

COMMENT CHOISIR UN VÉLO

« Il y a la ferraille, et il y a la qualité »

Cela n'a jamais été aussi facile que cette année d'évaluer le marché de la bicyclette. Il y a la ferraille, et il y a la qualité. A peu près rien dans le milieu.

C'est l'opinion de ceux qui scrutent le plus attentivement le

JEANNE DESROCHERS

marché, parce qu'ils produisent chaque année pour Vélo Québec un guide de l'acheteur et une évaluation des modèles de l'année.

On peut se procurer le guide de l'acheteur dès maintenant pour deux dollars (25 cents de plus si on le commande par la poste) aux bureaux de Vélo Québec, au 1415 est, Jarry (code H2E 2Z7) et chez certains marchands spécialisés.

Quant à l'évaluation des modèles, la liste en sera publiée d'ici à une vingtaine de jours dans le journal de Vélo Québec, et sera reprise par les médias.

Le consommateur ordinaire qui ne veut pas attendre deux ou trois semaines pour savoir ce qui vaut la peine d'être acheté peut-il faire la différence entre la ferraille et la qualité?

En y mettant un peu de circonspection, en suivant les conseils du guide de Vélo Québec, cela devrait être possible. Sur-tout, dit François Marcel, l'un des collaborateurs qui ont préparé ce guide, que le marché s'est tellement nivelé qu'il ne reste que deux ou trois sortes de roues, deux ou trois sortes de dérailleurs dans chaque catégorie de prix, toutes les pièces venant du Japon. Le cadre Peugeot, fabriqué dans la Beauce, est une rare exception.

Depuis plusieurs années, les gens de Vélo Québec tentent de

détruire le mythe du 10-vitesses, mal adapté à nos besoins quotidiens, pâle imitation de la bicyclette de course des champions, qu'on croit à tort moins «forçant» qu'un trois-vitesses, et dont les prix attirants sont une aubaine, puisqu'il faut y ajouter environ 30 p. cent pour se procurer tous les accessoires qu'il faut ajouter pour qu'elle soit fonctionnelle.

Le 10-vitesses bon marché est souvent une grande déception: les freins se désajustent, la selle est inconfortable.

On examine aussi le 5-vitesses d'un oeil critique, à Vélo Québec, cette année. On remarque que la première vitesse est moins facile que celle du trois-vitesses, ce qui semble un non-sens.

Le grand avantage du trois-vitesses, c'est que toutes les vitesses sont utiles et utilisées. Mais encore là, il faut bien le choisir.

La première chose serait de choisir le vendeur. On y gagnerait à la longue à fréquenter le marchand spécialisé, qui s'occupe du service après-vente et de la réparation. A défaut de trouver cette perle, on cherchera parmi les marchands d'articles de sport. Vélo Québec juge sévèrement les vendeurs des magasins à chaînes, qui «ne connaissent rien en bicyclette, n'offrent pas un bon service, pas plus à la vente qu'après la vente, et vendent la plupart du temps le bas de la gamme, la camelote».

On choisit ensuite le type de cadre. On ne dit plus un bicyclette de filles, mais une bicyclette à cadre mixte, ou col de cygne; on le juge moins solide, moins facile à transporter, et on en limiterait l'usage aux personnes du troisième âge et aux parents qui transportent un enfant sur le

siège arrière. Son grand avantage est qu'on l'enfourche facilement, et qu'on en descend rapidement.

Le cadre du trois et du cinq- vitesses peut être plus confortable pour absorber les chocs, ce qui en fait un vélo de ville mieux adapté que le dix- vitesses, dont le cadre est plus rigide, et qui devrait être réservé à la randonnée.

Pour choisir la hauteur du vélo, il faut l'enfourcher au-dessus du tube horizontal et poser les deux pieds au sol, en souliers de course. La distance entre l'entre-jambes et le tube horizontal ne doit pas dépasser deux centimètres.

Le triporteur d'enfant coûtera entre \$25 et \$60; la bicyclette ordinaire, entre \$60 et \$125; le mustang et le moto-cross, entre \$50 et \$100, mais ce sont des modèles à éviter, parce qu'ils sont difficiles à manoeuvrer et à contrôler; le trois- vitesses coûtera entre \$125 et \$180; le cinq- vitesses, entre \$140 et \$210; le dix- vitesses bon marché, entre \$100 et \$175, mais on lui préférera un bon trois- vitesses à \$170.

Le prix minimal à payer pour un dix- vitesses serait de \$175 à \$250, mais on peut payer jusqu'à \$350 les vélos de grande randonnée. Comme il faut ajouter \$150 pour les accessoires, les randonneurs qui les achètent font entre 2500 et 5000 kilomètres par année.

Vélo Québec a des réserves sur la sécurité des sièges de vélo pour enfants, mais on poursuit des études techniques avant de se prononcer. On semble sûr d'au moins une chose: un enfant de plus de 15 kilos est trop lourd et trop remuant pour être transporté en toute sécurité derrière un cycliste adulte.



On y gagne à la longue à fréquenter le marchand spécialisé qui s'occupe du service après-vente et de la réparation. photo Michel Gravel, LA PRESSE

On n'est pas en Hollande, mais...

Il y a des pays — la Hollande est un bon exemple — où il est normal d'aller travailler à bicyclette. Ici, les grands espaces et les bas prix du pétrole ont favorisé l'automobile. Est-ce que ça peut changer.

Les gens de Vélo-Québec sont patients. Ils attendent que leurs sympathisants atteignent les postes de décision. Et que les cyclistes eux-mêmes deviennent tellement exigeants que les fabricants soient obligés de leur fournir les vélos de ville, comme ils le font en Europe, plutôt que cette machine scintillante (le 10- vitesses) «mais combien mal adaptées à nos besoins quotidiens, qui rayonne sur l'Amérique toute entière, dotée d'une selle aussi inconfortable que de freins inefficaces, et privée de porte-bagages et de garde-boue».

Même s'il faut attendre, même si les mentalités ne changent pas vite, même si les gardiens de la chose publique ne sont pas à la veille de livrer aux cyclistes le métro et les ponts, la situation change, petit à petit.

Les militants ne se contentent pas de contester les autorités, d'organiser des manifestations, de peindre à la faveur de la nuit des faux-parcours de pistes cyclables. Ils travaillent avec les autorités à élaborer des vrais parcours, à en corriger les défauts. Par exemple, les pistes où les cyclistes doivent circuler dans les deux sens sont contestées devant les tribunaux, elles violent le code de la route. Il faut trouver autre chose.

Les cyclistes de la Rive sud ont l'espoir d'obtenir, peut-être même dès cette année, une piste qui leur permettrait de gagner l'écluse de Saint-Lambert, d'emprunter la passerelle de piétons au-dessus du Canal, pour aborder ensuite l'île Notre-Dame, le pont de l'Expo-express et la Cité du Havre.

Les gens de Vélo-Québec, qui viennent de faire le tour du Québec pour évaluer l'utilité des pistes actuelles, ont constaté un intérêt de plus en plus grand pour le cyclisme, à travers la province.

Montréal, étant une île, est d'abord plus difficile. Mais pourquoi ne serait-il pas possible d'obtenir, comme à Seattle, des autobus munis de porte-vélos, où le cycliste placerait lui-même sa bicyclette à l'entrée d'un pont, pour la reprendre à la sortie?



NECCHI

2 machines dans une

Plateau et bras libre. Fonctionne comme votre appareil de TV... en couleurs! 14 points intégrés — 6 e-x-t-e-n-s-i-b-i-l-e-s — contrôleur de vitesse à dispositif électronique.

Nous achetons les machines usagées et payons comptant.

ASPIRATEURS PANASONIC 6 modèles à prix spéciaux.

Zigzag — 3 positions d'aiguille — neuves \$189

Remises à neuf — Garantie \$89 et plus

Réparation et pièces pour toutes les marques

Guy et Pierre Paul

Chalifour Inc. 6586 Plaza Saint-Hubert

DEPUIS 1948 273-7245

Stationnement gratuit — Saint-Zotique et Chateaubriand — Métro Beaubien

VENTE D'INVENTAIRE

10% A 70% DE RABAIS

Voici quelques exemples seulement

HATEZ-VOUS... DES CENTAINES D'ARTICLES A PRIX REDUITS

Accepte les mises de côté

AUCUNE OFFRE RAISONNABLE REFUSÉE

RÉFRIGÉRATEURS



Taxe 8%

de marques telles que: Admiral • General Electric • Danby • Belanger

à partir de \$299⁹⁵

LIT MATELOT



Fabrication bois dur fini érable, 3 tiroirs. Matelas inclus de haute qualité.

Prix extra spécial \$219⁹⁵

MOBILIER DE CUISINE



Grand choix de styles et grandeurs en stock

à partir de \$139⁹⁵

TELECOULEUR 20"



Plusieurs marques en stock à partir de \$449⁹⁵

SÉCHEUSE 220 v.



Modèles 1980, fin de ligne discontinuée, etc. de marque General Electric (Speed Queen), Admiral, etc. Valer jusqu'à \$488

Spécial \$249⁹⁵

MOBILIER DE SALON



Grand choix de styles et de grandeurs

à partir de \$219⁹⁵

CUISINIÈRES ÉLECTRIQUES



des marques telles que: Danby • Admiral • Belanger • General Electric, etc.

Taxe 8%

à partir de \$259⁹⁵

LESSIVEUSES



Très bon choix. Des marques telles que: Admiral, General Electric, Speed Queen, etc.

PRIX EXTRA SPÉCIAL BEAULIEU & GLADU

MOBILIER DE CHAMBRE



Choix de styles et grandeurs

à partir de \$219⁹⁵

NOS CLIENTS SONT LES ROIS/CHÈZ **Beaulieu & Gladu** 1970 INC.

4589 est, rue SAINTE-CATHERINE

SUPER SPÉCIAUX à partir de \$599⁹⁵

ENSEMBLES 3 PIÈCES

COLONIAL FUTURISTE CANADIEN

Escompte additionnel sur ensemble 3 pièces 255-7787-8

VENTE

PAYEZ & EMPORTEZ

VÊTEMENTS EN PEAU DE MOUTON

VESTE SANS MANCHE

EN PEAU DE MOUTON

\$77

MANTEAU LONG

EN PEAU DE MOUTON

\$377

PALETOT D'AUTO

EN PEAU DE MOUTON

\$277

BLOUSON ET JAQUETTE

EN PEAU DE MOUTON

\$177

MITAINES

\$17

CHAPEAU

\$27

PANTOUFLES

\$17

PAS D'ALTERATIONS



LE MOULIN DE LA TANNERIE

9475 ESPLANADE (entre Louvain et Chabanel)

Stationnement gratuit 387-8013

HEURES D'OUVERTURE: du lundi au jeudi de 9h30 à 5h30, vendredi de 9h30 à 9h00, samedi de 9h00 à 4h00.





Jeanne Desrochers

Le prix du marché a grimpé régulièrement au cours des mois d'hiver, atteignant une moyenne d'un p. cent par mois, d'octobre à février. Le panier d'une famille de quatre, tel qu'établi par le ministère fédéral de l'Agriculture, s'élève à \$77.23 à Montréal, alors qu'il était de \$76.19 en janvier. C'est environ

LE PRIX DU MARCHÉ

Régulièrement, un p. c. de plus par mois

\$1.50 de moins que la moyenne canadienne.

En ce moment, le marché atteint un certain équilibre, particulièrement entre viandes blanches et viandes rouges, les tendances à la hausse des uns étant ralenties par l'abondance de stocks des autres. Le veau de lait et le veau de grain sont à la baisse, de même que la longe de porc.

Du côté des fruits, les pommes de chez nous et les oranges de Californie sont des bons achats, de même que le raisin noir du Chili, dont les prix ont dégringolé de façon sensationnelle en quelques semaines. Les fruits du Chili sont de plus en plus présents sur nos marchés, tout

comme les produits du Mexique.

La maison A. Lassonde et Fils est une des entreprises qui profitent du marché élargi par l'apport d'Amérique du Sud. Le jus d'orange et de pamplemousse qu'elle vend sous l'étiquette Oasis, dans le nouvel emballage ressemblant à celui du lait de longue durée, est un mélange de concentrés de Floride, de Mexique et du Brésil. Ce qui permet à l'entreprise de présenter son jus Oasis ce mois-ci à des prix de promotion fort intéressants (69 ou 79 cents) dans les différentes chaînes de supermarchés.

Du côté des légumes, le céleri et les différentes sortes de laitue sont de bons achats, de même

que des légumes plus exotiques, l'avocat et l'artichaut.

Dans bien des familles, on attend ce temps de l'année où l'artichaut est à prix abordable pour se payer le plaisir d'un hors d'oeuvre un peu spécial, intéressant pour les gens au régime, parce qu'il exige un rituel qui occupe le temps de façon agréable.

D'après Françoise Kayler, la façon classique de manger l'artichaut, en vinaigrette, est encore la meilleure.

Cela prend à peu près 15 minutes, à l'eau bouillante, pour que les feuilles commencent à céder quand on tire dessus. Si la feuille vient, c'est trop cuit.

Chacun a son artichaut et sa

trempe de vinaigrette. On tire les feuilles une à une, et on ne mange que la base bien tendre, le reste étant trop dur pour être utilisable. Quand toutes les feuilles sont arrachées, reste le foie, qu'il faut enlever, et puis le fonds, qui se coupe bien.

Sucre et soya

Les autres bonnes nouvelles concernent le soya et le sucre. Le prix du sucre a cessé de monter parce que la demande mondiale a baissé, même si la production est inférieure à celle des dernières années. Si la demande a baissé, c'est que les produits industriels sont de plus en plus sucrés au sirop de maïs. La baisse des prix du soya a une bonne influence sur le prix des huiles et margarines.

Il y a onces et onces

C'est facile d'entretenir la confusion, quand on parle de sirop d'érable. Alors qu'on nous le vend en onces liquides, on nous parle de production selon le poids en livre. Un gallon pèse un peu plus de 13 livres, réparties en boîtes qui pèsent 26 onces, mais qui contiennent 20 onces liquides. Quand il s'agit de mesures métriques, les boîtes de 510 millilitres sont un peu plus

petites, contenant 19 onces liquides et pesant 25 onces.

Au Marché Central, le sirop se vend à peu près le même prix que l'année dernière, entre \$18 et \$20 le gallon. Mais le nouveau gallon métrique contenant 5 p. cent de moins, il y a donc une petite augmentation. Augmentation qu'on avait subie en partie l'année dernière, puisque bon nombre de fabricants s'étaient déjà mis au système métrique.

Poids insuffisant

Dans d'autres domaines, il peut en coûter cher au détaillant de vendre une marchandise qui pèse moins que ne l'indique son étiquette.

Deux supermarchés ont récemment payé \$100 d'amende pour chaque chef d'accusation (quatre pour l'un, quinze pour l'autre) impliquant une insuffisance de poids pour des articles pré-emballés, poitrine de poulet, dinde, jambon et steak, et pour des aliments vendus à l'unité de mesure, salade de macaroni, salade de pommes de terre, saucisse et boeuf bourguignon.

Les consommateurs qui constatent que des emballages ne font pas le poids peuvent porter plainte au bureau régional de Consommation et Corporations Canada, préférablement par écrit.

LE SCEAU ACNOR

Des appareils sécuritaires

L'emblème CSA ou ACNOR, qu'est-ce que ça vous rappelle? Probablement les lumières d'arbres de Noël, ou la corde du fer électrique, et la petite étiquette qui assure une sorte de contrôle de qualité et de sécurité pour tout ce qui est électrique.

JEANNE DESROCHERS

C'est en même temps sous-estimer toute une partie du travail de l'organisme qui s'appelle Association canadienne de normalisation, et surestimer la valeur du sceau CSA ou ACNOR, qui ne garantit pas le rendement d'un article, mais atteste simplement qu'un prototype de l'objet a été testé selon des normes précises, et que la production en est surveillée, par des visites surprises, afin que ces normes soient respectées. Le sigle anglais CSA signifie Canadian Standards Association.

En plus des appareils électriques, on doit à cet organisme la normalisation de produits de toutes sortes, comme les armoires de cuisine, les escabeaux, les poêles à bois, la plomberie, l'équipement de hockey, les bicyclettes, les fioles sécuritaires à l'épreuve des enfants, les autobus scolaires, les outils de jardin.

Lors d'une rencontre sur la normalisation des produits, à Washington, Mme Wendy Butley, coordonnatrice du point de vue des consommateurs à l'ACNOR, a eu l'occasion d'expliquer aux Américains en quoi consiste le système canadien de normalisation, suscité en 1919 par des ingénieurs et des industriels.

C'est un système un peu complexe où les consultants spécialisés, les représentants des consommateurs et de l'industrie, et le législateur, travaillent dans différents comités qui se soumettent les uns aux autres le résultat de leurs travaux. 5.000 bénévoles participent à un millier de comités. Les grosses compagnies et les associations de producteurs ont souvent un employé plein-temps qui circule d'un comité à l'autre. Mais le système essaie d'équilibrer le pouvoir entre fabricants et utilisateurs.

La moitié des représentants des consommateurs sont délégués par l'Association canadienne des consommateurs. Les autres y sont attirés par leurs préoccupations dans un domaine spécifique. Des journalistes, des enseignants, des ménagères, des syndicalistes, des retraités, dont on défraie les dépenses mais qui donnent leur temps, discutent de la sécurité des produits, de leur qualité, de la durabilité. Mais

aussi d'une préoccupation bien actuelle, la conservation de l'énergie.

Les tribunes de consommateurs qui ont été formées à Vancouver, à Toronto et à Montréal sont fort préoccupées, ces temps-ci, des installations fautives qu'on en vient à considérer comme normales.

Rappel de cafetières et de robots culinaires

Le dernier bulletin de l'ACNOR fait état d'un rappel de certaines cafetières filtre Sunbeam, dont l'espacement électrique ne répond pas aux normes, mais qui ne semble pas jusqu'ici avoir causé d'accident.

Il s'agit du modèle CM-2, avec l'inscription suivante poinçonnée sur le fond de l'appareil: 125 VCA 60Hz 1300W. Environ 2.000 appareils de ce type ont été vendus à travers le Canada depuis septembre 1980.

On pourra trouver dans le bottin de téléphone l'un des 23 points de service de la compagnie Sunbeam, habilités à faire une réparation immédiate. Seuls les modèles CM-2 avec codes de date «GE» et «SE» ont ce problème, qui n'affecte aucun autre modèle Sunbeam.

Autre rappel, celui du robot Cuisinart de modèle RC-1 acheté après le premier juillet 1980, dont les numéros de série, inscrits sous l'appareil, commencent par R-161, R-162, R-165, R-166 et R-167. Le manufacturier demande de ne pas utiliser ces robots, qui pourraient devenir dangereux à cause du mauvais fonctionnement possible d'un interrupteur, et de les retourner au dépositaire qui inspectera, réparera et retournera l'appareil sans frais.

À Montréal, le dépositaire est Choquette et Cie, au 8155 boulevard Saint-Laurent, H2P 2M1 (téléphone, 384-6540).

Chaufferette

Une chaufferette qui pourrait devenir un risque d'incendie est rappelée par la compagnie Ohm-Rite Electrical. C'est une chaufferette portative à ventilateur et boîtier blanc, modèle «ORLI MARK III», 1200W. L'Acnor a appris que ces chaufferettes ont causé quatre incendies, limités cependant à la grille avant de la chaufferette.

Dans ce dernier cas, il faut communiquer avec le distributeur, à l'adresse suivante:

Ohm-Rite Electrical,
division de Danbel Industries Inc
181 avenue Carlaw
TORONTO, Ont. M4M 2S1
tél.: (416) 469-5555

“Avec la petite famille qui grandit, mon congélateur Kenmore est réellement, plus que jamais, une valeur sûre!”

“La montée du coût des aliments, j'en fais mon affaire. Grâce à mon congélateur Kenmore, je peux profiter des aubaines et le garnir de bons petits plats préparés à l'avance. Ça, pour moi, c'est du sûr!”

Mme Jacob propriétaire d'un congélateur Kenmore.

En vigueur du 25 mars au 28 mars où jusqu'à épuisement de la marchandise.

Rabais \$25

Congélateur 15 pi. cu. à isolation efficace de 2 1/2"

364⁹⁸
Rég. 389.98

Fond et parois isolés de mousse 2 1/2". Fond en forme de cuvette, pourtour en ABS ne se décolore pas, éclairage, réglage de la température. Serrure, panier. Pour 520 lb. Blanc. 477 441 530 DL.
Modèle 18 pi. cu. Pour 620 lb. 477 441 830 DL. Rég. 419.98 \$389.98
Modèle 22.1 pi. cu. Pour 770 lb. 477 442 230 DL. Rég. 449.98 \$419.98

Rabais \$70*

Réfrigérateur 15.2 pi. cu.

589⁹⁸
Rég. 669.98

Entièrement sans givre. Clayettes réglables, beurrier, 2 hydrateurs, tablettes dans la porte. Interrupteur économiseur d'énergie. Intérieur en ABS. Blanc char. à droite 467 450 910 DL. Blé doré, amande \$10 de plus.

Rabais \$30*

Cuisinière Kenmore Mark 3

419⁹⁸
Rég. 449.98

Éléments à réglages progressifs: 2 de 6", 2 grands de 8". Prise programmée/non programmée. Four programmable par horloge, grille à chaleur réglable. Blanc. 267 466 090 DL. Blé doré, amande \$10 de plus. Four autonettoyant. Blanc. 267 466 790 DL. Rég. 609.98, 579.98. Couleur \$10 de plus.

Rabais \$30*

Lave-vaisselle à 3 poussoirs

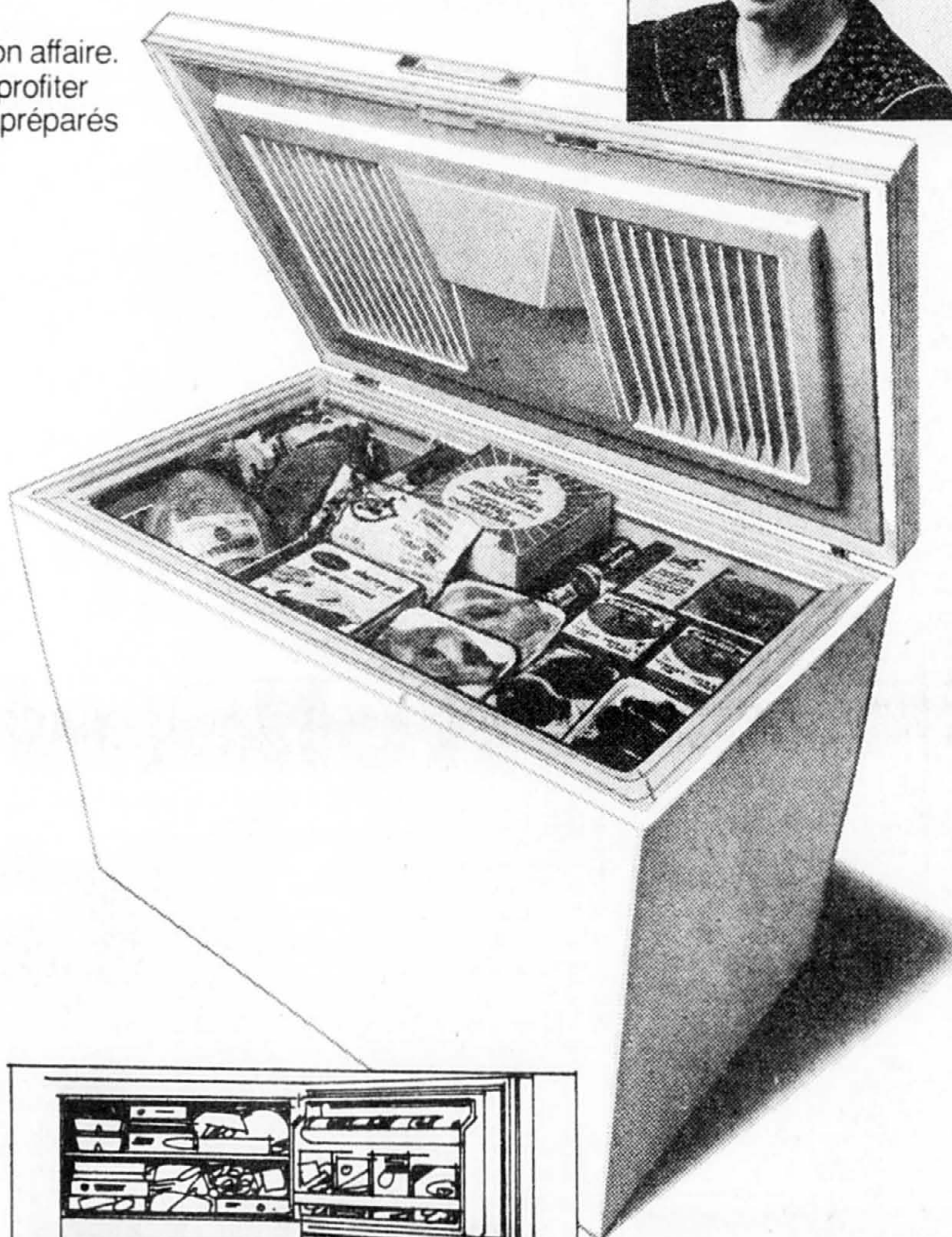
409⁹⁸
Rég. 439.98

Programmes pour casseroles, normal ou économique. Séchage à air pulsé avec ou sans chaleur. Lavage cycle court et chauffe-assiettes sur cadran. Lavage à 2 niveaux. Blanc. 267 470 441 DL. Couleur \$10 de plus. Encastrable. Blanc avec panneaux de couleur. 267 470 320 DL. Rég. 409.98 \$379.98

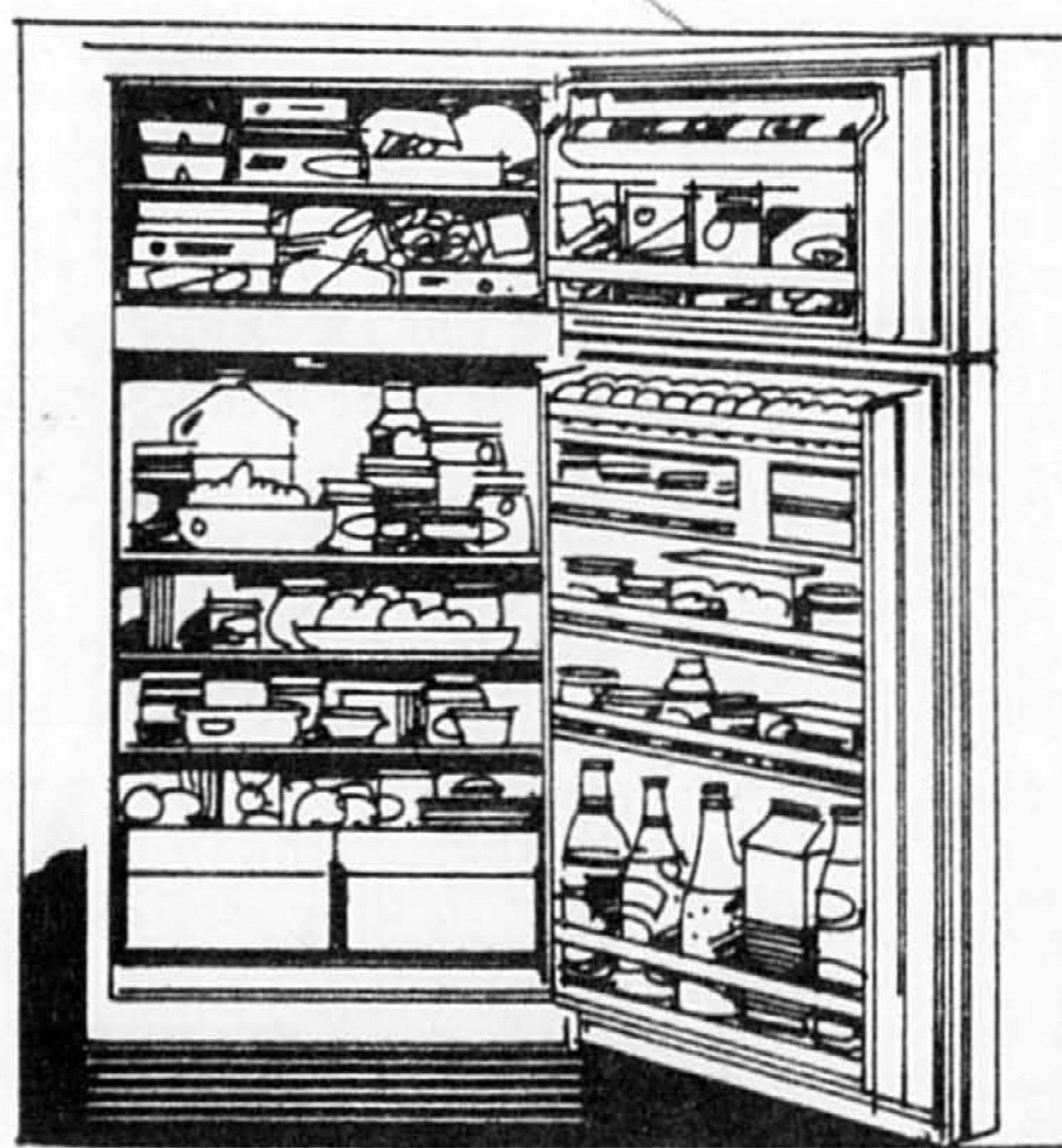
*Aussi pages 85, 86, 88 du catalogue Soldes d'hiver, et pour toute sa durée.

Jours Sears en vigueur jusqu'au 28 mars 1981 dans la limite des stocks disponibles.

Kenmore...
seulement chez Sears



Mme Jacob



Offerts dans les 19 points de vente Sears de Montréal et ses environs

Dans nos magasins
Place Vertu, Ville St-Laurent 333-5222
Les Galeries d'Anjou, Anjou 353-7770

Mail Champlain, Brossard 465-1000
Carrefour du Nord, St-Jérôme 432-2110
Carrefour Richelieu, St-Jean 349-2651

Aussi dans tous les magasins et bureaux de vente du Québec.

Heures d'ouverture: lun., mar., mer. de 9h30 à 17h30; jeu., ven. de 9h30 à 21h; sam. de 9h à 17h.

Dans nos bureaux de vente par catalogue avec appareils ménagers
Boucherville 641-1240
Châteauguay 691-6920
Chomedey 687-4811
Duvrigny 668-6600

LaSalle 363-8120
St-Eustache 472-6820
Lachine 637-5571
Montréal-Nord 323-9410
Longueuil 679-1160

Pointe-Claire 694-4720
Repentigny 581-7631
Rosemère 621-0230
Terrebonne 471-2233
Fabreville 622-6300

TELE-SHOPPING
Montréal 333-5811
St-Jérôme 432-1130
St-Jean 349-2611

Sears

vous en avez pour votre argent...et plus

Kiloprive: mise au point des diététistes

La Corporation professionnelle des diététistes du Québec désire faire une mise au point. Contrairement à ce que pourrait faire croire la publicité de Lalco concernant le produit Kiloprive, les diététistes n'approuvent d'aucune manière le produit et tout produit similaire. La vente libre de plans d'amaigrissement est une des nombreuses façons d'exploiter le consommateur. Un régime amaigrissant, pour être efficace, doit en même temps qu'il fait perdre du poids, aider à modifier le comportement alimentaire. De plus,

ceux qui consomment Kiloprive exclusivement, risquent de développer des carences nutritionnelles graves puisque 3 sachets de ce produit ne permettent pas de rencontrer les besoins quotidiens en certains éléments nutritifs.

Les adolescents, les femmes enceintes et tous ceux qui souffrent de pathologies telles que diabète, hypoglycémie, ulcère d'estomac et autres troubles de l'appareil digestif, ne devraient pas faire usage de ce plan d'amaigrissement sans obtenir au préalable un avis du médecin traitant.



Un menu bien composé, quatre groupes d'aliments, pas plus et pas moins, à la cafétéria scolaire...

ÉDUCATION EN NUTRITION

Réponse finale quand le primaire arrivera au secondaire

Depuis cinq ans environ, c'est-à-dire depuis que le Conseil scolaire de l'île de Montréal a adopté un règlement pour améliorer la qualité du régime et des habitudes alimentaires des écoliers, la Commission sco-

laire du Sault-Saint-Louis poursuit une véritable politique d'éducation en nutrition. Les résultats commencent à être mesurables. La tenue de la Semaine de la nutrition a été un éclatant miroir. Les organisateurs eux-

mêmes, les responsables de l'application de cette politique de nutrition, ont été les premiers étonnés. La participation et l'engagement des élèves, des écoles, et des parents lors de cet événement spécial font certainement la preuve que la nutrition est un sujet... rentable. Les résultats

FRANÇOISE KAYLER

obtenus sur le territoire de ces trente écoles qui regroupent 15.000 élèves du secondaire et du primaire, en milieux francophone et anglophone, peuvent être une indication valable des conclusions à tirer de cette expérience.

Les bonnes habitudes s'acquièrent dès l'enfance, s'adaptent à l'adolescence et se conservent toute la vie. C'est à la vérification de cette phrase que s'attache la politique alimentaire poursuivie dans les écoles. Deux niveaux d'action tout à fait différents se présentent, celui du primaire et celui du secondaire. C'est à celui du deuxième que s'attaquait le Conseil scolaire de l'île de Montréal en transformant radicalement les cafétérias: suppression des machines distributrices, des frites, des liqueurs douces, etc... installation de menus offrant des aliments sains, dans un choix équilibré et varié, à des prix «subventionnés» pour que l'élève puisse prendre un repas complet ou compléter une collation maison.

Il y a cinq ans, Lucie Saucier était la seule nutritionniste responsable des cafétérias et de la surveillance de l'application de la politique alimentaire à Sault-Saint-Louis. Manon Lebel, depuis son entrée au bureau de nutrition a permis de mettre sur pied

le programme destiné au primaire.

L'introduction du lait-école et du programme éducatif lié à cette distribution de berlingots, l'utilisation du matériel didactique distribué systématiquement par l'Office des producteurs de lait aux différents niveaux du primaire, ont été à la base de l'action menée à Sault-Saint-Louis pour faire de l'éducation en nutrition. La commission scolaire ne s'est pas limitée à l'utilisation de ce matériel. Le bureau de nutrition a rassemblé tout ce qui pouvait être un appui, ou un outil, susceptible de faire avancer le mouvement d'éducation en nutrition. Une banque a été constituée et le catalogue est remis à tous les principaux et à toutes les infirmières des établissements scolaires de la commission.

A cette base il manquait un programme d'animation. Manon Lebel a eu l'idée de créer un journal pour relier toutes les écoles entre elles et pour faire le lien avec les parents. Baptisé «Persil par là» par voie de concours il livre ses messages par le biais de personnages aux fonctions claires: Gobelait le verre de lait, Charlotte la carotte, Roger le pain de blé, David l'arachide, etc... Ce bulletin a suscité la formation de comités de nutrition par les parents et a dépassé tous les espoirs de ses auteurs. Au cours de la Semaine de la nutrition il a joué un rôle de communication inespéré.

Les activités liées à un programme d'éducation en nutrition dans les écoles sont facultatives. Aucun professeur n'est obligé de les faire entrer dans ses horaires. Ceux qui le font affirment pourtant qu'il suffit d'un peu d'imagination pour intégrer la nutrition aux cours de français, de mathématiques, de tra-

vaux manuels, etc... Contrairement à l'opinion générale des grands responsables de la plantation de ces programmes, l'équipe de Sault-Saint-Louis voit dans le caractère facultatif de l'opération un atout. Ils prétendent que ce qui est obligatoire devient routinier. Ce qui est hors programme est séduisant. Mais Manon Lebel et Lucie Saucier admettent volontiers que pour se permettre ce luxe de l'attrait, il faut avoir une structure bien établie, c'est-à-dire des budgets, du matériel et une équipe d'animation et de ressourcement. Si l'on coupait les budgets, le bel édifice serait menacé.

On ne peut mesurer les résultats de cette action. Mais tous ceux qui ont la responsabilité d'enfants touchés par le programme d'éducation en nutrition remarquent un grand changement dans leur comportement alimentaire et un intérêt soutenu à vouloir manger «pour leur santé». On remarque également que cette action va plus loin que l'enfant et touche les parents. Dans certaines familles, le comportement alimentaire a été modifié du tout au tout grâce à un enfant du primaire.

Car ce programme ne touche que les enfants du primaire. Le secondaire est le grand parent pauvre. L'éducation en nutrition ne peut se faire que par le biais de la cafétéria. Choisir de bons aliments est un atout mais ce n'est pas toujours suffisant pour motiver les adolescents soumis à toutes les pressions extérieures.

Lorsque la première vague du primaire initiée de bonnes habitudes alimentaires atteindra le secondaire, la situation sera certainement différente. On saura vraiment, alors, si les cours d'éducation en nutrition donnés avec tant de bonne volonté ont porté fruit.



photo Real St-Jean

Le plus jeune ce jour-là à la cafétéria et son menu choisi comme par un grand, une soupe, un sandwich à la viande, un pouding à la vanille et un berlingot de lait...

Sur la lancée de l'été... en robe gitane imprimée, de Pat McDonagh. Pur coton. Noir-rouge-turquoise. 7-13. \$130. D'une collection, exclusive à H.R. et présentée demain en présence de la styliste. Soyez des nôtres! Entre 11h. et 14h. Miss Renfrew au 4e, où nous sommes tout ce que vous attendez de mieux.

HOLT RENFREW

SHERBROOKE ET DE LA MONTAGNE
H.R. ouvert jeudis et vendredis jusqu'à 21h

EPARGNEZ Au Bon Marché

Le plus grand magasin de couvre-lits, draperies, douillettes, literies, rideaux de douche, descentes de bains, draps, serviettes, nattes, tringles de bois, rideaux, etc. **COMBAT L'INFLATION**

TOUJOURS LES PLUS BAS PRIX A MONTRÉAL

ATTENTION FUTURS MARIÉS
Demandez nos spéciaux pour **LES ENSEMBLES DE TROUSSEAU**

ÉPARGNEZ 20%
sur tous nos ensembles de douillettes en inventaire

TAPIS DESCENTES DE BAIN
Sur tout notre stock en inventaire en magasin. **ÉPARGNEZ 25%**

POUR LA SALLE DE BAINS
RIDEAUX DE DOUCHE
Vaste choix incomparable 900 nouveaux modèles

SERVIETTES
Grande sélection unies, à motifs et brodées

ACCESSOIRES POUR SALLE DE BAINS
Lucite transparent porcelaine motifs s'adaptant aux rideaux de douche

NAPPES ET NAPPERONS
Le plus grand choix à Montréal

ÉPARGNEZ 33 1/3%
sur tout notre inventaire en magasin plus de 5 000 nappes

CONFECTION GRATUITE
DRAPERIES ET TENTURES SUR MESURE. CHOISISSEZ PARMI DES MILLIONS DE VERGES EN STOCK. PAS DE FRAIS DE CONFECTION, LONGUEUR MINIMALE 54" (VELOURS NON COMPRIS).

VALENCE EN VELOURS 19 COULEURS
Prix courant \$295
SPECIAL 189⁹⁵

3,000 DRAPERIES
Rég. \$169.99-\$199.99
Prêtes à installer 144" x 95"
PRIX SPÉCIAL \$79⁹⁹

TRINGLES EN BOIS TRÈS DÉCORATIVES
Tous formats en magasin, très résistants, bois de qualité. Choix de 3 finis: noyer naturel ou colonial. Complet avec anneaux et accessoires.

Rég.	NOTRE PRIX	\$13.99
4 pl	\$22.99	\$15.99
4 pl	\$24.99	\$16.99
4 pl	\$26.99	\$17.99
8 pl	\$34.99	\$23.99
10 pl	\$39.99	\$26.99
12 pl	\$44.99	\$31.99

Tringle à café 60"
Prix courant \$14.00, NOTRE PRIX \$9.99

STORES VERTICAUX
Au plus bas prix à Montréal.
Toutes les grandeurs en magasin.
BLANC et IVOIRE

75" x 84"	Rég. \$164	\$84.99
84" x 84"	Rég. \$193	\$94.99
84" x 95"	Rég. \$215	\$149.99
96" x 84"	Rég. \$210	\$159.99
96" x 95"	Rég. \$245	\$169.99
120" x 95"	Rég. \$374	\$174.99
144" x 95"	Rég. \$443	\$214.99

35% DE RABAIS STORES VÉNIITIENS FAITS SUR MESURE
VERTICAUX • HORIZONTAUX • 42 COULEURS

200 COUVRE-LITS
Rég. de \$100 à \$200
PRIX SPÉCIAL \$49⁹⁹

TRINGLES A DRAPERIES A CORDE

24-48	\$9.95	SPECIAL \$5.99
48-60	\$12.99	SPECIAL \$8.99
66-120	\$15.99	SPECIAL \$10.99
86-156	\$19.99	SPECIAL \$11.99
156-216	\$32.99	SPECIAL \$21.99
216-300	\$37.99	SPECIAL \$26.99

RABAIS 45%
Stores verticaux et vénitiens en inventaire

STORES
AU PLUS BAS PRIX A MONTRÉAL
TOUTES LES GRANDEURS EN MAGASIN
STORES DE TOILE 100% OPAQUES FIBRE DE VERRE DE LUË

UNIS		FRANGES		UNIS		FRANGES			
FRANCE	NOTRE PRIX	FRANCE	NOTRE PRIX	FRANCE	NOTRE PRIX	FRANCE	NOTRE PRIX		
24 x 36	8.49	4.99	16.50	8.99	28 x 36	14.49	9.99	21.50	12.99
37 x 49	9.99	6.99	18.50	8.99	37 x 49	15.99	10.99	23.50	15.99
37 x 82	14.95	8.99	17.95	10.99	37 x 82	19.95	10.99	28.95	17.99
43 x 71	12.99	8.99	20.99	10.99	43 x 71	14.99	12.99	26.99	17.99
43 x 82	15.99	10.49	19.95	13.99	43 x 82	18.49	15.99	28.99	19.99
49 x 71	16.99	10.99	20.99	14.99	49 x 71	19.99	15.99	29.99	20.99
49 x 82	18.99	12.99	20.95	15.99	49 x 82	21.99	17.99	31.99	22.99
55 x 71	18.99	12.49	21.99	15.99	55 x 71	21.99	17.99	31.99	23.99
55 x 82	20.99	14.95	21.95	17.99	55 x 82	23.99	20.99	33.99	26.99
64 x 55	26.99	17.95	41.50	22.99	64 x 55	29.99	24.99	37.99	31.99
64 x 71	30.99	19.95	42.50	24.99	64 x 71	32.99	26.99	41.99	36.99
73 x 58	31.99	20.99	43.50	25.99	73 x 58	33.99	27.99	43.99	38.99
73 x 71	33.99	22.99	43.50	27.99	73 x 71	35.99	29.99	45.99	40.99
79 x 58	41.99	32.99	45.99	36.99	79 x 58	43.99	41.99	49.99	44.99
79 x 71	43.99	34.99	47.99	38.99	79 x 71	45.99	43.99	51.99	46.99
85 x 58	45.99	41.99	49.99	40.99	85 x 58	47.99	45.99	53.99	48.99
85 x 71	47.99	43.99	49.99	42.99	85 x 71	49.99	47.99	55.99	50.99
91 x 58	49.99	45.99	51.99	44.99	91 x 58	51.99	49.99	57.99	52.99
91 x 71	51.99	47.99	51.99	46.99	91 x 71	53.99	51.99	59.99	54.99
97 x 58	53.99	49.99	53.99	48.99	97 x 58	55.99	53.99	61.99	56.99
97 x 71	55.99	51.99	53.99	50.99	97 x 71	57.99	55.99	63.99	58.99
103 x 58	57.99	53.99	55.99	52.99	103 x 58	59.99	57.99	65.99	60.99
103 x 71	59.99	55.99	55.99	54.99	103 x 71	61.99	59.99	67.99	62.99
109 x 58	61.99	57.99	57.99	56.99	109 x 58	63.99	61.99	69.99	64.99
109 x 71	63.99	59.99	57.99	58.99	109 x 71	65.99	63.99	71.99	66.99
115 x 58	65.99	59.99	59.99	60.99	115 x 58	67.99	65.99	73.99	68.99
115 x 71	67.99	61.99	59.99	62.99	115 x 71	69.99	67.99	75.99	70.99

OREILLERS EN POLYESTER
Prix courant: \$12.99 chacun
SPECIAL 2 pour \$15⁰⁰

TERGAL CORNELLI
100% polyester 144" x 95"
Rég. \$69.99
pour \$34⁹⁹

RIDEAUX TERVOILE
importé de France
Special **\$69⁹⁹**
1 SEMAINE SEULEMENT

RIDEAUX DE CUISINE
400 modèles en inventaire
En spécial **20%** de rabais en dessus de nos bas prix en magasin.

RIDEAUX BONNE FEMME GRANDEUR AU CHOIX

90 x 45	\$12.99	ch
124 x 63	\$22.99	ch
124 x 81	\$24.99	ch
186 x 63	\$32.99	ch
186 x 81	\$36.99	ch
246 x 63	\$37.99	ch
246 x 81	\$39.99	ch

7 COULEURS

UNE SEULE ADRESSE
3200, rue MASSON
angle 10e Avenue
(sortie St-Michel au sud du bouf. Métropolitain) **722-3585**

Acceptons cheque personnel
OUVERT
lundi au mercredi: 9h15 à 6h
jeudi, vendredi: 9h15 à 9h
samedi: 9h15 à 5h

Au Bon Marché

MÉDECINE D'AUJOURD'HUI

PAR DR W. GIFFORD-JONES (collaboration spéciale)

L'asthme: une réponse allergique

C'est sur l'Atlantique, il y a de cela plus de trente ans, à bord d'un navire transportant des immigrants, que j'ai rencontré mon premier cas d'asthme.

Une infirmière m'avait amené un petit enfant de cinq ans en détresse respiratoire, et tous les deux, nous ignorions ce qui avait précipité l'attaque. Peut-être était-ce la nervosité de quitter un pays ravagé par la guerre, en ne sachant pas de quoi serait bâti le lendemain.

L'asthme est un problème grave qui affecte neuf millions de Nord-Américains, et chez nous, au Canada, 4% de la population souffre de cette maladie chronique qui frappe surtout les moins de vingt ans. Après la quarantaine, les chances de devenir asthmatique sont moindres.

Les causes de l'asthme sont multiples et variées: plusieurs sont allergiques à la poussière, au coton, au poil d'animaux, aux fibres synthétiques ou à la fumée de cigarette, et en présence de ces agents, ils éprouvent de la difficulté à respirer. D'autres ont des crises saisonnières, provoquées soit par le foin, la mauvaise herbe, les algues ou les insectes, mais la plupart du temps, plusieurs de ces facteurs entrent en jeu et se succèdent pour déclencher les crises.

L'humidité n'aiderait pas les asthmatiques

Le British Medical Journal rapportait en 1953 que les crises asthmatiques parmi les passagers des vieux paquebots étaient monnaie courante, parce que, selon le célèbre Journal, les vieux vaisseaux étaient poussiéreux et qu'il y avait en outre présence de poudre désinfectante pour tuer la vermine. Dans certains milieux scientifiques, on pense également que le brouillard et la pluie sont des facteurs prédisposants aux crises d'asthme. Au cas où cette assertion serait vraie, que les voyageurs en partance pour Londres se le tiennent pour dit! Et que ceux qui se dirigent vers San Francisco cherchent refuge dans les montagnes une fois l'humidité du soir descendue sur la ville!

Mais ne modifiez pas pour cela votre itinéraire de vacances parce que les régions chaudes, désertiques, présentent parfois autant de risques pour les sujets atteints d'asthme. En effet, la poussière alcaline du désert irrite les voies respiratoires au même titre que la pluie.

Néanmoins, bon nombre d'asthmatiques ne sont sensibles qu'aux variations de température. Ils se sentent très bien au pôle nord ou sous le soleil torride de l'Arizona, mais adviennent un changement brusque entre le

chaud et le froid, et ils se mettent à souffrir de spasmes bronchiques.

Est-ce à dire que les asthmatiques doivent vivre l'œil rivé au baromètre? Peut-être bien que oui, puisque l'orage dans l'air ne présente rien de bon pour eux.

Le New York Medical Journal décrivait en 1957 l'expérience suivante. Un groupe d'asthmatiques allergiques au pollen prit place dans une pièce stérilisée et différentes conditions atmosphériques furent simulées. Ce sont les chutes de pression barométrique qui les affectèrent le plus.

Plusieurs ne tolèrent pas l'aspirine

En outre, en 1976, des allergistes alléguèrent que de 10 à 20% des asthmatiques ne tolèrent pas l'aspirine; ce médicament déclencherait les crises soit immédiatement après l'absorption, soit quelques heures plus tard.

L'asthme infantile est facile à diagnostiquer; la plupart du temps, d'autres membres de la famille souffrent d'eczéma, de fièvre des foies ou autre allergie. Cependant, chez les adultes, on a quelquefois tendance à confondre l'asthme avec la bronchite chronique. Contrairement à l'asthme, cette dernière maladie est caractérisée par une toux matinale et des expectorations

abondantes, suivies de suffocation, tandis que la crise asthmatique se distingue par la dyspnée en premier lieu.

Il est vital de différencier le diagnostic dans les plus brefs délais afin de prescrire les médicaments appropriés; ainsi, on ne prescrit pas d'antibiotiques à un asthmatique, à moins de la présence d'une infection quelconque.

De plus, tout retard à établir un diagnostic précis repousse l'échéance d'un traitement spécifique pour l'asthme.

L'intal, pour contrôler les crises d'asthme

Même s'il n'existe pas de médicament garanti à 100%, certains remèdes s'avèrent assez efficaces et l'intal est l'un de ceux-là. La prescription d'un traitement dépend bien sûr de la sévérité du cas; on insistera par exemple sur les dérivés de la cortisone pour ceux dont l'état s'aggrave, mais une fois la crise sous contrôle, l'intal aide à prévenir les crises récurrentes. Aujourd'hui, les allergistes s'accordent pour mettre l'accent sur la prévention des attaques, et en plus des produits chimiques, ils préconisent un mode de vie sain et équilibré, un peu d'exercice et surtout l'abstinence de tabac. Et aux amateurs de tourisme, ils suggèrent une autre destination que San Francisco ou Londres!



photo LA PRESSE, Denis Courville

Un jeune boursier ira en stage en Suisse

Un jeune boursier de la Fondation des Amis de l'Art culinaire partira ces jours-ci pour effectuer un stage de perfectionnement en Suisse. MM. Jean Tondreau, directeur général de la Fondation, Théodore Dudli, consul général de Suisse, et Mario Dumesnil, président de la Fondation, étaient venus saluer Réal Pilon avant son départ pour le restaurant Mon Moulin, à Charrat dans le Valais. Fondée en 1963 par la Société des chefs de cuisine et pâtisseries de la province de Québec, cette association a pour but d'aider de jeunes cuisiniers de talent à se perfectionner avant d'entreprendre leur carrière. M. Pilon, cuisinier à l'hôtel La Sapinière, est le onzième boursier de la Fondation.

LES BONS ACHATS de la semaine

AP — dinde surgelée, 99 cents, longe de porc, en côtelettes ou en rôti de filet, \$1.59, épaule de porc fumée, \$1.29, bifteck de palette, \$1.79, rosbif déossé, \$1.99; filet de turbot surgelé, \$1.79; oranges navel, paquet de 18, \$1.59, raisin noir, \$1.59, pommes délicieuses et golden, 49 cents; épinards, 89 cents, concombre anglais, \$1.29, mini-carottes, 50 cents le paquet romaine, 59 cents, pommes de terre NB, \$3.69 les 20 livres, céleri, 68 cents.

COOPRIX — dinde surgelée, cat. ut, 89 cents, cuisses et poitrines de poulet frais, \$1.19 et \$1.49, jambon cuit, \$1.99; pamplemousses, 18 cents, tangerines, 18 cents la livre; céleri, 48 cents, oignons verts, 16 cents le paquet.

DOMINION — poulet surgelé, paquet de 5 livres, cuisses et poitrines, 98 cents et \$1.38, jambonneau, \$1.28, porc haché, \$1.18, dinde surgelée, \$1.08; filet d'aiglefin, \$2.38; raisin noir, \$1.49, oranges Valence, paquet de 5 livres, \$1.99; carottes, 99 cents les 5 livres, avocat, 49 cents, chicorée et escarole, 50 cents, radis, 58 cents.

ECONOPRIX — saumon rose surgelé, \$1.57; pommes délicieuses et Spartan, \$1.07 les 3 livres, poires Bosc, 67 cents; petits oignons à bouillir, \$1.27 les 10 livres.

HYPERMARCHÉ — longe de porc, \$1.18, \$1.38 et \$1.88, bifteck de côtes, \$3.28; filet d'aiglefin frais, \$2.49, morue fumée, \$2.59, merlan frais, \$1.39; melon de miel, \$1.49, fraises, 89 cents; brocoli, 99 cents, champignons, \$1.08 la demi-livre.

IGA — ronde, \$1.98, surlonge, \$2.68, aloyau, \$3.28, boeuf haché mi-maigre, \$1.98, épaule de porc fumé, 98 cents, soc de porc déossé, \$1.78; fraises, 99 cents, raisins noirs, \$1.29, oranges navel, 89 cents; champignons, \$1.09, la chopine, épinards, 69 cents, oignons verts, 23 cents, chicorée et escarole, 49 cents la livre.

L'EQUIPE — jambon, \$1.08, foie de boeuf, 98 cents, soc déossé, \$2.18; filet de sole surgelé, \$2.68; raisin noir, \$1.29; concombre anglais, 99 cents, navel, 15 cents la livre.

METRO — ronde, \$2.38, surlonge, \$2.98, aloyau, \$3.28, jambonneau, 98 cents, boeuf haché maigre, \$2.28; truites surgelées, 10 onces, \$1.99; fraises, 88 cents, raisin vert, \$1.49, pommes délicieuses, 55 cents, pamplemousses, 5 livres, \$1.79; chou-fleur, \$1.19, céleri, 55 cents, laitue Boston, 45 cents, carottes, \$1.35 les 5 livres, chou vert, 29 cents.

PROVIBEC — ronde, \$2.18, surlonge, \$2.68; pamplemousses, 18 cents, poires Bartlett, 67 cents; céleri, 47 cents, carottes Q., \$1.27 les 5 livres, épinards, 67 cents.

PROVIGO — poulet surgelé, 95 cents, boeuf haché ordinaire, \$1.29; filet d'aiglefin surgelé, \$1.79; oranges navel, 99 cents, raisins noirs, \$1.29; champignons, \$1.08 la demi-livre, concombre anglais d'Ont., \$1.08 mini-carottes, 39 cents le sac.

RICHELIEU — palette, \$1.28, côte croisée, \$1.98 rosbif et bifteck de côté, \$3.08 et \$3.48, boeuf haché mi-maigre, \$1.98, boeuf déossé, \$2.28; filet d'aiglefin surgelé, \$2.38, filet de morue surgelé, \$1.69; oranges navel, \$1.19, raisins noirs, \$1.39, cantaloup, 69 cents; concombre anglais, 98 cents, laitue, 49 cents.

STEINBERG — ronde, \$2.28, palette, \$1.38, côte croisée, \$1.88, surlonge, \$2.98, boeuf haché maigre, \$2.28, aloyau, \$3.38, boeuf déossé, \$2.28, bifteck de côtes, \$3.48, foies de poulet surgelés, 59 cents; filet de sole surgelé, 20 onces, \$3.49; oranges Valencia, 15 cents, melon de miel, \$1.49; artichauts, 59 cents, concombres d'Ontario, 88 cents, chou vert, 25 cents la livre, oignons verts, 23 cents la botte.

Un bouddha de 3 mm

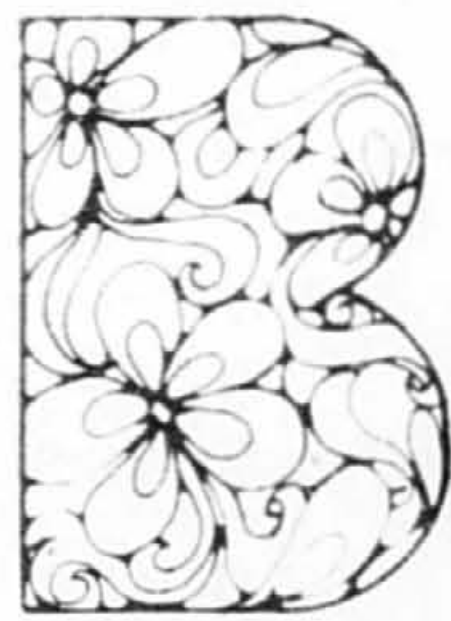
(AFP) — La plus petite statue de Bouddha en ivoire du monde mesure trois millimètres de haut.

L'agence Chine Nouvelle a fait état de ce prodige de la sculpture miniature réalisée par un artiste de 32 ans, Shen Weizhong. Les doigts de la statue du bouddha de Shen sont aussi fins que des cheveux et ses traits souriants ne peuvent être distingués qu'à l'aide d'un microscope grossissant cinquante fois. Shen est coutumier de telles prouesses. L'an dernier, il a réussi à graver cinquante caractères chinois et quatre-vingts lettres romaines sur un cheveu d'un centimètre de long.

4490 est. rue Jean-Talon
Montréal
725-9175

3100 ouest. rue Notre-Dame
Lachine
637-1102

1720, boul. des Laurentides, Laval
667-3129



La maison du tissu

ou l'on trouve le plus grand choix de tissus de qualité... au plus bas prix!

BOUCLAIR

3345, boul. des Sources
Dollard-des-Ormeaux
683-4711

124, boul. Taschereau
Greenfield Park
672-4372

115 cm (45") «IMPRIMÉES COTONS CHARMANTES»

65% polyester, 35% coton, lavable en machine. Delicats impressions fleuries sur fond blanc ou pastel; tissu parfait pour vêtements élégants ou décoration d'intérieur.

Prix cour. BOUCLAIR \$4.99 le mètre

MAINTENANT \$3.99 le mètre

115 cm (45") MADRAS

Dernier cri 100% coton importé des Indes, lavable à la machine, très bonne sélection de teintes à la mode, idéal pour robes, jupes, vêtements sport.

BOUCLAIR Prix ord. \$5.99 le mètre

MAINTENANT \$4.99 le mètre

115 cm (45") CALICOS «NEW BEDFORD»

Coton 100% perma-press, lavable en machine. Une sélection incroyable de plus de 50 motifs ravissants, dans une galaxie de coloris pour des créations à la mode ou décoration d'intérieur.

Prix cour. BOUCLAIR \$4.99 le mètre

MAINTENANT \$3.99 le mètre

TISSU DE MARIAGE

LÉNO, CHIFFON, SATIN, PEAU DE SOIE, GEORGETTE, CRÈPE et VOILES pour la plus ravissante des mariées et sa suite. Tissus imprimés et unis, en blanc ou pastel; choix d'impressions et de tissus: polyester et coton.

Prix cour. BOUCLAIR \$3.99 — \$8.99

MAINTENANT 20% de réduction

OUILLETS ET DENTELLES

Une ravissante sélection de OUILLETS et DENTELLES DÉLICATES simples ou matelassées. Vous les utiliserez pour confectionner de charmantes toilettes ou d'élégantes créations pour décorer votre intérieur. Choix de blanc, écru, pastel, guingans, etc. Tissus divers: polyester, nylon et coton.

Prix cour. BOUCLAIR \$7.75 — \$14.99 et plus

MAINTENANT 20% de réduction

115 cm (45") VOILE FLOCHE «SWEETHEART»

50% polyester, 50% rayonne, tissu résistant, délicat, dans les tons doux pastel. Motifs floraux variés pour vêtements de mariage, vêtements d'été, enfants, robes et pour décoration intérieure.

BOUCLAIR Prix cour. \$4.99 le mètre

MAINTENANT \$3.99 le mètre

115 (45") GEORGETTE IMPRIMÉ «JESSICA»

100% polyester, lavable à la machine, motifs fleuris ou abstraits, dans les nuances les plus en vogue, pour robes et blouses.

BOUCLAIR Prix ord. \$8.99 le mètre

MAINTENANT \$6.99 le mètre

«BONANZA» DE TISSUS PRINTANIERS

PENDANT 4 JOURS SEULEMENT Mercredi - jeudi - vendredi - samedi 25-26-27-28 mars

115 cm (45") COTON DERNIER CRI «BONBON SATINÉ»

65% polyester, 35% coton. Une sélection exclusive de motifs fleuris ton sur ton, de fond blanc ou pastel, pour les heures élégantes et la décoration d'intérieur.

Prix cour. BOUCLAIR \$5.99 le mètre

MAINTENANT \$4.99 le mètre

150 cm (60") POPELINE «PAULINE»

50% polyester, 50% rayonne, lavable à la machine, tissu durable pour ensembles, jupes, vestes, etc., plus de 20 nuances, classiques, neutres ou pastel.

BOUCLAIR Prix cour. \$8.99 le mètre

MAINTENANT \$7.99 le mètre

115 cm (45") COTON RUSTIQUE «FILLETTE-GUINGAN»

50% polyester, 50% rayonne, perma-press, lavable en machine. Impressions fleuries ou motifs dernier cri sur fond de guingan, en 9 coloris en vogue.

Prix cour. BOUCLAIR \$3.99 le mètre

MAINTENANT \$3.19 le mètre

150 cm (60") RATINE TRILOBAL RATINE BRILLANTE TRILOBAL

100% polyester, lavable en machine. Choix de 20 nuances; un tissu élégant pour robes, jupes, tenues de bain, etc.

Prix cour. BOUCLAIR \$6.99 le mètre

MAINTENANT \$5.99 le mètre

20% DE RÉDUCTION SUR TOUT NOTRE STOCK DE DRAPERIES

115 cm (45") COTON IMPRIMÉ COORDONNÉ «ETCH & SKETCH»

100% coton, lavable à la machine, motifs fleuris convenant pour nombreux usages: vêtements ou décoration d'intérieur. Choix de vert menthe, rouge, bleu, noir et brique.

BOUCLAIR Prix cour. \$4.99 le mètre

MAINTENANT \$3.99 le mètre

Des livres... alimentaires

Trois titres alimentaires viennent d'être publiés aux éditions Desclé, trois sujets traités avec plus ou moins de bonheur.

«Les 73 tisanes» ont ce petit côté guilleret qui sied bien aux herborisants. L'idée de faire des

FRANÇOISE KAYLER

Infusions avec les Simples qui poussent un peu partout sur la terre est vieille comme le monde. Les boissons gazeuses et les liqueurs douces ont éclipsé les tisanes. Mais le vent de retour à la nature les fait revenir. L'auteur ne pose pas à l'herboriste. Il se contente de présenter simplement quelques plantes commu-

nes en donnant brièvement le portrait de leurs vertus. S'il faut en croire ses dires («les meilleures plantes médicinales sont, pour chacun de nous, celles qui croissent dans les lieux mêmes où nous habitons habituellement») chacun de nous se précipitera bientôt chez le grainetier pour faire pousser sur son balcon l'herbe de ses tisanes. (\$4,95).

«Je fais mon pain» fait partie de la collection Jeunesse. L'illustration de la couverture peut faire croire qu'il s'agit d'un livre pour enfants. Il n'est pas interdit aux adultes d'en suivre les recettes. Ils obtiendront certainement de meilleurs résultats que les mitrons. Du pain d'Afrique au pain ture l'auteur fait un petit tour du monde en pétrissant la

pâte. L'idée est amusante. L'ennui, c'est que les recettes semblent venir directement d'un livre français. Les mesures de volume sont données en décilitres et en centilitres, ce qui est beaucoup plus logique que notre façon de tout convertir en millilitres. Il faudra les reconvertir en multipliant par cent ou par dix. La conversion sera plus difficile pour la levure, les recettes n'utilisent que de la levure fraîche. Partant de ces constatations on peut déduire que le choix de la farine posera quelques difficultés. Celle que les Français utilisent n'a pas la même lourdeur que la nôtre. (\$4,50)

«Le classique du thé» est un livre sérieux, et même parfois austère, qui dépasse la simple consommation de cette infusion

millénaire. Ceux qui cherchent des recettes et des modes d'emploi ne trouveront rien dans ces pages. Cet ouvrage est une traduction du premier ouvrage oriental écrit sur le thé. Son auteur, Lu Yu, attire l'attention vers l'antiquité et les propriétés du thé. Son traité contribua certainement à développer les significations profondes qu'il a, aujourd'hui, pour l'Orient. Parce que nous, Occidentaux, avons partagé le breuvage pendant si longtemps, il est bon aussi de commencer à partager ce qui est écrit sur cette boisson et sa mystique. Écrit au VIIe siècle, ce Classique du thé, traduit d'abord en anglais puis en français, veut être un lien de rapprochement et de compréhension entre l'Orient et l'Occident. (88 \$)

«Les fromages» font partie de la collection les Grands cahiers de la gastronomie de P.A.F.

L'été. Si le livre ne portait pas en sous-titre «de la grande cuisine à base de fromages» on aurait pu croire que les «Grands cahiers» ne voulaient que qualifier le format de l'ouvrage, sans autre prétention. Les recettes ramassées là ne justifient pas que l'on puisse parler de cuisine. Elles sont nombreuses, certaines sont ingénieuses, mais aucune ne révolutionnera l'art culinaire. Elles ont, par contre, le mérite de vouloir présenter des plats nourrissants grâce à un ingrédient souvent négligé. Les auteurs auraient eu intérêt à consulter des organismes spécialisés. Ils auraient présenté le fromage avec plus de précision et moins d'erreurs. Résumer toute la production fromagère en ne distinguant que deux catégories de fromage, les pâtes molles et les pâtes dures, est trop simpliste pour être vrai. (\$3,95).

Colloque Sartre à New York

(AFP) — Un colloque Jean-Paul Sartre aura lieu le mois prochain dans deux universités de New York, près d'un an après la mort du philosophe français.

La Columbia University et la New York University ont précisé qu'il s'agissait de la «première grande retrospective sur la vie et l'oeuvre de Jean-Paul Sartre» depuis la mort le 15 avril 1980 du «plus grand philosophe du 20e siècle».

Le colloque organisé en coopération avec la mission culturelle française à New York sera ouvert à tous. Il se tiendra dans des locaux des deux universités du 1er au 4 avril 1981.

MEUBLES NON PEINTS • MATELAS • ROTIN

PRIX DE LA MANUFACTURE

Ensemble pro-ferme orthopedic
25 ans de garantie
2 MCX NOTRE PRIX

60" **\$339**
courant \$459

54" **\$299**
courant \$359

39" **\$249**
courant \$329

Matelas aussi, se vend séparément

BIBLIOTHEQUE
ENSEMBLE DE CUISINE
TETE DE LIT BRASS
MOBILIER DE CHAMBRE

LIT CAPITAINE \$94⁹⁵

SECRÉTAIRE
Modèle antique
SPÉCIAL \$249⁹⁵

ENSEMBLE ORTHO-REST FERME

54" 2 mcx **\$139** courant \$189 39" 2 mcx **\$109** courant \$159

PLUSIEURS AUTRES AURAIENT EN MAGASIN

LES PROFESSIONNELS DU MATELAS

JOLIETTE
38 Place Bourget Nord
759-3430

MONTREAL
4801, rue Papineau (coin Gifford)
523-5562

Commandes téléphoniques

LA SUPER VENTE

BERNINA

Juste à temps pour vos toilettes de printemps.
Profitez de ces achats incroyables.

ÉPARGNEZ \$130

Incredible, obtenez une Bernina bras libre automatique avec points utilitaires entièrement fabriquée en Suisse.

La machine à bras libre idéale pour la couture, le reprises, le zig-zag et tous les points utilitaires automatiques, points invisibles, couture serpentine, couture universelle, couture stretch et vari-overlock, exécution des boutonnières automatiques de qualité excellente, aussi elle est totalement garantie. Bien entendu vous recevrez une très jolie mallette. INCLUS elle possède MOTEUR ET PEDALE ELECTRONIQUE POUR PLUS DE PUISSANCE DANS VOS TRAVAUX DIFFICILES.

\$799

SUPER PRIX

Prix ord. \$929



OMEGA

L'OMEGA 420 est un bras libre qui promet de rendre plus vite tous vos travaux de couture. Des lignes attrayantes avec un panneau décoratif simplifié, un hoyer, combinés à une construction moderne font de cette machine à coudre zig-zag une valeur de la plus haute qualité. L'OMEGA 420 offre en plus un bouton-poussoir de recul et de jolies broderies manuelles. Elle raspe, raccommode, pose les boutons et exécute des boutonnières avec aisance. Une boîte complète d'accessoires est incluse.

Modèle 420 automatique avec point invisible et point entasseable incorporé.

\$159

SUPER SPECIAL tête seulement
GARANTIE TOTALE

La nouvelle OMEGA 2270 totalement automatique est programmée pour vous offrir des points parfaits avec une invariable simplicité d'opération. Tous les points desués sont incorporés. OMEGA 2270 vous offre la boutonnière automatique, nul besoin de tourner le tissu, le point écart et zig-zag, points extensibles, overlock simple et double, point plume, point unisexe et point invisible. Elle coud à deux aiguilles, reprise et pose les boutons. C'est un plaisir de coudre avec l'Omega 2270. Une boîte d'accessoires complète est incluse.

\$249

SUPER SPECIAL tête seulement
GARANTIE TOTALE

Demandez à voir nos spéciaux sur les meubles disponibles

5971, rue St-HUBERT entre boul. Rosemont et Bella-chasse Tel.: 272-8641	68, rue GREGOIRE Saint-Jean, Québec Tel.: 1-348-3712	5977, rue BELANGER Est coin Lacordaire Montréal Tel.: 259-2547	22, CHEMIN OKA Saint-Eustache, Québec Tel.: 473-6979	1580, rue NOTRE-DAME Lachine, Québec Tel.: 634-9850
25A, rue SEIGNEURIALE Saint-Bruno, Québec Tel.: 653-8613	3269 est, rue ONTARIO Tel.: 526-1694	286, rue SAINT-CHARLES Dorion, Québec Tel.: 455-4019	5245, boul. COUSINEAU Saint-Hubert, Québec Tel.: 678-9983	220 est, rue RACHEL Montréal, Québec Tel.: 842-3008

C'est le printemps... au Carrefour Laval!

On y respire déjà le parfum de fleurs printanières...
On y sent l'atmosphère... on y entend le bourdonnement...
le bourdonnement se dégageant de nos 125 magasins
et boutiques déjà prêts à vous offrir le Choix
dans une gamme de prix variés pour vos cadeaux
de Pâques.

Pour les petits, et c'est gratuit!

- La Ferme du Carrefour
avec plus de ses 100 animaux vivants. Mail central.
- Le Parc de Jeannot Lapin
Mail Eaton.
- Le Jardin des Dais.
Mail Simpson.
- Le Potager de Madame Lapin
Mme. Mail Steinberg
Miracle Mart.
- Et tout ce des petits, 26 mars
et jusqu'au 21 avril. Ouvert le
dimanche - 14h à 16h.

C'est le Printemps.
Venez
le fêter avec nous!



LE CARREFOUR LAVAL

AUTOROUTE DES LAURENTIDES
SORTIE 10
BOULEVARD LE CARREFOUR

125 MAGASINS
EATON • SIMPSONS • STEINBERG
MIRACLE MART • PASCAL • CANADIAN TIRE

boiteau luminaire

Embellit la lumière



A - 69187 Diam. 17"

SPECIAL \$92⁹⁵



B - 175125 Diam. 12"

SPECIAL \$63⁹⁵

Dotez-vous d'une ambiance chaude et agréable...

...grâce à ces magnifiques luminaires suspendus, de bois et rotin rehaussés de latton antique, qui vous sont offerts à prix spécial! Passer les voir au magasin. Amplies en sus.

FINISSANT LE 4 AVRIL

6525 BOUL. DÉCARIE, MONTRÉAL, 735-4631 — LES GALERIES D'ANJOU, 352-8231
CENTRE 2000, HYPERMARCHÉ LAVAL, 688-5080
CARREFOUR LAVAL, 687-1304 — MAIL CHAMPLAIN, BROSSARD, 671-0656




Harrison

PRÉVISIONS pour vos décorations PRINTANIÈRES pour votre chambre à coucher...



20% DE RABAIS

SPÉCIAL D'INTRODUCTION PRIX RÉDUITS SUR ENSEMBLES DE DRAPERIES ET COUVRE-LITS "FANTAISIE"

Nouveauté printanière. Superbes motifs à oeillets avec frange en dentelle, disponible dans un immense choix d'attrayantes couleurs. Les couvre-lits sont entièrement piqués et les rideaux sont de style bonne femme. Ces articles sont entièrement lavables. Aucun repassage n'est requis.

COUVRE-LITS		RIDEAUX COORDONNÉS	
* Simples	Rég \$ 84.99 SPÉCIAL \$67.99	190 x 63	Rég \$87.99 SPÉCIAL \$70.40
* Doubles	Rég \$ 94.99 SPÉCIAL \$75.99	190 x 81	Rég \$99.99 SPÉCIAL \$79.99
* Queens	Rég \$119.99 SPÉCIAL \$95.99		
* Cache-oreillers	Rég \$ 22.99 SPÉCIAL \$18.99		

* Commande spéciale seulement

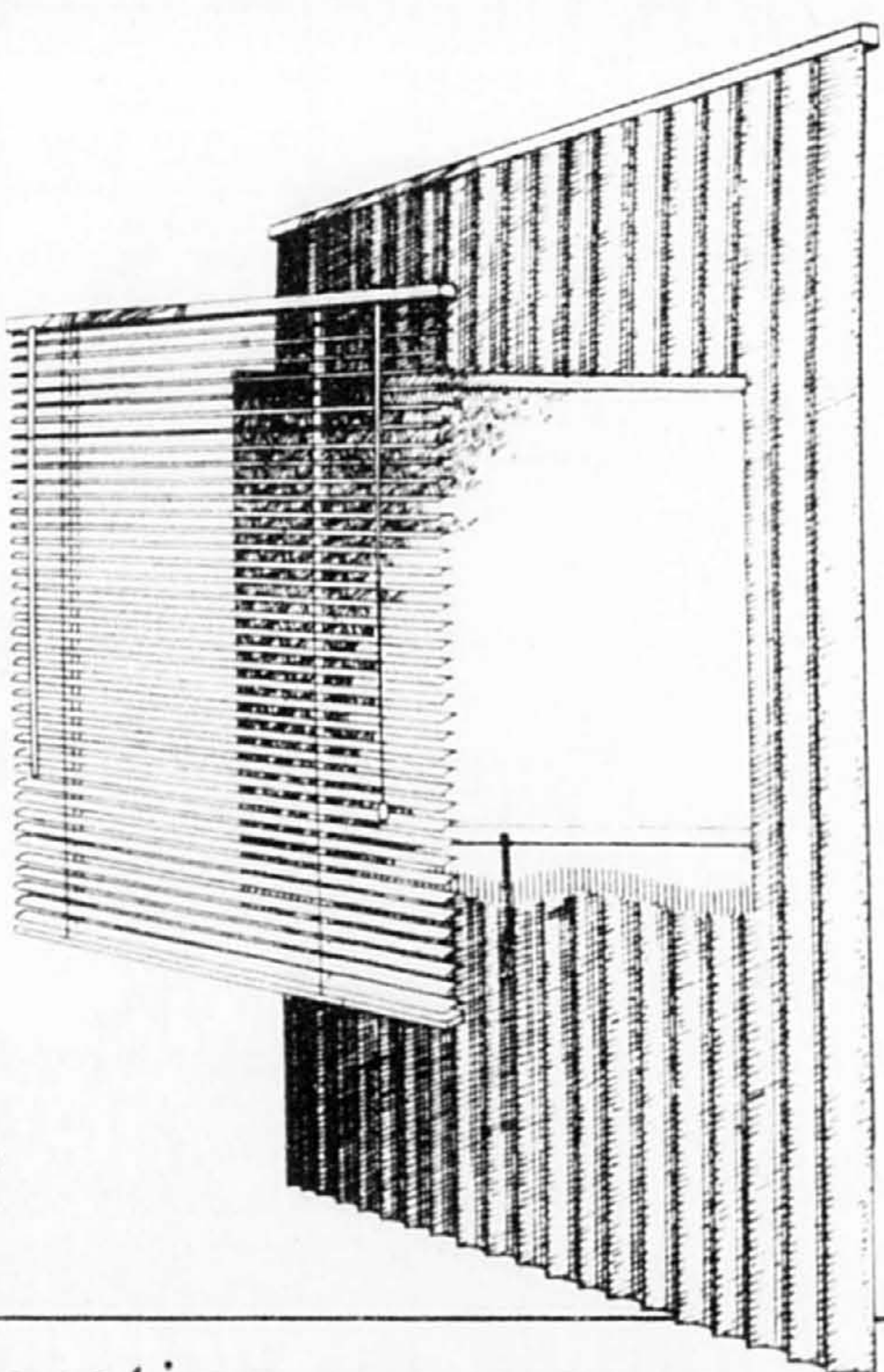
pour la décoration de vos fenêtres...

25% DE RABAIS

- STORES VERTICAUX
- STORES VÉNIITIENS
- TOILES DE FENÊTRES

FAITS SUR MESURE

Un excellent moyen de donner à vos fenêtres un cachet d'élégance. Nous vous offrons ces marchandises dans de magnifiques styles ainsi que couleurs. De plus nous vous les confectionnerons sur mesure selon vos spécifications. Nous disposons de la plus vaste gamme sur le marché. Commandez maintenant et épargnez 25% sur nos prix réguliers.

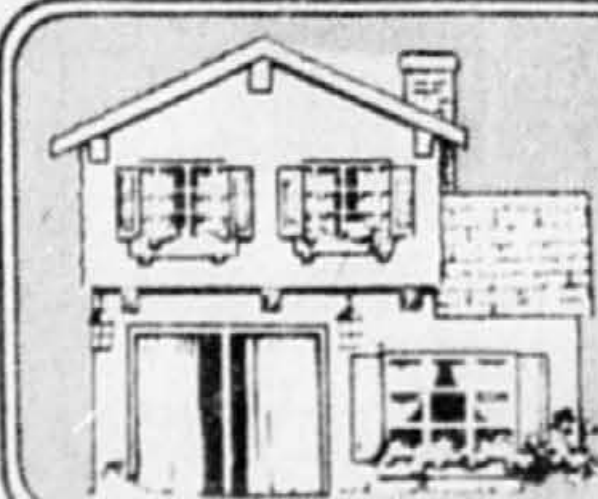


pour une décoration sur mesure...

CONFECTION GRATUITE DRAPERIES FAITES SUR MESURE

Choisissez parmi la plus vaste et la plus élégante sélection de tissus de draperies en ville. Nous avons de quoi satisfaire tous les goûts ainsi que tous les budgets. Commandez dès maintenant et vous ne paierez que pour le matériel. Nous nous occupons du reste.

* Commandes pour plafonds cathédrales ou en pentes, valences découpées. Rideaux à volants et velours ne sont pas sujets à cette offre.



Service à Domicile Gratuit

RÉSIDENTIEL • COMMERCIAL

Un représentant en draperies se fera un plaisir de venir vous rendre visite, chez vous, le jour ainsi qu'à l'heure qui vous conviennent (soirées et fins de semaines compris). Il prendra les mesures précises de vos fenêtres en plus de vous aider dans le choix de votre décor. Le tout sans frais et sans aucune obligation d'achat de votre part.

735-4775

CENTRE D'ACHATS BOULEVARD	722-1342	CENTRE CHATEAUGUAY	691-2561	PLACÉ VERTU	334-7861
CENTRE CÔTE-ST-LUC	489-5911	CENTRE FAIRVIEW	695-3156	MAIR. CHAMPLAIN	671-1523
CENTRE DORVAL	631-6921	LES GALERIES D'ANJOU	353-6740	CARRÉFOUR DU NORD	436-8626
CENTRE JACQUES-CARTIER	677-2002	NEWMAN PLAZA	365-1360	CENTRE ST-MARTIN	687-3914
CENTRE FOREST	322-8810	POINTS-AUX-TREMBLES	645-0281	980 RUE NOTRE-DAME, LACHINE	634-6487
PLACÉ ST-BUSCHÉ	473-0911	MAIR. MONTENACH	276-3772	CARRÉFOUR RICHELIEU	389-2252
CENTRE ROCKLAND	739-3421		464-2690		

LOCATAIRES ET PROPRIÉTAIRES

Quand un propriétaire peut-il entrer dans un logement?

—7—

Plusieurs cas peuvent se présenter, ou le propriétaire serait désireux d'avoir accès au logement du locataire.

Il pourrait, en effet, vouloir en vérifier l'état, y exécuter une réparation mineure ou le faire visiter à un acquéreur éventuel. Bien que cela soit très normal, il lui faut

quand même envoyer au locataire un avis écrit de 24 heures. Précisons par parenthèse que la visite qu'il peut faire pour se rendre compte de l'état du logement est son droit le plus strict: il devra cependant veiller à ne pas l'exercer abusivement. L'avis de 24 heures est obligatoire. Il va de soi que lorsque le logement

est à louer ou qu'il y survient une urgence, le propriétaire est exempté de cette obligation, mais la courtoisie élémentaire devrait l'inciter à prévenir le locataire de sa visite.

De son côté, le locataire peut refuser l'accès à son logement si la visite doit avoir lieu avant 9h ou après 21h, mais il doit y consentir en cas

d'urgence. Il peut également refuser si le propriétaire ou son représentant n'accompagne pas le locataire ou l'acquéreur éventuel pendant la visite.

D'autre part, le locataire qui a décidé de déménager doit permettre à son propriétaire d'afficher à louer, dès qu'il a donné avis indiquant son

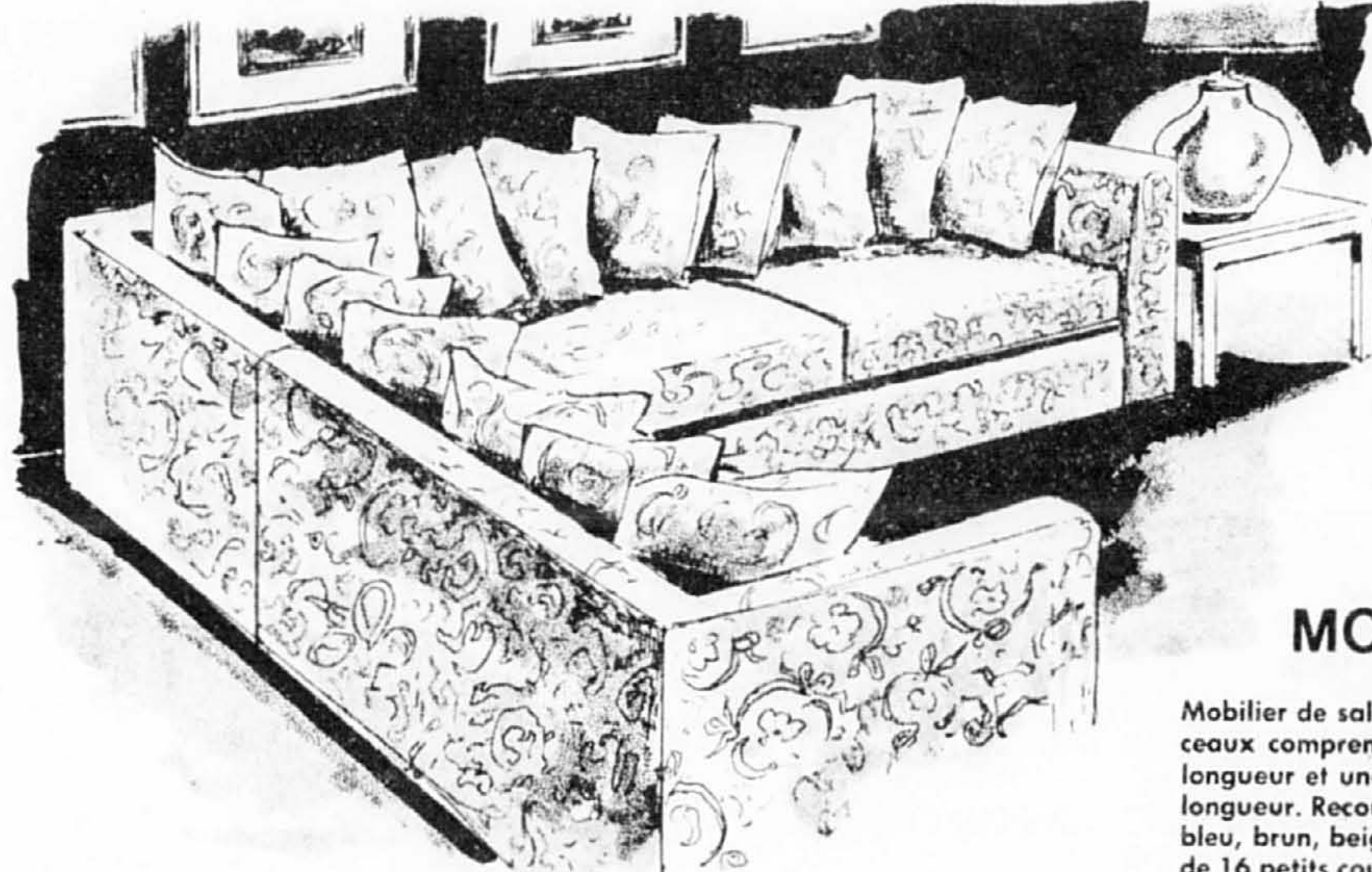
intention de déménager.

Enfin, on est prié de noter qu'on ne peut changer les serrures d'un logement sans le consentement mutuel du propriétaire et du locataire.

Ces renseignements vous sont fournis par la Direction générale des communications de la Régie du logement.

ENSEMBLE MODULAIRE

Valiquette
c'est la solution



MODERNE

Mobilier de salon genre sectionnel 2 morceaux comprenant: sofa 3 places 91" de longueur et une causeuse un bras 60" de longueur. Recouvert d'un tissu imprimé de bleu, brun, beige et rouille. Le dossier fait de 16 petits coussins.

Ord. 699.
SPÉCIAL 499.

MODERNE

Valiquette
c'est la solution



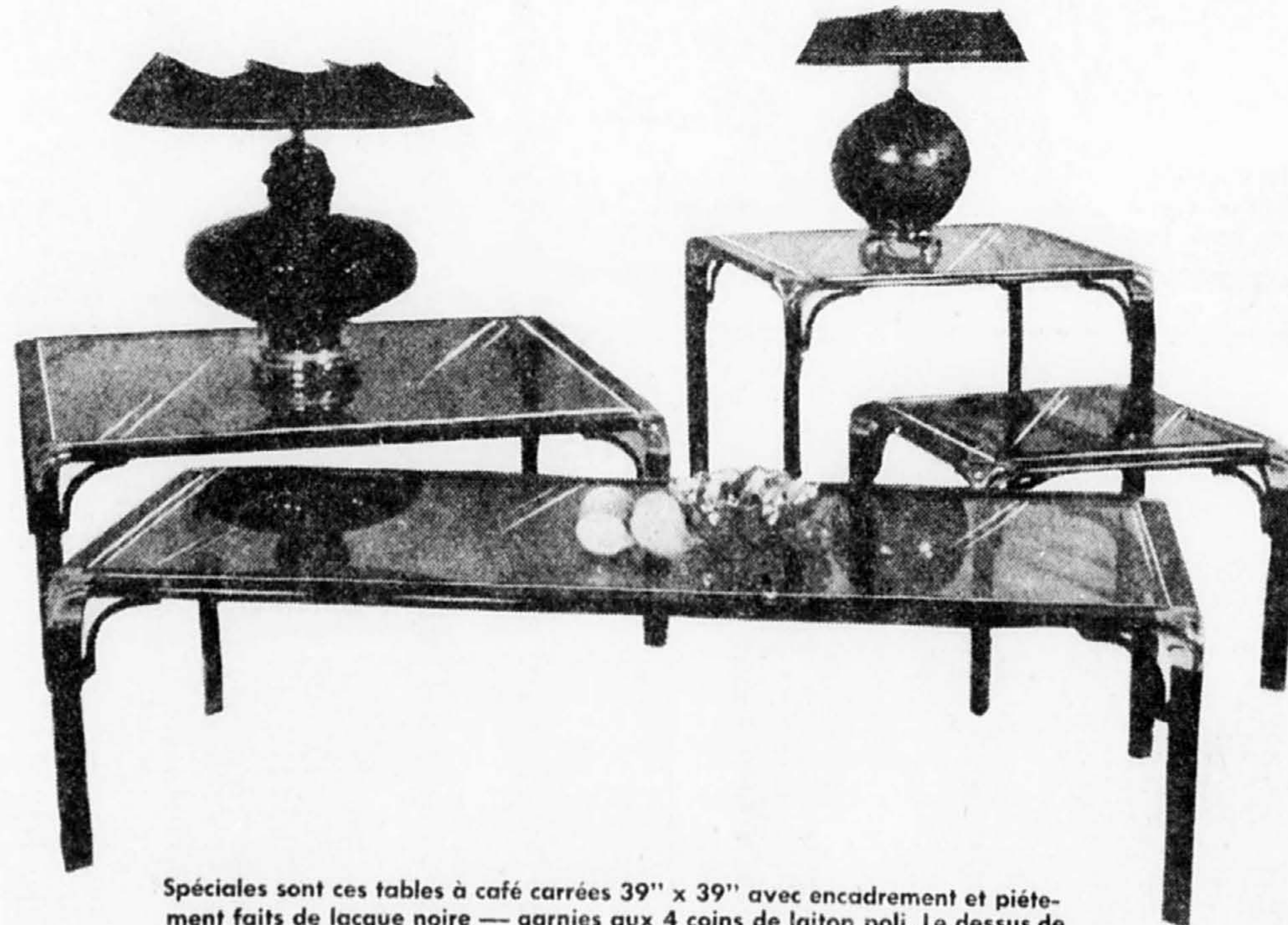
MOBILIER DE SALON:

Pratique et toujours beau!

Magnifique sectionnel 5 morceaux comprenant: 3 coins ronds et 2 chauffeuses. Il est recouvert d'un joli tissu en toile de lin beige.

1er étage

5 mcx. Prix régulier 2,200 SPÉCIAL 1,995.



Spéciales sont ces tables à café carrées 39" x 39" avec encadrement et piétement faits de laque noire — garnies aux 4 coins de laiton poli. Le dessus de la table est de verre clair biseauté.

Prix: 419.

Aussi disponible:

table-sofa: 57" x 17" (non illustrée) Prix: 419.

Table de bout 23" x 27" Prix: 319.

Table à café rectangulaire 55" x 25" Prix: 319.

Table d'appointée 21" x 21" Prix: 279.

Rez-de-chaussée

N.G. VALIQUETTE LTÉE, 510 EST, STE-CATHERINE • 842-8811

Petites nouvelles des vins

■ Jusqu'à maintenant les seuls vins «cacher» (Kosher) disponibles ici étaient des vins importés. Producteur de vins, le Québec est aussi devenu producteur de vins qui portent l'approbation de la Communauté juive.

La maison Verdi, sous la marque Kineret, vient de mettre sur le marché quatre vins vinifiés selon les méthodes traditionnelles, en n'utilisant que des raisins frais importés, et sous surveillance rabbinique. Ces vins issus de la récolte 1980 ont été élaborés en respectant des lois religieuses strictes à tous les niveaux de leur production. La contre-étiquette de chaque bouteille porte la signature du Rabbin P. Hirszprung.

Soixante mille gallons ont été mis en bouteilles. Deux rouges et deux blancs sont disponibles dans toutes les succursales de la SAQ, deux secs et deux demi-secs.

■ La Californie fait parler d'elle. Ses vins se sont classés avec prestige dans de grandes dégustations internationales. A Montréal, l'Institut vinicole de Californie organisait en février dernier une grande dégustation présidée par le consul général des États-Unis où une cinquantaine de crus étaient offerts à la dégustation.

Mais, de façon pratique, seuls ceux qui allaient faire un tour de l'autre côté de la frontière pouvaient vraiment savoir ce que renferment les bouteilles californiennes. La SAQ vient d'ajouter sept nouveaux vins aux cinq qui existaient sur le marché québécois, deux blancs et cinq rouges. Les maisons californiennes représentées ici seront donc: Ernest et Julio Gallo, Inglenook Vineyards, Christian Brothers, Almaden, LeBlanc Vineyards, Paul Masson et Guasti. Les prix varient entre \$4.40 et \$6.60, la majorité se situant dans la première tranche.

■ Un Salon mondial des vins et des spiritueux, VINEXPO se tiendra pour la première fois cette année à Bordeaux. Cet événement aura lieu dans le cadre de la Semaine mondiale du vin et des spiritueux du 22 au 26 juin.

Plus de cent maisons françaises ont confirmé leur présence à VINEXPO offrant ainsi aux visiteurs un éventail représentatif de la production nationale. Plusieurs maisons étrangères ont retenu cette date. On cite déjà, Mondavi et Almaden des États-Unis, Casa Pedro Domeco du Mexique, Lungarotti et Ruffino d'Italie, Bodegas Lan, Bodegas Campo Viejo de Savin d'Espagne.

Parallèlement à ce Salon mondial se tiendra une exposition internationale des matériels de vinification et d'équipement de caves.

Plusieurs autres manifestations seront attachées à cet événement. Une exposition sur les techniques de vinification traditionnelles en Bordelais se tiendra au Musée d'Aquitaine; une journée d'étude organisée par l'Institut international des vins et spiritueux se déroulera sous le thème «La promotion des vins et spiritueux en libre service» et les responsables des grands réseaux de distribution de plusieurs pays y sont attendus...

FRANÇOISE KAYLER

■ Le numéro d'avril du mensuel américain **Consumer Reports** est tout entier consacré aux voitures.

On y apprend, par exemple, ce qu'une voiture ayant fait un millage moyen coûtera annuellement en réparations: \$115 pour

JEANNE DESROCHERS

un modèle 79, \$200 pour un modèle 78, \$260 pour un modèle 77, \$295 pour un modèle 76, \$335 pour un modèle 75. Il ne faut pas oublier qu'il s'agit d'une moyenne en dollars américains, dans les garages américains. Une voiture qui roule beaucoup pourra coûter deux fois plus.

La revue tente d'estimer la fiabilité des voitures, en compilant la fréquence des réparations rapportées par ses lecteurs. Une voiture très fiable, comme la BMW 320i est chère à réparer, alors que la Volare va souvent au garage, sans coûter plus cher que la moyenne établie pour l'ensemble des voitures.

Fait étonnant, 90 p. cent des Américains négligent ou refusent d'utiliser la ceinture de sécurité.

Consumer Reports a un conseil pour les automobilistes qui ne peuvent pas se procurer d'es-

Consumer Reports: un numéro spécial sur l'auto

sence super sans plomb: il faut utiliser moitié-moitié de la super avec plomb, avec de la régulier sans plomb. On fait le plein de ce mélange chaque fois, ou alors on le fait une fois sur trois, et les deux autres fois on utilise la super avec plomb.

Un enquêteur a découvert, en cherchant un peu, qu'il pouvait payer à la banque un intérêt de 15 à 18 p. cent, selon les succursales, et à peu près les mêmes variantes chez le détaillant.

Les intérêts élevés peuvent en effet inciter le détaillant à offrir un mode de financement intéressant, pour éviter de payer lui-même de forts intérêts pour la période où les voitures sont immobilisées chez lui. Pour la même raison, il peut offrir une bonne aubaine sur une voiture en stock, plutôt que de vous encourager à commander celle de votre choix.

Entre 15 et 18 p. cent, il y aura évidemment une bonne différence sur le prix total, mais la différence sera encore plus grande si on étend les paiements sur 5 ans, par exemple, plutôt que sur 3 ans.

A 15 p. cent, un emprunt de \$7,000 coûtera \$243 par mois, et un total de \$1,736 d'intérêt, si l'emprunt est réparti sur 3 ans. Si l'emprunt est réparti sur 5 ans, le paiement mensuel sera de \$167, et l'intérêt total de \$2,992.

A 18 p. cent, le même emprunt de \$7,000 coûtera \$253 par mois, et \$2,111 d'intérêt total, réparti sur 3 ans: alors que sur 5 ans, le paiement sera de \$253 par mois, et l'intérêt dépassera la moitié du prix de l'emprunt, soit \$3,665.

Les économiques

Les petites voitures jugées les plus économiques par Consumer Reports sont la Rabbit, la Toy-

ota Corolla, la Toyota Corolla Tercel, la Mazda GLC, la Honda Civic et la Chevrolet.

Economiques, mais chères à l'achat: la Audi 4000, la VW Dasher, la Toyota Corona, la Mazda 626 et la Honda Accord. Les nouvelles voitures américaines à traction avant, série X pour GM et série K pour Chrysler sont jugées chères d'entretien.

Le numéro spécial sur les voitures donne aussi une liste de voitures usagées à préférer, et une liste à éviter.

A la question d'un lecteur sur la consommation d'huile, les spécialistes répondent qu'une pinte d'huile devrait durer au moins 1000 milles, pendant les premiers 50,000 milles de la voiture. Il semble que la Rabbit a la réputation d'être particulièrement vorace, et qu'on peut y remédier avec des valves mieux scellées, une réparation qui coûte, en dollars américains, entre \$170 et \$200.

BARRES À RIDEAUX — STORES — ACCESSOIRES — TISSUS POUR TENTURES

FÊTONS LE MOIS NATIONAL DE LA COUTURE

FABRICVILLE

LE PLUS IMPORTANT DISTRIBUTEUR DE TISSUS ET TENTURES AU CANADA

25-30 mars

SOLDES

FOUS - FOUS - FOUS!

\$298

la verge

échantillons de lin assortis importés des États-Unis, de 1 à 10 verges 60". Certaines pièces comportent de légers défauts.

Comparez à \$6.98 - \$8.98

45" POLY-SATIN DOBBIES ASSORTIS \$198 la verge	MOLLETON POUR VÊTEMENTS DE JOGGING TON GRIS \$298 la verge	60" BOUCLÉ \$198 la verge	45" OXFORD POUR CHEMISES \$199 la verge
60" VELOURS EXTENSIBLE \$798 la verge	60" ÉPONGE RAYÉ EXTENSIBLE \$298 la verge	45" Des milliers de verges de mélange polycoton imprimé ou uni \$250 la verge	AINSI QUE DE NOMBREUX PRIX RÉDUITS NON ANNONCÉS

PERSONNE NE VOUS OFFRE UN SOLDE IDENTIQUE À CELUI DE FABRICVILLE

WEST ISLAND 2050, boul. Saint-Régis Dorval, Québec H9P 1H6 683-4550	SAINT-LAURENT 1240, boul. Laurentien Saint-Laurent H4R 1S8 334-0910	RIVE SUD 605, boul. Taschereau Greenfield Park 672-6884	MONTRÉAL 7760 e., rue Sherbrooke Montréal, Québec H1L 1A5 354-0090	CHOMEDEY 1205, boul. Labelle Chomedey, Laval H7U 2V5 688-1039	LASALLE 1665, av. Dollard LaSalle 365-8045
--	--	---	---	--	--

DENTELLES — COLS BRODÉS — SOIES — CALICOT — TISSU MATELASSÉ

SI VOUS N'AVEZ PLUS RIEN À PORTER... VENEZ CHEZ

Les modes *Sabrina*

- Robes
- Manteaux
- Ensembles
- Vestes
- Chemisiers
- Jupes
- Pantalons
- Blazers
- Pulls
- Chandails
- Lingerie
- Écharpes
- Jeans
- Bas culottes



Les boutiques du vêtement de qualité à prix réduit pour les dames.

Les modes *Sabrina*



Sabrina Aussi

Hall d'entrée
Hôtel Reine Elizabeth
ouest, boul. Dorchester

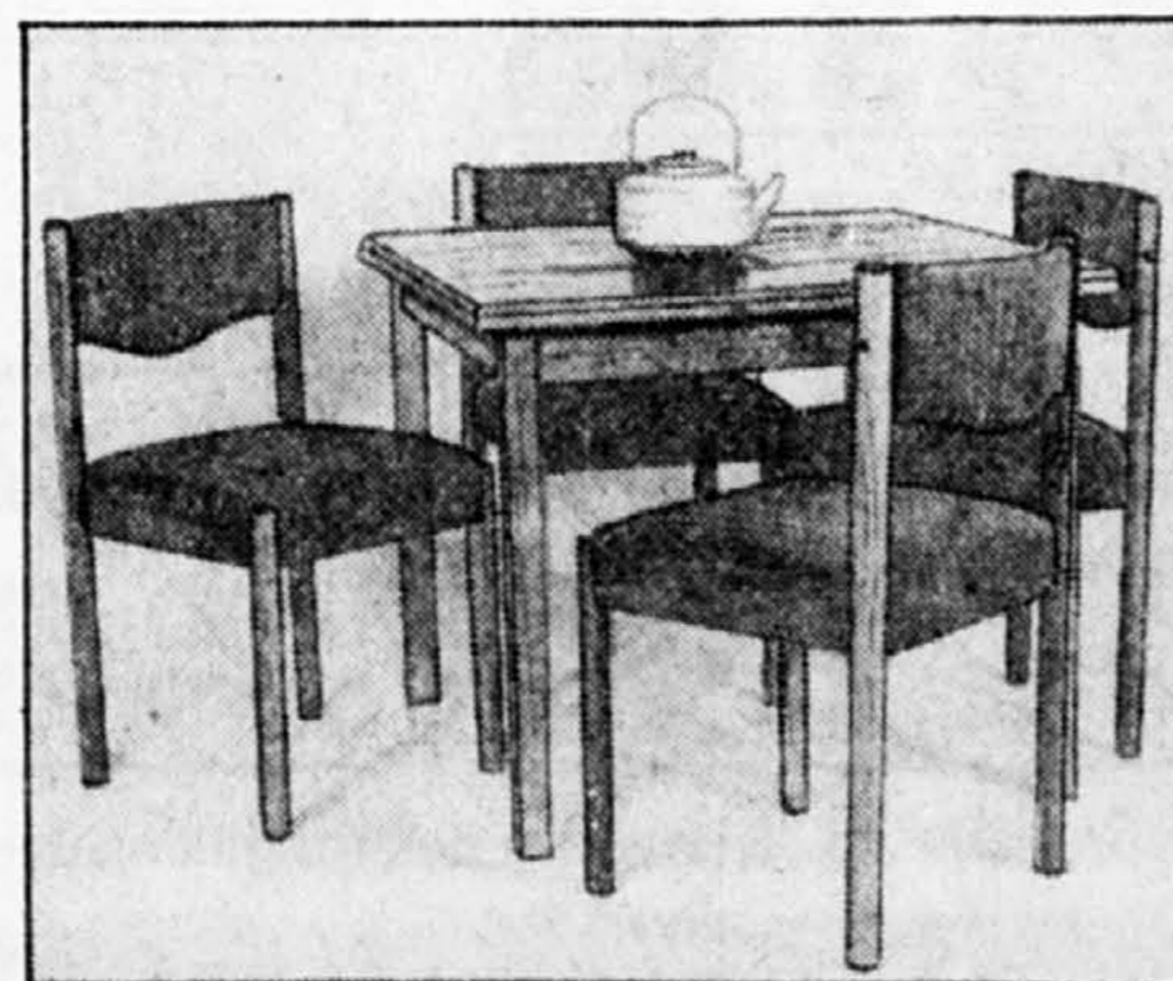
4059, Montée Saint-Jean
(angle Lake Road)
Dollard-des-Ormeaux

DINETTES POUR TOUTES OCCASIONS



Table ronde de 36" dia., sur piedestal, dessus en formica, 2 chaises, sièges recouverts de paille tressée, finition blanc. (3e ÉTAGE).

SPECIAL 269.



Joli mobilier de salle à manger en bois de teck comprenant une table carrée mesurant 33 1/2" x 33 1/2" avec 2 extensions de 12 1/2". Cette table peut vous servir dans vos loisirs et assier 6 personnes pour dîner. Les chaises ont le dossier et le siège recouverts de velours brun.

5 MCX 499.



Table ronde 42" diamètre avec panneaux pliables sur les côtés. 2 chaises en bois, fini blanc.

3 MCX 299.



Table «Duncan Pyphe» fermée 16" x 36" de long avec battant de 34". Riche fini noyer. Chaise dossier (lyre) fini noyer, siège recouvert d'un tissu soyeux couleur pépite d'or. (3e ÉTAGE)

3 MCX 439.

N. G. VALIQUETTE LTÉE • 510 EST, STE-CATHERINE • 842-8811

Valiquette
c'est la solution



OPÉRATION DÉFI

Parlons boeuf!



* BIFTECK OU ROSBIF DE POINTE DE SURLONGE

2.98

lb

PRIX DÉFI

* BIFTECK DE RONDE DÉSOSSÉ tranche entière

2.38

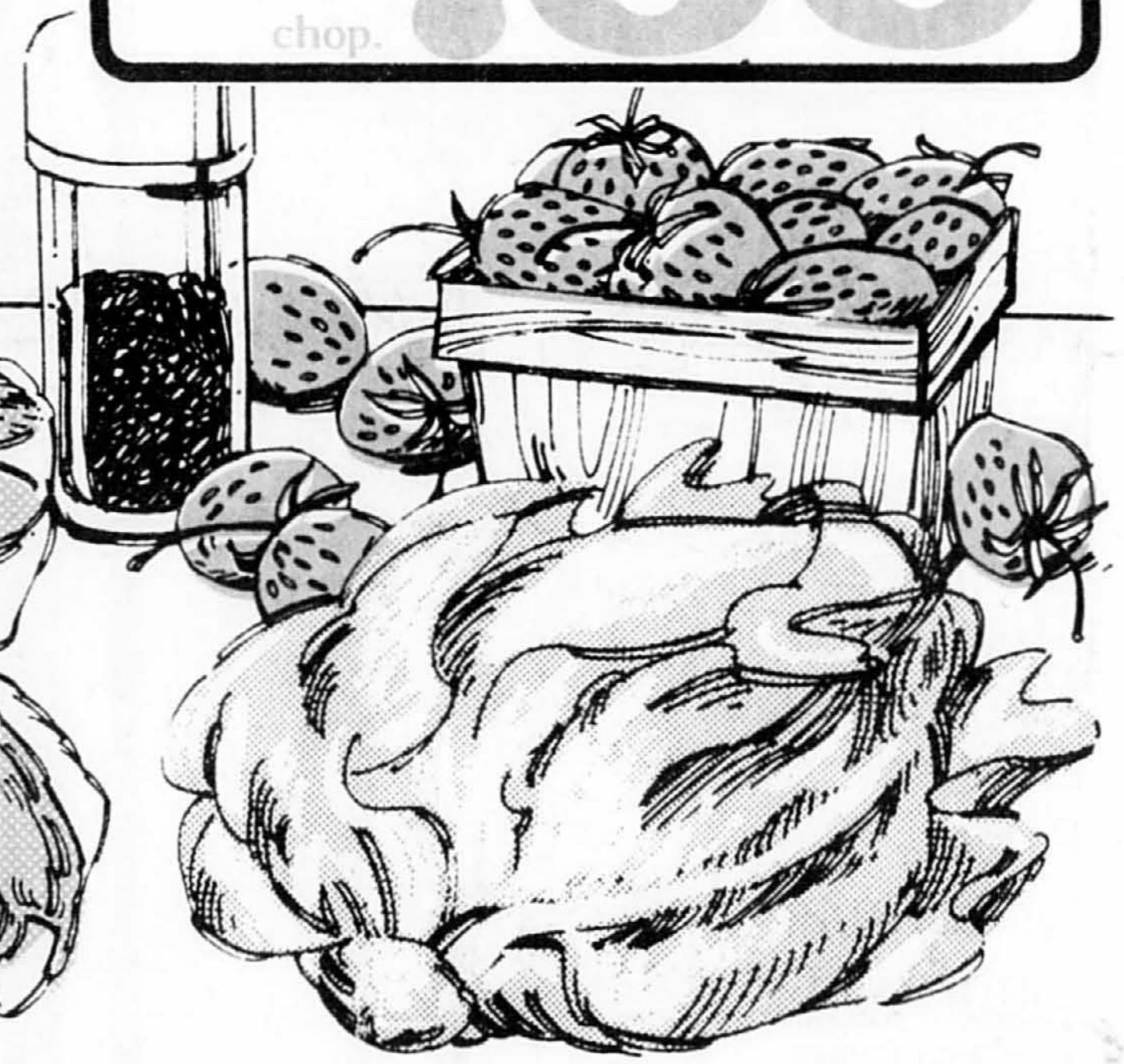
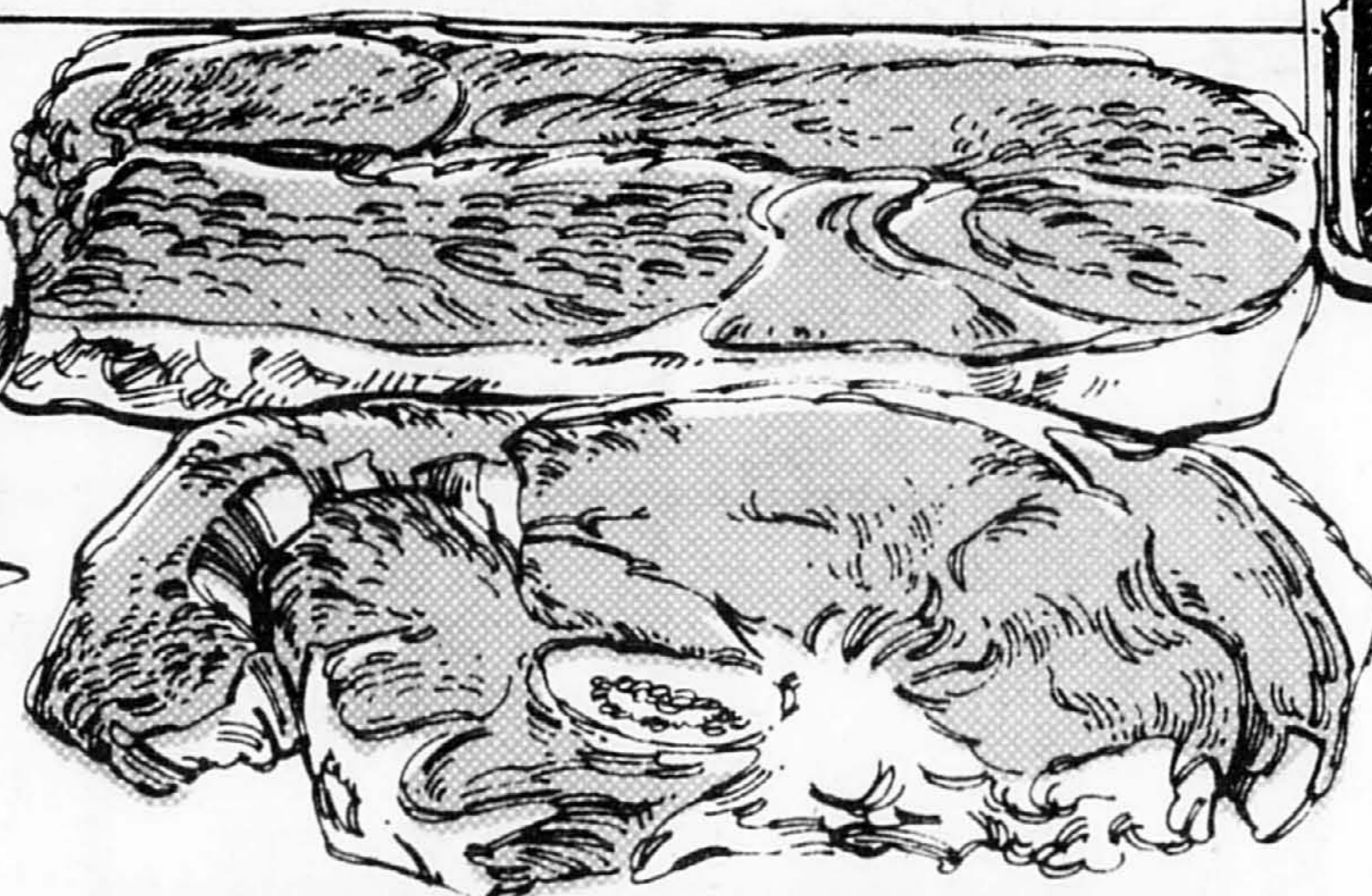
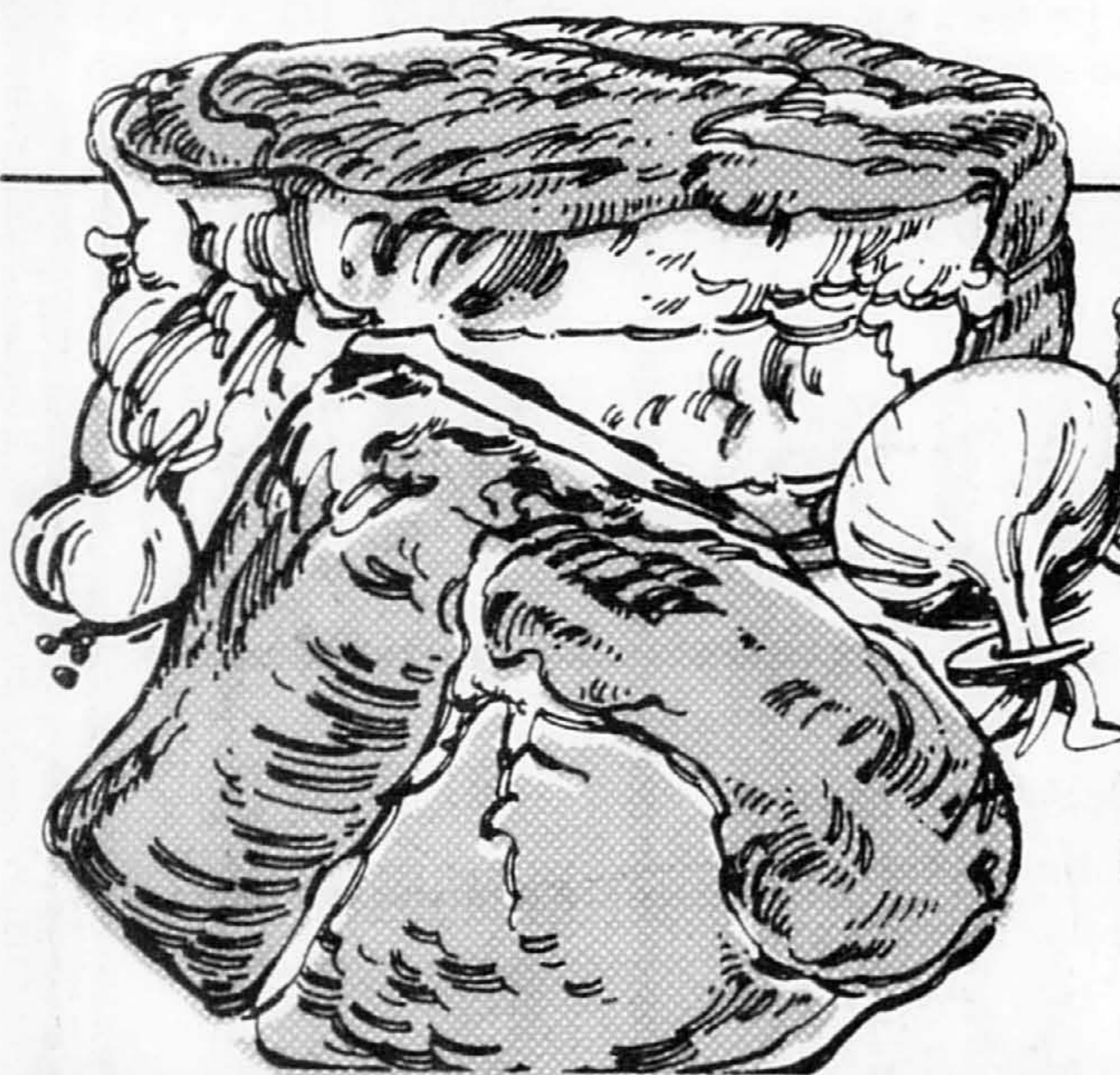
lb

PRIX DÉFI

FRAISES FRAÎCHES
Produit de la Floride
Cat. Canada No. 1

.88

chop.



* ROSBIF D'EXTÉRIEUR DE CROUPE

2.38

lb

* BIFTECK DE SURLONGE tranche entière

2.98

lb

LAIQUE BOSTON
gr 24
Produit des États-Unis
Cat. Canada No. 1

2.89

* BIFTECK D'ALOYAU OU CÔTE D'ALOYAU bout enlevé

3.38

* BIFTECK ATTENDRI DE RONDE

3.48

BOEUF HACHÉ MAIGRE

2.28

TIMBALES AU CHOIX (Foie, campagne, poivre) LA DIJONNAISE

.98

* COUPE PROVENANT DE BOEUF CANADA, CATÉGORIE "A"

JAMBONNEAU OU CROUPE DE PORC FRAIS

.98

AIGLEFIN OU SOLE EN PÂTE

1.98

JAMBON DÉSOSSÉ prêt-à-manger Style Québécois demi

2.18

SAUCISSON DE SALAMI TOUT BOEUF

1.78

SAUCISSES PORC/BOEUF surgelées

1.48

CRETONS

1.68

PAIN DE VIANDE SIMILI POULET

1.58

JAMBON DÉSOSSÉ prêt-à-manger 2-3 livres

3.88

SAUCISSES FUMÉES SCHNEIDER

1.78

BACON SANS COUENNE

1.98

RAISIN VERT SANS PÉPIN Importé du Chili

1.49

CAROTTES

1.35

POMMES ROUGES DÉLICIEUSE

.55

CÉLÉRI PASCAL

.55

PAMPLEMOUSSES BLANCS

1.79

CHOU VERT NOUVEAU

.29

CHOU-FLEUR

1.19

Les prix annoncés dans ces pages sont en vigueur jusqu'à la fermeture des magasins de vos maîtres épiciers Métro samedi prochain

On connaît not' monde!

ANANAS
broyés, en morceaux
ou tranchés
DEL MONTE
bte 14 oz
.65

SHORTENING
CRISCO
cont. 3 lb
2.49

CHAMPIGNONS
tranchés
SLACK'S
bte 10 oz
.85

MARGARINE MOLLE
(disponible au
Québec seulement)
FLEISCHMANN
cont. 2's/8 oz
1.28

BOISSON GAZEUSE
bouteilles consignées
COCA-COLA
6 bout. de 750 ml
2.68

JAVEL
CONCENTRÉE
JAVEX
cont. 1.8 litres
.79

MELANGE A PIZZA
AU FROMAGE
KRAFT
cont. 850 g
2.09

BISCUITS
TENDRES
saveurs de
framboises,
pommes,
granola,
dattes
CHRISTIE
bte 250 g
1.29

FÈVES BLANCHES
ST-ARNAUD
2 lb
1.39

SOUPE
crème d'asperges, boeuf
& nouilles, boeuf &
légumes
AYLMER
bte 10 oz
.57

GARNITURE A TARTE
cerises, bleuets,
framboises
VACHON
bte 540 ml
1.59

JUS DE TOMATES
Canada de
fantaisie
HEINZ
bte 48 oz
.88

"SINGLES"
préparation de
fromage fondu
16 tranches
KRAFT
paquet 500 g
2.49

BOUILLON DE
BOEUF
CORDIAL
BOVRIL
cont. 450 ml
3.89

PÊCHES TRANCHÉES
Canada de
fantaisie
METRO
RICHÉLIEU
bte 28 oz
.99

HARICOTS LONGS
jaunes,
Canada
de choix
METRO
RICHÉLIEU
bte 19 oz
2/.89

CONFITURE PURE
fraises,
framboises
TRADITION
bocal 24 oz
2.59

MÉLANGE À SAUCE
brune ou
à la king
ST-HUBERT
1 env.
.49

PRÉPARATION DE
FROMAGE À
TARTINER
CHEEZ WHIZ
KRAFT
bocal 1 kg
4.39

POIS VERTS
#1 et #2
Canada de
fantaisie
LESIEUR
bte 10 oz
.49

MARGARINE DURE À
L'HUILE VÉGÉTALE
(disponible au
Québec seulement)
MONARCH
paq. 3 lb
2.49

CAFÉ
INSTANTANÉ
MELLOW
ROAST
bocal 8 oz
4.59

MARINADES
SUCRÉES
mêlées
CORONATION
cont. 750 ml
1.25

ARACHIDES
COCKTAIL
PLANTER'S
bte 350 g
2.59

PETITS CORNICHONS
tranchés sucrés
ou à l'aneth
CORONATION
cont. 750 ml
1.19

RAISINS SECS
D'Australie
JAFFA
cello 750 g
2.69

PRIX DÉFI

PAPIER HYGIÉNIQUE
couleurs variées
COTTONELLE
paquet 4 rouleaux

1.08

BISCUITS
capuchons de chocolat sac 400 g
princesse sac 400 g
guimauves à la gelée sac 450 g
DAVID

1.29

MOUTARDE
PRÉPARÉE
SCHWARTZ
bocal 16 oz

.58



YOGOURT
nature ou fruits assortis
YOPLAIT
cont. 175 g

3/1.00

CAFÉ MOULU
mouture à toutes fins
MAXWELL HOUSE
sac 16 oz

2.38

PRIX DÉFI

BISCUITS SODA
saupoudrés ou non de sel
PREMIUM PLUS
CHRISTIE
bte 450 g

.88

ALIMENTS SURGELÉS

JUS DE RAISIN
CONCENTRÉ
WELCH'S
contenant de 12 oz
.99

MINI PIZZA
GARNIE 4" x 5 1/2"
DA VINCI
Boite de 567 g
2.29

RIZ
UNCLE BEN'S
CONVERTED
cont. 48 oz
2.59

BRUQUET
JETABLE
BIC
1's
.89

NETTOYEUR A
VITRES
avec gachette
WINDEX
cont. 600 ml
1.59

ESSUIE-TOUT DE
PAPIER
blanc ou jaune
KLEENEX
paquet de
2 rouleaux
1.59

ENTRÉES ASSORTIES
boeuf sauce
Bte de 8 1/2 oz
dinde
Bte de 8 3/4 oz
poulet frit
Bte de 7 oz
SWANSON
1.09

PÂTE À PIZZA
3M 12"
LA PÂTE
DORÉE
Sac de 22 oz
1.49

MAIS EN GRAINS
ENTIERS
Canada de
fantaisie
NIBLETS
GEANT VERT
bte 7 oz
.35

RASOIR
JETABLE
BIC
5's
.99

LAMES DE RASOIR
EN ACIER
INOXYDABLE
GILLETTE
5 s
1.49

SERVIETTES
SANITAIRES
désodorisantes
LIBERTÉ
NOUVELLE
maxi bte 12 s
1.39

POISSONS EN PÂTE
ASSORTIS
sole,
aiglefin
HIGH LINER
Boite de 14 oz
1.99

TRUITE ARC-EN-CIEL
CLEAR
SPRING
Boite de 10 oz
1.99

ALIMENTS
POUR ENFANTS
abricots et
autres
HEINZ JR
cont. 7.5 oz
.51

PAPIER-
MOUCHOIRS
KLEENEX
blancs
bte 100 f.
.59

DETERSIF EN
POUDRE
BOLD
bte 2 kg
3.89

MINI SERVIETTES
SANITAIRES
LIBERTÉ
NOUVELLE
30 s
2.29

FRITES
OVENCRISP
LES FERMES
CAVENDISH
Sac de 2 lb
.93

TARTES À LA CRÈME
ASSORTIES
FARM
HOUSE
Boite de 12 oz
1.08

CÉRÉALES
flocons de maïs
avec noix
et miel
KELLOGG'S
bte 525 g
1.99

ASSOULPISSEUR DE
TISSUS LIQUIDE
DOWNY
cont. 3 litres
3.99

DÉTERGENT POUR
VAISSELLE
JOY
cont. 500 ml
.99

SUPER MAXI
SERVIETTES
LIBERTÉ
NOUVELLE
10 s
1.39

le 28 mars 1981 à 17h. Nous nous réservons le droit de limiter les quantités. Pas de vente aux marchands.



AUTRE OFFRE SPÉCIALE VAN WOODS



POUR LA TOUTE PREMIÈRE FOIS
NOUS OFFRONS
DES DIAMANTS NON SERTIS BIEN MOINS CHERS
QUE LEUR PRIX DE DÉTAIL. ILS SONT AUTHENTIFIÉS ET
SCELLÉS PAR UN GEMMOLOGISTE

VOICI UNE LISTE INCOMPLÈTE DES DIAMANTS PROPOSÉS À UN PRIX D'AUBAINE:

NO	POIDS	COULEUR	PURETÉ	TAILLE	PRIX DE DÉTAIL	PRIX VAN WOODS
75	0,74 CARAT	L-B	CLAIR	RONDE	2,654	1,864
77	0,66 CARAT	L	SI2	RONDE	2,244	1,570
80	0,55 CARAT	J	I1	RONDE	1,870	1,309
81	0,81 CARAT	J	I1	RONDE	2,835	1,984
82	0,67 CARAT	J	VS1	RONDE	2,412	1,688
92	1,22 CARAT	M	SI1	MARQUISE	4,730	3,311
93	1,10 CARAT	L	SI1	POIRE	5,500	3,850
97	0,45 CARAT	G	I1	RONDE	630	441
107	0,34 CARAT	I	CLAIR	RONDE	850	595
110	1,00 CARAT	I+	VS2	RONDE	8,200	5,740

TOUT DIAMANT POURRA ÊTRE ÉCHANGÉ CONTRE UN
DIAMANT PLUS GROS DANS LES 30 JOURS DE L'ACHAT À
CONDITION QUE LE SCEAU N'AIT PAS ÉTÉ BRISÉ.

Mise de côté si désiré. Pas de remboursement.
 Principales cartes de crédit acceptées.

VAN WOODS

BIJOUTIERS

861-4547 PLACE VILLE-MARIE 861-4344
 STATIONNEMENT S1 JEUDI, VENDREDI SOIR ET SAMEDI TOUTE LA JOURNÉE

Sandwich pour taille fine



L'idée largement répandue que pour maigrir il faut se priver n'est pas juste. On peut bien manger et ne pas grossir. On peut même manger des sandwichs à condition de savoir comment les faire. Celui-ci regorge de protéines, élément indispensable à tout régime bien compris.

Saler, poivrer et envelopper le poisson dans du papier métallique. Mettre la papillote dans de l'eau bouillante. Faire cuire pendant 30 minutes en la retournant une fois.

Déballer et égoutter le poisson. Le laisser refroidir et l'émietter. Dans un robot alimentaire (broyeur ménager) ou dans un mélangeur, réduire en purée jusqu'à consistance lisse, le tofu, 2 c. à soupe de jus de citron, le zeste de citron, la moutarde, la relish, le persil, la ciboulette, le basilic, le sel.

Y incorporer le poisson émietté. Beurrer le pain. Sur 6 tranches de pain, superposer une quantité égale de pousses de luzerne, de tranches d'avocat, de purée de poisson et de tomates.

Recouvrir avec une tranche de pumpernickel. Donne 6 sandwichs.

Substituer au tofu de la mayonnaise ou de la vinaigrette à salade hypocalorique.

Sandwich poisson-avocat

- 1 paquet (1 livre) de filets de sole ou de filet congelés
- 6 Onces de tofu (lait de soja caillé)
- 2 c. à soupe de jus de citron
- 1/2 c. à thé de zeste de citron
- 2 c. à soupe de moutarde de Dijon
- 2 c. à soupe de relish sucrée
- 2 c. à soupe de persil haché
- 1 c. à soupe de ciboulette hachée
- 1 c. à thé de basilic
- 1/2 c. à thé de sel
- 12 tranches de pain pumpernickel
- Du beurre
- 4 onces de pousses de luzerne
- 1 avocat, épluché et tranché
- Du jus de citron
- 2 tomates, tranchées

Faites-le vous-même, et économisez!

N'en avez-vous pas assez de payer trop cher pour vous habiller? Nous avons la solution à ce problème. Les épargnes sont incroyables lorsque vous créez ces nouveaux vêtements vous-même.

faites-le seulement \$19

Ce modèle attrayant est de confection facile. Créez-le avec le patron "Jiffy" #9331 de Simplicité en utilisant notre tissu "Acapulco". "Acapulco" est un tissu polyester/lin. De plus il est lavable à la machine pour entretien facile. Choisissez parmi un bouquet de tons unis en vogue. Le prix ci-dessus comprend le coût du patron et 2,4 mètres de notre "Acapulco" polyester/lin, quantité suffisante pour des grandeurs jusqu'à 16 ans.



SIMPLICITY 9331



SIMPLICITY 9556

faites-le seulement \$12

Soyez prêtes à accueillir le printemps et l'été dans ce magnifique ensemble de "Jiffy" #9556 de Simplicité et notre coton "Cavalcade". Cousez et économisez! Nous avons une immense sélection d'imprimés attrayants ainsi que des couleurs saisonnières. "Cavalcade" est garanti pour être lavable à la machine. Le prix ci-dessus comprend le coût du patron et 2,4 mètres de notre coton "Cavalcade" quantité suffisante pour des grandeurs allant jusqu'à 16 ans. (Grandeurs plus petites de ce style voudraient dire de plus grandes épargnes).

LIQUIDATION

DE STOCKS EXCÉDENTAIRES D'UN FABRICANT APRÈS INVENTAIRE

PLUS QUE 5 JOURS

ENCORE UN TRÈS GRAND CHOIX OU TOUT DOIT ÊTRE LIQUIDÉ

DES OCCASIONS UNIQUES!

Un très grand choix de lampes et de tables de salon de divers styles et exécutions, proposées à des prix extrêmement avantageux.



VENTES FERMES ET ACHATS

«PAYEZ ET EMPORTEZ» seulement

Le manufacturier doit absolument liquider son inventaire.

HEURES D'OUVERTURE: Les lundi, mardi et mercredi, de 10h à 16h. Le jeudi, de 10h à 19h. Les vendredi et dimanche, de 10h à 14h. Fermé le samedi.

446, rue SAINT-PIERRE, Montréal

ACHÈTE

PIANOS-ORGUES

Reconditionnement de pianos et d'orgues.

722-8741
387-5882

NOTRE TÉLÉPHONISTE A VOTRE BONHEUR AU BOUT DU FIL

Les ANNONCES CLASSÉES 285-7111

SUPER VENTE PRINTEMPS

ROY

SUPER VENTE PRINTEMPS

À LIQUIDER
 MODÈLES DE L'ANNÉE DERNIÈRE
 PLUS DE 200 APPAREILS DE TOUTES SORTES
 À PRIX IMBATTABLES



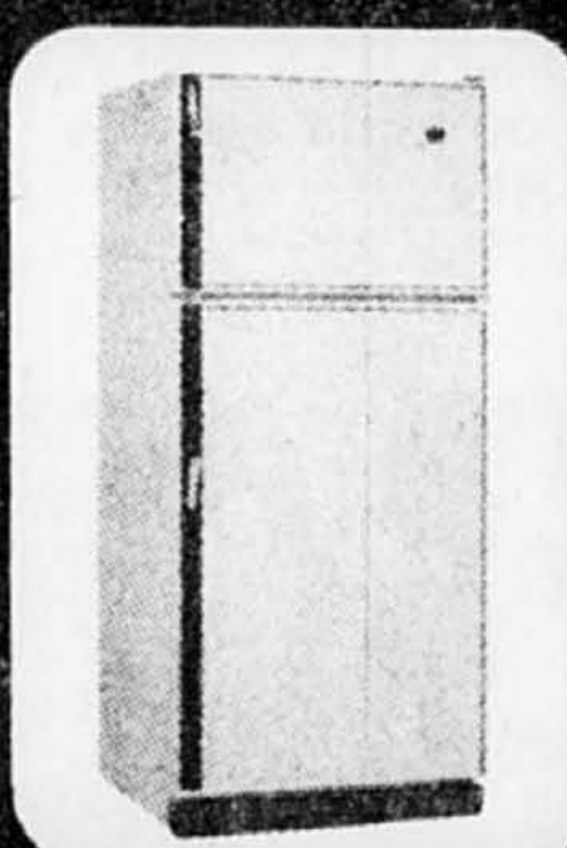
CR 332 D



CR 343 E



CC 383 BGY



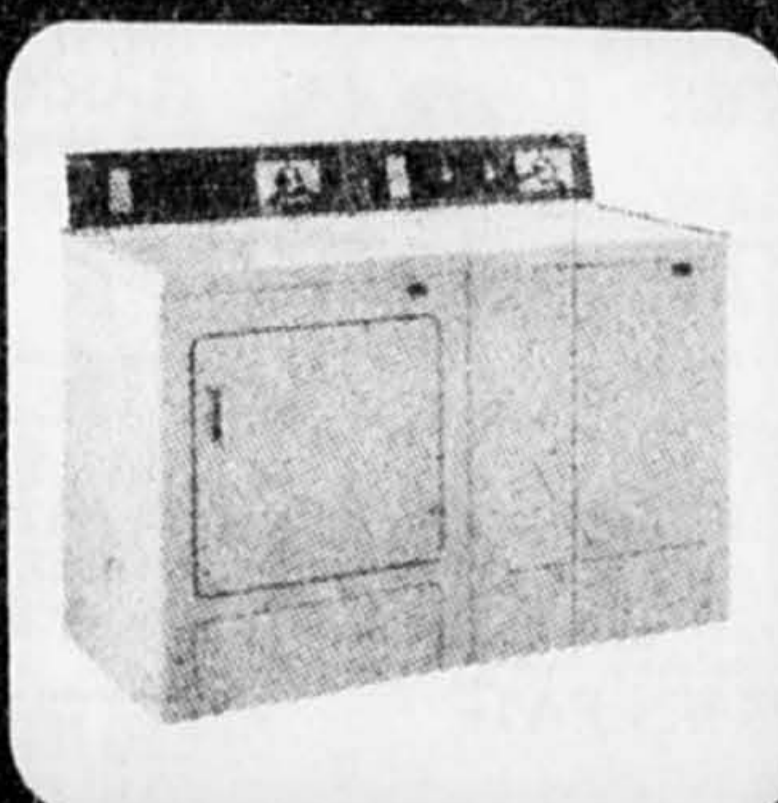
RFS 15 G



GC 761



RFS 13



WD 818 E DTS 11 E

Profitez dès maintenant de la taxe 8% abolie sur cuisinières et réfrigérateurs

Livraison rapide mise de côté gratuite

«CA VAUT LE COUP»

LÉPINE & FILS LTÉE



273-9926

232 est, rue Beaubien (métro Beaubien)



Harrison

d'un océan à l'autre

CENTRE D'ACHATS BOULEVARD 722-1342 PLACE ST-ESTACHE 473-0911 NEWMAN PLAZA 385-1260 MAIL CHAMPLAIN 671-1523
 CENTRE CÔTE ST-LUC 489-5911 CENTRE ROCKLAND 739-3421 POINTE-AUX-TREMBLES 645-0281 CARREFOUR DU MOND 436-8626
 CENTRE DONVAL 631-6931 CENTRE CHATEAUGUAY 691-2561 8835, RUE ST-HUBERT 276-3772 CENTRE ST-MARTIN 687-3914
 CENTRE JACQUES-CARTIER 677-2002 CENTRE FAIRVIEW 695-3156 MAIL MONTENACH 464-2909 989, RUE NOTRE-DAME, Lachine 634-6487
 CENTRE FOREST 322-8910 LES GALERIES D'ANOUÏ 353-6740 PLACE VERTU 334-7861 CARREFOUR RICHELIEU 389-2252

ANNÉE INTERNATIONALE DES PERSONNES HANDICAPÉES

\$16 millions pour améliorer le transport par train

■ Au cours des cinq prochaines années, Via Rail Canada compte dépenser quelque \$16 millions pour améliorer les installations qui servent au transport des personnes handicapées.

Pour être certain de dépenser cet argent de façon appropriée, M. Frank Roberts, p.d.g. de Via

\$1.2 millions pour les AFFI

L'Office des personnes handicapées du Québec a accordé dernièrement une subvention de \$1.2 million à l'Atelier de la Fleche de Per Inc. pour l'ouverture de deux succursales: AFFI II à Saint-Hubert et AFFI III à Québec.

Ces centres de travail adaptés sont de petites et moyennes entreprises administrées par une corporation sans but lucratif. Ils ont un impact régional certain parce qu'ils créent des emplois. Leurs employés sont majoritairement des personnes handicapées qui ne peuvent actuellement intégrer le marché régulier du travail à cause de leur handicap. Le montant de \$1.2 million sert à assurer leurs salaires, les loyers et une partie des frais d'opération. Les deux ateliers de Saint-Hubert reçoivent \$1 million et celui de Québec \$200.000. Les premiers emploient 90 travailleurs handicapés et le troisième 22.

AFFI I continue à fabriquer des meubles résidentiels, tandis que AFFI II et AFFI III se spécialisent dans la réparation des câblodistributeurs, ce qui comprend le diagnostic, ainsi que les travaux de soudure, d'ajustement et d'expédition.

«Moi aussi, j'suis capable!»

C'est le slogan de la campagne de financement de la Fondation Lucie-Bruneau, et le public semble l'avoir adopté spontanément. Il est vrai que le président de cette campagne dont l'objectif est de \$250.000 n'est nul autre que le très populaire Michel Jasmin.

Les dons, se montant à \$2.752 jusqu'à présent, arrivent souvent accompagnés d'une petite note touchante disant, par exemple, «Je contribue selon mes moyens parce que Moi aussi, j'suis capable!»

On a jusqu'au 4 avril pour faire un geste de solidarité humaine envers les handicapés et envoyer son don à: Fondation Lucie-Bruneau, 2222 avenue Laurier est, Montréal, Québec H2H 1C4.

TAPIS

• Styles discontinués • Balance de stock • Fins de rouleau

SPLUSH Toison épaisse Choix de 10 magnifiques couleurs \$17⁹⁹ v. car.	SPLUSH CISELE Magnifique tapis, idéal pour votre salon. \$13⁹⁹ v. car.	BOUCLÉ NYLON Endos caoutchouc, idéal pour salle de jeux, très durable, installation incluse. \$10⁹⁹ v. car.	SUPER COMMERCIAL \$7⁹⁹ v. car. Payez et emportez
PRÉLART sans cirage 1re qualité \$3⁹⁹ v. car.	TAPIS chambre de bain largeur 5' \$4⁹⁹ p.l.	TAPIS commercial endos caoutchouc \$5⁹⁹ v. car.	TAPIS luxueux choix de sept couleurs. \$8⁹⁹ v. car.

- INSTALLATION INCLUSE
 - SOUS-TAPIS INCLUS
 - LIVRAISON INCLUSE
 - MESURAGE INCLUS
- Sur marchandise étiquetée

ESTIMATION GRATUITE À DOMICILE
256-7551

Balance de rouleaux
Première qualité
Bigelow
super luxueux à
PRIX COUPÉS

Tapis Métrique

6287, rue SHERBROOKE est

PORCELAINE DE CHINE SERVICE À DÎNER
Choix de centaines de motifs de 33 1/3% à 50% de rabais du prix suggéré

CAPLAN BOUTIQUE DE CADEAUX
6700, chemin de la Côte-des-Neiges 735-3633

PROBLÈMES?

SERVICE DE CONSULTATION
MORALE, PROBLÈMES HUMAINS,
PROBLÈMES SPIRITUELS

3, PLACE VILLE-MARIE (suite) 232 Tél.: 866-6184
PÈRES JÉSUITES
(11 h.a.m. - 5h p.m.)

Comparez notre qualité
Fourrures canadiennes de très haute qualité

DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER
Choix de modèles pour hommes et dames
Achetez directement à un fourreur expérimenté

ENTREPOSAGE ET ASSURANCES
2% de la valeur de la fourrure

- Choix de manteaux prêt-à-porter
- Confection sur mesure si désirée
- Manteaux de vision* Accessoires
- Echange de manteaux usagés

Nous pouvons allonger votre fourrure selon vos desirs.

SATISFACTION ASSURÉE
Un léger dépôt réservera votre manteau. Achetez maintenant et épargnez

BOUTIQUE DE FOURRURES PHILIPPE
«Berliner Fur»
8h à 18h en semaine — 8h à 15h le samedi
1449, rue Saint-Alexandre
Suite 702, Edifice Mayor
(au nord de Sainte-Catherine) **288-1302**

Stores de fenêtres DIRECTEMENT DU MANUFACTURIER

STORES À EMPORTER. JUSQU'À 120" UNIS ET FRANGÉS EN SOIE — SUPPORT GRATUIT

LE NOCTURNE VINYLE ÉPAIS LAMINÉ 3 épaisseurs — 100% opaque, lavable		LE FIBROPAC DE LUXE fibre de verre laminé, 3 épaisseurs, avec isolant 100% opaque, lavable	
UNIS	FRANGÉS	UNIS	FRANGÉS
28 1/4" x 58"	\$5 ⁹⁹ \$8 ⁵⁹	28 1/4" x 58"	\$10 ⁵⁹ \$14 ⁵⁹
28 1/4" x 70"	\$6 ⁹⁹ \$10 ⁵⁹	28 1/4" x 70"	\$11 ⁵⁹ \$15 ⁵⁹
37 1/4" x 70"	\$6 ⁹⁹ \$10 ⁵⁹	37 1/4" x 70"	\$11 ⁵⁹ \$15 ⁵⁹
43 1/4" x 70"	\$8 ⁹⁹ \$12 ⁵⁹	43 1/4" x 70"	\$13 ⁵⁹ \$20 ⁵⁹
49 1/4" x 70"	\$11 ⁹⁹ \$15 ⁵⁹	49 1/4" x 70"	\$16 ⁵⁹ \$23 ⁵⁹
55 1/4" x 70"	\$12 ⁹⁹ \$17 ⁵⁹	55 1/4" x 70"	\$18 ⁵⁹ \$26 ⁵⁹
64 1/4" x 58"	\$19 ⁵⁹ \$24 ⁵⁹	64 1/4" x 58"	\$27 ⁵⁹ \$35 ⁵⁹
64 1/4" x 70"	\$21 ⁹⁹ \$27 ⁵⁹	64 1/4" x 70"	\$30 ⁵⁹ \$38 ⁵⁹
73 1/4" x 58"	\$22 ⁹⁹ \$29 ⁵⁹	73 1/4" x 58"	\$33 ⁵⁹ \$41 ⁵⁹
73 1/4" x 70"	\$24 ⁹⁹ \$31 ⁵⁹	73 1/4" x 70"	\$36 ⁵⁹ \$44 ⁵⁹
78 1/4" x 58"	\$34 ⁹⁹ \$41 ⁵⁹	78 1/4" x 58"	\$46 ⁵⁹ \$53 ⁵⁹
78 1/4" x 70"	\$36 ⁹⁹ \$43 ⁵⁹	78 1/4" x 70"	\$49 ⁵⁹ \$58 ⁵⁹
85 1/4" x 70"	\$42 ⁹⁹ \$47 ⁵⁹	85 1/4" x 70"	\$58 ⁵⁹ \$67 ⁵⁹
97 1/4" x 70"	\$45 ⁹⁹ \$51 ⁵⁹	97 1/2" x 70"	\$66 ⁵⁹ \$76 ⁵⁹
109 1/2" x 70"	\$57 ⁹⁹ \$72 ⁵⁹	109 1/2" x 70"	\$79 ⁵⁹ \$93 ⁵⁹
121 1/2" x 70"	\$75 ⁹⁹ \$91 ⁵⁹	121 1/2" x 70"	\$98 ⁵⁹ \$109 ⁵⁹

Stores sur mesure (service 3 jours) PRIX DU MANUFACTURIER
Commandes postales et téléphoniques acceptées
Style tel qu'illustré. Autres dimensions sur demande — réparation

STORES VÉNITIENS
«La petite vénitienne»
Choix de 50 couleurs

STORES VERTICAUX «LE PATIO»
VINYLE RIGIDE BLANC OU IVOIRE

36 x 48	\$59 ⁹⁹	84 x 95	\$169 ⁹⁹
48 x 48	\$73 ⁹⁹	96 x 84	\$179 ⁹⁹
60 x 48	\$89 ⁹⁹	96 x 95	\$189 ⁹⁹
60 x 60	\$96 ⁹⁹	120 x 84	\$209 ⁹⁹
75 x 84	\$129 ⁹⁹	120 x 95	\$219 ⁹⁹
75 x 95	\$139 ⁹⁹	144 x 84	\$229 ⁹⁹
84 x 84	\$159 ⁹⁹	144 x 95	\$249 ⁹⁹

AUTRES PRODUITS ET AUTRES DIMENSIONS DISPONIBLES SUR DEMANDE

**DRAPERIES — TAPIS
COUVRE-LITS — TAPISSERIE**

décors
DU MANUFACTURIER
Claude Joly, prop. C. J. INC.

OUVERT DU LUN. AU MERC. 9h30 à 18h
JEU.-VEND. 9h30 à 21h. SAMEDI 9h à 17h

323-3215

6050, BOUL. DES GRANDES-PRAIRIES ST-LEONARD (UNE RUE À L'EST DE LACORDAIRE)

GRAND SOLDE DE RÉNOVATION EN MAGASIN

sur marchandises pour toutes innovations en décoration.

Table Person en mélamine. Choix de couleurs. Chaises tubulaires chromées, siège et dossier en paille tressée sur cadre de bois. Disponible en noir, naturel, brun noyer.

SPECIAL \$549⁹⁵

Sofa et causeuse de marque CLIMONT recouverts d'un riche velours. 2 morceaux **SPECIAL \$899⁹⁵**

Disponible en ensemble ou séparément.

deux occasions d'économiser

Ensemble modulaire Reff en chêne naturel. Aussi disponible en blanc. Tirails à coulisse, roulement à billes. D'une très grande versatilité.

Aussi profitez de notre VENTE DIRECTEMENT À L'ENTREPÔT
\$500,000 de marchandise en inventaire à liquider.
Lignes discontinuées.

VOTRE GARANTIE DE SATISFACTION

Mobilier Masson inc.

- 3033, RUE MASSON MONTREAL 721-4991
- 127, RUE ST-LOUIS RIVE SUD 465-1612

GRAND CONCOURS DE RECETTES AU

SALON DE LA FEMME DU 24 AVRIL AU 3 MAI AU VÉLODROME OLYMPIQUE

ORGANISÉ PAR **la presse** CKAC 73

ET LE MINISTÈRE DE L'AGRICULTURE, DES PÊCHERIES ET DE L'ALIMENTATION

Dans le cadre du SALON DE LA FEMME, un grand concours de recettes à base de produits du Québec est organisé à travers toute la province. Ces recettes devront contenir un des produits du Québec suivants:

- lait
- oeufs
- volaille
- beurre
- crème glacée
- yogourt
- pâtes alimentaires et fromages fins du Québec
- veau de grain
- cheddar
- produits de l'érable

Pour participer à ce concours, faites parvenir votre recette favorite sur une feuille 8 1/2" x 11" où seront inscrits les ingrédients, les quantités ainsi que le mode de préparation. N'oubliez pas vos nom, adresse et numéro de téléphone.

Déposez ou postez à:

Concours de recettes du Salon de la Femme
201 est, boulevard Crémazie
4e étage
Montréal, Québec H2M 1L4

Toutes les recettes devront être parvenues avant le 4 avril 1981.

PRIX À GAGNER

- 1 VOYAGE À PARIS pour 2 personnes pour une semaine
- 9 VOYAGES À INDIAN ROCKS (FLORIDE) pour 2 personnes pour une semaine

Les critères du jury sont:

- créativité
- originalité
- saveur
- goût
- préparation pratique

Les cinquante meilleures recettes choisies par le jury seront présentées par les participant(es) au SALON DE LA FEMME, du 24 avril au 3 mai, au Vélo-drome olympique en raison de cinq (5) recettes par jour par produit.

Le jury, composé d'un(e) spécialiste en art culinaire, d'une personnalité et d'un(e) journaliste, choisira parmi les cinquante (50) participant(es) les dix (10) meilleures.

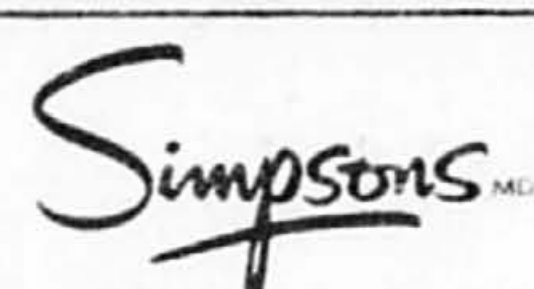
Lors d'un grand tirage, un(e) des dix (10) gagnant(es) recevra un voyage à destination de Paris pour deux (2) personnes, pour une (1) semaine (valeur approximative totale de 1,500 \$) incluant avion et hôtel. Les neuf (9) autres gagnant(es) recevront un voyage pour deux (2) personnes pour une (1) semaine à Indian Rocks en Floride au condominium Bayshore & Tennis Club, incluant avion et séjour au condominium (valeur approximative totale de 600 \$ par couple). Ces voyages devront être effectués entre le 15 septembre et le 15 décembre 1981 — gracieusement des voyages Unik.

Les employés de LA PRESSE, de TÉLÉMÉDIA et du SALON DE LA FEMME ainsi que leurs familles ne sont pas éligibles.

- Les droits en vertu de la loi sur les concours ont été payés.
- Tout litige quant à la conduite de ce concours publicitaire et à l'attribution d'un prix peut être soumis à la Régie des loteries et courses du Québec.
- Toutes les recettes inscrites deviendront la propriété exclusive des organisateurs du concours.

GRACIEUSETE DE **Voyages Unik**

AGENCE DE VOYAGES



GRANDE VENTE D'INVENTAIRE...

ÉCONOMISEZ JUSQU'À

\$760

PAR COUPLE

*Et de plus, nous vous offrons un chèque-cadeau de \$25 par personne applicable sur vos futures vacances.

ACAPULCO

Départ de Montréal les dimanches, via Wardair 747.
ÉCONOMISEZ JUSQU'À \$700 PAR COUPLE!
29 mars, 5 et 12 avril.

	1 semaine	2 semaines
El Tropicano	499.	649.
Romano's Le Club	549.	699.
Las Hamacas	549.	699.
Altamar appt. 1 ch.	549.	699.
Romano Palace	599.	799.
La Palapa suite 1 ch.	599.	799.
Holiday Inn	599.	799.

*12 avril: 1 semaine seulement. 2 semaines non disponible.

HAWAII

Départ de Montréal les samedis, via Wardair DC10.
ÉCONOMISEZ JUSQU'À \$760 PAR COUPLE!
28 mars — 4 et 11 avril.

séjours de 2 semaines	
(Waikiki Beach)	Waikiki Malia 899.
(Séjour 2 lies)	Waikiki 7 nuits— Waikiki Malia 999.
	Mau 7 nuits— Maui Sunset
(Séjour 3 lies)	Waikiki 7 nuits— Waikiki Malia
	Kauai 4 nuits— Kauai Beach Boy 1099.
	Hawaii 3 nuits— King Kamahamea

BARBADE

Départ de Montréal les vendredis, via Air Canada DC8.
DEUX SEMAINES POUR LE PRIX D'UNE AU VILLAGE DU SUNSET CREST!
27 mars — 3 et 10 avril.

	2 semaines
Marileo appt. 1 ch.	699.
Regent Palm appt. 1 ch.	719.

HAÏTI

Départ de Montréal les samedis, via Air Canada DC8.
ÉCONOMISEZ JUSQU'À \$300 PAR COUPLE!
Petit déjeuner tous les jours inclus dans tous les hôtels.
28 mars et 4 avril

	1 semaine	2 semaines
Domaine Idéal	499.	599.
28 mars, 4, 11 et 18 avril	1 semaine	2 semaines
Christopher	549.	649.
Ibo Lélé	579.	679.
Castel Haiti	599.	699.
Ibo Beach	599.	699.
Ibo Beach 1 sem. Ibo Lélé 1 sem.	—	699.

JAMAÏQUE

Départ de Montréal les dimanches, via Air Canada DC8.
ÉCONOMISEZ JUSQU'À \$260 PAR COUPLE!
29 mars — 5, 12 avril

	1 semaine	2 semaines
Holiday Inn	549.	799.
Intercontinental	549.	799.
Runaway Bay	579.	849.
19 avril	1 semaine	13 nuits seulement
Holiday Inn	549.	759.
Intercontinental	549.	759.
Runaway Bay	579.	819.

Vos Vacances Sunlight comprennent:

- Le voyage par vol notifié ou service régulier aller et retour.
- Les repas en vol.
- Le transport entre l'aéroport et l'hôtel et vice-versa, ainsi que la manutention des bagages.
- Une chambre climatisée ou un appartement avec salle de bain privée tel qu'indiqué.
- Un sac de plage.
- Les services du représentant des Vacances Sunlight à destination.
- De nombreux avantages supplémentaires.

Pour tous les détails, consultez notre Magazine Sunlight Automne/Hiver disponible gratuitement.

Les prix sont indiqués par personne sur la base de deux personnes par chambre, sauf autre indication. Les taxes ne sont pas comprises.

Réservez de bonne heure: certains produits ou certaines dates de départ peuvent être déjà vendus ou n'être plus disponibles.

*Ce chèque-cadeau sera valable pour toutes réservations sur des forfaits vacance jusqu'au 31 déc. 1982

CENTRE-VILLE
977 Ste-Catherine O.
Montréal, H3B 3Y7
Tél.: 842-3241, poste 065

LAVAL
3045 boul. Le Carrefour
Tél.: 687-3870

FAIRVIEW
6790 Rte
Transcanadienne
Tél.: 697-5280
Détenant d'un permis du Québec.

ST-BRUNO
800 boul. Les Promenades
Tél.: 461-2203

VOYAGES SEARS
PLACE VERTU ST-JEAN
3100 Côte Vertu Carrefour Richelieu
Tél.: 333-5340 550, boul. Pierre Caisse
Tél.: (514) 349-2393



Devenir ESTHÉTICIENNE!

Enfin, la science de l'esthétique, l'art du maquillage, la beauté des ongles sont à votre portée, en étudiant à domicile, avec session pratique.

L'ÉCOLE INTERNATIONALE ÉDITH SEREI

vous offre l'opportunité d'apprendre chez vous, à votre propre rythme!!!

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT
Procurez-vous notre brochure gratuite.

ÉCOLE INTERNATIONALE DE HAUTE ESTHÉTIQUE ÉDITH SEREI INC.
Casier postal 730, Snowdon Montréal H3X 3X8 L.P. 25-3-81

Nom.....
Adresse.....
Ville..... Code postal.....
Téléphone.....

Règle comme école privée sous l'Acte des Écoles de Vocations Privées de l'Ontario 1974

JARDIN & MAISON

Ne manquez pas notre cahier spécial

publié le samedi 25 avril dans **la presse**

Pour renseignements **285-7202**

NOS PRIX SONT IMBATTABLES À LA CITÉ D'ESCOMPTE INC.

PLUSIEURS CENTAINES D'ENSEMBLES EN MAGASIN

ENSEMBLE MODULAIRE 9 morceaux

\$19995 SEULEMENT

SUPER CUBE \$229 autres choix en magasin **NON PEINT**

200 ENSEMBLES EN MAGASIN

SERTA ORTHOPÉDIC
Ensemble 2 mcx
39" Ord. \$249 54" Ord. \$279
\$13995 \$16995

10 ANS DE GARANTIE

ENSEMBLE 2 MCX SERTA EXTRA FERME

39" Ord. \$22995 54" Ord. \$28995 (510 ressorts)
\$329 \$389

15 ANS DE GARANTIE

ENSEMBLE 2 MCX CHIRO PLUS EXTRA-FERME

39" Ord. \$32995 54" Ord. \$35995 60" Ord. \$43995 66" Ord. \$51995
\$32995 \$37995

ENSEMBLE MÉDAILLON 60" seulement Ord. \$399 15 ans de garantie \$279

ENSEMBLE FUTURISTE

Ord. \$595 **\$36995** SPÉCIAL

Matelas en sus

LA CITÉ D'ESCOMPTE INC.

2 ADRESSES POUR MIEUX VOUS SERVIR

7466, LANGELIER Saint-Leonard **253-3999**

1734, av. DOLLARD Ville LaSalle **366-0720**

VIVRE AUJOURD'HUI

Traiter avec soin la couverture électrique

Il ne faut pas enfoncer sous le matelas, ni contre le pied du lit, ni contre le mur, la partie câblée d'une couverture électrique. Il ne faut pas non plus l'utiliser pour un enfant, un infirme ou une personne insensible à la chaleur. Il faut veiller à la plier du bon côté, et ne rien poser dessus pour éviter tout point chaud. Attention surtout aux aiguilles, qui pourraient endommager le câblage.

Voilà quelques-unes des précautions recommandées par un panel de consommateurs réunis par l'Association canadienne de normalisation ACNOR, récemment, à Toronto.

Le consommateur, de son côté, doit savoir utiliser la couverture: s'assurer qu'elle est branchée sur le circuit électrique approprié, couper l'alimentation électrique lorsque la couverture n'est pas en usage, cesser de l'utiliser dès qu'on remarque un mauvais fonctionnement. La ranger dans son emballage original, en évitant la boule à mites ou l'aérosol anti-mites.

Pour la laver, il y a des précautions à prendre: laver à l'eau tiède, ne pas passer par le tordre, ne pas tordre fortement à la main, éviter le nettoyage à sec.

Dans la laveuse automatique, il suffit de quatre minutes à faible vitesse, et d'un rinçage au cycle normal à faible vitesse.

À la main, on procède d'abord à un trempage de 15 à 20 minutes, on rince deux fois et on presse légèrement pour faire sortir l'eau.

À la sècheuse, 10 minutes à la chaleur moyenne suffiront, quitte à terminer le séchage sur deux cordes parallèles.

Vietnam: autres séquelles

NEW YORK (AFP) — Près d'un quart des anciens combattants américains du Vietnam qui ont été exposés aux atrocités de la guerre ont eu affaire de la justice criminelle, estime une enquête gouvernementale publiée hier.

«Les anciens combattants du Vietnam ont considérablement plus de problèmes que ceux qui n'ont pas fait la guerre», rapporte l'importante étude commencée en 1973 et publiée par le Centre de recherches politiques.

Selon cette étude, qui sera présentée au Congrès, plus d'un tiers des hommes exposés aux combats souffrent encore de dépressions variées et vingt-quatre pour cent ont eu affaire à la justice criminelle.

D'autre part, si soixante-dix pour cent de ceux qui sont revenus du Vietnam ont repris leurs études, seulement vingt pour cent les ont terminés.

On rappelle que 2,800,000 Américains ont servi au Vietnam.

20 ANS

M. Gaston Leblanc, de Montréal, grand gagnant du gros lot 20 ans 20 coeurs, était accueilli à Télé-Metropole par M. Larry St-Denis de la maison Simpsons, M. Mario Savard, du journal LA PRESSE, M. Georges Whelan, animateur à Télé-Metropole et par M. Thami El Hocine, de Panasonic.

M. Gaston Leblanc a reçu en cadeaux:

- un réfrigérateur
- une laveuse automatique
- une sècheuse automatique

De Panasonic:

- un télécouleur à écran de 26" avec télécommande
- un four micro-ondes
- un aspirateur

De Simpsons:

- une lettre de crédit de 10.000\$, taxes incluses

De Technics:

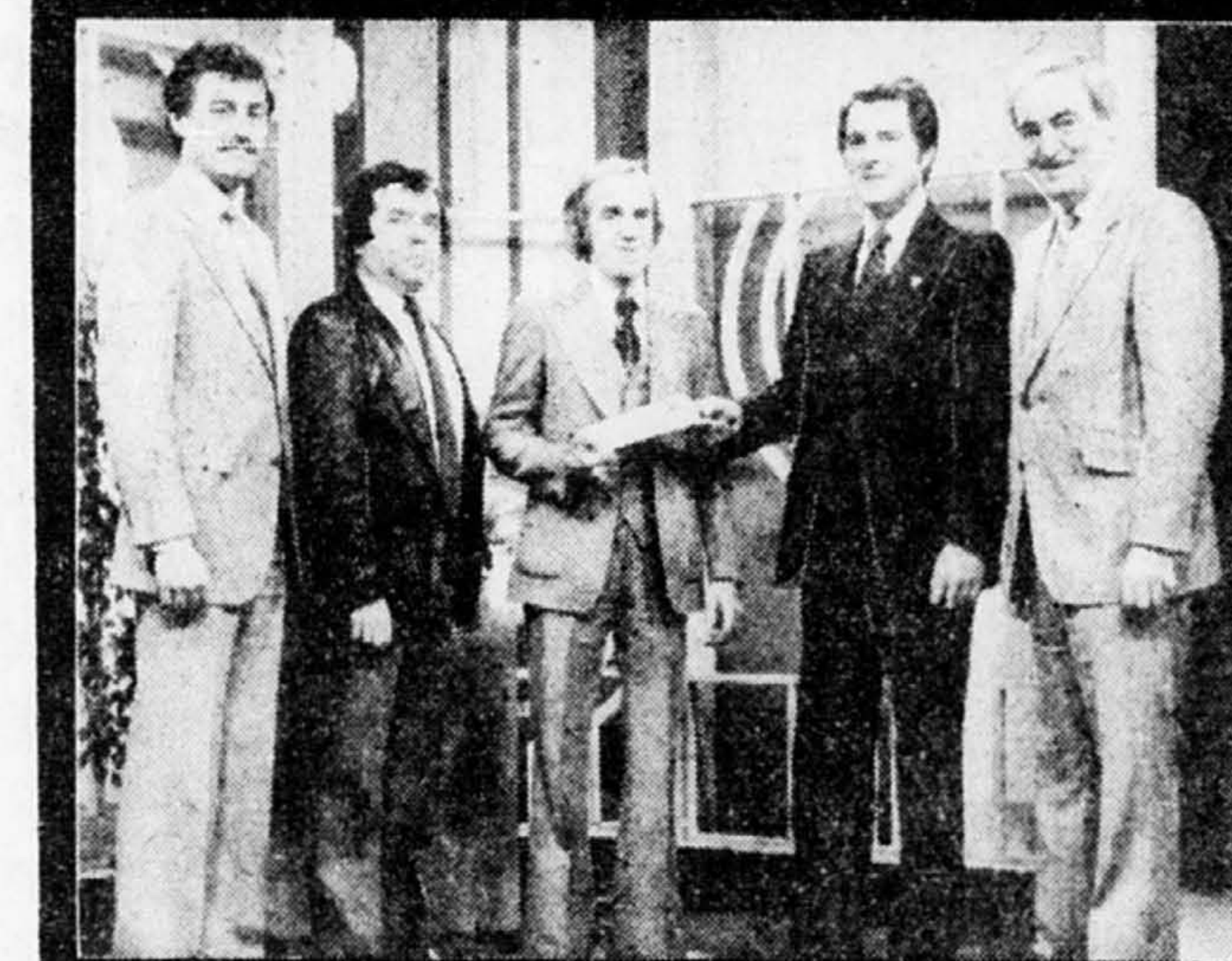
- une chaîne stereo complète

De Whirlpool:

- une cuisinière électrique

De LA PRESSE:

- un prix en argent de 3.000\$



Encore une fois, nous avons la réponse aux exigences de l'industrie de la mode:

PRODUCTION DE MODE NOUVEAU PROGRAMME DE CARRIÈRE AU COLLEGE LASALLE

À partir de septembre 1981

Ce programme vise à la formation de gestionnaires pour l'industrie de la mode.

Les cours portent sur:

- ✓ Sélection des produits, de l'outillage et des méthodes de production.
- ✓ Lancement et ordonnancement des opérations.
- ✓ Contrôle de la qualité et des coûts.
- ✓ Gestion des achats, des stocks et des ressources matérielles.
- ✓ Coordination des services.
- ✓ Direction et formation des ressources humaines.

Un diplôme du COLLEGE LASALLE, votre meilleure référence et promesse de carrières d'avenir.

Renseignements et inscriptions: **(514) 281-1916 (514) 842-3823**

COLLEGE LASALLE
MODE-SECRETARIAT-TOURISME-HOTELLERIE
2015, RUE DRUMMOND
MONTRÉAL, H3G 1W7



Faire du beurre, c'est un jeu d'enfant.

C'est aussi simple que ça. Naturellement, il faut d'abord verser de la crème* fraîche, dans un pot en verre. Il suffit ensuite d'agiter vigoureusement jusqu'à ce que le beurre se sépare. Egouttez le lait de beurre. Ce qui reste dans le pot, c'est du

beurre pur et simple. Essayez, vous verrez que c'est un jeu d'enfant.

Le beurre que vous achetez est fait sensiblement de la même manière.

À vous de choisir, naturellement. Mais, ne préférez-vous pas le bon goût de l'authentique?

*Le beurre se formera plus rapidement si vous utilisez de la crème à fouetter froide.

**Aucune imitation ne sera jamais
aussi pure et aussi simple que le beurre.**

Service de nutrition, Bureau laitier du Canada