

LE CANADA FRANÇAIS

MAGAZINE

Gens d'ici

Béatrice Gagnon

Toujours prête à aider les autres

Pages B-32 à B-37



Derrière l'uniforme du policier!

Sur la scène de tous les drames, les policiers sont là. Appelés à secourir les victimes autant qu'à se faire les porte-parole de tristes nouvelles, les «polices» font leur job. Impassablement. Pourtant sous l'uniforme, ça brasse fort des fois. En vérité, les tragédies sont loin de les laisser de marbre.

Céline Borduas

«Nous sommes des gens comme tout le monde à qui la misère humaine fait mal», déclarent Pierre Kruse et Réjean Vaillancourt, deux policiers de Saint-Jean qui se sont prêtés au jeu de la vérité pour les lecteurs du CANADA FRANÇAIS. Le sujet: l'aspect humain du policier.

Le devoir est une chose personnelle

Pierre Kruse est à l'emploi de la Sûreté municipale depuis sept années. Réjean Vaillancourt, lui, a été patrouilleur à Saint-Jean pendant près de 30 ans. Ils ont beau avoir suivi des formations différentes — l'un au cégep en techniques policières, l'autre «sur le tas» — aucun des deux n'a trouvé de méthode magique pour passer l'éponge sur les drames humains. «On ne s'habitue jamais à ce genre de choses», confient-ils.

«C'est notre rôle de garder la tête froide quand (par exemple) il

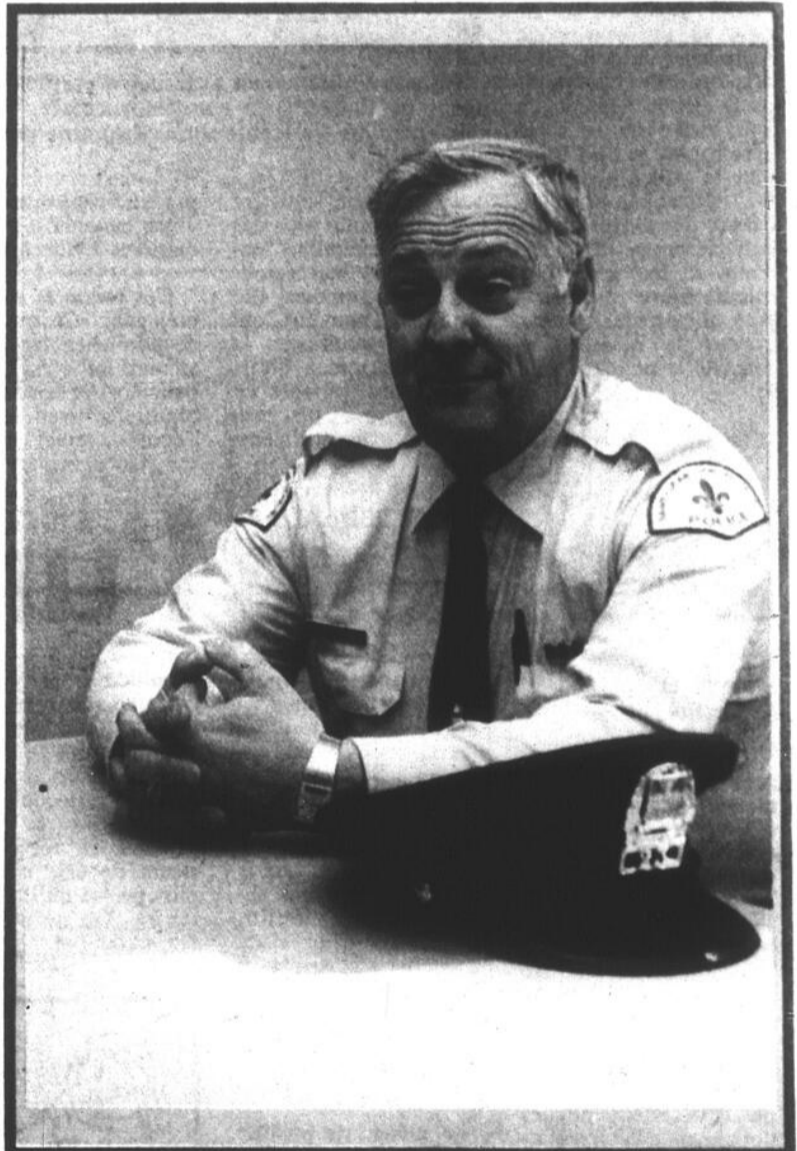
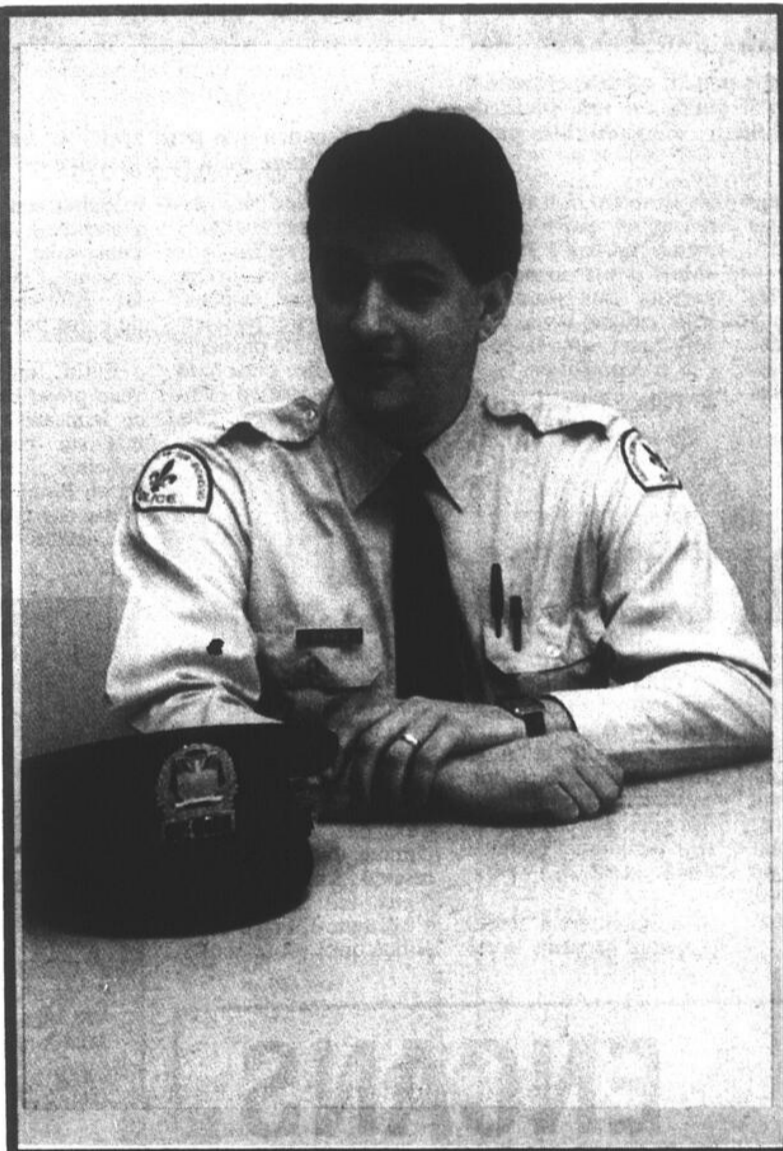
faut annoncer aux parents que leur enfant vient d'être tué dans un accident de la route. S'il fallait paniquer, ce serait pire», d'expliquer le policier Vaillancourt. Pourtant, une fois le masque ôté,

ça n'est pas facile de s'endormir sur l'image d'un petit être gisant au sol!

Pierre Kruse, lui, a en tête des souvenirs qui le remuent encore.

«À chaque fois que je passe devant cette maison où on avait trouvé un petit gars dans le garde-robe, je revois la scène», raconte-t-il en soupirant. La violence chez les couples n'est pas non plus

sans le marquer. «Des fois ça se retourne contre nous, la femme qu'on vient défendre ne veut pas qu'on fasse de mal à son mari pendant qu'elle-même souffre de ses coups». Suite à la page B-2.



Les policiers Pierre Kruse et Réjean Vaillancourt: des natures sensibles sous l'uniforme. (Photos guy LESIEUR)

PROFIL

ISABELLE BRASSEUR: Dans la région, tout le monde connaît Isabelle Brasseur, à qui on concède d'excellentes chances de devenir championne mondiale en patinage artistique, catégorie couple. Cette jeune célibataire ambitionne également de devenir championne olympique en 1992. (Page B-3)

MODE

INDÉPENDANCE: Être soi-même et ne pas vouloir en changer n'a rien de grave. Il suffit d'identifier des tenues qui savent jouer le romantisme et l'indépendance. Comme un parfum de mode qui illuminerait un sourire. (Pages B-4 et B-5)

JEUNES

VIDÉO-DANSE: Ce soir, mercredi, à 19h30, se tiendra une soirée dansante avec écran géant au Palladium d'Iberville. Les profits réalisés à cette occasion seront versés aux élèves de 4e secondaire de la polyvalente Marcel-Landry. (Page B-19)

AÎNÉS

ADAPTATION: Les centres d'accueil d'hébergement de la Montérégie sont d'accord avec l'énoncé de politique qui reconnaît que l'augmentation rapide et marquée du nombre de personnes âgées exigera des efforts d'adaptation soutenus et importants dans le futur. (Page B-26)

LOISIRS

BOEUF MUSQUÉ: Saviez-vous que l'ancêtre du boeuf musqué vivait à l'ère glaciaire, tout comme le mamouth et le mastodonte? Si vous l'ignorez, Robert Martineau vous invite à lire sa chronique sur la philatélie. (Page B-38)

«Les farces ne nuisent pas à notre image»

Vous brûlez d'envie de savoir pourquoi les policiers sont de si fer-

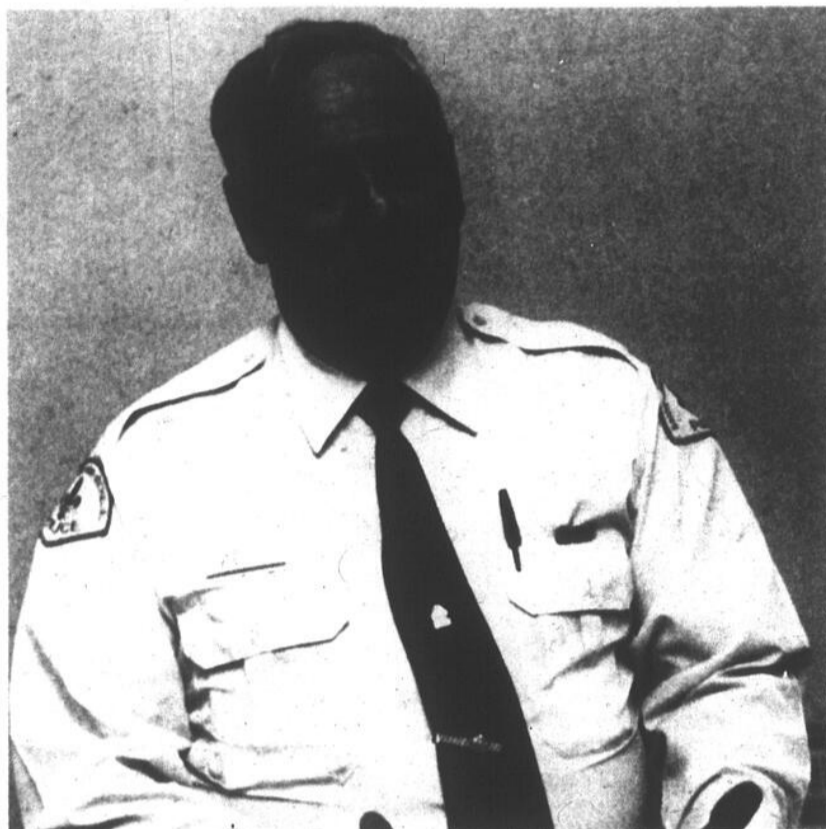
Céline BORDUAS

vents amateurs de beignes? Lorsque j'ai posé la question aux agents Kruse et Vaillancourt... ils ont ri! «Quel endroit à Saint-Jean est ouvert toute la nuit, même la fin de semaine, et n'est pas un débit de boisson, hum?» Voilà leur réponse. Et puis ils sont des habitués du Dunkin.

Quant à savoir quelles impressions ça leur fait d'être l'objet de sarcasmes plus salés comme ceux servis par Rock et Belles Oreilles ou ceux de notre caricaturiste Pierre Lavigne, encore là les policiers (ceux devant moi) se montrent beaux joueurs.

«Ce n'est pas méchant, croient-ils. Et puis si ça peut nous rapprocher de la population ordinaire, pourquoi pas!» Effectivement ça leur arrive de se faire apostropher par un Bonjour la police bien senti... souvent le point de départ de conversations enrichissantes. «Dans ce temps-là les gens oublient notre uniforme pour nous parler comme à tout le monde», a constaté le policier Kruse.

En fait ce ne sont pas



Réjean Vaillancourt a changé d'emploi depuis peu. Il est présentement agent de liaison à la cour municipale. Mais il garde en tête plein de souvenirs de ses trente années comme patrouilleur. «On n'oublie pas», assure-t-il.

des farces que souffrent leur image mais bien des fausses perceptions entretenues à leur égard. «Nous ne sommes que des êtres humains qui visent à améliorer la société du mieux qu'ils le peuvent», annonce un Pierre Kruse un brin idéaliste mais qui s'em-

presse d'ajouter que «bien entendu il y a des barrières à franchir».

Ces barrières sont les préjugés. «Ce qu'il y a de bon chez les jeunes aujourd'hui c'est que les policiers ont des contacts réguliers avec eux à l'école», émet Réjean

Vaillancourt. Un type de rencontres qui n'existait même pas il y a 10 ans. «Mais il y a encore des parents qui menacent leurs enfants de se faire embarquer pour le poste s'ils n'écoutent pas!»

Police jeunesse
En matière de rappro-



«Le secours que peut apporter un policier ressemble bien plus à une relation d'aide qu'à une histoire de bras», soutient l'agent Kruse.

chement avec les citoyens, il faut souligner les activités reliées à la Semaine de la police dont le super déjeuner des pompiers et policiers qui a rassemblé plusieurs centaines de personnes dimanche passé au Hangar D-4 de la Base. Une série d'émissions hebdo-

madaires est également présentée à la télé communautaire du Haut-Richelieu. Elle porte sur les différentes facettes du corps policier.

Enfin, un tout nouveau projet baptisé Police Jeunesse vient d'être mis sur pied par les policiers Jean Roy et Pierre Rémillard. Il s'adresse aux adolescents et aux jeunes adultes qui

éprouvent des difficultés et voudraient obtenir du secours.

M. Vaillancourt nous apprend que le service téléphonique - fonctionnera sans interruption. Sept jours sur sept. «Si un jeune se trouve mal pris un samedi en pleine nuit, il pourra téléphoner au 358-9500. On l'écouterait», a-t-il assuré. Avis aux intéressés.

Derrière l'uniforme...

Suite de la page B-1
La soupape

Quand ils arrivent chez eux, comme tout le monde, les agents décompressent. Ils enlèvent alors leur «peau de policier» pour enfiler les vêtements de monsieur tout le monde... jusqu'à ce qu'ils mettent le nez dehors pour se faire interpellé par un voisin ou un ami qui veut parler à la police! «Notre métier nous suit partout, même sans l'uniforme on reste toujours des policiers», fait remarquer Réjean Vaillancourt en parlant de vocation.

«Être la conjointe d'un policier ça aussi c'est une vocation», estime Pierre Kruse. C'est elle en effet qui subit le plus souvent les contre-coups de la job. Elle qui fait face au dépit du policier qui n'a pas pu rien faire sur les «lieux du crime». Elle encore qui l'encourage et le soutient dans sa peine. «Les épouses sont nos piliers, sans elles on ne réussirait pas à passer au travers du stress.»

Les statistiques

révèlent à ce chapitre que le taux de divorce est plus élevé chez les couples où l'un des deux est policier. Situation que l'agent Kruse s'explique par le fait que les conjoints ne vivent pas au même rythme, que le policier est souvent absent, notamment les fins de semaine, et qu'avant de marier un agent, il faut penser aux répercussions émotives qu'aura cette profession.

Rassurer

Le métier de policier ne comporte toutefois pas que des drames et du danger. Le plus souvent les agents sont appelés à sécuriser les personnes seules qui ont peur. «Des cas de jasette», déclarent les agents Kruse et Vaillancourt dans un sourire complice. Eux savent bien que le simple fait d'aller écouter une vieille dame qui se croit en danger permettra à celle-ci de dormir, rassurée.

«Quand ils appellent au poste c'est parce qu'ils en sont à leur dernier recours!» Mais le devoir est une chose personnelle. Ça les poli-

ciers Kruse et Vaillancourt vous le répéteront. Et même si servir la communauté est une priorité pour les policiers, il reste qu'ils ont des choix à faire. «Quand on reçoit plusieurs appels, c'est au plus pressé qu'il faut se rendre. On ne peut pas être partout.»

Voilà une chose qu'on leur reproche souvent: ne pas être là au bon moment. Autant qu'on les accuse d'être des donneurs de contraventions, des gens qui profitent de leur pouvoir et quelquefois des baveux.

«Contrairement à ce que plusieurs pensent, le po-

licier doit d'abord être humain, pas un colosse qui intimide», soulignent nos interlocuteurs.

Bien sûr qu'il y en a des peu commodes, comme dans toute profession. Sauf que si l'un d'eux fait des siennes c'est toute l'image de la police qui s'en ressent!

ENCANS

Tous les samedis soirs à 19 h

INVITATION À TOUT LE PUBLIC
Désireux de vendre différents articles

150, rue Frontenac, St-Jean-sur-Richelieu
346-1166

Y'a du nouveau au

Salon Gino

PLACE SAINT-JEAN
400, boul. du Séminaire nord
Saint-Jean-sur-Richelieu Tél.: 349-1914

Maintenant à votre service...

Héliane Martel
coiffeuse

Carmela De Angella
coiffeuse

Nicole Samoisette
coiffeuse

Anciennement du Salon Yolanda



Mort d'homme

Je m'interroge depuis longtemps sur la tristesse que la mort fait inévitablement apparaître sur son passage. Depuis que le monde est monde, on devrait pourtant savoir que la mort nous guette et, qu'aussi imprévisible qu'elle soit, elle est le seul achèvement possible de notre passage sur terre.

Un de mes voisins a été ainsi emporté, il y a quelque jour. Un voisin que tous connaissaient. Un voisin dont la machine humaine était en panne. Un voisin qui avait décidé de lutter contre son mal intérieur. Un grand voisin, un homme, qui malgré son jeune âge, tirait la vie de sa maladie. Un être dont la lente agonie était plus forte que tous les espoirs réunis.

Je ne vois pas. Je n'ai donc pas connu mon voisin autrement que par une récente rencontre professionnelle. Comment dire sans sombrer dans le ridicule du mélodrame? Plus fragile que la feuille à l'arbre, la vie..., me souffle Félix Leclerc.

Cette fragilité apparente, je l'ai profondément ressentie en sa présence, mais plus encore cette

sérénité que, généralement, l'âge apporte. Mon voisin avait à peine plus d'une trentaine d'années en dehors et quelques siècles de sagesse en dedans. Il n'avait qu'une tentation, celle de vivre. Une telle tentation qu'il parvenait à la semer sur son passage et que tous ceux qui le rencontraient ne pouvaient faire autrement que d'y croire.

Mon voisin est parti et ne reviendra pas. Son départ aura laissé un grand trou béant dans la mémoire des siens, de ses proches comme on dit. Une fillette n'a plus de père. Mais un père, c'est bien connu, ça se refait. Une fillette aura peut-être un jour assez de mémoire pour se souvenir!

Mon voisin est mort et depuis les gazons ont verdi, les bourgeons éclatés. Une mort au printemps, c'est un bel exemple des contrastes de la vie, du matin et du soir de l'existence.

J'ai pris mon café ce matin en pensant à mon voisin. Je l'ai salué en pensée et j'ai continué la journée car c'est ce qu'il a fait jusqu'au dernier souffle: continuer!



Dans la région, voire aussi dans l'ensemble du Québec, tout le monde connaît Isabelle Brasseur. Tous savent qu'elle a d'excellentes chances de devenir un jour championne mondiale en patinage artistique, catégorie couple. Cette jeune célibataire de Saint-Jean, qui avoue ne pas être ponctuelle, ambitionne aussi de devenir championne olympique en 1992.

■ **Mon lieu de naissance:**

Kingsbury, Québec, par une très chaude journée de juillet. Je suis «Lion».

■ **Ma famille:**

ma mère Claudette, secrétaire-comptable. Mon père Gill, ingénieur en chimie. Mon frère Dominique, étudiant ingénieur industriel.

■ **Mon état civil:**

célibataire.

■ **Mon occupation:**

athlète Olympique en patinage artistique en couple et étudiante au Cégep Édouard Montpetit à Longueuil (Sports-Études).

■ **Ma voiture:**

Hyundai Excell GL 87, rouge.

■ **Ce que je fais le mieux dans la vie:**

essayer de toujours trouver un bon côté ou profiter au maximum de tout ce que je fais.

■ **Ce que j'aimerais être:**

championne Olympique et Mondiale en patinage artistique, catégorie couples.

■ **Mes qualités:**

féminine, généreuse, travaillante et aimable.

■ **Mon pire défaut:**

ne pas être ponctuelle.

■ **Mon meilleur ami:**

Lloyd Eisler (mon partenaire) car il est toujours là quand j'ai des problèmes.

■ **Mes idoles:**

les patineurs en couple: Barbara Underhill & Paul Martini pour leur persévérance. Ils perdaient les Olympiques à cause d'une chute et deux semaines plus tard, ils gagnaient les Championnats Mondiaux.

■ **Ma musique préférée:**

«Soft Rock»

■ **Mes artistes préférés:**

Michel Rivard et une artiste peintre Parisienne qui a eu la gentillesse de peindre pour moi.

■ **Mes films préférés:**

tous les films de Walt Disney.

■ **Mes lectures préférées:**

les deux romans de Torey L. Hayden: L'enfant qui ne pleurait pas et Kevin, le révolté.

■ **La cuisine que je préfère:**

la cuisine chinoise et les mets typiques français.

■ **Ma saison préférée:**

été (la chaleur, le soleil).

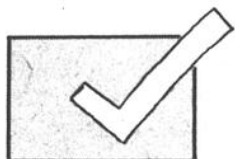
■ **Ce que j'aime le plus:**

patiner, voyager et rapporter des cadeaux-souvenirs de mes voyages sans oublier ma collection de «p'tits cochons» et la «fameuse» tarte aux pommes de ma grand-mère. J'adore me lever le matin avec un rayon de soleil plombant dans ma chambre.

■ **Ce que je n'aime pas:**

me soumettre aux tests de conditionnement physique VO² MAX. Me lever avant 8 heures le matin (surtout l'hiver).

«Check»
tes complets



Une allure sur mesure
qui se détache de l'ordinaire!



Complets
sur mesure **379\$**
À PARTIR DE

Tailleur Mercerie

Carrefour Richelieu
600, rue Pierre-Caisse
Saint-Jean-sur-Richelieu
Tel.: 349-2344

Michel Tamilia INC

Confection sur mesure pour elle et lui

MICHEL DARCHE

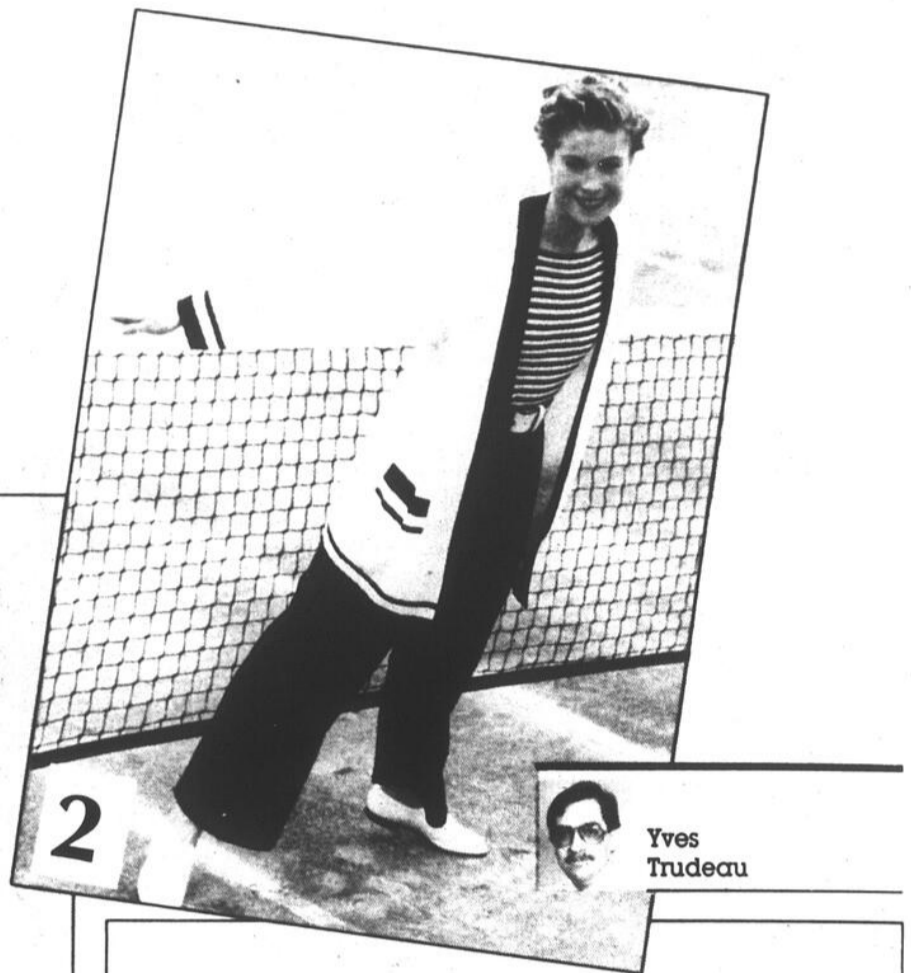
«La boutique pour la femme active»

25%

SUR LES IMPERMÉABLES

557, boul. du Séminaire
Saint-Jean-sur-Richelieu
349-5366

Le mélange des genres



Être soi-même et ne pas vouloir en changer. Elle veut se retrouver et choisir une image qui saura la représenter. Une mode qui sera comme elle. À la fois douce, déterminée et féminine.

Pas de stéréotypes, mais des tenues qui savent jouer le romantisme et l'indépendance. Comme un parfum de mode qui illuminerait son sourire.

Les genres peuvent être différents, mais le style demeure le sien. Elle est naturelle.

Elle aime le mouvement et le développe comme une nouvelle et différente attitude de son expression propre.

Voilà la mode qu'elle a choisie. Et au fond, c'est pour le mieux...



1. Une blouse à manches courtes en coton finement rayé sur une jupe ample en voile de coton imprimé.

2. Une longue veste blanche bordée de marine, coordonnée à un chandail aux rayures marine et blanche et un pantalon en gabardine de polyester et laine.

3. Une petite robe soleil à volants superposés dans un imprimé de fleurs exotiques.

4. Une longue veste à carreaux noir et blanc sur une jupe-culotte en viscose imprimée de trèfle blanc sur fond noir.

5. Une veste volantée sur un col roulé noir et une jupe droite en gabardine de laine.

6. Un blazer et un pantalon en laine et viscose portés avec un chemisier assorti.

Les vêtements sont de la collection «Rodier Paris».



Acclimater vos plants de fleurs et de légumes

La température malsade que nous avons connue dans le mois de mai, commence à nous faire douter que le printemps est synonyme de beau temps. Mais comme il y a toujours un bon côté à toute chose, vous pouvez vous consoler en vous disant qu'au moins les plantations de haie, d'arbre ou d'arbuste auront beaucoup plus de chance de bien reprendre avec ce temps frais et pluvieux que par un temps chaud et sec. Le seul inconvénient est que peu de gens se sentent le cœur à jardiner par une température peu clémente. Il est possible de tirer profit d'une telle température pour acclimater les jeunes plants de fleurs et de légumes aux excès d'humidité de Dame Nature.

En effet, les plantules élevées en serres sous un climat totalement contrôlé, ne sont pas toujours prêtes à affronter les dures réalités du monde extérieur. Il est quelquefois nécessaire de les habituer graduellement à ces contrastes afin de leur éviter des chocs qui pourraient retarder la reprise ou, dans des cas extrêmes, tuer complètement les jeunes plants. Comme dans d'autres domaines, il faut que les changements se fassent en douceur pour assurer un meilleur succès.

Mais de quoi doit-on les protéger exactement? Les courants d'air froid, le gel et surtout les grands vents asséchants qui sont souvent plus dommageables que le gel lui-même. On met fréquemment la responsabilité de la perte de plants de légumes ou de fleurs sur le dos du gel alors qu'il s'agit plutôt des vents qui brûlent le feuillage et donnent des symptômes similaires. Il arrive fréquemment que des semis partis dans la maison meurent dès leurs premiers contacts

avec l'extérieur. Quelle désolation pour celui ou celle qui a pris tant de soin à réaliser faire germer ces petits plants de tomates ou de fleurs. Ça l'est encore plus si c'est un enfant qui s'en est occupé.

Comment peut-on faire donc pour réussir à les rescaper? La patience et la progression sont les deux clés du succès. Dans un premier temps il faut attendre que les plants aient au moins quatre à six vraies feuilles avant de les exposer à l'extérieur. La température est moins importante que le fait d'être à l'abri du vent. Il suffit en général que le thermomètre marque au moins 5°C et plus pour que vous puissiez sortir même les plants les plus fragiles. Par contre, il faut absolument éviter tout vent pour les premiers jours à l'extérieur. Un coin au soleil et à l'abri du vent représente la solution idéale. Vous pouvez les laisser de 2 à 4 heures pour la première fois.

Profitez des heures d'ensoleillement les plus chaudes, c'est-à-dire de 11 heures à 14 heures. Même si le soleil se montre peu vos jeunes plants s'acclimateront à l'air frais. Augmentez graduellement le temps d'exposition en surveillant les vents pendant au moins une semaine. Vous pourrez ensuite les adapter aux vents en choisissant des journées peu venteuses pour commencer. Le tout devrait s'échelonner sur une période d'environ 15 jours.

Mais il n'y a pas que les jeunes plantules qu'il faut acclimater. Il peut arriver que vous ayez à le faire avec des plants de fleurs en cassettes. En général ces plantes sont déjà adaptées au froid mais quelquefois le vent risque quand même de les abimer. Vous devez alors procéder de la

même façon que pour les jeunes plantules; commencer par de courtes expositions, puis rallonger graduellement. Ceci est particulièrement vrai lorsque les plants sont hauts ou reconnus pour être sensibles aux vents comme les impatientes.

Une bonne façon de savoir si vous achetez des plants de fleurs en cassettes qui ont déjà été acclimatés aux rigueurs de notre printemps capricieux est de choisir des plants courts, trapus et compacts ayant peu de fleurs. L'attrait est peut-être moindre mais la reprise est toujours meilleure car le plant est plus costaud. Pour les plants de légumes, les tomates entre autres, il faut préférer ceux qui ont une tige violacée et qui sont plus courts à ceux qui sont grands et moins



Une bonne façon de savoir si vous achetez des plants de fleurs en cassettes qui ont déjà été acclimatés aux rigueurs de notre printemps

capricieux est de choisir des plants courts, trapus et compacts ayant peu de fleurs.

foncés. Il ne reste à espérer que Mère Nature se rappelle de nous et nous

envoie du beau temps pour que le jardinage prenne son véritable envol.

Pour plus de renseignements sur l'horticulture, vous pouvez me joindre aux serres: Les

Jardins Olivier 911 Chemin des Patriotes, L'Ancadie, JOJ 1H0 347-1622.

BOUCHERIE **POUR VOUS** INC.

au 727, rue Saint-Jacques, Saint-Jean-sur-Richelieu 347-4729

BOEUF CANADA CATEGORIE A-1

Tournedos
(6 à 7 onces)
Provenant de la pointe
Paquet de 4
SUPER-SPECIAL



1.49 ch.

BOEUF CANADA CAT. A-1
Bifteck d'loyau
ou
Bifteck de côte
(RIB STEAK)
Boeuf Canada cat. A-1



4.99 lb
11\$ kg

Cuisses de poulet
AVEC DOS
Produit congelé
Paquet de 4



79¢ lb
1,74\$ kg

Boeuf en cubes pour brochettes
provenant de la pointe



3.99 lb
8,80\$ kg

Boeuf haché
maigre 85%
5 lb et plus



2.29 lb
5,05\$ kg

Fromage cheddar
«RIVIERA»
jaune ou blanc
Naturel 100%



3.99 lb
8,80\$ kg

Souvlaki au porc
manné
env. 70 g

79¢ ch.

au poulet
manné
env. 70 g

99¢ ch.

Brochette de porc
manné
215 g

1.99 ch.

Jambon cuit 6,59\$ kg **2.99** lb

Poulet pressé
«ROYAL»
4,39\$ kg **1.99** lb

Viande fumée
(SMOKED MEAT)
8,80\$ kg **3.99** lb

Bifteck mariné
partie de la fesse
Ordinaire ou au poivre
Boeuf Canada cat. A
Spécialité de la maison
(6 à 7 onces)



2.09 ch.

BON APPÉTIT

Carte de crédit: VISA, M.C.

B-6 LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1989



Jean Côté
Directeur des ventes

Voyez notre promotion spéciale
Page A-71

RICHELAIN
410, rue Laberge
Saint-Jean-sur-Richelieu

MERCURY LINCOLN
359-0047



Les meilleurs crus bourgeois 1986

Je parlai dernièrement de la dégustation de 57 crus bourgeois du millésime 1986 organisée par la SAQ le premier avril dernier. Cela est bien beau mais encore faut-il savoir lesquels devraient être achetés. D'autant plus qu'à compter du 19 mai le grand public trouvera ces vins dans certaines succursales régionales; une trentaine y compris celle du boulevard du Séminaire. Il y a de bonnes chances que les meilleurs ne soient plus déjà disponibles. De toutes façons, ils se vendent autour de trente dollars; mais il y en a d'autres, et d'excellents, à moins de vingt dollars.

■ Du Médoc

Deux vins intéressants: le château La Tour de By (\$18.75); un nez de cassis et de sous-bois avec des tanins plutôt souples et une certaine matière. Le château Greysac (\$16.40), un nez de fruits et de cèdre avec un bel équilibre. Que demander de plus pour le prix!

■ Haut-Médoc

De cette partie du

Médoc, j'ai retenu plusieurs vins d'une bonne qualité. Le château Soudars (\$18.90) au nez d'encre et de vanille. Avec des tanins presque souples et de la matière. Le château Magnol (\$15.60), excellent pour le prix avec son nez de violettes et d'épices. Des tanins déjà souples et avec un bel équilibre. On pourrait dire la même chose du château Laroze-Trintaudon (\$16.35) qui, lui, a un côté charmeur. J'ai aussi surtout aimé le château Malescasse (\$15.60) avec son nez de cuir, de champignons et de sous-bois. Il avait un côté moelleux qui plaisait. Un beau vin. Le château Tour du Haut-Moulin (\$22.15), avec sa couleur très soutenue et son nez de fruits, est peut-être un peu cher. J'ai aussi bien aimé le château Citran (\$16.55) avec ses tanins souples et son côté un peu moelleux. Un assez beau vin pour le prix. Il faudrait surtout souligner la qualité du château Hanteiullan (\$14.60) qui, avec son nez de tabac, de bois et de cuir mais aussi avec des tanins corrects, en fait un vin remarquable. Dans cette catégorie, il ne faut

pas oublier l'excellent Sociando-Mallet (\$24.75), quel vin! Il ferait honte à certains crus classés. Un vin un peu «serré» pour le moment mais de grande classe.

■ Listrac

De cette petite région dans le Haut-Médoc, je ne retiens que le château Fonréaud (\$15.70). Il a des tanins assez fins et un certain équilibre. Un bon rapport qualité-prix mais pas vraiment impressionnant.

■ Moulis

Trois grands vins de cette région: d'abord le château Chasse-Spleen (\$26.10), le château Poujeaux (\$27.95) et le château Dutruich Grand Pouleaux (\$16.90). Si j'ai préféré les deux premiers, le troisième est d'une belle qualité pour le prix. Inutile de dire que le Chasse-Spleen est mon vin préféré de cette région; de fait, c'est une vieille faiblesse!

■ Margaux

De cette commune tant réputée, deux crus



bourgeois à retenir: le château Siran (\$30.25) très bien fait mais, il me semble un peu cher, et le château Labégorce Zédé (\$26.45) qui, lui aussi, est un beau vin malgré son prix peut-être un peu élevé.

■ Saint-Julien

Le château Gloria (\$25.75), qui jouit déjà d'une grande réputation, ne peut décevoir personne. Le 1986 est à la hauteur de sa réputation.

Violacé, il sentait les fruits, le bois et les truffes. Il avait de beaux tanins fins et de la matière. Pour quelques dollars de moins, on peut se procurer le château Terrey-Gros-Cailloux (\$20.85) qui est aussi un

très beau vin mais avec moins de finesse que le précédent, mais moins cher.

■ Pauillac

Pauillac n'est pas une région à dédaigner mais des deux vins proposés, un seul, me semble-t-il, est digne de mention: le château Fonbadet (\$27.30). Un vin qui a un côté charmeur, mais qui me paraît un peu cher pour la qualité.

■ Saint-Estèphe

Ce n'est pas la plus réputée des régions du Haut-Médoc mais on y trouve de grands châteaux comme le Cos d'Estournel. On y rencontre aussi d'excellents crus bourgeois comme le Haut-Marbuzet (\$32.75) qui vaut bien son prix et le château de Pez (\$25.70). Bien que j'adore les deux premiers, j'aime beaucoup le château Meyney (\$24.35). Ce sont là trois des plus grands crus bourgeois de cette région.

En somme, pour moins de vingt dollars, on trouve de très bons vins que l'on aurait intérêt à se procurer.

Ma
BOUCHERIE
348-0303
Pierre Gruslin, propr.
612, rue Dorchester
St-Jean-sur-Richelieu
Ouverte le dimanche de 9 h à 17 h

Foie de génisse
Frais, très tendre, saveur unique, excellent pour la santé
1 99 lb
Idéal sur la grille

Brochette de boeuf
bien garnie
Garantie tendre 170 g et plus
5 onces et plus
1 49 ch.
La qualité

Boeuf haché
1 livre
5 livres
10 livres
1 79 lb
MAIGRE 85%
La qualité à votre choix Emballé sans frais avec plaisir

Bifteck aux épices et aromates ou Bifteck estival mariné
LA QUALITÉ
1 59 ch.

Tournedos au boeuf
Intérieur de ronde
1 49 ch.

SUPER SPÉCIAL
Souvlaki de boeuf
60 g
49¢ ch.

Saucisses B.B.Q.
«SCHNEIDERS»
Paquet de 6 450 g
1 99 ppa.
SUPER-SPÉCIAL

Jambon Toupie
désossé
«LE BOUCAN»
Le meilleur au Québec
1 89 lb
LA QUALITÉ



Desserts gagnants

La gastronomie se divise en plusieurs branches... mais sans contredit, la plus imaginative et surtout la plus gourmande est bien celle qui regroupe les desserts, qu'il s'agisse de gâteaux, de tartes, de soufflés, de biscuits, de parfaits, de carrés, de puddings... et encore et encore!

Pourtant c'est vraiment la seule partie du repas qui suscite autant d'interrogations... car enfin, personne n'hésite devant le bol de soupe ni devant le plat principal, mais avant de manger un dessert...

Soyez indulgent... une gourmandise fait plaisir et comme ailleurs, la modération a toujours sa place et surtout bon goût!

Gâteau renversé aux cerises

12 PORTIONS

1 boîte de garniture aux cerises pour tartes (21 oz)

- 2 1/4 tasses de farine
- 1 1/2 tasse de sucre
- 3/4 tasse de cacao
- 1 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
- 3/4 c. à thé de sel
- 1 1/2 tasse d'eau
- 1/2 tasse d'huile
- 1/4 tasse de vinaigre
- 1 1/2 c. à thé de vanille

■ Étendre la garniture aux cerises dans le fond d'un moule de 13 x 9 x 2 pouces. Dans un grand bol, combiner les 5 ingrédients suivants et dans un autre bol, combiner le reste des ingrédients.

■ Verser les ingrédients liquides sur les ingrédients secs, en une seule fois et remuer juste pour mélanger le tout. Verser sur la garniture aux cerises.

■ Cuire au four à 350F, de 30 à 35 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dents inséré au centre en ressorte propre. Laisser refroidir 10 minutes et renverser dans un plat de service.

Parfaits aux pommes

8 PORTIONS

- 1 tasse de gruau
- 1/2 tasse de cassonade
- 1/4 tasse de beurre fondu
- 1 boîte de garniture aux pommes pour tartes (21 oz)
- 1/4 c. à thé de cannelle
- crème glacée à la vanille

■ Combiner les trois premiers ingrédients dans un moule de 8 x 8 x 2 pouces et placer au four à 350F environ 10 minutes, juste pour ramollir le mélange.

■ Refroidir et émietter; réserver 1/2 tasse de ce mélange.

■ Ajouter la cannelle à la garniture aux pommes; répartir cette préparation dans 8 verres à parfaits et garnir du mélange au gruau.

■ Déposer ensuite dans chaque verre une boule de crème glacée et saupoudrer la demi-tasse de mélange réservé.

Croustillant aux fraises

12 À 16 PORTIONS

2 paquets de fraises tranchées, congelées, décongelées (10 oz ch.)

- 1 tasse de beurre
- 1 1/4 tasse de sucre
- 2 oeufs
- 1 tasse de crème sure
- 2 tasses de farine
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de cannelle
- 1/2 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/2 tasse de noix hachées
- 1/2 tasse de cassonade
- 4 c. à thé de fécule de maïs
- 2 c. à thé de jus de citron
- crème fouettée

■ Égoutter les fruits et réserver le jus et mettre de côté. Défaire le beurre en crème et ajouter le sucre; bien battre jusqu'à ce que le tout soit léger et mousseux.

■ Ajouter les oeufs et bien fouetter; incorporer la crème sure. Combiner farine, poudre à pâte, cannelle, bicarbonate et sel et ajouter à la préparation.

■ Étendre la moitié de cette préparation dans un moule graissé de 13 x 9 x 2 pouces; déposer les fraises sur la pâte.

■ Combiner les noix et la cassonade et saupoudrer la moitié de ce mélange sur les fraises. Étendre le reste de la pâte puis saupoudrer le reste du mélange des noix.

■ Cuire au four à 350F environ 40 minutes.

■ Mélanger la fécule de maïs et le jus de fraises réservé et cuire jusqu'à ce que la sauce bouillonne et soit épaisse. Continuer la cuisson encore 2 minutes.

■ Incorporer le jus de citron et retirer du feu. Servir la sauce tiède sur le croustillant et garnir de crème fouettée.

Pouding au chocolat

8 PORTIONS

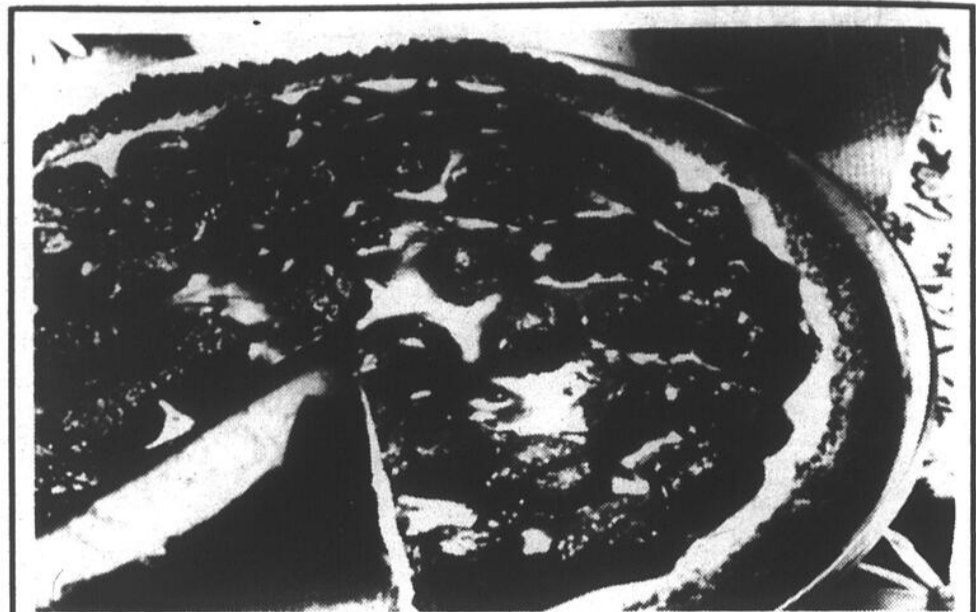
- 4 tranches de pain blanc, beurré et tranché en cubes
- 1/2 tasse de noix de coco râpé
- 1/2 tasse de brisures de chocolat mi-sucre
- 2/3 tasse de sucre
- 1/2 tasse de beurre d'arachide
- 2 oeufs
- 1 c. à thé de vanille
- pinçée de sel
- 2 1/2 tasses de lait

■ Placer le pain dans un moule de 8 x 8 x 2 pouces; saupoudrer la noix de coco et les brisures de chocolat.

■ Fouetter ensemble sucre et beurre d'arachide; incorporer les oeufs, la vanille et le sel puis verser le lait; bien mélanger.

■ Déposer ce mélange sur le pain puis placer le moule dans un grand plat pouvant contenir environ 1 pouce d'eau chaude.

■ Disposer le tout au four et cuire à 350F environ 1 heure ou jusqu'à ce que la pointe d'un couteau insérée au centre en ressorte propre.



Tarte à la pêche Melba

fond de tarte non cuit à la chapelure graham de 9 pouces

- 1 1/3 tasse de pêches tranchées, pelées (2 pêches moyennes)
- 1 paquet de fromage à la crème ramolli (250 g)
- 1/2 tasse de sucre
- 2 c. à table de farine
- 1 oeuf
- 2/3 tasse de lait évaporé Carnation non dilué
- 1 c. à thé de zeste de citron râpé
- 1 c. à table de jus de citron
- 1 paquet de framboises surgelées, décongelées
- 1 c. à table de fécule de maïs

■ Foncer le fond de tarte de pêches; battre le fromage jusqu'à consistance crémeuse. Incorporer en battant sucre, farine et oeuf.

■ Ajouter le lait graduellement, sans cesser de battre; ajouter les zeste et jus de citron et verser le tout sur les pêches.

■ Faire cuire au four à 350F, environ 35 minutes ou jusqu'à ce que le centre soit ferme. Laisser refroidir.

■ Égoutter les framboises et garder les fruits en réserve; chauffer le jus et la fécule de maïs dans une petite casserole en remuant constamment.

■ Amener à ébullition, réduire la chaleur et continuer la cuisson encore 2 minutes en brassant à l'occasion. Incorporer les framboises et étaler sur la préparation refroidie.

■ Réfrigérer et servir bien froid.

Bananes aux macarons

6 PORTIONS

- 1 oeuf légèrement battu
- 1 c. à table de jus de citron
- 6 bananes pelées et tranchées en deux dans le sens de la longueur
- 6 biscuits macarons
- 1 c. à table de beurre fondu
- 2 c. à table de confiture d'abricot
- 2 c. à thé de jus de citron
- 1 boîte de cerises noires dénoyautées (8 oz)
- 2 c. à table de sucre
- 1 c. à table de fécule de maïs
- 1/4 tasse d'eau

■ Combiner l'oeuf et la c. à table de jus de citron et y tremper les demi-bananes; déposer sur une plaque à biscuits graissée. Émietter les biscuits et incorporer le beurre fondu; saupoudrer ce mélange sur les fruits.

■ Cuire au four de 8 à 10 minutes à 375F. Combiner la confiture et 2 c. à thé de jus de citron et arroser les fruits. Cuire encore 5 minutes et servir avec la sauce aux cerises chaude.

■ Égoutter les cerises et verser le sirop de la boîte dans une tasse à mesurer; ajouter suffisamment de vin rouge afin d'obtenir 3/4 tasse.

■ Chauffer le liquide avec le sucre, la fécule de maïs, l'eau et une pincée de sel; cuire jusqu'à ce que la sauce bouillonne et soit plus épaisse. Laisser mijoter 2 minutes puis incorporer les cerises; réchauffer parfaitement.

ASTUCE MAISON

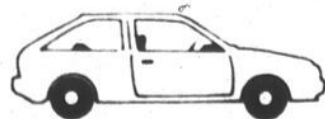
Des amuse-gueule au fromage...

Deux sortes qui se préparent en un tournemain avec si peu d'ingrédients: défaites en crème 1/4 tasse de beurre et incorporez 1/4 tasse de farine et 1 tasse de fromage en pot comme Cheez-Whizz; façonnez la pâte en rouleau et enveloppez dans un papier ciré; une fois le rouleau dur, découpez en fines tranches et déposez sur une tôle à biscuits non beurrée; faites cuire au four à 400F, 10 minutes. Ou procurez-vous un paquet de pâte feuilletée surgelée; faites dégeler la pâte et abaissez-la; parsemez de fromage râpé, pliez, parsemez à nouveau de fromage râpé, repliez et ainsi de suite 6 fois. Taillez en fines languettes, saupoudrez de paprika et faites cuire sur une plaque au four à 400F, environ 10 minutes.



une à louer?

une



à vendre?

un petit



à donner?

les petites annonces du sont là pour ça!

LE CANADA FRANÇAIS



347-0323



Le stress, un mot à la mode

Quel est le mot à la mode depuis quelques années? Arrêtez-vous quelques instants pour y songer; voilà vous y êtes c'est cela, le mot: stress. Le stress, qui ne connaît pas ce terme, qui ne connaît pas ses effets négatifs sur les individus mais particulièrement sur les femmes.

Malheureusement, c'est vrai, le stress «attaque» beaucoup plus les femmes c'est-à-dire que notre organisme est beaucoup plus vulnérable. Pourquoi y sommes-nous plus sensible? Excellente question que l'on peut peut-être expliquer par les causes suivantes:

1. Travail extérieur.
2. Éducation des enfants.
3. Entretien ménager de l'appartement, maison.
4. Dépense nerveuse plus élevée.

Tous ces facteurs rongent l'organisme humain. Nous les femmes, sommes plus sensibles (je ne voudrais pas être taxée de discrimination sexuelle, mais malheureusement il faut regarder la situation telle que vécue par la majorité). Pour la plupart, nous travaillons beaucoup et surtout nous «courrons» encore plus. Comme une amie me disait: «Je fais du 200 milles à l'heure et il me semble qu'il faudrait que je file à 250». C'est tout dire!

Dans l'édition du CANADA FRANÇAIS (mercredi le 15-03-89)¹, on relevait un article sur le stress. On présentait divers événements stressants. Il faut expliquer que certains facteurs sont positifs et certains négatifs.

Je vous présente certains faits qui sont cause de stress mais qui peuvent avoir un bon effet (ex: grossesse - fait heureux) aussi sur l'être humain. Décès - fait négatif.

■ Source de stress (positif et négatif)

1. Décès du conjoint.
2. Divorce.
3. Maladie.
4. Mariage.
5. Perte d'emploi.
6. Grossesse.
7. Changement de carrière.
8. Succès personnel.
9. Déménagement.
10. Chômage, etc...

Quelques compagnies ont créé des complexes anti-stress pour résoudre les problèmes de stress qui deviennent visibles. Les premières «marques» apparaissent sur le visage. Il se peut que vous vous soyez déjà réveillée avec des traces de fatigue, de petites ridules et rides. On peut imputer une part au fait que nous vieillissons tous, mais le stress imbrique des traces légères et progressives sur l'épiderme. Si vous ne prenez pas garde, ces ennuis ne s'estompent plus et deviennent permanents au visage. Et, pire souvent le stress va être une cause de vieillissement accéléré. Donc, cette crème de jour correspond aux attentes des femmes actives mais souvent stressées et fatiguées.

Le complexe anti-stress est une crème de soin douce et onctueuse. C'est un concentré actif réactivateur de jeunesse

du visage. De part sa construction formulaire, elle amène la peau à assumer son rôle de protection, elle allie aussi une performance rajeunissante extraordinaire pour une crème de jour.

Cette crème a une texture de plus agréable et elle convient à tous les types de peau (même grasse mais il ne faut pas avoir de problème d'acnée). Vous déposez un léger film sur le visage et vous jetez un coup d'oeil dans le miroir cinq minutes plus tard...

Le résultat? Vous constatez visuellement que le teint est éclairci, que les petites ridules sont disparues et que les rides sont atténuées. Bref, le visage paraît plus

reposé.

L'extrait de thymus est responsable de ce changement sur le visage. Le thymus a le pouvoir de stimuler le métabolisme des cellules, d'augmenter la respiration et les échanges inter-cellulaires retardant donc le processus de vieillissement.

Les agressions extérieures qui accélèrent le vieillissement (chimiques, optiques et thermiques) trouvent maintenant une réponse et sont en mesure de combattre efficacement les micro-traumatismes provoqués par ces facteurs internes (nerveux et émotionnels) pour préserver l'épiderme des chocs visibles du stress. Il faut souligner que ce complexe agit

comme une crème de nuit mais il n'en demeure pas moins que c'est un soin de jour. C'est aussi une excellente base de maquillage.

■ Quelles sont les agressions nocives?

Je vous rappelle que les agressions thermiques sont de nature suivante: vent, soleil, froid, déshydratation des tissus, dessèchement provoqué par air conditionné.

Les agressions optiques: filtre UVA, filtres UVB, filtres UVC, radicaux libres.

Les agressions chimiques: écarts de pH, pollution, fumée, pluie acide, gaz d'échappement, autres naissances de

l'environnement.

On regroupe aussi sous les agressions mécaniques les mouvements musculaires répétés, qui à long terme, amènent des modifications de structure des tissus. Il en résulte une perte d'élasticité, d'extensibilité et de raffermissement des tissus.

En cosmétologie, on a démontré par des études récentes que le thymus est un facteur de rajeunissement des plus performants. Et c'est vrai, puisque déjà à l'application de la base, comme je l'écrivais plus haut dans le texte, on découvre son visage transformé après cinq minutes. Vous ne constatez pas la différence lorsque le pot est terminé.

Ce complexe assure aussi que vous pourrez affronter les perturbations de la journée en toute sérénité. La peau est protégée, mais aussi de part ses ingrédients actifs et désensibilisant la peau ne souffre plus du stress, et elle n'épuise plus toutes les ressources tissulaires pour combattre et faire face à toutes les agressions!

Pour toutes informations, vous pouvez me joindre chez Brons-image, 374 boul. Saint-Luc, Saint-Luc, 349-2744.

Bonne semaine.

(1) L'échelle d'évaluation du stress de Holme-Rahe, chronique du DSC du Haut-Richelieu, mercredi le 15-03-89 Page B-23.

Nos gagnants

Lors de nos tirages du 10 mai, Mme Yvette Brault de L'Acadie a gagné un séjour d'une semaine au Camp Beauvallon International. Les deux paires de billets pour le spectacle de Jean Lapointe à l'auditorium du cégep, le 19 mai, sont allées à Colette Lussier de Lacolle et à Michel Lebeau de Saint-Luc. Le sort a également favorisé Ginette Lavoie. Elle a gagné quatre billets pour le match du 21 mai qui opposera Les Expos aux Dodgers de Los Angeles. Ce dernier tirage a eu lieu le 11 mai. Nous leur offrons nos félicitations et meilleure chance la prochaine fois à tous ceux qui participent à nos concours.

ERRATUM

Veuillez vous reporter à l'annonce du Salon de Beauté Johannais parue dans notre édition du 10 mai dernier et vous prions de noter le prix de la:

permanente à l'huile
laver et porter
à **29⁹⁵**

228 B, rue Champlain,
Saint-Jean-sur-Richelieu

sur rendez-vous
347-3635

B O U C H E R I E

D'AUJOURD'HUI

Nous nous réservons le droit de limiter les quantités.

La porte voisine du Bistro A.L. Van Houtte

Bifteck boston
(surlonge)



11\$ kg
Boeuf cat. A

4⁹⁹

lb

Bifteck de faux-filet
(Rib désossé)
SUPER-SPECIAL



15,41\$ kg
Boeuf cat. A

6⁹⁹

lb

Rôti de porc
désossé et roulé



4,38\$ kg

1⁹⁹

lb

Boeuf haché maigre
env. 85%
5 lb et plus



5,05\$ kg
Boeuf frais seulement

2²⁹

lb

SPÉCIAL
POULET

Tournedos 2²⁹
ch.

Brochette 2⁴⁹
ch.

Souvlaki 89¢
ch.

PRODUITS MARINÉS

Fromage cheddar
jaune ou blanc



8,90\$ kg

3⁹⁹

lb

Bifteck pirate
(partie de la fesse)
Garantie tendre
(6 à 7 onces)



BOEUF CAT. A

2²⁹

ch.

Bacon
«Le Boucan»
première qualité
Boîte de 5 lb



5⁹⁹

boîte

Gros poulet
(chapon)
5-6 lb
Grade A



3,73\$ kg

1⁶⁹

lb

Côtelettes d'agneau
nature ou mariné
Un vrai délice!



11\$ kg

4⁹⁹

lb

IDÉAL POUR LE BARBECUE

Saucisses
«Knackwurst»



6,50\$ kg

2⁹⁹

lb



Réflexions d'une femme handicapée

Micheline Piotte est psychologue depuis 20 ans et psychothérapeute depuis 15 ans. À l'âge de six ans se manifestaient les premiers signes d'une maladie d'origine génétique: l'acromanie ulcéro-mutilante. Deux de ses frères en sont aussi atteints, dont un est décédé à 38 ans, le sang infecté. À la naissance, les trois enfants paraissaient normaux.

«La maladie se caractérise par une forte diminution de la sensibilité à la douleur, au chaud, au froid et à la pression aux extrémités des quatre membres. Les mécanismes physiologiques qui nous avertissent habituellement d'un danger, ne fonctionnent qu'au ralenti, je ne retire pas assez rapidement ma main qui touche un objet brûlant... je me coupe sans trop m'en rendre compte, etc...»

«Les ulcères apparais-

sent soit par suite de cette absence de clochette d'alarme, soit, très souvent, comme émergeant de l'intérieur du pied ou de la main, sans blessure préalable à la peau. Une infection semble dormir tout près de l'os, prête à se manifester».

Madame Piotte a dû subir l'amputation de ses deux pieds et de nombreuses phalanges aux deux mains. «À 45 ans, je marche avec deux prothèses, mon genou gauche est fragile et toujours menacé, je porte une orthèse qui immobilise et supporte mon coude gauche, la peau se fendille à la racine de l'index gauche, creusant une petite vallée qui semble ne pas vouloir se combler». Quand la maladie est active, pour la décrire, madame Piotte emploie des tournures comme «ma jambe gauche qui depuis trois ans n'arrête pas de cracher des morceaux d'os» ou «un corps fiévreux, qui

marche et qui bouge».

Voilà pour la situation «technique» si je puis dire. Mais l'ouvrage (le livre Au-delà du mur) a aussi comme sous-titre «Réflexions d'une femme handicapée», et c'est bien ce que nous livre Micheline Piotte. Elle examine son enfance avec la peur, son adolescence résignée et sa vie d'adulte. Elle nous parle entre autres du plaisir de marcher et de jouer, du qualificatif de «courageuse» qui lui colle à la peau, du sentiment de culpabilité, du regard

des autres, de son corps de femme et de sa foi. Le livre est vraiment construit comme une suite de réflexions sur différents sujets, ce qui rend l'histoire personnelle de madame Piotte parfois un peu délicate à suivre. Mais on comprend vite que les détails chronologiques n'ont que peu d'importance dans ces «Réflexions», car leur profondeur et leur pertinence captivent rapidement le lecteur.

Cette femme handicapée se raconte ferme-

ment, sans hésitations ni louvolements et sa franchise nous en impose. «Je me retrouve donc quelque 12 pouces plus courte. Je vois très bien sous le drap blanc de l'hôpital, mon corps qui s'arrête, là, en dessous des genoux. Le pied du lit est vide. Les orteils ne retroussent plus le drap» ou encore: «Je suis une dure souriante. On appelle ça du courage. Je sais maintenant que c'est une forme de négation... La négation et la rage froide me font aller au-delà de mes limites plu-

sieurs fois, souvent». «J'ai honte de tacher régulièrement les draps, les serviettes... avec le sang et le pus qui coulent de moi».

Au sujet de ses relations avec les autres, elle affirme: «Il y a la maladie, les handicaps, les infirmités qui me différencient. Mais il y a aussi, surtout le regard des autres». «Certaines personnes n'ont parfois pas le goût de m'aider, ce que je trouve tout à fait naturel. Elles peuvent me reprocher, silen-

cieusement dans la plupart des cas, de leur faire sentir les limites de leur générosité... Avoir besoin ne crée pas des droits pour l'un et des devoirs pour l'autre. Avoir besoin crée une situation où le meilleur de moi et de l'autre est provoqué.

Au-delà du mur de Micheline Piotte, un livre cru, sincère et prenant d'une femme qui a un profond goût de vivre. En vente chez VLB Éditeur, 4^e trimestre 1988, 170 pages.

Carnet social

Le lave-o-thon de l'A.H.M.H.R.

■ Nous regrettons que la température du matin du 6 mai dernier nous ait obligé à annuler le lave-o-thon qui devait avoir lieu pour l'Association pour handicapés mentaux du Haut-Richelieu. Un remboursement sera remis aux gens qui en feront la demande, au 105, rue Laurier, local 103. Pour informations, communiquez avec le 347-2324.

Tournoi de balle

■ Organisé par l'A.R.B.R.E. Lieu: Palestre Iberville, 375, avenue Bessette à Iberville. Samedi le 3 juin 1989, de 10 heures à 20 heures. Le soir, il y aura une danse, de 19 heures à 23 heures à la Palestre d'Iberville. Dimanche, 4 juin 1989, continuité du tournoi de 10 heures à 17 heures. Inf.: 347-7472.

Déjeuner communautaire

■ La prochaine rencontre des organismes communautaires se tiendra le mercredi 7 juin prochain de 8h30 à 10 heures au restaurant le «Louvre» de Saint-Jean. Le sujet de discussion sera «Partager ce que l'on vit comme relation avec les clientèles concernées en tant qu'intervenants(es) communautaires, et ce par une situation concrète». Bienvenue à tous les organismes et/ou associations pertinent(es).

Voyage culturel

■ Il ne reste plus que trois places pour le voyage culturel organisé pour les membres en règle du groupe conseillers en sensibilisation et en information pour les personnes du Haut-Richelieu, à Sherbrooke, le 22 mai prochain. Les membres intéressés, veuillez communiquer avec vos responsables au 347-3062.

Marie-Claude Fortin

diététiste

CONSULTATION EN NUTRITION

Pour des renseignements sur une alimentation saine et équilibrée

Pour un traitement plus particulier concernant

- les problèmes de poids
- le diabète
- l'hypertension
- les lipides sanguins (gras) trop élevés
- etc.



Clinique Médicale N.-D.-L.
346-7020
Clinique Médicale Iberville
347-7557

S P É C I A U X D E M A I

peinture
au latex intérieur
blanc fini mat
DENALT no 555-01

1895

1/4 LITRES
OU MOINS

Serge Mercier

Peinture au latex
intérieur blanc
fini perle
SIGO no 163-110

2499

1/4 LITRES
OU MOINS

Peinture
au latex
apprêt de scellement
GIL

GRATUIT

à l'achat de 3
contenants de 4 litres

Peinture au latex
intérieur blanc
fini semi-lustre
GIL no 2400

2599

1/4 LITRES
OU MOINS



Tél.: 347-3800

u-
ire
ur
de-
les
re.
ne
ur
est

de
li-
re-
a
vi-
B
re

**• VENEZ •
• CÉLÉBRER •
• AVEC NOUS •**

L'expansion

LES
• HALLES •
S T J E A N

Les Halles Saint-Jean, pour mieux
vous servir aux mêmes bas prix!



145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu 348-0935

LES
HALLES
ST-JEAN



Venez célébrer avec nous!

- Livraison de bouquets de ballons
- Cartes de souhaits
- Papiers d'emballage
- Sacs cadeaux
- Tasses avec messages
- Bibelots
- Montgolfières/mobiles
- Décorations de salles pour mariages et toutes autres occasions
- Accessoires de cuisine
- etc.

BOUTIQUE

MINI



145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu 349-4361

Il nous fera plaisir de vous accueillir très bientôt dans la nouvelle partie.



CRÉATIONS COIFFURES
ENR.



145, boul. Saint-Joseph, St-Jean-sur-Richelieu

348-8210

Venez nous voir dans la nouvelle partie à compter du 23 mai!

Une petite tabagie qui vous rendra de grands services!



- Articles pour fumeurs
- Livres, revues, journaux
- Service de photocopies
- Service de finition de photos



LA TABA-LOTO

145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu

PLEINE LUNE INC.

Aliments (santé) naturels

Nous agrandissons pour un plus grand choix de produits! À surveiller très bientôt... surface doublée!

SPÉCIAUX

Gelée royale
Renshen-Fengwangjiang
Rég. 9\$ **6⁹⁹**

Fi-Bar
Rég. 5,85\$

4⁹⁹

145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu 348-8238

La Vieille Dépense
aliments en vrac



Venez célébrer avec nous

| | | |
|---|---|--|
| <p>Croutons «César»</p> <p>227 lb 4,98\$ kg</p> | <p>Pastilles chocolat blanc</p> <p>254 lb 5,50\$ kg</p> | <p>Abricots séchés</p> <p>372 lb 8,19\$ kg</p> |
|---|---|--|

Spéciaux en vigueur du mercredi au dimanche jusqu'à épuisement

Variété - Service personnalisé

145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu 349-4520



**Côtelettes
de porc**

(COUPE DU CENTRE)

4,39\$
(TANT QU'IL Y EN AURA)



1.99

Bifteck maître Pierre
(partie de la fesse)



12,32\$ kg
Boeuf Canada cat. A

5.59
lb

Boeuf haché maigre
environ 85%



5,05\$ kg
Boeuf Canada cat. A

2.29
lb

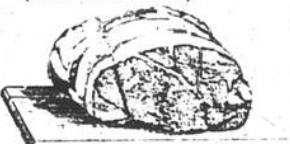
Bifteck minute
(délicatissé)



8,80\$ kg
Boeuf Canada cat. A

3.99
lb

Rôti de porc
(désossé et roulé)



5,49\$ kg
(partie de la longe)

2.49
lb

Boeuf en cubes
(idéal pour brochette)



9,46\$ kg
boeuf Canada cat. A

4.29
lb

**Souvlaki
au porc**

69¢
ch.

**Souvlaki
au poulet**

89¢
ch.

Tournedos au porc
(6-7 onces)

1.79
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

5.99
paquet

Brochette de boeuf
175 g

1.79
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

5.99
paquet

Brochette de poulet
175 g

2.69
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

8.99
paquet

Tournedos au boeuf
(6-7 onces)

1.79
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

5.99
paquet

Tournedos au poulet
(5-6 onces)

2.29
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

7.99
paquet

Brochette de porc
175 g

1.79
ch.

SPÉCIAL PAQUET DE 4

5.99
paquet

**Boucherie
Pierre**

*Livraison
gratuite*

Chez nous boeuf Canada cat. A
Nous nous réservons le droit de limiter les quantités

La boucherie des

HALLES
ST JEAN

*La seule
et unique*

145, boul. Saint-Joseph, Saint-Jean-sur-Richelieu 348-4993

LES
HALLES
ST JEAN



FRUITERIE

L'avenue du potager

145, boul. St-Joseph, St-Jean-sur-Richelieu Tél.: 349-3209

CANTALOUPE

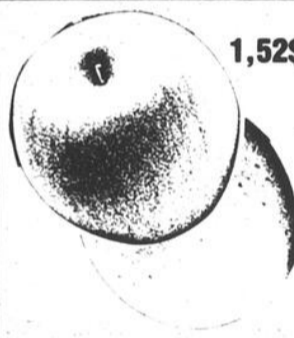
pr. É.-U. no 1
Gr. 30



59¢
ch.

POMMES

«Granny Smith»
pr. Chili no 1
Gr. 135

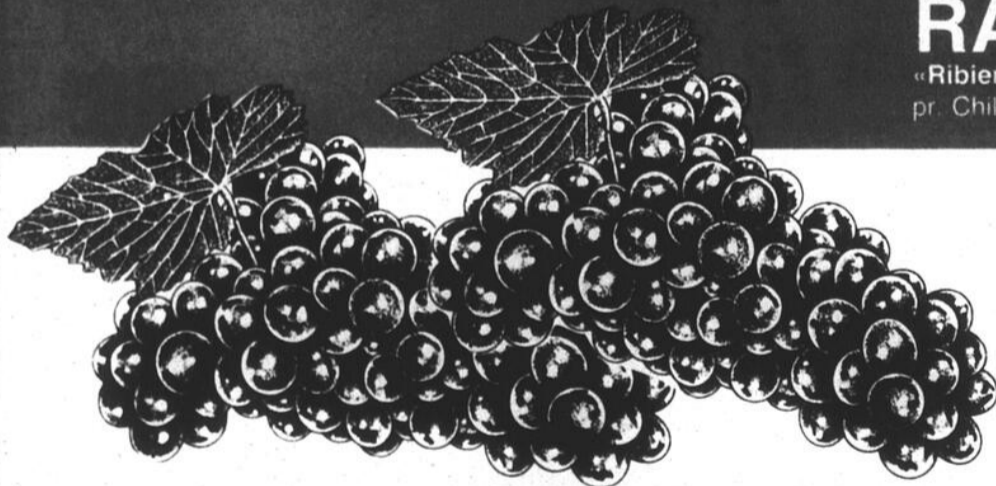


1,52\$ kg

69¢
lb

RAISINS BLEUS

«Ribier»
pr. Chili no 1



2,18\$ kg

99¢
lb

PÊCHES

pr. É.-U. no 1
Gr. (80-84)

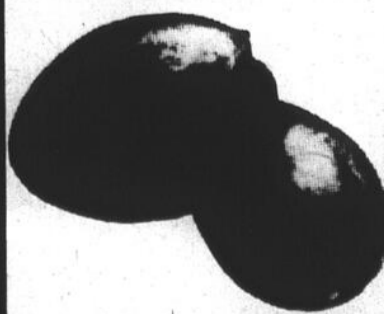


2,18\$ kg

99¢
lb

MANGUE

pr. Haiti no 1
Gr. 42



99¢
lb

LES
HALLES
ST JEAN

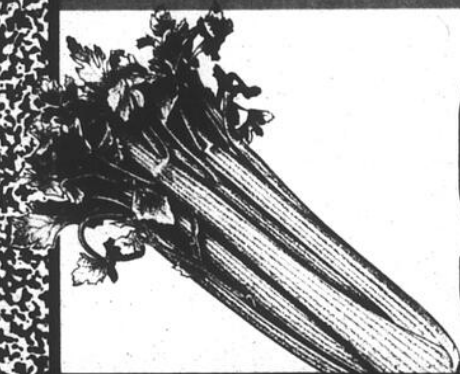
FRUITERIE

L'avenue du potager



CÉLERI

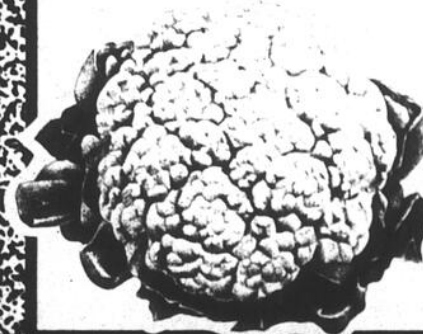
pr. E.-U. no 1
Gr. 30



99¢
ch.

CHOU-FLEUR

pr. E.-U. no 1
Gr. 16



99¢
ch.

ÉCHALOTES

pr. E.-U. no 1



5/99¢

ARTICHAUTS

pr. E.-U. no 1
Gr. 60



5/99¢

Oeufs bruns

Gr extra-gros
Directement
de la ferme



1.59
douz.

Jambon cuit

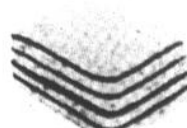
«Lesters»



4,38\$ kg **1.99**
lb

Poulet pressé

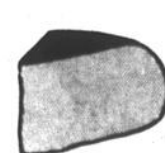
«Lesters»



3,72\$ kg **1.69**
lb

Fromage mozzarella

«A Frappier»



6,58\$ kg **2.99**
lb



La gamme Infiniti 1990 de Nissan

Après avoir révolutionné le monde de la petite voiture, des minicamionnettes et celui de la voiture sport. Les fabricants d'automobiles japonaises s'apprêtent à envahir sérieusement le marché des voitures de luxe. La compagnie Honda a été le premier constructeur à franchir le pas en offrant la gamme Acura. Une fois cette voie ouverte, les succès de Honda ont vite donné des idées aux autres fabricants japonais. C'est ainsi que Nissan se prépare à mettre sur le marché une nouvelle marque de voiture sous la bannière d'Infiniti.

Il y a longtemps que le quatrième plus grand constructeur d'automobile au monde caresse ce projet. Mais comme l'indique son vice-président aux ventes pour le Canada, M. Yves Boyer: «la compagnie Nissan doit faire plus que de mettre au point de nouveaux modèles. Elle doit s'activer à mettre sur pied un

solide réseau de concessionnaire qui veillera à donner un service hors-pair, à travers le pays».

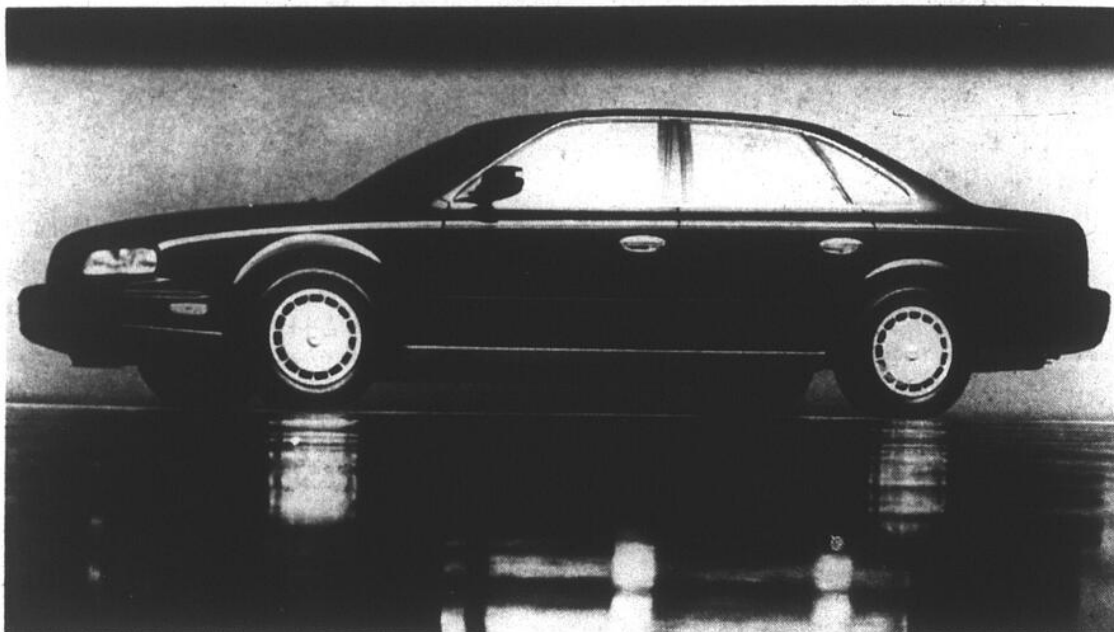
Comme le Canada est le deuxième plus grand pays au monde en terme de superficie et que les grandes villes sont éloignées les unes des autres. Les préparatifs entourant la mise sur pied d'un tel réseau demande beaucoup de temps et de planification. A ce sujet, il semble que Nissan n'imitera pas son concurrent Honda qui exige l'exclusivité de la marque Acura chez ces concessionnaires. Un concessionnaire Acura ne peut vendre d'autres produits sous le même toit. De son côté, Nissan permettra à ces concessionnaires de vendre les produits Infiniti et Nissan conjointement. Selon M. Boyer: «Il y a peu de grandes villes qui offrent un marché suffisamment gros pour qu'un concessionnaire de voiture luxueuses puisse aisément tirer son

épingle du jeu avec une seule marque.

Le réseau initial sera constitué de dix à quinze concessionnaires Infiniti. On espère pouvoir se rendre jusqu'à 25 points de vente pour tout le Canada.

Les nouvelles Infiniti seront vraisemblablement disponibles d'ici la fin de 1990 au Canada. Nos voisins du Sud, les États-Unis, auront droit à une mise en marché plus hâtive soit au début de 1990. Leur marché étant plus important pour ce type de voiture et la facilité avec laquelle on peut mettre sur pied un réseau de concessionnaire efficace dans un pays aussi densément peuplé explique le retard qu'on accusera sur eux.

Pour l'instant, tout nous porte à croire que Infiniti nous proposera trois modèles. Le plus intéressant sera certainement la Q45. Cette grosse berline 5 portes possèdera un superbe moteur V8 à 32 soupapes



La Q45 d'Infiniti proposera un V8 de 4,5 litres sous le capot de cette berline. Un V8 japonais, est-ce une première?

de 4,5 litres. Équipé de quatre arbres à came en tête, il sera le premier V8 japonais en sol canadien. Par ailleurs, les

lignes de la Q45 s'apparentent drôlement à celles de la Nouvelle Nissan Maxima.

Le modèle M-30 sera

plus accessible. Ce coupé 2 portes se verra confier le moteur V6 de 3 litres de la Maxima. Ses 165 chevaux-vapeur

comblent les amateurs de décapotable. En effet, Infiniti nous proposera également une version convertible de la M-30.



**OUVERTURE
OFFICIELLE**
de notre nouveau local

Situé
dans la
nouvelle
partie
des
Halles

*Bienvenue
à toute notre
clientèle*

La Réserve
ÉPICERIE



145, boul. Saint-Joseph Saint-Jean-sur-Richelieu 349-1183

Ça s'en vient...



**La Caisse Populaire
Notre-Dame Auxiliatrice**

Bientôt du nouveau aux

HALLES DE SAINT-JEAN

145, boul. Saint-Joseph 348-0901

L'ACADIE: 305, chemin
du Clocher
346-6891

PLAZA SÉMINAIRE NORD
1005, boul. du Séminaire
348-9201

(TOUJOURS AUX HALLES ST-JEAN)

**SAN
GIOVANNI**

349-4554

145 BOUL. ST-JOSEPH

«Voyez notre super-promotion en page A-10»



Les approches holistique et biomédicale

On entend de plus en plus parler du modèle holistique véhiculé par les approches alternatives de santé, alors que l'approche biomédicale est celle des médecines traditionnelles. Voyons un peu ce qui distingue ces deux approches!

L'approche holistique considère que la santé est une valeur positive et une sensation de bien-être résultant de l'intégration des aspects physiologiques, psychologiques, sociaux, culturels et spirituels de l'individu, et impliquant un choix personnel quant à son maintien. Pour l'approche biomédicale, la santé est l'absence de maladie. Elle correspond à un déséquilibre psychologique et bio-chimique par rapport à une norme statistique.

La maladie et la douleur, selon l'approche holistique et les pratiques alternatives, tendent à être perçues comme un processus, une occasion de connaissance et de croissance personnelle; alors que pour l'approche biomédicale, elles tendent à être perçues comme un état à éliminer à tout prix, du moins leurs symptômes.

Quel est le rôle du thérapeute pour l'une et l'autre de ces approches? Pour l'approche holistique, la responsabilité de la santé tend à être partagée entre le client et le thérapeute. C'est là une véritable prise en charge personnelle de sa santé. Le thérapeute tend alors à s'engager personnellement pour que la dynamique humaine soit présente; il tend à aider le client à miser sur sa conscience de soi et à stimuler les forces positives de guérison de son organisme. Du côté biomédical, le thérapeute tend à prendre le client en charge, à le dégager de ses responsabilités; il tend à être neutre sur le plan affectif pour ne pas biaiser les résultats; il tend aussi à miser sur la technologie pour prendre la relève de l'organisme en vue de la guérison (médication, chirurgie, etc.).

Les types d'intervention des deux approches diffèrent énormément. L'intervention tend à être minimale, selon l'approche holistique, et le diagnostic est partie intégrante du traitement qui se définit dans un contexte global. L'inter-

vention est davantage perçue comme un art que comme une science exacte. L'approche holistique tend à être centrée sur le care, c'est-à-dire la dimension affective; elle tend à valoriser l'expérience et le subjectif. L'être humain tend à être vu comme un système dynamique en

relation avec d'autres champs d'énergie et comme capable d'auto-guérison. Le type d'intervention de l'approche biomédicale est très différent et a tendance à l'interventionisme. Le diagnostic est une opération distincte du traitement. L'intervention est davantage perçue com-

me un science. L'approche biomédicale tend à être centrée sur la cure et à valoriser l'expérimental et l'objectif. Bref, l'être humain tend à être vu comme un ensemble de systèmes biologiques hiérarchisés assumant chacun une fonction précise dans l'organisme et devant se fier sur des

éléments extérieurs pour guérir.

D'une façon générale, les pratiques alternatives de santé, privilégiant l'approche holistique, interviennent avec succès et de façon naturelle dans le domaine des maladies chroniques, propres à notre civilisa-

tion. Pour sa part, la profession médicale, privilégiant l'approche biomédicale, intervient avec succès dans tout ce qui est considéré comme du domaine de l'urgence, exigeant la technologie, la chirurgie et la pharmacologie.

La sphère d'activité de

chacune de ces approches laisse place à une situation permettant facilement, si bonne volonté il y a de part et d'autre, une cohabitation sinon une collaboration visant au mieux être de la population. A quand cet heureux mariage? Aux consommateurs de décider!

BOUCLE D'OR

POUR TOUS VOS BESOINS EN COUTURE

Hâtez-vous la vente se termine le 20 mai 1989

Vente Anniversaire

GAGNEZ!

ÉPARGNEZ

25%

Coton permappress

2⁹⁹

Régulier 3,99\$ m

Assortiment régulier
Mélange polyester et
coton 115 cm
Très grand choix de
couleurs unies

ÉPARGNEZ

50%

SUR LES
PATRONS
McCALLS

**Une machine à coudre
SINGER**

«De super-débutante»
MODÈLE NO 4538
d'une valeur de

679\$

**10 PRIX DE
12 PATRONS
McCALLS**
de votre choix

Procurez-vous un bulletin de
participation à n'importe
lequel de nos magasins

ÉPARGNEZ DE

20% à 50%

sur une sélection incroyable de : tricots de coton,
cotonnades, jacquards, tissus pour occasions
spéciales, accessoires et plus...

ÉPARGNEZ

33 1/3%

Coton brut

4⁶⁶

Régulier 6,99\$ m

100% coton, 110 cm
Éventail de couleurs
unies Idéal pour pantalons,
jupes et costumes

**SURVEILLEZ NOTRE
CIRCULAIRE POUR
PLUS DE RABAIS**



| | | | | | |
|---|--|--|---|---|--|
| LAVAL 1720, boul. des Laurentides 667-3120 | LAVAL 3350, boul. Saint-Martin 687-9480 | MONTRÉAL NORD 5630, Henri-Bourassa 327-1113 | LASALLE Place Newman 388-7337 | TERREBONNE 1350, Chemin Moody 471-9494 | SAINT-JEAN-SUR-RICHELIEU 180, boul. Saint-Joseph 348-1148 |
| SAINT-LÉONARD 4490, Jean-Talon 725-9175 | LACHINE 3100, Notre-Dame 637-1102 | DOLLARD-DES-ORMEAUX Galeries des Sources 683-4711 | GREENFIELD PARK Les Galeries Taschereau 672-4372 | SAINT-HYACINTHE 2265, rue Casavant Ouest 771-4894/88 | |

L'important c'est que vous soyez satisfait!

En Allemagne cet été, «Les Noces Princières de Landshut»

C'est à Landshut, en Basse-Bavière, à une heure de voiture de Munich, que seront de nouveau reconstituées, pendant les mois de juin et de juillet, «Les Noces Princières». Il s'agit-là de l'événement le plus marquant de la saison des festivals de l'Allemagne en 1989.

Les rues pittoresques de cette magnifique ville moyenâgeuse une des plus importantes d'Allemagne au XV^e siècle, constituent la scène où se déroule la pièce, les

habitants forment la troupe. La reconstitution de cet événement historique solennel, lequel remonte à 1475, a lieu tous les trois ans depuis 1903.

Splendeur des manifestations

Une expression bizarre de la fin du 15^e siècle, «Himmel Landshut! Tausend Landshut», manifestait l'émerveillement et l'ébahissement sans borne des gens devant les splendeurs que dévoilaient Landshut

et ses environs à l'époque du mariage d'un jeune prince bavarois et d'une princesse polonaise de sang royal, en l'an 1475.

Le futur marié, qui est devenu plus tard Georges-le-Riche, était le fils du duc Louis-le-Riche de Bavière, tandis que sa fiancée était la princesse royale Edwidge de Pologne. Au moment précis où le prince s'est avancé pour conduire son épouse dans la ville, on donna le signal du début d'une série de festivals, de cérémonies, de tournois, de bals, de spectacles, de concours de beauté même, tels qu'on en avait rarement vus auparavant dans les cours princières.

Parmi les invités de marque figuraient l'empereur du Saint-Empire-Romain, Frédéric III, et même les frères du sultan Mehmet II. Il ne fut pas facile, pour le duc, les édiles et les citoyens de la ville, de loger tous les invités des familles princières et royales, leurs nombreuses escortes et les quelque 10.000 chevaux qu'ils montaient. Mais ils réussirent tout de même.

D'énormes préparatifs précédèrent les festivités. Il n'était pas seulement question de déployer la grandeur de la manifestation, mais aussi d'organiser un festin digne d'Épicure. À la lecture des listes des



Munich, métropole de la Bavière, est une ville accueillante par excellence. Après les festivités de Landshut, une visite s'impose dans

chacun de ses quartiers au caractère particulier.

mets qui furent servis et des documents anciens qui rapportent la variété et la quantité des aliments et des boissons qui furent engloutis, on reste songeur quant à l'appétit des gens de l'époque.

Les concours de beauté, si prisés de nos jours, constituaient un spectacle de choix. Les dames de toutes les familles devaient alors prendre part, toutes ensemble, à une «danse de

beauté» dont les juges étaient les invités royaux et princiers.

Un festival plein de faste

Le but du festival de Landshut est de reprendre cette période passionnante de l'histoire de la ville. C'est l'un des plus fastueux d'Allemagne, en son genre. Aucun autre ne s'y compare en ce qui a trait au

spectacle que procurent les costumes d'époque.

Pendant le festival, une agitation toute médiévale règne tard dans la nuit. Chaque semaine, les visiteurs sont invités à assister à des tournois, à admirer les exploits des valeurs de feu ambulants et des funambules pittoresques, et à participer à des festins de sanglier tout à fait moyenâgeux.

Du mercredi au samedi, c'est la Vieille Ville qui renaît, avec ses antiques gardes armés et ses cavaliers belliqueux. Le soir, dans la salle des banquets de l'hôtel de ville, on présente une pièce historique, ainsi qu'un bal auquel participent les princes, les chevaliers et les nobles dames.

Les fêtes atteignent leur point culminant tous les dimanches, lorsque le défilé du mariage s'ajoute aux autres activités qui se déroulent dans les très belles rues de la vieille ville gothique. Tôt dans l'après-midi, plus d'un millier d'habitants de Landshut, vêtus de magnifiques costumes d'époque, d'une valeur inestimable, marchent dans les rues des vieux quartiers de la ville à la rencontre de la mariée véhiculée dans un carrosse doré tiré à quatre chevaux.

Plus tard, se succèdent des scènes médiévales: tournois de chevaliers, danses anciennes au rythme d'airs de l'époque, interprétés sur des instruments du 15^e siècle. Le soir, toujours dans l'hôtel de ville, c'est la «Danse du mariage» qui a lieu, pour clore la partie officielle de cette journée de célébrations.

ses édifices historiques

Landshut abrite une profusion de trésors artistiques et d'autres objets qui témoignent de l'ancienneté de sa culture. La cathédrale de Saint-Martin, gigantesque édifice en briques, au clocher haut de 436 pieds, est un monument de l'époque gothique parmi les plus exceptionnels.

La résidence du duc, d'architecture Renaissance italienne est une réussite à tous les plans. L'hôtel de ville est un autre bâtiment imposant, avec son superbe pignon à merlon et ses tours hérissées.

Les murs de la salle des festivals sont garnis d'une série de tableaux sur les noces princières. Les maisons gothiques des citoyens et de la noblesse, ainsi que les arcades des vieux quartiers, qui conduisent vers la cathédrale, ajoutent à l'aspect moyenâgeux de l'ensemble. Tout comme le château de Trausnitz perché sur sa colline et tout éclairé la nuit.

Si vous projetez un séjour en Allemagne cet été, il ne faudrait pas rater cet événement pittoresque unique. C'est une occasion de participer à l'ambiance joyeuse qui se manifeste partout dans la ville et d'avoir le sentiment de vivre, ne serait-ce que pour de brefs moments, en plein XV^e siècle.

Pour obtenir des renseignements supplémentaires, communiquez avec l'Office National Allemand du Tourisme, 175 rue Bloor est, suite 604, North Tower, Toronto, Ontario M4W 3R8 et demandez la documentation en français.

Il faut aussi visiter



Mariage princier de Landshut.



Les groupes folkloriques bavarois ajoutent à l'ambiance de fête dans les rues de Landshut.



Forts en mathématique



Lors du concours de mathématiques du Québec qui s'est tenu dernièrement, nous aimerions souligner les résultats obtenus par les élèves de Marcel-Landry.

Christian Goyette, au centre de la photo, a obtenu la cote «A», c'est-à-dire qu'il est arrivé parmi les 50 meilleurs participants à l'échelle de la province. Plus de 1965 élèves avaient participé à ce concours.

Jacques Audette, Daniel Charpentier, Sylvie Gagnon ainsi que François Gareau ont mérité une cote «B».



Du théâtre à Marcel-Landry

Les élèves de 5^e secondaire du cours «Option théâtre» ont eu l'occasion de présenter la pièce «Drôle de Rôles» les 4, 5 et 6 mai à la polyvalente Marcel-Landry et le 11 mai à la polyvalente Armand-Racicot, de Saint-Jean.

La pièce, «Drôle de Rôles», écrite par M. Gabriel Gauthier, a été à mon avis une réussite totale et a permis aux élèves de 5^e secondaire de s'exprimer sur la scène.

vivants et n'ont pas peur de s'exprimer; de plus, il y a de l'humour et une intrigue captivante tout au long de la pièce.

À mon sens, la pièce était plutôt destinée aux élèves de 4^e et 5^e secondaires; les plus jeunes n'ont pas toujours su apprécier les différents tableaux de la pièce.

Félicitations à tous les participants de la pièce pour ces bons moments de théâtre.

Martine Hogue

Les personnages sont

Kathy Lafrance

Super vidéo-danse

Mercredi le 17 mai, à 19h30, aura lieu une super danse avec écran géant à l'aréna d'Iberville (370, rue Lareau) au profit des élèves de 4^e secondaire.

Venez en grand nombre, ça va être le fun!!!

Agenda

Mercredi le 17 mai: super danse à l'aréna d'Iberville, à 19h30.

Lundi, mardi, mercredi: (29, 30, 31 mai à 20 heures): concert de musique, à l'auditorium de la polyvalente.

La Floride, c'est pour les enfants!

Promotion estivale pour la Floride incluant DISNEY WORLD Réservez et payez avant le 25 mai 1989 et profitez de ces super-spéciaux

VOL ALLER-RETOUR

Adultes **279\$ U.S.**
 Enfants (jusqu'à 17 ans) **1\$ U.S.**
 (maximum 2 enfants)
 Du 26 mai au 10 septembre 1989

RÉSERVEZ DÈS MAINTENANT POUR LES VACANCES DE LA CONSTRUCTION

*Taxe et frais de service en sus

Spéciaux de dernière minute jusqu'à 50% en tout temps

Johanne et Sandra 349-1255 - 349-4182
 Monique 348-6324
 95, rue Lemay, Saint-Luc J0J 2A0

CLINIQUE MÉDICALE ET D'OBÉSITÉ 624

DIÈTES CÉTOGÉNIQUES
 Dr FERNAND BERGERON ET Dr ANDRÉ RIVARD
 POUR RENDEZ-VOUS

348-7744

| | | | | | |
|---------------------------------|----------------|-----------------------------------|-------------------------|-----------------|----------------------|
| CLUB STAN BUY | 9 juin | Paris | 17 juin | Londres | |
| | vol aérien | France | vol aérien | Angleterre | |
| 28 mai | Nassau | 20 mai | Montego Bay | | |
| Towne Hotel Bahamas | Acalpulco | Maris (STD) Mexique | Hill Topp Villa Jamaica | | |
| 1 semaine | 459\$ | 1 semaine | 359\$ + Taxe | | |
| + Taxe | | 2 semaines | 539\$ | | |
| 2 semaines | 459\$ | + Taxe | | | |
| + Taxe | | | | | |
| 21 mai et + | Puerta La Cruz | 22 mai et + | Fort Lauderdale | 21 mai et + | Marguerita |
| | | | Camelot (STD) Floride | | Bellavista Venezuela |
| 6 nuits | 459\$ + Taxe | 1 semaine | 219\$ + Taxe | 6 nuits | 399\$ + Taxe |
| 13 nuits | 549\$ + Taxe | 2 semaines | 269\$ | 3 nuits | 499\$ + Taxe |
| | | + Taxe | | | |
| Prix réduits à travers le monde | | Réservations à l'avance - 6 à 10% | | Dernière minute | Prix incroyables |

Votre guide Paul Laforest

L'été s'en vient!

Les Iles de la Madeleine Les Maritimes
 du 25 juin au 8 juillet 1989

Baie James, Abitibi
 (7 jours)
 du 15 au 21 juillet 1989

Iles de Mingan, Ile d'Anticosti
 du 26 juillet au 1er août 1989

Les Gorges de la rivière La Malbaie La Roche-Pleureuse: Ile-aux-Coudres
 (4 jours)
 du 25 au 28 août 1989

RENSEIGNEMENTS:
348-5984
346-8415

ACAPULCO
 RÉPUBLIQUE DOMINICAINE
 HÔTEL ET AVION
 Taxes et frais de service en sus pour ces deux destinations
299\$

MAROC
 SÉJOUR À AGADIR
 Deux semaines pour le prix d'une
739\$
 (taxes et frais de service en sus)

DU 6 MAI AU 24 JUIN

GISÈLE PAPIN, PROPRIÉTAIRE

Boston Newport
 Départ de Saint-Jean

4 jours Fin de semaine «Fête du travail»

Les Voyages 347-7707

En Vol ENR

95, rue Frontenac, Saint-Jean-sur-Richelieu



Jeu-questionnaire sur la communication

Mai est à la communication, ce que avril est à la santé dentaire. Il n'est pas rare d'entendre à la radio et dans les différents médias que telle et telle semaine est consacrée à différentes sphères d'activités. L'orthophonie n'y échappe pas. Quoique très discrète dans le monde de la santé et dans le milieu scolaire, l'orthophonie commence à s'imposer. La Corporation professionnelle des orthophonistes et audiologistes du Québec

a décrété, il y a quelques années, que mai serait le mois de la communication.

Afin de vous faire encore mieux connaître le domaine de l'orthophonie, prenez quelques instants pour tester vos connaissances. Ce petit jeu-questionnaire porte sur la prévention des problèmes de langage et d'audition chez l'enfant. Répondez Vrai ou Faux à ces affirmations qu'on entend couramment.

Vrai Faux

1. Avant d'être enceinte il est important de m'assurer que j'ai déjà été vaccinée contre la rubéole. ---
2. Il est indispensable de parler à mon enfant dès les premiers jours de sa vie. ---
3. À la naissance, mon enfant entend parfaitement; le développement de son système auditif est déjà terminé. ---
4. Les pleurs, les cris et les sons de mon bébé sont les premiers outils qu'il utilise pour s'exprimer. ---
5. «À 4 mois, mon bébé ne réagit pas aux bruits forts et soudains. S'il pleure, il ne se calme pas lorsque je lui parle doucement. Vers 7 mois, il cesse graduellement de produire des sons (gazouillis)». Je pense qu'il a un problème d'audition et que je devrais consulter pour qu'il passe un examen. ---
6. Je ne peux pas parler de beaucoup de choses à mon enfant de 2 ans à part de ses jeux, de sa nourriture et de ses vêtements. ---
7. J'aide mon enfant en lui donnant ce qu'il veut avant qu'il ne le demande. ---
8. Mon enfant parle très fort à la maison; dehors, il crie toujours en jouant. À la longue, je pense que sa voix pourrait s'abîmer. ---

9. Je pense que la télévision est un bon moyen pour aider mon enfant à acquérir le langage. ---

10. J'ai raison de me méfier de certains jouets bruyants. Ils peuvent être dangereux pour l'audition de mon enfant. ---

11. Mon enfant me pose beaucoup de questions. Je crois que c'est important que j'y réponde. ---

12. Presque tous les enfants font des otites; il n'y a aucun moyen de prévenir ce problème. ---

13. Mon jeune enfant fait souvent des otites (maux d'oreilles) qui durent plusieurs jours. C'est important de consulter un médecin. ---

14. Il est nécessaire de bien nettoyer le conduit des oreilles de mon enfant avec des coton-tiges (Q-Tips). ---

15. Si mon enfant est exposé à des bruits forts, il peut endommager son audition. ---

16. Mon enfant de 3 ans hésite en parlant. Pour que le problème disparaisse, je dois lui demander de faire attention, de parler moins vite, de prendre de grandes respirations. ---

Mon enfant a 4 ans; il peut encore avoir de la difficulté à prononcer correctement certains sons. ---

SPÉCIAUX DE MAI

au 1075, boul. du Séminaire nord



ROBERT

LE SEUL

MAGASIN

MERCIER & MERCIER
PEINTURE INC.



ALAIN



Teinture
OLYMPIC

sikkens
Cetol



2
POUR
28⁹⁹

Peinture

DENALT

NOUVEAU
CIL CILUX

BLANC
DE
BLANC

EN
PRIME



À l'achat de toute peinture C-I-L CILUX Blanc naturel parfumé, obtenez GRATUITEMENT une bombe aérosol de peinture 100% acrylique de ton moyen assorti. Jusqu'à épuisement des stocks.

☎ 348-2323

Plusieurs spéciaux en magasin

L'ALCOOL AU VOLANT

C'est criminel
QU'ON SE LE DISE

Règle de l'assurance automobile du Québec

Christine Viens, M.D.
Psychologue



SERVICES OFFERTS
Psychothérapie individuelle
consultation, évaluation et
diagnostic
(enfants et adultes)

Clinique médicale St-Luc
252, boul. Saint-Luc, Saint-Luc
348-6124

Centre médical Iberville
235, 2e avenue, Iberville
347-5548



Réponses du jeu-questionnaire

■ Réponses

1. **Vrai.** Si une femme enceinte a la rubéole durant les premiers mois de sa grossesse, il y a de fortes chances que certains organes du fœtus soient atteints. Ainsi l'enfant pourra, entre autres, être sourd. Avant la grossesse, il est important de se faire vacciner ou d'avoir une prise de sang pour savoir si le vaccin est encore efficace.
2. **Vrai.** C'est un moyen d'établir un contact avec lui. De cette façon, vous lui permettez aussi d'entendre des sons et de se familiariser avec le langage. C'est en voyant et en écoutant les autres parler qu'il finira par comprendre et par dire des mots.
3. **Vrai.** Dès le 3^e mois de la grossesse, votre bébé entend. Donc, dès la naissance, il est important de faire vivre à votre enfant différentes situations où il entend des sons pour stimuler son intérêt: chantez-lui des chansons, donnez-lui des jouets sonores (exemple: hochet, mobile musical, etc.)
4. **Vrai.** Quand l'enfant est très jeune, les pleurs, les cris et les sons sont les seuls moyens qu'il a pour vous faire connaître ses besoins. Soyez attentifs, essayez de le comprendre et répondez à ses besoins dans la mesure du possible. Ce sont ses premiers pas dans la communication.
5. **Vrai.** En observant les comportements de leur enfant, les parents sont souvent les premiers à soupçonner un problème d'audition. Si vous avez des doutes, consultez un médecin et demandez une évaluation en audiologie. Dès la naissance un bébé peut passer un examen d'audition.
6. **Faux.** Pour que le langage de votre enfant

se développe harmonieusement, il est important de lui parler dans toutes les situations de la vie quotidienne (par exemple, en faisant le ménage, en faisant l'épicerie, en bricolant, en jardinant, en mangeant...). Il est aussi important que d'autres personnes lui parlent (enfants, autres adultes).

7. **Faux.** Il faut fournir à votre enfant différentes occasions de parler: pour qu'il apprenne à demander, à raconter, à répondre aux questions et à en poser, etc. C'est de cette façon qu'il découvre toutes les possibilités de cet outil qu'est le langage et le goût de s'en servir.
8. **Vrai.** À force de crier et de parler fort, la voix d'un enfant a de fortes chances de devenir rauque, éraillée, enrrouée ou éteinte. À la maison, habituez-vous à parler à voix normale et diminuez les bruits (radio, TV, ...) pour que l'enfant puisse s'exprimer sans élever la voix. Dehors ou lorsqu'il fait du sport, essayez de lui donner des moyens pour remplacer ses cris (poser un klaxon sur sa bicyclette, utiliser un sifflet, faire des gestes, se rapprocher pour parler).
9. **Faux.** Pour l'enfant qui apprend à parler, la télévision seule n'est pas un bon outil d'apprentissage de la communication. Avec la télévision, l'enfant entend parler mais il ne peut pas conserver. Par contre, si vous la regardez avec lui et parlez de ce qu'il voit, c'est un outil valable.
10. **Vrai.** Il existe sur le marché des jouets qui émettent des sons forts et qui peuvent causer une perte d'audition chez l'enfant en plus de le stresser. Un jouet est trop bruyant si à un mètre de votre enfant, vous devez élever la voix pour lui parler.

11. **Vrai.** Quand vous répondez simplement aux innombrables questions de votre enfant, vous l'aidez à augmenter ses connaissances et son vocabulaire. Pour l'enfant, le jeu des questions est aussi une façon d'avoir une conversation avec vous.
12. **Faux.** Des mesures d'hygiène peuvent réduire la fréquence des otites:
 - la tête de votre bébé soulevée lors des boires;
 - le taux d'humidité de la maison à 40% et la température à 20-21°C;
 - une maison bien aérée;
 - une saine alimentation et des exercices au grand air;
 - se moucher régulièrement et correctement (doucement, une narine à la fois);
 - si votre enfant est enrhumé, qu'il boive plus, qu'il se mouche souvent et que sa chambre soit davantage humidifiée. L'usage de décongestionnant (sirop) n'est pas recommandé
13. **Vrai.** Une otite cause généralement une baisse d'audition. Si elle dure longtemps, ou se répète souvent, votre enfant pourra être affecté d'une perte auditive pendant plusieurs mois. Même si c'est temporaire, chez l'enfant de moins de 3 ans, cela peut nuire à son développement (développement du langage, acquisition de connaissances, relations avec les autres...). Attention! Une otite, ce n'est pas toujours douloureux et même si on la soigne, le problème peut toujours revenir.
14. **Faux.** Le cérumen (cire) sert à protéger l'oreille contre les infections. Il ne faut donc pas frotter le conduit de l'oreille pour l'enlever. De plus, l'utilisation de coton-tiges favorise la formation de bouchons de cérumen. On nettoie les oreilles avec une

débarbouillette humide

15. **Vrai.** Un bruit très fort près de l'oreille peut causer subitement une perte d'audition, exemples: pétards, ballons qui éclatent, cris. Un enfant qui est souvent exposé au bruit peut à la longue avoir une baisse d'audition, exemples: musique forte, baladeur à un volume élevé...
16. **Faux.** Les enfants de 3 à 6 ans traversent souvent une période d'hésitations tout à fait normale. Dans ce cas, montrez-vous attentif à ce que votre enfant vous dit, regardez-le et laissez-lui la chance de s'exprimer sans l'interrompre. Surtout, ne faites aucun commentaire sur sa parole. Si les hésitations persistent et qu'elles reviennent très fréquemment, il serait bon de consulter un ou une orthophoniste.
17. **Vrai.** À 4 ans, l'enfant peut encore avoir de la difficulté à prononcer les sons s-z-ch-j et r. Cela ne lui nuira pas à la maternelle. Cependant, pour l'aider, dites correctement après lui les mots difficiles sans lui demander de répéter (faire de l'écho).

■ Conclusion

Le langage et l'audition deux outils

- * pour développer la communication
- * pour permettre d'établir des relations avec les autres; se faire des amis, échanger avec eux.
- * pour pouvoir évoluer; exprimer ses besoins, ses sentiments et ses idées.
- * pour pouvoir apprendre; acquérir des connaissances, des techniques et des habiletés.

En somme «deux outils pour partir gagnant» dans ce monde où la communication a une place si importante.

DEAL

22 MAI 89

OUVERTURE

carrefour

richelieu

Plus de 110 magasins et services, terminus d'autobus

600 Pierre-Caisse
St-Jean-sur-Richelieu, Qué., J3A 1M1

plus près
de votre plaisir!

LE CANADA FRANÇAIS MAINTIEN: le mercredi 17 mai 1989 B-21



Protection de l'emploi dans l'entreprise

Le programme de protection de l'emploi dans l'entreprise vise à prévenir les licenciements collectifs dans les entreprises et à assurer une meilleure stabilité de l'emploi. Il s'adresse à toute entreprise et à tout groupe d'entreprises réparties sur un territoire ou dans un secteur d'activité économique.

Ce programme encourage la mise sur pied de comités de protection de l'emploi dans les entreprises en difficulté. Ces comités offrent des mesures de diagnostic et de redressement d'entreprise. Ils sont généralement formés de représentants des employeurs et de représentants du personnel salarié, lesquels choisissent conjointement un président. Le représentant du ministère de la Main-d'oeuvre et de la Sécurité du revenu (M.M.S.R.) prend charge de la constitution et il s'assure de la bonne marche du comité. Le budget et la durée du comité sont déterminés par les parties en collaboration avec le représentant du Ministère et en accord avec les politiques en vigueur.

Clientèles visées

Le programme s'adresse prioritairement aux quatre types d'entreprises suivantes:

1. Les entreprises qui prévoient faire un licenciement collectif, dans le cadre de l'article 45 de la Loi sur la formation et la qualification professionnelles de la main-d'oeuvre;
2. les entreprises qui procèdent à des licenciements de nature temporaire;
3. les entreprises qui ont cessé leurs opérations et qui présentent des possibilités de relance;
4. les entreprises qui éprouvent des difficultés de fonctionnement susceptibles d'avoir un

impact sur les emplois à la suite de changements administratifs, d'une situation financière vulnérable, d'une évolution du marché, de changements de procédés de production, de changements technologiques à court et à long terme.

Le programme apporte une aide financière et une expertise technique au comité de protection de l'emploi. Dans le cadre de la signature d'un Accord d'encouragement à l'adaptation de la main-d'oeuvre et à la protection de l'emploi, le représentant du Ministère convient avec les représentants de l'employeur et du personnel salarié de leurs contributions financières respectives au budget du comité. Généralement, l'aide financière gouvernementale couvre 75% des frais admissibles.

Les frais admissibles sont de trois ordres: les frais de service (services professionnels du président et des consultants, services techniques et administratifs), les frais de déplacement et les frais divers préalablement approuvés par les parties signataires de l'Accord.

Les membres du comité, à l'exception du président ne peuvent recevoir une rémunération ou des honoraires pour la prestation de leurs services.

Pour plus de détails sur ce programme procurez-vous la brochure



intitulée Protection de l'emploi dans l'entre-

prise produite par le M.M.S.R. et distribué

par Communication-Québec, situé au 245,

rue Richelieu, à Saint-Jean-sur-Richelieu.

Pour nous rejoindre composer le 346-6879.

LA JARDINIÈRE BESSETTE INC.

bière et vin

ENJOLIVEZ
VOS MAISONS
pour les Jeux du Québec

En tant que fournisseur pour la «mosaïque fleurie» nous vous offrons

10% DE RÉDUCTION

à l'achat de fleurs (caissettes, paniers, etc.)
Jusqu'au 31 mai inclusivement

FERTILIZER

Venez choisir directement chez votre producteur de la région... le seul à Saint-Jean!

Nous vous offrons tout ce qu'il vous faut pour le jardin.

Vaste choix de plants de légumes, fines herbes, etc...

Nombreux autres spéciaux à notre kiosque sur fruits et légumes, etc...

1300, rue Jacques-Cartier sud, Saint-Jean-sur-Richelieu
347-3670

CENTRE DE JARDINAGE
ST-JEAN INC.

BOTANIX

HEURES D'OUVERTURES:
Dimanche: 10 h à 17 h
Lundi: 8 h 30 à 20 h
Mardi: 8 h 30 à 20 h

Mercredi: 8 h 30 à 20 h
Jeudi: 8 h 30 à 21 h
Vendredi: 8 h 30 à 21 h
Samedi: 8 h 30 à 17 h

Des plants de qualité et un service professionnel de votre maître horticulteur «Faites-le vous-même» Offre spéciale

Engrais Vigoro 24-6-6

herbicide 9 kg couvre 475 m²

12⁹⁵

Fleurs annuelles

1395, rue Bernier Saint-Luc, Québec J0J 2A0 (514) 348-7443

Sexo-santé

Les zones érogènes

Souvent, les gens sont portés à faire tout de suite la relation pénis, vulve, seins, lorsqu'ils entendent parler des zones érogènes. Pourtant, plusieurs autres parties du corps peuvent être à l'origine d'excitation sexuelle et ce tant pour l'homme que pour la femme.

Les zones érogènes sont souvent méconnues des individus parce que notre société voit sexualité avec organes génitaux. Ceci étant dû en majeure partie au fait que la sexualité a longtemps été associée à la procréation.

Des sensations érotiques peuvent être ressenties très fortement lors d'attouchements qui ne sont pas du tout centrés sur les organes génitaux. Cependant les zones érogènes peuvent être différentes d'un individu à l'autre. Ce n'est pas parce que vous avez rencontré quelqu'un qui aimait se faire mordiller l'oreille que tous les autres apprécieront le geste! Ça peut même être très agaçant pour certaines personnes. D'où encore une fois l'importance de la communication.

Parmi les zones érogènes il y a la bouche. Le baiser, a dans certains cas, amené des individus jusqu'à l'orgasme. Le contact oral génital est aussi une stimulation sexuelle qui peut apporter beaucoup de plaisir.

Le cou, les épaules, les oreilles sont aussi des zones érogènes et ce, pour plusieurs personnes. Certains(nes) se sentent parcouru de frissons lorsqu'ils sont caressés, soit avec les mains ou avec la langue, à ces endroits.

Les fesses sont un attrait sexuel considéré comme provoquant. Un massage des fesses est souvent très apprécié.

Enfin plusieurs autres parties du corps peuvent servir d'allumeurs «à l'excitation sexuelle». Il peut être intéressant de les découvrir chez votre partenaire par le langage non verbal. Mais attention, comme je l'ai déjà mentionné, ce qui vaut pour un ne vaut pas nécessairement pour l'autre.

Pour consultation sur rendez-vous seulement 358-5029.

Gisèle Lamarre,
(sexologue)

UN GROS ORDINATEUR DE BUREAU OU A LA MAISON



RABAIS
JUSQU'À
\$ 699

RABAIS
\$ 130

- Imprimante DMP-132 (26-2814)
 - Imprime jusqu'à 120 car./s
 - Imprime sur différents types de papier
 - Entraîneur intégré
- 369⁰⁰**
Liquidation ~~499⁰⁰~~

Imaginez la commodité d'avoir un ordinateur de bureau comme le Tandy 1000 TL (25-1601) à la maison. Vous donne accès à toutes les applications utilisées quotidiennement par les compagnies.

- Mémoire 640 K
- MS-DOS 3.3 en ROM
- Compatible PC
- Microprocesseur
- Logiciel 10 en 1 DeskMate

Rabais de \$549 sur le TL (25-1601) avec un écran ambre TTL-5 (25-8055).
Total des prix cour. 2248.00... **solde 1699.00**
Ou rabais de \$699 à l'achat d'un 1000 TL (25-1601) avec écran couleur mixte RGB-11 (25-8056). Total des prix cour. 2698.00... **solde 1999.00**

\$1699⁰⁰
~~2248.00~~



Logiciel et accessoires

- ACHAT SPÉCIAL. Labels Unlimited.**
Imprime étiquettes à marges, de formats spéciaux, numérotées. 25-8518.
PSF* 69.95 **49.95**
- ACHAT SPÉCIAL. Program Director.**
Un organisateur de disque dur par menu.
25-8519. PSF 69.95 **49.95**
- ACHAT SPÉCIAL. Mean 18.** Défi de golf.
25-8521. PSF 49.95 **32.95**
- Rabais jusqu'à 27% sur nettoyeurs pour unité de disque TrackMate™.** Démagnétise.
3 1/2 po. 26-8016. Cour. 39.95 **solde 29.95**
5 1/4 po. 26-8017. Cour. 36.95 **solde 26.95**

*Prix suggéré par le fabricant

Le solde expire le 31 mai 1989

TANDY / Radio Shack

DIVISION INTERIUM CANADA LTEE

Nous nous réservons le droit de corriger les fautes de frappe

Disponible à tous les magasins Radio Shack, Centres d'ordinateur Tandy et détaillants participants





J'inspire, j'expire, j'inspire, j'expire...

Une lectrice de L'Acadie me demande de parler de l'hyperventilation et de la distinguer de la palingénésie.

Contrairement aux techniques de détente et aux exercices que l'on retrouve en Hatha-Yoga, où l'expiration est prolongée et contrôlée, la palingénésie met l'accent sur l'inspiration, et demande de laisser aller l'expir, créant ainsi un temps de récupération et de détente. De plus, la respiration est circulaire, sans temps d'arrêt entre l'inspir et l'expir, ni entre l'expir et l'inspir. Il s'agit ici d'un processus lent et graduel de «surventilation». Il permet de réactiver certains souvenirs et de ramener à la surface des traumatismes non résolus pour laisser s'exprimer, à travers le souffle, les émotions refoulées.

La palingénésie ne peut pas être confondue avec l'hyperventilation. Pendant une session de palingénésie, la personne peut tout aussi bien expérimenter des périodes d'hyperventilation et des périodes d'hyperventilation, des moments calmes et des moments agités, des

sensations d'étouffement.

Un intervenant compétent facilitera le dépassement des mécanismes de défense de la structure respiratoire de son client.

La «surventilation» permet surtout d'apprécier les effets d'une respiration ample, libérée et dégagée. Par contre, lorsque le client hyperventile, par exemple à cause d'expirations forcées, il s'opère un rejet excessif et brutal de CO₂ (gaz carbonique). La concentration de ce gaz dans le sang descend alors sous la normale, et le PH du sang devient alcalin. C'est ce qu'on appelle état d'alcalose sanguine. Ceci engendre une myriade de symptômes associés au «syndrome d'hyperventilation» explicables en partie par un manque de stimulation des centres vitaux du bulbe rachidien: étourdissements, vertiges, fourmillements, engourdissements de diverses parties du corps, tétanies (contractions) des extrémités, mal de tête, tremblements, bourdonnements d'oreilles, larmes et sanglots. Tout ceci est partiellement engendré et activé par un sentiment d'angoisse.

Pour résumer, le syndrome d'hyperventilation est un trouble de la régulation centrale de la respiration qui déclenche une augmentation plus ou moins constante de la ventilation pulmonaire, mécanisme entretenu par le stress causé par ces mêmes symptômes. (Selon Véronique Sicard, 1989).

Je veux préciser qu'une session de Palingénésie ne devrait pas verser dans l'hyperventilation; elle devrait simplement maintenir une «surventilation» régulière, suivie d'une période de repos ou de récupération.

En milieu hospitalier, pour réduire les manifestations de l'hyperventilation, on demande au patient de réinspirer son propre CO₂ dans un sac en papier afin de régulariser le taux de CO₂ dans le sang (4 ou 5 coups maximum suffisent). Dans une séance de palingénésie, on mettra plutôt l'accent sur une expiration relâchée et sur l'aspect «détente».

Pour des questions d'intérêt général, vous pouvez m'écrire à la B.P. 37, Saint-Jean, QC, J3B 6Z1.

Coeur enJeu

DSC du Haut-Richelieu et Kino-Québec

Souffrez-vous d'hypertension?

par Daniel Pothier, md

Votre médecin vous a peut-être appris récemment que vous souffrez d'hypertension. Vous n'en sentez probablement aucun effet, mais votre médecin vous a dit qu'il était nécessaire d'abaisser votre tension artérielle pour vous protéger de ses effets néfastes sur la santé. Que faire dans une telle situation?

Plusieurs choix s'offrent à vous. Vous pouvez simplement ignorer le diagnostic et continuer de ne pas vous préoccuper de votre santé. Ce n'est peut-être pas le meilleur choix à faire. Vous devez savoir que l'hypertension augmente votre risque de faire un infarctus ou une paralysie. Il vaut mieux s'en préoccuper et chercher à la traiter.

Le médecin vous suggérera certaines mesures simples et peut-être aurez-vous à prendre des médicaments. Prenez-les scrupuleusement: c'est la meilleure façon d'obtenir un contrôle adéquat de votre tension artérielle. Laissez au médecin la responsabilité de prescrire et modifier votre traitement, pas aux amis (même bien intentionnés).

Mais, personnellement, vous pouvez réaliser des actions qui aideront votre médecin à contrôler votre tension artérielle. Voici en quelques lignes les principaux conseils:

1) Surveillez vous-même votre tension artérielle à la maison et tenez un registre de vos lectures.

2) Si vous faites de l'embonpoint, perdez du poids. Une perte de poids de 4-5 kilos (10-12 livres) suffit parfois à abaisser significativement la tension artérielle.

3) Évitez d'utiliser le sel de table. On sait que certains hypertendus sont très sensibles au sel de table et qu'une consommation importante augmente leur tension artérielle. Même pour les hypertendus insensibles au sel, une consommation réduite augmente l'efficacité des médicaments.

4) Mangez plus de fruits et légumes et réduisez votre consommation d'aliments riches en graisse. Souvenez-vous que le cholestérol augmente vos risques d'infarctus et que, associé à l'hypertension, il l'augmente encore plus.

5) Faites de l'exercice régulièrement, mais parlez-en d'abord à votre médecin.

6) Pratiquez la relaxation; en réduisant le stress, vous pourrez mieux contrôler votre hypertension.

En conclusion, il y a à votre portée une foule de moyens qui peuvent vous aider. Pourquoi ne pas vous y mettre?

B-24 LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1989



Desnoyers-Létourneau
psychologues
Membre de la C.P.P.Q.

- psychothérapie individuelle
- psychothérapie de couple
- psychothérapie de groupe hebdomadaire
- sessions de croissance



624, boul. du Séminaire Saint-Jean-sur-Richelieu

358-2727

SPÉCIAL PASTA

Retrouvez
la saveur originale
de nos délicieuses
pâtes-maison
aux oeufs frais
du 17 au 21 mai inclus

2 POUR 1 SUR LES PÂTES FRAÎCHES

Spaghetti Spaghettini
Fettucine - Linguine
Macaroni - Fusili
Pâte pour lasagne

ou PÂTES OFFERTES À L'ACHAT D'UNE SAUCE MAISON:

Alfredo - Carbonara
Giacomo - Rosé
Cardinal - Marinara
Sauce à spaghetti
Béchamel

DÉMONSTRATION de fabrication de pâtes fraîches

JEUDI & VENDREDI de 13 à 18 h.
SAMEDI de 9 h 30 à 13 h 30

Aussi disponibles:
Ravioli, Spaghetti
Lasagne garnie

HORAIRE D'ÉTÉ:
à partir du 14 mai 89
OUVERT TOUS LES SOIRS
jusqu'à 22h00

BISSONNETTE

Boulangier, Pâtissier, Chocolatier, Glacier

251, rue Champlain, Saint-Jean-sur-Richelieu

346-6851

depuis
1933

Woolco

vous présente de beaux jardins!



Un jardin de rêve...

... devient réalité chez Woolco
Choix de fleurs et de légumes
superbes qui transformeront
votre jardin en paradis.
Pourquoi aller ailleurs pour
trouver ce qu'il vous faut pour
vos plates-bandes?

1 99
CHAC.

ACHAT SPECIAL
Terre noire ou
terre à jardin
30 l.
Vous ne pouvez faire un
beau jardin sans une
terre de qualité.
3/3 99
LE SAC

ACHAT SPECIAL
Fumier de bétail
ou de moutons
Rien de mieux pour un
jardin vert et luxuriant!
1 99
CHAC.



GÉRANIUMS
Embellissez votre jardin
ou votre maison avec des
géraniums. Vendus dans
un pot de 3 1/2 po.

89¢
CHAC.



CONIFÈRES
Superbes conifères vendus dans des contenants de 2
gallons. Choix de nombreuses variétés

érigés **11 99** CHAC. et buissonnants **10 99** CHAC.



Panier floral suspendu
Géraniums en fleurs, fuchsia et bien d'autres. 10 po.

7 99
CHAC.

Woolco

Achetez Woolco...
partez gagnant!

LES GALERIES RICHELIEU

978 boulevard
du Séminaire,
Saint-Jean-sur-Richelieu

HEURES D'OUVERTURE:

Lundi, mardi et mercredi: 9h30 à 18h
Jeudi et vendredi: 9h30 à 21h
Samedi: 9h à 17h

LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1988 B-25

Les C.A.H. veulent conserver leur caractère social

Les centres d'accueil d'hébergement de la Montérégie (C.A.H.) sont d'accord avec l'énoncé de politique qui reconnaît que l'augmentation rapide et marquée du nombre de personnes âgées exigera des efforts d'adaptation soutenus et importants dans le futur.

Les C.A.H. reconnaissent aussi que ce vieillissement de la population apparaît comme l'une des tendances qui aura le plus d'impact sur l'organisation des soins et des services aux personnes âgées.

Le ministère conclut avec justesse que l'hébergement constitue une ressource de dernier ressort et identifie la nécessité d'identifier les services qui vont permettre aux personnes âgées de demeurer chez elles le plus longtemps possible.

Au fil des dernières années, les centres d'accueil d'hébergement ont adapté leurs services pour faire face au vieillissement de la population en admettant des personnes âgées qui sont de moins en moins autonomes et en contribuant au maintien à domicile via le développement de leur centre de jour et leur programme d'hébergement temporaire. Les C.A.H. jouent aussi un rôle de premier plan dans la gamme des services offerts aux personnes âgées.

Le ministère de la Santé et des Services sociaux regroupera sous une même appellation les centres

d'accueil d'hébergement (C.A.H.) et les centres hospitaliers de soins de longue durée (C.H.S.L.D.) en raison de la similitude des clientèles admises dans ces institutions.

Les C.A.H. de la Montérégie sont d'accord avec cette nouvelle orientation qui vient reconnaître une réalité, dans la mesure où le principe suivant est respecté: à clientèle égale doit

correspondre un service égal. C'est là que réside le défi pour le ministère et son réseau de C.A.H.

Depuis 1980, les C.A.H. ont vécu toutes sortes de trans-

formations. Cependant, ce que les centres d'accueil d'hébergement retiennent de leur expérience et de leur vécu, c'est qu'ils ont toujours lutté afin de conserver un modèle à

prédominance social beaucoup plus que médical. Ce modèle continue de les caractériser, de les distinguer, de les identifier.

Peu importe les

changements proposés dans le livre blanc, les C.A.H. tiennent absolument à sauvegarder leur caractère social, orientation qui constitue leur modus vivandi.

Liquidation

Étiquette Rouge

A) Meuble télé/vidéo. 42-8645 Était 79,95 **solde 59,95**
B) Meuble d'audio. 42-8644 Était 129,95 **solde 99,95**
C) Guitare. 42-8015 **solde 299,00**
Téléviseur. 16-114 Était 119,95 **solde 7,47**
6 enveloppes de DC. 42-8214 Était 14,95 **solde 68,95**
Meuble télé/vidéo. 42-8641 Était 99,95 **solde 99,95**
Meuble audio/vidéo. 42-8642 Était 129,95 **solde 99,95**
Meuble audio/vidéo noir. 42-8643 Était 169,95 **solde 99,95**
Meuble noir. 42-8648 Était 199,95 dans cat. '89 **solde 99,95**

D) Mini enceintes 2 voies. 60 watts. 40-223 Était 49,95 **solde 29,95** chac.
Enceintes satellites. 10 watts. 40-222 Était 29,95 **solde 19,95** chac.
H.-P. d'aiguës à lentilles. 40-1388 Était 21,95 **solde 14,95**
H.-P. d'aiguës. 30.000 Hz. 40-1390 Était 14,95 **solde 12,95**
Enceinte pour étagère. 40 watts. 40-1975 Était 59,95 **solde 39,95**
Mini-enceintes. Argent. 40-2034 Était 69,95 **solde 49,95** chac.
Enceintes. 160 watts. 40-8032 Étaient 199,95 **solde 179,95** ch.
Enceintes à événements accordés. 60 watts. 40-8600 Étaient 99,95 **solde 69,95** chac.

E) Chaîne stéréo en meuble. À deux platines, tourne-disque, enceintes, et plus. 13-1229 Étaient 449,95 **solde 299,95**
F) Casque Koss. 33-8500 **solde 3,95**
G) Lecteur personnel. 14-1033 Étaient 99,95 **solde 59,95**
Radio de bicyclette. 12-197 Étaient 22,95 **solde 17,95**
AM/FM d'auto. 12-1934 Étaient 329,95 **solde 199,95**
Préampli/correcteur. 12-1956 Étaient 99,95 **solde 78,95**
Combiné. 14-739 Étaient 199,95 **solde 148,95**
Portatif personnel. 14-1034 Étaient 59,95 **solde 39,95**
Magnétocassette. 14-1038 Étaient 49,95 **solde 37,95**
Récepteur. 20-119 Étaient 599,95 dans cat. '89 **solde 478,95**
Poste SRG. 21-1512 Étaient 169,95 **solde 99,95**
Microphone stéréo. 33-2012 Étaient 39,95 **solde 29,95**

H) Bandes enregistrées. 51-8000 Étaient 2,95 **solde 1,99**
J) Cassettes Superfate Gold. A bruit réduit **solde 1,29**
C-45. 44-920 Étaient 2,29 **solde 1,49**
C-90. 44-921 Étaient 2,49 **solde 1,99**
C-120. 44-922 Étaient 2,99 **solde 2,99**
C-120. 44-923 Étaient 3,99 **solde 2,99**
Cassette Beta. 44-475 Étaient 11,95 **solde 9,95**
Cassette C-120. 44-604 Étaient 2,99 **solde 1,99**
Concertape C-60. 44-605 Étaient 99 **solde 2,99**
Cassette C-90. 44-940 Étaient 3,99 **solde 2,99**
Cassette C-90. 44-941 Étaient 4,99 **solde 1,99**
Kit d'extension. 49-8004 Étaient 2,47 **solde 1,99**
solde 4,9
solde 2,99
solde 3,99
solde 99

K) Porsche Turbo. 60-4076 Étaient 69,95 **solde 59,95**
L) Porsche 911 haute performance. 27 MHz (60-3094) 49 MHz (60-3095) Étaient 19,95 **solde 12,95** chac.
M) Red Fox. 60-2282 Étaient 6,95 **solde 4,95**
N) Phazer Laser. 60-2302 Étaient 29,95 **solde 19,95**
Pistolet galactique. 60-1072 Étaient 4,95 **solde 2,95**
Math Teacher. 60-1094 Étaient 12,95 **solde 9,95**
Orson parlant. 60-1097 Étaient 29,95 **solde 19,95**
Pisto de course. 60-2297 Étaient 36,95 **solde 9,95**
Red pepper. 60-2299 Étaient 4,95 **solde 19,95**
Mitrailleuse à eau. 60-2301 Étaient 9,95 **solde 6,95**
Camionnette Chevy. 60-3093 Étaient 16,95 **solde 12,95**
Robie parlant. 60-4061 Étaient 29,95 **solde 19,95**
Non premier clavier. 60-8810 Étaient 9,95 **solde 4,95**
Livre "Battery Data". 62-1396 Étaient 3,99 **solde 99**

O) Horloge murale au quartz. 63-807 Étaient 14,47 **solde 9,95**
P) Calculatrice solaire 76 fonctions. 65-807 Étaient 34,95 **solde 29,95**
Réveil. 63-707 Étaient 27,95 **solde 19,95**
Thermomètre. 63-841 Étaient 15,95 **solde 9,95**
Microscope. 63-850 Étaient 15,95 **solde 9,95**
Montre. 63-5059 Étaient 12,95 **solde 6,95**
Thermomètre médical. A affichage à LCD. 63-7050 Étaient 9,95 **solde 7,95**
Lames de rasoir. 63-8019 Étaient 12,95 **solde 7,95**
Calculatrice solaire mince et pliante. 65-911 Étaient 19,95 **solde 16,95**
Calculatrice 98 fonctions. Touches géantes. 65-930 Étaient 49,95 **solde 34,95**

Radio Shack

Le solde expire le 27 mai 1989

Tous les articles de cette annonce sont en liquidation ou discontinués. Chaque magasin Radio Shack a des douzaines d'autres articles en solde à prix spéciaux. N'oubliez pas — les articles sont limités à la quantité en magasin seulement et ne sont pas disponibles à chaque magasin. Désolé, pas de bons de réduction différés. Nous nous réservons le droit de corriger les fautes de frappe. Piles/cassettes et adaptateurs non inclus.

DANGER

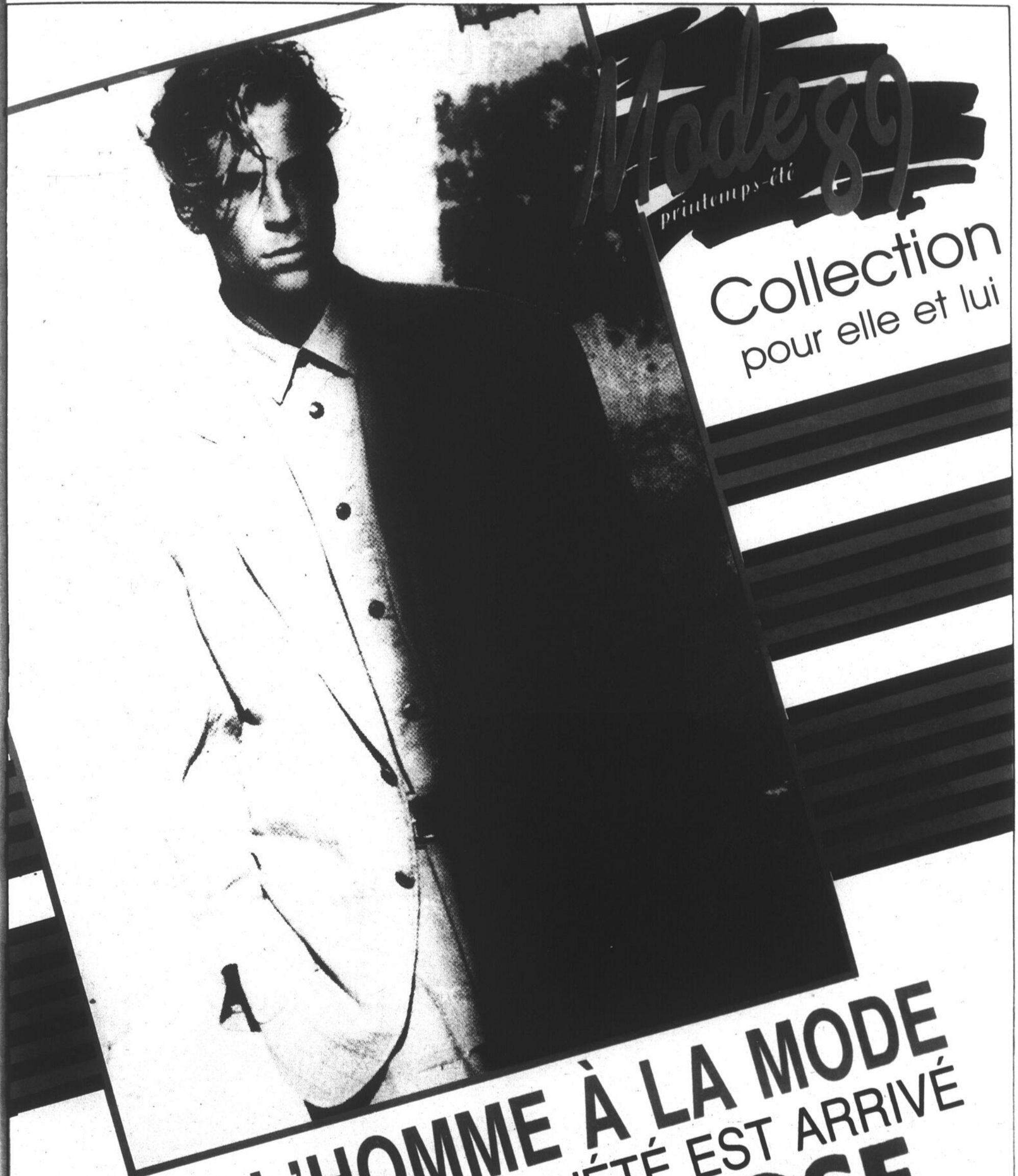


BOMBE A RETARDEMENT

En forêt, un mégot mal éteint peut couvrir longtemps. C'est une bombe à retardement. Ne l'amorcez pas!



propo-
livre
A.H.
ument
leur
cial,
cons-
us vi-



Mode 89
printemps-été

Collection
pour elle et lui

POUR L'HOMME À LA MODE
N'ATTENDEZ PLUS... L'ÉTÉ EST ARRIVÉ

OSMOSE

600, rue Pierre-Caisse
Saint-Jean-sur-Richelieu
348-4129

—carrefour—
—richelieu—

LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1989 B-27

Le hockey à Saint-Jean dans les années 20

Image d'autrefois

L'Académie de Saint-Jean a été une pépinière de joueurs de hockey pendant de nombreuses années. Grâce surtout à J.-Émile Bélanger. Professeur de 6e année, responsable du corps de cadets, la fierté de cette école, il s'occupait également d'éducation physique. L'académie a eu pendant longtemps un club dans la Ligue commerciale de Saint-Jean. En plus des différentes équipes d'élèves qui évoluaient les unes contre les autres. Pendant la saison 1924-1925, le Montcalm avait remporté le championnat de la ligue de l'Académie de Saint-Jean. Nous retrouvons sur la première rangée, de gauche à droite: Roland Bessette, Georges Boisvert, Gaston Poutré, capitaine, Charles Berger et René Marien. Debout, dans le même ordre, Sarto Sagala, instructeur, Rodolphe Foisy, Alex Gaboriault, Georges Dalpé, Adrien Moreau, J.-Émile Bélanger et Gérard L'Ecuyer. Cette photo nous a été prêtée par Roméo Poutré qui nous a fourni ces renseignements. Nous le remercions.



Pour 10 jours seulement
du 17 au 27 mai

Avec l'achat d'un veston sport,
nous vous donnons une paire de pantalon

(Valeur de 85\$)



PAUL DUSSAULT

CONFECTION ET MERCERIE POUR HOMMES

242, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu, Qué. Tél.: 347-4800

Si vous ne lisez pas cette annonce Hyundai, vous allez le payer cher!

Si vous n'achetez pas une Hyundai, vous payerez pendant 3 ans: changements d'huile, filtres à huile, bougies, balais d'essuie-glace, antigel de radiateur... et j'en passe!

Par contre, si vous achetez une voiture neuve Hyundai, Sonata ou Excel 1989, vous pouvez dire adieu aux frais d'entretien normal.

Pendant 3 ans ou 60 000 km, Hyundai prend à sa charge les frais d'entretien normal (pièces et main-d'oeuvre), de sorte que vous pouvez envisager de rouler absolument sans soucis.

En fait, on pourrait presque dire que pendant 3 ans, vous n'aurez que l'essence à payer. Pensez-y, lorsqu'on vous proposera un rabais par-ci ou un point d'intérêt par-là.

Et quand vous achetez une Sonata, vous bénéficiez d'un moteur standard plus gros et d'un intérieur plus spacieux qu'avec toute autre voiture de sa catégorie. Quant à l'Excel, elle vous offre plus d'équipement standard que toute autre voiture de sa catégorie. Pas étonnant qu'elle soit la voiture importée la plus vendue en Amérique du Nord!

Quand une voiture est bien construite, son entretien ne pose pas de problèmes. L'entretien gratuit de 3 ans en dit long sur la qualité de la Sonata et de l'Excel.

Si vous recherchez un achat avantageux, vous savez où vous diriger: voyez votre concessionnaire Hyundai aujourd'hui même pour en savoir plus long... jusqu'à épuisement des stocks!



L'entretien gratuit de 3 ans

n'est pas une garantie.

Il s'ajoute à la garantie

normale de Hyundai.

HYUNDAI
Des voitures bien pensées.

Les Automobiles Cloginor Inc.
359, rue Laberge
St-Jean-sur-Richelieu 348-6817

Hyundai s'implante chez nous pour mieux nous servir

astrologie



PAR MICHELE PERRAS

LE CENTRE ASTROLOGIQUE INC
C.P. 442 ST JEAN SUR RICHELIEU J3B 6Z5

SEMAINE DU 17 AU 23 MAI

Belier



Amour: Début de semaine de pleine Lune difficile sur le plan familial. Toutefois, excellent week-end pour vos relations intimes, mais prudence dans vos déplacements sur la route. Du côté monétaire, la chance vous sourit aux loteries.

Santé: Ménagez votre estomac.
Travail: Vous aurez à faire face à plusieurs contrariétés qui peuvent vous rendre d'humeur agressive et maussade. Aussi votre détermination et votre audace vous seront des plus utiles durant cette période de rigidité professionnelle. Ménagez vos paroles et vos gestes.

Jours favorables: 21, 22, 23 mai
Prudence: 17, 18 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 3-14-19-21-30-44

Taureau



Amour: Durant cette période de pleine Lune (20), il vous faudra prendre le temps voulu pour que l'être aimé ne se sente pas délaissé. Satisfactions morales obtenues pour ceux qui ont des jeunes enfants. Grand bonheur pour les nouveaux mariés.

Santé: Sensibilité accrue de la peau et fragilité de l'appareil digestif.

Travail: Semaine de pleine Lune difficile sur le plan monétaire. Ce sera beaucoup plus facile pour vous à compter de lundi prochain. Sur le plan des affaires, faites attention pour tout ce que vous aurez à signer car la période n'est pas propice à vos démarches légales.

Jours favorables: 17, 19, 21 mai
Prudence: 20, 22 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 1-4-17-19-20-41

Gémeaux



Amour: Vie sentimentale perturbée à cause d'un certain déséquilibre budgétaire, vous rendant craintif, indécis et songeur. Patience chers Gémeaux car «Dame Chance» vous donnera un petit coup de pouce durant la fin de semaine.

Santé: Tension nerveuse à la hausse mais facilement contrôlable.

Travail: Cette semaine de pleine Lune sera meilleure pour les professionnels de ce signe au niveau des contacts, car ceux-ci pourront leur apporter de nouveaux débouchés ou de nouvelles sources de revenus. Pour les employés de bureau, le climat d'entente sera plutôt tendu avec vos supérieurs. Soyez patient.

Jours favorables: 17, 20, 23 mai
Prudence: 21, 22 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 6-19-20-37-46-49

Cancer



Amour: Ce qui prime pour vous cette semaine, c'est le désir de vous sentir aimé et entouré. Cependant, vos obligations familiales et professionnelles feront que vous vous sentirez vraiment délaissé ou incompris. Essayez de sortir de votre routine habituelle au cours du week-end.

Santé: Forte pression intérieure, il vous faut absolument vous détendre.

Travail: Semaine de pleine Lune axée sur votre réussite financière. C'est une excellente période pour prendre de nouvelles initiatives dans ce domaine. Cycle de grandes activités sociales vous conduisant à de meilleures rentabilités.

Jours favorables: 18, 19, 20 mai
Prudence: 17, 23 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 3-18-29-34-42-44
(Coup de chance aux loteries)

Lion



Amour: Comme la pleine Lune s'effectue sur votre quatrième secteur, c'est une excellente semaine pour les célibataires en quête de nouvelles expériences amoureuses. Rencontres imprévues et sujettes aux coups de foudre durant le week-end. Partenaire idéal chez Sagittaire, Bélier, Gémeaux.

Santé: Prudence en manipulant des objets tranchants ou avec la machinerie.

Travail: Retard prévu dans vos déplacements, ennus mécaniques à craindre. Relations pénibles et tendues avec certains compagnons de travail. Méfiez-vous des envieux et des jaloux. Période favorable aux ventes et aux achats d'articles ménagers.

Jours favorables: 17, 21, 22 mai
Prudence: 18, 19 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 3-10-16-27-33-40

Vierge



Amour: Risque de rupture ou de conflit avec l'être aimé surtout dans les journées du 21 et 22 mai. Soyez réaliste et capable d'admettre que vous n'avez pas toujours raison. Vous réussirez ainsi à garder auprès de vous les êtres qui vous sont chers.

Santé: Points sensibles, la tête et les genoux.

Travail: Excellente semaine de pleine Lune pour les relations extérieures et pour les commerçants de gros et de détail d'articles alimentaires ou ménagers. Appui et aide de la part d'un Scorpion, Lion ou Cancer. Du côté monétaire, des dépenses imprévisibles sont en vue.

Jours favorables: 18, 19, 20 mai
Prudence: 21, 22 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 4-10-18-26-36-40

Balance



Amour: Ces temps-ci, malgré vos nombreuses exigences familiales qui vous demandent d'être partout à la fois, vous réussirez quand même à satisfaire les moindres désirs de l'être aimé. Alors bravo cher Balance! Vous produirez de l'effet chez les natifs du Lion et du Sagittaire.

Santé: Petit problème d'insomnie qui peut être éliminé si désiré sans l'absorption de médicaments.

Travail: Durant cette semaine de pleine Lune, vous serez d'humeur à défendre vos droits et vos idées sans en arriver, espérons-le, à un changement radical de profession. Il vous est donc recommandé de bien peser le pour et le contre avant d'entreprendre quoi que ce soit. Sur le plan monétaire, la chance vous sourit aux loteries avec un Taureau ou un Cancer.

Jours favorables: 18, 19, 20 mai
Prudence: 17, 23 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 4-11-19-27-36-41

Scorpion



Amour: Extérieurement, vous serez d'humeur combative et entreprenante dégageant une certaine froideur, mais qui cache tout de même beaucoup de sensibilité et de loyauté envers ceux qui ont su gagner votre admiration et votre amour!

Santé: Soyez prudent dans la pratique de vos sports préférés surtout si vous avez plus de quarante ans.

Travail: Sur le plan de l'entente avec vos confrères ou avec vos supérieurs, la journée la plus difficile sera vendredi. Cependant, tout ira beaucoup mieux dès le début de la semaine prochaine. Entre-temps, ne faites rien qui pourrait vous amener un congédiement.

Jours favorables: 21, 22, 23 mai
Prudence: 18, 19 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 1-19-28-37-40-41

Sagittaire



Amour: Période de pleine Lune quelque peu controversée en matière de sentiments ou votre cœur oscillera entre des oui et des non, à savoir sur ce que vous voudrez vivre et avec qui vous pouvez le faire? Alors à ce sujet les astres vous conseillent de bien méditer avant d'agir.

Santé: Aucune affliction majeure.

Travail: Excellente performance chez les artistes et les sportifs de ce signe. Faveur publique assurée. Journées propices aux contrats le 17 et le 23 mai. Prudence financière exigée surtout le 22 de cette semaine.

Jours favorables: 17, 21, 23 mai
Prudence: 18, 20 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 5-10-15-23-40-41

Capricorne



Amour: Pour cette semaine de pleine Lune, il vous faudra contrôler votre possessivité ainsi que votre instinct de conservation. Patience et tolérance devront être mises en pratique. Durant le week-end, profitez amplement de la vie.

Santé: Mauvaise alimentation pouvant causer certains petits dérangements fonctionnels.

Travail: Votre ciel astral de la semaine dévoile un climat d'incertitude face à la stabilité de votre emploi. Tenez-vous prêt à toutes éventualités. Sur le plan monétaire, ce n'est guère le moment de prendre des risques. Réfléchissez longuement avant d'investir dans une entreprise nouvelle.

Jours favorables: 18, 19, 20 mai
Prudence: 21, 22 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 3-10-18-27-37-40

Verseau



Amour: Grâce aux retombées positives de cette pleine Lune du 20, vous pénétrez dans une excellente période sur le plan de la compréhension mutuelle. Dialogues nombreux et faciles. L'être aimé répondra admirablement à vos aspirations et projets. Soutien moral assuré.

Santé: A craindre, congestion nasale. Présentement votre sang nécessite plus de fer.

Travail: Votre bon sens vous pousse souvent à croire que tout le monde est bon et gentil, mais votre remarquable intuition vous fera dépister ceux et celles qui sont vraiment nuisibles à votre ascension professionnelle. C'est donc pour vous une semaine de changements.

Jours favorables: 17, 21, 22 mai
Prudence: 18, 19 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 10-16-28-35-45-49

Poissons



Amour: Présentement vous êtes dans un cycle de dualité. Alors, ne permettez pas à ce que de simples questions financières viennent ternir votre union ou votre vie sentimentale. Profitez plutôt des bons moments qui vous sont offerts.

Santé: Bonne force de récupération.

Travail: Sur le plan des affaires légales ou autres, il vous est conseillé d'attendre la semaine prochaine, surtout si vous avez à prendre des initiatives nouvelles ou à finaliser des contrats de ventes ou d'achats. Pour le reste tout va pour le mieux. Alors, faites confiance en votre bonne étoile.

Jours favorables: 18, 19, 23 mai
Prudence: 21, 22 mai
Chiffres de «Dame Chance»: 2-20-21-26-33-38

Spécialiste de la relaxation Hypnothérapeute Psychothérapeute

stress - anxiété - insomnie - abus de tabac -
phobies - «burn out» - problèmes d'ordre
psychosomatique

Richard Rousseau, M. Sc.
maîtrise en service social de l'université de Montréal
72 A, rue Bouthillier, St-Jean-sur-Richelieu
POUR RENDEZ-VOUS: 346-5056



Coiffure unisexe

SALON

MULTI-VISAGES

4 services sous le même toit

Nous sommes fières
de vous présenter

Maryse Jutras

maintenant parmi notre équipe
de professionnelles

Elle en profite pour inviter ses
clientèles et amies à venir la
rencontrer à notre salon
de coiffure



Anciennement du Salon
Elle et Lui au centre
commercial Woolco

537, boul. du Séminaire nord
Saint-Jean-sur-Richelieu

Tél.: 349-2785

1 002 478

...PERSONNES FONT
DU SKI NAUTIQUE
AU CANADA



Pour tout le monde
pour la vie!
PARTICIPATION

Place du Louvre

Femme Oublie

lingerie et accessoires
Spécialité: bas pour dames

Restaurant Quatre-Saisons

Mode Maternité

Salon Coiffure Carillon

Galerie du Patin

Bibé Santé

meubles d'intérieur

Barbierie Route des mousses

Aloué Décor

accessoires de décoration

Boutique Entre-Dames

vêtements pour dames

Boutique Allure

vêtements pour dames

Kiosque Via-Plus

produits régénérateurs chinois

Esthétique Éclair de Beauté

À
louer

3 locaux
disponibles
Pour renseignements:
348-6102

ACTIVITÉ

CETTE SEMAINE
Nouvelle exposition des
étudiants en arts plastique
du Cégep Saint-Jean-
sur-Richelieu.

Exposition dans la promenade
Surveillez notre annonce
pour les prochaines activités

Promenade de la Place du Louvre
228, rue Richelieu, Saint-Jean-sur-Richelieu
au ♥ du centre-ville

L'église d'ici

Une année Champagnat chez les Frères Maristes

«Vous sanctifierez la cinquantième année. Ce sera pour vous un jubilé. Ce sera une chose sainte.» (Lév. 25,10,12).

Le goût de fêter n'a pas eu le temps de se refroidir chez les Frères Maristes. En 1985, ils célébraient le centenaire de leur arrivée en terre canadienne. En 1988, le centenaire de leur grand Collège Laval. Cette année, ils veulent célébrer le 200^e anniversaire de la naissance de leur fondateur, le bienheureux Marcellin Champagnat. Et la fête débordera sur 1990, 150^e anniversaire de la mort du Bienheureux. Ils feront de ce jubilé une année de revitalisation communautaire et personnelle en fixant leur regard sur leur bienheureux Père. En bref: mieux le connaître, s'inspirer de ses principes, adopter ses attitudes. Ils trouveront, dans la vie de leur bienheureux Fondateur, un exemple; dans sa communion, une participation à ses biens; dans son intercession, un secours. (Cf. L.G. 51).

On pressent une année de ressourcement, d'approfondissement plutôt que la célébration d'un événement glorieux. Si, d'aventure, là où la Congrégation est particulièrement florissante, les Frères exaltent les oeuvres plus que la personne du Fondateur, ce sera pour démontrer que Dieu habite leur histoire.

- 1817, Champagnat et ses deux premiers sujets: c'est peu!
- 1840, Champagnat avec Dieu et la Sainte Vierge: les deux sujets deviennent 280 Frères répartis dans 50 écoles.
- 1989, 6,000 Frères semés en 75 pays. Si l'on ajoute à ce nombre les 7,000 Frères qui sont morts dans

l'Institut, on aura démontré que «Dieu est pour nous» que «Marie a tout fait chez nous», selon les expressions mêmes du Père Marcellin.

Il est facile d'imaginer que dans les quelque 75 pays où se trouvent actuellement les Frères Maristes, on connaît de la variété dans la manière de célébrer le bicentenaire. Certains mettront en lumière l'homme social: providence des pauvres, soutien des vieillards, amis des jeunes, éducateur. D'autres loueront les vertus du Fondateur: son esprit de foi, sa confiance en Dieu, son amour de la Vierge, son humilité. C'est cela qu'a été le bienheureux Marcellin Champagnat, qui a fondé l'Institut des Frères Maristes en 1817 et qui est décédé en 1840.

En 1955, l'Église, par son Chef, Pie XII, béatifie le Père Champagnat et le propose comme chef de file: un homme qui s'est consacré aux besoins du peuple de Dieu en marche.

Le Père Champagnat incarne des versets de l'Évangile. Voici des exemples:

- «Il la prit chez lui». Imitant le disciple saint Jean, il prit la Sainte Vierge dans son esprit, dans son coeur, dans ses actions, dans tout ce qui était sa vie.

- «Priez sans cesse». Un verset qui décrit le Père Champagnat. Il en a témoigné par la pratique de la sainte présence de Dieu à laquelle il est resté rivé tout en se livrant à l'action intense. Il faisait prendre Dieu à son âme, comme nous faisons prendre l'air à nos poumons. La prière, c'était le point capital qu'il recom-

mandait inlassablement à ses Frères.

- «Ce que vous faites au moindre de ces petits... illustre l'homme social que fut Marcellin Champagnat. Attentif aux besoins de son époque, il n'eut de cesse que lorsqu'il eut répondu autant qu'il le pouvait aux appels des nécessiteux de

toutes sortes. Songez aux milliers d'élèves qui, chaque année et grâce aux Frères, ont reçu l'enseignement chrétien: multipliez ce nombre par les 170 ans d'existence. Vous conviendrez que ce Fondateur mérite d'être placé au rang des bienfaiteurs de l'humanité.

Pour aider à mieux

célébrer l'Année Champagnat, les Frères prévoient:

- des moyens audio-visuels: posters, images, cassettes;
- de la littérature: roman historique, plaquette, bandes dessinées, lettres du Père Champagnat, articles;
- la journée Champagnat mensuelle ou périodique;
- la retraite annuelle de

8 jours, animée par un expert venu de France;

- diverses activités proposées par le Comité du bicentenaire: un grand rassemblement à caractère religieux et culturel à Iberville le 19 août 1989, des rencontres «Champagnat» pour jeunes, une session-pèlerinage aux lieux de nos origines (France) en juillet 1990.

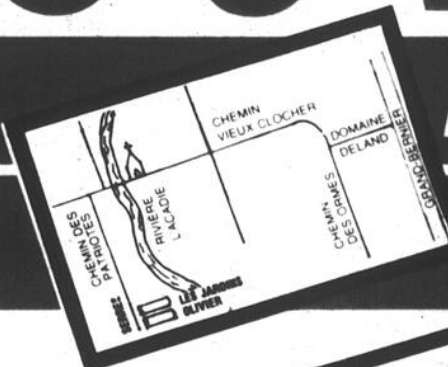
Par l'étude de leur Fondateur, les Frères acquerront ou affineront les traits particuliers de leur visage de Mariste, visage unique au sein du Peuple de Dieu... et ils le rendront sans doute plus attirant.

F. Alexis PAQUET, mariste

Maintenant
OUVERT

LES JARDINS OLIVIER

vous invitent



Nos serres débordent de fleurs et de plants de légumes
Éliminez les intermédiaires - ÉCONOMISEZ
Achetez directement du producteur - PROFITEZ DU PLUS
GRAND CHOIX

- Venez admirer des centaines de paniers fleuris suspendus
- De magnifiques bégonias tubéreux en pot
- Des milliers de géraniums
- Promenez-vous parmi des milliers de boîtes à fleurs

CHOISISSEZ
parmi les plus belles sélections de fleurs
PAYEZ
les prix du producteur
ET EMPORTEZ
pour garder chez vous ou pour offrir en cadeau

LES JARDINS OLIVIER

COMME L'ANNÉE DERNIÈRE AU: **773, rue Saint-Jacques** Saint-Jean-sur-Richelieu (coin Industriel et Saint-Jacques)

ET MAINTENANT AU: **911, chemin des Patriotes, L'Acadie** (à deux pas de l'église)

Olivier Valque Jr, propr.
D.T.A. en horticulture

Les Serres Pierre Boudrias



Plants de fleurs: **2,50\$**/boîte
Plants de légumes: **2\$**/boîte
Vaste choix de vivaces, corbeilles, pots pour patios et balcons
Spécial géraniums **2\$** le pot de 5 pouces
Terre noire sac de 35 litres, **1,50\$**/chaque, **4** pour **5\$**
Mousse de tourbe, fumier de mouton, etc.

29, RANG SAINT-JEAN SHERRINGTON,

Boîtes à fleurs - **2⁵⁰** ch.

Une femme généreuse et déterminée

À 60 ans, peu de temps après la mort de son mari, Béatrice Gagnon a appris à conduire. Pour son examen pratique qu'elle a passé haut la main, elle n'a pas hésité à traverser le pont Gouin. Depuis, elle a changé trois fois de voitures. Elle a eu son dernier véhicule neuf il y a à peine un couple d'années. Ce trait de caractère illustre un côté de sa personnalité, la détermination et la débrouillardise.



Daniel Simard

Madame Gagnon a célébré dernièrement ses 75 ans. Elle vient de quitter la présidence du Club de l'Âge d'Or de Saint-Jean. Parmi les membres-fondatrices, il y a près d'une vingtaine d'années, elle occupait ce poste depuis sept ans. Grâce à

Après sept ans, elle quitte la présidence du Club de l'âge d'Or de Saint-Jean

l'appui de ses collaborateurs, comme dans tout ce qu'elle a entrepris, elle a mené à terme plusieurs projets qui lui tenaient particulièrement à cœur. Notamment du côté culturel.

«Je veux penser à moi, et consacrer plus de temps à des loisirs que j'aime: le bridge, la peinture, le golf et la lecture»

«Ce n'est pas parce que je suis malade ou fatiguée que je laisse la présidence, tient-elle à préciser. Je suis toujours en excellente santé. Je veux penser à moi et consacrer plus de temps à des loisirs que j'aime: le bridge, la peinture, le golf et la lecture».

Faut dire, que madame Gagnon n'a jamais eu tellement de moments libres. En plus d'avoir élevé sept enfants, depuis une quarantaine d'années, elle s'est toujours impliquée dans différents mouvements sociaux. Plus souvent qu'autrement dans des postes de commande. C'est encore aussi vrai aujourd'hui. Elle tient à demeurer active dans certaines associations paroissiales et municipales.

Enseignante de carrière, Béatrice Gagnon a été témoin de l'évolution de l'éducation, à compter du début des années trente. Elle a connu l'école de rang avec les classes à divisions multiples. Madame Gagnon n'y a pas vu uniquement des inconvénients. Elle a abandonné l'enseignement après son mariage, avant de reprendre de façon permanente, une fois sa famille élevée, pour employer sa propre expression. Elle a su s'adapter aux changements de mentalité.

Née et élevée à Saint-Valentin, ses parents tenaient à ce que leurs enfants aient une bonne instruction

Née et élevée à Saint-Valentin, sur une ferme prospère en plein cœur du village, ses parents, Frédéric et Anna Poulin attachaient une grande importance à l'éducation de leurs enfants. Leur fille a suivi leurs traces. Elle a tenu à ce que ses cinq filles et ses deux garçons aient une bonne instruction.

À ce chapitre, comme dans bien d'autres domaines, ils ne l'ont pas déçue. Elle est fière de ce qu'ils ont devenu et de ce qu'ils ont fait, chacun dans leur domaine respectif. Avec raison d'ailleurs. «Mon mari et moi, glisse-t-elle, nous n'avons pas regretté tout ce que nous avons fait pour les aider à poursuivre leurs études».

Elle s'est toujours impliquée dans différents mouvements sociaux

Pour un, son époux, Lucien Gagnon a travaillé fort. Au moment de sa mort, le 4 mai 1976, à l'âge de 61 ans, responsable de l'entretien à la commission scolaire, il avait la vie plus facile depuis quelques années.

Enseignante de carrière, elle a connu l'école de rang et les classes à divisions multiples

Une seule phrase de Béatrice Gagnon décrit son époux: «C'était la bonté même. Joyeux, toujours de bonne humeur, il aimait par-dessus tout rendre service. En plus, ajoutait-elle, il était un grand sportif. Les enfants ont de qui tenir.

De nature optimiste, madame Gagnon ne s'est jamais laissée abattre par les épreuves. Comme elle ne s'est jamais apitoyée sur son sort.

Elle n'a pas oublié la perte d'un bébé de deux ans et demi. Sylvie a été écrasée par un camion qui reculait dans la cour de la maison de L'Acadie.



Béatrice Gagnon vient de quitter la présidence du Club de l'Âge d'Or de Saint-Jean. Cependant, elle compte demeurer active dans plusieurs mouvements dont elle fait encore partie.

Mme Gagnon se souvient encore des premiers mois qui ont suivi son mariage, le 24 juin 1940. Elle qui avait vécu en face de l'église à Saint-Valentin, à deux pas de l'école paroissiale, se trouvait bien isolée sur le bord de la rivière L'Acadie, loin de tout, à quatre

mille et demi du village, sans téléphone, ni électricité.

La naissance de Fernand, onze mois plus tard, le 4 mai 1941, lui a fait rapidement oublier les difficultés de ces premiers mois. Madame Gagnon n'a pas été longue à s'intégrer à sa nouvelle paroisse.



LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1988

B-32 Son mari, «le beau Lucien» comme elle l'appelait, est décédé le 4 mai 1976. Il avait 61 ans.



«J'avais 60 ans, quand j'ai appris à conduire, après la mort de mon mari. Depuis, j'ai eu trois

voitures neuves, dont la dernière en 1987». Photos guy LESIEUR

Directrice à vie de la Société du Bon Parler français

De ses 20 ans dans l'enseignement, Béatrice Gagnon ne garde que des bons souvenirs. Mais, il en est un qu'elle n'est pas prête d'oublier:

Pour souligner ses efforts exceptionnels afin d'améliorer le français parlé de ses élèves

l'hommage que lui a rendu en 1966-1967, la Société du Bon Parler

français. Cet organisme jouissait alors d'une grande renommée. Entre autres, il jouait un rôle important dans la promotion de la langue française.

Pour souligner ses efforts exceptionnels afin d'améliorer le français parlé de ses élèves, madame Gagnon avait mérité le titre de directrice à vie de cette société. Une marque d'appréciation qu'elle avait partagée avec neuf collègues répartis à travers le Québec, dont quatre de la région de Montréal. Elle enseignait à ce moment-là à l'école Félix-Gabriel-Marchand de Saint-Jean.

À ses yeux, cet honneur signifiait une sorte de consécration dans sa

carrière d'enseignante. Elle l'avait amorcée à 19 ans, à Lacolle. Après avoir obtenu son brevet supérieur anglais et français, à l'École Normale Jacques-Cartier à Montréal, en 1932. «Pour améliorer mon anglais, souligne madame Gagnon, j'ai eu la chance de jaser régulièrement avec une religieuse qui parlait bien cette langue.

En 1932, elle a obtenu son brevet supérieur d'enseignement, anglais et français, de l'École Normale Jacques-Cartier à Montréal.

«J'ai commencé par enseigner dans une école de rang, où je suis demeurée durant quatre ans. J'avais 32 élèves, garçons et filles, repartis en six groupes. De la première à la sixième année. Malgré les difficultés, cette expérience m'a plu, admet madame Gagnon.

«Pour réussir, il suffisait d'organiser mon travail en conséquence. Ainsi, je donnais de l'ouvrage aux plus grands, pendant que je m'occupais des petits. De ce côté-là, résume-t-elle, je n'ai jamais eu de problème».

Bien sûr, Béatrice Gagnon n'a pas oublié certains petits inconvénients. Comme le trajet en voiture, de Saint-Valentin à Lacolle, le dimanche soir, durant les gros froids d'hiver.

Heureusement, elle était bien accueillie par madame Patenaude, où elle pensionnait. «J'ai trouvé en elle, une deuxième mère, tellement elle a été bonne pour moi. J'étais traitée comme un enfant de la maison.

«J'ai enseigné à deux de ses trois garçons qui sont devenus pères de Sainte-Croix. À l'époque, nous étions presque du même âge. Je suis fière, quand ils disent que je les ai influencés dans leur vocation».

Au milieu des années trente, le salaire des institutrices n'était pas tellement élevé: \$300, par année. «Il ne me restait pas grand chose, fait observer madame Gagnon en riant, une fois ma pension payée: \$100».

Les choses se sont améliorées



Un souvenir précieux. Le parchemin que lui a remis la Société du Bon Parler français, dont elle est directrice à vie.



«Dans la paroisse, l'institutrice était bien considérée. Elle venait immédiatement après le curé et le médecin».

quand elle est venue enseigner au village à Saint-Valentin, avec une de ses soeurs. À deux pas de chez elle. L'école était construite sur un terrain que son père avait vendu à la commission scolaire.

Sa tâche était lourde: 50 élèves dans la même classe, de la première à la quatrième année. Sa soeur avait les plus âgés.

«Malgré tout, nous étions heureuses dans notre travail. Notamment, un point nous réconfortait: la considération qu'on nous entourait. Nous étions portées sur la main. Dans la paroisse, la maîtresse d'école venait immédiatement après le curé et le médecin dans la hiérarchie.

«Il n'aurait pas fallu parler en mal de nous. Ce n'était pas bien vu». Rien n'em pêche, par contre, que les institutrices n'étaient pas très bien payées ces années-là.

Comme elles étaient à la merci de la bonne ou de la mauvaise humeur des commissaires quand venait le temps des réengagements. Alors

que tous les professeurs devaient démissionner à la fin de chaque année scolaire. En plus, il était préférable d'être du bon bord en politique.

Madame Gagnon l'a appris à ses dépens, peu de temps après son retour à l'enseignement à Saint-Luc. Elle avait été engagée à un bon salaire. L'année suivante, la commission scolaire voulait diminuer son traitement.

Elle a tenu son bout. Son contrat ne fut pas renouvelé. Ce qui n'arrangeait rien, les commissaires étaient des bleus, alors que les Gagnon passaient pour des libéraux. Ce qui était vrai.

Par la suite, elle fut mieux traitée, après avoir été embauchée par Jean Langelier à la régionale. Comme ce fut le cas à Saint-Valentin en 1940. Elle avait eu droit à un mois de congé payé pour préparer son mariage, le jour de la Saint-Jean-Baptiste».

RABAIS PROMOTIONNEL

Reparti sur 12 mois



*Laissez-nous
vous gâter!*

*Juliette
Huot*

LES FOYERS
Providence INC.
RÉSIDENCES POUR LES AÎNÉS



À PARTIR DE

620\$*

* par personne
REPAS ET SERVICES INCLUS

Vous apprécierez notre excellente cuisine cordon bleu, nos services spécialisés, nos nombreuses activités de groupe, nos magnifiques chambres personnalisées, nos jolis salons communautaires et ce dans un cadre de vie sécuritaire. «Tous ces petits plaisirs de la vie vous sont offerts dans une ambiance empreinte de gaieté, d'attention et d'amour».

* Non applicable sur les transferts Ne peut être combiné à aucune autre promotion

APPELEZ-NOUS

346-5878

(IBERVILLE)

348-6975

(SAINT-LUC)

Demandez notre brochure

*** HÂTEZ-VOUS**

l'offre se termine
le 31 mai 1989

La Prairie
23, Lorne
659-9020
Greenfield Park
671-2424

Saint-Lambert I
466-1754
Saint-Luc
348-6975

Châteauguay
691-5041
Iberville
346-5878

Longueuil
442-4429
Boucherville
642-2692

Saint-Hubert
445-2060
Richelieu
447-0038

Saint-Hyacinthe II
773-6660
Montréal
729-0305

Mon mari était toujours prêt à rendre service

De son mari Lucien, en plus de sa générosité et de sa bonne humeur, Béatrice Gagnon retient une chose: il était toujours prêt à rendre service. Il ne pouvait jamais refuser de donner un coup de main.

Il ne refusait jamais de donner un coup de main

A ce sujet, elle se rappelle d'une anecdote en particulier. Quelque temps après le décès de son époux, elle était passée au presbytère pour payer des messes. Le curé Guillet avait un cadeau à lui remettre. Un tableau. Il voulait remercier monsieur Gagnon qui était allé réparer à deux reprises le toit de son garage. Sans n'en parler à personne. Il était fait comme cela.

Comme il arrêta à laver les vitres des fenêtres de ses locataires. En passant devant la maison à logements dont il était propriétaire, en se rendant jouer au croquet, tout prêt du stade municipal.

Il les gâtait ses locataires. Dès qu'il y avait

quelque chose qui ne fonctionnait pas dans un de ses logis, ils n'avaient pas besoin de l'appeler deux fois pour qu'il aille réparer le robinet qui coulait ou la toilette qui ne fonctionnait pas.

Ils gâtaient ses locataires

Pourtant, il aurait pu se reposer. Toute sa vie, il a travaillé dur. Surtout lorsqu'il était sur la ferme à L'Acadie, avant de venir s'installer pour de bon à Saint-Jean.

Sa terre n'était pas assez grande pour lui permettre de faire vivre convenablement sa famille. Surtout quand les enfants ont commencé leurs études.

Il n'avait pas le choix. Il a dû travailler à l'extérieur, sur la construction. Pendant des années, il a voyagé soir et matin entre L'Acadie et Montréal. Avant d'être embauché chez Jean-Paul Trahan à Saint-Jean.

De retour à la maison, même si sa femme et les enfants faisaient plus que leur part sur la ferme, monsieur Gagnon entretenait une deuxième journée d'ouvrage.

Malgré tout, comme il aimait le chant, il avait une belle voix paraît-il, il a toujours fait partie de la chorale paroissiale. Sportif, il avait une passion, le croquet.

Dans les rencontres amicales, il était ordinaire. Cependant, quand arrivaient les tournois, monsieur Gagnon donnait sa pleine mesure. Il était difficile à vaincre.

Il aimait les jeunes. Il s'en est beaucoup occupé, en organisant leurs loisirs. Au baseball et au hockey. Madame Gagnon n'a pas oublié certains matchs disputés sur la patinoire de L'Acadie, au grand froid.

Le dimanche après-midi, l'assistance était nombreuse. La rivalité était grande avec les équipes de l'extérieur, celles de Saint-Jean, de Mont Saint-Grégoire et d'Iberville. Les Frères Maristes étaient particulièrement fiers de leur club, l'orgueil de l'école.

Ils n'aimaient pas subir la défaite aux mains de L'Acadie. Ce qui est arrivé quelques fois alors que Lucien Gagnon dirigeait cette équipe.

«Alors, raconte en riant son épouse, nous en profitons pour célébrer notre victoire. Nous sortions de grand draps noirs, en signe de deuil, question de taquiner les bons frères. Nous ne nous détestions pas pour autant, tout en encourageant les nôtres à la victoire».

Après le déménagement définitif à Saint-Jean, monsieur Gagnon

s'est senti à son aise. Les enfants vieillissaient, il travaillait moins fort. La vie était plus facile à tous les points de vue.

Il aimait beaucoup les jeunes. Il s'en est occupé en organisant leurs loisirs

Sa femme avait repris l'enseignement. La situation financière de la famille s'était sensiblement améliorée. «Nous avions le temps de penser davantage à nous, se souvient notre interlocutrice. Nous étions moins pris chacun de notre côté. Nous avons même pris des cours de danse sociale pendant sept ans. Ce qui nous a permis de passer de belles soirées».

Béatrice et Lucien Gagnon faisaient des projets pour la retraite. Monsieur Gagnon se préparait à se mettre au golf sérieusement.

En 1974, ils avaient fait un voyage inoubliable en Floride. «Vous auriez dû voir le beau teint qu'avait mon mari à son retour», se rappelle madame Gagnon.

Puis, est arrivé cet accident bête. Monsieur Gagnon a survécu deux semaines à une chute dans l'escalier de cave. Il est décédé le 4 mai 1976. Madame Gagnon avait perdu l'être le plus cher qu'elle avait au



«Mon mari aimait le monde. Il avait continuellement des projets à réaliser».

monde.

Il lui restait ses sept

enfants et les merveilleux souvenirs qu'elle a conservés de son mari.

Elle n'est pas la seule à en avoir. Lucien Gagnon n'avait que des amis.



LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1989

B-34 «Partout où passait Lucien, il semait la joie. Il avait toujours une histoire à raconter».

salon

Marie-Paule

DU NOUVEAU

À compter du jeudi 18 mai 1989

LE BIEN-ÊTRE DU PIED enr.

■ Traitement, soins et massage des pieds
Sur rendez-vous seulement, de 9h à 21h

SALON: 348-9880

BUREAU: 359-0500

Pour service à domicile: 348-0106

Pour services additionnels à la coiffure: accès par le salon ou la porte de côté.



Pierrette Moreau
hygiéniste
du pied

- Coiffure unisexe
- Électrolyse
- Pose d'ongles

Nous sommes heureux de vous offrir tous ces services sous un même toit:

307, boul. Saint-Luc
Saint-Luc

Pour renseignements et rendez-vous:

Coiffure: 348-9880
Autres services:
359-0500

Encore disposée à rendre service

Ce n'est pas parce qu'elle a abandonné la présidence du Club de l'âge d'Or de Saint-Jean, que Béatrice Gagnon entend se croiser les bras. Depuis au-delà d'une quarantaine d'années, elle a toujours été impliquée dans différents mouvements de toute nature.

Encore disposée à rendre service

Elle est encore disposée à rendre service, partout où elle croit pouvoir se sentir utile. Par exemple, elle compte bien terminer son terme de marguillier à Saint-Edmond. Ainsi qu'elle va continuer à siéger au Comité de surveillance de la Caisse Populaire de sa paroisse.

«Je suis disposée à faire ma part au Centre de bénévolat quand le besoin va s'en faire sentir, poursuit-elle. Le Service d'accueil, dont je suis la présidente, exige beaucoup de temps. Forte de l'appui des membres, je tiens à ce qu'il continue ses activités.

«Je me suis aperçue qu'il est très utile, enchaîne-t-elle. Il est apprécié des familles dans le deuil. Nous organisons au sous-sol de l'église, la réception qui suit les funérailles. Compte tenu du coût raisonnable, il est très en demande».

«J'ai succédé à la femme du docteur P.A. L'Écuyer à la présidence du Cercle des Fermières de L'Acadie»

Peu de temps après son mariage, madame Gagnon a fait parti du Cercle des Fermières de l'Acadie. Pour se rendre au local, prendre des cours de tissage, elle montait dans l'autobus écolier qui allait au village.

«J'ai succédé à la femme du docteur P.A. L'Écuyer à la présidence du cercle. Arrivée à Saint-Jean, j'ai été présidente de la section féminine de la Saint-Jean-Baptiste à Saint-Edmond. Nous étions 1,200 membres.

«J'ai été également membre du conseil d'administration du cégep, comme représentante des parents, pendant que Norbert étudiait là. J'ai participé aussi à l'organisation du Salon des Aînés l'an dernier. Il a été couronné d'un vif succès. Finalement, je me suis jointe au Comité de rénovation de la Cathédrale, dont la campagne de souscription se poursuit toujours».

Si madame Gagnon est fière de ces réalisations,

par le rôle qu'elle a joué, elle l'est tout autant de ce qu'elle a fait avec son équipe, comme président du Club de l'âge d'Or de Saint-Jean. Un groupe qui compte 1,230 membres recrutés dans quatre paroisses de Saint-Jean.

En commençant par la chorale qui est devenue depuis le Choeur Johannais. Il a débuté il y a six ans, avec une quinzaine de membres. Dirigé par Antoine Landry, il en compte maintenant 75. Il répète une fois par semaine. Il a déjà plusieurs concerts à son crédit depuis sa fondation.

Un initiative personnelle: le concours littéraire pour les élèves du cégep et du secondaire

«Nous avons aussi mis sur pied, poursuit-elle, des déjeuners-causeries au Louvre, le premier dimanche de chaque mois, avec un conféren-



«Je viens de terminer quatre émissions à la télévision communautaire. Elles portaient sur le

cier de marque. S'ajoutent à la liste de ces activités culturelles, un programme varié d'événements sportifs: tournoi de golf, journée de plein air et mini-golf.

«Sans parler de la Marche de Santé à travers les rues de Saint-Jean. Organisée en collaboration avec Kino-Québec, elle se terminait par

un souper à Notre-Dame-Auxiliatrice. Le repas était précédé de différentes compétitions».

Dans les temps qui courent, madame Gagnon est revenue à ses anciennes amours. Elle a sorti son crayon rouge pour corriger des compositions françaises d'élèves de secondaire.

sommeil, sur la santé du corps et de l'esprit, sur l'alimentation et sur l'exercice physique».

Ces travaux s'inscrivent dans le cadre d'un concours littéraire, une initiative personnelle qui date de quelques années.

Il s'adresse aussi aux élèves du cégep. Depuis deux ans, madame Gagnon l'organise en collaboration avec le Club Richelieu. Auparavant, elle voyait à tout elle-

même. Entre autres, elle faisait le tour des industries et des entreprises pour recueillir des bourses.

Il est difficile de lui refuser. Si elle sait donner, madame Gagnon a également le tour de demander. Surtout quand c'est pour les autres.



«J'ai fait du théâtre avec Suzanne De LaDurantaye. Notre troupe avait remporté le premier prix au festival consacré aux aînés, tenu à Sherbrooke».

Centre d'optique

SEARS



La mode au service de vos yeux

RABAIS
20% à 60%

sur une sélection de montures mode. Hâtez-vous pour un meilleur choix!

Aucun autre rabais ou escompte avec cette offre. Demandez les détails de cette offre au centre d'optique Sears.



VERRES DE CONTACT

avec l'achat d'un plan de service. Prix à partir de:

PORT QUOTIDIEN

99⁹⁵

PORT PROLONGÉ

159⁹⁵

OFFRE VALIDE JUSQU'AU 3 JUIN 1989

SEARS

vous en avez pour votre argent...et plus

St-Jean, Carrefour Richelieu, 349-2651.
Copyright Canada, 1989, Sears Canada Inc.

Sa plus grande joie: la réussite de ses enfants

«J'ai trouvé beaucoup de satisfaction dans tout ce que j'ai fait, affirme Béatrice Gagnon. J'ai encore du plaisir à travailler avec différents groupes. Cependant, insiste-t-elle, ma plus grande joie, c'est la réussite de mes enfants».

Quatre de ses filles sont enseignantes

En commençant par ses filles, Denise, Diane, Jacqueline et Hélène, même si leur carrière a pris diverses orientations, ont suivi les traces de leur mère: elles sont enseignantes de formation. Les familles Poulin et Gagnon en comptent plusieurs.

«Quant à mon autre fille, Lucie, elle a abandonné ses études après sa deuxième année d'université, pour se marier.

Avant de retourner par la suite sur le marché du travail. Elle se débrouille aussi bien que ses soeurs», fait remarquer sa mère.

Pour sa part, l'aîné de la famille, Fernand, il fait carrière dans la Sécurité du Québec. Tout en demeurant membre de ce corps policier, il est présentement directeur par intérim du service de police de Chambly.

«Le cadet, Norbert a

fait ses études en récréologie à l'Université du Québec à Trois-Rivières, note madame Gagnon. Il était responsable de Kino-Québec à Saint-Jean, jusqu'à ce qu'il accepte le poste de directeur général du comité organisateur de la vingt-cinquième finale des Jeux du Québec».

Comme son frère et ses cinq soeurs, Norbert est un bon sportif. Athlète naturel, il est aussi à l'aise sur un terrain de baseball, que sur une patinoire. Tout lui semble facile.

Il a joué au hockey avec les Patriotes de l'Université du Québec, après s'être aligné avec les Aigles. Durant les belles années du hockey junior au vieil aréna, avec les meilleurs espoirs de Saint-Jean et de la région.

Une famille de sportifs. Comme son père, Fernand était un bon joueur de croquet.

Son père était un de ses plus ardents supporters. Il le suivait pratiquement partout où il a joué. Il y a quelques années, Norbert Gagnon s'est mis au golf. Il n'a pas mis de temps à faire sa marque.

Puissant frappeur, il est un excellent professeur. Ce qui ne gêne rien, il est patient. Peut-être même un peu trop. Il tient de son père.



Madame Gagnon, la troisième à partir de la gauche, au tournoi des Caisses Populaires, en 1982.

Fernand, un bon joueur de croquet, d'après ce que dit sa mère, se tire fort bien d'affaires lui aussi, sur un terrain de golf. Il dispute de chaudes parties à son frère cadet.

C'est déjà tout dire de ses talents de golfeur.

Leurs soeurs font également du sport. «Quand nous sommes arrivés à Saint-Jean, rap-

pelle madame Gagnon, avec Lucien, Norbert et Fernand, nous formions une équipe de balle. Nous avions beaucoup de plaisir sur le terrain de baseball à côté de l'aréna».

Chaque année, les familles Gagnon et Ferdais tiennent leur tournoi de golf à Napierville. Une occasion de joyeuses retrouvailles. Les beaux-fils et les belles-

filles y participent. Certains tirent leur épingle du jeu.

Vous devinez qui remporte les honneurs de la journée. Toujours le même. Madame Gagnon est chanceuse. Elle qui veut se mettre sérieusement au golf maintenant qu'elle a plus de temps libre, n'aura pas à chercher longtemps pour trouver un bon professeur.



«À L'Acadie, nous nous amusons en famille. L'hiver, en plus de glisser, nous patinions sur la rivière».



LE CANADA FRANÇAIS MAGAZINE, le mercredi 17 mai 1989

B-36 «Le dimanche à la grand-messe, le grand-père Gagnon amenait Fernand au jubé de l'orgue».





Pour décorer ou rénover votre maison

Utilisez les services d'une conseillère en décoration. Ce professionnel vous proposera de nouvelles idées, des agencements de couleurs, etc.. Donnez le maximum de richesses à une pièce et augmentez la valeur de votre maison.



décor
Serge Mercier INC.

248, rue Saint-Jacques Saint-Jean-sur-Richelieu Tél.: 347-0080

M
s'en
ennu
L'Ac
mois
marie
qu'el
avec
contr
La
rente
peu p
et de
avait
l'églie
Avec
toute
qu'or
«P
pleur
Après
taine
pas
inond
Comm
des é
duran
tes d'
À
Gagn
re de
févrie
huits
couch
la ma
elle e
«C
te-t-él
de ce
haitée
peur.
routes
Malgr
tions
pour
ployés
ouvra
d'être
«T
Béatr
rappe
rivière
neige
pour
ture d
re à l'
chem
Éta
mari
rieur.
de l'
fants.
tout.
qu'à
vache
maux
parle
cham
périor
Bi
lourd
souff
ne p
parle
fait.
nous
dredi
sema
échar
«S
le, q
mier
Lucie
vons
nuit
fêter
nos
ont
Gas
inou
Ils n
seul
absol
mais
nou
absen
peut
me
cons
si la
mett
télé
L
bon
ont
pare
vaca
tous
arri
voy
cette
qu'a

Je me suis ennuyée en arrivant à L'Acadie

Madame Gagnon ne s'en cache pas, elle s'est ennuyée en arrivant à L'Acadie, les premiers mois qui ont suivi son mariage. Non pas parce qu'elle était malheureuse avec son mari. Bien au contraire.

La raison est bien différente. Elle se sentait un peu perdue à quatre milles et demi du village, elle qui avait grandi en face de l'église de Saint-Valentin. Avec tous les avantages et toutes les commodités qu'on s'imagine.

«Plus d'une fois, j'ai pleuré», confesse-t-elle. Après plus d'une quarantaine d'années, elle n'a pas encore oublié les inondations du printemps. Comme elle se souvient des chemins qui fermaient durant les grosses tempêtes d'hiver.

À ce sujet, madame Gagnon se souvient encore de la naissance en février, de trois de ses huit enfants. Elle a accouché des deux premiers à la maison. Pour les autres elle est allée à l'hôpital.

«Chaque fois, raconte-t-elle, même si la venue de ces enfants était souhaitée, j'avais la même peur. Je craignais que les routes soient bloquées. Malgré toutes les précautions prises par mon mari, pour demander aux employés de la voirie qui ouvraient les chemins, d'être vigilants.

«Toutefois, précise Béatrice Gagnon, je me rappelle avoir traversé la rivière à la hâte, dans la neige jusqu'à la taille, pour aller prendre la voiture qui devait me conduire à l'hôpital pour l'accouchement».

Étant donné que son mari travaillait à l'extérieur, tout en s'occupant de l'éducation des enfants, elle devait voir à tout. Autant à la maison, qu'à la ferme: traire les vaches, nourrir les animaux, faire le jardin. Sans parler des travaux au champ quand arrivait la période des récoltes.

Bien sûr, sa tâche était lourde. Mais ce dont elle souffrait le plus, c'était de ne pas avoir le temps de parler avec son mari. «En fait, fait-elle observer, nous n'avions que le vendredi soir et la fin de semaine, pour discuter et échanger tous les deux.

«Si bien, continue-t-elle, que pendant nos premiers 25 ans de mariage, Lucien et moi, nous n'avons pas couché une seule nuit à l'extérieur. Pour fêter nos noces d'argent, nos deux plus vieux nous ont amenés avec eux en Gaspésie. Un voyage inoubliable de sept jours. Ils n'avaient posé qu'une seule condition: défense absolue d'appeler à la maison pour prendre des nouvelles pendant notre absence». Plusieurs seront peut-être étonnés, madame Gagnon a suivi cette consigne à la lettre! Même si la tentation était forte de mettre la main sur le téléphone.

Les enfants ont fait un bon coup cette fois-là. Ils ont donné le goût à leurs parents de prendre des vacances. Par la suite, tous les ans, quoiqu'il arrive, ils faisaient un voyage. Ils ont conservé cette bonne habitude jusqu'à au décès de monsieur

Gagnon. Tout en se rappelant ces années difficiles, il ne faudrait pas conclure pour autant que madame Gagnon a été malheureuse à L'Acadie. Tel n'est pas le

cas. «J'ai connu là de très belles années, résume-t-elle. Tout d'abord, la famille de mon mari était très gentille. J'ai été facilement acceptée par mes

beaux-parents, des gens admirables. Nous n'avons pas mis de temps à nous faire des amis. Chez nos voisins, puis au village». Le 4 mai 1941, fut une journée mémorable: la

naissance de Fernand, l'aîné de la famille. Le premier petit-enfant du côté de la famille Gagnon. Il était l'adoration de son grand-père qui l'appelait affectueusement «le p'tit

ange à pépère Gagnon». Il l'a gâté le beau Fernand. Il lui est même arrivé de le «voler». Grand-papa allait le chercher à la maison, l'après-midi, pour l'amener avec

lui au champ. Sans en parler à sa mère qui avait des sueurs froides en voyant que son fils n'était plus dans son lit. Elle qui avait peur de la rivière comme de la peste

JEANS LIB

de retour avec le

10%

DE RABAIS

à tous les étudiants sur présentation de leur carte d'étudiant
Marchandises au prix régulier seulement

Camisoles et t-shirts
imprimés
rég.: 14,99\$

4⁹⁹

Lots de blouses et chemises
rég.: jusqu'à 26,99\$

9⁹⁹

Chemises rayées
point zéro
rég.: 35,99\$

24⁹⁹

Lots de gilets
genre Polo
rég.: jusqu'à 34,99\$

9⁹⁹

T-shirts
point zéro
rég.: 17,99\$

11⁹⁹

Pantalons
Président Store
rég.: 49,99\$

39⁹⁹

Vestes en denim
rég.: jusqu'à 119,99\$

49⁹⁹

JEANS LIB

carrefour richelieu

349-3961

NOUVELLE ADMINISTRATION - NOUVELLE COLLECTION - PRIX DE SATISFACTION



L'ancêtre du boeuf musqué vivait à l'ère glaciaire

L'ancêtre du boeuf musqué vivait à l'ère glaciaire tout comme le mamouth et le mastodonte; seul le boeuf musqué a survécu. Les premiers explorateurs ont qualifié de «musqué» ce boeuf, à cause de l'odeur que dégageait le mâle pendant la saison des amours. En parfumerie, le «Musk»... ça vous dit quelque chose? Larousse nous dit que le must est une substance odorante utilisée comme parfum et produite par certains mammifères.

En 1955, le Canada a émis un timbre représentant un boeuf musqué vu de face (Scott #352).

■ Boeuf en «pantoufles»!

En 1720, on a vu le premier boeuf musqué au pays, à la Baie d'Hudson. L'animal ressemble un peu au bison tout en ayant des caractéristiques du moufflon et de la chèvre. Le boeuf musqué possède un tronc puissant, des membres courts, une queue cou-



cée cachée sous sa fourrure, de courtes oreilles qui ressortent à peine de sa toison, des sabots arrondis et coupants lui donnant de la prise sur la glace; le crâne du boeuf

musqué est massif et garni de cornes sur le dessus de la tête; chez le mâle un sillon frontal sépare les cornes. La couleur du bouidé varie avec l'âge: pâle chez les jeunes; foncée chez les adultes; le pelage est très doux; sur le dos, il possède une tache en forme de selle; les pattes sont chauffées de «pantoufles».

■ Un gros doux

La femelle est plus petite que le mâle. Les

boeufs musqués vivent en troupe pouvant aller jusqu'à 100 bêtes... les femelles et leurs petits, les mâles aiment mieux vivre seuls ou en petits groupes; ils rejoignent les femelles durant la saison des amours. À la fin de l'été, les vieux boeufs musqués se retrouvent seuls... chassés du groupe par les plus jeunes. Lorsque la troupe attaque, les bêtes

soient protégés. Comme c'est un animal assez doux, le boeuf musqué attaque uniquement s'il n'a pas le choix: s'il est agressé ou blessé.

■ Tête baissée

Ce bouidé possède une ouïe aussi excellente que sa vue; il marche lentement et pesamment. Par contre, s'il doit le faire, le boeuf musqué court très rapidement. La migration saisonnière est pratiquement nulle; un déplacement d'une cinquantaine de milles, pas plus. Les différents troupeaux ne rivalisent pas pour occuper certains secteurs territoriaux. En captivité, des boeufs musqués ont vécu une vingtaine d'années. Le loup est le pire ennemi de l'animal. Le boeuf

musqué habite la toundra arctique. Il est polygame. Pour conquérir une femelle, deux mâles peuvent s'affronter; ils le font tête baissée, en se balançant la tête de chaque côté. Grâce à la chair du boeuf musqué des expéditions de l'Arctique ont pu subsister. En voici un autre vue de côté, cette fois; ce timbre de 59 cents fait partie de l'actuel série courante... donc disponible au bureau de poste.

■ Prochaine assemblée

L'Union philatélique tiendra sa prochaine réunion lundi le 29 mai à 19 heures au Centre Culturel Fernand-Charest, situé au 190 de la rue Laurier, à Saint-Jean-sur-Richelieu. Bienvenue à tous.



forment un demi-cercle; les adultes mâles devant, les jeunes boeufs musqués à l'intérieur du demi-cercle... afin qu'ils

Jeux de lettres



Lise Ferland

L'Officiel du scrabble en vigueur le 1er janvier

Effectivement, l'Officiel du Scrabble de mauvaise réputation mais approuvé par toutes les fédérations de scrabble francophone entrera en vigueur le 1er janvier 1990. Moins encyclopédique que le P.L.I., l'ODS sera toutefois un ouvrage plus exhaustif qui plaira très certainement aux cruciverbistes et aux amateurs de jeux de lettres. En effet, l'ODS puisqu'il faut l'appeler par son nom, inclura tous les mots du Petit Larousse illustré, anciens et nouveaux, des centaines de mots proposés par les fédérations membres de la FISF (fédération internationale de scrabble francophone) et la grande majorité des mots des dictionnaires courants. Notre banque de mots augmentera ainsi de 20%. Outre un vocabulaire très complet, les scrabbleurs trouveront dans l'ODS une information sur: les mots invariables, les pluriels et féminins irréguliers; le présent des verbes en -ELER et en -ELER, les formes acceptées des verbes défectifs, les participes passés invariables, la prononciation des mots difficiles.

nous serons au courant de son arrivée, nous ne manquerons pas de vous le faire savoir. Une nouvelle prématurée, direz-vous... certes! mais elle n'avait que pour principal but de vous faire faire des économies d'argent. En conclusion, si vous êtes un amateur du jeu de scrabble, attendez patiemment la venue de l'ODS dans nos librairies car dès le 1er janvier 1990, nos chroniques tireront leurs références de ce nouvel ouvrage. Bonne semaine.

N.B. Dans l'édition du 10 mai 1989 on aurait dû lire ARANTÈLE: toile d'araignée au lieu de «ARANTILES».

■ Un tournoi provincial de scrabble a eu lieu dans la région

Le 7 mai dernier, le club Bravissimots de Saint-Jean tenait son tournoi annuel à la salle Mille Roches d'Iberville. Près de 90 scrabbleurs ont disputé les 2 parties qui étaient à l'horaire. Le vainqueur de cette compétition, Monsieur Jacques Forbes du Club d'Anjou, remporta le tournoi avec une moyenne de plus de 97%. Une équipe de 28 membres et amis ont contribué à la grande réussite de ce tournoi provincial. Merci! et à toutes nos félicitations, spécialement au comité organisateur.

■ À JOUER PARTIE DE SCRABBLE

4^e partie disputée lors du Championnat du Québec, «classe A, A+», le 30 avril 1989.

| N° | Tirage | Retenu | Réf. | Pts |
|----|-------------|------------|------|-----|
| -1 | DEEORQ? | | | |
| 2 | DE + TOOEE | ROQ(U)E | H-4 | 24 |
| 3 | OOE + ADJT | DETROQUEE* | H-1 | 48 |
| 4 | OOT + ACIL | JADE | G-9 | 37 |
| 5 | BIFGLUS | COLORIAT | 4-D | 70 |
| 6 | G + AIIO? | FUSIBLE | 2-B | 36 |
| 7 | GIO + CEPT | (P)IPA | 1-A | 30 |
| 8 | G + MMRWEE | PICOTEE | 12-A | 28 |
| 9 | MW + BIRRU | GRIMEE | B-10 | 24 |
| 10 | BIRU + LVY | WURM | 7-G | 24 |
| 11 | IUV + AEMS | BERYL | 15-A | 78 |
| 12 | UAM + EHRU | SEVI | H-12 | 37 |
| 13 | U + FHNZAA | HUMERA | 5-A | 30 |
| 14 | UFZA + AES | HAN | I-13 | 26 |
| 15 | FAAS + ENX | HUEZ | A-5 | 48 |
| 16 | FAEN + EEL | AXAS | 10-E | 50 |
| 17 | A + ILLNOTV | ENFLEE | 8-J | 42 |
| 18 | GNNOSUU | ENVOILAT | N-8 | 88 |
| 19 | GNUU + ETU | EONS* | F-12 | 23 |
| 20 | U + AIKRST | FUGUENT | L-8 | 22 |
| 21 | DAESIN | SURIKATE* | O-1 | 104 |
| 22 | DI | NASE* | O-12 | 28 |
| | | CI | C-12 | 14 |
| | | | | 911 |

* MOTS 1989 du P.L.I.

■ Améliorez votre vocabulaire

ANGLICISME. Le gouvernement vient de «laisser savoir». La forme correcte: le... vient de FAIRE SAVOIR.

■ Enrichissez votre vocabulaire

Un tôt-fait est une pâtisserie d'une préparation simple et rapide. Pl. des tôt-faits.

Mot secret

7 LETTRES CACHÉES

LA POSTE

Lorsque tous les mots ci-dessous auront servi pour encadrer ces lettres, il ne vous restera que les lettres servant à révéler le mot mystère.

| | | | | | | |
|---------|----------|---------|-----------|---------|---------|---------|
| A | C | droit | homme | motion | R | T |
| abus | chrétien | E | I | N | règle | tenu |
| action | conclue | emmené | instant | nombre | rejet | titre |
| adopter | consiste | entente | L | O | retard | tourner |
| appui | contre | espoir | loi | O | retiré | tout |
| attente | D | état | M | obtenir | retirer | trop |
| autre | débat | exécuté | membre | P | retour | U |
| avoir | demande | F | même | peiner | réussir | unir |
| B | diminuer | fier | mien | période | rien | V |
| but | diverse | H | ministère | poste | S | voir |
| | doter | hier | miser | propos | sort | voter |

| | | | | | | | | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|---|---|---|---|----|----|----|----|----|----|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 |
| 1 | D | I | M | I | N | U | E | R | R | E | T | P | O | D | A |
| 2 | E | I | N | E | I | M | S | I | I | R | E | I | F | C | E |
| 3 | M | X | V | R | M | C | P | E | T | N | E | T | T | A | N |
| 4 | A | O | E | E | E | O | N | S | I | E | I | U | R | T | |
| 5 | N | V | N | C | R | N | I | E | T | U | O | T | D | A | E |
| 6 | D | E | O | I | U | S | R | R | N | N | R | R | B | P | N |
| 7 | E | I | O | I | P | T | E | U | E | E | A | U | D | O | T |
| 8 | R | D | U | C | R | T | E | N | O | T | S | T | M | R | E |
| 9 | E | E | F | P | O | E | L | I | E | T | O | B | S | T | T |
| 10 | T | B | U | V | P | N | J | R | I | I | R | U | S | N | S |
| 11 | S | A | M | S | O | A | C | E | E | E | T | O | R | R | I |
| 12 | I | T | T | I | S | I | O | L | T | B | P | E | S | E | S |
| 13 | N | T | T | A | S | I | G | I | U | V | O | I | R | I | N |
| 14 | I | O | D | O | T | E | R | T | O | E | M | M | O | H | O |
| 15 | M | E | M | B | R | E | R | I | T | E | R | T | N | O | C |



Débloquer la couleur longue

Plusieurs contrats sont réussis parce qu'un défenseur n'a pas su débloquer la couleur de son partenaire et non pas grâce à un miracle. Il est important pour la défense, pour ne pas dire impératif, de débloquer la couleur longue de son partenaire. Ceci est aussi vrai pour le déclarant.

■ Débloquer la couleur longue

Le déblocage consiste à jouer les honneurs de la main courte avant ceux de la main longue. Ce déblocage conserve la communication dans la couleur et permet l'utilisation complète des levées disponibles dans une couleur.

Par exemple, si vous avez R-9 face à A-D-V-8-6, il faut jouer 1- le 6 vers le roi et 2- le 9 vers l'as. Et non pas jouer l'as en premier puis le roi. Si vous faites cela, la couleur se trouve bloquée. Il n'existe plus de communication entre les deux mains dans cette couleur, ce qui empêche de défiler la longueur.

■ Au jeu

En sans-atout, l'entame se fait souvent dans la couleur longue de celui qui entame. Pour cette raison, il est impératif de débloquer la couleur de l'entame, c'est-à-dire qu'il faut jouer les plus hautes de cette couleur à chaque fois que cela est possible.

La donne suivante qui a été jouée au duplicata de la semaine dernière est un bel exemple en ce sens.

Donneur: nord
Vulnérabilité: nord-sud

Nord
 ♠: R-5-4
 ♥: 10-6
 ♦: R-V-8-4-3-2
 ♣: V-9

Ouest
 ♠: 9-6
 ♥: 7-3
 ♦: 9-7-6
 ♣: A-R-D-10-6-4

Est
 ♠: A-D-10-3
 ♥: A-R-D-8-5-2
 ♦: 10-5
 ♣: 8

Sud
 ♠: V-8-7-2
 ♥: V-9-4
 ♦: A-D
 ♣: 7-5-3-2

Les enchères:

| Sud | Ouest | Nord | Est |
|-------|-------|-------|-------|
| --- | --- | passé | 1 co |
| passé | 2tr | passé | 3 co |
| passé | 3 sa | passé | passé |

Entame: 8 K

■ Un miracle

À la vue du mort, je ne peux faire autrement que de réciter quelques prières. Je souhaite un miracle: un partage 4-4 en K. Je décide d'affronter mon destin et je joue le 5 de K du mort pour la dame de sud. Ce dernier revient de l'as de K. Je me dis alors: «Sud déblocage les K pour son partenaire, ce qui signifie que le partage était 5-3. Donc, je chute de un. Zut alors.» Et je continuais à maugréer et à penser au beau contrat de 4 co que nous avions raté.

Mais quelle ne fut pas ma surprise de voir un retour tr à la troisième levée. Merci mon Dieu! J'ai été exaucé. Un miracle s'est produit. Pas vraiment, sud a simplement commis l'erreur de bloquer la couleur de son partenaire. Sur l'entame, sud doit prendre de l'as et revenir de la dame de K que nord va croquer avec le roi pour ensuite défiler sa longueur en K. Et le contrat chute de deux.

Éviter donc les miracles, débloquer la main de votre partenaire.

■ Activités

N'oubliez pas le bridge duplicata le mercredi soir au restaurant Le Louvre à 19h30. Les résultats du 3 mai sont les suivants: 1. Louise Gagnon et Yolande Prudhomme (66.3%). 2. Claude Landry et Hélène Robert (65.2%).

Il y aura une rencontre des équipes de 4 ligue A le 12 mai au restaurant Le Normand à 20 heures.

Alcool

«J'ai commencé à être plus honnête»

Depuis que je fais partie du mouvement Alcoolique Anonyme, j'ai commencé à devenir plus honnête. J'ai cessé de mentir à mon épouse, je suis ponctuel à mon travail et j'essaie de bien gagner mon salaire.

c'était les bars et brasseries avec tout ce que cela comporte. Je ne pensais qu'à boire et je ne pouvais m'imaginer sans un verre d'alcool.

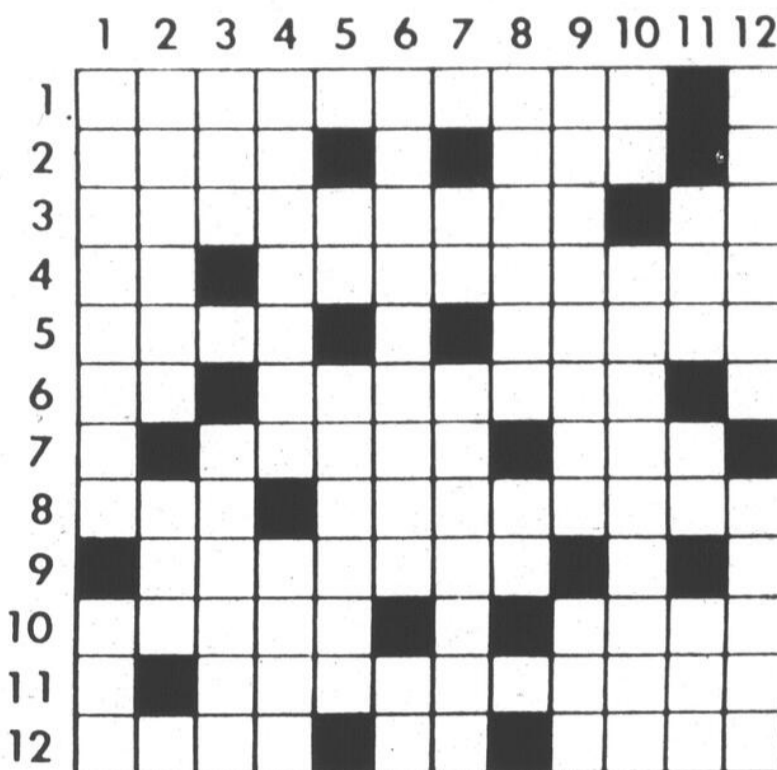
Grâce à Alcoolique Anonyme je suis sobre depuis maintenant 20 mois et je vous dis merci.

P.S. Continuez de m'accepter comme vous l'avez toujours si bien fait.

Maintenant je peux dire que j'aime ma famille et mes amis. J'apprécie mon épouse pour tout ce qu'elle a fait pour moi et qu'elle fait encore et je suis d'avantage compréhensif et amoureux avec mes enfants.

Pour joindre le Mouvement Alcoolique Anonyme à Saint-Jean, téléphonez au: 347-6580.

Quand je buvais, j'étais égoïste. Mon univers



39



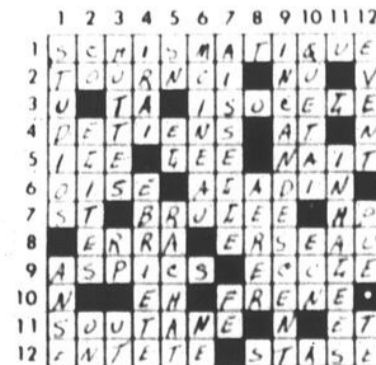
HORIZONTALLEMENT

- 1- Relatives au cou.
- 2- Clôture d'arbustes - Fleuve suédois.
- 3- Refuser de recevoir - Acquis.
- 4- Pronom pers. - Le plus haut grade d'une faculté (pl.).
- 5- Ville allemande - Petit cigare.
- 6- Notre-Seigneur - Abonde dans un lieu, en parlant d'une sorte d'animaux nuisibles.
- 7- Se trouva - Dont l'âme est agitée.
- 8- Chez les gnostiques, esprit émané de l'intelligence éternelle - Liquide analogue au sérum sanguin.
- 9- Projet.
- 10- Classa par séries - Changea d'affectation.
- 11- Consacrerait.
- 12- Lieu de délices - Traditions - Intente.

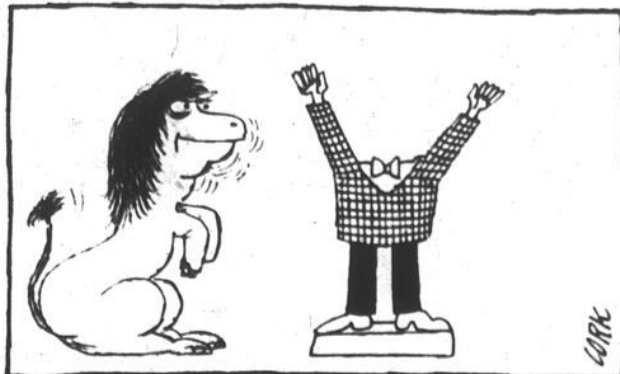
VERTICALEMENT

- 1- Foyer dans lequel on fait ordinairement du feu - Transpire.
- 2- Fêtes en l'honneur d'Eaque - Petit poème.
- 3- Rivière, en espagnol - Agace.
- 4- Ecoulait - Une des collines de Jérusalem.
- 5- Note de la gamme - Capitale des îles Bahamas.
- 6- Attachée à une croix - Éprouvé.
- 7- Pronom neutre anglais - Anneaux suspendus à la selle.
- 8- Hommes joyeux et sans souci - Pron. indéfini.
- 9- Expérimentés - Partie du pain.
- 10- Pron. pers. - Faibles.
- 11- Lettre de l'alphabet grec - Note - Explosif.
- 12- Écume qui se forme à la surface de certains liquides - Se fait remarquer.

Solution du No. 38

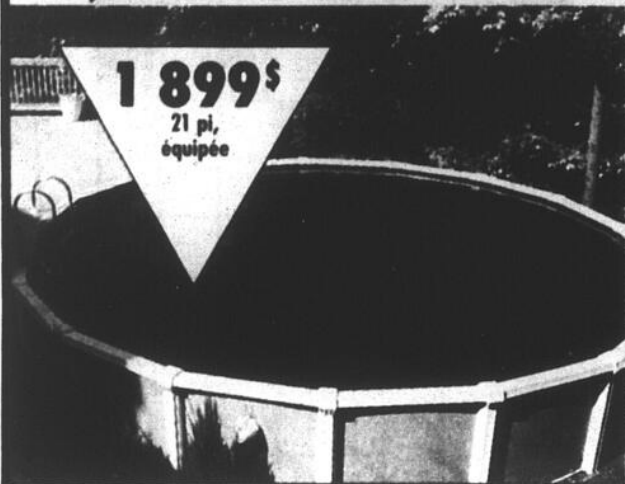


POUR rire



LE DEFI CITADELLE FRAPPE PLUS FORT

QUALITÉ MAXIMUM! PRIX MINIMUM! TOUTE LA MARCHANDISE Y PASSE!



1 899\$
21 pi,
équipée

Piscine hors-terre
Marquise, 21 pi, modèle de base, comprenant : échelle en aluminium • filtre (1 force) • écumoir • ensemble d'entretien • thermomètre • sable • manche télescopique • boyau • revêtement extérieur avec rebord de 6 po en acier galvanisé, recouvert de vinyle. 24 pi—seulement 1 999\$



9 999\$
équipée et
installée par
les experts
Citadelle

Estimation et plan d'aménagement à domicile, sans frais.

Piscine creusée
Estivale, polygone, modèle de base • 19 x 31 pi • équipée, incluant le trottoir de 300 pi² • le modèle offert peut différer de celui représenté sur la photo.



12 999\$
équipée et
installée par
les experts
Citadelle

**RÉSINE
DE SYNTHÈSE**
STRUCTURE
GARANTIE
50 ANS

Estimation et plan d'aménagement à domicile, sans frais.

Piscine creusée
Platinum, multiforme P, 19 x 31 pi, modèle de base, comprenant : • trottoir de 300 pi², installation et équipement d'entretien et de sécurité • marche de 4 pi • tremplin et échelle en sus • le modèle offert peut différer de celui représenté sur la photo.



Maintenant à
2 499\$

Spa Citadelle
modèle 460 régulier • 4 places • avec canapé et banquettes • contour en sus • pour l'extérieur et l'intérieur



299\$

**MEUBLES
GARANTIS
5 ANS**

Ensemble de patio comprenant : • 1 table St-Tropez • 4 chaises Bali empilables • 1 parasol de 7 1/2 pi en Textelene® super opaque • 1 base de ciment • **GRATUIT** : assortiment de napperons à l'achat de cet ensemble de patio.



499\$

**MEUBLES
GARANTIS
5 ANS**

Ensemble de patio comprenant : • 1 table ovale Hawaï blanche • 4 chaises Calypso, 5 positions • 1 parasol de 7 1/2 pi en Textelene® super opaque • 1 base de ciment • **GRATUIT** : assortiment de napperons à l'achat de cet ensemble de patio.

84,99\$
pour
30 kg



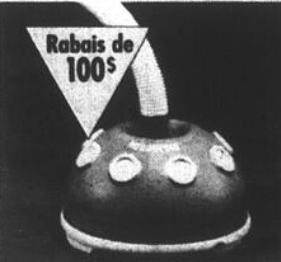
94,99\$
pour
35 kg

Baril de Citadelle grand • également disponible 20 kg pour seulement 64,99\$ • Limite : 1 par client

JUSQU'À 100\$
pour votre vieux filtre à l'achat d'un filtre Citadelle.

GRATUIT!

Obtenez un vaporisateur nettoyant Citanet à l'achat d'une trousse d'ouverture pour la piscine.



**Rabais de
100\$**

Robeuses automatiques pour piscines. Disponible en 3 modèles : • AQUADROID (notre photo) • QUESTA • POOLVAC

TOILES SOLAIRES
De marques Citadelle et Sealed Air

| | |
|----------------------|----------------|
| 15 pi pour seulement | 29,99\$ |
| 18 pi pour seulement | 39,99\$ |
| 21 pi pour seulement | 49,99\$ |
| 24 pi pour seulement | 59,99\$ |
| 27 pi pour seulement | 79,99\$ |

Gratuit! Demandez votre ballon Citadelle (pour tout enfant accompagné d'un adulte). Analyse d'eau sans frais dans tous les centres Citadelle.

Plus que jamais, nous défions la compétition! Personne ne peut offrir meilleure qualité à meilleur prix.

Si vous trouvez le même produit annoncé à meilleur prix, non seulement nous l'égalons mais nous vous ferons un prix encore plus bas. Jusqu'à épuisement des stocks.

Plus que jamais Citadelle est numéro un!



CITADELLE



**N°1
SUR TOUTE
LA LIGNE**

Centre Citadelle
St-Jean
575, boul. Pierre-Caisse
349-6761

Du lundi au vendredi de 9h à 21h. Samedi de 9h à 17h. Dimanche de 10h à 17h. Le département de meubles de patio est fermé le dimanche.