

Reflets féminins



Le judo et la femme

La question qui vient en premier à l'esprit est: Qu'est-ce que le judo? Nous allons essayer d'y répondre en quelques lignes.

Le judo est un sport, plus encore c'est un art.

Véritable instrument de culture physique et mentale ce sport d'origine japonaise a été créé par Maître Gïgoro Kano (1863-1938).

A travers cette méthode de combat l'élève reçoit une formation sportive pleine de courtoisie et de respect.

Une culture mentale par l'étude technique et un moyen de self défense efficace par sa pratique régulière.

Le judo apporte à chacun, souplesse, agilité, force, résistance.

Que représente le judo pour la femme québécoise et qu'en pense-t-elle?

En général, elle pense que le judo est réservé aux hommes, car vu de l'extérieur ce sport paraît rude, cela est une erreur.



COUPLE ET FAMILLE

Telle est la nouvelle appellation que le mouvement s'est donné. Car "Foyers Notre-Dame" portait à confusion comme "hospice pour personnes âgées". Tandis que "Couple & Famille F.N.D." désigne vraiment ce que nous sommes. Couples avec famille ayant les mêmes soucis se réunissant mensuellement pour trouver solution à leurs problèmes, tout en y ajoutant un peu de spiritualité à leur vie conjugale.

Lors de notre prochaine rencontre, l'Abbé Normand Barré nous parlera d'un sujet qui préoccupe

Ce sport comme tant d'autres s'adapte à chaque personnalité et une touche de féminité n'est pas à dédaigner bien au contraire, la femme recherchera l'élégance et la grâce du mouvement, ne pouvant combattre l'homme par la force elle le fera par la technique.

Ce que le judo lui apportera pour sa santé physique autant que morale:

Une heure et demie de paix et de détente où elle oubliera les soucis quotidiens, ce que toute femme recherche et qui par les temps actuels est très difficile à trouver si ce n'est dans les arts martiaux.

Une gymnastique, car il est bien connu que pour conserver sa taille elle doit en prendre soin avec des exercices réguliers et appro-



RÉCENT MARIAGE

Mlle Francine Dubois, fille de M. et Mme Eugène Dubois de Boucherville et M. Ghislain Bernard, fils de M. et Mme Arthur Bernard de Montréal-Nord. Le mariage fut célébré en l'église de Ste-Famille de Boucherville.

certainement plusieurs couples. "Je n'en veux pas de vos bonheurs" et "L'adulescent n'a plus besoin de ses parents". Slogans très populaires chez les jeunes, qui donneront du piquant à la causerie.

Bienvenue à tous au Centre Communautaire St-Louis à Boucherville, mardi, le 26 octobre à 8.15 P.M.

G. Giroux
Publiciste
655-1725



Dear Friends:

During the past few years there has been an upward trend in the number of people who have shared the spirit of Christmas with those less fortunate by sending cards which support a worthy cause. "What more worthy cause than our otherwise forgotten citizens - The Mentally Retarded?"

Profits from the sale of these cards are used to support a pre-school nursery (very important in establishing what potential a retarded child has to go on to normal school or special classes) and to assist with the operating cost of a recently opened workshop for adult retardates (18 years and over).

Cards may be purchased through any member of the South Shore Association for the Mentally Retarded and its Auxiliaries. Should you wish to see the complete assortment of cards before making your selection, please contact Mr. Gustave Poirat (302 de Jumonville, Boucherville, Tel. 655-9569) Vice-president of the South Shore Branch, and his wife Mme Mariette Poirat who has volunteered to look after the Sales for the Boucherville area. Mme Poirat is a member of the Auxiliary attached to the South Shore Branch.

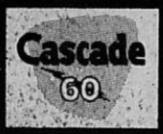
Chers amis,

Depuis quelques années déjà, nous avons constaté que de plus en plus de personnes partageaient l'esprit des Fêtes avec les moins fortunés en se servant de cartes vendues au profit d'une bonne oeuvre. "Quelle oeuvre plus appropriée que celle de nos citoyens oubliés - Les Déficients Mentaux?"

Les profits de la vente seront utilisés pour la garderie préscolaire (très importante afin d'établir l'orientation de l'enfant retardé vers des classes normales ou spéciales selon son potentiel) et assister au coût d'opération d'un atelier récemment ouvert pour les jeunes adultes déficients (18 ans et plus).

Les cartes pourront être obtenues par tous les membres de l'Association du Québec pour les Déficients Mentaux de la Rive Sud et ses auxiliaires. Si toutefois vous désirez voir la gamme complète des cartes avant de faire votre choix, vous pourrez communiquer avec M. Gustave Poirat (302 de Jumonville, Boucherville, Tel. 655-9569) Vice-Président pour la rive sud et son épouse Mme Marielle Poirat qui est en charge de la vente pour la ville de Boucherville.

Voyez votre fournisseur habituel pour l'achat de votre chauffe-eau électrique



Le Cascade est:

- économique: il répond aux besoins réels de votre famille;
- pratique: il s'installe n'importe où sans déployer un appareillage considérable;
- sûr: il fonctionne sans flamme;
- sans entretien
- garanti: il est porteur d'une garantie de dix ans.

LECTURE RAPIDE

prochain cours à

BOUCHERVILLE

LONGUEUIL

JEUDI, LE 28 OCTOBRE

Renseignements — inscriptions

655-4331

Inscrivez-vous dès maintenant

ST CENTRE DE RECHERCHES EN LECTURE

BUREAU DE L'ENSEIGNEMENT

270, DE BRULLON — BOUCHERVILLE, QUE.

VENTE à

\$5.00

BOUTIQUE CHEZ PAULA

528, Fort St-Louis, app. 1

Boucherville

655-8810