

Subventions aux
environnementalistes

Le ministère de l'Environnement du Québec a annoncé la semaine dernière l'octroi de 11 subventions totalisant 75 800 \$ qui seront versées à des groupes environnementaux de la région Chaudière-Appalaches dans le cadre du programme Action-Environnement. Ainsi le Groupe d'initiative et de recherche appliquées au milieu (GIRAM) recevra 6500 \$ pour faire ressortir les caractéristiques du secteur riverain Ville-Guay, à Lévis, et en évaluer les capacités d'accueil résidentielles et industrielles. Le groupe Fleurbec obtient 11 500 \$ pour une campagne d'information sur les plantes rares ou menacées tandis que Les Amis du Saint-Laurent disposeront de 6500 \$ pour un projet de mobilisation des milieux décisionnels en vue de la reconnaissance, par voie législative, du fleuve et de ses rives comme un ensemble unique.

Fêtes populaires Pointe-Lévy

Moyen principal de financement des Fêtes populaires Pointe-Lévy (Tél.: 838-4930), qui auront lieu à Lévis du 11 au 15 août, la vente des billets pour le tirage de la maison se déroule au-delà de toutes espérances et on estime qu'environ 2000 billets à 100 \$ chacun ont déjà été vendus. Les organisateurs de cette campagne de financement visaient un objectif de 3500 billets. Cette maison, d'une valeur de 140 000 \$, a été construite au 775, rue Félix-Antoine-Savard, à Pintendre, grâce à l'appui de 96 commanditaires qui ont fourni biens et services. Le gagnant de la maison peut choisir de l'habiter ou prendre un montant de 75 000 \$. Des prix de 1000 \$ sont accordés à des détenteurs de billets à chaque mois d'ici le tirage de la maison, qui aura lieu le 15 août.

SAINT-ROMUALD

Fête de l'eau

La Fête de l'eau de Saint-Romuald revivra pour une quatrième année, les 19 et 20 juin, alors que tout un éventail d'activités destinées à toutes les clientèles seront organisées sur le terrain du Juvénat Notre-Dame et au parc du Rigollet, sous le thème « Plongez dans la Fête de l'eau ». Exposition artistique, activités nautiques, tournois sportifs, spectacles, soirée rock et rétro et feux d'artifices composeront cette fin de semaine de festivités où personne n'aura le temps de s'ennuyer. Les sportifs prendront part à la balade en ponton sur le fleuve, à la coupe Mémento pour voiliers ou à un tournoi de volleyball tandis que ceux qui sont portés sur les choses culturelles iront admirer les quelque 1000 œuvres d'artistes de la région ou participer au concours de photographie, activités organisées par la Coopérative artistique Les Etchemins. Pour de plus amples informations s'adresser au Service des loisirs, 839-6413.

SAINT-GEORGES

Subventions au golf

Le Club de golf de Beaucheville décroche une subvention du gouvernement fédéral s'élevant à 20 160 \$ alors que celui de Saint-Georges bénéficie de 28 350 \$ avec le programme de l'Article 25 de la Loi sur l'assurance-chômage. Pour compléter son aménagement, 16 775 \$ ont été alloués au Zacharois. Le député Gilles Bernier annonce la formation de trois opérateurs pour la Société généalogique de Montmagny. Les cours seront dispensés au cégep Beauchamp-Appalaches alors que la pratique se fera au palais de justice de Saint-Joseph.

Exposition

La sculpteuse Yvette Bisson présente « Unité ferme » au Centre d'art Saint-Georges, du 12 juin au 29 août, au 1125, 3e Avenue. Sensible à la thématique de la femme depuis plus de 20 ans, l'artiste explore le thème « L'Église, au masculin déprimé » et « L'Église, au féminin réprimé ». Yvette Bisson a fondé l'école de sculpture Saydie Bronfman de Montréal, réalisé une exposition au Musée du Québec et participé au Festival Shakespeare.

BEAUCHE-SARTIGAN

Secrétaire pour le Québec

Le directeur général du Bureau de tourisme et des congrès de Beauchamp-Sartigan, M. Éric Fournier, est élu secrétaire de l'Association des commissaires touristiques du Québec. L'Association comprend une quarantaine d'organismes au Québec et même ses activités depuis 1988.

Saint-Joseph, de la Couronne et Dorchester

Le centre-ville reprend vie

QUÉBEC — Il y a des signes évidents de revitalisation commerciale au centre-ville de Québec. Le secteur de la rue Saint-Joseph, dans Saint-Roch, en est un bel exemple : alors qu'il y a eu 49 000 \$ d'investissement privé dans ce secteur en 1988, il y en a eu 1 670 000 \$ l'année dernière, sans compter le 1,5 million \$ pour le Centre local de services communautaires (CLSC).

textes de ROBERT FLEURY
LE SOLEIL

Ces investissements sont surtout liés à des travaux de rénovation et d'amélioration d'édifices. « Il y a moins de locaux vacants que l'année dernière. Le climat change avec La Fabrique, place Saint-Roch et l'Environnement qui s'en vient. Je crois que ça bougera plus fort sur Charest que sur Saint-Joseph, qui va en profiter par incidence. Le retour au centre-ville n'est pas une mode qui passe, c'est là pour durer », observe

Martin Mainguy, le président de l'Association des gens d'affaires du quartier Saint-Roch.

L'existence même de l'association aurait été impensable il y a deux ans tant le pessimisme était de bon aloi. Et pourtant elle rejoint déjà le tiers des marchands extérieurs au mail !

On rénove plus qu'avant

« On compte environ 12 % de locaux vacants contre 20 % il y a un an », observe Renée Desormeaux, conseillère aux implantations commerciales à l'Office municipal de développement économique de Québec (OMDEQ).

« Nous avons au moins cinq propositions de développement pour l'automne sur Saint-Joseph et plusieurs rénovations d'importance », indique Danielle Lapointe, animatrice socio-économique au bureau de quartier. Le bureau, situé temporairement au 770, Saint-Joseph dans le mail, déménage à La Fabrique le 1er septembre. La vocation des rues commerciales est différente de celle du mail, les commerces y sont complémentaires.

Rue d'ambiance pour nouvelles tendances

« L'innovation, les nouvelles modes partent généralement des centres-villes parce que c'est moins cher. Saint-Joseph a une vocation culturelle, de boutiques spécialisées, de restaurants branchés, à cause de son

cachet particulier. Si on veut implanter un salon de thé, c'est sur Saint-Joseph qu'il faut le faire et non dans le mail », expliquent Renée Desormeaux et Danielle Lapointe qui se disent toutefois conscientes qu'il est plus difficile de maintenir un achalandage en soirée, du moins pour l'instant.

« On trouve de beaux édifices sur Saint-Joseph plus encore que sur Saint-Jean ou Cartier. C'est une rue d'ambiance et il y a beaucoup de potentiel avec le bureau de poste, le cinéma Midi-Minuit, l'édifice Saint-Georges, le théâtre de Crystal », ajoute l'architecte-stagiaire Youssef Hajj. Mais pour les cafés-terrasses, il faudra faire comme sur Saint-Jean : dans la cour arrière car il n'y a pas de place sur les trottoirs !

Service rapide pour rues très passantes

Quant aux rues de la Couronne et Dorchester, les commerces doivent s'orienter davantage vers le service minute genre pharmacie, teinturier ou la restauration rapide. Déjà, la rue de la Couronne a changé d'apparence et des petits commerces (accommodation, restaurants) ont renoué leur façade avec l'aide financière de la ville. Dorchester subira le même sort cet automne au grand dam des automobilistes.

« La rue Saint-Vallier Est a été oubliée par la revitalisation. La ville devrait penser à réaménager les abords de la Fabrique avec des plantations, notre rue est dénudée », observe Bernard Couturier, un homme d'affaires dont le commerce est situé derrière le terminus Voyageur.

La rue sinuose est fort jolie mais elle se cherche visiblement une vocation même si des signes évidents de rénovations résidentielles se manifestent près de Dorchester avec les Lofts du Soleil entre autres (Canadel).

« Saint-Vallier Est a surtout une vocation culturelle avec ses ateliers d'artistes. Elle offre beaucoup de potentiel en ce sens », commentent les gens de l'OMDEQ. Mais pas d'argent pour rénover rue et façades pour le moment.

Boulevard Charest: l'inconnue

Le boulevard Charest demeure la grande inconnue et tous nos interlocuteurs se disaient incapables d'en prévoir l'orientation.

Quelque 150 employés municipaux arrivent à la Fabrique le 1er septembre. Un an plus tard, c'est 400 professeurs, employés de soutien et étudiants universitaires qui en font autant. Au printemps 1995, c'est plus d'un millier de fonctionnaires de l'Environnement qui s'installent au nord de place Saint-Roch.

« Nous constatons un nombre grandissant de transactions sur cette artère », observe Renée Desormeaux de l'OMDEQ. « Les gens d'affaires du centre-ville ont un virage à prendre et s'ils ne le font pas, d'autres vont le faire à leur place », dit Danielle Lapointe.

Une banque quitte le centre-ville ? Les autres font de meilleures affaires. Les investisseurs seraient indifférents à la réputation d'un quartier : ce qui les intéresse, c'est de faire de l'argent.

Un marché d'acheteurs immobiliers

« Le marché n'est pas facile mais nous croyons en l'avenir du quartier », commente Pierre Rioux. La société qu'il représente entend rénover l'édifice Masson en bordure du boulevard Charest et s'intéresse à d'autres aubaines.

« Il y a des propriétaires qui pensent faire de la spéculation mais ça ne marche pas », observe-t-on à l'OMDEQ. En effet les propriétaires se vendent à bon compte sinon pas de transaction.

Claude Gagné, agent immobilier chez Royal LePage en sait quelque chose. Il demandait un demi-million \$ pour le Midi-Minuit, ce bel édifice à l'architecture Art-Déco qu'il le sacrifie volontiers pour 300 000 \$!

« La ville de Québec devrait l'acheter, il n'y a pas de salle de spectacle pour la relève dans la basse-ville. Tout est concentré dans la haute-ville », dit-il. Mais la ville qui a déjà tant de propriétés sur les bras ne veut plus acheter. Avis donc aux intéressés !



En France, comme ici à Beauvais, les fêtes et spectacles historiques durent toute la saison touristique.

Jeanne d'Arc... comme une vraie religion

REIMS — Je croyais que ce n'était que du folklore. Je me trompais. Il s'agit d'une religion. La religion Jeanne d'Arc.

Hier matin, la petite Jeanne, 17 ans, est entrée cérémonieusement dans la cathédrale Notre-Dame de Reims, remplie pour l'occasion de notables de plusieurs villes de France et d'invités de quatre villes européennes. Après une messe solennelle, elle s'est rendue à pied à l'hôtel de ville recevoir les hommages des autorités civiles. Plus tard, en après-midi, un grand cortège, « le grand cortège des Sacres », a traversé tout le centre de la cité. Jeanne était le point de mire d'un défilé haut en couleur composé de 25 rois sacrés à Reims. En tout, 1500 figurants costumés et une centaine de chevaux.

Devant un parterre d'invités triés sur le volet, le député-maire de Reims, Jean Falala, a qualifié ces fêtes johanniques de « traditionnelles et de sacrées ». Il reprentait les paroles de l'évêque de Reims qui, du haut de la chaire de la cathédrale, avait proposé Jeanne comme un modèle à tous les croyants et à tous les hommes de bonne volonté de la terre...

Je veux bien, mais trop de Jeanne récupérée autant par le pouvoir religieux que par le pouvoir politique, ça risque de donner une indigestion. Outre Rouen et Reims, la ville d'Orléans a elle aussi ses fêtes en l'honneur de la Pucelle.

Il reste que cela donne l'occasion d'organiser des fêtes populaires très relevées et toujours collées sur l'histoire. Et les costumes sont remarquables, fidèles à l'époque. Ils sont souvent taillés dans des tissus de grande qualité. Les gens prennent ça au sérieux visiblement.

À Reims, les fêtes durent six jours, du 9 au 14 juin. Une grosse fin de semaine tout entière consacrée à l'héroïne nationale. Le reste du temps, on anime les places publiques à l'aide d'artistes et de commerçants.

Cette année, les organisateurs avaient invité des troupes de musiciens et danseurs des quatre villes jumelées à Reims : Florence, Salzbourg, Canterbury et Aix-La-Chapelle. On tenait aussi en même temps un festival folklorique international avec des ensembles norvégien, portugais, bulgare, hongrois, israélien, américain, français et russe.

Reims fait partie de la Fédération française des fêtes et spectacles historiques. Cette ville aime en outre établir des contacts vivants avec d'autres villes européennes. En guise d'exemple, son conseil municipal votera cette semaine une aide financière pour aider la ville de Florence à restaurer sa fameuse galerie des Offices abimée récemment par un attentat à la bombe.

Il est en outre à noter que ce sont les viticulteurs et les

industriels du champagne dont Reims est la métropole avec Épernay, sa voisine, qui finance la restauration de l'imposant portail de la cathédrale. Un travail gigantesque et coûteux.

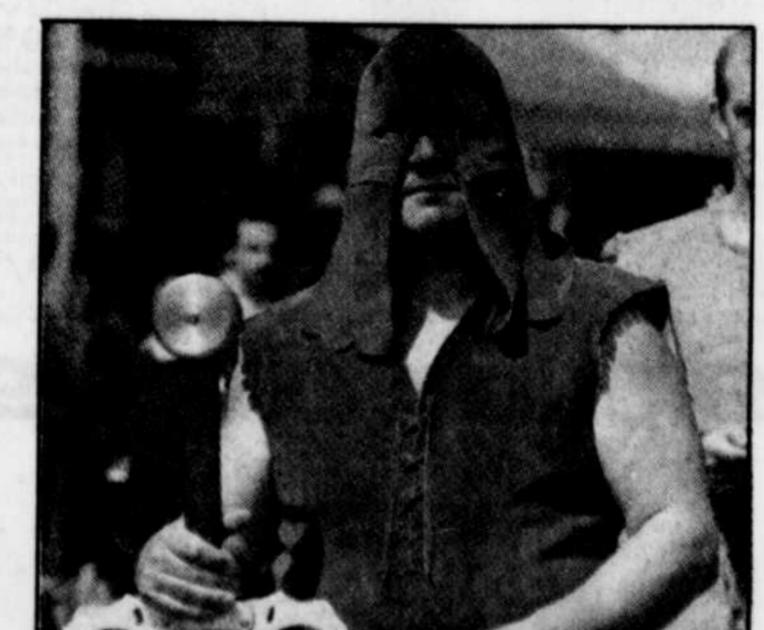
Les Rémois sont sur le point d'entreprendre des fouilles archéologiques majeures près de la cathédrale pour retrouver le « baptistère » de Clovis roi des Francs.

On sait que ce Clovis fut baptisé le jour de Noël de l'an 498 par l'évêque Rémi, scellant ainsi l'union des Francs et du christianisme : « Courbe la tête fier Sicambre ; adore ce que tu as brûlé, brûle ce que tu as adoré. »

C'est à partir du 11e siècle que les rois de France prennent l'habitude de venir se faire sacrer à Reims. Jeanne ne s'y était pas trompée, en 1429, quand elle vint assister, en armure, au sacre de Charles VII. La littérature lui a fait dire à ce moment la phrase encore reprise aujourd'hui : « Il a été à la peine, il était juste qu'il fut à l'honneur. »

La route des Médiévales n'amène pas qu'à Jeanne d'Arc, heureusement pour elle. Des dizaines d'autres villes françaises préfèrent mettre en valeur les traditions populaires plutôt que les héros ou les héroïnes. En fait, ces fêtes et spectacles historiques durent toute la saison touristique. Il y en a de typiques dans toutes les régions.

Phrase entendue, cette semaine, de la bouche d'un préfet de région qui prononçait un discours officiel : « Il y a trois grandes figures améthystiques dans l'histoire de France : Charlemagne, Jeanne-d'Arc et Charles De Gaulle... » Ça ne s'invente pas.



Un bourgeois venu du fond des âges.



Fête de la famille

Près de 1000 personnes ont participé hier à la « Fête de la famille » marquant le cinquième anniversaire de la Fondation Georgette-Lavallée. L'organisme, qui porte le nom d'une enseignante de Québec qui s'est dévouée à la cause des jeunes avant de mourir en 1987, vise à faciliter l'intégration des enfants démunis au milieu scolaire. Le territoire desservi couvre la Vieille Capitale et la ville de Vanier, donc la clientèle des écoles primaires du réseau de la CECQ. Pique-nique, jeux, ballons, musique et work-out étaient au rendez-vous de cette journée ensoleillée, en bordure de la Saint-Charles, plus précisément au parc de la Jeunesse, rue du Pont. Une oasis adorable, à l'abri du regard des automobilistes pressés. L'événement s'est déroulé sous la présidence d'honneur de Mme Hélène Turcotte, ex-présidente du Carnaval de Québec et présidente de HT Communication.

■ Investissements dans la Petite Cascapédia

SAINT-EDGAR — Les dirigeants de la ZEC de la rivière Petite Cascapédia ont souligné, la semaine dernière à Saint-Edgar, l'ouverture de leur nouveau poste d'accueil, rénové au coût de 40 500 \$, en plus de procéder à la relance de leur campagne de financement et d'ouvrir la saison de pêche sportive. Des ensemencements de 10 000 saumoneaux et 12 000 tacons ont

également été effectués en après-midi, portant à 109 000 \$ les sommes dépensées en 1993 pour la restauration de la Petite Cascapédia. Environ 171 000 \$ de plus seront investis d'ici la fin de 1993 en vertu du Programme de développement économique du saumon. En tout, 698 600 \$ seront injectés en cinq ans pour améliorer la capacité de pêche sur cette rivière. De ce montant,

104 790 \$ doivent être amassés dans la communauté. La campagne de financement a déjà permis de recueillir 32 975 \$ à échelonner sur cinq ans, dont 13 975 \$ consacrés à la seule année 1993. La firme Stone-Consol pourrait également y injecter 50 000 \$, conditionnels à un engagement monétaire enthousiaste des pêcheurs sportifs.

S'ils ont finalement décidé de se lancer dans une course aux capitaux, la centaine de participants à l'assemblée publique n'en ont

Notre plus grand solde de robes de l'année!



39,99 \$ et 59,99 \$ ch.

LA BAIE

L'AVANTAGE DES MEILLEURS PRIX

Compagnie de la Baie d'Hudson

Centre de ski du Massif du Sud

Le milieu en course pour amasser un demi-million \$

BUCKLAND — La Corporation d'aménagement et de développement du Massif du Sud a dévoilé, hier, les grandes lignes de son projet de rachat par la collectivité des actifs de la station de ski de Saint-Philémon et lancé par la même occasion une véritable course aux capitaux.

par FRANÇOIS POULIOT
collaboration spéciale

D'ici le 21 juin, date limite de l'appel d'offres lancé par les six caisses populaires créancières, la corporation de développement du parc régional devra avoir amassé au moins 500 000 \$, à défaut de quoi aucune soumission ne sera déposée.

Si l'objectif est atteint, l'offre sera également conditionnée à ce qu'au 15 septembre 1993, un million \$ soit détenu en fidéicommiss et qu'au 15 octobre, ce montant ait été converti en capital-action d'une nouvelle entité corporative, dûment autorisée par la Commission des valeurs mobilières.

« Ça nous prend un million pour redémarrer le centre. On va faire une offre de 500 000 \$ pour le rachat et conserver le reste en fonds de roulement », a expliqué hier la présidente de l'organisme, Mme Aurore Ménard.

C'est que pour disposer de liquidités et être à la fois rentable, le centre de ski ne peut se permettre de faire appel au financement bancaire. Selon une étude dévoilée hier, en l'absence de toute dette extérieure, le seuil de rentabilité de la station est de 42 000 jours/ski. Or, au cours des quatre dernières années, jamais l'achalandage n'est grimpé au-dessus des 37 000 jours/ski. L'an dernier, il n'a même pas dépassé le cap des 34 000.

S'ils ont finalement décidé de se lancer dans une course aux capitaux, la centaine de participants à l'assemblée publique n'en ont

pas moins étudié la possibilité de ne pas faire d'offre. La question s'est posée avec d'autant plus d'acuité lorsqu'ils ont été informés que la station touristique du Massif du Sud inc. n'était pas propriétaire du site du centre de ski mais bien liée par bail emphytéotique avec la corporation d'aménagement et de développement du parc. Il fut cependant impossible de savoir avec certitude si cette situation pourrait empêcher un éventuel démantèlement des actifs immeubles du centre de ski, le conseiller juridique de la CADMS, M. Georges Taschereau, n'ayant pu examiner le bail.

Les actions de la compagnie à être constituée sont en vente au coût de 5000 \$ l'unité. Des groupes peuvent être formés.

La cour tranche en faveur d'une CS Les parents doivent payer des frais de garde le midi

SAINT-LAMBERT — Les 60 parents, qui refusaient depuis deux ans de payer les 3,75 \$ par semaine que leur réclamait la commission scolaire des Chutes-de-la-Chaudière en frais de garde le midi pour chaque enfant, devront se résigner à le faire puisqu'un jugement de cour en a décidé ainsi la semaine dernière.

LE SOLEIL

Des parents de Saint-Lambert et de Saint-Jean-Chrysostome notamment soutenaient que la commission scolaire devait fournir ce service gratuitement parce que leurs enfants habitaient trop loin de l'école pour retourner dîner à la maison.

Cette décision de la cour permet donc dorénavant aux commissions scolaires de tarifer également les enfants qui sont obligés de dîner à l'école en raison de l'éloignement de leur domicile comme elles le font pour ceux qui au-

raient la possibilité de retourner chez eux le midi. Il semble d'ailleurs que la commission scolaire Élan-Bellechasse-Pointe-Lévy songe à imposer la même mesure à sa clientèle.

Cependant, selon ce même jugement, les parents demeurant à Saint-Jean-Chrysostome et dont les enfants fréquentent l'école à Saint-Romuald, sont pour leur part justifiés de refuser de payer la contribution réclamée étant donné que dans leur cas, le service de garde n'aurait pas été nécessaire si on avait au préalable respecté leur droit au choix de l'école.

Les clubs de l'âge d'or de l'Est du Québec participent davantage

SAINT-PASCAL — Les clubs de l'âge d'or de l'Est du Québec ne veulent plus rester confinés à un rôle d'associations de services. Ils sont déterminés à devenir des acteurs dans l'amélioration des conditions de vie socio-économiques de leur milieu.

par CARL THÉRIAU
collaboration spéciale

En fin de semaine, 450 personnes ont débattu de cette orientation principale au Centre communautaire Robert-Côté, de Saint-Pascal-de-Kamouraska, dans le cadre du 22e congrès de la Fédération de l'âge d'or de l'Est du Québec.

Le président Gérard Méthot, de Grande-Rivière en Gaspésie, a été réélu pour un cinquième mandat.

La Fédération des clubs de l'âge d'or du Québec est composée de 159 clubs représentant 25 000 membres dans le territoire compris entre Rivièrelle-Ouelle, dans le Kamouraska, jusqu'aux îles-de-la-Madeleine.

« Il nous faut créer des ponts avec les jeunes. Cela fait deux ou trois ans que nous travaillons plus particulièrement cette question. Nous avons des choses à faire afin d'aider les jeunes à demeurer

dans leur région », a commenté, en termes de bilan, le directeur général de l'organisme, Dominique Plante.

À titre d'exemple, les personnes âgées qui ont œuvré dans le domaine des affaires pourraient servir de ressources-conseils dans le démarrage et la gestion d'entreprises.

Les délégués ont manifesté leur inquiétude face à l'éclatement de la famille, au décrochage scolaire, aux jeunes itinérants, à l'écart grandissant entre les riches et les pauvres et à l'indifférence religieuse.

L'isolement de plusieurs personnes âgées et handicapées, les frais alloués pour les transporteurs bénévoles qui sont à déterminer par la Commission des transports du Québec et les politiques d'attribution des logements dans les habitations à loyer modique (HLM) ont aussi retenu l'attention des congressistes.

ECHOS DU BAS-ST-LAURENT

Rimouski aura son Taxibus en juillet

RIMOUSKI — La ville de Rimouski inaugurera, au cours du mois de juillet, un projet pilote de transport en commun, le Taxibus, qui permettra à la population de profiter de ce service sans devoir supporter par des taxes les déficits importants d'un service traditionnel de transport collectif par autobus. Un protocole d'entente est intervenu entre la ville de Rimouski et le ministère des Transports pour admettre de service de transport par taxi au programme d'aide gouvernementale au transport en commun. Taxibus est un projet pilote qui bénéficie d'une phase expérimentale de 24 mois.

■ Crabe des neiges : pas de hausse des prises

RIMOUSKI — Les 22 pêcheurs de crabe des neiges de la zone 17, entre Trois-Pistoles et Rivière-à-Claude et des Escoumins à Pointe-des-Monts, ont peu de chance de voir Pêches et Océans Canada accéder à leur demande et hausser le contingent global de 1300 à 1495 tonnes métriques. Ottawa dit non à une hausse de la récolte afin de protéger la ressource même si elle demeure toujours abondante. Mais si tel était le cas, au lieu d'augmenter le quota individuel des détenteurs de permis de crabe des neiges, le ministère fédéral haussierait plutôt le nombre de permis de pêche, afin d'aider les pêcheurs de poisson de fond qui connaissent des difficultés avec les espèces comme la morue et le turbot, dont les stocks sont en diminution.

■ Élections à Saint-Georges

Saint-GEORGES — Simon Roy a été élu conseiller municipal à Saint-Georges, à l'issue d'une élection partielle pour combler le poste laissé vacant par la démission de Simon Chabot. M. Roy a été élu par une majorité de 67 voix sur son adversaire Marcel Bérubé.

Constat de Parizeau dans les régions

L'autorité du Québec n'est plus ce qu'elle était

TROIS-RIVIÈRES (PC) — Les récentes manifestations qui se sont déroulées dans diverses régions du Québec au cours des dernières semaines et les visites que le chef du Parti québécois, Jacques Parizeau, a faites dans divers congrès régionaux de son parti, au cours du dernier week-end, l'ont amené, hier, à constater que l'autorité du gouvernement du Québec auprès des régions n'est plus ce qu'elle était.

Depuis une vingtaine d'années qu'il fait de la politique et depuis une trentaine d'années qu'il se promène dans les régions à titre d'économiste, M. Parizeau mentionne qu'il ne se souvient pas d'avoir vu dans les régions un degré d'inquiétude aussi grand quant à l'avenir.

« Des villes qui font la grève, c'est assez nouveau comme phénomène », a noté le chef du Parti québécois, après s'être adressé durant une cinquantaine de minutes aux militants réunis en congrès régional.

Selon lui, il s'agit là d'un phénomène nouveau mais très particulier de l'état d'esprit qu'il rencontre dans les congrès régionaux. « J'ai l'impression qu'on s'en va vers une prise de conscience nouvelle dans les régions. Il y a des choses qu'on n'accepte plus. J'ai de la difficulté à cerner ça. Je ne suis pas certain de tout comprendre ce qui se passe dans les régions mais il y a une chose qui est claire, a-t-il dit, c'est que l'autorité du gouvernement du Québec dans les régions n'est plus ce qu'elle était il y a encore quelques années. »

À son avis, il y a un problème

PQ : projet de décentralisation pour Montréal

MONTRÉAL (PC) — Le Parti québécois devant consacrer une grande partie de son congrès national d'août au développement économique d'un Québec souverain, un groupe de travail du parti a concocté un projet pour la région de Montréal dans un cadre de décentralisation.

Le député d'Hochelaga-Maisonneuve et porte-parole du PQ pour l'île de Montréal, Louise Harel, et son collègue de Westmount, Richard Holden, l'ont présenté, hier, à l'occasion des congrès régionaux dans Montréal-Centre et Ville-Marie, qui réunissaient 800 délégués péquistes des 33 circonscriptions de l'île.

Pondu pour améliorer les relations entre la métropole et l'État québécois, le projet consiste à créer un front uni régional qui tentera, lors du congrès, de faire reconnaître l'importance stratégique de la région métropolitaine.

« Le but est de mettre fin aux rivalités entre les municipalités de la région, d'arrêter la prolifération des réformes de structures initiées par les ministres Picotte, Côté et Bourbeau et de trouver une vision commune », a déclaré Mme Harel.

Les auteurs des propositions croient qu'avec la souveraineté et le rapatriement de 27 milliards \$ d'impôts, « au Québec et non pas à Québec », cet organisme formé d'élus fera le travail actuellement dévolu à des fonctionnaires provinciaux.

Pour Mme Harel, l'équation est simple : économie financière et décentralisation, la région gagnera sur tous les tableaux. Elle ne croit pas que cette proposition sera rejetée par les militants des autres régions du Québec, car « ils sont conscients que les structures politiques sont devenues trop lourdes et ne répondent plus au besoin des contribuables ».

FORFAIT GOLF ou SANTÉ

pour changement d'air ou remise en forme

PROMOTION DE JUIN

FORFAIT SANTÉ

2 jours, 2 nuits,
6 repas santé, 2 traitements
de détente

175\$ / personne
occupation double

FORFAIT GOLF

disponible à

75\$ par jour

Toute l'année, c'est l'escale du mieux-être.

L'AUBERGE PHILIPPE-AUBERT

1 heure (1) de Québec

34, av. de Gaspe O., Saint-Jean-Port-Joli

Dépliant et réservation: 1-800-463-3611

ainsi rapatrier ses instruments de développement.

« Ça, c'est un message que le congrès du mois d'août doit polariser », a affirmé le chef péquiste.

Celui-ci a indiqué qu'il ne fallait pas prévoir de changements à 180 degrés lors du prochain congrès national, mais il a ajouté que tout le processus menant à ces assises permettait d'approfondir des notions et d'entrer dans des choses beaucoup plus concrètes que ce que le parti avait jusqu'à maintenant. En ce sens, il a cité en exemple le projet du député Jean-Pierre Jolivet sur le développement de la forêt habité, soulignant que ce projet représentait un pas en avant considérable par rapport à tout ce que le Parti québécois a eu dans son programme depuis des années sur le sujet.

Invité à poser un verdict sur la région de la Mauricie, M. Parizeau a répondu que c'était une région qui voyait la fin d'une époque et que le gouvernement aurait peut-être dû voir venir cela il y a quelques années.

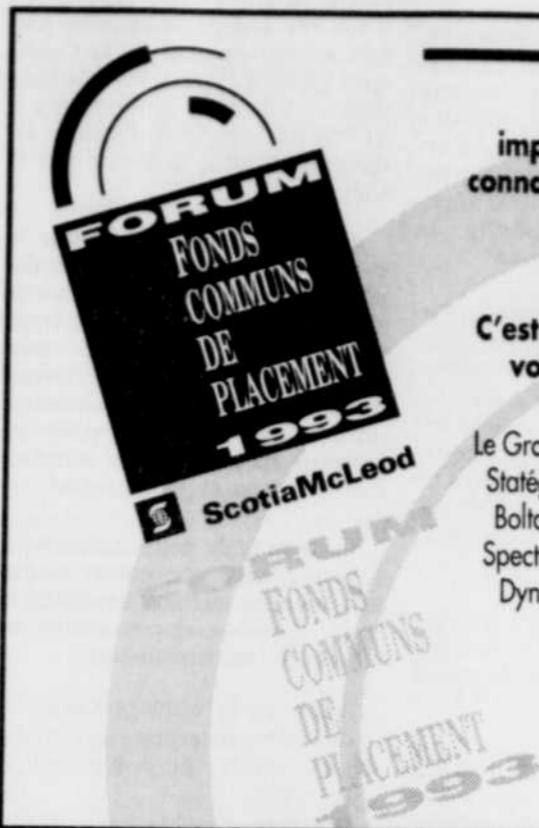
« Ce n'était pas tout de se dire : une époque se termine et une autre commence à Bécancour. C'est

vrai qu'une époque est commencée à Bécancour et qu'une autre se termine de ce côté-ci du fleuve,

mais il faut quand même souder ça », a-t-il dit.

Devant les militants libéraux,

M. Parizeau avait auparavant longuement traité du problème de la langue et du projet de loi 86.



Venez rencontrer les gestionnaires des plus importants fonds de placement du Canada pour connaître leurs vues sur le marché et les occasions de placement dans les années 90 au **FORUM FONDS COMMUNS DE PLACEMENT**, parrainé par **SCOTIAMCLEOD**. C'est peut-être la seule chance que vous aurez de voir tous ces groupes réunis sous le même toit!

Le Groupe 20/20 •
Statégie Globale •
Bolton Tremblay •
Spectrum Bullock •
Dynamic Funds •

AGF •
Templeton •
Fidelity •
Talvest •
Trimark •
Fonds Scotia •
Guardian •
Mckenzie •
Groupe Canadien
International •

Pour obtenir plus de renseignements ou pour réserver des places à l'une des 14 conférences, communiquez avec un représentant en placements de ScotiaMcLeod au : (514) 287-3600 ou sans frais au 1-800-361-1858

« À VOIR ABSOLUMENT! »



La Trans Sport vous en mettra plein la vue!

- Panneaux de polymère antirouille
- Freins antiblocage (ABS) aux quatre roues
- Boîte automatique
- Climatisation électronique
- Moteur V6
- Lève-glaces électrique
- Radiocassette AM-FM stéréo
- Verrouillage électrique des portes
- Volant inclinable
- Régulateur de vitesse
- Garantie GM TOTAL^{MC} de 3 ans/60 000 km² sans franchise

PONTIAC
Trans Sport SE 1993

VOS CONCESSIONNAIRES

PONTIAC

BUICK

PARTICIPIANTS



Taxes et transport en sus. Tous les rabais taxables GM inclus. Offre d'une durée limitée, réservée aux particuliers, s'appliquant aux véhicules neufs 1993 en stock. ¹ Selon la première éventualité. ² L'assistance éventuelle. Votre concessionnaire pour tous les détails.

Deux transactions effectuées en fin de semaine

Unigesco s'apprête à céder ses actions d'Univa

MONTRÉAL (PC) — À la suite de deux transactions effectuées en fin de semaine, Unigesco inc. s'apprête à céder toutes ses actions d'Univa inc., soit 22 millions d'actions, pour la somme de 196 millions \$, a indiqué la société montréalaise, hier, dans un communiqué.

La Caisse de dépôt et placement du Québec, selon une entente signée avec Unigesco en avril 1986, a accepté samedi une offre de celle-ci d'acheter 20 117 708 actions d'Univa pour la somme de 171 millions \$, à un prix de 8,50 \$ l'action.

Elle est également sujette à l'adoption par l'assemblée des détenteurs de débentures convertibles, le 15 juin prochain, ou à une date ultérieure en cas d'ajournement d'une résolution ayant pour effet d'approuver le plan de financement d'Unigesco consécutif à la vente des actions d'Univa.

Entre-temps, Unigesco poursuit ses discussions avec plusieurs importants détenteurs de débentures afin d'explorer la possibilité d'inclure au plan de financement d'Unigesco des mesures qui répondraient aux préoccupations de l'ensemble des détenteurs de débentures convertibles, mentionne le communiqué émis hier.

La vente des actions d'Univa doit se conclure dans les jours suivant l'accomplissement de toutes ces conditions.

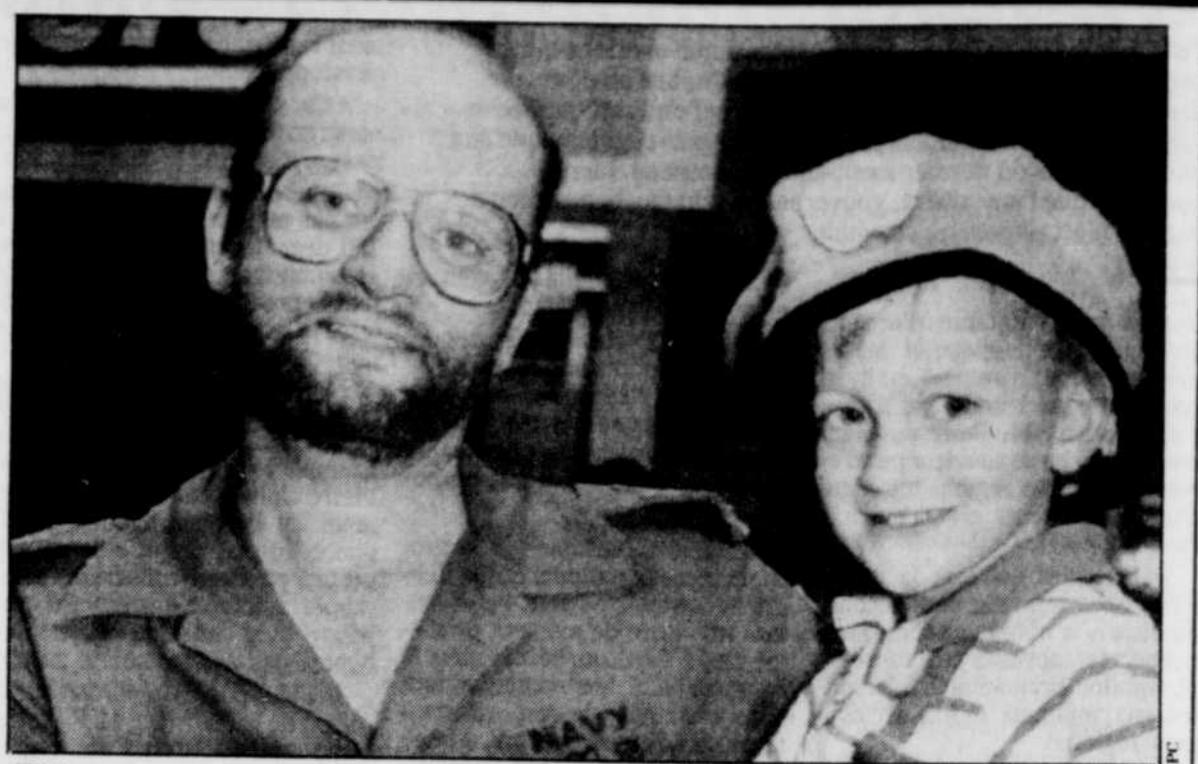
La Caisse de dépôt précise, dans un autre communiqué trans-

mis hier, qu'elle détient déjà 11 655 700 actions ordinaires d'Univa, soit 13,47 % des actions ordinaires émises et en circulation, de même qu'une débenture de 20 millions \$ convertible en 4 469 274 actions ordinaires, portant la participation de la Caisse dans Univa à 17,72 % sur une base diluée. L'acquisition portera à 31 773 405 le nombre d'actions ordinaires d'Univa détenues par la Caisse.

Cette transaction, ajoute le communiqué de la Caisse de dépôt, aura pour effet de stabiliser la situation d'Univa et de favoriser la réalisation du potentiel de croissance de l'entreprise et devrait permettre à la Caisse d'atteindre un excellent rendement pour cet investissement dans une perspective à moyen et long termes.

À la suite de cette transaction, Univa pourra concentrer toutes ses énergies sur son exploitation et sa croissance, et poursuivre ses efforts de restructuration.

Univa est le leader québécois et la deuxième entreprise au Canada dans le secteur de la distribution alimentaire.



Bienvenue chez nous !

L'officier Michael Harrop, de la marine canadienne, tient dans ses bras son fils Andrew, à son arrivée du Cambodge où il faisait partie des forces du maintien de la paix. Dix-huit des 200 observateurs canadiens des Nations unies ont débarqué à Halifax, hier.

Une première en Ontario

Projet de loi visant à geler le salaire des fonctionnaires

TORONTO (PC) — Le ministre ontarien des Finances, Floyd Laughren, se prépare, hier, à aller de l'avant avec un projet de loi gelant pour la première fois dans l'histoire de sa province les salaires des employés de l'État.

Des hauts-fonctionnaires provinciaux et des avocats se sont affairés pendant la fin de semaine à peaufiner le texte de loi qui aura pour effet de réduire de 2 milliards \$ la masse salariale atteignant le montant de 43 milliards \$.

Les employés syndiqués, de leur côté, n'ont pas perdu de temps et ont exercé des pressions sur le caucus des 71 néo-démocrates, leur demandant de voter contre le projet de loi. Ils préparent aussi des manifestations.

Plusieurs sections syndicales et un groupe communautaire ont mis sur pied, vendredi, un front

commun destiné à sensibiliser les contribuables au sujet des conséquences des compressions.

« Est-ce que les 10 ou 11 millions d'Ontariens vont dans les hôpitaux ? Veulent-ils être scolarisés ? Voyagent-ils sur les routes ? », a demandé Barry Weisleder, président du local 595 du Syndicat ontarien de la fonction publique.

« Tous ces services sont offerts par les employés des services publics », répond M. Weisleder. Quelque 950 000 personnes, soit un Ontarien sur 10, seront ainsi touchées par la décision gouvernementale. Presque toutes les municipalités en souffriront.

Acheteurs avertis...

Jusqu'à 10 000\$ de rabais sur 1992 neuves

Misez sur un véhicule neuf et comptez sur ACURA Optima pour vous offrir le meilleur !

3 LEGEND LS
1992 4 portes

2 LEGEND COUPÉ
1992 2 portes

1 VIGOR LS
1992 5 vitesses **VENDU**

1 VIGOR GS
1992 5 vitesses **VENDU**

ACURA Optima
Voisin des Galeries de la Capitale

4901, boul. des Galeries 622-8180

SERVICE GARANTI

Rendez Vous

CHANGEMENT D'HUILE ET VÉRIFICATION EN 15 POINTS

29,95\$

Notre service est si efficace que nous vous garantissons que le travail sera fait en 30 minutes sinon votre prochain changement d'huile ne vous coûtera pas un sous.

Notre service est si efficace que nous vous garantissons que le travail sera fait en 30 minutes sinon votre prochain changement d'huile ne vous coûtera pas un sous.

• Vidange d'huile (huile, filtre)
• Lubrification du châssis
• Vérifier liquide freins
• Vérifier liquide servodirection
• Vérifier liquide lave-glace
• Vérifier liquide différentiel (Pr.ar.)
• Vérifier liquide boîte transfert (4RM)
• Vérifier liquide boîte de vitesses

• Vérifier pression des pneus
• Vérifier liquide refroidissement
• Vérifier filtre à air
• Vérifier usure pneus
• Vérifier boyaux
• Vérifier essuie-glace
• Vérifier courroies d'entraînement
• Vérifier phares et feux de position
• Vérifier batterie (câbles, brides)

4 PORTES
TRANSMISSION AUTOMATIQUE
CLIMATISEUR
RADIO AM-FM STÉRÉO
JANTES SPORT
PEINTURE 2 TONS
PORTE-BAGAGES
ESSUIE-GLAÇE À BALAYAGE INTERMITTENT
VITRES TEINTÉES
CHAUFFE-MOTEUR, ETC.

1993
ÉDITION MAX DE RETOUR
TEMPO GL
MAX

SEULEMENT 10 995\$*

ÉQUIPÉE COMME VOUS L'AIMEZ

AVEC CLIMATISEUR

CHARESE FORD

1350, boul. Charest Ouest
Sainte-Foy
687-3566

« Là où le prix est toujours équitable »

*Transport et préparation en sus, rabais Ford inclus

Rendez Vous

39,95\$

ALIGNEMENT

SERVICE SPÉCIALISÉ

MAZDA

PIÈCES ET ACCESSOIRES MAZDA D'ORIGINE

1615, Boul. HENRI-BOURASSA

Centre Garantie, près de l'Hôpital de l'Enfant-Jésus
CAPITALE SORTIE HENRI-BOURASSA SUD

529-8551

LES ARTS ET SPECTACLES

«L'été de l'île de Grâce», chez Québec/Amérique

Un roman avec des personnages dont on tombe amoureux à coup sûr

QUÉBEC — Un vrai roman, un grand roman et des personnages, hommes ou femmes, c'est au choix, avec lesquels, à coup sûr, on tombe amoureux. Ça n'arrive pas si souvent qu'il vaut la peine qu'on se le dise.

une critique d'ANNE-MARIE VOISARD
LE SOLEIL

Il s'agit de *L'été de l'île de Grâce* qui vient de paraître chez Québec/

En librairie

Amérique, sous la plume de Madeleine Ouellette-Michalska. Et pour ne rien cacher mon cœur penche du côté de James Milroy, l'extraordinaire docteur auquel on pardonne volontiers un début de

calvitie. D'autres auront un faible pour Agnès Frémont, sa femme qu'il n'appelle jamais autrement que Darling, laquelle est loin de passer inaperçue dans la haute société québécoise.

Les grands amoureux

Voilà un couple hors de l'ordinaire qui a ramené à mon souvenir certains des héros de Troyat, notamment la tendre et violente

Elizabeth, dans *Les semaines et les moissons*. Ce qui fait la force de ces amoureux, comme toujours, c'est le destin qui les sépare. Les retrouvailles n'en sont que plus bouleversantes.

Dans le cas qui nous intéresse, l'austérité du lieu contribue à leur caractère hautement affriolant. Imaginer une nuit d'amour, en cage, chez les Ursulines de la rue du Parloir. Il n'y a que Mère supérieure, ou à peu près, qui soit au courant. Et ça se passe en 1847 !

Le moment est venu de situer le contexte qui s'inscrit dans la vague d'immigration des Irlandais. Chassés par la famine, ils remontent par pleins bateaux le Saint-Laurent, transportant avec eux le typhus. D'où l'arrêt obligatoire à la Grosse-Île, nommée île de Grâce dans le roman. James Milroy agit comme directeur médical, ce qui explique la séparation d'avec les siens. Darling et les enfants, pour éviter la contagion, sont restés à Québec dans la riche demeure de la rue Saint-Louis.

L'horreur de l'épidémie leur est donc épargnée. A nous, elle ne le sera pas. Car Madeleine Ouellette-Michalska a une façon inoubliable de décrire la mort : les cadavres empilés dans les charrettes, les odeurs de putréfaction, la vermine qui grouille autour...

Le drame est d'autant plus frappant que, tout à côté, grâce à Persévérence, gouvernante au nom prédestiné, la vie quotidienne suit son cours. Elle s'occupe de la cuisine, fait pousser les herbes, soigne les malades avec non moins de succès que le docteur lui-même et, plus tard, un chimiste français qui prétendra avoir mis au point un remède miraculeux contre ce qu'on appelait alors « la fièvre des navires ». **La vie l'empore**

Il faut le voir à l'oeuvre ce chimaïste qui répand son fluide à l'aide d'un vaporisateur contre les mouches et autres contenants improvisés. Ça donne lieu à des passages hilarants qui distraient du malheur, autant que la bonté toute simple d'un coeur généreux comme celui de Persévérence.

Et tout ça sur fond d'histoire. Les lecteurs s'étonneront peut-être en parcourant les pages sur Québec — remarquables par ailleurs —, de voir mentionnée la terrasse Durham. Vérification faite, le nom du célèbre gouverneur, avant celui de Dufferin, fut effectivement attribué à la terrasse sous laquelle il avait, en outre, exigé qu'on enterrer les vestiges de l'ancien château Saint-Louis.

Tel est le cadre, élaboré avec minutie, qui soutient la fiction. Et ça coule de source, car l'auteure a le don de soutenir l'intérêt. La langue est belle, remarquablement belle. Ce qui fait que les coquilles ou répétitions ici et là surprennent (« loin » avec un « s », à la page 257, « néanmoins » qui ouvre deux phrases qui se suivent, à la page 303). Où était donc passé le réveil ?

Cela dit, *L'été de l'île de Grâce* est un grand roman, il ne faut pas avoir peur d'insister. Un roman où l'on ne perd pas de vue le temps qui passe, car il y a la mort. Mais l'espoir demeure. Et c'est la vie, à la fin, qui triomphe.

L'ÉTÉ DE L'ÎLE DE GRÂCE, Madeleine Ouellette-Michalska, 352 pages, 22,95 \$.

LES BEST-SELLERS

La compilation de cette liste est réalisée grâce à la participation des librairies Gamme, Vaugeois, La Liberté, La Bouquerie de Cartier, Librairie Générale Française, Librairie Pantoute de Québec, La Librairie Blais Enr. et Sélect de Saint-Georges de Beaucaire. Le chiffre entre parenthèses indique le nombre de semaines de parution de l'œuvre parmi les best-sellers.

FICTION

1. *Douze contes vagabonds*, G. Garcia Marquez, Grasset (5)
2. *Jessie*, Stephen King, Albin Michel (6)
3. *Les rêves des autres*, John Irving, Seuil (2)
4. *La route d'Omaha*, Robert Ludlum, Robert Laffont (2)
5. *Nous deux*, Solange Chaput-Rolland, Libre Expression (1)
6. *Le quatrième roi mage*, Jacques Desautels, Quinze (8)
7. *Ne pleurez pas tant, Lysandre...*, M. Claudais, Libre Expression (1)
8. *Au nom du Père et du Fils*, Francine Ouellette, La Presse (11)
9. *Les fils de l'homme*, P.D. James, Fayard (1)
10. *Farouche*, Judith Michael, Robert Laffont (1)

OUVRAGES GÉNÉRAUX

1. *Guide du jardinage...*, Benoit Prieur, de l'Homme (6)
2. *L'éveil de votre puissance intérieure*, Anthony Robbins, Le Jour (3)
3. *Fonctionnaires de Dieu*, E. Drewek, Albin Michel (9)
4. *Les plaines d'Abraham*, Mathieu Kedl, Septentrion (6)
5. *Histoire générale du diable*, Gérald Messadié, Robert Laffont (5)

«Le monde du bout du monde» Une aventure écologique pas vraiment emballante

QUÉBEC — Au bout du monde, une affiche annonce, sans équivoque : « Attention, chien méchant ! » Ce bout du monde est situé à deux pas d'une ancienne usine de métallurgie, « Le creux de l'enfer », que l'on a transformée, à l'instigation de George Trakas, un sculpteur né à Québec installé depuis des lustres à New York, en centre de sculpture contemporaine.

l'objet d'un moratoire international.

une critique de GUY CLOUTIER
collaboration spéciale

Mais on est bien loin ici du héros de Melville et de sa recherche quasi spirituelle de la baleine blanche. Le monde du bout du monde correspond plutôt à une traduction romanesque des grands poncifs de l'intégrisme écologique : la notion de complot international des entreprises contre l'environnement ; le refus de la civilisation occidentale à laquelle on oppose le bon sauvage qui vit en osmose avec la nature. (« Certains disent que c'est le prix qu'on doit payer pour le plaisir de lire, mais ce n'est pas certain. Ravager la forêt primitive est beaucoup plus rentable que d'investir dans des projets forestiers. ») : la méfiance envers le savoir que l'on réduit à une justification des intérêts hégémoniques (« Un Anglais est passé par ces lieux. Il a écrit : "Tristes solitudes où la mort, plus que la vie, semble régner en souveraine." N'ayant rien compris, en bon anglais, il a menti. Il s'appelait Charles Darwin. »), et la contestation de toute forme de nationalisme, au nom d'un universel cosmologique sacré dans lequel l'homme n'est qu'une partie d'un tout. (« La souveraineté est un mouchoir inventé par les militaires pour essuyer leur morve. »)

Cette aventure écologique, on s'en doute, se double d'une quête d'identité, celle de l'exilé qui revient non pas tellement dans son pays natal que dans le territoire de ses rêves.

Rien de bien emballant dans ce récit convenu où les choses sont esquissées, comme venues d'ailleurs, sans charge d'émotion et sans cette tension précaire de la vie. On objectera qu'il s'agit d'un livre pour l'été. Effectivement, ça se lit bien, comme un hebdo dans le métrobus, et ça se lit rapidement, comme l'été que l'on annonce si parcimonieux sur nos plages.

Mais à quoi ça nous avance d'avoir lu ce genre de livre ?

LUIS SEPULVEDA, *Le monde du bout du monde*, Métailié, 1993, 132 p., 19,95 \$.

CINEPLEX ODEON

PLACE CHAREST: MATINÉES À

5.00 \$

* Du lundi au vendredi, à l'exception des mardis à 4:25 et des jours fériés.

INFO-HORAIRE: CINEMA ST-GEORGES: 228-7540 CINEMA ALOUETTE: 337-2465

DU 11 AU 17 JUIN 1993

PLACE CHAREST

DU Pont et Boul. Charest 529-9745

LE PARC JURASSIQUE (G)

WEEK-END: 13:00 - 16:00 - 19:00 - 21:45 - 00:15

Dim. à jeu.: 13:00 - 16:00 - 19:00 - 21:45

COUPONS PROMOTIONNELS ET LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

DANGER PLEINE LUNE (G)

13:40 - 15:45 - 18:00 - 20:00

PROPOSITION INDÉCENTE (13+)

14:00 - 16:00 - 18:00 - 20:00

L'ENFANCE DE L'ART (G) 14:00 - 16:30

LA CRISE (G) 19:20 - 21:25

BEAUCOUPE DE BRUIT POUR RIEN (G)

13:45 - 15:20 - 19:15 - 21:50

100% AMÉRICAIN (G)

14:15 - 16:45 - 19:25 - 21:45

SLIVER (V.F.) (16+)

13:50 - 16:40 - 19:20 - 21:40

FALALISE DE LA MORT (16+)

14:30 - 17:00 - 19:30 - 22:00

DES PILOTES EN L'AIR #2 (G)

14:00 - 16:30 - 19:10 - 21:15

STE-FOY 656-0592

2500 Boul. Laurier

6:45: 9:15

TOXIC AFFAIR (G)

7:25: 9:30

SUPER MARIO BROS. (V.O.A.) (G)

9:25

L'ENFANCE DE L'ART (G)

7:20

★ DOLBY STEREO

99 1.49 2.49

COUPONS PROMOTIONNELS ET LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

DES PILOTES EN L'AIR #2 (G)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:00

100% AMÉRICAIN (G) 21:15

L'ENFANCE DE L'ART (G)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:15

FALALISE DE LA MORT (16+)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:15

SLIVER (V.F.) (16+)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:15

LE CLAP

2360 ch. Ste-Foy, Ste-Foy 650-CLAP

LA CRISE (G)

13:30 - 15:30 - 17:30 - 19:30 - 21:30

CINÉ-PARC BEAUPORT

Route 40 (sortie 320) 667-5362

FALALISE DE LA MORT (16+)

26 FILM: AMOS ET ANDREW (G)

DÉS PILOTES EN L'AIR (G)

26 FILM: MAMAN J'AI RATÉ L'AVION 2 (G)

LE PARC JURASSIQUE (13+)

26 FILM: DRAGON (F.V.) (13+)

COUPONS PROMOTIONNELS ET LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

CINÉ-PARC DE LA COLLINE

Route 20 (sortie 311) 631-0778

LE PARC JURASSIQUE (13+)

26 FILM: DRAGON (F.V.) (13+)

COUPONS PROMOTIONNELS ET LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

CINÉ-LIDO

Promenades Lévis-Lauzon 837-0234

LE PARC JURASSIQUE (G)

Dim. à jeu.: 13:00 - 18:45 - 21:15

COUPONS PROMOTIONNELS ET LAISSEZ-PASSER REFUSÉS

DES PILOTES EN L'AIR #2 (G)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:00

100% AMÉRICAIN (G) 21:15

L'ENFANCE DE L'ART (G)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:15

FALALISE DE LA MORT (16+)

Dim. à jeu.: 13:00 - 19:00 - 21:15

OÙ ALLER À QUÉBEC

LES ARTS ET SPECTACLES

Québec, Le Soleil, lundi 14 juin 1993

CHIK 98.9
et
LE SOLEIL
présentent

TA MUSIQUE EN VACANCES EN CARICATURE

LE SOLEIL

LET'S DANCE!

HEBERT

Vous avez reconnu l'artiste caricaturé dans cette annonce? Si oui, écoutez CHIK FM 98.9 entre 6h et 20h, du lundi au vendredi; un de ses succès souvenirs sera diffusé trois fois. Lorsque vous l'entendrez, composez le 670-9099; la première personne à rejoindre l'animateur gagne instantanément une paire de lunettes de soleil.

Reliez ces points pour divulguer à l'animateur l'action de cet artiste afin d'être éligible au tirage d'un voyage pour 2 personnes à **Orlando** en Floride, d'une valeur approximative de 1 500,00\$ comprenant l'avion, l'hôtel et l'automobile.

Bonnes Vacances !

Tirage d'un voyage tous les vendredis à 16h50.

Règlements disponibles à CHIK FM 98.9.

une collaboration de :
Vacances Canada

UN UNIVERS DE VACANCES

INTER VOYAGE
NEW LOOK
DeltaOrlando
Delta Health & Resorts

Faire parvenir vos communiqués à :

LISE GIGUÈRE,
LE SOLEIL,
C.P. 1547, 390 St-Vallier Est,
Québec, G1K 7J6.

Fax: 647-3374
Tél: 647-3489

**Cinéma**

La classification des films est établie par l'Office des communications sociales. Voici le barème d'appréciation des films qui sont présentement projetés sur les écrans dans les cinémas de Québec et de la Rive-Sud.

* Les chiffres réfèrent à la valeur artistique de l'œuvre : (1) chef-d'œuvre ; (2) remarquable ; (3) très bon ; (4) bon ; (5) moyen ; (6) médiocre ; (7) minable.

* Les appréciations des films sont établies sur les copies présentées dans la province de Québec.

CINÉPLEX CHAREST (529-9745) Parc jurassique (1) 13h, 16h, 19h, 21h45. G. Danger Pleine lune (1) 13h40, 15h45, 18h, 20h. G. Proposition indécente (5) v.f. de *Independent Proposal* 22h, 13 ans. L'enfance de l'art (1) 14h, 16h30. G. La crise (4) 19h20, 21h25. G. Bébé pour rien pour rien (1) v.f. *Much Ado About Nothing* 13h45, 16h20, 19h15, 21h50. G. C'est pour cent américain (1) v.f. *Made in America* 14h, 15h45, 19h25, 21h45. G. Silver (5) v.f. 13h50, 16h40, 19h20, 21h40, 16 ans. *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot Shots* Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en semaine. N.B. Possibilité de se procurer des billets à l'avance pour des représentations dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal. Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot Shots* Part Two et Maman j'ai encore raté l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de *Home Alone 2* G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot Shots* Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en semaine. N.B. Possibilité de se procurer des billets à l'avance pour des représentations dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de *Hot*

Shots Part Two et Maman j'ai encore raté

l'avion et je suis perdu à New York (5) v.f. de

Home Alone 2 G. Écran 2: *Faisaise de la mort* (1) v.f. de *Cliffhanger* 14h30, 17h, 19h30, 22h, 16 ans. Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de

Hot Shots Part Two 14h, 16h30, 19h10, 21h15. G. Prix d'entrée : 8 \$, 4,25 \$ pour les 65 ans et plus et les moins de 14 ans, 5 \$ avant 18 h en

semaine. N.B. Possibilité de se procurer des

billets à l'avance pour des représentations

dans la même journée.

CINÉ PARC BEAUFORT (667-5362) La projection débute au crépuscule par le film principal.

Écran 1: Des pilotes en l'air (2) (5) v.f. de



Gilles
LAPOINTE MD
collaboration spéciale

Q. J'ai changé mon alimentation de façon assez draconienne et depuis j'ai des ballonnements et beaucoup de gaz. Que puis-je faire ?

R. Cette dame mentionne dans sa lettre qu'elle consomme beaucoup de produits à base de blé entier, de fruits et de légumes. On observe ce phénomène fréquemment chez des gens qui ont modifié leur alimentation de façon importante. Le fait d'introduire dans son alimentation un surplus d'hydrates de carbone ou de produits à base de blé, d'avoine, son ou autres, peut provoquer ballonnements et gaz. Il serait peut-être important à ce moment-là d'y aller plus lentement et d'introduire de nouveaux aliments de façon progressive. La réaction de l'intestin est différente pour chaque personne, il est alors important de choisir une nourriture qui produit moins de gaz. Si vous ajoutez une banane à votre céréale et que vous la tolérez mal il serait préférable d'ajouter des fraises. Une bonne façon de contrôler les intolérances est de diminuer les portions. L'important n'est pas la quantité mais la qualité. Il serait bon d'en manger moins à la fois. Certains légumes tels brocoli, oignon, chou de Bruxelles, chou, sont des producteurs de gaz, or il s'agit d'en consommer moins.

Q. Étant un homme stressé, je dors très mal, je fais peu d'exercices. Or voilà que mon épouse me talonne pour que je fasse une forme d'exercice de façon régulière. Elle me dit que mon sommeil serait meilleur. A-t-elle raison ?

R. Les gens stressés, très souvent, se couchent le cerveau rempli d'idées. Celui-ci fonctionne au même rythme qu'un ordinateur. Si votre épouse s'entraîne régulièrement, elle a peut-être remarqué que son sommeil est meilleur. Même actuellement et sans trop savoir la raison précise, c'est un fait que les gens qui s'entraînent régulièrement dorment mieux. Est-ce que le corps compense pour une dépense d'énergies, à ce phénomène normal de restauration, est-ce que le corps refait ses énergies par le sommeil de quelle façon l'exercice améliore le sommeil ? On se pose encore des questions. Chose certaine, et moi je peux vous le dire pour l'avoir observé en médecine du sport, les gens qui font de l'exercice régulièrement et de façon intelligente sont des personnes qui dorment mieux, fonctionnent mieux et voient la vie d'un meilleur angle. Une simple marche de 45 minutes, 4 à 5 fois par semaine, peut suffire pour contribuer à un meilleur état physique et mental.

Q. Question : Je suis une personne hyperstressée ayant des difficultés d'adaptation. Face à mes émotions je suis extrêmement vulnérable. Je tourne en rond et je me sens démunie. J'aimerais avoir des conseils.

R. Il serait important pour vous d'identifier le ou les problèmes et le ou les définir. Peut-être s'agit-il chez vous d'un manque de confiance ou des idées exagérées ou encore d'une peur disproportionnée. Des émotions négatives tendent à dramatiser une situation et permettent une autodépréciation. Vous devriez rechercher des activités qui permettent de vous réaliser et de vous faire plaisir et surtout d'entretenir une bonne qualité de relations avec les gens qui vous entourent au travail et dans la vie. Il ne faut cependant pas s'attendre à ce que les autres fassent tout pour vous. Votre médecin est une personne clé pouvant vous apporter de l'aide. De plus, il existe des centres qui peuvent fournir une gamme de professionnels comme les CLSC où vous trouverez des gens compétents. Ce n'est pas un signe de faiblesse que de consulter des professionnels, c'est le signe de quelqu'un qui veut s'en sortir. Votre employeur peut aussi vous diriger vers des gens et organismes spécialisés. Il faut se rappeler que dans la vie il existe peut-être des problèmes mais il existe aussi des solutions.

Cancer du côlon: tests de routine

BOSTON (AFP) — Des tests de routine sur les personnes âgées d'au moins 50 ans peuvent réduire d'un tiers le risque de mourir d'un cancer du côlon, selon une étude entamée à la fin des années 1970, qui a porté sur 46 500 personnes.

Durant les 13 ans de suivi médical, six personnes sur 1000 testées sont mortes chaque année de ce cancer. Parmi les personnes qui ne suivent pas de test, le taux est de neuf décès pour 1000.

CENTRE D'IMPLANTOLOGIE DENTAIRE DE QUÉBEC

3075, chemin des Quatre-Bourgeois
Sainte-Foy (Québec) G1W 4X5
(418) 657-5510
1-800-465-8787

Les docteurs Yvan Fortin, d.m.d. et Jacques Bernier d.m.d., dentistes généralistes, sont heureux d'offrir leurs services au premier centre spécialisé en implantologie dentaire «Branemark System» en Amérique du Nord.

SONT OFFERTS :

- Service de consultation sans frais (sauf pour les radiographies)
- Service de chirurgie d'implantation (implants Branemark seulement)
- Service de prothèses fixes ou amovibles sur implants en remplacement d'une dent, de plusieurs dents, de toutes les dents.

Le «Branemark System» est la technique la plus connue et reconnue mondialement pour sa sécurité, son efficacité et son succès incontestable, et représente l'unique méthode préconisée et utilisée dans le Centre.

Le Centre remet à chaque patient une attestation d'authenticité Branemark et la garantie de cinq ans de Nobelpharma (distributeur exclusif du «Branemark System»).



Dr YVAN FORTIN

- Doctorat en médecine dentaire, 1979
- Membre de l'Académie canadienne de dentisterie restaurative, 1986
- Cours chirurgical en implantologie, Institut Branemark, Suède, 1989
- Membre de l'Académie américaine d'osseointégration, 1991
- Pratique orientée en prosthodontie fixe (couronnes et ponts), de 1979 à 1992
- Pratique limitée à l'implantologie dentaire en 1993



Dr JACQUES BERNIER

- Doctorat en médecine dentaire, 1985
- Membre du conseil des médecins dentistes de l'Hôpital Ste-Foy-Hale
- Cours chirurgical en implantologie, Londres, 1990
- Membre de l'Académie américaine d'osseointégration, 1991
- Pratique dans les Forces armées canadiennes, de 1985 à 1989

Tél. : 1-800-465-8787



Les médecines douces... CAPSULE-SANTÉ sur LA THALASSOTHÉRAPIE
Depuis toujours, le milieu marin, riche en éléments de toutes sortes, est considéré comme un générateur de vie et de santé. Développée à la fin du 19e siècle par le belge René Quinton, la thalassothérapie consiste à utiliser les vertus de l'eau de mer, des algues, des boues marines et du climat marin dans la pratique de différents soins.

AIR PUR ET SANTÉ

LUXAIR : Nos purificateurs d'air électroniques enlèvent jusqu'à 99% des polluants en suspension dans l'air : poussières, pollens, fumées, sables, bactéries. Avec charbon actif, ils peuvent éliminer plusieurs odeurs et gaz. Pour un essai gratuit : 848-5172.

BALNÉOTHÉRAPIE

AUBERGE LE FLORÉS : Offrez-vous le rêve à la campagne ! Accueil chaleureux, confort et ambiance exceptionnelles. Forfaits Gîterie, 129 \$/2 pers. (souper - coucheur - déjeuner). SPA détente, 148 \$/jour/pers, occ. double, incluant déjeuner, dîner, souper, coucheur, massage, algotherapie, sauna, pressothérapie, bain thérapeutique, Inverseur DEVA. Réservation : (819) 538-9311.

CENTRE SANTÉ

AUBERGE-MOTEL PHILIPPE-AUBERT INC. : Faites l'essai d'un séjour promotion 5e anniversaire : 2 jours, 2 nuits, 6 repas-santé, 2 soins-détente, à partir de 146 \$ par personne, occupation double durant le mois de MAI. Le plus beau cadeau à recevoir ! Saint-Jean-Port-Joli, à une heure Québec, 1-800-463-3611.

HOMÉOPATHIE

CENTRE HOMÉOPATHIQUE ET NATUREL DE CHARLES-BOURG : Une homéopathie de qualité par des professionnels d'expérience qui oeuvrent dans le domaine depuis plus de 10 ans. 8420, boul. Henri-Bourassa, Charlesbourg, 626-4686. Conseils, consultations, produits naturels.

Le babillard

Santé

Pharmacie, massage, acupuncture, médecine, chirurgie, chiropraxie, homéopathie, phytothérapie, naturopathie, psychologie, physiothérapie, aquathérapie, ostéopathie, musicothérapie, zoothérapie, etc.



Les 25 quintuplés australiens

La télévision australienne a présenté simultanément, dans une émission de variétés, les 25 quintuplés du pays, issus de cinq familles différentes. Ces quintuplés ont été conçus alors que les mères suivaient un programme médical de fertilité.

Vaincre l'insomnie simplement

L'insomnie est un état que presque tout le monde a subi un jour ou l'autre. Il existe heureusement des méthodes simples susceptibles de vous aider à bien dormir.

La meilleure méthode pour solutionner ces problèmes consiste à améliorer son hygiène du sommeil. Ainsi, les siestes durant la journée peuvent nuire au sommeil nocturne. Se coucher tôt pour se tourner dans le lit durant des heures n'est pas non plus productif.

Pour régler le problème, il suffit souvent de se créer une ambiance de sommeil régulier en se couchant chaque soir à la même heure dans une chambre épargnée des bruits de la maison et de lever à la même heure à tous les matins, tout en évitant de faire une sieste au cours de la journée. Boire un verre de lait avec le coucher peut aussi aider, alors qu'un verre d'alcool est nuisible.

Prendre un gros repas en soirée, boire plus que d'ordinaire, quels que soient les liquides, et utiliser des stimulants tels le thé ou le café en après-midi ou en soirée sont aussi nuisibles au sommeil.

Alcooliques exposés à une mort subite

Selon une étude préliminaire britannique, les alcooliques dont la conductivité électrique du cœur est inférieure à la normale, sont plus exposés que les autres à une mort subite.

Les médecins connaissent depuis longtemps les dégâts causés par l'alcool sur le cœur et le foie, mais cette étude est la première à montrer que l'alcoolisme chronique endommage les circuits électriques du cœur et peut conduire à un arrêt cardiaque, selon le Dr Christopher Day, de l'hôpital Freeman de Newcastle, dont les travaux sont publiés dans le der-

nier numéro du journal médical The Lancet.

L'étude a commencé en 1987 et porte sur 69 alcooliques qui consommaient au moins huit boissons alcoolisées chaque jour depuis cinq ans et dont le foie était atteint. Dans les quatre ans qui ont suivi, 14 d'entre eux sont morts. Les six victimes d'une mort subite présentaient tous un allongement de la période de contraction qui atteignait 525 millisecondes au lieu de 440.

Café et cancer de la vessie

Par ailleurs, l'analyse de 35 études traitant de la corrélation entre la consommation de café et le risque d'avoir un cancer de la vessie montre que les accros du

« petit noir » ne sont pas plus vulnérables que les autres, selon les résultats d'une enquête publiée dans la même revue médicale.

La SANTÉ au Travail

TVA Dimanche, 11 h 30

LE SOLEIL
IL BRILLE POUR TOUT LE MONDE

Qu'est-ce qu'un poste de travail dynamique ?

Pour un spécialiste ou un travailleur d'expérience, il est relativement aisé d'analyser un poste de travail dans le but de le rendre plus sécuritaire lorsqu'il ne varie pas. Un ordinateur, une caisse enregistreuse, un métier à tisser ou un banc de sci sont tous des postes de travail qu'on qualifie de « statiques », parce qu'il s'agit principalement de postes situés dans un endroit donné et la plupart du temps, facilement contrôlable. Une grande majorité de travailleurs de bureau, d'usine ou d'établissement commercial ont donc des postes statiques.

Il en va tout autrement des postes dynamiques, ainsi nommés parce que les travailleurs qui sont dans ce type d'environnement ont à faire face à des changements constants. On pensera aux gens d'Hydro-Québec, de Gaz Métro, de Bell ou de Vidéotron, qui ont tous à composer avec des postes de travail à chaque fois différents. Ainsi, selon ces critères, chaque poste, chaque domicile qui requiert une installation de câblage ou de tuyauterie devient lui-même un poste de travail. Dans ces cas, l'obstacle, lorsqu'il faut penser santé et sécurité, réside surtout dans les différences, parfois minimes parfois importantes, que l'on rencontre en se déplaçant d'un endroit à un autre.

Il est toutefois possible de travailler de manière sécuritaire dans un environnement de postes dynamiques. Il s'agit principalement de développer une méthode qui reposera d'abord sur des constantes, c'est-à-dire sur ce qui ne change pas d'un poste à l'autre, et qui sera suffisamment prévoyante et flexible pour assurer un travail sécuritaire quelles que soient les particularités du poste.

Il ne faut pas hésiter à repenser en entier en fonction de la santé et de la sécurité un poste de travail statique ou dynamique. Un poste sécuritaire est idéal, évidemment, mais en plus, dans beaucoup de cas et les experts en conviennent, on l'aura aussi rendu plus productif !

Note: L'emploi au masculin a pour unique but d'alléger le texte.

N'hésitez pas à nous écrire pour nous faire part de vos commentaires.

La santé au travail, 1000, rue Myrand, Sainte-Foy (Québec) G1R 4B5

les alternatives SANTÉ

RÉFLEXOLOGIE

ARQ : Académie de réflexologie du Québec. Formation professionnelle dans son entier. Haptonomie et techniques de massages réflexes : pieds, mains, tête, cou, chaînes musculaires et articulaires de tout le corps. Formation personnelle en réflexologie par les pieds. Cours reconnus par RTR, RASQ. Devenez un(e) thérapeute réflexe réflexologue chevronné(e). (418) 651-8575.

RELAXATION

CENTRE DE MÉDITATION TRANSCENDANTE : La technique de 20 minutes deux fois par jour et procure un repos très profond. Inf. : 529-1644.

CENTRE LE LOTUS : Yoga anti-stress (tous niveaux). Techniques de respiration, relaxation, concentration. Relation d'aide (guérison de l'enfant en soi, orientation de vie, REIKI). Rencontre-conférence et méditation avec Placide GABOURY, philosophe, écrivain, sur : "L'audace de vivre" (13 juin, 13 h-17 h). Inf. : 688-9110.

THALASSOTHÉRAPIE

CENTRE DE THALASSOTHÉRAPIE AQUA RIVE : Vous avez vécu une période intense, exigeante ou stressante ? Le moment est venu de vous détendre au Centre de thalassothérapie Aqua Rive du Manoir Richelieu. Déjouez le stress, la fatigue, retrouvez la forme, faites le plein d'énergie avec AQUA RIVE. Le transport en autocar est même offert à partir de Québec. De vrais professionnels se chargeront de vous faire découvrir les bienfaits de la mer. Informez-vous sur nos forfaits au 1-800-363-5454. Aqua Rive, l'énergie marine : 1-800-363-5454.

VACANCES SANTÉ

AUTRICHE : Vacances santé en Autriche, en compagnie de Madeleine Turgeon, naturopathe et réflexologue. Bains thérapeutiques, massages, piscine, sauna, nourriture saine, dégustation vins biologiques, vendanges, conférence, soirée d'information à Québec. (418) 671-0935.

FAITES-VOUS CONNAÎTRE DE NOS NOMBREUX LECTEURS PENDANT 13 SEMAINES POUR LE PRIX DE 12 !

Announcez dans cette rubrique pendant 12 semaines et nous vous offrirons la 13e parution gratuitement !

SERVICE DU TÉLÉMARKETING AU

647-3377-78



La maladie qui tue sans bruit

Sur la plus vaste étude épidémiologique tenue jusqu'ici au Canada, 57 % des hommes jeunes qui font de l'hypertension ignorent totalement leur état. Cette enquête sur la santé cardiovasculaire a été menée auprès de 26 000 Canadiens. Les spécialistes sont d'avis que les 18-35 ans auraient tout intérêt à faire mesurer leur tension artérielle à intervalles réguliers. Incidemment, les deux tiers des hypertendus présentent au moins un autre facteur important de risque cardiaque, notamment de l'hypercholestérolémie ou de l'obésité.

Aérobic : c'est plus dans la tête

Cinq chercheurs de l'université Laval ont découvert que les bienfaits psychologiques ressentis par les personnes pratiquant des exercices d'aérobic proviennent souvent plus de leurs propres attentes que de l'exercice lui-même. Durant dix semaines, deux groupes de personnes ont suivi exactement le même programme d'exercices. Les animateurs ont expliqué au groupe expérimental que l'aérobic allait non seulement améliorer leur forme physique mais également leur état psychologique. Aucune indication semblable n'a été faite au groupe-contrôle. À l'issue de l'expérience, les chercheurs ont observé que les participants au groupe expérimental ont éprouvé une meilleure estime de soi et se sont sentis moins anxieux que les sujets de l'autre groupe. L'amélioration de la condition physique fut identique dans les deux groupes.

La clientèle des homéopathes

La clientèle des homéopathes du Québec est majoritairement féminine, nous apprend une étude réalisée en 1992 auprès de 294 consommateurs de plus de 18 ans. En fait, il y a trois fois plus de femmes que d'hommes qui consultent les homéopathes. Dans 61 % des cas, les clients sont âgés entre 25 et 45 ans. Pourquoi consulte-t-on un homéopathe ? Pour un consommateur sur quatre, le premier motif invoqué est l'absence d'effets secondaires. Viennent ensuite l'origine naturelle des médicaments (25 %) et l'action stimulatrice des défenses naturelles (13 %).

Cancéreux logés à meilleur prix

La Fondation québécoise du cancer offrira désormais, dans ses deux hôtelleries de Montréal et de Sherbrooke, le gîte à meilleur prix aux patients en traitement contre le cancer. Depuis le 1er mai, les résidents en traitement déboursent un montant de base de 13 \$ par jour pour occuper une chambre dans l'un ou l'autre de ces centres d'hébergement. Le montant comprend les trois repas quotidiens de même que le transport vers le centre oncologique. Pour rejoindre les hôtelleries de la Fondation, il faut composer l'un ou l'autre des numéros de téléphone suivants : (514) 527-2194 à Montréal ou (819) 822-2125 à Sherbrooke.



Toutes les femmes ont un point « G », un endroit de très haute sensibilité sur la surface avant du vagin.

FAUX. Personne n'a encore fait la preuve de l'existence de ce fameux point « G » qui aurait découvert le gynécologue Ernest Grafenberg.

PUBLI-REPORTAGE

L'ACUPUNCTURE ... aujourd'hui

L'acupuncture, une aide précieuse pour vivre harmonieusement sa ménopause

« Je vis ma ménopause, c'est normal, c'est normal et ça fait pas mal. Je vois la vie en rose et j'attends l'ostéoporose. » Clémence Desrochers a une façon bien humoristique d'aborder le sujet de la ménopause en interprétant cette chanson. Mais cette vision des choses est-elle vraiment le reflet de l'état d'âme de milliers de femmes ?

La ménopause désigne la fin de la fonction menstruelle. Elle est un phénomène biologique « naturel » chez la femme au même titre que la puberté, la menstruation et la grossesse. Chez certaines femmes, la ménopause peut cependant être « provoquée » par chirurgie lors de l'ablation des ovaires ou ovariectomie.

Rien ne permet de prédire de façon précise le début et la fin de la ménopause. On ne peut également pas prédire l'intensité des malaises reliés à cette phase de la vie de la femme. En effet, chaque cas est unique; certaines femmes traversent cette étape de façon très pénible, contrairement à d'autres, soit environ 15 à

20 % des femmes, qui ne connaissent peu ou pas de malaises.

Toutes les cultures n'ont pas la même perception de la ménopause quoique cette expérience soit universelle. Pour les orientaux, la ménopause est perçue comme un événement positif, une sorte de libération. C'est le moment où la femme doit se transformer, passer d'un rôle matériel à un rôle spirituel. Dans certaines communautés, on célèbre cet événement par un rituel. Au Japon, où la médecine préventive est très présente, seulement 2,6 % des femmes utilisent le traitement hormonal.

La société nord-américaine, pour sa part, considère cette phase ménopausique comme une régression, une perte, un événement négatif. En effet, la culture occidentale véhicule encore pour plusieurs le mythe d'Aphrodite : la séductrice; et le mythe de Cléopâtre : la mère; deux rôles qui semblent être la raison d'être profonde de la femme. Aussi, à la ménopause, plusieurs femmes croient qu'une porte se referme irrévocablement derrière elles, sans possibilité de retour en arrière. Est-ce le fait d'avoir mal vécu cette période de la vie où tout était possible, ou la peur de l'inconnu et de la mort qui font que la ménopause est mal vécue ?

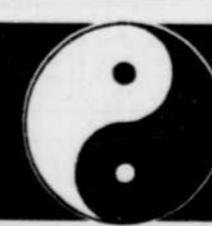
Les principaux malaises qui incommodent les femmes sont les règles irrégulières, les bouffées de chaleur qui amènent l'insomnie, l'instabilité d'humeur, l'état dépressif pouvant aller parfois jusqu'à des impulsions suicidaires, les palpitations, le manque d'appétit sexuel dû à une sécheresse

vaginale, la fréquence accrue du besoin d'uriner, l'ostéoporose et l'embolopoint. Pas surprenant que l'on grimpe parfois dans les rideaux !

Plusieurs choix s'offrent maintenant aux femmes pour faciliter le passage de la ménopause. Et ce sont les femmes qui doivent déterminer avec l'aide de spécialistes et de lectures appropriées, le traitement qui leur convient.

L'acupuncture s'avère un outil intéressant pour celles qui considèrent la ménopause comme une évolution naturelle. En effet, l'acupuncture aide à redistribuer l'énergie dans le corps et permet ainsi de vivre plus harmonieusement cette période de transition.

Vous avez des interrogations face à la ménopause ? N'hésitez pas à consulter un acupuncteur ou une acupunctrice inscrits au registre de la Corporation professionnelle des médecins du Québec.



Les acupuncteurs et acupunctrices membres de la C.P.M. 2, vous souhaitent un bon été et vous donnent rendez-vous à la source pour une autre série sur les bénéfices de l'acupuncture.

ACUPUNCTEURS ET ACUPUNCTRICES	
INSCRIT(E)S AU REGISTRE DE LA CORPORATION PROFESSIONNELLE DES MÉDECINS DU QUÉBEC (C.P.M.Q.)	
Bas-du-Fleuve	Île d'Orléans
• FERNAND BÉLANGER 867-4628	• ARLETTE ROULEAU 828-9958
• SYLVIE CLOUTIER 359-3176, 598-9455	• SANDRA TESTAGUZZA 527-6610
• ROBERT DUFOUR 492-9362, 867-8086	• NICOLE TREMBLAY 688-1711
Beaupré	• HUGUETTE BEAULIEU 337-4468
• CAROL RUEL 253-6100	• SANDRA BELLEY 529-9691
Beauport	• LISE CÔTE 522-1911
• SANDRA BELLEY 667-7148	• ANNE DELPECH 683-5588
• CHARLOTTE THÉBERGE 661-0706	• RÉJEANNE DUFRESNE 522-6891
Cap-Rouge	• JOCELYNE GENDREAU 648-8494
• YOLANDE LACOURT 652-3435	• THÉRÈSE GUY 687-4969
Charlesbourg	• YOUSRI KARAKAND 688-1185
• MICHELINE PELLETIER 652-2858	• LUCIE HOTTE 683-0867
• CAROL RUEL 626-5180	• LUCIE MAINVILLE 687-2720
• ROBERT ROUSSEL 626-5180	• RENÉE PAQUIN 687-3967
	• ANNE PARÉ 648-1979
	• LOUISE-HÉLÈNE BASTIEN 643-1790

A suivre...

Santé PLUS

Premier motif de consultation des ophtalmologistes

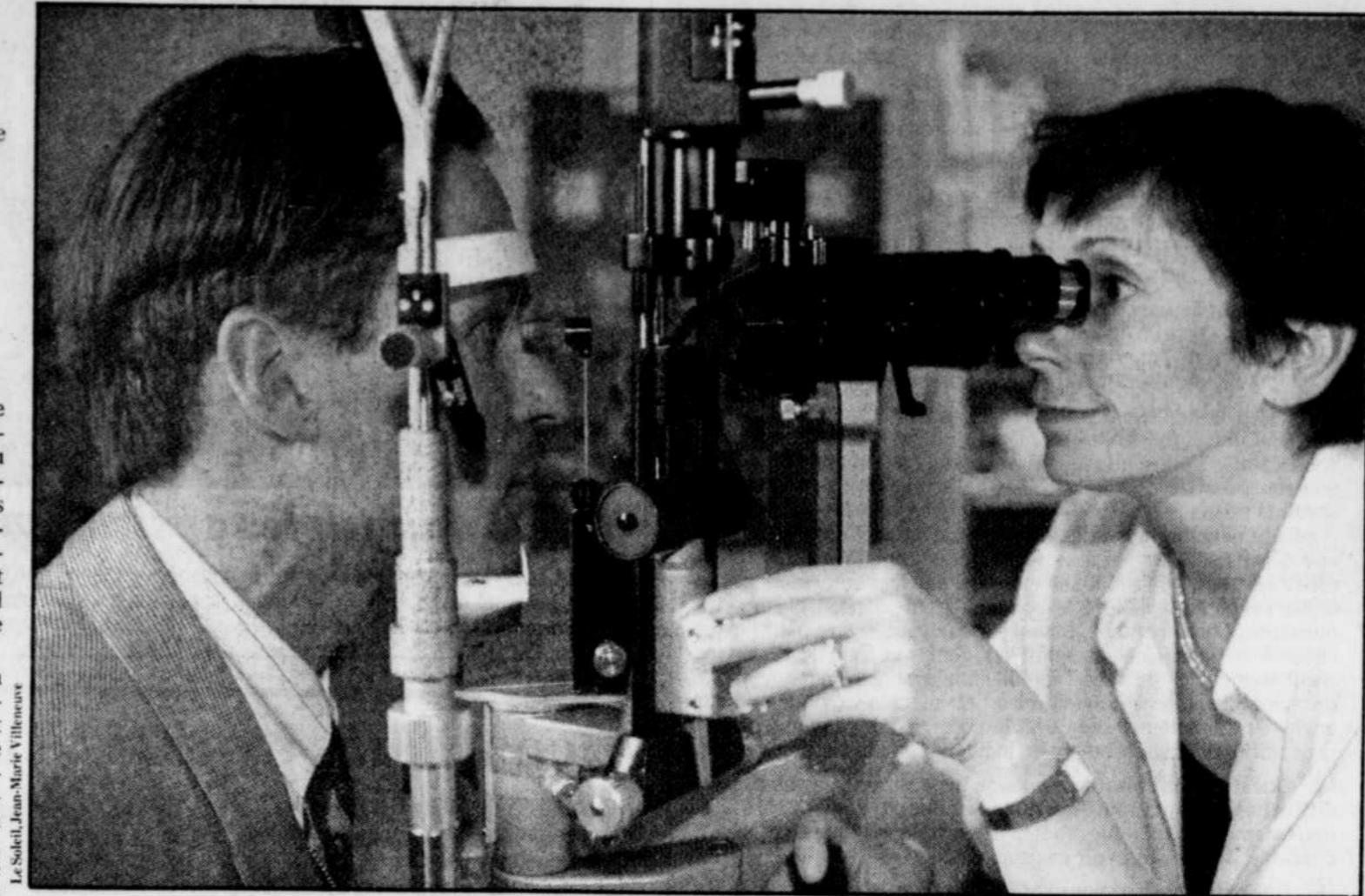
Méfiez-vous des yeux rouges

QUÉBEC — Votre miroir vous révèle-t-il des yeux rouges, accompagnés de douleurs ? Méfiez-vous alors car il se pourrait que ça n'ait rien à voir avec la simple conjonctivite. « Un oeil, c'est gros comme une balle de golf mais c'est précieux comme un diamant », dit la docteure Yolande Dubé, médecin ophtalmologue de Québec.

par JACQUES DRAPEAU

LE SOLEIL

Les yeux rouges constituent le tout premier motif de consultation des ophtalmologistes du Québec. « Pas une seule journée ne passe sans que nous n'ayons à évaluer un œil rouge, indique, en entrevue, la docteure Dubé. Le problème peut être associé à une grippe mais il peut aussi révéler un glaucome aigu. »



Le Soleil/Jean-Marie Villeneuve

Selon la docteure Yolande Dubé, médecin ophtalmologue, les adultes de 40 ans et plus qui sont à risques auraient tout intérêt à faire examiner le fond de leurs yeux. La spécialiste rencontre ici l'un de ses patients, M. Michel Bissonnette de Québec.

Ils peuvent avoir de graves conséquences...

Quelles sont les conséquences graves qui peuvent résulter d'une rougeur à un œil ? L'Association des ophtalmologistes en dresse la liste :

blépharite : inflammation de la paupière qui se traduit par une rougeur au bord libre des paupières, accompagnée de croutes, surtout le matin ;

conjunctivite : inflammation de la conjonctive, cette petite membrane qui recouvre l'œil. Elle découle, la plupart du temps, d'une infection ou d'une allergie ;

hémorragie sous-conjonctivale : résultat de la rupture d'un petit vaisseau sanguin. Elle cause une vive rougeur, habituellement peu douloureuse ;

épisclérite : inflammation de l'épiscèle, cette membrane fibreuse blanche qui entoure l'œil. Elle cause de la rougeur et une douleur légère qui disparaît habituellement d'elle-même en quelques semaines ;

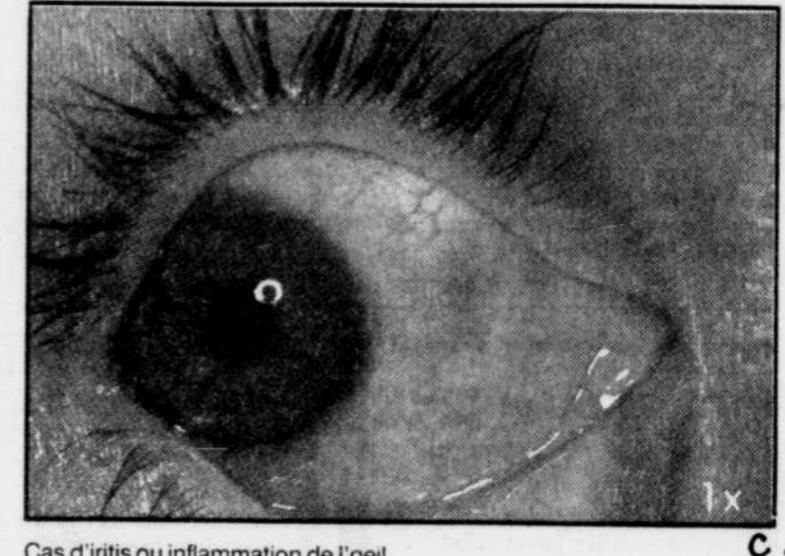
kérite : inflammation de la cornée qui, lorsque infectée, peut affecter la vision. Une bactérie ou un virus en sont généralement la cause ;

l'iritis : inflammation de l'iris, la membrane qui donne la couleur au centre de l'œil. L'iritis peut être causée par des maladies systémiques comme l'arthrite ;

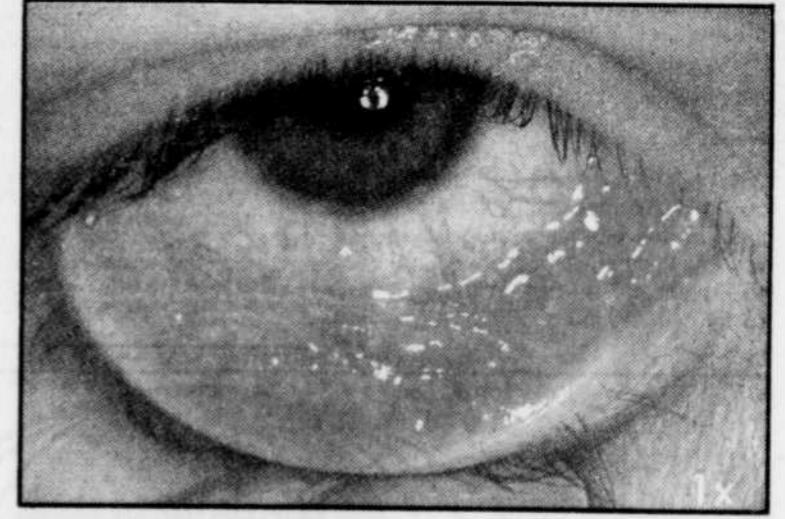
glaucome aigu : augmentation soudaine de la pression à l'intérieur de l'œil. Une rougeur de l'œil apparaît et le patient souffre de nausées et de maux de tête ;

sclérite : inflammation de la sclère, appelée aussi « blanc de l'œil ». Dans un cas sur deux, elle résulte d'une maladie systémique sérieuse ;

endophthalmie : infection grave de l'œil causée habituellement par une bactérie. La vision est alors en danger. Le traitement habituel est une chirurgie destinée à retirer les liquides de l'œil et à l'injection d'antibiotiques.



Cas d'iritis ou inflammation de l'œil.



Cas de conjonctivite secondaire.