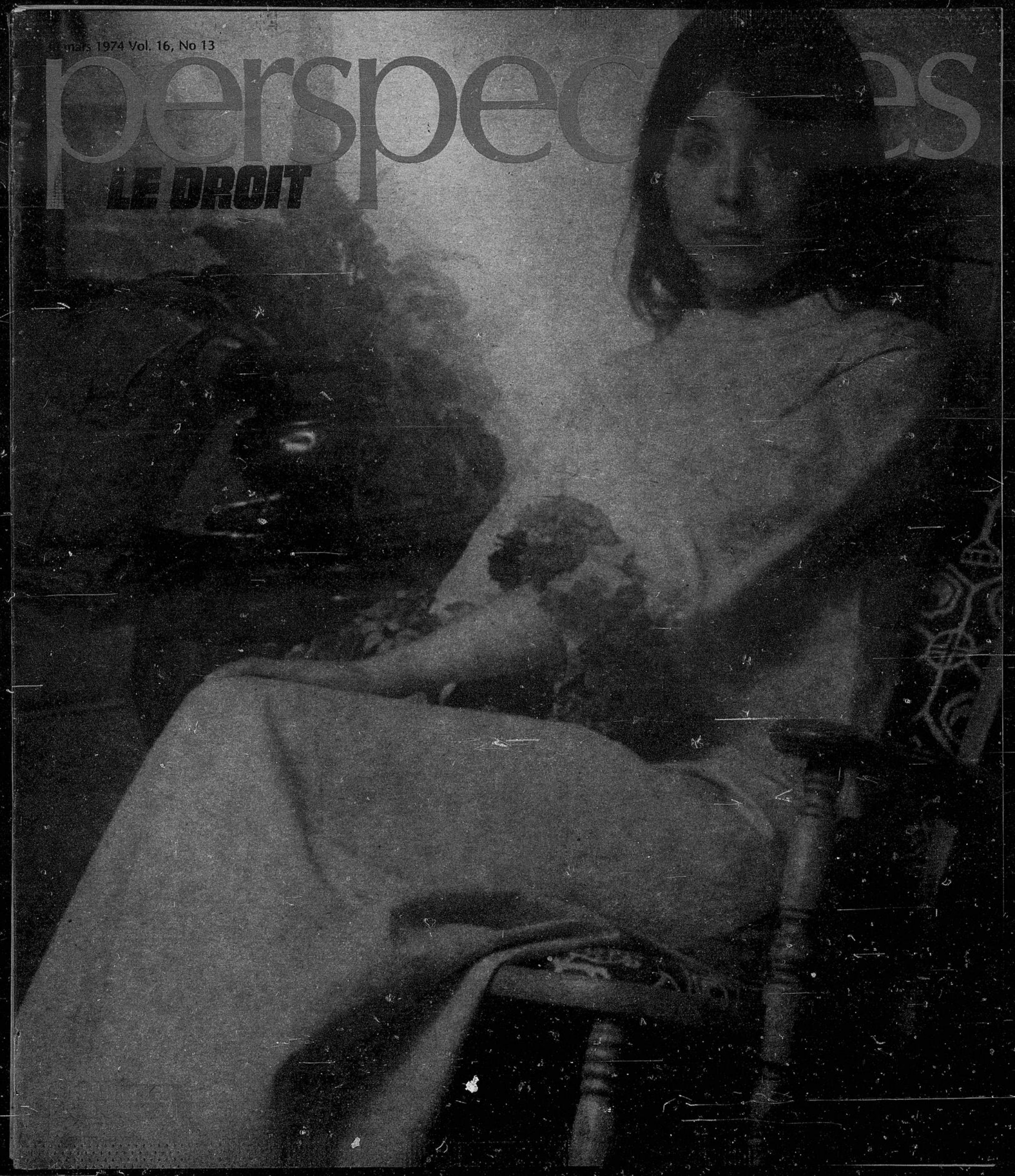


30 mars 1974 Vol. 16, No 13

Perspectives

LE DROIT



781



Ⓟ

NOS VIEILLARDS EN FOYERS CLANDESTINS: DES MORTS VIVANTS?

**DES FOYERS CLANDESTINS, ILY EN A QUELQUE 400 CONNUS,
A MONTRÉAL SEULEMENT, OÙ LES TENANCIERS
SONT AUSSI MISÉREUX QUE LES VIEILLARDS QU'ILS HÉBERGENT**

par Jean-Pierre Nicaise

Ils sont près de 500 000 au Québec. 250 000 dans la seule ville de Montréal à avoir plus de 65 ans. Dans la phraséologie actuelle, nous disons que ce sont les gens du troisième âge. Dans la rue, on les appelle toujours "les vieillards". Sur ces 250 000 personnes de plus de 65 ans résidant à Montréal, 70 p.c. n'ont pour vivre que les prestations du gouvernement, soit au maximum \$179,16 par mois au titre de la pension de vieillesse, récemment haussée (à la condition que d'éventuels autres revenus ne dépassent pas \$24 par an). Mais avant même de citer quelques chiffres, il me semble que nous oublions trop souvent que ce sont ces hommes et ces femmes qui ont fait le Québec d'aujourd'hui; que nous oublions encore plus facilement que la grande majorité des personnes âgées ont gagné toute leur vie de bas salaires, ont vécu la crise économique et l'insécurité qu'elle a provoquée, ont eu peu ou pas de loisirs et sont loin d'être parvenues à une aisance financière qui leur permettrait de minimiser l'importance vitale que prend l'argent. Importance vitale, en effet, parce qu'on a formulé une relation entre l'argent, la liberté et l'autonomie. Aussi, lorsque les personnes âgées réclament plus d'argent, c'est le strict respect de leurs droits qu'elles réclament. Nombreux sont ceux qui estiment qu'une vie de travail donnée à la société vaut bien que celle-ci leur assure maintenant les moyens de vivre convenablement. Certes. Mais avant de rejeter ce qui suit sur les seules épaules du gouvernement, rappelons que les 433 545 personnes qui, au Québec, n'ont pour vivre que leur pension ont également mis au monde de nombreux enfants. Où sont-ils? Sur le bien-être social? Où sont les 21 héritiers de cet homme que j'ai rencontré vivant misérablement dans une chambre dans l'est de la rue Sainte-Catherine, avec 6 autres vieillards?

Les enfants disparus dans leur propre vie, on en vient ainsi à parler des pensions de vieillesse qui constituent trop souvent le seul revenu des personnes âgées. En effet, les fonds de retraite privés et le régime de rentes existent depuis trop peu d'années pour assurer à eux seuls un revenu convenable. Les \$179 par mois de la pension suffisent-ils? Le service d'éducation

permanente de l'université de Montréal a chiffré le budget-type minimum d'une personne âgée: \$194 par mois, en 1972, avant la flambée des prix. Je vous laisse juge de ce minimum: \$55 pour le loyer, \$7 pour le téléphone, \$22 en chauffage et électricité, \$80 en nourriture, \$5 pour les médicaments, \$15 en vêtements, \$10 en transport et 0 en loisirs. Il manque encore \$15 pour arriver au minimum d'il y a deux ans. Alors, comment font-ils? Ils se placent, ou plus exactement ils essayent, où ils peuvent et de préférence dans les foyers subventionnés par le gouvernement. Toutefois, dans ces endroits, les places sont rares. Aussi, avant d'examiner la situation des plus favorisés, nous sommes-nous occupés du troupeau des laissés-pour-compte: les anémiques du porte-monnaie, les angoissés de solitude — ce cancer du monde moderne —, les malades rejetés par des hôpitaux débordés. Ensemble, ils forment une légion à la recherche d'un gîte, d'un terrier. Oh! ils le trouvent! On ne meurt plus sous les ormes disparus. Notre métropole qui masque ses lézards sous d'humanistes murales aux couleurs bariolées et qui sait si bien nous donner à regarder jouer, a encore, hors des projecteurs, quelques taudis et quelques mercanti pour loger et s'occuper de ses vieux. Ce sont ces demeures — clandestines — et ces propriétaires — discrets — que nous avons visités pendant plus d'un mois. C'est donc à un portrait en filigrane de ce reportage que nous vous convions: à une image de ce qui nous attend (qui sait?) après-demain, et en tout cas, à la quotidienne réalité de l'âge d'or!

Toutefois, ne vous attendez pas à de spectaculaires révélations. Le troisième âge n'est pas couvert de guenilles trouées montrant un ventre creux. Tout juste ai-je pu rencontrer, de-ci, de-là, quelques réfrigérateurs vides, une poignée (une dizaine) de vieillards ficelés sur leurs lits — lesquels vieillards, du reste, avaient disparu une semaine plus tard, emmenés par un médecin anonyme vers une destination qui m'est encore inconnue —, pas mal de cafards, coquerelles et autres bestioles, ainsi que des tenancières-ménagères comme je pensais qu'il n'en existait qu'en rêve et avec lesquelles il a bien fallu ruser. Rien pour du sensationnel

à la une, pas de vieillards brûlant, point d'anecdotes dramatiques. Et c'est tant mieux!

Deux bonnes raisons à cela. Tout d'abord, les cas les plus désespérés, les plus sordides (Repentigny par exemple), se trouvent situés hors de Montréal: à Laval, sur la rive sud, ainsi que dans la proche campagne où les contrôles sont plus difficiles, moins organisés. Ensuite, parce que dans la ville de Montréal même, depuis un an, les services de santé, que dirige une femme remarquable, le Dr Antonine Paquin, se livrent à un véritable travail de sape envers les maisons clandestines (ainsi appelées parce qu'elles existent sans permis). Près de 3 000 lits ont déjà été découverts, recensés et régulièrement visités malgré un personnel trop peu nombreux mais efficace et doté de pouvoirs étendus, supérieurs à ceux des policiers. Ce harcèlement continu qui fait gémir les logeurs a porté ses fruits. Vivant dans l'inquiétude des visites municipales, les tenanciers font attention sur l'essentiel: hygiène des locaux, nourriture.

Mais alors, que reproche-t-on à ces foyers clandestins? Le Dr Paquin nous le rappelle: insalubrité des locaux, entassement des patients, garde de malades sans compétence médicale, non respect des règlements d'incendie. Voilà ce qu'on trouve le plus souvent dans les quelque 400 foyers clandestins connus de Montréal. Hélas! sur le terrain, si je puis dire, l'énoncé s'avère exact. La trentaine de foyers que j'ai visités sont situés dans des maisons aux murs de bois, avec des installations électriques absolument insensées, souvent en étages (ne pensons pas à une évacuation d'urgence). Les lits, pratiquement les uns à côté des autres, occupent toute la place disponible dans les chambres. Une salle de bains pour 10 à 15 personnes est une bonne moyenne. Quant aux nombreux malades alités que j'ai rencontrés, qu'ils se cramponnent! Pas un, mais alors pas un des responsables de ces foyers n'a l'ombre d'une connaissance médicale élémentaire. Manque de chance de ma part? Pas un, non plus, n'a complété une 8e année. Mais j'ai cru comprendre que, sans doute reconnaissants, les malades finissent par mourir en silence, et le plus souvent pendant la nuit.

Suite page 4

FOYERS CLANDESTINS

Ces nombreux malades m'ont tout naturellement donné l'idée de regarder un peu du côté des médicaments, une montagne de médicaments, essentiellement des tranquillisants dont on n'est plus toujours bien sûr à qui ils sont destinés. Le Dr Paquin me précisera que ses services effectuent des saisies "en masse" de médicaments. Quant aux tranquillisants — regard las et haussement d'épaules désabusé du docteur —, "encore heureux quand ils ne sont pas administrés à 3 heures de l'après-midi, pour économiser le repas du soir." Cela expliquerait-il l'étrange apathie (pas des pouvoirs publics, des vieillards) que j'ai pu constater? Leur quasi-absence dans les rues? Surtout que ce fait est aggravé par la cohabitation dans les maisons de chambres d'un grand nombre des quelque 80 à 90 000 malades mentaux en "cure ouverte" de Montréal. Veuillez excuser mon imprécision en ce qui concerne les chiffres, mais si je puis vous dire avec exactitude que nous avons crachoté l'an passé pour 16 millions de dollars de rince-bouche, les statistiques officielles restent silencieuses en ce qui concerne nos marginaux. Ce qui est certain, par contre, c'est que toute cette humanité s'échange ses potions pour le plus grand profit de la tranquillité publique. Avec pour effet, secondaire, que l'hydrocéphale de 25 ans et le septuagénaire, côte à côte, ont le même regard, la même dégain, la même face. Mimétisme, ou caméléon chimique?

Enfin, dernier point au chapitre des griefs, que coûte ces petits paradis? Officiellement, entre \$3 et \$4 par jour. En réalité, jusqu'à la totalité de la pension du retraité, surtout dans le cas des malades alités. Sur ce front également la ville de Montréal livre bataille, mais c'est difficile. L'angoisse du toit est plus forte chez les personnes âgées que la piastra, les dénonciations rares. Mais les hésitations que j'ai recueillies à mes questions ne laissent guère de doute. La pension y passe, ou presque.

A ces différentes critiques, les tenanciers répliquent qu'ils font du mécénat, que la vie est chère, que sans eux toutes ces personnes seraient à la rue et que c'est par pure humanité qu'ils gardent des malades, envoyés au demeurant par les hôpitaux et les instituts psychiatriques! Ce dernier fait est exact; pour le reste, le Dr Paquin envoie la question: pourquoi le font-ils? Je pense pouvoir répondre. En dehors de quelques cas où la garde des personnes âgées est érigée en système

commercial, pour la grande majorité des tenanciers, s'occuper du troisième âge est le seul moyen pour eux de survivre. La plupart de ceux que j'ai rencontrés sont des femmes, d'un certain âge, qui ont eu soit des problèmes sociaux, soit des difficultés familiales. Nombreuses sont celles qui n'ont qu'entre 10 et 20 locataires. Ça paye le loyer, les frais, avec peut-être un petit profit. En définitive nous avons affaire à des miséreux qui rejoignent d'autres miséreux. Et que ne suis-je Victor Hugo pour dépeindre justement ces regards vides, ces dos courbés, ces mains qui n'étreignent rien, ces pieds qui ne vont nul part. J'ai pu m'entretenir — monologuer — avec un certain nombre de pensionnaires de tous âges. A questions simples, réponses simples... et identiques. "Vous êtes heureux ici?" — "Pas plus mal qu'ailleurs." — "Que faites-vous?" — "Pas grand-chose, rien, on regarde la télévision." — "Vous sortez?" — "Quelquefois, pour acheter des cigarettes." — "Théâtre, cinéma?" — "Non." — "On vous visite?" (De non à rarement.) "Que désirez-vous?" — (unanime) "La paix!"

Pour ce monde qui se lève et se couche tôt, la distraction essentielle est la télévision, avec une prédilection pour les spectacles de lutte, peut-être parce que le monde y est bien partagé entre bons et méchants, que généralement ce sont les bons qui gagnent et que de toute façon, le public dans les gradins — ces héros! — est là pour veiller et crier au scandale! Mais pas de lecture (je n'ai pas vu un seul livre). Point d'autres loisirs. Voilà, comme je le disais, rien de sensationnel, mais quelle réalité!

Et les autres?

Les plus favorisés d'entre eux trouvent une place dans les foyers érigés par le gouvernement. Mais ils sont rares et recherchés. Dans l'un des plus récents, le Pavillon Louvain, 1 000 personnes étaient déjà sur les listes d'attente 6 mois après l'ouverture. Cette situation, qui n'est pas unique mais générale dans tous les foyers subventionnés, ne risque pas d'être modifiée de sitôt, ne serait-ce qu'à cause de l'immense effort financier que constituerait l'établissement du nombre de lits nécessaires, des frais élevés — \$300 par mois — que représente l'entretien d'un seul pensionnaire, et aussi parce que l'on n'est pas du tout certain que ce type de grandes maisons d'accueil soit la bonne solution. Québec réfléchit beaucoup sur ce sujet et il est évident qu'une trop grande concentration entraîne inéluctablement le ghetto, sans compter que la rigidité des horaires à certains endroits et le caractère enfantin de bien des règlements nuisent à l'épanouissement des individus qui perdent ainsi petit à petit leur identité. Et que dire de l'interdiction qui est parfois faite de visiter un foyer avant d'y aller vivre? Ou des distractions essentiellement basées, comme dans les clubs de l'âge d'or, sur le jeu de cartes?

Une autre solution est proposée par la très grande majorité des participants aux ateliers du troisième âge de l'université de Montréal: vivre le plus longtemps possible dans leur propre logement. Les avantages de cette formule ne sont pas explicités, mais semblent de l'ordre de l'évidence. "Mieux vaut rester chez soi que d'aller dans un foyer ou une résidence." Affirmation difficile à contredire, pas plus que cette autre sur laquelle on reviendra plus loin: "Chacun doit pouvoir choisir selon ses besoins la sorte de résidence qui lui convient." Mais conserver son logement à Montréal n'est pas sans présenter des inconvénients importants, en premier lieu desquels il faut mentionner, une fois de plus, le problème financier: jusqu'à 50 p.c. des revenus et une politique municipale de destruction des immeubles anciens aux loyers raisonnables, particulièrement dans le centre ville, pour retrouver quoi? et où?

Laissons la parole à ceux qui agissent, à M. Hubert de Ravinel qui dirige les Petits Frères des pauvres: "Il est illusoire et de plus assez hypocrite de parler de

liberté dans un pays qui ne permet pas à 10 p.c. de ses citoyens de choisir réellement un style de vie, des occupations, une culture; qui les confine dans une condition "d'attendants" plus ou moins quêtés. En réfléchissant un peu, on se rend compte tout de suite qu'au fond, pour un être qui se voudrait libre, se nourrir, au moins dans notre monde occidental, c'est un point de départ, mais ce n'est jamais l'essentiel. Avoir un toit non plus. L'essentiel c'est d'avoir une utilité, de ne pas vivre dans la dépendance, de jouer un rôle, d'avoir droit au chapitre, de choisir ses amis, ses ennemis, d'acquiescer une culture. Ce sont là des ambitions légitimes qui ne sont jamais ou presque à la portée des personnes âgées.

"Prenons un retraité relativement à l'aise financièrement, doté d'un certain esprit d'initiative, de quelques amis et d'une assez bonne santé. Il vieillira certainement mieux, restera vivant et, phénomène assez remarquable, il ne manifesterait, dans la plupart des cas, que peu de solidarité envers les autres personnes âgées plus défavorisées que lui. Il suffit d'ailleurs d'observer l'attitude de vieillards connus, jouant un rôle politique ou religieux: c'est assez rare qu'ils prennent position sur les problèmes du troisième âge. Ils sont trop occupés pour cela ou ignorent tout des réelles conditions des vieillards. Cela veut dire, je pense, que le vieillissement au Québec comme dans les autres pays occidentaux est un phénomène social, voire politique. Il y a quand même un aspect positif. Si vieillir relève surtout maintenant du domaine social, il y a des chances qu'on puisse rendre vivantes et épanouissantes les dernières années de notre existence."

Pour répondre à ce souhait, divers organismes se livrent à des études, à des projets. L'on compare ce qui se fait ailleurs, ou plutôt ce qui ne se fait pas. L'on propose diverses solutions. Mais il me semble que tout cela n'est pas très réaliste. Si, comme il est probable, l'âge de la retraite se situe dans les prochaines années à 60 ans, c'est plus de 600 000 personnes qui vont venir grossir, dans les 10 ans, la masse du troisième âge. Or, notre société fait d'abord porter ses efforts sur la jeunesse, et ses crédits. Devant un tel chiffre, la bonne volonté des uns et des autres ne suffit plus. Le problème est bien politique, et uniquement politique. Pour l'instant, les dossiers sur les maisons clandestines s'accumulent sur le bureau du sous-ministre, à Québec. On aura bien compris que si elles ne sont pas fermées, c'est faute de savoir où reloger tout ces gens. On aura bien compris également que si nous ne faisons pas tous les efforts possibles au niveau du logement et de l'éducation, le fragile équilibre social sera rompu dans quelques années. Québec a dépensé l'an dernier un demi-million de dollars pour former 34 gérontologues. Ils sont actuellement au chômage. Sans doute seraient-ils utiles pour visiter les foyers clandestins, de même que seraient utiles quelques infirmières itinérantes ou spécialistes. En attendant mieux, c'est-à-dire (peut-être) les initiatives privées, lesquelles, actuellement, sans subventions et sans avantages fiscaux, arrivent à mettre à la disposition du public de luxueuses résidences avec personnel hospitalier, distractions variées, cuisine de première qualité, pour \$370 par mois, le studio avec bains et cuisine, sans perte d'identité. \$70 de plus que ce que coûte un vieillard dans un foyer gouvernemental! Comment font les premiers, ou plutôt, que ne font pas les seconds? C'est peut-être l'espoir. En attendant, faute de mieux, il ne reste que l'humour dont j'ai essayé, d'une manière sous-jacente et sans doute vainement, de pimenter ce reportage. Un humour qui n'aura jamais autant été politesse du désespoir. Parce que, en définitive, la situation dans laquelle nous laissons présentement nos parents est assez abjecte. Oh! certes, cette situation, les enfants la regrettent, Québec la regrette, nous la regrettons tous! Ce sont, avant l'heure, des regrets éternels.



Centre
VALIDATION
LOTO
PERFECTA

LOTO
PERFECTA SPECIAL
\$100 000



Ça contente.



BOUT FILTRE • BOUT UNI • MENTHOL

Avis: Le ministère de la Santé nationale et du Bien-être social considère que le danger pour la santé croît avec l'usage.

la faim du monde



RIEZ DONC POUR VOIR! *Suzanne Poppeau '74*



Si l'on manque d'emplois chez vous cet été, nous allons essayer de vous amener là où il y en a.

Imaginez qu'un pomiculteur de Niagara manque de main-d'oeuvre pour sa récolte. Et imaginez qu'un étudiant de Chicoutimi n'arrive pas à se trouver du travail dans sa région.

On a vu bien des cas de ce genre l'été dernier, aux Centres de Main-d'oeuvre du Canada pour étudiants.

Cet été, on va tenter de remédier à cela.

Nous mettons sur pied cette année le programme "Travaillez et voyez du pays", un programme qui va permettre à l'étudiant de Chicoutimi d'aller cueillir des pommes à Niagara... et de visiter l'Ontario en travaillant.

Pas mal, hein?

Vous obtiendrez des renseignements additionnels en vous adressant au Centre de Main-d'oeuvre du Canada pour étudiants le plus rapproché.

Cet été, si l'on manque d'emplois chez vous, on va essayer de vous amener là où il y en a.

Si, en voyageant cet été, vous arrêtez dans une auberge de jeunesse, subventionnée par le secrétariat d'Etat, vérifiez les listes nationales d'emploi qui y seront affichées. Ce service vous est offert en coopération avec les Centres de Main-d'oeuvre du Canada pour étudiants.

Des emplois à court terme sont, avec le logement à court terme, une excellente façon d'aider les jeunes à visiter et à connaître le Canada.

Travaillez et voyez du pays.



Centre de Main-d'oeuvre
du Canada

Main-d'oeuvre
et Immigration

Robert Andras
Ministre

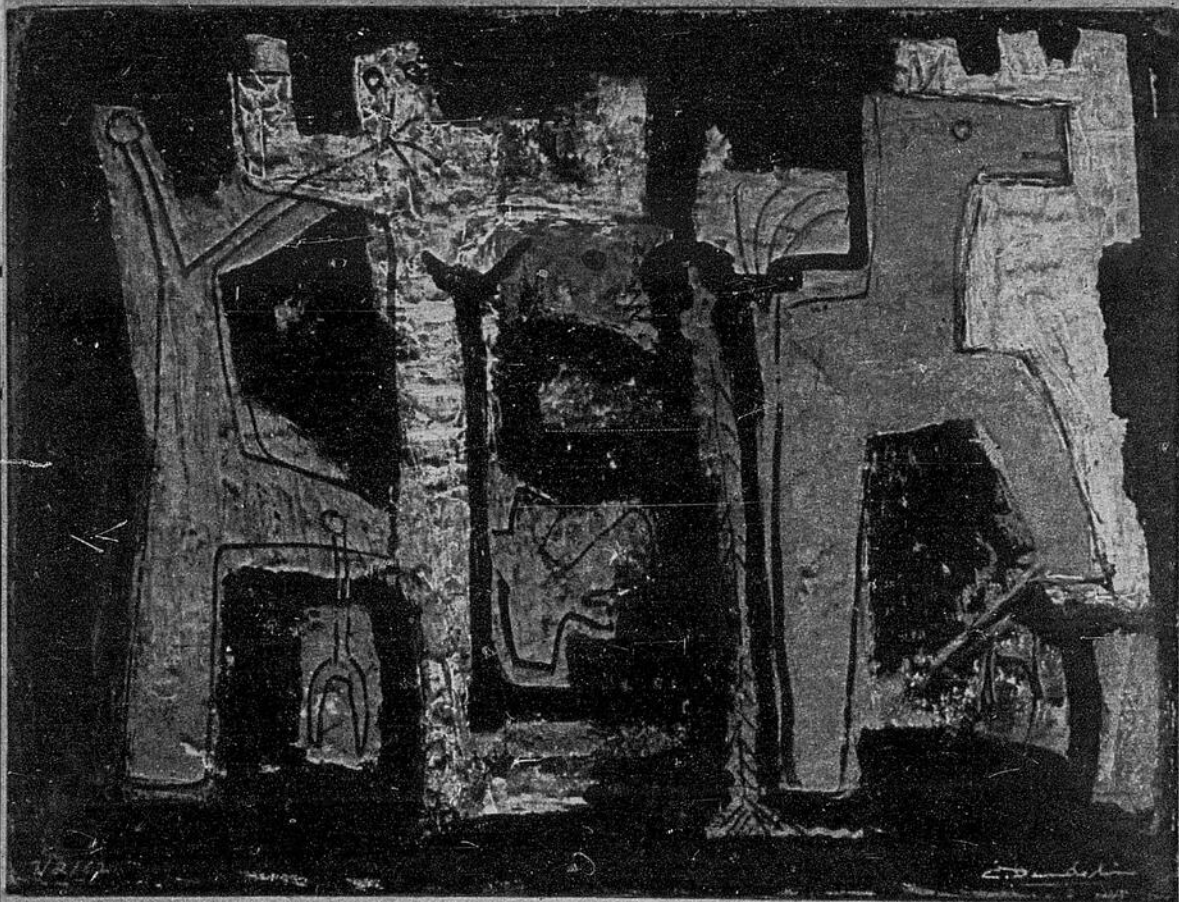
Canada
Manpower Centre

Manpower
and Immigration

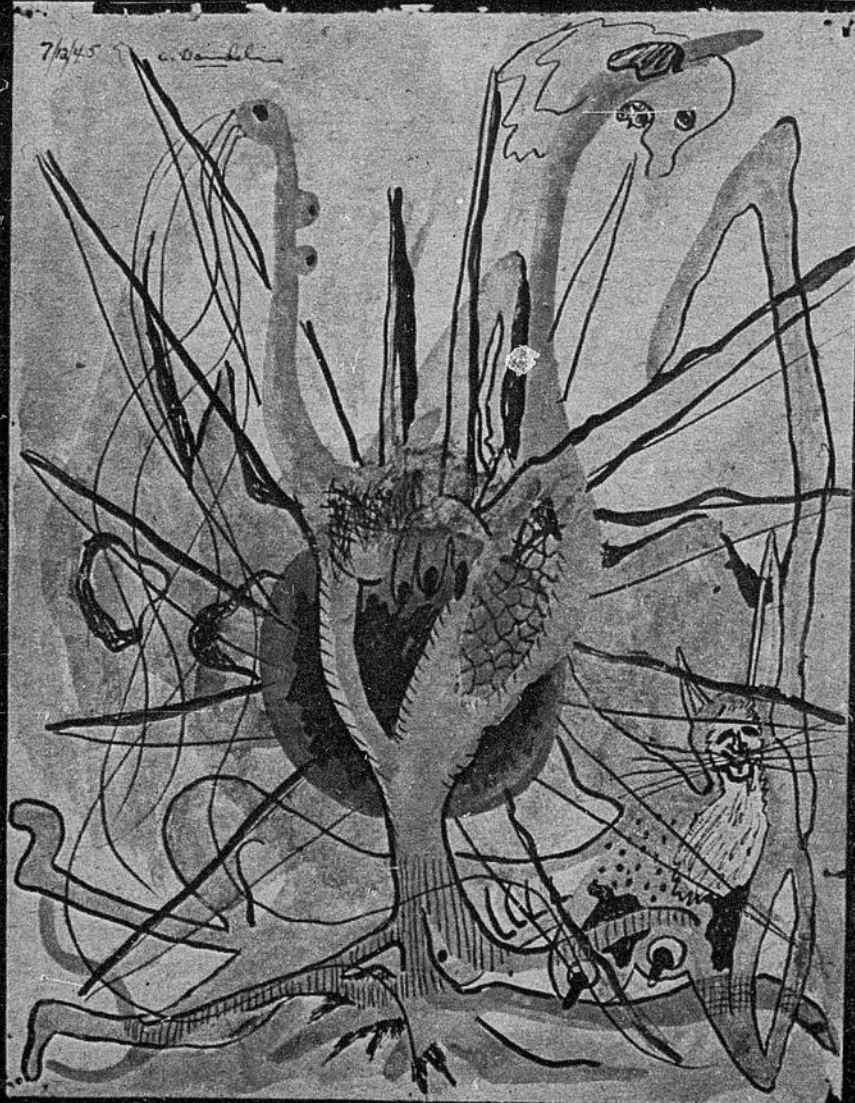
Robert Andras
Minister

bonne tête, bons bras!

Ruines (1962) — Gouache — 17 $\frac{3}{4}$ " x 23 $\frac{3}{4}$ " — (Collection Jean-Louis Lalonde)



Violence (1945) — Aquarelle — 12" x 9"



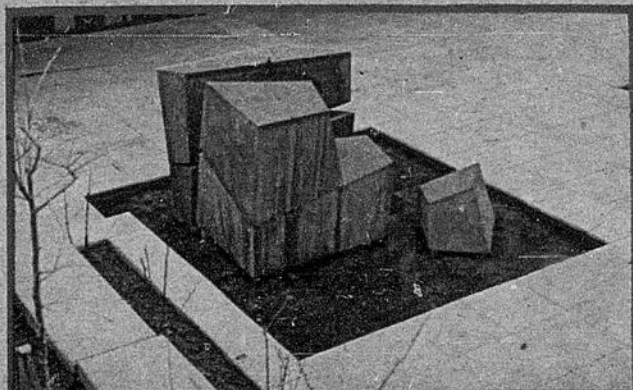
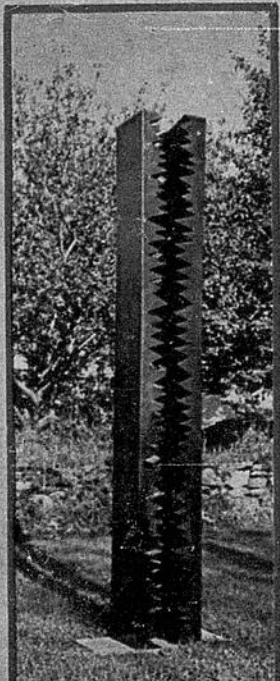
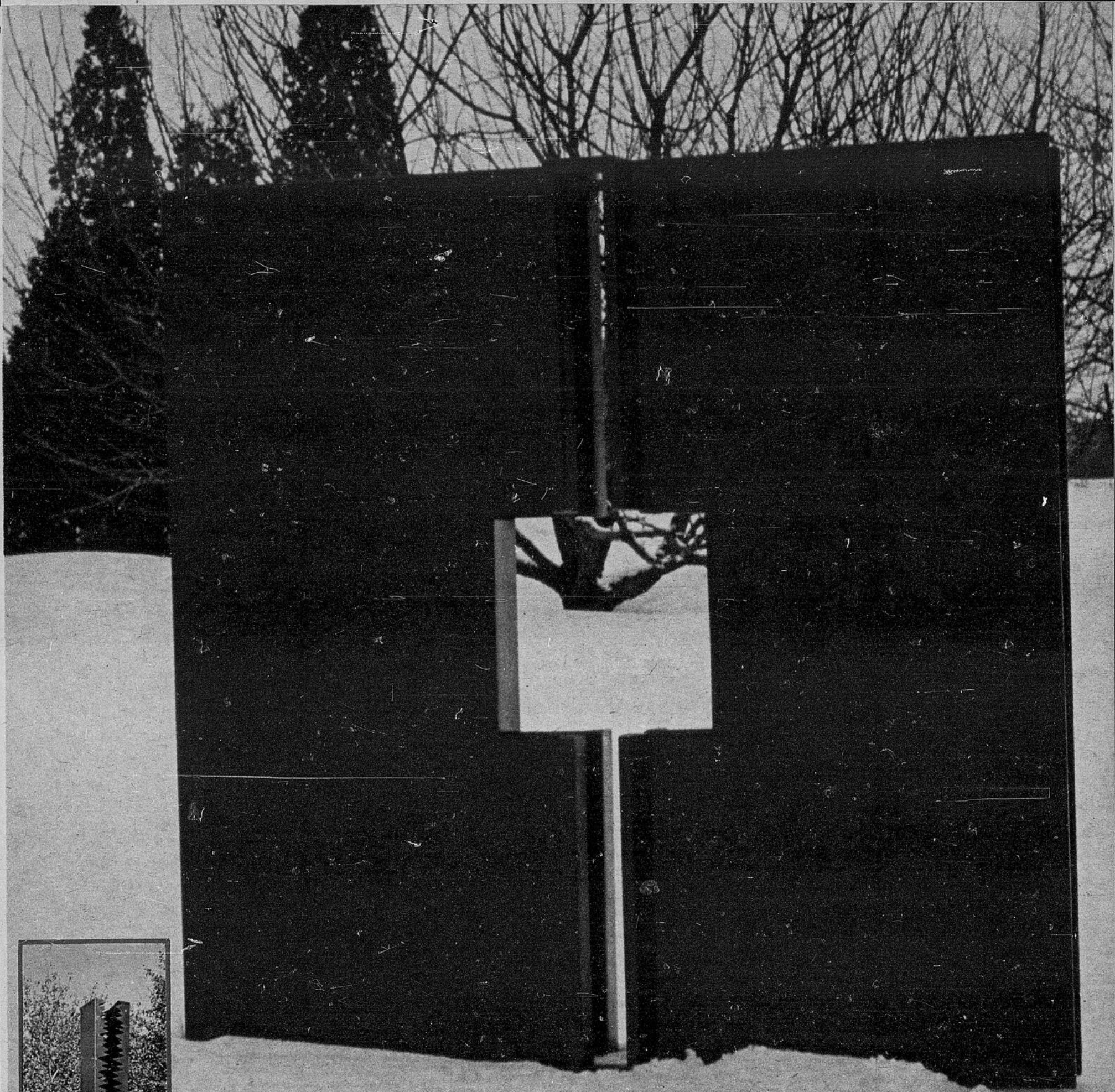
RÉTROSPECTIVE CHARLES DAUDELIN DE LA PEINTURE À LA SCULPTURE MONUMENTALE

De Granby où il est né jusqu'à Montréal où il s'est installé en 1939 à l'âge de dix-neuf ans, Charles Daudelin a suivi son instinct qui le porte d'un matériau à l'autre vers la création de formes qui s'intègrent de plus en plus au milieu urbain. D'abord peintre, il a suivi le cours de Paul-Émile Borduas à l'École du Meuble de Montréal puis a fait de 1946 à 1948 un séjour d'études à Paris.

Aussi bien décorateur de théâtre qu'illustrateur de livres et créateur de marionnettes et de bijoux, Daudelin s'est lancé véritablement dans la sculpture à partir de 1950 avec des œuvres déjà à caractère architectural. Pour lui, en effet, l'architecture occupe une place primordiale dans la vie de l'homme puisqu'elle est à la fois abri et ambiance et qu'ainsi elle influe sur notre perception de l'environnement.

Principalement jusqu'en 1965, Daudelin a réalisé des sculptures qui parlent des bruits de la ville mais c'est à partir de cette année-là qu'il a pu véritablement s'orienter vers le monumental, en collaborant avec des architectes: de cette manière, il réussit à sortir de l'isolement traditionnel de l'artiste pour devenir un créateur qui expose en permanence sur la place publique. La dernière de ses sculptures monumentales est *Allegrocube*, qu'il a installée récemment sur la terrasse d'entrée du palais de Justice de Montréal.

Dans une rétrospective de l'œuvre de Charles Daudelin, le musée d'Art contemporain de Montréal présente jusqu'au 28 avril prochain une exposition qui comprend quelque 135 œuvres diverses: peintures, sculptures, maquettes, marionnettes et multiples, et qui est complétée par un catalogue en couleur. Cet ensemble sera ensuite exposé au musée du Québec du 9 mai au 10 juin. Jacques de Roussan Perspectives



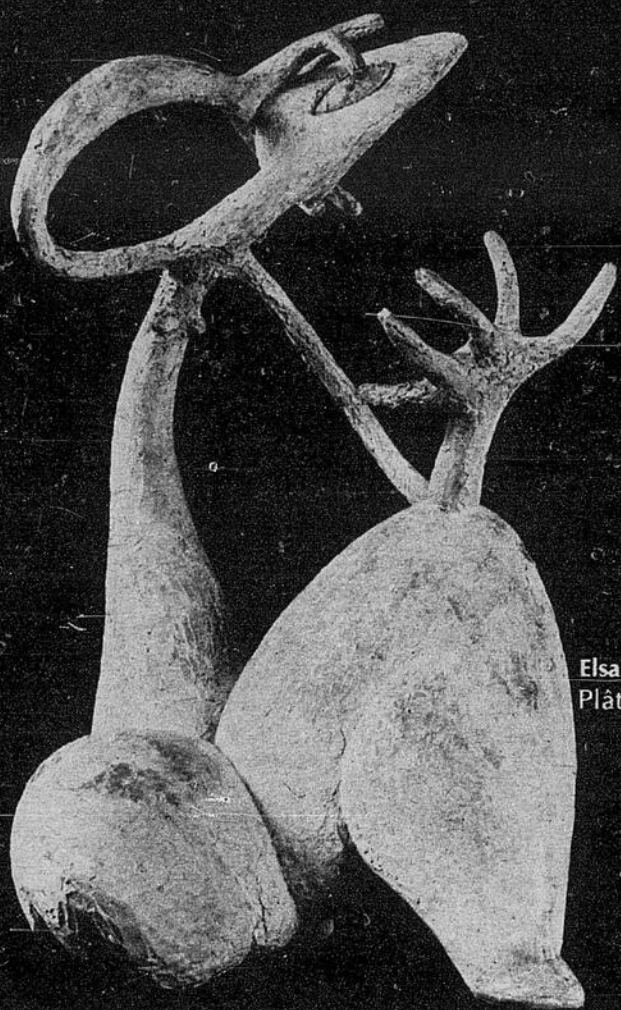
Duo-O-Bleu (1970)
Bois peint émaillé bleu
50" x 50" x 10½"

Ci-contre: **Cahot (1973)**
Détails d'un ensemble architectural
au Complexe G, Québec — Cubes en
cortène: 96", 120" et 144"

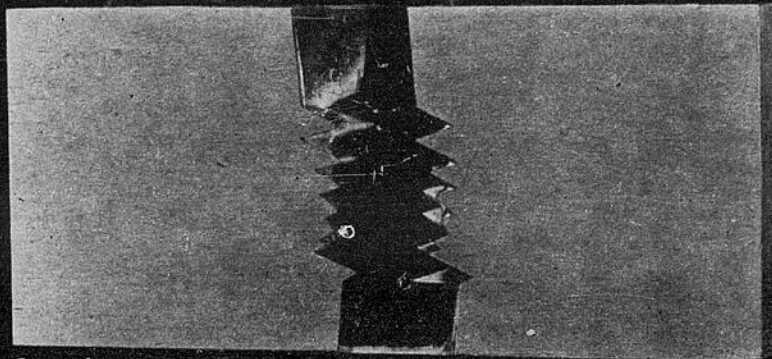
A l'extrême-gauche: **Colonne (1973)**
Fibre de verre — 96" x 12" x 12"

Autres photos à la page suivante

CHARLES DAUDELIN



Elsa (1947)
Plâtre — 12" x 6½" x 7"



Sans titre (1970)
Plexiglas et aluminium
8" x 3½" x 1½"



La Baudabèze (1946)
Terre cuite —
15¾" x 6" x 5¼"

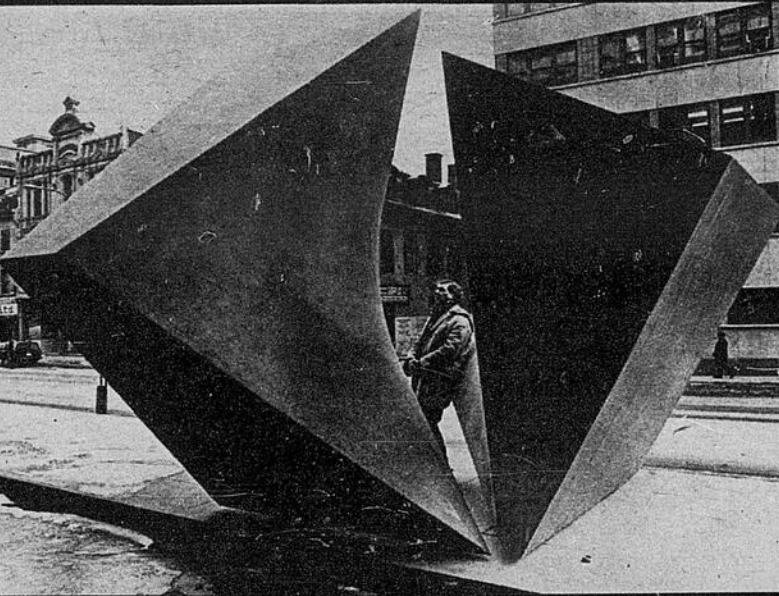
Photos Luc Chartier — Musée du Québec

Coup d'oeil extérieur:



CHRYSLER
CANADA L.TÉE

impressionnant!



Allegrocube (1973)
Bronze — Arête: 96"
(Palais de Justice de Montréal)

Photo Denis Plain — Perspectives

Arc de triomphe (1965)
Bronze — 9" x 5 1/4" x 1 5/8"
(Collection Jean-Louis Lalonde)



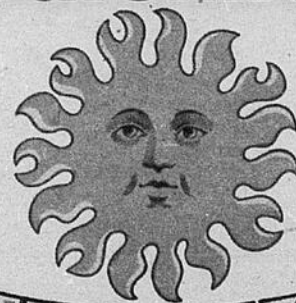
Marionnette (1950)

Coup d'oeil intérieur:



Quelle classe! Le coup d'oeil intérieur de la Sundance vous révèle la nouvelle mode aztèque qui égayera toujours le moment de prendre le volant. Le coup d'oeil extérieur est dans la plus pure tradition de la Plymouth Satellite...impressionnant! Le fini or aztèque est agrémenté de nouvelles bandes décoratives fort éblouissantes. Comme toutes les Plymouth de fabrication nord-américaine, la Satellite Sundance est le fruit de l'excellence du génie mécanique minutieux. Elle vous offre l'économie et l'allumage électronique vous assure des démarrages à tout coup.

La Plymouth Satellite



SUNDANCE

éblouissant!

Même si le système de ceintures de sécurité n'apparaît pas, il est offert en équipement standard sur toutes les Plymouth.

S'HABILLER DE FLEURS ET DE DOUCEUR

Pour être bien dans sa peau,
il faut être bien aussi dans ses vêtements,
s'y sentir à l'aise,
confortable, j'oserais dire:
presque en sécurité.

Et il ne s'agit pas seulement de chaleur
et de légèreté, de douceur
et de souplesse mais également
de cette sorte d'alliance que nous pouvons
avoir avec une tenue,
de la complicité
que nous établissons avec elle. Autrement dit,
il est important que le vêtement
s'accorde non seulement
à notre personnalité

mais aussi à notre humeur.

Il ne doit pas contrarier mais prolonger,
auréoler l'image que chacun veut ou a besoin
de se donner à soi-même. Heureusement
la mode, à l'heure d'aujourd'hui,
c'est une multitude de modes.

Pour les belles que voici,
c'est l'heure exquise, celle où on cause à voix basse,
où on rit doucement, celle où on fait silence
(voyez notre page couverture)
pour se tenir
compagnie à soi-même.

Les robes que nous montrons sont fraîches,
tendres, fleuries, brodées,
gentiment découpées ou bouillonnées.

Comme celles qui les portent,
elles parlent de bonheur tranquille.

Isabelle Lefrançois Perspectives



Le deux-
jeune fille
ivre et
bleus, et
sont de
Lynn D
pour que
Vivien
tendre
juste
ou a



**S'HABILLER DE FLEURS
ET DE DOUCEUR**

Pour être bien dans sa peau,
il faut être bien aussi dans ses vêtements,
s'y sentir à l'aise,
confortable, j'oserais dire:
presque en sécurité.
Et il ne s'agit pas seulement de chaleur
et de légèreté, de douceur
et de souplesse mais également
de cette sorte d'alliance que nous pouvons
avoir avec une tenue,
de la complicité
que nous établissons avec elle. C'est ce que nous ne pouvons pas dire.

Jacques (Jimmy) Lanteigne, de Caraquet EN 97 ANS, IL EN A PÊCHÉ DU POISSON, CONSTRUIT DES BATEAUX!

par Jean-Paul Arsenault

A Montréal où il est installé depuis plus de vingt ans, un des fils Lanteigne, Augustin, m'avait littéralement estomaqué en m'apprenant son âge: 65 ans. A ne pas y croire! Une forme physique à éreinter tout son entourage, et je le prends à témoin, cet entourage.

Je n'étais pas au bout de mes surprises: "Tu prends des vacances au Nouveau-Brunswick? alors tu ferions bien d'aller voir

le père. C'est le plus vieux pêcheur des Maritimes à 97 ans."

— Quel âge?

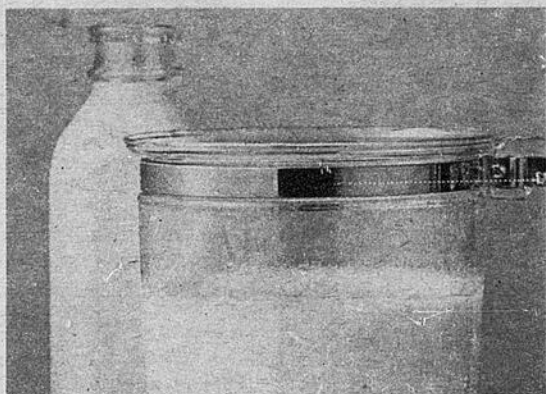
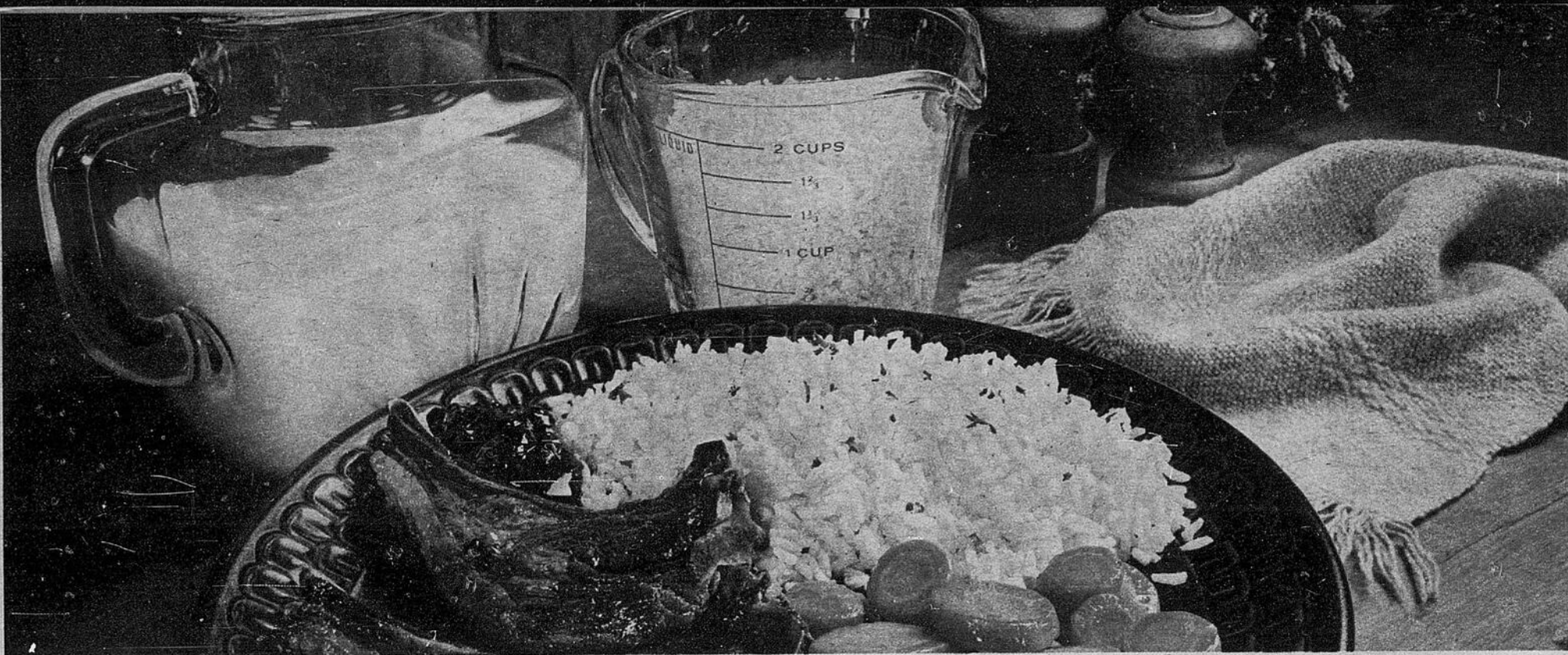
— Quatre-vingt-dix-sept ans bien navigués, et encore vert comme un mât tout neuf!

Le vieillard qui m'ouvre est en effet jeune. Courbé mais pas plus que ça, des yeux vifs à calmer les baies de Caraquet où je viens d'arriver. Il rompt le silence

Suite page 16



Plus haut, Jacques Lanteigne et sa "jeune" femme, âgée de 77 ans; ci-contre, la baie de Caraquet à l'heure du repos.



1. Porter à ébullition 1½ tasse de lait, 1c. à table de beurre et ½c. à thé de sel.



2. Ajouter 1½ tasse de riz Minute Rice. (Remarque: N'utiliser que du riz Minute Rice.)



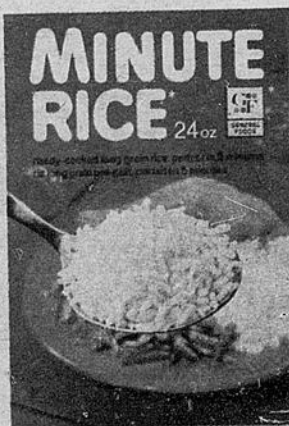
3. Retirer du feu et couvrir. Laisser reposer 10 minutes. Remuer à l'aide d'une fourchette et servir.

Faites du riz enrichi au lait

Préparez le riz Minute Rice* avec du lait à la place d'eau et servez-le avec votre viande préférée.

C'est un plat chaud, rapide à préparer, extra-nourrissant et simple comme 1,2,3.

Le riz à grain long sur lequel vous pouvez compter!



Autres Fav-O-Riz

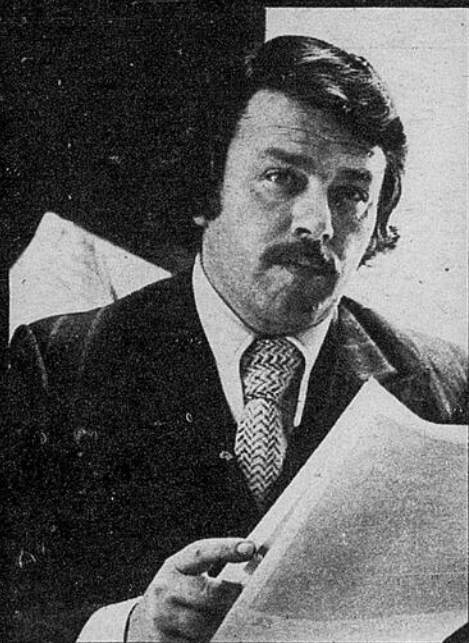
Vous pouvez servir le riz enrichi au lait avec du persil haché, tel qu'illustré ci-dessus. Ou encore, mélangez le riz ou garnissez le dessus du plat avec l'un des ingrédients suivants:

- Noix hachées
- Olives vertes tranchées
- Cresson frais
- Parmesan ou cheddar râpé

*Marques déposées de General Foods, Limitée



“Je me demande si l'assurance-vie est une bonne affaire en période d'inflation.”



Ces temps-ci, beaucoup de gens se posent cette question. Elle mérite donc une attention particulière.

D'abord, nous sommes loin de prétendre que l'assurance-vie doit constituer à elle seule la totalité de votre programme d'épargne. Mais durant vos premières années de travail, c'est votre seule protection et peut-être même vos seules épargnes.

Pourquoi cela? Lorsque vous achetez \$200 d'actions ou d'obligations, vous obtenez une valeur d'environ \$200. Mais quand vous payez une prime de \$200, vous obtenez une protection instantanée de \$5,000 (ou de \$10,000 ou de cet ordre). Voilà ce qui rend l'assurance-vie unique et indispensable en tout temps.

Considérée à long terme, la valeur de votre police diminue avec l'inflation, c'est vrai, mais chaque dollar de prime est lui aussi un dollar déprécié. De plus, si vous êtes titulaire d'une police avec participation, vous pouvez contribuer à freiner l'inflation en utilisant vos participations (dividendes) pour augmenter les garanties de votre police.

Enfin, plusieurs compagnies d'assurance-vie offrent aujourd'hui des polices dites

“variables”. Ces polices s'appuient sur des fonds spéciaux d'actions ordinaires. Elles sont destinées aux personnes qui acceptent de renoncer à certaines garanties traditionnelles pour courir la chance de réaliser de meilleurs bénéfices, au risque de subir certaines pertes.

En somme, quand on vous dira que l'assurance-vie n'est pas une bonne affaire en période d'inflation, rappelez-vous qu'il y a deux côtés à la médaille... et que c'est une question très complexe. Pourquoi ne pas en discuter davantage avec nous? Écrivez-nous ou, mieux encore, téléphonez-nous gratuitement. Nous avons beaucoup de choses à nous dire.

Pour obtenir plus de renseignements sur toute question touchant l'assurance-vie, téléphonez-nous sans frais au numéro

1-800-361-8070.

Vos appels seront tenus confidentiels, nous vous l'assurons.

**Les Compagnies d'assurance-vie
du Canada**

**JACQUES
LANTEIGNE**



Deux Jacques Lanteigne: le pêcheur et son petit-fils de 27 ans, administrateur de la conserverie.

de mon étonnement: “Tu veux voir Jacques Lanteigne, mon gars? Entre et tire-toi une chaise! Je suis sûr que tu voulais parler de la mer.”

Et voilà, le bouton de porte tourné, je m'en suis retrouvé Lanteigne. L'hospitalité telle qu'on devrait toujours l'épeler. “Maman, a aussitôt crié mon hôte, descends voir! Nous avons de la visite du Québec.”

En haut de l'escalier m'est apparue Virginia, sa deuxième femme (il l'a épousée en 1932). “Comme tu pouvais voir, elle est jeune, hein? rien que 77 ans!”

Dès lors, j'ai résolu de ne pas multiplier les questions. Mieux valait, en effet, écouter le rude pêcheur faire l'éloge de sa mer, lui qui, bien avant 1900, “jiggait” déjà la morue à pleine barque.

“C'était en 1888. Attends un peu, faut que j'y pensions bien. Oui, c'est ça. J'avais douze ans quand j'ai commencé avec papa Xavier. L'Île-du-Prince-Édouard, Gaspé, les Îles-de-la-Madeleine, on allait partout à voiles, et des grands bouts à rames quand le vent dormions.”

Au siècle passé, m'apprend Jacques Lanteigne, on vendait morue et hareng à la compagnie Charles Robin de Gaspé, à raison de deux sous la livre. “Y fallait d'abord tout sécher; et ça d'venait dur comme du bardeau, que t'aurais pu tuer quelqu'un avec!”

La saison de pêche jouait-elle contre lui et ses voisins? “Les Robin étaient bien *smattes*, ce qui, de nos jours, ne serait guère apprécié, dit-il avec nostalgie. Y nous donnaient à manger pour tout l'hiver quand même.” Autres temps, autres moeurs; c'était avant la contestation...

Jimmy (on l'appelle Jimmy) et son père pêchaient à tout rompre. On amassait ainsi, en échange du poisson, la nourriture pour la saison froide et, au surplus, quelques centaines de dollars “juste au cas”. Sur la côte, sa mère jardinait et gardait des moutons. Des légumes et de la viande, sans compter la peau des bêtes que travaillaient les hommes. Car, la mer figée tard l'automne, leurs talents de cordonnier dégelèrent, et va pour les hardes et les souliers! “Nous étions très bien, affirme le fier pêcheur. Personne chez nous — ça faisait onze à table — avions jamais manqué de rien.”

Quelques instants plus tard et un mille plus loin, il m'a piloté à travers une usine, celle dont il a été l'instigateur dans les années 30. 110 femmes et 35 hommes de Caraquet y mettent en boîte plus de crabes que je n'en avais vus à ce jour. Quinze mille boîtes quotidiennement. Une main-d'oeuvre locale qui touche \$28 000 en salaire par semaine.

Pour satisfaire l'appétit gargantuesque de ce complexe, un fils, Prudent, qui fend le large à 80 milles, à bord d'un chalutier de 65 pieds. De la puissance diesel à en revendre, 400 chevaux que maîtrise son fils à lui, Henri, lorsque le temps de barre se fait sentir. A terre, un autre petit-fils, Jacques, administre la conserverie pendant que sa tante Maria surveille les travailleuses. Et Médor, et Francine... Et puis non! Le reste de

cette entrevue y passerait en Lanteigne.

Toujours le mot qu'il faut au moment voulu. C'est encore Jimmy qui résumera le mieux: "Quand je te disions que la mer nous a toujours bien fait manger!..."

Puis, pointant du doigt sa tempe, il ajoute, fier à juste titre: "J'ai rien qu'une tête année et j'sais pas lire comme il faut, mais ça chiffre drôlement là-dedans."

Sur ce, nous avons quitté les travailleuses, et peu s'en est fallu que je n'explöse de rire sans raison apparente, du moins pour ellès. Jimmy venait de me chuchoter à l'oreille: "T'avions vu ça autour de nous? Ça vous prendrions tout un coq là-dedans, hein, mon p'tit gars?"

A l'extérieur, le vieux pêcheur scrute gravement le large. Son humeur tourne abruptement, tel le vent. Il est triste ou presque. "On a beaucoup trop pêché la mer et, aujourd'hui, on ne sait plus la pêcher, ce qui est pire."

"Tu prends le homard que les gars gardent à sept pouces de longueur, un vrai désastre! J'dis pas si le gouvernement forcions les pêcheurs à neuf pouces, mais non! Maintenant, les mamans homards n'ont même plus le temps de faire des petits. Même chose pour la morue, le hareng, l'éplan. On leur laisse plus le temps de raver (peupler) pour fournir les pêcheurs. C'est la ruination!"

Tournant ensuite le dos aux vagues qui lèchent le port, Jimmy et moi gagnons le haut de la côte. Toute sa vie, me raconte-t-il, c'est par douzaines qu'il a construit doris et goélettes, qui sillonnaient le golfe, du Nouveau-Brunswick à la Gaspésie.

Son chant du cygne dans la construction de navires? Un yacht de croisière fait sur commande pour un "sport" de Montréal, un bateau, toutes commodités à bord, d'une longueur de 42 pieds, qu'il a mis six mois à façonner et cent heures à piloter jusqu'à la métropole. Vrai, comme me l'ont certifié ses concitoyens de toutes classes, il avait 89 ans lors de cet exploit, accompli en compagnie de quatre moussaillons de Caraquet, des jeunes de 12 ans environ.

Jimmy, qui marche maintenant avec une béquille — il s'en sert même pour giguer le samedi soir (j'y étais) — doit cette infirmité à la mer. Non, plutôt à un de ces robustes navires qu'il a tant aimés. Il avait 84 ans lors de cet accident, me confirme sa femme que nous venons de rejoindre.

"Jimmy était à réparer un bateau en bas de la côte, se souvient-elle. Il s'était mis à l'abri du vent contre la coque pour tirer une pipe. Le sable s'est miné sous le jack (cric) qui retenait le bateau, et tout a basculé sur lui. Les dix tonnes!" — "Fort heureusement malgré tout, d'ajouter son fils Au'ustin (Augustin), Pops a réussi à se gratter un trou dans le sable mou, puis quelqu'un l'a vu ensuite étendu plus loin, arrangé comme ça."

Pour la première et dernière fois, j'ai vu de quel courroux est capable Jimmy, qui a littéralement bondi en entendant cette explication.

"Pas vrai! Oui, j'avais les jambes coincées, mais c'est la Sainte Vierge qui m'avions sorti de là. Ça me faisait mal, je me suis entré la face dans le sable et j'ai prié. Elle m'a sorti."

D'un geste de la main, les autres m'ont fait signe d'acquiescer, ce que j'ai fait, bien sûr, et d'une seule béquille Jimmy a poussé plus loin sur la côte à mes côtés. "C'est pas moi, c'est la Sainte Vierge..."

Le lendemain, jour du départ pour le Québec, je crois que j'ai littéralement mangé le Nouveau-Brunswick. Je ne saurais dire si la Vierge m'a aidé ou non. De toute façon, j'ai compris Jimmy quand il disait, la veille: "La mer nous a toujours bien fait manger, mon jeune."

Aux trois repas — non, c'était quatre — j'ai goûté aux coques (genre d'huîtres à la chair plus ferme que celle de l'huître ordinaire), à je ne sais plus combien de homards, au crabe et, comme disent mes nouveaux amis, au "poisson frais". En l'occurrence, des têtes de morues, oui, des têtes grosses comme ça, apprêtées à la Maria Lanteigne, qui me fixaient l'air de dire: "Va-t-il enfin oser?" J'y suis retourné deux fois à ce poisson frais, et la politesse de l'invité n'avait rien à y voir.

C'est à ne pas le croire: malgré son âge, Jimmy suivait, bouchée à bouchée, la vingtaine de fêtards que nous étions, tout au long de ce "flashlightage" en règle, une autre expression pittoresque de Caraquet qu'emploient mes hôtes.

"Hé, le journaliste, m'a salué Jimmy quand nous nous sommes quittés, reviens plus de bonne heure, l'année prochaine! Nous irons en mer avec Prudent; ça faisons du bien." ●

Les Titittes, laissez-vous prendre la main dans le sac!



Puisez dans le Sac au trésor Robin Hood. \$220,000 à gagner!

RÈGLEMENTS

1. Dans tous les emballages de farine Robin Hood spécialement marqués "Sac au trésor", se trouvera un coupon d'une valeur de dix cents (pour les sacs de 5, 7 et 10 livres) ou de 20 cents (pour les sacs de 20 et 25 livres). La valeur de ces coupons constitue un rabais applicable à l'achat d'un sac de farine Robin Hood. Les emballages de farine Robin Hood marqués "Sac au trésor" pourront également contenir un certificat grâce auquel le récipiendaire admissible pourra gagner le montant indiqué sur le certificat. Il y aura: 2,000 certificats de \$5; 1,000 certificats de \$10; 100 certificats de \$100; 10 certificats de \$1,000.

2. Pour avoir droit de toucher la somme indiquée sur chacun des certificats, les participants devront remplir les conditions suivantes: (a) inscrire leurs nom, adresse et numéro de téléphone dans l'espace réservé à cet effet sur le certificat; (b) répondre correctement et dans le temps indiqué à la question de qualification; (c) signer la déclaration; (d) envoyer le certificat ainsi rempli à:

Concours "Sac au trésor" de la farine Robin Hood, C.P. 9075, Saint-Jean (Nouveau-Brunswick).

REMARQUE: Des erreurs de distribution du courrier peuvent se produire et nous ne pouvons en être tenus responsables. Il est préférable d'envoyer tous les certificats par courrier recommandé.

3. Les participants qui auront répondu correctement et dans le délai indiqué à la question de qualification, qui auront retourné au plus tard le 30 septembre 1974 leur certificat rempli comme il est indiqué ci-dessus, et qui auront satisfait aux autres stipulations du règlement, seront qualifiés pour recevoir la somme d'argent indiquée sur leur certificat. Cette somme sera versée par chèque.

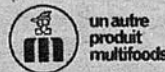
4. La farine Robin Hood est distribuée au Canada à partir de trois centres de fabrication, chacun situé dans l'une des trois régions de vente Robin Hood qu'il dessert: (i) Québec; (ii) Ontario; (iii) Québec et est du Canada.

Les certificats-primés seront placés, à chacun des centres de fabrication, dans des sacs de farine Robin Hood choisis au hasard et de tous les formats (emballages de 5, 7, 10 et 25 livres). Du fait que le nombre total de prix disponibles est fixé d'avance et que les prix seront attribués pendant toute la durée du concours, il ne se trouvera pas forcément un ou plusieurs certificats-primés de l'une quelconque des quatre valeurs dans chacun des cinq formats d'emballages, et cela pour chacune des trois régions de vente, pendant la durée entière du concours.

5. Le concours est ouvert à toutes les personnes résidant au Canada (sauf les personnes habitant Terre-Neuve) et ayant plus de dix-huit (18) ans révisés, à l'exception des employés et des membres de leur famille immédiate de Robin Hood Multifoods Limited, de ses filiales, de ses agences de publicité et de l'organisme indépendant chargé de juger le concours.

6. Tous les documents de participation deviennent la propriété de la compagnie Robin Hood Multifoods Limited qui se réserve le droit de publier les noms et adresses des gagnants et qui n'entretiendra aucune correspondance avec les participants, sauf avec ceux choisis par elle. Le concours est soumis aux lois pertinentes.

Chaque sac spécialement marqué de farine Robin Hood
vous permet de puiser dans le Sac au trésor.



un autre
produit
multifoods



La faim justifie les moyens d'apprêter le fromage cottage Sealtest.

Le fromage cottage Sealtest est particulièrement riche et onctueux. Vous pouvez l'apprêter de bien des façons délicieuses et dans bien des occasions.

Jehave Benoit

Garniture pour salade de légumes

Bien mélanger 2 tasses de fromage cottage Sealtest à 1 tasse de crème sure Sealtest et 1/2 tasse de crème légère ou de lait, 2 c. à soupe de ciboulette ou oignons verts hachés, 1/2 c. à thé de sel et le zeste d'un citron. Réfrigérer 1 heure avant de servir avec une salade de légumes ou de fruits de votre choix.

Pommes de terre à la hongroise

Cuire 4 grosses pommes de terre, 1 heure, dans un four préchauffé à 400° F. Pour servir, faire une incision au milieu de la pomme de terre.

Mettre 1 c. à thé de beurre dans chaque pomme de terre, puis 1/2 tasse de fromage cottage Sealtest. Saupoudrer d'une pincée d'oignon émincé. Saler et poivrer au goût. Sur le tout, étendre 1 c. à soupe de crème sure. Servir avec une salade verte. Sert 4.

Pâté au saumon

Garnir une assiette de 9" de la pâte à tarte de votre choix. Mélanger 2 tasses de fromage cottage Sealtest avec 1/4 de tasse de persil et 3 oignons verts émincés. Saler et poivrer au goût. Verser dans le fond de tarte. Recouvrir de saumon (une boîte de 7 oz), mélangé à 1 tasse de céleri coupé en dés et 2 oignons verts émincés. Saler et poivrer au goût. Étendre 1/2 tasse de crème sure sur le dessus de la tarte. Saupoudrer de paprika. Cuire 30 à 40 min. dans un four préchauffé à 400° F. Sert 6.

Crêpes au fromage cottage

Cuire 12 crêpes légères de votre choix. Mélanger 2 tasses de fromage cottage Sealtest avec 2 c. à soupe de beurre fondu, 1 œuf battu, 1/2 c. à thé de sel et de cannelle et 1/2 tasse de sucre. Garnir chaque crêpe avec 1 c. à soupe de ce mélange.

Rouler la crêpe et la placer dans un plat allant au four. (Ceci peut se faire d'avance). Au moment de servir, laisser 25 minutes dans un four préchauffé à 375° F. Garnir le milieu de confiture de fraises ou de framboises. Servir chaudes. Sert 6.

**Le fromage cottage
Sealtest,
c'est du velours.**



guyfournier



Un homme en forme

Mon père était un homme qui n'arrêtait jamais. "Une vraie queue de veau", disait souvent sa mère qui se trouvait à être ma grand-mère, si vous me suivez bien. C'était ce qu'on appelle aujourd'hui un homme actif, entreprenant, le genre d'homme qui est l'image même du mouvement perpétuel.

En se levant, mon père allumait une cigarette pour sortir encore plus vite du sommeil. Le soir en se couchant, il plaçait son paquet sur la table de chevet afin de n'avoir pas à tâtonner le lendemain matin. De la main gauche, il branchait le percolateur et, de la droite, après avoir fini de fumer, il branchait son rasoir électrique. Ses gestes étaient presque rituels. Il n'y dérogeait jamais. Il prenait grand plaisir à affirmer à tout venant à quel point il était réglé comme du papier à musique, réglé en tout, même pour des fonctions que l'éditeur m'empêche de nommer autrement que par des périphrases qui ne veulent plus rien dire.

Comment arrivait-il à toujours faire deux choses à la fois, je ne saurais jamais. Ma mère se posa la question toute sa vie et s'en plaignait souvent, sauf pour des choses que l'éditeur m'empêche de nommer autrement que par des périphrases qui ne veulent plus rien dire.

Au bureau, il alignait des chiffres toute la journée, à la plume et de la main droite. De la gauche, il pianotait sur une machine à calculer. Il avait les muscles des deux bras si déliés que jamais il ne perdit quand il tirait du poignet... avec moi ou mes frères plus jeunes. A l'heure du lunch, pendant qu'il lisait son journal, il avalait un sandwich et un gâteau.

Le soir, au dîner, il lisait les rapports des trois associations dont il était le secré-

taire, prenait le temps de nous enseigner les bonnes manières à table et prêtait l'oreille aux nouvelles du sport que nasillait Zotique L'Espérance à la radio. Toujours plus d'une chose à la fois!

Mon père adorait le sport. Il connaissait par coeur le classement des équipes de hockey de la ligue Nationale, des ligues majeures de baseball et des ligues de football. Comme il apportait souvent sa machine à calculer à la maison, il lui arrivait de vérifier — deux ou trois fois la semaine — si les classements qui paraissaient dans les journaux étaient exacts. Il découvrait en moyenne une erreur par semaine et s'empressait de le faire savoir au journal en question par une lettre à l'éditeur. C'était un enragé du sport. Il suivait aussi la lutte, la boxe, les quilles, le curling et le golf.

C'était aussi un mordu de sport amateur. Chaque fois que le club local lançait une souscription pour se renflouer, il était le premier à faire un don. Le dimanche, il assistait aux matchs de hockey de notre équipe: les Boston Bruins de Waterloo. Il partait emmitoufflé jusqu'aux oreilles, un gin dans sa poche de veste. L'été, il traînait jusqu'au stade quelques bouteilles de bière dans un sac de papier kraft afin de se désaltérer pendant la joute de baseball. Au moins deux fois, le journal de Waterloo parla de mon père comme d'un sportsman bien connu. Nous étions très fiers de lui.

Il était si actif que ma mère finit par s'inquiéter. Elle lui dit un jour qu'il devrait faire de l'exercice.

— De l'exercice, dit-il, mais je n'arrête jamais. Je suis d'ailleurs en pleine forme.

Il resta en pleine forme jusqu'à sa mort subite... à 50 ans!

PERSPECTIVES

est publié chaque semaine par Perspectives Inc. 231 rue Saint-Jacques Montréal

Président
Jean-Guy Fauchier
Vice-président
Jean Robert Bélanger

Secrétaire
Guy Gilbert
Trésorier
Roch Desjardins

Directeur de la rédaction
Pierre Gascon
Président fondateur
A.-F. Mercier

D'où viennent les rides?



Vous avez vu des photos de sol desséché...

Il ne serait pas ainsi s'il était bien irrigué.

Les rides se forment de la même façon que ces crevasses... par manque d'hydratation suffisante. Lorsque les cellules qui se trouvent sous l'épiderme se dessèchent, elles s'affaissent. Une ride apparaît sur la peau.

2nd Début efface les rides

Si vous pouviez trouver un moyen d'hydrater à nouveau ces cellules, vous verriez vos rides s'estomper et même disparaître. Eh bien, un tel moyen vous est offert! C'est la lotion 2nd Début, merveilleuse découverte dont la formule spéciale a fait ses preuves: oui, elle estompe les rides et les fait même disparaître! Comment est-ce possible? C'est grâce à la découverte par un groupe de chimistes européens de la substance principale de cette lotion: la substance CEF (facteur d'expansion cellulaire). CEF pénètre sous la peau, dans les cellules affaiblies. Elle active le processus d'hydratation qui va en diminuant avec l'âge. Les rides disparaissent et la peau reprend une surface lisse et ferme.

2nd Début empêche les rides de se former

Si votre visage ne présente encore aucune ride, vous avez tout intérêt à utiliser 2nd Début. Car, en plus de faire disparaître les rides, cette lotion extraordinaire les empêche de se former. Appliquez donc 2nd Début sur votre visage et votre cou avant de vous maquiller. Pour avoir des lèvres lisses et douces, appliquez-la sur vos lèvres en même temps que sur le reste du corps. Et répétez aussi l'application le soir, au coucher.

La lotion 2nd Début est en vente dans les bonnes pharmacies et dans les grands magasins.



Autrefois, les rides, c'était pour la vie. Mais plus depuis 2nd Début.

La semaine prochaine:

des cliniques de fécondité; l'île d'Anticosti à la belle époque; métro aérien, et des reliures-objets.

50 TIMBRES D'ASIE



Offre spéciale: 50 différents timbres d'Asie d'une valeur de \$1.50 — Seulement 10c
Superbe collection de timbres du Japon, Ceylan, Iran, Indonésie, Inde, Pakistan, Philippines, Hong-Kong et autres pays asiatiques. Aussi catalogue et approbation de choix. Service rapide. Le tout: 10c.
C.P. 240P
LOUIS ARPIN Philipsburg, Qué.

UTILISEZ GRATIS PENDANT 10 JOURS LES DEUX LIVRES DE RECETTES LES PLUS POPULAIRES DU CANADA

La Bonne Cuisine de Perspectives Volume abondamment illustré de photographies en couleur contenant 429 recettes commodément indexées. \$6.95

Les Menus de Margo Oliver De conception différente, ce livre présente des recettes entièrement nouvelles groupées en menus. Commodément indexé et somptueusement illustré en couleur. \$6.95

Les deux volumes ont un format de 8 1/2" x 11" Couverture de luxe élégante et durable. Chemise antipoussière.

N'ENVOYEZ PAS D'ARGENT MAINTENANT! EXAMEN GRATUIT DE 10 JOURS!

A. PERSPECTIVES
C.P. 1848
PLACE D'ARMES
MONTREAL 126

J'accepte d'essayer les livres de recettes de Margo Oliver. Veuillez me faire parvenir:
... exemplaires de La Bonne Cuisine à \$6.95 chacun
... exemplaires des Menus de Margo Oliver à \$6.95 chacun
... ensembles des deux volumes dans un boîtier de luxe à \$14.95 l'ensemble
 Facturez-moi plus tard (plus légers frais d'expédition)
 Chèque inclus (J'épargne les frais d'expédition)
 Portez le tout à mon compte Chexex No.

NOM _____
ADRESSE _____ APP _____
VILLE _____ PROV _____ CODE POSTAL _____ F0019

L'un des nombreux charmes de Paris, c'est qu'on y trouve un restaurant à tous les trois pas. Ils sont petits ou grands, modestes ou luxueux mais on y respire toujours la joie de vivre et de bien manger.

J'ai fait escale à certains d'entre eux, lors d'un récent voyage là-bas. Et, bien sûr, j'ai tenté d'obtenir le secret de quelques-unes de leurs spécialités. Hélas! chacun le sait, les chefs n'aiment guère donner leurs recettes et quand ils ont cette générosité, leurs indications sont souvent tellement vagues qu'il devient très difficile de les suivre. Mais un ami m'a finalement amenée au Lou Landés, rue Georges-Saché, et j'ai trouvé là ce que je cherchais.

L'endroit est petit mais charmant. "Aux fourneaux:

Georgette Descat", indique le menu. Mme Descat utilise des produits qui viennent des fermes de la région des Landes et prépare elle-même tous les plats servis dans son établissement. C'est dire qu'à l'heure des repas elle est frénétiquement occupée. Elle prit tout de même le temps de me montrer sa minuscule cuisine et de me donner, pendant qu'elle s'affairait devant moi, force explications. Et quand les clients furent tous servis, elle s'attabla avec moi, devant un verre de vin, pour me donner tous les détails des recettes que je vous offre ici.

Mme Descat affirme qu'elle a toujours fait la cuisine. "Dans ma famille, dit-elle, les hommes allaient à la chasse et à la pêche, ils étaient pourvoyeurs. Mais

La Bonne Cuisine
de Perspectives
par Margo Oliver

BONS PLATS DES LANDES



Les ingrédients de la délicieuse potée landaise.

les femmes restaient à la maison et faisaient la cuisine." La région des Landes ne constitue pas le coin le plus riche de France et il semble que les gens y aient l'habitude de tirer parti de tout. Quelques-uns des plats de Mme Descat sont typiquement landais. J'ai particulièrement goûté une des spécialités de Mme Descat: le cou d'oie farci. Le peau des cous est remplie d'une farce faite de foies de poulet, de viande de canard et d'oie et de jambon, le tout relevé d'échalote, d'ail, de sel et de poivre. Les petites saucisses ainsi obtenues sont parfaitement délicieuses. Ne me demandez pas cette recette, toutefois, je ne l'ai pas rapportée. Les ingrédients auraient été trop difficiles à trouver chez nous. Où pourrions-nous

acheter, en effet, une quantité suffisante de cous d'oie?

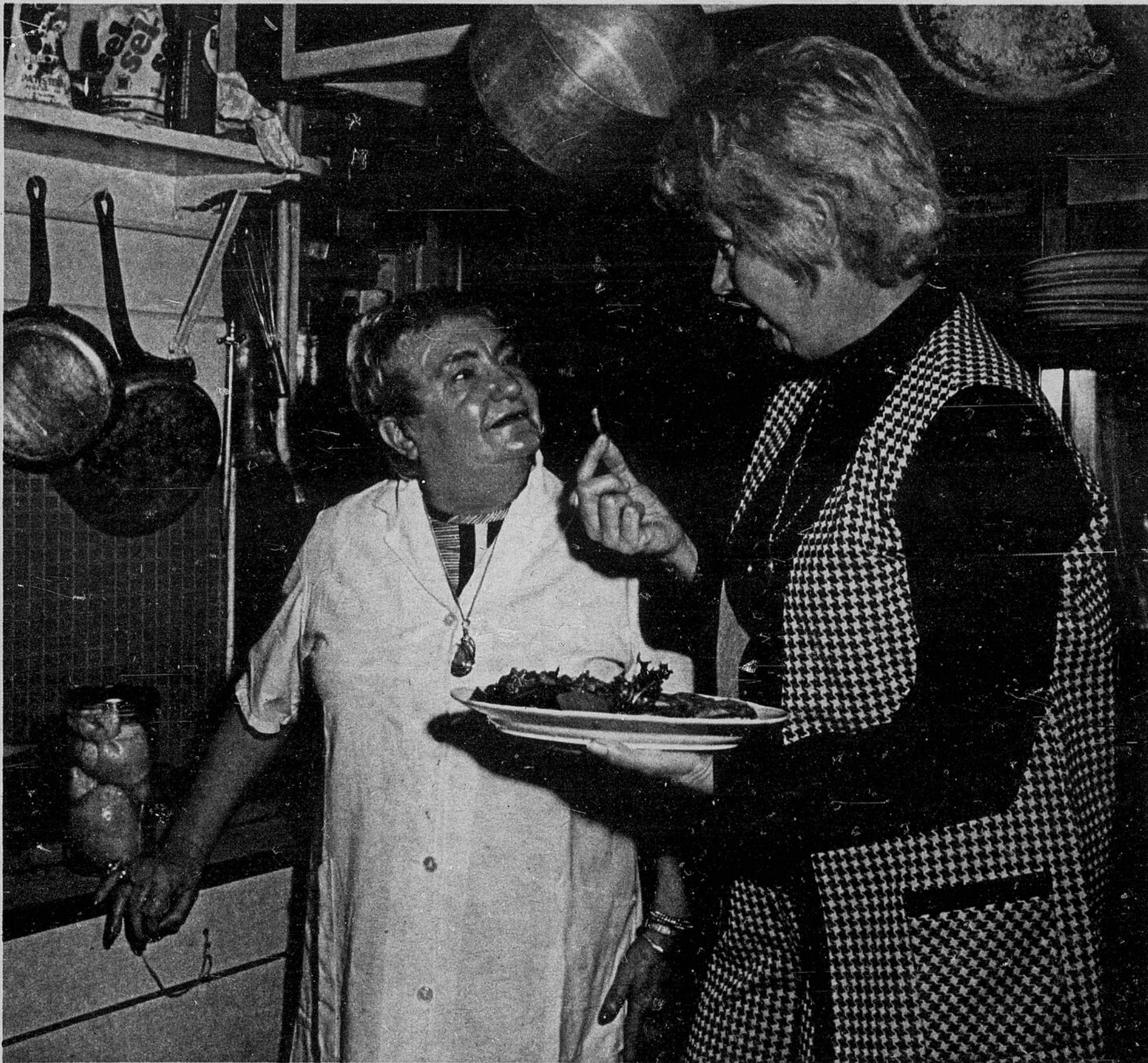
Je vous offre plutôt la potée landaise. Je l'ai dégustée au restaurant de Mme Descat et j'ai refait le plat ici. Le menu du Lou Landés décrit cette potée comme un pot-au-feu additionné de chou farci cuit dans une soupe. En fait, il s'agit de deux plats dans un. On déguste la viande et les légumes un jour, la délicieuse soupe au chou le lendemain.

Si la potée est un plat campagnard, les desserts que m'a offerts Mme Descat sont plutôt raffinés. Je les soupçonne de ne pas être typiques des Landes. La glace granitée selon Provost est une sorte de sorbet fait avec des fruits frais et du champagne. Elle a une

texture un peu granulée et un goût très délicat. Pour ce qui est des merveilles, qu'elle sert avec de la glace, je dois vous avouer que j'ai rarement goûté petites pâtisseries plus exquises. Imaginez des biscuits extrêmement légers, cuits en pleine friture jusqu'à ce qu'ils soient gonflés et bruns.

Si vous allez à Paris ne manquez pas ce charmant petit restaurant: Le Lou Landés. C'est une entreprise familiale et si ce n'est Mme Descat elle-même qui vous y accueille, ce sera Jean-Pierre le maître d'hôtel, qui est aussi son fils, ou encore sa fille ou son gendre: Marie-Claude et Jean-Claude. Mais goûtez d'abord les bons plats de Mme Descat, et surtout sa fameuse potée.

Suite page 22



Margo Oliver et Mme Georgette Descat, à la cuisine du Lou Landés.

BONS PLAIS DES LANDES

POTÉE LANDAISE (Sorte de pot-au-feu avec chou farci)

1 gros chou (ou 2 petits)
 ½ livre de lard salé (voir note)
 4 livres de jarret de porc
 6 poireaux
 1 gros oignon, tranché
 La moitié d'une tête d'ail (environ 6 gousses), hachée
 Farce (recette ci-après)
 12 carottes moyennes
 6 petits navets blancs (voir note)
 6 pommes de terre moyennes (voir note)
 4 cuil. à thé de sel
 ½ cuil. à thé de poivre

Enlever et jeter les feuilles extérieures, un peu dures, du chou. Séparer les feuilles du chou, avec précaution pour ne pas les déchirer. (Si cette opération s'avère difficile, enlever le cœur du chou, mettre le chou dans un bol et remplir sa cavité d'eau bouillante. Laisser le chou s'attendrir un peu, le retirer de l'eau et en séparer les feuilles.) Mettre de côté 12 feuilles prises près du cœur, parmi les plus blanches et les plus tendres. Couper la partie centrale du chou en quatre et la garder, ainsi que les autres feuilles du chou, pour ajouter à la soupe.
 Mettre le lard salé dans une grande marmite et le couvrir d'eau froide. Chauffer jusqu'à ébullition et égoutter; ajouter le jarret de porc au lard salé et couvrir d'eau froide (celle-ci doit monter jusqu'à deux ou trois pouces au-dessus de la viande). Chauffer jusqu'à ébullition, couvrir, baisser le feu et laisser mijoter 1 heure.

Couper la partie blanche des poireaux et la mettre de côté. Faire une botte avec la partie verte des poireaux. Ajouter à la préparation bouillante ainsi que les feuilles de chou, l'oignon et l'ail.
 Verser de l'eau bouillante sur les 12 belles feuilles de chou mises de côté; les laisser tremper jusqu'à ce qu'elles soient assez souples pour se bien rouler. Les égoutter. Mettre une grosse cuillerée de farce sur chacune; replier les côtés des feuilles et rouler pour bien enfermer la farce dans les feuilles de chou. Attacher solidement les petits rouleaux. Ajouter à la préparation bouillante. Couvrir et continuer la cuisson 1 heure.

Couper les carottes en tronçons si elles sont grosses; les laisser entières si elles sont petites. Couper les navets en gros morceaux. Couper les pommes de terre en deux. Couper la partie blanche de chaque poireau en morceaux de 2 pouces de longueur. Ajouter tous les légumes, y compris la partie centrale du chou coupée en quatre, le sel et le poivre au pot-au-feu. Faire mijoter encore 1 heure ou jusqu'à ce que la viande et tous les légumes soient tendres. Enlever et jeter les feuilles vertes des poireaux.
 Retirer la viande du bouillon, la trancher et en disposer les tranches au centre d'un grand plat de service. Retirer tous les légumes du bouillon et les disposer autour de la viande (conserver le bouillon). Servir immédiatement. (6 portions)

Passer le bouillon, le laisser refroidir et le réfrigérer. Le dégraisser et le chauffer de nouveau, un autre jour; il constitue une excellente soupe au chou.
 Note: s'il est impossible de trouver des navets blancs, utiliser nos navets jaunes mais les blanchir à l'eau bouillante avant de les ajouter au pot-au-feu. Mme Descat suggère d'ajouter, à la potée, 2 pommes de terre supplémentaires. Les retirer les premières du bouillon, les écraser en purée et les mettre de côté pour épaissir le bouillon qu'on réchauffera un autre jour. Je dois aussi avouer que j'ai légèrement modifié la recette de Mme Descat. Celle-ci utilise, pour sa potée, un jarret de porc salé; comme le porc salé est difficile à trouver chez nous, je vous ai suggéré d'utiliser un jarret frais et un peu de lard salé. On peut aussi remplacer le jarret de porc par de l'épaule de porc.

Farce

½ livre de jambon cru, haché finement (au couteau et non au hachoir)
 ¼ de livre de porc maigre, haché finement (au couteau et non au hachoir)
 1 petit oignon, haché finement
 2 gousses d'ail, émincées
 3 brindilles de persil, hachées finement
 1 tasse de chapelure fine
 Poivre fraîchement moulu
 4 oeufs

Mêler la viande, l'oignon, l'ail, le persil, la chapelure et un peu de poivre. Ajouter les oeufs (non battus) et mêler parfaitement jusqu'à ce que le mélange soit comme une crème (presque liquide).



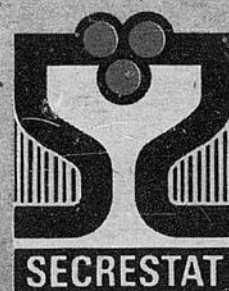
Les vins Secretstat sont préparés au Québec par la Maison Secretstat Limitée, membre de la grande famille Secretstat établie en France depuis 1851.

Secretstat n'emploie que des éléments de la plus haute qualité, issus des plus grands vignobles étrangers.

* Pica, vin rosé	\$2.00
** Chantilly, vin blanc	\$1.50
* Sangria, saveur de fruits naturels	\$1.75
Cold Duck	\$2.25

* Aussi disponible en format de 80 oz
 ** Aussi disponible en gallon

Tous les produits Secretstat répondent à des standards de haute qualité et sont contrôlés par des spécialistes possédant une longue expérience du vin.



allons voir
 si le vin est bon...

LA GLACE GRANITÉE SELON PROVOST

2 tasses de sucre
1½ tasse d'eau
5 tasses de pêches pelées et
tranchées (environ 1½
livre)
⅓ de tasse de jus d'orange
frais
½ cuil. à thé de jus de
citron

1 bouteille de champagne
Mettre le sucre et l'eau
dans une casserole
moyenne. Chauffer, à feu
vif et en brassant, jusqu'à ce
que le sucre soit dissous.
Laisser alors bouillir 10
minutes, pour obtenir un
sirop. Laisser refroidir.

Passer les pêches au mélan-
geur électrique ou au tamis,
pour les réduire en purée.
Ajouter les jus d'orange et
de citron et bien mélanger.

Mêler, dans un grand bol, le
sirop refroidi, les fruits et le
champagne. Verser dans un
grand moule de métal (13 x
9½ x 2 pouces par exem-
ple) et mettre au congéla-
teur. Quand le mélange
commence à prendre, le
soulever, avec une four-
chette, et le retourner; ne
pas le brasser toutefois.
(Dans mon congélateur, le
mélange a commencé à
prendre après 1 heure de
refroidissement; je l'ai donc
retourné à ce moment et
ensuite, à quatre reprises
toutes les trente minutes.)
Servir la glace bien prise.
(12 portions)

Note: la texture de ce des-
sert-sorbet doit être un peu
granulée et non lisse. C'est
pourquoi il faut retourner le
mélange et non le brasser
pendant sa congélation.
Mme Descat fait refroidir
son dessert une journée et
demie, en le retournant 3
fois par jour. Dans les con-
gélateurs que nous avons
ici, toutefois, il suffit de
quatre heures pour que le
dessert soit à point. Les
pêches fraîches sont présen-
tement impossibles à trou-
ver au Canada, à moins que
vous n'en ayez des conge-
lées. Pour vous permettre
de goûter à cette délicieuse
glace avant l'été prochain,
je l'ai donc faite également
avec des fraises congelées.
(Mme Descat la prépare
aussi avec des baies fraî-
ches). J'ai employé un pa-
quet de 15 onces de fraises
congelées; les décongeler, les
réduire en purée et les utili-
ser à la place des pêches.
J'ai aussi utilisé du mous-
seux canadien.

LES MERVEILLES

¾ de tasse de lait
2 gousses de vanille, en
morceaux (voir note)
⅓ de tasse de beurre
ramolli
Huile d'arachide
Approximativement 5
tasses de farine à
gâteaux, tamisée
4 oeufs
1 cuil. à table de rhum
Sucre en poudre

Mettre le lait dans une pe-
tite casserole. Ajouter la
vanille et chauffer jusqu'à
ébullition. Retirer du feu.
Ajouter le beurre et brasser
pour le faire fondre. Laisser
refroidir.

Mettre 4 pouces d'épais-
seur d'huile d'arachide
dans une friteuse ou une
casserole épaisse; chauffer
jusqu'à 375°.

Mettre la farine dans un
grand bol. Faire une fon-
taine au centre et y mettre
les oeufs. Ajouter le lait re-
froidi, en le passant, et le
rhum. Bien mélanger, d'abord à

la fourchette, ensuite direc-
tement avec la main. Ajou-
ter de la farine, si cela est
nécessaire pour que la pâte
forme une boule molle qui
ne colle ni à la main ni au
bol. La mettre sur une plan-
che enfarinée, la pétrir, la
prendre et la rejeter violem-
ment sur la planche, jusqu'à
ce qu'elle soit très élastique.

Rouler la pâte, une petite
quantité à la fois, en abaï-
ses aussi minces que du
papier à cigarettes (c'est
l'expression même de Mme
Descat). C'est maintenant
que vous verrez si votre
pâte est suffisamment élasti-
que; elle doit résister un
peu et avoir tendance à re-
trousser quand on la roule.
Il faut persister et la rouler si
mince qu'on puisse presque
voir à travers. Couper la
pâte en morceaux de for-
mes diverses. Faire des car-
rés de 2 pouces de côté, des
bandes de 1 pouce de lar-
geur sur 3 ou 4 pouces de
longueur, des triangles.
Mettre les morceaux de
pâte, quelques-uns à la fois,
dans l'huile bien chaude et
les faire frire jusqu'à ce
qu'ils soient dorés des deux
côtés et gonflés. (La friture
doit être suffisamment
chaude pour que la pâte
commence à gonfler à l'in-
stant où elle touche l'huile.)
Retirer les merveilles avec
une cuillère perforée et les
laisser s'assécher sur du
papier absorbant. Saupou-
drer les merveilles de sucre
en poudre, une fois refroi-
dies ou au moment de ser-
vir. (Environ 12 douzaines
de biscuits moyens)

Note: le nombre de mer-
veilles dépend naturelle-
ment de la grandeur qu'on
leur donne. Mais cette re-
cette en donne un grand
nombre parce que la pâte
est roulée très mince. Et il
est agréable d'en avoir
beaucoup car elles sont dé-
licieuses. Elles se gardent
bien et restent croquantes
même après plusieurs jours
dans une assiette. Si vous
les rangez dans une boîte de
métal, attendre au moment
de servir pour les saupou-
drer de sucre. On peut rem-
placer les gousses de vanille
par 1 cuil. à thé de vanille
liquide. Mais les gousses
donnent un goût plus fin.



Margo Oliver et
Mme Georgette Descat,
devant le Lou Landés.

Une vie d'action...

SI VOUS ÊTES CITOYEN CANADIEN
AVEZ COMPLÉTÉ LA 11^{ème} ANNÉE
UN TAILLE D'AU MOINS 5'8"

BONNE CONDITION PHYSIQUE

ÊTES EN POSSESSION D'UN PERMIS DE CONDUIRE CANADIEN

CONDUITE EXEMPLAIRE

LE SALAIRE INITIAL EST DE \$7,800 JUSQU'À CONCURRENCE
DE \$12,300 AU NIVEAU DU GENDARME APRÈS QUATRE ANNÉES
ET DEMIE DE SERVICE — SALAIRE INITIAL PLUS ÉLEVÉ
POUR LES DIPLÔMÉS UNIVERSITAIRES



Veuillez contacter le bureau
de la GRC le plus rapproché
ou écrire à:

LE COMMISSAIRE
GENDARMERIE ROYALE DU CANADA
OTTAWA, ONTARIO
K1A 0R2

Nom _____

Adresse _____

Ville _____ Comté _____ Province _____

PD-03

La cigarette la plus populaire au Canada



Avis: Le ministère de la Santé nationale et du Bien-être social considère que le danger pour la santé croît avec l'usage.