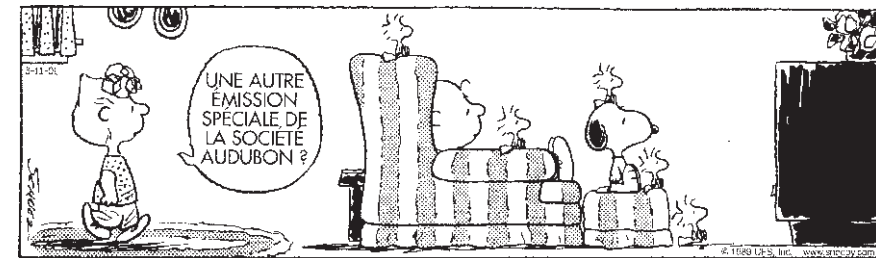
LA DÉVEINE



FRANK ET ERNEST



PEANUTS



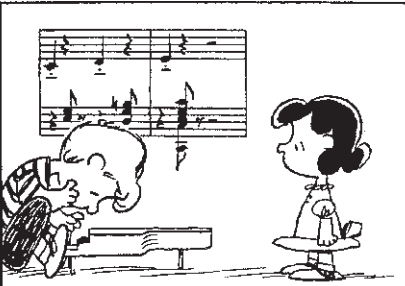
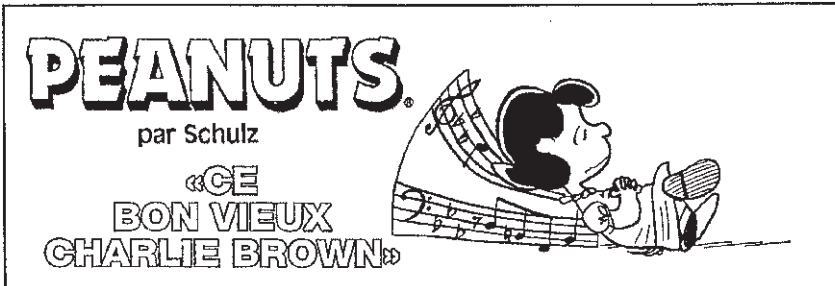
PHILOMÈNE



GARFIELD



FERDINAND



TRANSPORTS ET VÉHICULES AUTOMOBILES

500

511 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

QUEST 98, 77 000 km, équipé, gar prolongée, 450-445-4526
COMPLEXE AUTO RIVE SUD
 RANGE ROVER 94 County, LWB, tout équip, 14 000\$, 514-271-8719, 514-806-7214

SUZUKI Grand Vitara, 2000, aut., mags, a/c, été, 56 000 km, 18 600 \$, 514-624-0367.

TOYOTA Highlander 2001, 4x4, démo, V6, cuir, tout équip, 11 800 km, prix spécial 42 200 \$, 514-875-1933
CHÂTEAUGUAY TOYOTA

TOYOTA Rav4 1997, air, 4200 km, Chassé Toyota 514-527-3411

TOYOTA Rav4, 2001, démo, 5 cyl, V6, peinture neuve, 6950\$, 450-427-2669, 514-726-2003

BROSSARD TOYOTA
 450-445-0577 514-821-8504

TOYOTA Rav4, 97-98, 24 ptes, aut. man, bal. gar, Chambly Toyota, 450-448-4334

TOYOTA Rav 98, man., a/c, 49 000 km, comme neuf, bal. des paiements, 514-727-8592.

548 VÉHICULES 5000\$ ET MOINS

ACADIAN (Chevette) 87, aut., 36 000 km, impeccable, 2450 \$, 450-963-0476, 514-712-0097

ACMETONS voitures ou camions usagers, en marche ou non. Tél.: (514) 942-7277.

ACURA Integra RS 92, 2 ptes, 5 vit., noire, propre, 155 000 km, 4900 \$, 514-658-0883

AEROSTAR 93, pass, propre, 4400\$ Financierais petite bal, personnel, 514-645-0805 crr.

ARIES K 1989 aut., a/c, 8 pneus, 142 850 km, bon état, 800\$, 450-466-2485

CADILLAC Brougham 89, 49 000\$, A-1, pas d'hiver, à voir 3800\$ nég, 514-773-9588

CHRYSLER Intrepid 93, très bon état, tout équipée. Cause départ, 2975\$. 514-684-7372.

COROLLA 92 LE tout équipée, pas route, 4 ptes, 163 000 km, 14 000\$, 514-845-0805 crr.

DODGE Caravan 98, 92, V6, 31, 5 ptes, propre, bleu, 1 pro, 2700\$, 514-365-1345.

EAGLE Summit 94, 2 ptes, aut., exc. condition, 3495 \$, 514-625-4554

CARFORD SUBARU
 450-625-4554

ESCORT fam 95, aut., 4 ptes, servos, bien équipé, impeccable, 4950\$. Crr. 514-726-4997

FORD Escort LX 93, 2 ptes, man., 157 000 km, départ Autos, 2200 \$. 514-369-0505

GEO Metro 1995, 4 portes, 1000km, 3950\$, 514-707-7178

GMV Safari 1991, 4x4, A/c, peinture neuve, très bon état, 1 pro, 3800\$. 514-526-3969

HONDA Accord LX 91, man., 180 000 km, 14 000\$, 514-773-9588

HONDA Accord LX 91, man., 180 000 km, 14 000\$, 514-773-9588

HONDA SE 91, 4 ptes, 5 vit., 3500 \$. Financierais petite bal, personnel, 514-747-1582 crr.

HYUNDAI Sonata 1990, 4 portes aut., 105 000 km, 1 pro, 1350 \$. crr. (514) 236-8942

JEOP Cherokee Laredo 90, 6 cyl, 4x4, man., noir, 3000 \$ nég, page 514-440-5271.

550 AUTOMOBILES

Volksagen

des Sources (514) 683-2030

3850 Boul. des Sources

1. New Beetle 0 km, 19 995 \$

01, Jetta GLS Argent 23 500 \$

01, Jetta GLS Noir, 22 500 \$

00, Golf noir, 18 450 \$

99, Jetta GLS noir, 17 400 \$

99, New Beetle noir, 18 000 \$

99, Golf, 4 ptes, rouge, 12 995 \$

99, Golf, 4 ptes, noir, 12 995 \$

99, Passat GLS vert, 18 500 \$

98, New Beetle, rouge, 15 450 \$

AUTRES MARQUES

Honda CR-V Argent 18 450 \$

99, Acura EL blanc, 23 995 \$

147, Volvo 854 R blanc, 23 995 \$

Visiter notre inventaire

www.vw-sources.com

ACCORD 98, 2 et 4 portes, aut, 5 vitesses, 450-445-4526

COMPLEXE AUTO RIVE SUD

511 CAMIONS, JEEPS FOURGONNETTES

TOYOTA RAV4 99, 5 vit., 43 522 km
Courtagne Lavigne (514) 457-9797

TOYOTA Rav-4 99, aut 4x4, a/c, noir, groupe élect, 428-5955

OUVRETT LE SAMEDI LOCATION GLOBALE INC.

TOYOTA Sienna 2000, 18 000 km, élect, air, radio, CD, anti-vol, 24 995 \$, 514-620-2453.

TOYOTA Sienna CE LE 98 - 2000, 4 portes, tout équip, 450-427-2669, 514-726-2003

BROSSARD TOYOTA
 450-445-0577 514-821-8504

TOYOTA Rav4 99, 4 ptes, 4200 km, Chassé Toyota 514-527-3411

TOYOTA Rav4, 2001, démo, 5 cyl, V6, peinture neuve, 6950\$, 450-427-2669, 514-726-2003

BROSSARD TOYOTA
 450-445-0577 514-821-8504

TOYOTA Rav4, 97-98, 24 ptes, aut. man, bal. gar, Chambly Toyota, 450-448-4334

TOYOTA Rav 98, man., a/c, 49 000 km, comme neuf, bal. des paiements, 514-727-8592.

548 VÉHICULES 5000\$ ET MOINS

LADA Niva SE 93, 4x4, 2 ptes, 5 vit., très propre, pneus neufs, mags, 3400\$, 514-808-4214

LUMINA APV 95, 7 pass., 2 a/c, impeccable, 4999 \$, 450-623-8768

MAZDA 323 92, 3 portes, man., rouge, 184 000 km, mec., 2000 \$, 514-658-0883

MAZDA 323 aut., 94, très propre, vert, A-1, 3995\$, Pierre 450-437-6605, 514-924-2384.

MAZDA MX3 93, 5 vit., noire, très propre, 495\$, Possibilité de garanti, crr. 514-953-8552

MAZDA Protegé 94, aut., a/c, 4950 \$/échange, 514-236-5450

www.desautos.net

MERCURY Mystique 95, aut., seulement 3900 \$

UPTOWN VOLVO (514) 737-4321

MERCURY Mystique LS 95, A-1, V6, aut., a/c, mags, vitres élect., 4700 \$, 514-234-8125.

NEON 95, 4 ptes, aut., 92 000 km, gar, 1 an, 4850 \$, 514-238-9942 crr.

OLDS, Delta 89, 4 ptes, aut., air, bonne condition, 2500 \$, 514-352-8164, 514-762-9519

PLYMOUTH Voyager 94, aut., V6, 7 pass, a/c, 166 000 km, A-1, 4700 \$. Crr. 514-384-8216

PONTIAC Bonneville 89, V6, 3800 cc., mécanique A-1, a/c, propre, 2300 \$. 514-493-4855

PONTIAC Sunfire 1996, 2 ptes, 5 vit., 126 000 km, poss. de garantie, 4995\$, 514-953-8552.

SATURN 94, SL2, man., mec., 132 000 km, 14 000 \$, 514-773-9588

SUZUKI GT 93, 4 ptes, roues, 16 V, anti-dém., anti-vol, 8 pneus, 75 000 mi, 26 pro, 2900 \$. 514-897-5047.

TOYOTA Tercel, 92, impeccable, 4700\$, 514-688-0883

CHÂTEAUGUAY TOYOTA

TOYOTA Tercel 94, LS, 4 ptes, 5 vit., servos, impeccable, cas-sette, 3900 \$, 514-808-9570

TOYOTA Tercel DX 94, 5 vit., 130 000 km, 4 ptes, verte, 4750 \$. crr. 514-917-7710

TOYOTA Tercel DX 91, 2 ptes, 5 vit., servos, tout, entretien total, factures, 158 000km, rouge d'origine, 3000\$. 514-484-0320

550 AUTOMOBILES

A BAS PRIX ENCAN

100 autos-pick-up 94-2002

Reprises de finances

Encan tous les 2 samedis

Inspection tous les vend.

ENCHÈRES AUTO LAVAL 2300 MONTÉE MASSON

(450) 666-1254

1-888-666-1254

ACURA 1.6 EL, 2000, 98 vit., air, tout élect, 8 pneus, 13 395 \$, 71 000 km, soif, 514-930-9762

ACURA 1.6 EL, 1999, 5 vit., aut, tout équipée, 8 pneus, réduit à 11 900 \$, 450-675-3983

ACURA 1.6, 2000, 38 000 km, aut., tout, gar. du fabricant

SATURN SAAB BLAINVILLE 450-437-6317

ACURA EL 99, aut., noir, CD, air, garantie, bas km. Spécial, Hamel Honda 514-875-1919

ACURA EL sport, 2000, argent, 69 000km, 6 roues et pneus, tout, 15 995\$, 450-661-1865

550 AUTOMOBILES

ACURA Integra RS 98, rouge, 5 vit., a/c, alleron, 90 000 km, fait vendre, 514-497-3444

ACURA Legend 91, LS, 4 ptes, aut., très propre, noire, tout équipée, 7900 \$, 514-668-0883

ACURA 3.5 RL 1998, pneus et freins neufs, impeccable, gar, 25 995\$ C.L. Inc. 450-627-6342

ACURA 3.2 TL 2000, tout équipée, 32 000 km, balance de gar, 514-943-0113 H.D. auto

ACURA 3.2 TL 1999, argent, 65 000 km, 28 950 \$, jupes latérales, alleron, 450-972-6094

ACURA 3.2 TL 99, 4 ptes, 54 000 km, mags, CD, cuir, propre, 25 900 \$, 450-472-2029

ACURA 3.2 TL 1999, cuir, 4 portes, A1, 000 km, Chambly Honda, (514) 990-6699

ALTIMA 88-89 man, aut, 450-445-6226

COMPLEXE AUTO RIVE SUD

AUDI A4 1.8 T, 99, aut., 65 000km, bleu, gr. sport, toit, CD, 26 500 \$, 514-231-1141

AUDI A4 1.8 Quattro 99, bleu man, tout ouvrant, 19 300 km, 30 000 \$, 161, lun au ven, entre 9h et 17h; 514-597-4218.

AUDI A4 1997, noire, aut, 60 000 km, 8 pneus, gar, 2002 21 100 \$, (450) 622-5147

AUDI A4, 1997, silver, 116 000 km, impeccable, tout ouvrant, 5 vit., sac à ski, 4 pneus d'hiver, 4 pneus d'été, 19 500 \$, 450-486-4724, 514-804-8120.

AUDI A4 2001, 1.8 Quattro, 5 vit., tout équipée, 39 000 km, Excel Auto 514-342-6363

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

AUDI A4 2.8 Quattro 97, man., "silver", 137 000 km, impeccable, 19 500 \$, 514-953-8552

Une raison évidente

ANDRÉ TRUDELLE
LE BRIDGE

atrudelle@lapresse.ca

Hugh Kelsey raconte l'anecdote suivante. Il y a une vingtaine d'années, trois bons joueurs l'invite à compléter leur quatuor dans un tournoi international où avaient également été conviés les champions mondiaux de 1980, les Français Henri Svarc, Philippe Soulet, Christian Mari et Michel Perron. Dans la donne qui suit, Mari et Kelsey, en Sud, se retrouvent tous deux à la manche à Pi. Tous deux reçoivent l'entame du 3 de K.

Donneur: Est			
Vulnérabilité: tous			
NORD			
♠ 9 8 3			
♥ A 7 5			
♦ R 5			
♣ A 9 6 5 2			
OUEST		EST	
♠ 10 7 2	♠ 4	♥ R D 10 4	
♥ V 9 6 2	♥ RD 10 4	♦ A D V 10 7 6	
♦ 9 4 3	♦ A D V 10 7 6		
♣ D 8 4	♣ 10 7		
SUD			
♠ A R D V 6 5			
♥ 8 3			
♦ 8 2			
♣ R V 3			
Les enchères:			
EST	SUD	OUEST	NORD
1 K passe	2 Pi passe	passe passe	4 Pi passe
Entame: 3 de K			

Infographie La Presse

Est prend deux K de l'As et de la Dame et revient du Roi de Co. Kelsey gagne au mort de l'As, cueille les atouts, puis il joue petit Tr vers l'As et petit Tr vers le Valet. Ouest prend de la Dame et retour Co. Le contrat chute d'une levée.

À l'autre table, même scénario. Mari gagne au mort de l'As de Co, encaisse trois atouts, puis il joue le Valet de Tr couvert de la Dame et pris de l'As. Petit Tr vers le Roi qui cueille le 10 d'Est et le retour Tr vers les Tr affranchis du mort permet au déclarant d'aligner 11 levées devant lui.

« Pourquoi n'as-tu pas emprunté la même ligne de jeu ? », de demander Nord à Kelsey. « Parce que je ne suis pas champion du monde », a rétorqué le chroniqueur.



DÉCÈS, PRIÈRES, REMERCIEMENTS

900

INDEX DES DÉCÈS

BOULANGER (Richard), Yvonne
Lachine
BOURGAULT, Soeur Bernadette,
Montréal
DUHAIME, Germaine
Montréal
DUNN, Lorraine

GUIHA, Fernand
St-Laurent
LECAVALIER, Yvon
Montréal
MONETTE, Marie-Paule Laquerre

NOËL, Claude Arthur
Montréal
POULIN, M. Alphonse
Grand-Mère
VALLÉE (née Fortin), Fernande
Montréal
VERONNEAU, Marguerite
Montréal

DÉCÈS

BOULANGER (Richard), Yvonne
À Lachine, le 22 février 2002, à l'âge de 90 ans, est décédée Mme Yvonne Richard Boulanger, épouse de feu Roger Boulanger. Elle laisse dans le deuil sa fille Alice, ses belles-sœurs ainsi que plusieurs nièces et neveux, parents et amis. La famille recevra les condoléances au

Complexe funéraire Urgel Bourgie
1750, Notre-Dame, Lachine
www.urgelbourg.com

Les funérailles auront lieu le lundi 25 février 2002 à 11 h en l'église Très St-Sacrement de Lachine. Parents et amis sont priés d'y assister sans autre invitation. Heures des visites: dimanche de 14 à 17 h et de 19 à 22 h. Des dons à la Société canadienne de la sclérose en plaques, 666 Sherbrooke Ouest, Montréal, Qc, H3A 1E7, seraient appréciés.

BOURGAULT, Soeur Bernadette, C.N.D. (S.S.-Rose-Bernadette)
décédée à l'Infirmier Notre-Dame-de-Bon-Secours, Montréal, le 22 février 2002, à l'âge de 89 ans, dont 60 ans, de vie religieuse à la Congrégation de Notre-Dame. Elle était la fille de feu Jules Bourgault et de feu Anne Leclerc. Outre sa famille religieuse, elle laisse dans le deuil, sa sœur madame Marie-Anne Bourgault Saucier, son frère François-Xavier, sa belle-sœur Mme Laurette Vaillancourt Bourgault (feu Jean-Baptiste), de nombreux neveux et nièces, ses cousines Josée et Madeleine Bois. Exposée le lundi 25 février de 16 h à 21 h. Célébration de prières le même jour à 19 h 30 et funérailles le mardi 26 février à 10 h à la

Maison mère
4873, avenue Westmount, Montréal
L'inhumation suivra au
Cimetière Notre-Dame-des-Neiges
Direction: Alfred Dallaire inc.

DUHAIME, Germaine
1911 - 2002
À Montréal, le 22 février 2002, à l'âge de 90 ans, est décédée Mme Germaine St-Germain, épouse de feu Conrad Duhaime. Elle laisse pour pleurer sa perte, ses enfants, Réal (Monique Fortin), sa fille Carmen (Claude Gagnon), ses quatre petites-filles, Sylvie (Alain Dugas), Caroline, Marie-Claude, Marie-Josée, ses arrière-petites-filles, Andréanne et Frédérique, ses beaux-frères, belles-sœurs, neveux et nièces. La famille recevra les condoléances au

Complexe funéraire Urgel Bourgie
7708, Centrale, LaSalle
www.urgelbourg.com
Les funérailles auront lieu le lundi 25 février 2002 à 11 heures en l'église St-Vital, 10946, boul. St-Vital, Montréal-Nord. Parents et amis sont priés d'y assister sans autre invitation. Heures des visites: dimanche de 14 à 17 h et de 19 à 22 h. Prière de ne pas envoyer de fleurs, des dons au Pavillon Maisonneuve-Rosemont, soins palliatifs seraient appréciés.



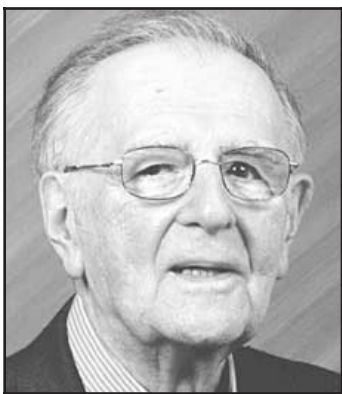
DUNN, Lorraine

1947 - 2002
C'est avec tristesse que nous vous faisons part du décès de Lorraine Dunn, le 22 février 2002, alors âgée de 54 ans. Elle laisse dans le deuil son fils Christophe Babin, sa bru Audrey, ses petits-enfants, Alexia (4 ans) et Nathan (1 an), sa mère Yvonne, ses frères et sœurs, Maurice, René, Louise, Blanche, Richard, Marina, Alice, Conrad ainsi que leurs familles.

La famille recevra les condoléances au
Salon funéraire Rideau
4275, boul. des Sources, D.D.O.
(514) 685-3344

le dimanche 24 février 2002 de 14 à 17 h et de 19 à 21 h. Les funérailles auront lieu le lundi 25 février 2002 à 11 h à l'église Ste-Veronica, 1300 Carson, Dorval. Des dons pour l'Association diabète Québec (514) 259-3422 ou la Fondation de l'hôpital Notre-Dame-de-la-Merci seraient appréciés.

GUIHA, Fernand
Le vendredi 22 février 2002, à l'hôpital Charles Lemoyne, est décédé M. Fernand Guiha, résident de St-Laurent, époux bien-aimé de Renée Thomas, oncle chéri de Nabil Guiha (Denise Bartolo) et Viviane Atalla, grand père de Paul, Valérie et Dominique. Lui survivent également plusieurs autres parents et amis. À la demande du défunt, il n'y aura pas d'exposition. Les funérailles auront lieu en l'église Saint-Laurent, 805, boul. Sainte-Croix, Saint-Laurent, Québec, le mardi 26 février 2002 à 11 h du matin. Inhumation au cimetière Saint-Laurent. Au lieu de fleurs, de dons à l'oeuvre de charité de votre choix seraient grandement appréciés.



LECAVALIER, Yvon

1917 - 2002
À Montréal, le 22 février 2002, est décédé M. Yvon LeCavalier, époux de feu Suzanne Brault. Il laisse dans le deuil son fils Michel, ses petits-enfants: Patrice et Annie, sa sœur Mariette Charest (Jacques), des neveux et nièces, cousins et cousines, ainsi que plusieurs amis(es). La famille accueillera parents et amis au

Complexe funéraire Magnus Poirier inc.
7388, boul. Viau, St-Léonard
Les funérailles auront lieu le lundi 25 février à 11 h en l'église St-Bonaventure et de là au cimetière St-Laurent. Heures des visites: samedi 23 février et dimanche 24 février de 14 à 17 h et de 19 à 22 h, lundi dès 9 h 30.



MONETTE, Marie-Paule Laquerre

"Ton magnifique sourire, tes yeux rieurs et ta soif de bonheur sont désormais tournés vers la grande lumière."

Aux Jardins du Haut Saint-Laurent, le 22 février 2002, à l'âge de 84 ans, est décédée dame Marie-Paule Laquerre, épouse de feu Maurice Monette.

Elle laisse dans le deuil ses enfants: Jacques (Louise Lévêque), Lise (François Turenne), Robert (Esther Gauthier), Francine (Daniel St-Arnaud) et Claude; ses petits-enfants: Louis Turenne (Valérie Couture) et Philippe Turenne; ses sœurs: Yvette et Lorraine (Lucien Desrosiers); son beau-frère Guy Monette (Jeanne Gaudreault); ses amis(es) du Samuel Holland.

Le service religieux sera célébré le mardi 26 février 2002, à 10h30, en l'église St-Sacrement, 1330, chemin Ste-Foy, Québec, où la famille recevra les condoléances à compter de 9h15.

Les enfants remercient le personnel des Jardins du Haut-Saint-Laurent pour le dévouement et l'amour témoignés à notre mère. Vos témoignages de sympathie peuvent se traduire par un don à la Fondation du comité des bénévoles des Jardins du Haut-Saint-Laurent, 4770, rue Saint-Félix, Saint-Augustin-de-Desmaures, Québec, G3A 1B1. Tél.: 418-872-4936. La direction des funérailles a été confiée à la

Maison funéraire Lépine Cloutier Ltée
975, Marguerite-Bourgeois, Québec
Rens.: 418-529-3371; Téléc.: 418-529-9506
Courriel: lc@lepinecloutier.com
web : www.lepinecloutier.com
Membre de la Corporation des
Thanatologues du Québec

NOËL, Claude Arthur
1934 - 2002
À Montréal, le 22 février 2002, à l'âge de 68 ans, est décédé Claude Arthur Noël, époux de Claudette Assaf. Outre son épouse, il laisse dans le deuil son frère Guy Noël (Lise Noël), ses sœurs, Jeanne-D'Arc Noël, Thérèse Ouellet, Denise Behan ainsi que plusieurs neveux et nièces. Les funérailles en présence des cendres auront lieu lundi le 25 février, à 11h00, en l'église St-Jean-Vianney, (Beaubien coin 26e Av.). La famille recevra les condoléances à l'église à compter de 10h30. Direction:

Complexe funéraire Fortin
Incinération C.I.F
514-386-9771

VERONNEAU, Marguerite
1909 - 2002
À Montréal, le 22 février 2002, à l'âge de 92 ans, est décédée Marguerite Veronneau, veuve de feu M. Lucien Hébert. Elle laisse dans le deuil ses enfants, Pierre, Richard époux de Denise Legault et Andrée ainsi que son petit-fils Alexandre Hébert et son épouse Julia Piccolo. La famille accueillera parents et amis(es) au

Complexe funéraire Magnus Poirier inc.
6825, Sherbrooke Est, Montréal
Les funérailles auront lieu le mardi 26 février 2002 à 11 h en l'église Ste-Claire et de là au cimetière Notre-Dame-des-Neiges. Heures des visites: lundi le 25 février 2002 dès 14 h. Au lieu de fleurs, des dons à la Fondation Dr Maurice Bertrand, Entraide Ville-Marie seraient appréciés.



POULIN, M. Alphonse

Au CHCM de Shawinigan Sud, le 22 février 2002, est décédé à l'âge de 84 ans et 3 mois, M. Alphonse Poulin, époux de Hélène Bélanger, demeurant à Grand-Mère. Il était membre 4e degré des Chevaliers de Colomb Grand-Mère, conseil 1209. La famille accueillera parents et ami(e)s au

Complexe funéraire Pellerin
599, 6e Avenue, Grand-Mère
Heures d'accueil: dimanche de 14 à 17 h et de 19 à 22 h, lundi jour des funérailles à partir de midi. Les funérailles auront lieu le lundi 25 février à 15 h en l'église Saint-Paul de Grand-Mère. L'inhumation aura lieu au cimetière de Lac-à-la-Tortue.

M. Poulin laisse dans le deuil son épouse Hélène Bélanger, ses enfants: Monique, Rita (Pierre Lambert), Marcel, Lise (Georges Levesque) et Lucie (Pierre Boucher); ses petits-enfants: Pierre Jr Lambert (Caroline Lesœur), Marianne Lambert (Martin Boucher), Christian Lambert, Claude Poulin, Marie-Pier Foster, Simon et Eliane Levesque; ses sœurs: Rolande Poulin (feu Alcide Piché), Gertrude Poulin (feu Joseph Sylvestre); ses belles-sœurs: Rita Ayotte (feu Robert Poulin), Manon Bélanger et Gisèle Bélanger, ainsi que plusieurs neveux, nièces, cousins, cousines et ami(e)s. Des dons à la Société canadienne du cancer seraient appréciés.

Pour renseignement: (819) 538-3388
Télécopieur: (819) 538-0110
Courriel: c.f.pellerin@qc.aira.com



VALLÉE (née Fortin), Fernande

1930 - 2002
À Montréal, le 14 février 2002, à l'âge de 71 ans, est décédée Fernande Fortin, épouse de Bernard Vallée. Outre son époux, elle laisse dans le deuil ses enfants: Luc (Louise Lemay) et Sylvie; ses petits-enfants, Natasha, Nicolas, Zachary et Mégan, ses frères, sœurs, parents et amis. La famille recevra les condoléances au

Complexe funéraire Urgel Bourgie
745, Crémazie Est, Montréal
www.urgelbourg.com

Les funérailles auront lieu le mardi 26 février 2002 à 10 h en l'église St-Thomas-Apôtre, et de là au cimetière Notre-Dame-des-Neiges. Au lieu de fleurs, des dons à la Société canadienne du cancer ou à la Fondation québécoise des maladies du coeur seraient appréciés. Heures des visites: lundi de 19 à 22 h.

**MedicAlert**
Toujours là
www.medicalert.ca
Pour plus d'information
1 800 668-6381

MOT MYSTERE

LES CHIENS - Un mot de 8 lettres

D O R E U Q I T U R E T E U Q
R E T T E S P R I A E R G O T
O E S Q U I M A U T L A E C E
B D C O E F L I T I A S H E R
E E V U A F S T N E D I C E R
A Q C N P L I O P R E A I E I
G U A O B E I D G N R M N T E
L I M R U R I O E R I I E R R
E P P E D R A G Q L A S S I E
E A E P A T T U N H I O R L N
L G U E U L E E C E I T A L R
A E T X M U M N R E R G E E A
M E U T E R E I R R U O F R G
T E C K E L N E Z A H A R D E
Y N X U O R E L L I R O S S E



Photo YVON GAGNON, collaboration spéciale ©

Accident mortel sur la 132: l'alcool en cause

Un accident mortel impliquant deux véhicules a causé la fermeture de la route 132, direction ouest, une partie de la matinée d'hier. Vers 23h50 la veille, le véhicule d'un résident de Candiac, Boen-Hie Yao, 57 ans, avait été embouti à l'arrière. Transporté d'urgence à l'hôpital Charles-Lemoyne de Longueuil, M. Yao n'a pas survécu à ses blessures. Le deuxième chauffeur, un homme de 39 ans, a été arrêté et comparaitra demain sous des accusations de conduite avec facultés affaiblies et conduite ayant causé la mort.

Pour Bush, l'exploitation pétrolière du Refuge de l'Arctique est « urgente »

Agence France-Presse

WASHINGTON — Le président américain George W. Bush a estimé hier que l'exploitation pétrolière du Refuge national de l'Arctique en Alaska était « urgente » pour des raisons de sécurité nationale, et exhorté le Sénat à adopter son plan énergétique.

« Nous devons réduire la dépendance de l'Amérique face aux fournisseurs étrangers de brut en encourageant une exploitation intérieure propre et sûre », a déclaré le président Bush dans son allocution radiodiffusée hebdomadaire, entièrement consacrée à sa politique énergétique.

« Les nouvelles technologies le permettent et notre sécurité nationale rend (cette exploitation) urgente », a-t-il ajouté. « C'est vital pour la sécurité de notre éco-

nomie. Nous devons écouter les habitants de l'Alaska, qui soutiennent une exploitation propre et sûre du Refuge national de l'Arctique (ANWR) », a-t-il poursuivi.

« Alors que notre économie continue de croître, la consommation de pétrole des États-Unis devrait augmenter d'un tiers pendant les vingt prochaines années ».

Le Refuge national de l'Arctique, qui s'étend sur 7,7 millions d'hectares de la côte nord de l'Alaska près de la frontière avec le Canada, abrite quelque 150 000 caribous de Grant.

Cette zone, qui contiendrait d'importantes réserves pétrolières et gazières, est protégée contre toute exploitation depuis les années 50.

AIREDALE
ARGOS
BEAGLE
CAMPE
CHIEN
DOGUE
DORE
ECOURTER
ENCHAINER
ENRAGEE
EPUCER
EQUIPAGE
ERGOT

ESQUIMAU
ESSORILLER
ETRILLER
FAUVE
FIDELITE
FLAIR
FOURRIERE
GALE
GARDE
GUEULE
HARDE
LASSIE
LIMIER
MALE

MENE
MEUTE
NEZ
NICHE
NOIR
PATEE
PATTU
PEIGNER
PIE
POIL
QUETER
QUEUE
RACE
RAS

RATIER
ROBE
ROUX
RUT
SETTER
SIFFLER
SOIE
TECKEL
TERRIER
TETE
TIQUE
TRAIT
YEUX

Solution du dernier problème : TAVERNE

24/02/2002

10885

NOUVEAU

Un grand tournant contre la fatigue



Il y a toutes sortes de fatigues:

- **Il y a la fatigue organique...**
suite à un rhume ou à une grippe.
- **Il y a la fatigue réactionnelle...**
réponse aux agressions liées à l'environnement;
bruit, circulation, etc.
- **Il y a la fatigue carentielle...**
due au mode de vie et à une alimentation
pauvre en minéraux et en vitamines.
- **Il y a la fatigue psychique...**
qui empoisonne le sommeil.
- **Il y a la fatigue passagère...**
manque de sommeil, se coucher trop tard.
- **Il y a la fatigue d'amortissement...**
façon d'amortir les chocs de la vie,
d'affronter la vie.
- **Il y a la fatigue hormonale...**
bouleversements hormonaux dans la vie des personnes.

Nous n'avons pas la prétention de vous délivrer de toutes ces fatigues... mais Bio-Sirum-Énergie-Vive^{md}, un remontant naturel, avec coenzyme Q-10, est une formule tonique renforcée, polyénergisante, qui peut vous aider.

En pharmacies et magasins d'aliments naturels.

Renseignements - Montréal : (514) **272-1365** • Ligne extérieure : **1 800 272-1365**
Mauricie : (819) **378-7777** • Estrie : (819) **823-3322**

Pour lutter contre les coups de fatigue

Pour couper court à la fatigue et à la déprime hivernale et si vos réserves énergétiques sont littéralement épuisées, Bio-Sirum-Énergie-Vive^{md}, un nouveau produit des plus modernes, peut vous aider à récupérer et à tenir le coup.

Bio-Sirum-Énergie-Vive^{md}, allié à la coenzyme Q-10, est un énergilium qui favorise un regain d'énergie et intensifie la résistance.

La coenzyme Q-10 est un composant essentiel de la membrane inter-cellulaire qui produit des molécules de base pour l'énergie; elle extrait 95% de l'énergie totale de la nourriture qui est utilisée par la membrane mitochondriale pour ensuite produire de l'énergie à chacune de nos cellules, une appropriation dans Bio-Sirum-Énergie-Vive^{md} qui peut vous aider.

Bio-Sirum-Énergie-Vive^{md} et énergilium sont les propriétés intellectuelles de Bio-Actif inc.

Quand la science rejoint l'énergétisme

Quand la science rejoint la nature...
Quand Bio-Sirum rejoint l'énergie vive...
Quand Bio-Sirum rejoint la coenzyme Q-10, l'étincelle qui fait jaillir la production d'ATP qui est la molécule de base bio-énergétique de toute cellule humaine... eh bien, ça vaut le coup de mettre à l'épreuve un diffuseur d'énergie, tel que Bio-Sirum qui a été conçu pour lutter contre les grosses fatigues.

Deux formules à valeur énergétique ont été conçues :
1- le Bio-Sirum-Coenzyme Q-10
2- le Bio-Sirum-Revitalise

Deux formules à démarches énergétiques

Le compagnon des moments difficiles

Quand ça ne tourne pas rond, quand vous avez les jambes molles, quand vous avez les jambes comme de la guenille, quand vous avez des jambes de flanelle, si vous êtes dans le creux de la vague, fatigué, épuisé, eh bien... Bio-Sirum peut vous aider.
Bio-Sirum, un agisseur, un tonique, un remontant naturel avec coenzyme Q-10, meilleure est l'action de la coenzyme Q-10, meilleure est l'énergie... la coenzyme Q-10 est à l'écoute de vos besoins énergétiques.
Nouveau, Bio-Sirum est une acquisition, un tonique qui peut vous prêter assistance.
Bio-Sirum, avec coenzyme Q-10, un diffuseur d'énergie peut vous prêter main forte. Bio-Sirum a été conçu pour lutter contre les grosses fatigues.
Aux sources du naturel Bio-Sirum vous offre deux formules, oui deux formules aux actifs naturels, chacune en coffret de 16 ampoules :
1 - Le Bio-Sirum avec coenzyme Q-10 (16 ampoules de 10 ml)
2 - Le Bio-Sirum-Revitalise (16 ampoules de 10 ml)

Si l'homme fonctionne comme une machine, il a besoin de carburant.

La machine corporelle épuisée a besoin d'un petit " coup de barre " .
L'organisme-machine s'est attelé à l'ouvrage un peu trop. Avoir des hauts et des bas, ça peut arriver à tout le monde.

Avoir sa journée dans le bras, être fourbu après une journée de travail, avoir sa journée dans le corps, être soudainement très fatigué, avoir un mal de chien à faire quelque chose, éprouver une grande difficulté à faire quelque chose, il ne faut pas baisser pavillon car deux nouveaux produits résultats de travaux scientifiques ont fait leur apparition. Oui Bio-Sirum, deux toniques des plus modernes peuvent vous aider, deux remontants naturels à doses supranutritionnelles.

Aux sources du naturel Bio-Sirum-Énergie-Vive vous offre deux formules, oui deux formules aux actifs naturels :
1 - le Bio-Sirum-Énergie-Vive avec coenzyme Q-10;
2 - et le Bio-Sirum-Énergie-Vive revitalise.

Deux agisseurs, deux toniques, deux remontants naturels, un avec coenzyme Q-10. Bio-Sirum... des diffuseurs d'énergie vive contre les grosses fatigues.

Un tourbillon d'atomes, de molécules à comportement énergétique, voilà Bio-Sirum-Énergie-Vive tout un monde d'ingrédients énergétiques.

Une formule top niveau