

La boîte à lunch des écoliers: variété plutôt que quantité

C 4

la tribune

Vivre en 1985

Pour renoncer au tabagisme en 20 jours et en douceur

C 5

Des mets exotiques, du 10 au 30 septembre

Rendez-vous des gourmets à Eastman

par Gilles Dallaire

EASTMAN — "Eastman, ça n'est pourtant pas si grand", de répondre, sur un ton moqueur, un passant à qui un automobiliste demande de lui indiquer la route de l'auberge du Fenil.

L'homme a raison; Eastman, c'est tout petit: une rue principale bordée d'une trentaine de maisons, une église, quelques édifices com-

merciaux et c'est déjà tout. Ce que le passant omet de dire, tout probablement parce que ça saute aux yeux, c'est que trois des

édifices commerciaux sont des restaurants. Pas des gargotes. Des restaurants dont la table a fort bonne réputation car on vient d'une cinquantaine de kilomètres à la ronde, parfois même de beaucoup plus loin, pour y faire bonne chère.

Ca n'est pas tout: à moins de cinq kilomètres du village, trois au-

se qui sera à l'honneur, du 10 au 30 septembre, à l'auberge du Fenil. Au restaurant La Bonne Bouffe, ce sera la cuisine espagnole; au restaurant Le Bon Cru de la Boucharde, la cuisine algérienne; à l'auberge Le Falot, la cuisine hongroise; au restaurant La Vieille Maison, la cuisine italienne et, au restaurant Les Mélézes, la cuisine autrichienne.

"La cuisine canadienne a son mérite, comme la cuisine française, mais nombre d'autres pays ont aussi une tradition culinaire qui vaut d'être connue", a déclaré, au cours d'une conférence de presse, M. Jacques Robert, président de la Confrérie des Amuse-Gueules, une association regroupant les quatre restaurateurs et les deux aubergistes d'Eastman qui s'est donné comme mission de faire connaître et apprécier la fine cuisine internationale.

Au menu

Sachant pertinemment qu'un gourmet a besoin de voir, de sentir et de goûter et que des belles paroles, si mielleuses soient-elles, ne feront jamais le poids à côté d'un plat invitant, les membres de la Confrérie avaient préparé à l'intention de la demi-douzaine de journalistes qui assistaient à la conférence de presse des mets encore plus savoureux que leurs noms sont étranges.

Comme entrée, une raclette, mets très populaire en Suisse où on apprécie cette tranche de concombre, légèrement mariné, arrosée d'un peu de fromage chaud raclé à même la meule. Comme entremets, une quiche espagnole, omelette aux couleurs d'arc-en-ciel à cause des piments et des tomates épicés qui sont mêlés aux oeufs. Comme plats de résistance, une brochette où les carrés d'agneau alternent avec les rondelles de merguez, cette saucisse faite d'agneau et de boeuf fortement épicés qui est fort prisée en Algérie, des polpetti alla casalinga, des boulettes de boeuf haché cuites dans une sauce aux tomates, à la mode italienne,

et du poulet à la mode hongroise, cuit dans une sauce à base de crème sûre avec des tomates et des piments. Au dessert, un gâteau comme on en font les pâtisseries autrichiennes.

Ca n'était, paraît-il, qu'un échantillon fort modeste de ce qu'on of-

frira aux gourmets qui s'arrêteront à Eastman du 10 au 30 septembre. Si Jacques Robert a dit vrai, c'est à une vraie débauche gastronomique qu'on doit s'attendre et la tension artérielle en prendra sûrement pour son rhume mais, comme on ne vit qu'une fois...



(Photo La Tribune par Bernard Vanier)

Le poulet à la hongroise préparé par Michel Audet a été très apprécié.



Jacques Robert

tres restaurants tout aussi bien cotés attirent les gourmets.

Cette concentration exceptionnelle de bonnes tables est à l'origine d'un événement gastronomique qui a reçu un accueil enthousiaste dès son lancement, il y a deux ans. Cet événement, le Rendez-vous international des gourmets, offre aux quatre restaurateurs et aux deux aubergistes qui ont pignon sur rue dans le village et aux environs l'occasion de servir, pendant trois semaines, des mets exotiques à leurs clients.

Cette année, c'est la cuisine suis-



(Photo La Tribune par Bernard Vanier)

La comédienne Marjolaine Hébert et sa soeur, Francine, ne tarissent pas d'éloges pour les mets exotiques qui leur ont été servis à l'auberge du Fenil.



35 p.c. des Hollandaises accouchent à domicile

AMSTERDAM (AP) — Les douleurs de Jet Bakker commencèrent à 20h, au moment même où une invitée arrivait pour dîner avec elle.

"J'avais faim, aussi avons-nous mangé, a-t-elle relaté. Puis je me suis mise à tricoter un pull-over pendant que nous bavardions. Mon invitée est partie à minuit et mon enfant est né à 3h du matin".

De statistiques officielles, il ressort que 35 pour cent des Hollandaises — comme Jet Bakker, 35 ans — décident d'accoucher chez elles, comme le faisaient leurs aieules, au lieu de se précipiter à la maternité.

Les Pays-Bas, qui possèdent un système de protection sociale et médicale perfectionné viennent ainsi en tête des pays industrialisés pour les accouchements à domicile.

Le caractère familial de l'environnement du foyer, un des points principaux de la vie sociale hollandaise, est la clé de la popularité des accouchements à domicile, selon les mères et les sages-femmes.

"L'hôpital est un lieu pour les gens malades et la maladie. Quand une femme en bonne santé met au monde un enfant, elle souhaite que ce soit dans un environnement sain", a déclaré Mme Nicky van Hely, une sage-femme de Leyde.

On compte un millier de sages-femmes, diplômées après quatre années d'études, aux Pays-Bas.

Ce sont elles qui accouchent la plupart des femmes. Ce sont elles, aussi, qui décident si un accouchement à domicile ne présentera aucun danger, ou si des complications pourraient exiger une hospitalisation.

Elles suivent la grossesse depuis la 10ème semaine et sont aptes à déceler les problèmes susceptibles de nécessiter l'hôpital.

PHILLY* à votre fantaisie.



Le fantastique fromage à la crème de MARQUE PHILADELPHIA* de KRAFT.

Si crémeux. Si frais.

Si délicieux dans un si grand nombre de recettes.

Et voici 25¢ de rabais pour vous.



PHILADELPHIA.
La crème des fromages à la crème.

*M.C. de KRAFT LIMITEE
©1984 Kraft Limitee

REBOURSABLE EN MAGASIN

25¢ de rabais à l'achat de n'importe quel format de fromage à la crème de MARQUE PHILADELPHIA*.

Au détaillant participant: Pour avoir remboursé la valeur de ce bon à votre client qui a acheté un des produits KRAFT désignés, KRAFT LIMITEE, 8600, chemin Desrochers, Mont-Royal (Québec) H4P 2K3 vous remboursera la somme de 25¢ plus 9.9¢ pour frais de manipulation. Un remboursement pour toute autre raison constitue une fraude. Sur demande, vous devez prouver l'achat de stocks suffisants des produits KRAFT visés par l'offre pour justifier le nombre de bons remboursés. Ces bons ne seront acceptés que par l'intermédiaire des détaillants participants. Le client est tenu de payer la taxe de vente ou toute autre taxe semblable. Le bon est nul s'il est l'objet d'une interdiction, d'une restriction ou d'une taxe. Aux fins de remboursement, poster à KRAFT LIMITEE, C.P. 3000, Saint-Jean (Nouveau-Brunswick) E2L 4L3. Valeur de rachat: 1/20¢ par bon.

Cher consommateur: Faites rembourser ce bon rapidement chez le détaillant participant. Un seul remboursement de 25¢ par article. L'offre est valable au Canada seulement sur le produit KRAFT spécifié.

25¢ *M.C. de KRAFT LIMITEE

FAITES-VOUS REBOURSABLE RAPIDEMENT

3962952H

Demandez la toute nouvelle circulaire disponible chez votre spécialiste Métro.

METRO

Votre spécialiste vous offre...



*** ROSBIF DE PALETTE**
coupe ordinaire

95¢ /lb

2,09 /kg

**** PÊCHES**
produit de l'Ontario

2,39

panier de 4 Litres

ELBEE CHAMPIGNONS
tiges et morceaux
bte 284 mL

59¢

**** POMMES DE TERRE**
produit du Québec
Canada no. 1
sac 4,54 kg

69¢

*** BIFTECK DE CÔTES OU ROSBIF DE CÔTES AVEC OS DE DOS**

3,95 /lb **8,71** /kg

BOLOGNE ORDINAIRE OU CIRÉ HYGRADE
morceau 1 kg et plus

99¢ /lb **2,18** /kg

MARGARINE MOLLE
MÉTRO
cont. 907 g (disponible au Québec seulement)

1,39

RAISIN VERT SANS PÉPINS
produit de la Californie
Canada no. 1

69¢ /lb **1,52** /kg

FLORELLE MOUCHOIRS DE PAPIER
blanc, amande
bte 200 f

77¢

DÉTERSIF EN POUDRE MÉTRO
sac 6 L

1,99

PAINS HOT DOG OU HAMBURGER
MÉTRO
cello 12

88¢

McCain's jus d'orange
JUS D'ORANGE CONCENTRÉ MCCAIN surgelé, cont. 355 mL

99¢

Les prix annoncés dans cette page sont en vigueur dans tous les magasins de vos épiceries Métro du lundi 26 août au samedi 31 août 1985 jusqu'à 17h00. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Si un article venait à manquer, n'hésitez pas à demander un bon d'achat différé. Si certaines marques de commerce de produits annoncés ne sont pas disponibles dans certaines régions, elles seront alors remplacées par une autre marque de commerce de même nature et d'un prix coûtant égal ou supérieur. Pas de vente aux marchands. Photos à titre indicatif seulement.

METRO

LE SPÉCIALISTE

par excellence

Gros fumeurs: examen des poumons nécessaire

OTTAWA (PC) — Ceux qui fument beaucoup et depuis longtemps devraient s'assurer que leur médecin leur fait subir périodiquement un examen des poumons afin de déceler à temps tout début d'un cancer du poumon.

Chaque patient doit faire une demande en ce sens à son médecin, si ce dernier oublie, a affirmé le Dr Robert J. Ginsberg. Le spécialiste de Toronto a accordé une interview dans le cadre du congrès annuel de l'Association médicale du Canada.

Plusieurs types de cancer du poumon peuvent être traités avec succès, s'ils sont décelés tôt, a-t-il affirmé. Il a rappelé que le cancer du poumon entraînait la mort de 13.000 personnes par année au Canada, soit plus que toute autre espèce de cancer.

Les fumeurs les plus menacés par le cancer du poumon sont ceux qui pendant 20 ans ont consommé en moyenne un paquet de cigarettes par jour et plus. Les fumeurs travaillant dans certaines industries sont également plus exposés.

Déclin de la pauvreté aux Etats-Unis

WASHINGTON (AFP) — La reprise économique a permis à 1.8 million d'Américains de s'élever l'an passé au-dessus du seuil de pauvreté, ce qui a constitué le premier déclin du taux de pauvreté aux Etats-Unis depuis 1976, indiquent des chiffres publiés mardi par le Bureau des statistiques.

14.4 pc des habitants des Etats-Unis, soit 33.7 millions de personnes étaient ainsi considérées officiellement comme pauvres en 1984, contre 15.2 pc, soit 35.3 millions l'année précédente.

Le seuil de pauvreté officiel a été fixé à 10.609 dollars de revenus annuels pour une famille de quatre personnes, alors que le revenu médian d'une famille américaine s'établit à 26,430 dollars par an.

CENTRE SPORTIF
UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE
Cours pré et postnataux
avec gymnastique aquatique.
Début: semaine du 16 sept.
Rens. et Inscr.: 821-7588


LES ATELIERS DE DEVELOPPEMENT EMOTIVO-RATIONNEL

Vous vous intéressez sans doute à :

- connaître le mécanisme de vos émotions
- savoir comment diminuer vos émotions pénibles telles que l'anxiété, la dépression, la culpabilité, etc.
- acquérir une plus grande maîtrise de votre monde émotif...

Lucien Auger auteur de "S'aider soi-même", "Vaincre ses peurs", etc. a conçu des ateliers et formé des animateurs pour apprendre à ceux qui le désirent, à s'aider eux-mêmes à vivre une meilleure qualité de vie.

Pour avoir plus d'informations ou pour une formule d'inscription: 562-8830
Thérèse Rochette-Brugger
Soirée d'information: au CEGEP de Sherbrooke Pavillon 5, salle 61-105 475, rue Parc, à 19h, le 3 septembre 85.
Ateliers les mardis soir à partir du 10 sept. 85! 121691X



RABAIS DE 10%

Sur nos pantalons en gabardine extensible avec ceinture élastique à l'arrière pour assurer un ajustement confortable. Ces pantalons sont offerts dans nos couleurs les plus à la mode et dans les tailles 10 à 18. Cette semaine, il s'agit d'un rabais remarquable de 10%.

Nous offrons aussi un rabais de 10% sur certaines blouses et hauts pour pantalons coordonnés.

Carrefour de l'Estrie

D'Alaird's
pour la femme d'aujourd'hui

NOS VÊTEMENTS POUR DAMES SONT FABRIQUÉS ENTIÈREMENT AU CANADA ET NOUS EN SOMMES FIERS 121637



Au Bon Marché
45, rue King ouest

GAGNEZ \$10,000.00

EN ARGENT MAGASINEZ AU BON MARCHÉ



POUR RENSEIGNEMENTS, VOYEZ TÉLÉ 9



Votre premier arrêt pour d'épatantes valeurs de la Rentrée scolaire!

Voyez les économies!

Chaussures de jogging en nylon

Pointures hommes 6-11 Comparez à 14.95	Seulement	9⁹⁹
Pointures garçons 1-5 Comparez à 12.95	Seulement	8⁹⁹
Pour adolescents 11,12,13 Comparez à 11.95	Seulement	7⁹⁹

3e étage



Epatant spécial au 3e étage!

Robes d'automne
pour demoiselles juniors

Le groupe consiste d'échantillons, surplus de manufacture, et certains légèrement irréguliers de lignes plus chères. Ne manquez pas ces superbes aubaines!

16⁹⁷

Pourquoi payer jusqu'à \$17.95?

Blouses d'automne pour dames
Attrayants modèles. Manches longues. Couleurs et modèles variés.

9⁹⁷
Rez-de-chaussée

Faites provision maintenant!

Culottes Bikini pour dames
Tricot polyester-coton. Couleurs assorties. Comparez à \$1.00

59^c
Rez-de-chaussée

Un excellent achat!

Bas sport pour dames
Blanc et tons pastel. Mélange coton-nylon. Légèrement irréguliers.

3 paires 1⁹⁹
3e étage

Pratiques et résistants!

Pantalons corduroy pour garçonnets
Tailles 4-6x. Vaste choix de couleurs automnales.

7⁴⁴
Rez-de-chaussée

Pourquoi payer \$7.95!

Pantalons corduroy pour enfants
Chauds et pratiques pour la saison fraîche

4⁹⁷
3e étage

Indispensable pour la garde-robe d'automne!

Jupes d'automne
Couture superbe. Tissu similitosé avec jolis imprimés. Comparez à \$19.95!

7⁹⁹
Rez-de-chaussée

Vous économisez plus de \$4.00!

Pulovers Argyle pour filles
Tailles 7-14. Tricot d'acrylique. Comparez à \$9.95!

5⁷⁷

Pourquoi payer 9.95?

Polojamas pour enfants
Tailles 2-3x. Tissu à couvertures, de haute qualité et épais. D'un manufacturier important.

6⁸⁷
Rez-de-chaussée

Economie importante!

Polojamas pour garçons
Tailles 4-6x. Tricot de coton imprimé. Vous pourriez payer 5.95!

2⁹⁹
3e étage

Toujours populaires! Achetez maintenant et économisez!

Slacks à enfiler pour dames
Tricot double en acrylique. Tons d'automne variés. Comparez à \$11.95!

7⁹⁹
Rez-de-chaussée

Spécial de la Rentrée scolaire!

Pulovers col tortue pour filles
Tailles 7-14, tricot Interlock polyester-coton. Col brodé. Pourquoi payer \$8.95?

4⁴⁷
Rez-de-chaussée

Vous pourriez épargner plus de 5.00!

Chemises Jac pour jeunes hommes
Mélange de laine. Quadrillés Buffalo et plaids. Tailles P et M seulement. Comparez à \$17.95!

11⁷⁷
3e étage

Idéal pour l'automne

Vêtements de nuit pour fillettes
Tailles 4-6x. Tricot polyester-coton. Ne payez pas \$4.95!

2⁹⁹
3e étage

Confortables et d'entretien facile.

Peignoirs pour dames
Polyester-coton. Délicats motifs brodés. Teintes pastel. Comparez à \$14.95.

7⁹⁹
Rez-de-chaussée

Vous pourriez payer jusqu'à \$8.95!

Vêtements de nuit, style dortoir pour adolescentes
Tricot polyester-coton. Variété de motifs imprimés. Rez-de-chaussée

3⁹⁹

La mode favorite des adolescentes!

Camisoles Stanfield
6 teintes modes. Tricot polyester-coton. Comparez à \$4.49!

2⁹⁷
Rez-de-chaussée

C'est le moment d'acheter!

Jeans couturier pour jeunes hommes
Denim prélavé, 14 oz. Tailles 28 à 36. Pourquoi payer jusqu'à 19.95?

9⁹⁹
3e étage

Super achat!

Ensembles de jogging pour bébé
Tailles 1-3. Valeurs allant jusqu'à 7.95

4⁴⁷
3e étage

Parfaits pour les soirées fraîches!

Polojamas pour dames
Ratine française, teintes pastel. Comparez à \$14.95!

8⁹⁷
Rez-de-chaussée

Vente!

Robes d'automne pour fillettes
Tailles 2-6x. Jolie modèles en polyester-coton d'entretien facile. Valeurs allant jusqu'à 12.95!

7⁹⁹
Rez-de-chaussée

Faites provisions maintenant!

Culottes pour hommes
Couleurs variées, mélange coton-polyester

99^c

Une nécessité pour les classes!

Ensembles de jogging pour garçons et filles
Tailles 7-14. Veste choix de couleurs. Vous pourriez payer jusqu'à 14.95!

9⁹⁹
3e étage

Moitié prix!

Vêtements de nuit pour dames
Douillet nylon d'acétate brodé. Manches longues, avec jolis motifs brodés. Ne payez pas \$11.95!

5⁹⁹
Rez-de-chaussée

Super économie!

Ensembles robe et salopette pour fillettes
12,18,24 mois. Polyester-coton imprimé. Comparez à \$6.95!

2⁸⁷
3e étage

Economisez maintenant!

Serviettes de bain géantes, Webasso
Épaisses. Diverses couleurs décoratives. Dimension approximative 20x44. Seulement

1⁹⁷
Dimension approximative 24x44. Seulement

2⁷⁷

Culottes pour garçons
Tailles 8-16. Tricot fait au Canada en couleurs assorties. Ne payez pas \$1.49!

88^c
3e étage

La boîte à lunch des écoliers: variété plutôt que quantité

par La Presse Canadienne
Les écoliers ont besoin de variété et non de quantité, rappellent les diétitiennes, à la veille de la rentrée scolaire.

Les enfants ne tardent pas à se fatiguer des lunchs et ils les jetteront à la poubelle s'ils doivent constamment se rabattre sur des sandwichs au beurre d'arachides, affirme Joyce Mackay, directrice de la nutrition au ministère de la Santé de la Colombie-Britannique.

Le beurre d'arachide

Valerie Bell, une diéticienne qui dirige une firme d'experts-conseils en nutrition de Mississauga, Ont., abonde dans le même sens: "Quand ils n'aiment pas ce qu'on leur offre, les enfants ne se gênent pas pour le jeter s'ils ne peuvent pas l'échanger pour autre chose".

A vrai dire, le beurre d'arachides est l'aliment le moins dispendieux pour appliquer entre deux tranches de pain, et ce n'est pas mal sur le plan nutritif, particulièrement quand il s'agit de marques où l'on trouve un teneur peu élevée en sel et en sucre et servi sur du pain de blé entier, affirme Mme Bell.

Pas de viandes préparées

Elle ne recommande pas les viandes préparées pour la bonne raison qu'elles ont une teneur élevée en sel et que cet ingrédient est responsable de la haute pression, une condition qui peut favoriser plus tard les crises cardiaques.

"Cependant, ce ne sont pas là des choses que vous pouvez expliquer aux enfants — qu'ils risquent de mourir à 50 ans. Mais on s'habitue rapidement à une alimentation salée de sorte qu'il vaut mieux les initier dès le jeune âge à de bonnes habitudes alimentaires."

Une bonne alimentation

Selon Christiane Brillant, de la section des programmes de nutrition de Santé Canada, tout lunch devrait contenir des aliments riches en protéines tels que oeuf, viande, fromage ou volaille; un fruit ou du jus de fruit; un légume, du pain et du lait ou encore un produit laitier tel que du yogourt.

D'après les diétitiennes, il n'est pas fa-

cile d'évaluer le coût quotidien des lunchs parce que ceux-ci sont préparés suivant ce qu'il y a dans le frigo de chaque famille. Toutefois, il est possible de fixer un prix abordable de \$1.50 par lunch.

Quelques suggestions

Voici des suggestions formulées par les spécialistes en nutrition:

— la fraîcheur n'est pas nécessairement ce qu'il y a de mieux. Un

sandwich préparé la veille et ensuite congelé sera encore frais le lendemain midi, affirme Mme Mackay.

— le breuvage de l'enfant peut également être congelé, recommande Lorna Whittley. Alors que la balance du lunch demeurera frais, le breuvage sera de nouveau potable au moment de casser la croûte.

— les cannettes de jus individuelles, bien que pratiques, sont plutôt dispendieuses. Un contenant réutilisable rempli d'un jus congelé auquel on aura ajouté de l'eau, ou d'un jus en canne constitue un meilleur investissement.

Mais assurez-vous qu'il s'agit bien d'un jus véritable et non d'eau sucrée aromatisée.

— en raison d'un grand nombre d'enfants qui partent pour l'école sans prendre de petit-déjeuner, un goûter pris à la récréation de l'avant-midi devient très important, affirme Mme Bell. Elle recommande donc de recouvrir une banane de beurre d'arachides, ce dernier ayant été légèrement dilué avec du jus d'orange, le tout étant ensuite enrobé de noix avant d'être congelé. Ce 'bananapop' sera dégelé au moment de la récréation.

ÉCOLE DE COUTURE FRANCE ENR.



CULTURE PERSONNELLE

France L. Blanchet annonce l'inscription à son école de coupe et de couture, située au 74, Wellington nord, édifice Dunkin Donut. Enseignement de coupe et couture. Cours du jour et du soir, avec professeur diplômé possédant 16 années d'expérience dans l'enseignement. Inscription de 2h à 4h et de 7h à 8h le soir, du lundi 26 août au jeudi 29 août inclusivement.

Les cours débuteront le 2 septembre 1985. Nombre d'élèves limité. Pour tous renseignements, composez: rés.: 569-4695; école: 569-8874

121702

Studio Louise Milot

167, Marquette, Sherbrooke
566-6320

12180X

- Ballet-jazz
- Claquette
- Comédie musicale

- Enfants
- Adultes
- \$5.50 la leçon

Passeport: vie nouvelle

(pensée positive)

- Tu veux être "bien dans ta peau"?
- Tu veux connaître le mécanisme du "Conscient et du subconscient"?
- Tu veux vaincre tes doutes, tes peurs?
- Tu veux attirer à toi tous les trésors de la vie (santé, succès, richesses)?
- Tu veux récolter le maximum de ta vie familiale et sociale?
- Il n'y a qu'une personne assez puissante pour réussir ces transformations! "TOI".
- Une série de sept conférences t'est offerte pour réaliser tes désirs.

SOIREE "GRATUITE" d'information
JEUDI, 29 AOUT 19h30

Le Baron
3200, King ouest, Sherbrooke

Tirage d'une série de conférences (sept).
De plus nos conditions sont à la portée de toutes les bourses:
7.00\$ par personne et 12.00\$ par couple, pendant 7 semaines



Denise G. Cardin
(819) 478-5785

ATTENTION:
Tu n'as pas à paraître en public!

121700

DANSE AÉROBIQUE

Session débutant le 2 septembre

DU LUNDI AU SAMEDI
MATIN • SOIR

AUSSI
CULTURE PHYSIQUE
POUR FEMMES

PROGRAMMES PERSONNALISÉS

- REMISE EN FORME
- CONSEILS POUR L'ALIMENTATION
- AMINCISSEMENT
- VIDEO EXERCICES
- MUSCULATION

LIT DE BRONZAGE UVA

Entièrement automatique
Air climatisé • Douche

566-6610

CLUB AÉRODANSE

1136, King est • Sherbrooke
(Voici du Ranch du Spaghetti)
No. de permis: 300153

121657X

certiflex

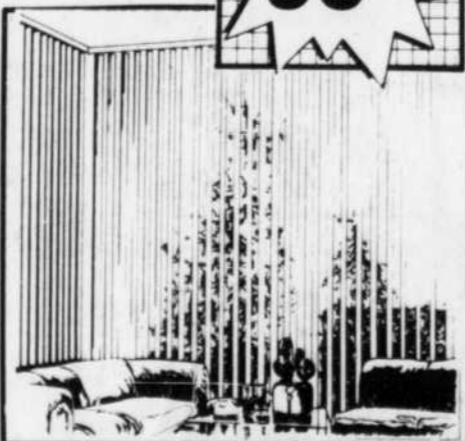
DRACO

STORES VERTICAUX sur mesures,
VÉNITIENS HORIZONTAUX BALI, MINI

Réduction de
35%

50%
à **60%**
sur

VERTICAUX
POUR PORTES PATIO



LOT SPÉCIAL DE STORES VERTICAUX
en tissu. Choix de 4 couleurs, 85" x 84" haut.

139⁹⁵

valence
incluse

FABRIQUONS SUR MESURE, EN MAGASIN?

VOS STORES EN VINYLE P.V.C.

ET BEAU CHOIX DE TISSUS

à **50%** de

rabais

RAYMOND LEMIEUX INC.

26, rue Alexandre
Sherbrooke

121816

Mesdames à la Boutique Françoise Houde
on découvre le plaisir de magasiner!
Actuellement en magasin

NOUVEAUTÉS D'AUTOMNE
dans les fameuses marques:
Coranit, Leslie Fay, Tricots de Versailles, Tricots de Paris, et plusieurs autres.
Grandeurs 4 à 20, 12 1/2 à 22 1/2

NOUVEAU EN MAGASIN VETEMENTS SPORT HEINZELMANN

La femme élégante adopte la

Boutique
Françoise Houde

Exclusivité féminine

Pour une expérience plus personnelle, plus intime, plus sélective.

840, King ouest, Sherbrooke
562-2832

121654X

TROIS FOIS PASSERA, LA PREMIÈRE...

PAYEZ-VOUS UN HAMBURGER HARVEY'S AVEC DES FRITES FRAÎCHES POUR 1,89 \$.

Présentez ce coupon à n'importe quel Harvey's participant. Pour seulement 1,89 \$, taxe en sus s'il y a lieu, vous pourrez vous payer un vrai bon hamburger cuit sur le gril et garni selon votre personnalité, et



une portion de frites fraîches de pommes de terre fraîchement coupées chaque jour. Cette offre se termine le (date). Un seul coupon par client par visite. Coupon non valable avec toute autre offre spéciale en vigueur.

LA SECONDE...

PAYEZ-VOUS ENCORE UN AUTRE HAMBURGER HARVEY'S AVEC DES FRITES POUR 1,89 \$.

Présentez ce coupon à n'importe quel Harvey's participant. Pour seulement 1,89 \$, taxe en sus s'il y a lieu, vous pourrez vous payer un vrai bon hamburger cuit sur le gril et garni selon votre personnalité, et



une portion de frites fraîches de pommes de terre fraîchement coupées chaque jour. Cette offre se termine le (date). Un seul coupon par client par visite. Coupon non valable avec toute autre offre spéciale en vigueur.

LA TROISIÈME...

PAYEZ-VOUS ENCORE UN AUTRE HAMBURGER HARVEY'S AVEC DES FRITES POUR 1,89 \$.

Présentez ce coupon à n'importe quel Harvey's participant. Pour seulement 1,89 \$, taxe en sus s'il y a lieu, vous pourrez vous payer un vrai bon hamburger cuit sur le gril et garni selon votre personnalité, et



une portion de frites fraîches de pommes de terre fraîchement coupées chaque jour. Cette offre se termine le (date). Un seul coupon par client par visite. Coupon non valable avec toute autre offre spéciale en vigueur.

La dernière y restera!
Trois fois passera... pour renouer avec le plaisir d'un hamburger Harvey's que l'on fait garnir selon sa personnalité.
Trois fois "merci!" de la part de Harvey's à sa nouvelle comme à sa fidèle clientèle!

HARVEY'S FAIT DE BIEN BONNES CHOSES.



121800

Comment renoncer au tabagisme en 20 jours et en douceur

par Robert Lefebvre

QUEBEC (PC) — Son objectif est de faire passer le Québec du premier rang des fumeurs en Amérique au premier rang des non-fumeurs. Il compte l'atteindre en 1990, alors que 500.000 Québécois et Québécoises devraient avoir renoncé au tabagisme.

Cet objectif est celui que s'est donné Robert Talbot, un consultant en pédagogie de l'Université Laval qui a mis au point une méthode qui permet au fumeur de renoncer à

son habitude, en 20 jours, et en douceur.

C'est la méthode "Cig-Arrête", une thérapie qui fait appel à la "pensée positive". Elle repose sur la connaissance du cerveau et ses innombrables capacités. "Le cerveau humain, dit Robert Talbot, est malaxable et facile à conditionner. Il nous appartient d'exploiter ses possibilités."

La méthode d'intervention consiste en deux rencontres de groupes puis en un exercice individuel qui s'échelonne sur une période de 20

jours. L'objectif est de conditionner le subconscient, à l'aide de messages positifs, de façon à renforcer jour après jour la décision que chacun a prise de cesser de fumer.

Elle a déjà "converti" plus de 2.000 fumeurs et fumeuses après seulement quelques mois d'application dans la région de Québec.

Sauver des vies

Toute sa satisfaction est là. "C" est déjà autant de personnes qui voient leur espérance de vie prolongée de quelques années et qui re-

duisent de beaucoup les risques de succomber, après une agonie douloureuse, à des troubles pulmonaires ou cardiaques."

Dans son bureau de l'Université Laval, Robert Talbot s'enflamme rapidement en parlant de "sa" méthode.

Il va même jusqu'à la comparer au célèbre vaccin Salk, qui a permis d'enrayer la poliomyélite. Il rêve lui aussi de sauver des milliers de vies.

On constate bien vite que l'aspect

financier ne le préoccupe guère. Il n'est pas un homme d'affaires averti. Il a failli se faire dépouiller de ses droits d'auteur dernièrement.

De par sa formation de pédagogue et de chercheur, Robert Talbot s'intéresse avant tout à former de "bons" animateurs pour dispenser la thérapie et à perfectionner constamment sa méthode d'intervention.

Il n'est pas homme à tout laisser au hasard. Il a consacré les 10 der-

nières années à expérimenter et à évaluer sa méthode.

Car la thérapie, il l'avait découverte, un peu par hasard, dès 1974, à l'occasion d'un voyage d'études en Indiana.

Depuis longtemps qu'il voulait cesser de fumer. Il avait essayé plusieurs échecs et il était à la recherche de la "méthode miracle".

Il s'administra la thérapie avec tellement de succès qu'il s'étonna, en cours de route, de la facilité avec laquelle il pouvait se passer de la cigarette.

Les 3 articles ci-dessous sont en solde jusqu'au 31 août. Profitez-en dès aujourd'hui!



Magnétocassette pour les notes dont on a besoin

RABAIS 37%

Servez-vous en pour enregistrer des cours que vous pourrez ensuite repasser. Avec repérage/révision, niveau et arrêt autom. Ne manquez pas de profiter de cette belle aubaine. 14-1008* Cour. 79.95.

49.95

Le prix de solde expire le 31 août 1985



RABAIS 41%

9.95

Le cadeau idéal pour la rentrée des classes

Une calculatrice solaire. Elle n'a pas besoin de pile. Avec touches de racine carrée et de pourcentage. 65-904* Cour. 16.95

Le prix de solde expire le 31 août 1985



RABAIS 33%

Radio Shack vous aide à être à l'heure

19.95

Avec un réveil Micronta® vous serez toujours à l'heure. Bouton pour réglage facile et rapide.

Avec protection à pile* et avertisseur de pile. Voyants PM et d'alarme. 63-785* Cour. 29.95

Le prix de solde expire le 31 août 1985



Radio Shack

DIVISION ELECTRONIQUES TANDY LIMITEE

VENTE FOIRE D'ETE

Une rentrée des classes dont on se souviendra! Hâtez-vous les quantités sont limitées. Les prix de solde expirent le 30 sept./85

Faites des enregistrements de qualité professionnelle ou écoutez votre musique préférée — sans arrêt — avec le SCT-90



maintenant 299.95
était 399.95

Liquidation. Magnétocassette SCT-90 pour des enregistrements faciles et rapides. Recherche

autom., et système Dolby B et C NR. 14-634*. Étais à 399.95 dans le cat. 1985.

TMD de Dolby Laboratories Licensing Corp.

Optimus® T-120...riche sonorité à prix étudié!

1/2 PRIX!



Belles colonnes à 3 voies. Super sonorité et faible encombrement. Enceinte à évent accordé, H.-P. d'aiguës refroidi par liquide. Commandes accessibles. 40-2047. Cour. 249.95.

124.97^{chac.}

Soyez certain, utilisez un multimètre Micronta®

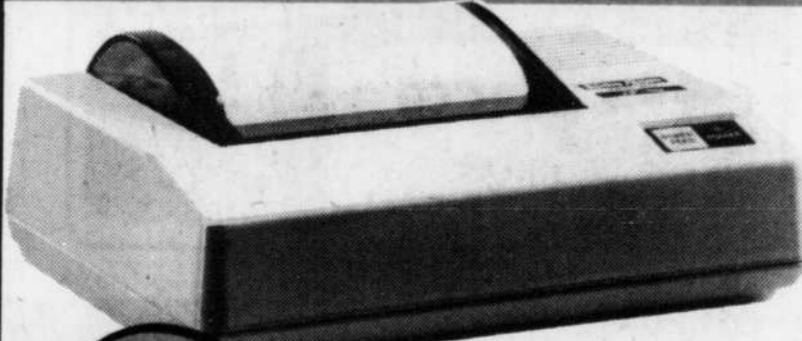


RABAIS 33%

Vérifiez la condition de vos fusibles, piles, batteries et prises CA avec ce très pratique multimètre Micronta. 18 gammes. 22-201*. Cour. 29.95.

19.95

La TP-10, une mini imprimante offerte à bien bon prix



RABAIS \$30

Imprimante à matrice thermique idéale pour l'ordinateur couleur. Imprime caractères graphiques et alphanumériques à 30 car./s. Silencieuse, elle va partout. 26-1261. Cour. 129.95.

99.95

Magnétocassette AM/FM portatif pour les mélomanes "mobiles"!



RABAIS \$90

Musique continue à un prix comme on n'en voit plus. Deux platines pour lecture de 2 cassettes sans interruption. 14-787*. Cour. 249.95.

159.95

Le Radio Shack le plus près est dans les pages blanches

Il peut arriver que certains articles ne soient pas disponibles en quantité suffisante pour répondre à la demande. Si notre stock d'un article renouvelable de notre gamme courante est provisoirement épuisé, nous vous fournirons un bon de réduction différée vous permettant de vous le procurer au prix annoncé aussitôt qu'il sera disponible. Certains articles peuvent être offerts en quantités limitées pour la période de cette offre. Nous nous réservons le droit de corriger les erreurs typographiques. Tandy Corporation détient les droits de propriété. Tandy Electronics Limited en est un usager inscrit.

*Piles-cassettes/adaptateurs non fournis

Le Chronomatic®-243 avec deux réglages d'alarme



RABAIS 33%

Cadran éclairé. Avec protection à pile et avertisseur de pile. Format compact. 12-1550. Cour. 59.95.

Une calculatrice solaire a prix d'aubaine pour la rentrée

RABAIS 41%

9.95

Elle n'a jamais besoin de piles. Mémoire à 4 touches et pratique étui portefeuille. 65-903. Cour. 16.95.





STEINBERG

ÉCONOMISEZ AVEC LES DOLLARS MIRACLE DE LA RENTRÉE!

Jusqu'au 31 août, Steinberg vous donne un dollar Miracle avec chaque tranche d'achat de \$10. Échangez-le chez Miracle Mart et économisez \$1 sur chacune de vos tranches d'achat de \$10*. Profitez-en! Vous avez jusqu'au 14 septembre pour le faire.

* Sauf achat de cigarettes, films, appareils photos et magnétoscopes.



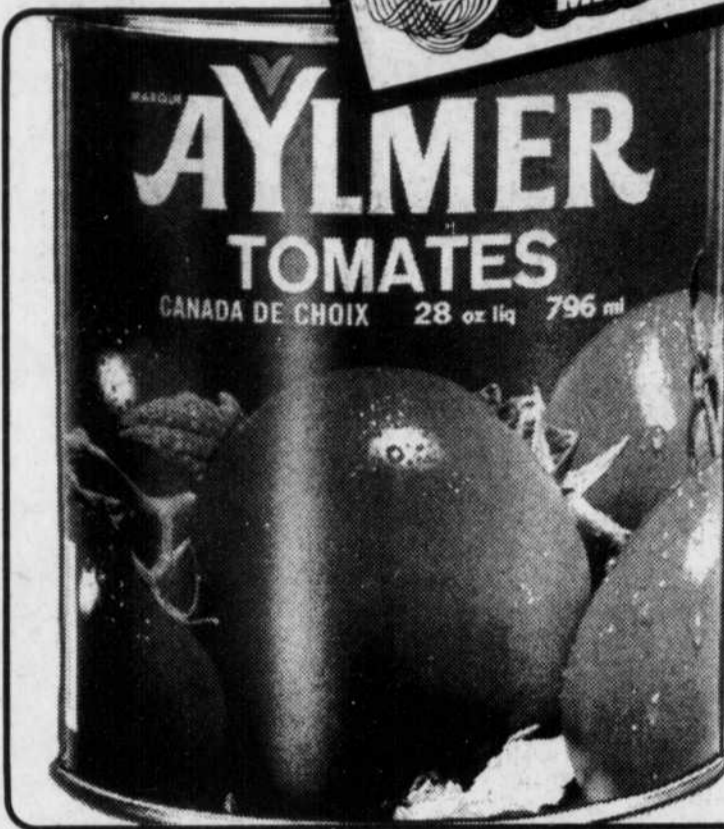
Disponibles également à La Maisonnée!



BOISSONS GAZEUSES STEINBERG AU CHOIX
CANETTES DE 280 mL
CAISSE DE 24 DÉPÔT EN SUS: 5¢ CANETTE

4⁹⁹

MAINTENANT AVEC LANGUETTES



TOMATES ENTIÈRES AYLMER DE CHOIX
BTE DE 796 mL

79[¢]



PAPIER HYGIÉNIQUE COTTONELLE
BLANC, ROSE, JAUNE, CHAMPAGNE ou BLEU
PQT DE 4 ROUL.

1³⁹



MARGARINE MOLLE À L'HUILE DE SOYA MONARCH
CONT. DE 907 g

1⁵⁹



DÉTERGENT EN POUDRE POUR LA LESSIVE SUNLIGHT
BTE DE 6 L

3⁴⁹

A fresh bright clean! Lessive fraîche, éclatante!



CRÈME GLACÉE ICE CASTLE
SAVEURS AU CHOIX
CONT. RECT. DE 2 L

1⁶⁹



CROUSTILLES DULAC ou RUFFLES AU CHOIX
SAC DE 200 g

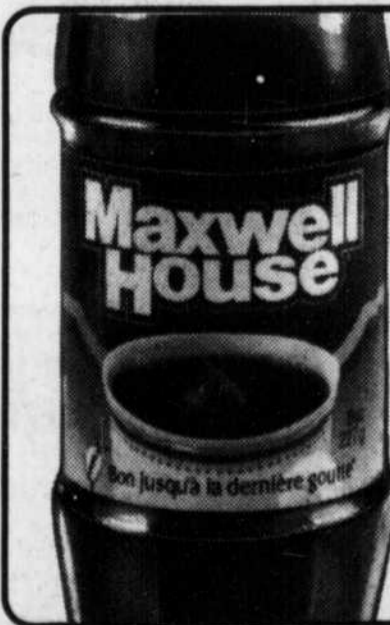
99[¢]



PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU SINGLES
KRAFT
16 TRANCHES ORDINAIRE ou 24 TRANCHES MINCES - PQT DE 500 g

2³⁹
AVEC COUPON
2⁸⁹
SANS COUPON

COUPON
ÉCONOMISEZ **50[¢]**
PRÉPARATION DE FROMAGE FONDU SINGLES
16 TRANCHES ORDINAIRE ou 24 TRANCHES MINCES PQT DE 500 g
sur présentation de ce coupon à la caisse de votre Steinberg.
Valeur au comptoir: 1/20¢
Un coupon par article.
L'offre est en vigueur jusqu'au 31 août 1985.
KRAFT LTÉE 4520487-1



CAFÉ INSTANTANÉ MAXWELL HOUSE
ORDINAIRE
BOCAL DE 227 g ou DÉCAFÉINÉ
BOCAL DE 170 g

3⁴⁹
AVEC COUPON
4⁴⁹
SANS COUPON

COUPON
ÉCONOMISEZ **1⁰⁰**
CAFÉ INSTANTANÉ ORDINAIRE
BOCAL DE 227 g ou DÉCAFÉINÉ
BOCAL DE 170 g
sur présentation de ce coupon à la caisse de votre Steinberg.
Valeur au comptoir: 1/20¢
Un coupon par article.
L'offre est en vigueur jusqu'au 31 août 1985.
A.C. NIELSON LTÉE 0301286-1

VOYEZ NOS NOMBREUX AUTRES SPÉCIAUX DANS LE CAHIER PUBLICITAIRE DE CETTE SEMAINE.

STEINBERG VOTRE SUPERMARCHÉ DE CHOIX

Prix en vigueur du lundi 26 août au samedi 31 août 1985 inclusivement.

STEINBERG

t'es à *mm* manger!



NOS MAGASINS SERONT FERMÉS LE LUNDI 2 SEPTEMBRE 1985. BONNE FÊTE DU TRAVAIL!



TARTE AUX POMMES
STEINBERG
ORDINAIRE ou À
LA CANNELLE
624 g

99¢



JAMBON FUMÉ
DÉOSSÉ
GENRE
TOUPIE

1⁷⁹ /lb 3⁹⁵ /kg
ENTIER
1⁹⁹ /lb 4³⁹ /kg
DEMI



LAITUE
ICEBERG
PRODUIT DU
QUÉBEC
CANADA N° 1
GROSSEUR 24

3/99¢



DINDE FRAÎCHE
BUTTERBALL
6 kg ou moins

1⁵⁹ /lb 3⁵¹ /kg

* Voir le coupon dans notre circulaire.

DINDE
BADI-
GEONNÉE
SURGELÉE
5 kg ou moins

1⁴⁹ /lb 3²⁸ /kg



THON PÂLE
BYE THE SEA
EN MORCEAUX - DANS UN
BOUILLON DE LÉGUMES ou EN
EAU NATURELLE ou ÉMIETTÉ
BTE DE 184 g

89¢



RAISIN BLEU
PRODUIT DES É.-U.
CANADA N° 1
PANIER DE 1,1 L (1 PINT)

1⁹⁹



SAUCISSES
FUMÉES
ORDINAIRES
MAPLE LEAF
PQT DE 450 g

89¢
AVEC COUPON
1²⁹
SANS COUPON

COUPONS

ÉCONOMISEZ
MAPLE LEAF **40¢** MAPLE LEAF

SAUCISSES FUMÉES ORDINAIRES
PQT DE 450 g
sur présentation de ce coupon à la caisse de votre Steinberg.
Valeur au comptoir: 1/204
Un coupon par article. L'offre est en vigueur jusqu'au 31 août 1985.
A.C. NIELSON LTÉE. 0076680 H



SOUPE AUX LÉGUMES ou **AUX TOMATES** - AYLMER
BTE DE 284 mL

3/99¢



BOISSONS AUX FRUITS - FBI
ORANGE, RAISINS, FRUITS MÉLANGÉS ou LIMONADE
POT DE 1,82 L

1⁰⁹



PAINS À HOT-DOG ou **À HAMBURGER**
STEINBERG - PQT DE 12

88¢

Les articles annoncés dans ces pages sont en réclame aux supermarchés situés dans la ville principale de diffusion de ce journal et sa proche banlieue. Les conditions climatiques peuvent influencer la quantité et la qualité de nos approvisionnements en fruits et légumes. Cependant nous tenons à vous garantir en tout temps le meilleur choix disponible sur le marché. Pas de garantie de prix sur certains articles non alimentaires. Il se peut également que certaines illustrations soient prises à titre indicatif seulement et ne correspondent pas exactement à l'article annoncé. Pas de vente aux marchands. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Le texte prévaut en tout temps. Si un supermarché est à court d'un produit annoncé, veuillez demander un bon de garantie au comptoir d'information.

Invasion d'OVNI en Italie

TURIN, Italie (AFP) — Le nombre d'OVNI (Objets volants non identifiés) signalés dans le ciel italien n'a jamais été aussi important que cette année, notamment au cours des mois d'été, a affirmé M. Eduardo Rosso, l'un des responsables du CUN (Centre national d'ufologie, la science des OVNI, dont le nom vient du sigle anglais UFO — Unidentified Flying Object).

L'augmentation est sensible par rapport aux années précédentes. De janvier à juillet plus de 50 cas nous ont été signalés dont certains extrêmement intéressants, ajoute M. Rosso.

En avril deux automobilistes nous ont fait part de leur rencontre à distance rapprochée avec d'étranges êtres sans bras près d'Aviano (région de Venise).

En juillet, plusieurs personnes affirment avoir vu dans un champ près de Brescia (Lombardie) de mystérieux sillons formant un soleil et couvert d'une substance grisâtre.

Deux cousins, poursuit M. Rosso, indiquent qu'ils ont été suivis par un cône volant alors qu'ils roulaient vers Bergame (Lombardie) et ces témoignages ont été confirmés par de nombreux témoins qui se trouvaient sur le bord de la route.

Le 4 août, un couple en voiture déclare avoir aperçu près de Ponte di Piave (dans les environs de Venise) un être humanoïde, haut d'un mètre vingt, traverser la route en sautillant puis être aspiré par un faisceau lumineux émis par un étrange disque posé au sol qui a immédiatement disparu dans un sifflement.

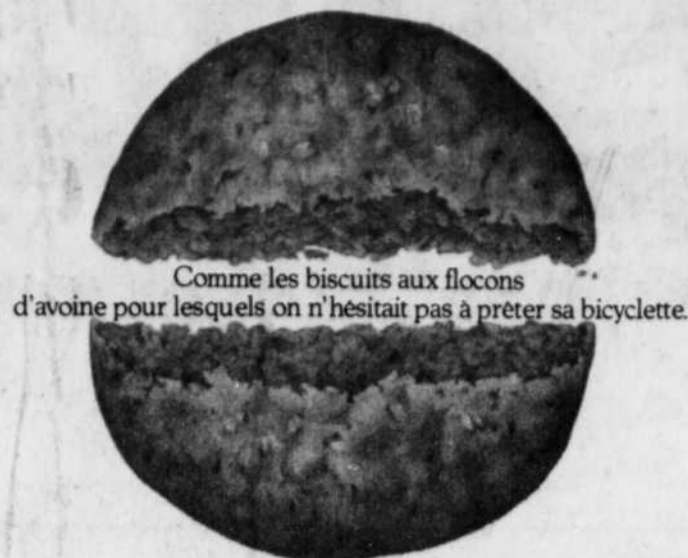
Danse Aérobie



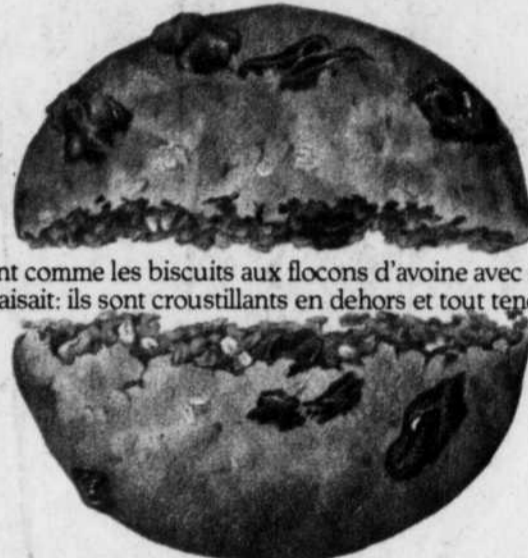
Spécial jusqu'à 25% de rabais sur abonnements, avant le 7 septembre

Fier(e) de votre corps et bien dedans...
Centre Le Carrefour
 566-7676 2984 DesChênes, Sherbrooke.

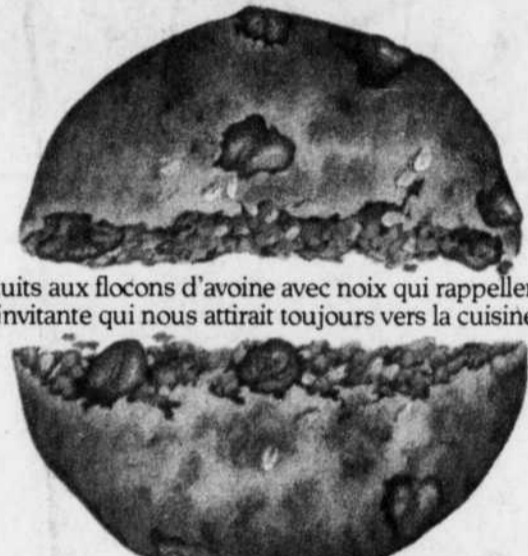
Voici cinq biscuits traditionnels qui rappellent les gâteries de maman.



Comme les biscuits aux flocons d'avoine pour lesquels on n'hésitait pas à prêter sa bicyclette.



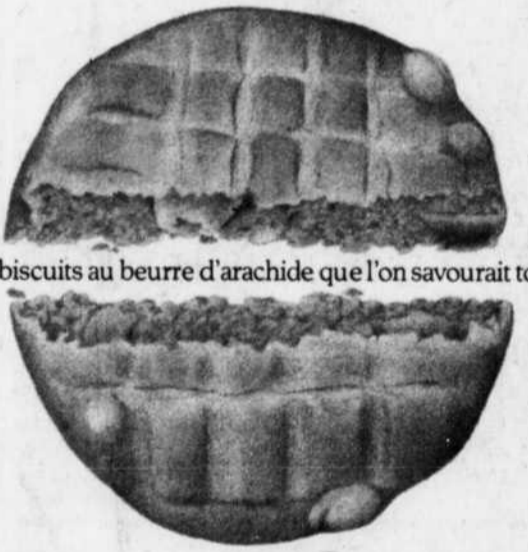
Ils goûtent comme les biscuits aux flocons d'avoine avec raisins secs que maman faisait: ils sont croustillants en dehors et tout tendres en dedans.



Des biscuits aux flocons d'avoine avec noix qui rappellent l'odeur invitante qui nous attirait toujours vers la cuisine.



Exactement comme les biscuits aux flocons d'avoine et aux grains de chocolat que Ti-Jean gardait pour le dessert de son dessert.



Ils font penser aux biscuits au beurre d'arachide que l'on savourait toujours avec délice.

Les nouveaux biscuits Duncan Hines aux flocons d'avoine ou au beurre d'arachide goûtent tellement comme les biscuits de maman, qu'on les prendrait pour des biscuits maison.

Et c'est parce qu'ils sont faits avec de traditionnels ingrédients de choix qu'ils ont cette appétissante consistance: croustillants en dehors et tout tendres en dedans - comme ces biscuits que maman faisait tellement bien.

La seule différence qu'il y a avec nos biscuits, c'est que pour savourer leur traditionnel bon goût maison, vous n'avez qu'à les acheter chez votre épicier.

FABRICVILLE

Vedettes de la rentrée scolaire

La vente débute le mercredi 21 août 85 et se termine le mardi 3 sept. 85. Fermé la Fête du Travail

15,000 m TISSUS VARIES
 Notre rég. 3.99 - 6.99
Maintenant 1.49

SE CONTINUE POUR 5 JOURS

GABARDINE DE POLYESTER 150 cm Notre rég. 6.98 3.99	LAINAGES 150 cm Notre rég. 12.98 8.99	POPELINE POLY-COTON ASSORTIE Topweight 115 cm Notre rég. 3.49 1.99	GINGHAM 115 cm Le stock complet Notre rég. 3.79 1.99
LAINAGES PLAID 150 cm Notre rég. 9.98 5.99	TISSUS A CHEMISES BROSSES 115 cm, Plaid, rayures Notre rég. 4.98 3.99	COUPONS VELUX A COUVERTURES pièces de 3-9 m Notre rég. 8.98 5.99	TOUS NOS TISSUS D'ETE RABAIS 50%
IMPRIMES 'EMERALD ISLE' 115 cm Coton, toile Notre rég. 12.98 6.50	FLANELETTE IMPRIMEE 90 cm 5 JOURS SEULEMENT 1.69	TISSUS A COSTUMES Poly-viscose Double Notre rég. 9.99 Economisez 50% 4.99	PATRONS Simplicity, Style, Butterick, McCall's Achetez-en un au prix régulier et recevez-en un autre de même valeur GRATUITEMENT AVEC CE COUPON Limite: 1 par client. Valable jusqu'au 31 août 85
DERNIER AGIS: COTON IMPRIME ET POLY-COTON Nos rég. 4.98, 5.98, 6.98 Rabais 50%	TRICOT RAYE DE FANTAISIE 150 cm Notre rég. 5.98 3.99	BOURRE de fibre (régulière ou pour rembourrage) GRATUITE (au choix) Achetez-en 1 sac au prix régulier et recevez-en un autre de même valeur GRATUITEMENT, avec ce coupon. Limite: 1 par client. Valable jusqu'au 31 août 85	COUPON SAMEDI SEULEMENT SUPER SPECIAL 50% DE RABAIS SUR PLUSIEURS ITEMS NON ANNONCÉS
FLANELLE BROSSEE 115 cm, Poly-viscose EPATANT POUR LA RENTREE SCOLAIRE! Teintes de bruyère. 7.98	POPELINE LONDON FOG 115 cm Notre rég. 4.98 2.49	30¢  30¢	
TISSU SWEAT SUIT, OUATE IMPRIME Rose, paisley, motifs abstraits 150 cm Notre rég. 9.98 7.99	TISSU FIL TEINT, A CHEMISES Plaid, rayures 115 cm Notre rég. 5.98 3.99		Economisez 30¢ sur tout achat de biscuits aux flocons d'avoine ou au beurre d'arachide.
TISSU CHAMOIS DOUILLET 150 cm Notre rég. 8.98 5.99	SPECIAUX NON ANNONCÉS POUR DETENTEURS DE CARTE D'OR		<small>ALÉXANDRE: Nous vous rembourserons ce bon à sa pleine valeur, plus nos frais de fabrication. Le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que</small>
IMPRIMES 'SUNSET' BROSSE 115 cm notre rég. 8.98 5.99	TISSU CHAMOIS DOUILLET 150 cm Notre rég. 8.98 5.99		<small>le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que</small>
TISSU FIL TEINT, A CHEMISES Plaid, rayures 115 cm Notre rég. 5.98 3.99	TISSU CHAMOIS DOUILLET 150 cm Notre rég. 8.98 5.99		<small>le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que</small>

FABRICVILLE
 Le plus grand distributeur de tissus et draperies au Canada
Meilleure qualité, meilleurs prix

50, DES GRANDES FOURCHES SUD, SHERBROOKE

Duncan Hines

30¢  **30¢**

Economisez 30¢ sur tout achat de biscuits aux flocons d'avoine ou au beurre d'arachide.



ALÉXANDRE: Nous vous rembourserons ce bon à sa pleine valeur, plus nos frais de fabrication. Le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que le détaillant qui a remboursé le bon, ou le détaillant d'une autorisation à cette fin de préavis à condition que vous l'avez accepté à l'achat du produit indiqué. Tout autre emploi est considéré comme frauduleux. Vous devez avoir acheté un stock proportionnel aux bonbons à échanger, et pouvoir le prouver sur demande. Le refus ou l'impossibilité de le faire pourra rendre nuls tous les bonbons au-delà de la quantité correspondant au stock acheté. Nous ne rembourserons que

SANS DATE D'EXPIRATION E2