

Élan
Légendes
urbaines
et exercice
Page 3



ACTUEL SANTÉ



CAHIER LECTURES : *Là-bas avec Arlette Cousture*, page 5 >

La Presse

CAHIER F | LA PRESSE | MONTRÉAL | DIMANCHE 13 AVRIL 2003

Des seins chez un ado



Dr DANIELLE PERREAULT

collaboration spéciale

Mon fils de 14 ans vient de se découvrir une bosse dans un sein. J'ai essayé de le rassurer, que ça devait être une histoire d'hormones et que ça passerait. Mais je ne sais vraiment pas ce qui se passe.

— Madame C., Montréal

VOTRE FLAIR est bon. L'apparition de seins (gynécomastie) chez l'adolescent est très fréquente. Un ado sur deux sentira un petit bourgeon sous le mamelon en cours de puberté. Il pourra prendre l'ampleur d'une pièce de 2\$ chez certains d'entre eux. Dans plus de 99,5 % des cas, il s'agit d'une réaction physio-logique, donc normale.

À l'adolescence, les testicules produisent la testostérone, essentielle au développement des caractéristiques mâles : la pilosité et la barbe, la masse musculaire et la voix grave. Mais la testostérone est modifiée par une enzyme pour devenir de l'estradiol. Il s'agit d'une hormone féminine produite en infime quantité, mais qui peut, à l'adolescence, stimuler les quelques glandes mammaires, que tout homme possède. Celles-ci seraient durant cette période plus réceptives à cette hormone en circulation. Dans 20% des cas, un seul sein est affecté.

Le Dr Marc Girard, pédiatre en médecine d'adolescence à l'hôpital Sainte-Justine, voit régulièrement en consultation des adolescents inquiets de l'apparition d'une telle excroissance, surtout à l'arrivée de l'été, alors qu'ils sont plus exposés au regard. Le Dr Girard conseille la patience puisque ces bourgeons disparaissent chez la majorité en 12 à 18 mois. S'ils persistent, une petite opération est toujours possible.

Comme médecin, nous devons nous assurer que cette gynécomastie n'est pas due à un problème physique particulier, ce qui reste très rare. Un cancer des testicules (entre 15 et 30 ans) pourrait produire un surplus de testostérone et par conséquent plus d'estradiol. Un simple examen suffit à l'éliminer. L'autre problème est le syndrome de Kline Felter (XXY). Dans cette situation, comme les testicules sont incapables de produire de la testostérone, toutes les caractéristiques mâles sont absentes.

Il ne faut pas confondre des seins volumineux associés à l'obésité, phénomène de plus en plus fréquent chez l'adolescent. Ici, le sein a plus la forme d'un beigne, la zone sous le mamelon n'a aucun bourgeon et le gras se concentre au pourtour.

Deux remarques. D'abord, il arrive souvent que les nouveau-nés, garçons comme filles, aient un petit bourgeon sous le mamelon, résultat du niveau élevé d'estrogène de la mère à l'accouchement. On peut même souvent observer un écoulement qu'on appelle depuis toujours en anglais *witch milk* ou lait de sorcière. Enfin, les femmes ménopausées remarquent que leurs seins prennent du volume. Ici, les glandes mammaires atrophiées laissent leur place aux cellules de gras qui accumulent les graisses.

Allergie aux chats

Je sais qu'on peut recevoir une série d'injections pour se débarrasser d'une allergie aux pollens. Mais on me dit qu'il est impossible de le faire quand il s'agit d'une allergie aux chats ou aux chiens. Est-ce exact?
— M.M., Montréal

LE PRINCIPE de l'immunothérapie est de rendre votre corps plus tolérant à l'allergène, ce composé qui provoque la réaction allergique (yeux qui piquent, nez qui pique ou qui congestionne, asthme).

Voir Dr PERREAULT en F2

SOMMES-NOUS RESPONSABLES?

À Winnipeg, un médecin de famille décide de tourner le dos à ses patients qui s'entêtent à fumer. En Australie, un groupe de chirurgiens refuse d'opérer toute personne qui a touché à la cigarette, à de la drogue ou à de l'alcool dans les six derniers mois. Cas isolés ou rébellion des médecins contre ces malades qui ne comprennent pas le bon sens?

LILIANNE LACROIX

En décembre dernier, le Dr Frédéric Ross avise par écrit ses 5000 patients de trouver un autre médecin s'ils persistent dans leur habitude du tabagisme malgré ses conseils répétés: «En gros, je leur dis : Ça va faire. Trouvez-vous un autre médecin car, personnellement, je suis trop frustré de traiter votre maladie causée par le tabagisme. Vous n'agissez pas comme un partenaire dans la protection de votre santé», expliquait l'omnipraticien de Winnipeg. Malgré le caractère draconien de cet ultimatum, seulement une poignée de ses patients fumeurs l'ont quitté, la plupart préférant écraser définitivement plutôt que de perdre leur bon médecin.

Au Québec, le Dr Alain Gingras, omnipraticien à l'Hôpital Saint-Georges-de-Beauce, écrivait dans *l'Actualité médicale*: «Le principal problème auquel on fait face aujourd'hui est l'absence de responsabilité dont les gens font preuve à l'égard de leur propre santé. L'idéal serait de prendre des mesures qui inciteraient chaque individu à être responsable des décisions qu'il prendrait à l'égard de son propre mode de vie... On pourrait imaginer une forme de pénalité financière pour les gens qui négligent totalement l'impact que certaines habitudes comme le fait de fumer ont sur leur propre santé et, par conséquent, sur l'ensemble des coûts assumés par le système.»

Les obèses que chaque bouchée excessive rapproche peut-être du diabète de type II ou d'une maladie cardiaque, les «patates de sofa» qui répugnent à toute activité physique, les alcooliques qui *managent* leur foie et, pourquoi pas, les amateurs de sports extrêmes qui prennent des risques démesurés ou les femmes qui espèrent devenir enceintes à 40 ans après avoir eu des MTS à la chaîne: tous peuvent se considérer comme visés.

Des amendes ?

La punition pour une attitude jugée irresponsable pourrait évidemment être tout simplement coûteuse, mais le patient pourrait aussi se trouver refoulé au bas de la liste d'attente ou se voir carrément refuser certains traitements.

C'est l'attitude qu'ont adoptée les chirurgiens de l'Hôpital Alfred, de Melbourne, qui qualifient leur décision de «morale et nécessaire»: «Cela fait partie de notre mandat de rationner les services car nous ne disposons pas d'assez d'argent pour tout», déclarait le Dr Greg Snell, chirurgien pulmonaire. Il précisait: «Il n'est pas question de donner un nouveau poumon à un fumeur ou à quiconque a fait usage de substances toxiques dans les six derniers mois. Le don d'organe est une ressource très limitée et un cadeau précieux...»

Professeur dans un autre centre médical de Melbourne, le Dr Lou Irving admettait que plusieurs chirurgiens refuseraient aussi de traiter des fumeurs: «Pourquoi les contribuables devraient-ils payer? On utiliserait des ressources pour quelqu'un qui contribue à son propre malheur.»

Voir RESPONSABLES en F2

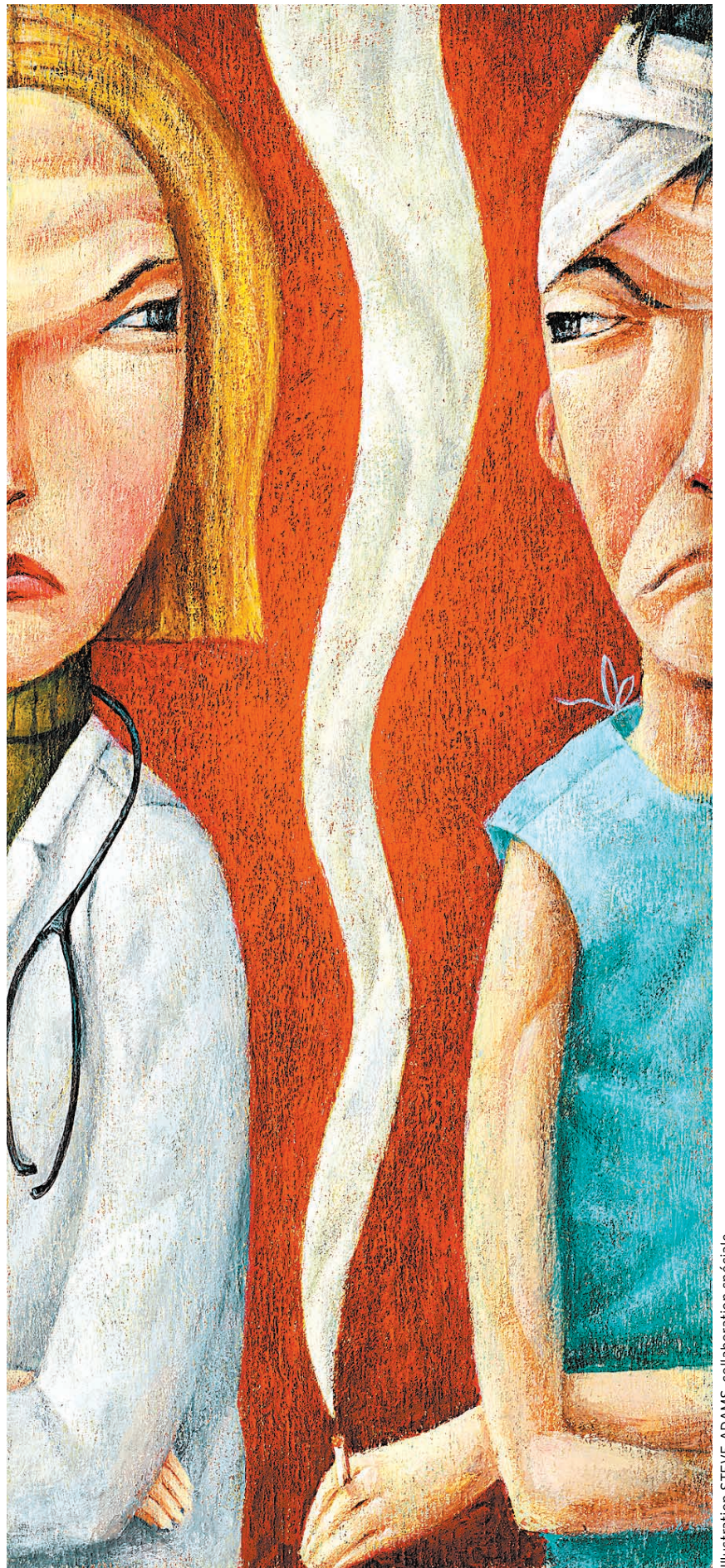
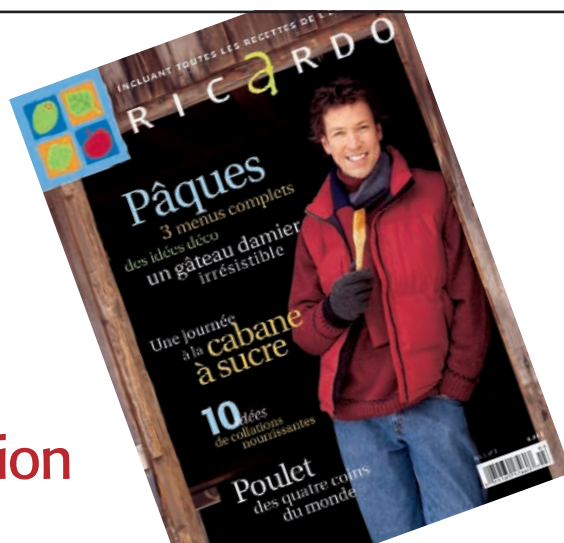


Illustration STEVE ADAMS, collaboration spéciale

UN GOÛT DE PRINTEMPS !

Incluant toutes les recettes de l'émission



Savourez
le magazine
Ricardo

En vente dès
maintenant

Les Éditions
Gesca



DÉCOUVERTE

N'EN DÉPLAISE aux partisans du Bloc Pot, plusieurs études ont démontré que la marijuana avait bel et bien des effets dommageables sur la mémoire de ses usagers. Une nouvelle étude suggère cette fois-ci que les femmes enceintes adeptes du pot peuvent transmettre ces problèmes cognitifs à leur bébé.

Cette recherche, effectuée sur des rats, a identifié le mécanisme du cerveau du bébé affecté par l'usage de la marijuana pendant la grossesse. Pour ce faire, les chercheurs ont injecté un cannabinoïde synthétique chez les rats. Les cannabinoïdes sont les ingrédients psychoactifs responsables du *high* associé à l'usage de la marijuana.

Des rats en gestation ont reçu des doses de cette substance qui correspondaient à des quantités basses à modérées de marijuana utilisées par des consommateurs humains. Les chercheurs ont découvert que les bébés rats qui avaient ingéré des cannabinoïdes étaient plus hyperactifs que ceux qui n'en avaient pas reçu. L'hyperactivité disparaissait généralement lorsque les rats atteignaient l'âge adulte. Cependant, les enfants des mamans rats exposées aux cannabinoïdes ont conservé pendant toute leur vie une mémoire ainsi que des capacités d'apprentissage inférieures à la moyenne.

CITATION DE LA SEMAINE

« Je ne vois pas de raison de croire à autre chose que l'émergence d'une maladie naturelle ».

Le Dr Peter B. Jahrling, virologue militaire américain, en réponse cette semaine à une question sur la possibilité que le SARS ait été causé par des terroristes biologiques.

LA SANTÉ SUR LE WEB

IL Y A 15 ans, l'autisme était une maladie à peu près inconnue du grand public. Aujourd'hui, de plus en plus de diagnostics d'autisme sont posés sur les jeunes enfants mais les services adaptés à leurs besoins demeurent insuffisants. Le magazine *L'actualité*, dans un dossier intitulé « Le fléau silencieux » signé Isabelle Grégoire, fait le tour des questions, des enjeux et du mystère entourant un état complexe qui affecte de plus en plus d'enfants québécois.

LA SANTÉ DANS LES MÉDIAS

LE CANCER n'a rien de joyeux. Pourtant, le site www.planetcancer.org se consacre à égayer la vie de ceux qui se battent quotidiennement avec cette terrible maladie. « Nous ne nions pas le côté sombre et morbide du cancer. Mais nous croyons fermement que le rire et la lumière peuvent émerger des endroits les plus étranges », peut-on lire en introduction de ce site résolument positif.

Se définissant comme une « communauté de jeunes adultes avec le cancer », Planet Cancer est un organisme américain qui propose de lutter contre cette maladie par le partage des expériences, l'organisation d'activités et la création artistique. On y retrouve sur son site des références de *cancerainment* (incluant des livres, films ou spectacles sur le sujet du cancer), des informations portant sur différentes initiatives de dépistage ainsi que des nouvelles écrites par des victimes du cancer. Le site compte même une bande dessinée pour le moins ironique intitulée *Brain Tumor Man*.

RAYON X

AUX ÉTATS-Unis, le nombre de diagnostics de sida chez les femmes est passé de 7% en 1985 à 20% en 1996. Aujourd'hui, le U.S Centers for Disease Control (CDC) rapporte que les États-Unis enregistrent environ 40 000 nouveaux cas d'infection au VIH chaque année. Du nombre de ces victimes, 30% sont des femmes. Le CDC a estimé qu'environ 75% des femmes infectées par le VIH avaient contracté le virus lors d'une relation sexuelle avec un homme et que 25% d'entre elles avaient été infectées par une injection de drogue.

RESPONSABLES

Suite de la page F1

Il précisait : « Il n'est pas question de donner un nouveau poumon à un fumeur ou à quiconque a fait usage de substances toxiques dans les six derniers mois. Le don d'organe est une ressource très limitée et un cadeau précieux... »

Professeur à un autre centre médical de Melbourne, le Dr Lou Irving admettait que plusieurs chirurgiens refuseraient aussi de traiter des fumeurs : « Pourquoi les contribuables devraient-ils payer ? On utiliserait des ressources pour quelqu'un qui contribue à son propre malheur ».

Médecins exaspérés

À la Fédération des médecins omnipraticiens, le Dr Jean Rodrigue admet que les médecins sont parfois exaspérés : « Et je les comprends. Le problème prend encore plus d'acuité dans un contexte de pénurie de ressources. Traite-t-on alors les plus méritants ou les plus malades ? »

La question posée, il émet aussitôt des réserves : « À partir du moment où on ouvre cette porte, où s'arrête-t-on ? En arriverons-nous à remonter dans votre histoire pour savoir si vous avez eu trop de partenaires sexuels ? Et il faut aussi mettre en perspective les comportements individuels et collectifs. On a permis l'installation de méga-porcheries qui polluent l'environnement et

menacent la santé. Est-ce que c'est plus correct parce que c'est une décision collective ? »

Selon lui, on pourrait toutefois en arriver un jour à ce que des interventions exceptionnelles, comme les greffes, ne soient pas permises aux gens dont les choix personnels auront contribué à leur piètre état de santé. « Mais de là à dire qu'on refuserait de donner de l'oxygène à un malade chronique, non ! »

La frustration médicale est-elle généralisée ? « Cette exaspération m'apparaît assez répandue mais les refus de soigner sont très rares. On ne peut rejeter des patients du revers de la main ».

C'est aussi le sentiment du Dr Martin Juneau, cardiologue et directeur des services professionnels à l'Institut de cardiologie de Montréal : « Je connais des collègues qui le font car c'est très frustrant, mais on est là pour soigner. Dans la majorité des cas, il y a tout de même quelque chose à faire. Le plus souvent, dans le cas des fumeurs, ils ont essayé d'arrêter à de multiples reprises mais en sont incapables. »

Quand il arrive qu'un médecin décide de jeter la serviette et d'abandonner un patient, c'est rarement une décision mûrement réfléchie, estime le Dr Juneau : « Ce sont des médecins débordés, fatigués qui, en voyant le paquet de cigarettes dans la poche du client qui ne fait même pas l'effort de le cacher, ont

un geste d'impatience et lancent : « J'ai plein de patients sérieux et qui m'écoutent. Alors faites-moi pas perdre mon temps ! »

Punir et le serment d'Hippocrate

Pour le bioéthicien David Roy, punir des patients va à l'encontre même de la médecine : « Pour toutes sortes de raisons, des gens ont de la misère à exercer leur responsabilité vis-à-vis de leur santé. Doit-on les rejeter de notre système en raison même de leur vulnérabilité ? Les patients doivent-ils être parfaits pour mériter d'être soignés ? On sait par exemple que les comportements à risque sont plus présents dans la population démunie. Devons-nous les marginaliser encore plus ? Si on les oblige à quitter toutes leurs habitudes néfastes pour devenir rapidement adultes responsables, c'est leur enlever ces petits îlots de plaisir où ils peuvent se reposer et c'est ignorer le temps nécessaire pour la réhabilitation... »

Et qui tranchera ? se demande-t-il : « Qui a le droit de juger un autre humain sans connaître son histoire et sa vulnérabilité ? »

Ancien éducateur physique, Vasile Dumitru, 80 ans, propose SA solution vers un monde meilleur et plus en santé : « Toute la population devrait passer le test de Cooper d'endurance cardio-vasculaire. Ceux qui le réussissent seront soignés gratuitement. (Les autres) devront payer une portion de leurs

soins, sauf s'ils possèdent un certificat médical. » Et il lance un défi aux décideurs : « Quel parti politique, quel gouvernement, quel pays sera le premier à appliquer ce programme ? »

Pas le Québec, du moins si on en croit les trois grands partis qui s'affrontent aux élections. « On préfère l'approche préventive, déclare le député libéral de Châteauguay et critique en matière de santé, Jean-Marc Fournier. Il y a encore tant à faire sur le plan pédagogique. Lentement, il y a prise de conscience. De toute façon, pour les fumeurs à tout le moins, l'approche punitive existe déjà. Ca s'appelle la taxation. »

Au bureau de Roger Bertrand, ministre péquiste des Services sociaux, Marianne Potvin reprend le même thème : « On vient d'investir 70 millions en prévention. C'est la voie à explorer. Les gens doivent comprendre qu'ils ont le pouvoir d'agir sur leur santé. »

Porte-parole de l'ADQ, le Dr Joelle Lescop, qui rappelle s'être fait crucifier sur la place publique quand elle a dit qu'il nous faudrait faire des choix dans le domaine de la santé, croit qu'une telle approche punitive pénaliserait des gens déjà défavorisés par la vie : « On n'en est pas là, dit-elle. D'ailleurs, le code de déontologie ne le permettrait pas. »

INFECTION DE LA GENCIVE

De nombreux adultes sont touchés par une infection de la gencive et présentent des problèmes de saignement caractéristiques. Nous utilisons une technique qui permet de contrôler la flore buccale et d'améliorer ces problèmes. Vous avez accès à la représentation visuelle de la guérison grâce au microscope et à l'ordinateur.

Centre dentaire Mark Bonner, d.m.d.
5775, boul. Jean-XXIII, Trois-Rivières Ouest
Tél. : 1 866 GENCIVE (436-2483)
www.parodontite.com

Promotion

La santé? On la fait.

L'ail est un grand ami de notre système coronarien, vasculaire et respiratoire, nous le savons bien ou nous devrions le savoir. L'ennui, c'est que l'ail, si bon pour la santé soit-il, ça sent fort! L'ail Sulfo-Génik entéro-soluble, est enrobé de telle façon qu'il passe outre les acides gastriques de l'estomac et diffuse lentement son potentiel d'allicine dans l'intestin grêle. Ce qui veut ainsi dire que les odeurs sont minimisées au maximum. C'est là un des nombreux bienfaits de l'ail sans odeur.

Nous avons capturé dans l'ail Sulfo-Génik, un potentiel d'allicine considérable... et quel potentiel! 4 000 mcg d'allicine par comprimé entéro-soluble, là où il le faut.

On ne laisse pas la santé au hasard. La santé... on la fait et on la protège! C'est notre bien le plus précieux.

Montréal : (514) 272-1365
Ligne extérieure : 1 800 272-1365
Mauricie : (819) 378-7777
Estrie : (819) 823-3322

Dr Yves Boivin

Spécialiste en chirurgie buccale et maxillo-faciale

Membre actif au CHUM
Hôpital Notre-Dame

Offre des traitements complets en **IMPLANTS DENTAIRE**
Pour renseignements et consultation :
(514) 735-0324

Écouter son intuition avec **Frédéric Hurteau, M.Ps.**

Le mercredi 16 avril : **LAVAL**
Château Royal (514) 333-1000

Le jeudi 17 avril : **MONTRÉAL**
Centre Saint-Pierre (514) 524-3561

Conférences à 19 h 30
entrée : 20 \$ (taxes incl.)

STAGES (WEEK-END)

18 - 20 avril : **ESTIME DE SOI**
9 - 11 mai : **TAROT ET SYMBOLES**
16 - 18 mai : **ESTIME DE SOI**
23 - 25 mai : **INTUITION ET CRÉATIVITÉ**
30 mai - 1er juin : **ENNÉAGRAMME**
3 - 8 juin : **RÈVES ET MYTHOLOGIES** (5 jours)
1er - 10 août : **QUÊTE DE VISION ET CHAMANISME** (10 jours)

12 cassettes audio, conférences de 90 minutes chacune, disponibles par la poste.
Information : (450) 227-7070
www.transpersonnel.ca
courriel : univers9@sympatico.ca

DR PERREAU

Suite de la page F1

Pendant plusieurs semaines, sur une période de trois à cinq ans, une dose de l'allergène visé est régulièrement injectée sous la peau. De visite en visite, on en augmente la concentration. Si la réaction est trop forte (rougeur et enflure locale) la dose reste la même la fois suivante. Ceux qui se soumettent à cet horaire exigeant en ont assez des mois d'été appauvris par la fièvre des foins ou par des mois d'allergies aux acariens de la poussière malgré le suivi de toutes les règles pour améliorer l'environnement. Pour ces deux allergènes, le taux de succès vaut l'investissement en temps. Mais, même si vous étiez prête à vous y soumettre pour un chat, ce n'est pas encore possible.

La désensibilisation à l'allergène du chat n'est pas encore au point. Les échecs des essais entrepris en immunothérapie avec l'allergène du chat sont dus à la difficulté de se rendre jusqu'à la fin du programme, constate le Dr Laramée, allergologue. Les réactions aux injections sont souvent importantes, ce qui ne permet pas d'augmenter les doses suivantes.

Un rappel : l'allergie aux animaux provient des protéines qui se trouvent dans leur salive. Comme un chat se lèche le poil plus que ne le fait un chien et que ces poils flottent librement dans une pièce, une personne sensible à cette protéine réagira davantage au chat qu'au chien. Comme cette sensibilité est très individuelle, deux personnes allergiques au chat réagiront de façon différente. Par exemple, même si le caniche ne se lèche pas comme un chat et perd moins de poils que ses compères, une personne particulièrement sensible pourra tout de même réagir. Il n'y a pas de chats ou de chiens non allergènes car ils ont tous des protéines dans la salive. Retenons que cela peut prendre des mois avant qu'un logement soit débarrassé des allergènes d'un chat, une fois celui-ci parti.

Site Internet sur l'hémochromatose

Solange Duval, infirmière de Sainte-Foy, travaille avec des personnes atteintes de cette maladie et m'informe du site Internet suivant : www.tropdefer.com Il y a un an, Mme Duval a participé à la fondation d'une association sans but lucratif pour sensibiliser les professionnels de la santé et la population à cette maladie.

On peut joindre le Dr Danielle Perreault à l'adresse suivante : C.P. 63082, Île-des-Sœurs, H3E 1V6

Courriel : perreaultmd@videotron.ca

SAVIEZ-VOUS QUE...

VOUS POURRIEZ FAIRE LA DIFFÉRENCE, DANS LE COMBAT CONTRE L'OSTÉOPOROSE?

VOUS ÊTES UNE FEMME ÂGÉE DE 65 ET PLUS... ALORS CE MESSAGE S'ADRESSE À VOUS

Vous pourriez participer à une étude portant sur un traitement expérimental pour combattre l'ostéoporose. Si vous êtes retenue, vous profiterez d'une analyse approfondie pour évaluer votre état de santé et tout le traitement est gratuit.

Appelez-nous. Votre implication est essentielle. Notre équipe avisée répondra à vos questions sur cette étude. Grâce à vous, c'est la communauté qui bénéficiera des retombées de ces recherches!

Dr Richard Kremer,
Unité de recherche sur les Os et les Minéraux/ CUSM
(514) 843-2857

Donald Pearson & Mel Alter
Pharmaciens Préparateurs - Compounding Pharmacists

SERVICE COMPLET D'ORDONNANCES ET PRODUITS DE SANTÉ NATURELS

- **PRÉPARATION PHARMACEUTIQUE**
Nous sommes spécialement formés pour préparer des médicaments sous diverses formes, selon les besoins des patients.
- **PRÉPARATION VÉTÉINAIRE**
Si les médicaments de votre animal causent des problèmes, nous pouvons vous aider.
- **SUBSTITUTION HORMONALE BIO-IDENTIQUE**
Une alternative naturelle au traitement hormonal de substitution
- **NATUROPATHE HOMÉOPATHE ET NUTRITIONNISTE**
Toujours disponibles pour vous aider.

www.pharmaciemontreal.com

Nous aidons les médecins à aider les patients ayant des besoins particuliers.
Westmount Medical Building 5025, rue Sherbrooke Ouest • Tél. : (514) 484-2222

santé

PRODUITS ET SERVICES

AMAIGRISSEMENT

MAIGRIR Vous avez vécu plusieurs échecs. Vous voulez comprendre pourquoi. VOUS VOULEZ RÉUSSIR. Une équipe de professionnels (médecin-psychologue, diététiste, éducateur physique) vous attend. Clinique de Médecine et de psychothérapie (514) 252-0898

CURE ARTHRITE ET JEÛNE

CHÂTEAU DE JOUVENCE: Cure d'arthrite et de Jeûne. Grand repos sur site enchanté. Endroit idéal pour retrouver son plein d'énergie. Piscine chauffée et Gym. 130 \$/personne/jour tout inclus. Bordure du Lac Beauport. 418-849-4259.

ESTHÉTIQUE ET ÉLECTROLYSE

ACADÉMIE ÉDITH SEREI: Vous voulez des soins en esthétique ou en électrolyse à prix raisonnable ? Appelez l'Académie Edith Serei pour vous faire goûter par nos étudiantes. Soins sur rendez-vous seulement. (514) 849-3035

Si vous désirez annoncer dans cette rubrique, communiquez avec Louise Mathieu au (514) 285-6950 ou 1 800 667-5961.

EN GRANDE PREMIÈRE!

Tous les jours dans **La Presse**

ARTS + SPECTACLES

ÉLAN



Légendes urbaines et exercice



RICHARD CHEVALIER
collaboration spéciale

Les rumeurs entourant les activités physiques sont nombreuses. Je vous en ai déjà parlé et j'ai aussi tenté de vous donner l'heure juste sur quelques-unes d'entre elles. En voici d'autres, accompagnées d'explications qui sauront, je l'espère, vous aider à faire la différence entre les sornettes et la vérité.

Les filles et leurs genoux

On dit que les filles sportives se blessent plus souvent au genou que les gars sportifs.

Est-ce vrai?

Oui, mais pour certains sports seulement. Ainsi, au basketball, au volleyball et au soccer, les blessures ligamentaires au genou sont deux à quatre fois plus fréquentes chez les joueuses que chez les joueurs. Plus précisément, c'est le ligament croisé antérieur du genou qui lâche plus souvent chez les filles.

Pourquoi? Selon l'American Academy of Orthopaedic Surgeons qui compile des données sur le sujet depuis 1995, trois facteurs de risque expliquent cette apparente faiblesse du genou féminin en mouvement. Premièrement, les femmes sportives (en général) ne plient pas suffisamment les genoux lorsqu'elles touchent le sol après un saut, ce qui accroît la pression sur l'articulation du genou.

En fait, 60 % des déchirures du ligament croisé antérieur chez les joueuses de basketball surviennent lors de la réception au sol après un saut.

Deuxièmement, les femmes sportives ont tendance à tourner ou à pivoter alors que leurs genoux et leurs hanches sont moins fléchis que ceux des garçons. Cette posture exerce une forte tension sur le ligament croisé antérieur.

Troisièmement, les femmes sportives utilisent davantage les quadriceps (muscles du devant de la cuisse) lorsqu'elles changent subitement de direction. Si les genoux ne sont pas suffisamment fléchis, cela a pour effet d'exercer une force suffisante sur le tibia pour provoquer une déchirure du ligament croisé antérieur.

Par contre, le risque de blessures au genou chute dès qu'on enseigne aux athlètes féminins : a) à utiliser davantage les ischio-jambiers (muscles arrière de la cuisse) pour contrebalancer la puissance des quadriceps; b) à plier un peu plus les genoux lorsqu'elles courent, pivotent ou touchent le sol après un saut.

C'est ce que rapporte une étude menée auprès de 2943 joueuses de soccer. Chez les 1041 joueuses qui ont appris à plier davantage les genoux en courant et en pivotant, les auteurs de l'étude ont observé une baisse de 88 % du nombre de blessures touchant le ligament croisé antérieur du genou! Pour en savoir plus, consultez le site suivant : <http://orthoinfo.aaos.org>

S'entraîner: combien ?

On dit que si on s'entraîne fort tous les jours, on sera encore plus en forme.

Faux. La recherche en physiologie de l'exercice montre clairement qu'il n'y a

pas, entre ceux qui s'entraînent sept jours sur sept et ceux qui le font cinq fois par semaine, de différence significative de gain de condition physique.

Par contre, les risques de blessures musculo-squelettiques et de fatigue causées par le surentraînement augmentent significativement chez ceux qui s'entraînent intensément tous les jours.

Muscles et graisse

On dit que le muscle atrophié se transforme en graisse. Faux. Une cellule musculaire ne peut se transformer en cellule adipeuse, de même qu'une banane ne peut devenir un citron. Par contre, si on devient sédentaire, les protéines musculaires se dégradent et finissent par disparaître (catabolisme), de sorte que le volume des muscles diminue. Comme l'inactivité physique a comme conséquence une faible dépense énergétique, les stocks de graisse, eux, augmentent. La combinaison de ces deux facteurs peut donner l'impression que le muscle, devenu flasque, s'est transformé en graisse.

L'exercice et les règles

On dit que l'exercice peut faire cesser les règles. Vrai. Si vous faites vraiment beaucoup d'exercice, vos règles risquent de devenir irrégulières. Elles pourraient même cesser pendant quelques mois (aménorrhée secondaire), comme cela se produit parfois chez les femmes qui s'entraînent intensément plusieurs heures par jour.

Dans le cadre d'une étude, on a constaté l'apparition d'aménorrhée secondaire chez seulement 2 % des joggeuses occasionnelles, alors que 28 % des participantes à un marathon et 43 % des coureuses d'élite en ont été affectées. Une autre étude indique que 57 % des skieuses de fond des équipes d'élite de niveau collégial (16-19 ans) ont des règles irrégulières ou font de l'aménorrhée secondaire.

Les chercheurs ne connaissent pas la cause exacte de l'aménorrhée secondaire, mais ils croient que la diminution de la masse corporelle et de la masse grasse, associée à l'exercice intensif, y joue un rôle important. Ce phénomène n'est pas catastrophique, dans la mesure où il est réversible. Dès que l'entraînement diminue ou cesse, les règles réapparaissent. La fertilité future n'est donc pas compromise.

Mais attention, l'absence de règles ne signifie pas qu'il faille négliger la contraception. Ce serait une erreur de le faire, comme l'a constaté Ingrid Christiaensen. Cette coureuse d'élite, qui avait l'habitude de ne pas avoir de règles pendant les mois où elle s'entraînait en vue d'un marathon, nota un jour une baisse de sa performance. Inquiète, elle consulta son médecin, qui lui apprit qu'elle était enceinte de cinq mois!

La sueur et la forme

On dit que si on sue beaucoup, c'est signe qu'on est en mauvaise forme.

Faux. Il y a des athlètes de haut calibre qui excrètent des torrents de sueur et de parfaits sédentaires qui ne transpirent presque pas. En fait, la production de sueur n'a rien à voir avec la condition physique: elle dépend plutôt du nombre de glandes sudoripares que la nature nous a données.

Exercice et graisse localisée

On dit que les exercices localisés font



Au basketball, au volleyball et au soccer, les blessures ligamentaires au genou sont deux à quatre fois plus fréquentes chez les joueuses que chez les joueurs. Plus précisément, c'est le ligament croisé antérieur du genou qui lâche plus souvent chez les filles.

maigrir là on l'on veut. Faux. Si c'était vrai, les personnes qui tapent sur un clavier à longueur de journée auraient les doigts les plus maigres de la planète!

En fait, cette croyance, encore fort répandue, n'a aucun fondement scientifique. Lorsque des muscles actifs ont besoin de graisse comme carburant, celle-ci est libérée dans la circulation sanguine pour leur être acheminée. Par conséquent, la graisse fournie aux muscles du ventre peut provenir d'un dépôt de tissu adipeux situé derrière l'omoplate!

Des chercheurs ont comparé la circon-

férence des bras et le dépôt graisseux sous la peau des bras de joueurs de tennis de haut calibre. Les résultats montrent que la circonférence du bras frappeur (le bras droit pour la plupart) est nettement plus grande que celle de l'autre bras. C'est que le bras dominant est plus musclé. Cependant, le bras dominant n'est pas plus maigre que l'autre : la mesure du tissu adipeux n'indique aucune différence significative entre le bras gauche et le bras droit. Il est clair que le surentraînement du bras dominant ne s'accompagne pas d'une réduction locale des dépôts de graisse.

LE COURRIER DE RICHARD



RICHARD CHEVALIER
collaboration spéciale

VOUS VOULEZ poser des questions à Richard Chevalier sur le conditionnement physique? Expédiez un courriel à actuel@lapresse.ca ou envoyez une lettre au 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9. Richard ne peut malheureusement répondre à toutes les demandes.

Q JOSÉE MATTE, Joliette. Bonjour! J'ai 47 ans et j'ai enfin trouvé le temps et l'énergie (entre le boulot et la famille) de faire de l'activité physique de façon régulière. Cet hiver, j'ai patiné sur une rivière quatre à cinq fois par semaine, pour parcourir environ 9 km en 40 minutes. Ce qui m'a semblé, je l'avoue, extraordinaire. Je suis une incondionnelle: il faut que je sois à l'extérieur. Ainsi, le conditionnement en gymnase ne me motive pas trop. Or, malgré le patin, je n'ai pas perdu une livre. C'est un peu déprimant. Qu'en pensez-vous? Maintenant je voudrais

marcher pour continuer d'avoir de l'activité physique dans ma vie. Mais après quelques minutes de marche seulement, j'ai mal au devant des jambes comme si l'os voulait fendre. Je dois rebrousser chemin et je me prive de marche par crainte de ce mal qui m'empêche d'envisager une marche assez longue (mon trajet prend une heure environ) et que je voudrais assez rapide. Avez-vous un conseil à me donner pour régler ce problème? Je ne veux pas perdre les bienfaits de mon hiver. Merci.

R RICHARD: D'abord bravo pour votre niveau d'activité physique qui est plutôt élevé. Pour ce qui est de votre première question, je vous suggère de ne pas trop vous fier au pese-personne pour évaluer votre perte de gras. Le pese-personne vous donne certes votre poids mais aucune indication sur votre composition corporelle. Or, compte tenu de la quantité d'exercices que vous avez faite tout l'hiver et en supposant que vous avez conservé le même apport calorique, il est plus que probable que vous ayez perdu du gras tout en gagnant un peu de masse maigre. Match nul donc sur le pese-personne.

Pour ce qui est de la seconde question, il se peut que vous souffriez d'un début de périostite (inflammation de l'enveloppe de l'os) au tibia si je me fie à la description de la

douleur que vous ressentez. Si c'est le cas vous n'aurez d'autre choix que de diminuer la longueur de vos marches jusqu'à ce que la douleur ait disparu.

Je vous suggère aussi de raccourcir la longueur de vos foulées (les longues foulées sont plus stressantes pour le devant de la jambe) et de porter des chaussures conçues pour la marche sportive. Enfin, vérifiez si votre pied ne se retourne pas de manière excessive vers l'intérieur (hyperpronation) lorsque vous marchez. Si c'est le cas, il vous faudra des chaussures conçues pour les hyperpronateurs ou des orthèses qui réduiront la pronation excessive de votre pied. Informez-vous à ce sujet dans les boutiques d'articles de sport spécialisées dans la course.

➤ Appel aux lecteurs et lectrices: à la lumière d'études récentes, je prépare un article sur l'effet positif de l'exercice chez les enfants hyperactifs. S'il y en a parmi vous qui ont pu constater un tel effet sur leur enfant, pourriez-vous communiquer avec moi en envoyant un courriel à actuel@lapresse.ca ou en écrivant à La Presse, chronique Élan, 7 rue St-Jacques, Montréal, H2Y 1K9? Merci à l'avance de votre collaboration.

Le déjeuner : un repas payant



JACHINTHE CÔTÉ
LA NUTRITION
collaboration spéciale

PAR MANQUE de temps, il nous arrive souvent de commencer la journée sans déjeuner. Cette mauvaise habitude peut avoir des répercussions négatives sur notre santé.

En effet, sauter le premier repas de la journée peut affaiblir nos capacités intellectuelles et physiques. Il est essentiel de prendre un déjeuner convenable pour optimiser notre capacité de concentration, d'intégration et de mémorisation de nouvelles connaissances. Quand vient le temps d'améliorer nos performances physiques, l'attention doit d'abord se porter sur le déjeuner.

Et comme si toutes ces raisons ne suffisaient pas à nous convaincre, une récente étude nous informe que le déjeuner peut influencer notre équilibre énergétique et aider à prévenir l'obésité et ses problèmes connexes (maladies cardiovasculaires et diabète non insulino-dépendant).

Bref, il est grand temps que l'on s'intéresse à ce repas tant négligé !

La gestion efficace d'énergie

Afin de fonctionner et d'assurer sa survie, notre corps doit faire des réserves énergétiques et les utiliser intelligemment. Pour ses besoins à long terme, il dispose de matières grasses qu'il entresse sous forme de tissus adipeux. Mais notre corps fait également des

réserves de glucose, entreposé sous forme de glycogène dans le foie et les muscles, pour répondre à ses besoins énergétiques plus immédiats.

Le tissu adipeux est une forme d'entreposage d'énergie très efficace. Comparé au glycogène, dont le métabolisme libère seulement 4 kilocalories par gramme, le tissu adipeux libère 9 kilocalories par gramme. Cet avantage favorise son utilisation à long terme, puisque cette source d'énergie peut être entreposée à moindre poids !

Pour satisfaire l'incessant besoin d'énergie du cerveau, du système nerveux central et des muscles, notre corps fabrique et entresse du glycogène. Fait de longues chaînes de glucose, le glycogène ressemble beaucoup à l'amidon, surtout présent dans les produits céréaliers. Quand toutes les conditions optimales sont présentes, il peut entreposer jusqu'à environ 100 grammes de glycogène dans le foie et 375 grammes dans les muscles.

Les réserves s'épuisent

Au repos, tout comme pendant les activités physiques, la plupart des réserves de glycogène hépatique sont utilisées pour maintenir constant le taux de glucose dans le sang. Les principaux bénéficiaires de cette source d'énergie sont les cellules nerveuses. Comme elle se nourrissent exclusivement de glucose et ne peuvent faire de réserves d'énergie, en tout temps, une quantité déterminée de glucose doit être mise à leur disposition ; le sang est leur source d'approvisionnement.

À l'opposé, les cellules musculaires sont capables d'entreposer des réserves de glycogène. Elles les utilisent pour se contracter et engendrer un mouvement ou maintenir une position. Les cellules musculaires peuvent avoir recours aux protéines et aux matières

grasses comme source d'énergie, mais le glucose est leur source de choix.

Il n'est pas nécessaire d'aller courir le marathon pour épuiser les réserves de glycogène. Une simple nuit de sommeil de huit ou neuf heures peut très bien faire l'affaire !

La santé grâce au déjeuner

Si la journée débute sans que les réserves de glycogène aient été renouvelées, le corps va tenter instinctivement de compenser en mangeant plus au prochain repas.

Mais puisque le corps est limité dans sa capacité d'entreposer du glycogène, cette surconsommation ne fera qu'alimenter les réserves de gras dans les tissus adipeux. À la longue, cela peut causer un déséquilibre énergétique et entraîner des problèmes métaboliques (hyperglycémie, hypercholestérolémie, hypertension, etc.).

Afin que notre corps ne se mette pas en mode de survie, il vaut mieux manger régulièrement de petites portions d'aliments. Ainsi, les intrants (la nourriture !) sont plus faciles à gérer et des réserves d'énergie appropriées pour nos besoins peuvent être entreposées.

Idées de déjeuner-minute

Le déjeuner, comme tous les autres repas de la journée, devrait être composé d'au moins trois aliments différents, provenant de trois des quatre groupes alimentaires (produits céréaliers, fruits et légumes, produits laitiers, viandes et substituts). Mais il est entendu que ce repas n'a pas besoin d'être très élaboré. Il peut tout simplement être composé de céréales prêtes à manger ou de céréales chaudes à cuisson rapide, servies avec un fruit frais ou séché et du lait. Un contenant de yogourt brassé aux fruits en portion individuelle accompagné d'un muffin maison

peut également constituer un déjeuner complet. Autrement, l'éternel beurre d'arachides, appliqué sur une tranche de pain ou un demi-bagel grillé et accompagné d'un verre de lait, fera aussi l'affaire.

Vous êtes amateur de boissons nutritives ? Essayez de broyer ensemble du lait, un peu de yogourt pour la texture, un fruit et du germe de blé ou de l'avoine. Mais si le temps vous fait défaut, le déjeuner peut être composé d'un fruit et d'un morceau de fromage. À la limite, une petite pointe de pizza, restant de la veille, peut aussi convenir.

Si l'on considère tout ce qu'un simple déjeuner peut faire pour notre bien-être, c'est certainement le repas le plus payant de la journée !

Erratum :

Dans la chronique nutrition de dimanche dernier, au lieu de lire des hommes et des femmes ayant un indice de masse corporelle santé (entre 20 et 28), vous auriez dû lire des hommes et des femmes ayant un poids santé (indice de masse corporelle entre 20 et 25) ou faisant de l'embonpoint (indice de masse corporelle entre 25 et 28).

Une fois par mois, la chronique nutrition porte sur vos questions et commentaires. Envoyez-les à :

Chronique nutrition
La Presse
7, rue Saint-Jacques
Montréal, QC
H2Y 1K9
Courriel :
questiondenutrition@hotmail.com

L'auteur de cette chronique hebdomadaire est membre de l'Ordre professionnel des diététistes du Québec.

COMPRIMÉS

Un médecin refuse de traiter Américains et Britanniques

UN DERMATOLOGUE et spécialiste des MTS allemand, le Dr Eberhard Hoffmann, a refusé de traiter des patients de la coalition américano-britannique : « La guerre contre l'Irak est un crime et je ne vois pas pourquoi je devrais traiter des criminels de guerre », a-t-il expliqué en ajoutant qu'il accepterait toutefois de se pencher sur un cas urgent. À cause de sa prise de position, le spécialiste de 61 ans fait maintenant l'objet d'une enquête de son ordre professionnel et pourrait être puni pour ce que plusieurs considèrent comme un manque flagrant d'éthique professionnelle.

— d'après Reuters Health

La génétique à la rescousse des cancéreux

DES TRANSFUSIONS de cellules sanguines modifiées par génie génétique pourraient aider des patients atteints d'un cancer du côlon à combattre leur maladie. La technique consiste à reprogrammer les globules blancs — ces soldats du système immunitaires — pour qu'ils reconnaissent et détruisent les tumeurs. Pour que le système immunitaire combatte efficacement

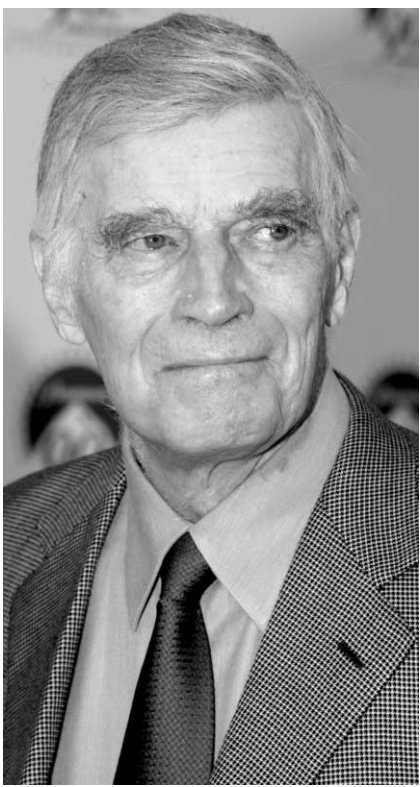


Photo REUTERS

Charlton Heston, acteur et militant pro-armes, atteint d'Alzheimer.

les cellules cancéreuses, comme il le ferait d'un virus ou de bactéries, il doit d'abord les reconnaître comme des envahisseurs, ce qui est difficile, puisque les tumeurs sont des versions tronquées des propres cellules du patient et portent des gènes similaires. Dans leur étude, les chercheurs de l'Institut de recherche Paterson contre le cancer ont réussi à donner aux globules

blancs (des lymphocytes) un petit coup de main artificiel — un gène artificiel en fait — pour les amener à reconnaître l'envahisseur. Le procédé a très bien fonctionné chez les 10 patients testés qui ont démontré une activité cellulaire anticancéreuse grandement accrue après le traitement.

— d'après le British Journal of Cancer

Espoir contre la maladie d'Alzheimer

UN NOUVEAU médicament qui pourrait obtenir l'approbation de la FDA américaine au milieu de 2004 est présentement à l'étude aux États-Unis et des résultats très encourageants ont déjà été notés chez les personnes dont la condition était modérée et même grave. Contrairement aux médicaments habituels, qui renforcent les effets de l'acétylcholine, laquelle transmet les signaux entre les neurones, la mémantine bloque l'activité d'un produit chimique, la glutamine, dont la trop grande abondance peut amener la mort des cellules du cerveau.

— d'après Health Scout

Épilepsie : bonnes nouvelles

DES SCIENTIFIQUES du Centre médical de l'Université de New York ont découvert un gène qui pourrait être à la source de la résistance aux médicaments d'un tiers des épileptiques. Dans un premier temps, cette découverte pourrait mener à distinguer les patients résistants, pour lesquels la médication serait inutile, mais on espère éventuellement pouvoir trouver une forme de traitement auquel ces malades pourront répondre. « C'est une découverte très importante », se réjouit le Dr Orrin Devinsky, directeur du Centre de l'épilepsie de l'hôpital. Il faut toutefois encore attendre pour appliquer cette découverte sur le terrain, prévient-il. Il

semble que ce soit une mutation subie par ce gène qui serait responsable de cette pharmacorésistance.

— d'après Health Scout News

Cuisses courtes et diabète

LES PERSONNES qui ont des cuisses plutôt courtes pourraient être plus à risque de souffrir de diabète que les propriétaires de longues jambes. Telle est l'étonnante conclusion d'une étude menée à l'Université Johns Hopkins de Baltimore. L'étude, qui portait sur le diabète de type 2, a examiné les données sur quelque 8700 Américains de 45 à 74 ans recueillies dans le cadre d'enquêtes nationales sur la santé. Rien n'indique que les cuisses courtes causent le diabète, précisent les auteurs de l'étude, mais les personnes dotées de ce trait physique ont probablement intérêt à surveiller les facteurs susceptibles de favoriser le diabète, notamment le gain de poids. Les scientifiques croient que le lien, surprenant en apparence, pourrait s'expliquer par la présence d'un facteur encore inconnu susceptible d'influer à la fois sur la longueur des jambes et sur le risque de diabète à l'âge adulte. Ce facteur pourrait être par exemple le milieu ambiant dans l'utérus ou l'alimentation durant l'enfance.

— d'après l'Actualité médicale

Maman Ours, papa Ours et l'ostéoporose

SI LES humains restaient complètement immobiles au cours de la saison hivernale, l'ostéoporose deviendrait sans doute l'une des maladies les plus répandues. Alors, pourquoi les ours ne souffrent-ils pas d'ostéoporose ? C'est la question à laquelle des chercheurs répondent dans la revue *Clinical Orthopaedics and Related Research*. Après avoir analysé, à l'aide de mar-

queurs du sérum du métabolisme osseux, des échantillons sanguins d'une population d'ours noirs vivant en Virginie, les chercheurs ont découvert que le marqueur de la régénération osseuse est significativement plus élevé pendant la période d'hibernation que durant l'été. Selon eux, la clé de ce mystère pourrait conduire à la mise au point de traitements visant à prévenir l'ostéoporose chez l'humain.

— d'après l'Actualité médicale et Associated Press

Pauvres « patates de sofa »

Les « patates de sofa » attendent tranquillement le diabète, si l'on se fie à une étude conjointe de la Harvard School of Public Health et de l'hôpital Brigham, qui conclut que deux heures d'écoute de télévision quotidiennes augmentent de 14 % le risque de souffrir de diabète et de 23 % le risque de devenir obèses. Regarder la télé est encore pire que d'autres activités assises comme la couture, les jeux de société ou la conduite automobile, car elle implique encore plus d'immobilité. Ces chiffres ont été tirés de l'immense étude qui a nécessité la collaboration de quelque 50 000 infirmières américaines et qui se penche sur la santé des femmes en général.

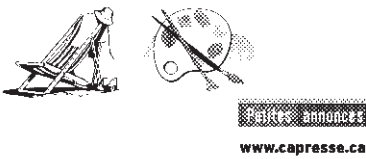
— d'après Health Scout News

L'asthme chez les tout-petits

SI LE SIFFLEMENT et la respiration courte peuvent être un signe d'asthme chez les tout-petits, des chercheurs grecs ont découvert que la maladie pouvait aussi se manifester par un fréquent raclage de gorge chez les jeunes victimes. Dans certains cas, c'est le seul signe apparent de la maladie. L'étude a été réalisée à l'Université de Crète sur quelque 2609 enfants.

— d'après Health Scout News

Retraite active



SANTÉ / MIEUX-ÊTRE

Danis & Doucet
audioprothésistes
Prothèses auditives - Piles - Réparations
3238, bl. Taschereau, Greenfield Park (450) 465-8670
1615, bl. Jacques-Cartier, #370 Longueuil (450) 647-1093

JOSEE BOUTHILLIER DENTUROLOGISTE
6632 de Marseille (514) 259-2694
3749 Ontario Est (514) 527-4602
2 adresses pour un beau sourire!

HYGIÈNE DU COULON
René Tétrault Thérapeute diplômé
(18 ans d'expérience) 450-582-6104

DOROTHÉE BÉRUBÉ, naturothérapeute.
Venez vivre l'expérience de la santé globale.
Consultations individuelles
Ateliers Vitalité Anti-Stress 514-322-3429

RESSOURCES

Vous ne voulez plus vivre seul(e)?
Partagez votre logement ou trouvez un toit avec les "Habitations Partagées"
Solidarité, partage, économie...
Info - inscriptions: La Maisonnée
6865 Christophe Colomb (métro Jean Talon)
Service Gratuit (514) 271-3533

Service de FORMATION INTERNET à domicile
Rive-Nord & Montréal (450) 663-7009
Transcal Québec Sylvain Tremblay

SPORTS ET LOISIRS

URGENT! 500\$ DE RABAIS.
FORFAIT DE PÊCHE, groupe de 16 personnes. Lac des Neiges. Réserve faunique des Laurentides. Du 22 au 26 mai. Inf. 418-522-1281

SPORTS ET LOISIRS

CROISIÈRE EN ALASKA
Avec Suzanne Spooner, prof. retraitée.
(450) 430-8792 (514) 239-8792

SERVICES

PROBLÈMES FINANCIERS?
Impôts Cartes Prêts Actions
CONSULTATION GRATUITE
Michel Verdier & Ass. inc. syndic 450-629-9221

ENTREPRENEUR RETRAITÉ
pour vos projets de rénovations A à Z.
..... J. Massé, (514) 745-0503.....

DIVERS

ACHETONS ANTIQUITÉS
MEUBLES, VAISSELLE, MONTRES, BIJOUX EN OR
5849, Henri Bourassa Est.
(514) 329-5586 (514) 831-8067

ACHAT D'ANTIQUITÉS
SERVICE 1 HEURE.
Succession 514-577-8486

BÉNÉVOLAT

PÂQUES CHEZ LES AINÉS
Les Petits Frères des pauvres ont besoin de bénévoles ayant le désir de partager le dîner de Pâques avec des personnes âgées. Les bénévoles devront posséder une voiture et être disponible le dimanche 20 avril de 9h30 à 16h30. Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec Marc Charlebois au 514-527-8653.

POUR LES ENFANTS
La Fondation du diabète juvénile recherche des bénévoles pour aider à la préparation d'un événement de levée de fonds. Les tâches sont variées: envois postaux, plage de T-shirts, envois de reçus, etc.. Veuillez communiquer avec le Centre d'action bénévole de Montréal au 514-842-3351.



Photo PIERRE CÔTÉ, Archives, La Presse

Chez l'ours, la régénération osseuse est plus importante pendant la période d'hibernation que durant l'été. Cette découverte pourrait mettre les chercheurs sur la piste de la prévention de l'ostéoporose chez l'humain.

Annnoncez dans **"Retraite active"** et offrez vos services aux milliers de lecteurs qui retrouvent, après plusieurs années bien remplies, un agenda qui respire! Communiquez avec nous au (514) 987-8363, (514) 285-7163, par télécopieur au (514) 848-6287 ou par courriel à petitesannonces@lapresse.ca

LECTURES

NOS CRITIQUES DE LA SEMAINE

EXCEPTIONNEL ★★★★★ TRÈS BON ★★★★ BON ★★★ PASSABLE ★★ SANS INTÉRÊT ★

Quatre soldats,
Hubert Mingarelli
> ROMAN
★★★★ 1/2
Page 5

Confidences d'un médecin,
Dr Yves Lamontagne
> SOUVENIRS ★★★ 1/2
Page 6

Discours sur la tolérance,
Louis-Antoine Dessaulles
> HISTOIRE ★★★
Page 6

Les Black Blocs,
Francis Dupuis-Déri
> ESSAI ★★★
Page 7

Jack L'Éventreur: affaire classée,
Patricia Cornwell
> ESSAI ★★
Page 7

La Presse

CAHIER F | LA PRESSE | MONTRÉAL | DIMANCHE 13 AVRIL 2003

ENTREVUE

La singularité d'Hubert Mingarelli

SONIA SARFATI

Bien des romanciers disent écrire les livres qu'ils aimeraient lire. Pas Hubert Mingarelli. «Je mourrai sans savoir à quoi ressemblent mes livres. C'est toute ma vie mais, en même temps, je ne sais pas ce qu'ils valent», affirme-t-il en entrevue téléphonique.

Le ton sobre, les silences mesurés, les mots pesés sont à l'image de ses romans. Et si le propos étonne, il est difficile de douter de la sincérité de celui qui le tient. Même quand, poussant l'explication plus loin encore dans le singulier, il explique n'écrire qu'une vingtaine de lignes par jour, les relire le lendemain pour en enlever la moitié avant d'en coucher 20 autres sur le papier. Jamais, par la suite, il ne reviendra sur les premières. «Je ne fais aucune lecture d'ensemble de mon texte», poursuit-il avant de comparer sa façon de travailler à celle d'un peintre qui travaillerait à un tableau géant, le nez collé sur la toile, sans jamais se reculer pour avoir une vue d'ensemble.

Mais aucun peintre ne travaille ainsi. Et la manière d'Hubert Mingarelli est unique. Ses livres le sont tout autant. Quiconque l'a lu comprendra. L'avoir lu, c'est avoir plongé dans *Une rivière verte et silencieuse*, s'être enfoui dans *La Dernière Neige*, avoir admiré *La Beauté des loutres* (une merveille de trilogie sur les relations père-fils). Ou, tout récemment, s'être lié à ses *Quatre soldats*. Difficile de résumer ce dernier roman. Parce qu'il ne s'y passe à peu près rien. Comme dans les livres précédents de cet écrivain qui sait rendre l'anodin avec tant de relief. Qui dépose chaque mot sur une page comme autant de cadeaux dûment choisis.

La note d'espoir

Quatre soldats, donc, se déroule en 1919. L'Armée rouge, en butte aux forces roumaines et polonaises, se replie en forêt pour passer l'hiver. Là, les quatre hommes sur lesquels Hubert Mingarelli lève un voile pudique nouent une relation qui n'est pas que de survie mais, aussi, de vie. Grâce aux repas partagés. Aux parties de dés. Aux baignades dans le lac, tout près. À eux vient s'ajouter, un jour, le gamin. Cette guerre-là, aussi, était beaucoup faite par des enfants. Celui-là possède une richesse inestimable. Il sait écrire.

Voir MINGARELLI en F6



ENTREVUE

LÀ-BAS AVEC ARLETTE COUSTURE

LOUISE CHEVRIER
collaboration spéciale

Arlette Cousture est impatiente. Elle a hâte de savoir. Quel accueil réservera-t-on à son tout nouveau roman *Tout là-bas*? Impatients, ses lecteurs le sont certainement tout autant. Cinq longues années se sont écoulées depuis que la romancière a publié *J'aurais voulu vous dire William*. Que faisait-elle donc, celle qui a mis au monde l'inoubliable saga des *Filles de Caleb* et celle de *Ces enfants d'ailleurs*? «Mais j'écrivais, dit Arlette Cousture en entrevue. J'écris tous les jours et cinq ans, ce n'est pas si long.» C'est vrai que dans l'intervalle, il y a eu la série télévisée *Gypsy*. Et ce n'est plus un secret pour personne, le troisième tome des *Filles de Caleb* est prévu pour l'automne.

En attendant, l'écrivaine chérit tendrement son dernier-né. «C'est mon meilleur», annonce-t-elle d'emblée. *Tout là-bas* est un roman court mais savoureux, répandant ses odeurs salines de bord de mer, rythmé par le claquement des drisses des bateaux de pêcheurs et des marées. *Tout là-bas* est une invitation à entrer dans un univers ensorcelant, un microcosme comme Arlette Cousture les aime, troublant et mystérieux sous une apparente tranquillité. Un roman inspiré d'une île oubliée de la Côte-Nord québécoise, Harrington Harbour.



Cette histoire de Harrington Harbour vient d'un coup de cœur qu'a eu la romancière pour cette île incon nue. «Il y a une dizaine d'années, se rappelle Arlette Cousture, je suis descendue sur l'île de Harrington Harbour au cours d'une croisière avec mon mari. Lorsque nous sommes arrivés, il faisait nuit; le spectacle était unique. On n'entendait que le bruit de la mer et celui de nos talons qui claquaient sur le trottoir de bois. C'était onirique. Je me suis dit qu'ici, j'écrirais quelque chose.»

Un merveilleux vase clos convenant parfaitement à l'imaginaire d'Arlette Cousture qui aime les histoires en circuit fermé. Une île dont l'unique rue est un trottoir de bois qui fait le tour et un seul endroit pour loger (ah! cette Manny si généreuse qui chaque soir sur le «quai des veuves» guette son mari disparu depuis 28 ans). «J'aime les petits univers, les univers clos.» Le décor était bien planté pour faire naître les personnages de *Tout là-bas*.

L'univers de Harrington Harbour est replié sur lui-même et ce fameux trottoir de bois est «un peu comme la coquille d'un escargot», explique Arlette Cousture. On y chemine pas à pas, d'un personnage à l'autre. C'est d'abord Luke, le fil conducteur du roman, l'innocent de l'île qui ne termine jamais



Photo PANNETON-VALLCOURT, collaboration spéciale

ses phrases, ce qui est bien inutile puisque là-bas, tout le monde se connaît et se devine. Puis vient sa jumelle Lucy, la postière, qui partage la vie de son frère et qui est le rempart de cette famille éclatée au père absent, Wilbrod et à la mère «flyée», Joséphine.

Miroir fidèle de l'univers d'Arlette Cousture, *Tout là-bas* recèle les thèmes chers à la romancière dont l'un des plus importants, est certes cette relation entre les forts et les faibles. On retrouve dans *Tout là-bas* la finesse de *Ces enfants d'ailleurs* où les forts puisent à même la force des faibles. Les jumeaux Lucy et Luke évoquent sans conteste les liens intenses de la fratrie de *Ces enfants d'ailleurs*, Elisabeth et Jan. Luke, la «tête heureuse» du roman n'est pas sans rappeler Rose, la fille attardée d'Émilie dans *Les Filles de Caleb*, à la fois boulet et

rempart. Arlette Cousture a le don de nous révéler la force cachée des faibles d'esprit qui sont parfois le point d'ancrage des forts. Elle la connaît intimement, cette fatalité, elle qui lutte contre la sclérose en plaques et dont la fille adoptive vit avec un handicap. Poussée à son extrême limite, la générosité alliée à un grand sens des responsabilités donne lieu à des excès inimaginables comme ceux du jeune Winston qui, devant l'incapacité de son père, Jim, s'adjuge la responsabilité de la famille, sacrifiant ainsi enfance et insouciance.

L'histoire se déploie jusqu'à un revirement inattendu qui provoquera des réactions en chaîne.

Voir ARLETTE en F6

GRÂCE À LA FONDATION LES AILES DE LA MODE, COUREZ LA CHANCE DE GAGNER

LA MAISON DE RÊVE LES AILES DE LA MODE

située dans le projet «Domaines de la Rive-Sud» dans l'arrondissement Brossard à Longueuil. Visites à compter du 1^{er} juin 2003.

Au total, 16 prix à gagner!



Incluant un Touareg, nouveau véhicule utilitaire sport et une New Beetle décapotable, gracieuseté de



Tirage au profit des enfants handicapés et/ou défavorisés. La personne gagnante reçoit la Maison de Rêve, totalement meublée et décorée avec en prime, aucune taxe, ni frais de chauffage, d'électricité, de téléphone, de satellite et Internet pendant 5 ans.

Procurez-vous des billets de tirage dans les boutiques du Groupe San Francisco, chez Les Ailes de la Mode, auprès des partenaires et des organismes vendeurs ainsi que sur notre site Internet www.maisondereve.com

Premier tirage le 23 avril 2003!

Le tirage de la Maison de Rêve, d'une valeur de 1 million \$, se tiendra le 13 octobre 2003 sur les ondes de TQS



| HISTOIRE |

L'Église du XIX^e siècle allergique à la démocratie

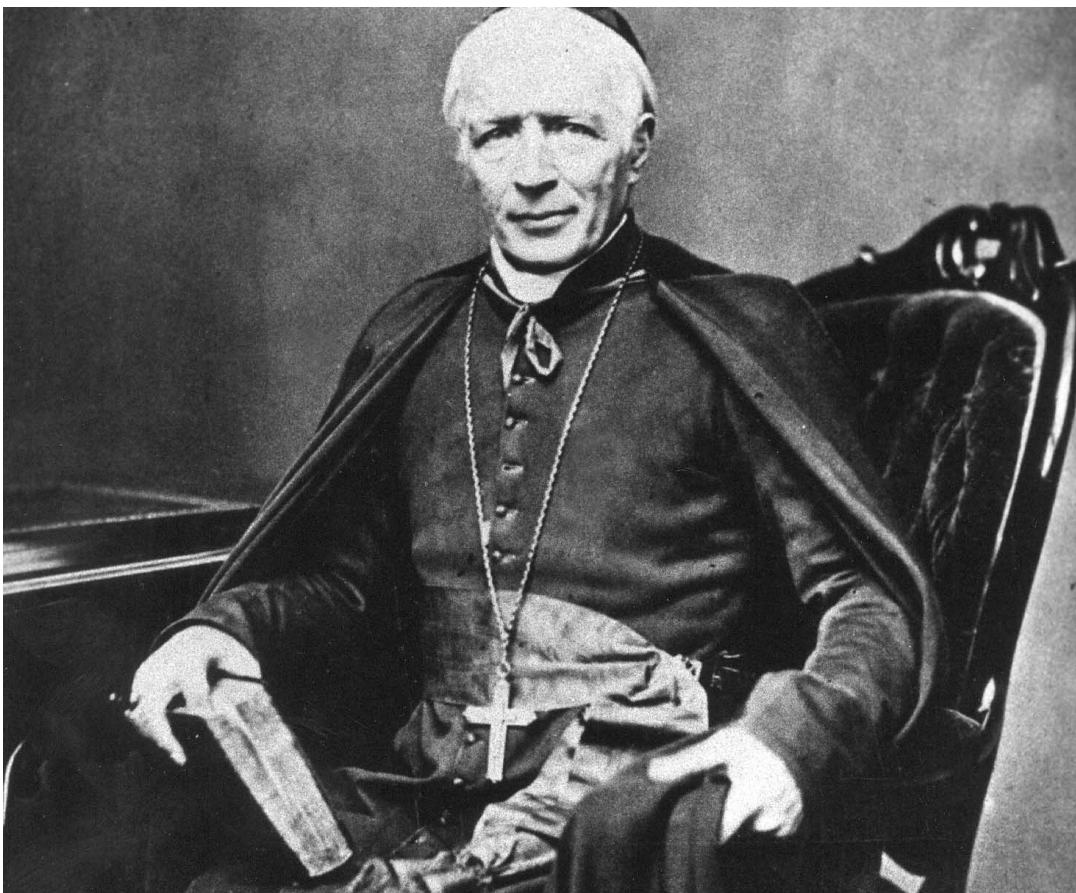
RÉGINALD MARTEL
regimartel@videotron.ca

C'est l'histoire d'un prêtre qui abandonne son métier pour épouser la femme qu'il aime. Le film était évidemment interdit au commun des pécheurs, mais des notables avaient eu droit à une projection confidentielle, à minuit, dans un cinéma de Québec. Mes parents en étaient. Avant la projection, un prêtre délégué par l'archevêché avait expliqué aux spectateurs ce qu'ils allaient voir et comment ils devaient le voir. Vous ne me croyez pas ? Vous ignorez donc qu'un ancien évêque de Montréal, M^{sr} Bourget, saint homme s'il en fut, a donné à l'Église canadienne-française beaucoup d'héritiers. Si ceux-ci en menaient large encore dans les années cinquante du dernier siècle, imaginez ce qu'il en était au XIX^e siècle !

Adrien Thério, qui fut professeur, éditeur et romancier, est aussi spécialiste de l'histoire religieuse de notre pays. Son plus récent ouvrage est une présentation annotée du *Discours sur la tolérance*, de Louis-Antoine Dessaulles, et du *Mémoire* de l'évêque Bourget aux autorités religieuses de Rome. Dessaulles, directeur du journal *Le Pays*, était un membre éminent de l'Institut canadien, société fondée en 1844 qui réunissait avocats, professeurs, journalistes et intellectuels en général pour discuter librement de politique, de littérature, de sciences ou d'histoire. « Notre but, écrivait Dessaulles, est le progrès, notre moyen est le travail, notre lien est la tolérance. » Les membres avaient accès à une bibliothèque, importante pour l'époque, et à quelques dizaines de journaux d'ici et d'ailleurs. La majorité de ces hommes était catholique, mais l'Institut canadien voulait accueillir volontiers les protestants, les mahométans ou les juifs.

M^{sr} Bourget, champion de l'ultramontanisme, ne prisait guère l'Institut canadien. Il ne pouvait pas accepter la séparation de l'Église et de l'État, fondement même de la pensée libérale. Le second devait être soumis à la première. On peut sourire aujourd'hui d'une telle arrogance, encore qu'il soit tout à fait actuel de fonder son action, guerrière parfois, sur une inspiration venue d'un Dieu qui n'en peut mais. Les membres de l'Institut, dira-t-on sans doute aujourd'hui, n'avaient qu'à passer outre aux exigences du prélat. Facile à dire, si on oublie que la plupart de ces intellectuels, tout défenseurs de la Raison qu'ils fussent, étaient des catholiques pratiquants. Ils croyaient donc à l'enfer et le refus de l'Église d'absoudre leurs péchés risquait, s'ils avaient le malheur de ne pas se repentir en temps opportun, de les envoyer dreitre chez le diable.

L'Institut canadien avait en son sein de valeureux défenseurs, Dessaulles était un des plus éloquentes. Son *Discours sur la tolérance* est cela même : une défense de la tolérance contre les assauts de l'Église canadienne-française en général et de ses organes de presse en particulier, dont *Le Nouveau Monde*. Ce long discours un peu redondant, largement inspiré de l'Évangile, est rédigé en termes élégants et modérés, ce qui n'interdit pas les flèches empoisonnées : « ... la réaction rit au mot fraternité, elle qui n'a jamais fait autre chose que haïr et persécuter ; (...) elle qui a su inventer vingt mensonges et falsifier l'histoire pour justifier les bûchers aux yeux des



M^{sr} Bourget, champion de l'ultramontanisme, ne prisait guère l'Institut canadien. Il ne pouvait pas accepter la séparation de l'Église et de l'État, fondement même de la pensée libérale.

ignorants ». Publié dans *l'Annuaire de l'Institut canadien pour 1868*, le plaidoyer de Dessaulles fut, écrit M. Thério, « le premier texte canadien mis à l'index par la Sacrée Congrégation de l'Index de l'Église catholique romaine ». L'Index était un répertoire des livres dont la lecture était interdite aux catholiques. La plupart des grands écrivains français avaient l'honneur d'y figurer.

L'humeur de Dessaulles est compréhensible. En 1858, Bourget a condamné l'Institut canadien sans entendre sa défense. Il faut donc faire appel à Rome. Entre-temps, la hargne de l'évêque et la terreur qu'il inspire auront poussé un grand nombre de membres à démissionner. Bourget n'allait pas manquer de saluer leur courage. L'Institut canadien ne meurt pas, mais presque. M. Thério fait le récit détaillé des événements. Il fait remarquer que si *L'Annuaire* a été mis à l'index, l'Institut canadien n'a pas été condamné par le Saint-Office, mais « plutôt déconseillé, surtout aux jeunes gens qui le fréquentaient ». Bourget laisse entendre tout le contraire ! L'évêque avait d'autres motifs d'inquiétude, croit M. Thério. L'Institut canadien avait créé une faculté de droit, affiliée à l'université Victoria de Cobourg. Voici le commentaire de l'historien : « Les intellectuels de l'Institut (...) étaient en train (...) de fonder cette université que Rome refusait d'accorder à l'évêque de Montréal. » Et le point de vue de Bourget : « Nous frémissions à l'idée de voir tous les jeunes et vigoureux talents nous échapper pour se ranger sous le drapeau de la démocratie. »

Le *Mémoire* est presque comique, par exemple quand Bourget y dénonce l'Institut, qui défend « cette thèse impie » selon la-

quelle la tolérance vaut mieux que l'intolérance, de chercher « à faire croire aux bûchers de l'Inquisition ». Le journalisme étant (parfois) un véhicule de tolérance, Bourget le fustige en conséquence : « Le journalisme est une plaie hideuse qui ronge le genre humain et désolent toutes les sociétés du monde. » Le pape Grégoire XVI n'était pas en désaccord, lui qui dénonçait dans une encyclique la liberté de conscience, et avec elle « la liberté de la presse, liberté la plus funeste, liberté exécutable ».

L'histoire de l'Église canadienne est une dimension fondamentale de l'histoire du Canada. M. Thério l'a compris. Il a écrit, à partir des mandements des évêques, *Un siècle de collusion entre le clergé et le gouvernement britannique (1760-1867)*. Dans son travail sur Dessaulles et Bourget — qui aurait bénéficié de notes plus nombreuses —, une petite note de rien du tout rappelle le faible souci démocratique de l'épiscopat d'autrefois : « Quatre évêques québécois sur cinq, ceux de Québec, Rimouski, Trois-Rivières, Saint-Hyacinthe avaient écrit des lettres pastorales, en 1867, pour dire à leurs fidèles qu'ils devaient obéissance au nouveau gouvernement organisé sans aucune consultation populaire. » Sans consultation populaire ? Cela valait certainement mieux, M. Stéphane Dion n'étant pas là encore pour statuer sur la majorité requise et sur la clarté de la question référendaire.

★ ★ ★

DISCOURS SUR LA TOLÉRANCE
Louis-Antoine Dessaulles
Présentation par Adrien Thério
XXY éditeur, 104 pages

| SOUVENIRS |

50 petits secrets

GÉRALD LeBLANC

Sans le savoir, un bon médecin de famille des Laurentides avait découvert le lithium avant qu'il ne devienne le médicament consacré au traitement de la maniaque-dépression.

Perdu dans la brousse africaine, un guérisseur spécialisé dans le traitement des maladies mentales avait recours à la thérapie de groupe et utilisait une potion magique à base de *Rauwolfia vomitoria*, un des premiers tranquillisants utilisés dans la pharmacopée psychiatrique.

C'est le Dr Yves Lamontagne qui nous livre ces « petits secrets » amassés au fil de sa riche carrière de clinicien, en pratique générale et surtout en psychiatrie, dans son quartier de Rosemont et dans les hôpitaux psychiatriques, même en Angleterre, où il a terminé ses études, et au Biafra, où il a travaillé durant la terrible crise des années 70.

Le président du Collège des médecins nous offre une collection d'une cinquantaine d'anecdotes glanées au fil d'une vie consacrée au soin des malades. Le tout présenté dans de courts récits, plaisants à lire et enrichissants pour la compréhension du traitement de nombreuses maladies.

Excellent pédagogue et bon conteur, le Dr Lamontagne nous entraîne dans un univers en voie de disparition. « On se demande si les nouveaux médecins ne sont pas parfois des supertecniciens au lieu d'être d'abord et avant tout des guérisseurs », écrit-il justement en introduction de son recueil de confidences.

Le malaise actuel de notre système de santé vient sans doute de la difficulté, financière et professionnelle, de satisfaire à la demande, mais peut-être aussi du souvenir de l'époque où les soins relevaient plus de l'art du guérisseur que de la science des machines et des produits de la pharmacologie.

Un peu paternaliste comme l'ancien bon médecin de famille, le Dr Lamontagne ajoute à ce charme vieillot de ses souvenirs, en clôturant chaque chapitre, court comme une petite chronique de journal, par une savoureuse citation.

« Je préfère voir un homme rougir que le voir pâlir », écrivait Caton le Censeur, qui illustre l'anecdote sur la peur de rougir en public, l'éreutrophobie si l'on veut faire savant.

« Pour faire un bon mariage, il faut que le mari soit sourd et la femme aveugle », disait Richard Taverner, appelé à illustrer l'anecdote sur la thérapie de groupe.

★ ★ ★ 1/2

CONFIDENCES D'UN MÉDECIN
Dr Yves Lamontagne
Québec Amérique
Montréal 2003, 169 pages

| ARLETTE |

Suite de la page F5

L'intrigue évolue et Arlette Cousture, qui sait ménager ses effets, et malgré les indices qu'elle a semés le long du trottoir de bois, surprend son lecteur dans le dénouement.

Avec l'écriture de la suite des *Filles de Caleb*, « où il faut retrouver cette espèce de mélodie qu'est le langage de la saga », Arlette Cousture a entrepris un véritable marathon. *Tout là-bas* a été une soupe rafraîchissante, affirme la romancière. « Quel plaisir j'ai eu à écrire ça ! Je l'ai fait en secret et même mes soeurs (ses lectrices privilégiées) n'en savaient rien », s'exclame Arlette Cousture, qui avoue son goût pour les mystères. « Je suis retournée faire des recherches à Harrington Harbour l'été dernier. À mon retour, j'ai écrit le roman rapidement, entre octobre et décembre. » Le travail de « finition » l'a ravie. Il fallait ciseler le récit, épurer l'écriture pour obtenir l'effet recherché, mettre en place un narrateur quasi absent qui laisse toute la place aux personnages « un peu comme un comédien qui en interprète plusieurs ». Ainsi entend-on la voix de Lucy, puis celle de Manny, puis celles de Clara, la belle Américainne et de son mari Jim, d'Alex l'étranger, d'Emil l'homme qui sait tout faire, et l'une après l'autre, celle de tous les habitants de l'île.

Tout là-bas fut un tel plaisir d'écriture qu'Arlette Cousture a même retardé la sortie du troisième tome des *Filles de Caleb*. Et ces *Filles 3*, alors ? Peut-on en savoir un peu plus long ? La romancière laisse échapper quelques bribes. « Ce sera l'histoire d'Élise et de Micheline, les filles de Blanche. Elles font partie de ce que j'appelle la dernière grande vague des couventines, élevées dans le respect des valeurs traditionnelles qui ont fait les frises de la révolution des moeurs par la suite. Celles qui se sont retrouvées divorcées, sans métier et qui sans cesse essaient de se réintégrer. » Gageons que la troisième génération des *Filles de Caleb* ne se laissera pas abattre par l'adversité...

Publié au Québec chez Libre Expression, *Tout là-bas* sortira en France début juin, chez Albin Michel. Avec sa jaquette joliment illustrée par un paysage du peintre Gilles Archambault, le tout nouveau Arlette Cousture se présente comme un cadeau que la romancière offre à ses lecteurs pour l'été.

TOUT LÀ-BAS
Arlette Cousture
Libre Expression, 157 pages

| MINGARELLI |

Suite de la page F5



vain. Il n'y a pas de critiques dans les journaux, pas de lecteurs adultes car, faute de connaître, ils considèrent la littérature jeunesse comme une sous-littérature. Ce sont, finalement, deux métiers différents. » Pas au plan du travail mais de réception et, du coup, de répercussions. « Cela fait trois ans que je publie pour adultes et cela fait trois ans que je peux vivre de mon écriture », constate-t-il.

Bien sûr, il en est heureux. Même si cette voie n'est pas, pour lui, la plus facile. « Quand j'écris, parfois, je me demande où est le plaisir. Mais posez la question à un type qui fait de la montagne. Il va cracher ses poumons pendant trois jours pour arriver un sommet. Son plaisir, c'est le sommet. Écrire, pour moi, c'est cela. Mon but. Ma raison de vivre. Chaque année, comme ça, j'ai une nouvelle raison de vivre. » Et ses lecteurs, un nouveau roman.

Hommes sans mère

Le prochain s'intitulera *Hommes sans mère*. Un autre texte sans héroïne. Une constante chez le romancier. Mais, à ses

En couchant sur le papier les riens d'un quotidien fait de restrictions et de sacrifices, mais aussi de drôleries et de rêves, il permet à ses compagnons de toucher à une part d'éternité. D'encre leur passage dans l'histoire. Peut-être.

« Il est la note d'espoir des quatre soldats : grâce à ce qu'il écrit, ils se disent qu'un jour, on pourra parler d'eux. Ce qu'ils ont fait et été, alors, n'aura pas été vain. Cela les aide à survivre. Parce que la solitude multiplie la douleur et le malheur. » Quelques mots lourds de sous-texte, que ces derniers. Hubert Mingarelli est discret quant à sa vie privée mais on sent à quel point il sait les effets de la solitude. Elle a déjà été sa compagne, même parmi les hommes. Sa bouée de sauvetage a été l'écriture. Avant, il y avait eu le dessin, la peinture, la musique. « À 10 ans, raconte-t-il, je me suis aperçu que je pouvais survivre si je dessinais. Ça me rendait heureux, ça me permettait d'affronter la réalité. Toute ma vie, j'ai cherché à créer des choses qui viennent de moi. Et un jour, j'ai eu le dos au mur. J'avais intérêt à réussir quelque chose ou j'étais foutu. Cela a donné *Le Bruit du vent*. » Son premier roman, publié en 1991 chez Gallimard Jeunesse.

L'étiquette, celle d'écrivain jeunesse, lui a collé à l'oeuvre pour ses quatre livres suivants — dont *La Lumière volée* et *Le Jour de la cavalerie* (qui vient de sortir en Point) — même quand il est passé au Seuil. Ses textes ne s'adressaient pourtant pas aux jeunes en particulier mais mettaient en scène, toujours, un adolescent. « Parce que nous sommes cela, nous sommes ce que nous avons été enfant. C'est une période fondatrice, celle où l'on cherche, on apprend et on tente de comprendre. »

Les jeunes et les adultes

Passé dans la collection adulte du Seuil quand l'éditeur Bertrand Visage a eu le manuscrit d'*Une rivière verte et silencieuse* entre les mains... et qu'il a jugé que le texte n'avait pas sa place en Seuil Jeunesse mais en Seuil tout court, Hubert Mingarelli a vu son statut changer — sans, toutefois, changer un iota dans son style. « Quand on publie en jeunesse, on n'est pas considéré comme un écri-

yeux, « les femmes sont toujours mes personnages principaux — soit par leur absence, soit parce qu'on rêve à elle, soit parce qu'on les espère. Mes livres existent car mes personnages sont, justement, sans femme ni mère. » Dans *Quatre soldats*, par exemple, il y a la photo d'une femme, dans une montre à gousset. Chacun à leur tour, les hommes dorment avec. Ils ignorent qui elle est, mais la douceur qu'ils lui imaginent suffit à les réchauffer. « Cette photo, c'est la part d'espoir de chacun de ces hommes. C'est un bonheur à venir. Un bonheur rêvé, toujours plus beau que le bonheur atteint. Et pour moi, le bonheur est dans la femme, la mère, la part féminine de l'humanité. »

Il n'en dit pas beaucoup plus sur *Quatre soldats*. Il est ailleurs. Pleinement ailleurs. En compagnie des personnages de son prochain livre. Il le faut : les hommes que crée Hubert Mingarelli sont d'une justesse formidable. Pas de figurants, dans ces rangs-là, mais des personnages complexes qui se révèlent par leurs faits et gestes plus que par leurs mots. C'est pour cela qu'il lui a fallu 10 ans avant de, vraiment, pouvoir s'atteler à cette idée qui allait devenir *Quatre soldats* : « C'est vachement difficile de faire vivre cinq gens, sans jamais en oublier un. Je ne voulais pas qu'ils fassent de la figuration. Je les voulais entiers, tous. J'ai mis tout ce que je pouvais en eux. Tout mon coeur. Tout ce que j'avais à ce moment-là. »

En émergent, toujours, des personnages riches et d'autant plus universels qu'autour d'eux règne le flou : chez Hubert Mingarelli, on est hors époque, hors lieu, hors temps. Volontairement. « J'essaie de raconter des histoires qui ne sont pas celles d'une race ou d'un pays. J'ai envie de raconter les hommes, et je pense qu'ils sont toujours les mêmes. Donc, moins je situe mes histoires, plus elles tendent à être un peu universelles. » Un peu ? Non, là, il se trompe. Elles le sont beaucoup.

★ ★ ★ ★ 1/2

QUATRE SOLDATS
Hubert Mingarelli
Seuil, 201 pages

| ESSAI |

Patricia Cornwell et Jack l'Éventreur : anatomie d'une obsession

NORBERT SPEHNER
collaboration spéciale
nspohner@globetrotter.net

Depuis plusieurs années, je m'intéresse aux crimes commis par Jack l'Éventreur. À l'automne de 1888, le tueur de Whitechapel a sauvagement assassiné cinq prostituées (peut-être plus) avant de disparaître à tout jamais dans les brumes de Londres, emportant avec lui le secret de son identité. Bon an, mal an, il se publie au moins un ou deux livres sur cette affaire. Leurs auteurs sont tous persuadés d'avoir découvert qui était le mystérieux *serial killer*. Le nombre des suspects dépasse la centaine. Parmi eux, des célébrités : Lewis Carroll, Lord Randolph Churchill (le père de Winston), le duc de Clarence, petit-fils de la reine Victoria, Sir William Gull, le médecin de la reine, sans oublier la très ésotérique M^{me} Blavatsky et des dizaines d'autres, du menu fretin de diverses classes sociales et nationalités.

C'est donc avec une curiosité toute légitime, teintée d'un certain scepticisme, que j'ai parcouru *Jack l'Éventreur : affaire classée. Portrait d'un tueur*, de Patricia Cornwell. La romancière accuse le peintre impressionniste Walter Sickert, un émule de James McNeill Whistler, d'être Jack l'Éventreur. Pour le prouver, elle a mené son enquête en appliquant les méthodes de la médecine légale moderne à ces crimes anciens. C'était prometteur ! Dire que j'ai été déçu relève de l'euphémisme. Mais revenons en arrière...

Genèse d'une obsession

Comme tous les « ripperologues » amateurs qui ont sévi avant elle, Cornwell est persuadée de détenir enfin la vérité. Pourtant, les prémisses mêmes de sa théorie sont extrêmement fragiles. Pourquoi accuser Walter Sickert ? En 2001, la romancière (dont les derniers polars ont été malmenés par la critique) fait un voyage à Londres, en quête d'inspiration. Là, comme saint Paul sur le chemin de Damas, elle a eu une révélation en feuilletant un album des oeuvres du peintre. Impressionnée par la série des tableaux morbides, violents, de la période dite de « Camden Town » (réalisés entre 1905 et 1914), elle en a conclu que ces toiles, inspirées par les meurtres de Whitechapel, étaient un aveu de culpabilité. Elle allait donc prouver au monde entier que cet artiste respecté était en fait le tueur psychopathe le plus célèbre des annales criminelles.

Des soupçons de preuves...

Cornwell a dépensé plus de 6 millions de dollars pour acheter une trentaine de toiles de Sickert, engager divers experts. L'une des toiles a été découpée (au grand dam des admirateurs du peintre et de la presse britannique) pour trouver d'éventuel-



Patricia Cornwell, romancière avant tout.

les traces d'ADN. Ces test d'empreintes génétiques étant l'élément central de son acte d'accusation, qu'a-t-elle découvert au juste ? De son aveu même : rien. Cornwell constate que « l'énigme de l'Éventreur ne peut donc pas être résolue grâce à l'ADN ». Qu'espérait-elle au juste ? Sickert a été incinéré en 1942. Sans les preuves génétiques espérées, que reste-t-il de concluant, d'irréfutable ? Pas grand-chose... Tout au plus réussit-elle à établir un lien (fragile, hypothétique) entre deux lettres ayant appartenu à Sickert et deux lettres attribuées à Jack l'Éventreur. Si ce lien se confirmait, cela prouverait seulement que Sickert, tout comme des centaines d'autres Londoniens, voulait se moquer de la police dont on critiquait ainsi l'incompétence. Ça ne fait pas de lui un tueur.

Plus de 250 lettres signées Jack l'Éventreur ont été envoyées à la police. Tous les experts sont d'accord : elles ont été écrites par des plaisants ou des maniaques. Une seule pourrait avoir été écrite par le tueur. Cornwell baliait tout cela du revers de la main. Elle affirme qu'elles sont authentiques, qu'elles ont été écrites par Sickert. Que ces lettres aient des écritures différentes, que certaines aient été postées le même jour, dans des villes différentes, n'ébranle en rien sa certitude. Elle

persiste, signe, propose des explications extravagantes.

Des arguments à la limite du pathétique

Pas besoin d'être un spécialiste de Jack l'Éventreur pour comprendre que la théorie de Cornwell n'est finalement qu'un ramassis de spéculations, d'hypothèses non fondées, voire de fabulations soigneusement enrobées dans un langage technique qui peut faire illusion, le tout mâtiné de considérations psycho-pop plus agaçantes que convaincantes. Des passages entiers de son livre sont écrits au conditionnel. Les chapitres 6 et 14 notamment sont des chefs-d'œuvre de *fiction*. Les suppositions y deviennent des certitudes par un curieux glissement sémantique jamais explicité. Cornwell est obsédée par son sujet : Sickert est un monstre, il est coupable, il doit l'être ! Elle va donc accumuler les « preuves », quitte à les manipuler, à en inventer, à omettre celles qui contredisent sa thèse. Un exemple, parmi des dizaines...

Le lendemain d'un meurtre, un policier découvre un couteau « du genre de celui que pourraient utiliser un boulanger ou un chef cuisinier. Sickert était un excellent cuisinier... » L'argument est puéril. De plus, il est contredit par deux affirmations antérieures de l'auteure, à savoir qu'on n'a jamais découvert d'arme du crime et que Sickert n'a jamais laissé d'indice ! Autre incongruité (je pourrais multiplier les exemples) : dans ses tableaux, Sickert aurait reproduit fidèlement des détails vus sur les lieux du crime. Pourtant, elle affirme à plusieurs reprises qu'il faisait trop sombre pour que l'assassin puisse voir quoi que ce soit. Elle voudrait donc nous faire croire que 20 ans après les crimes, Sickert reproduit exactement des détails qu'il n'a pas pu voir ! Et ainsi de suite, ad nauseam... C'est exaspérant. Elle n'arrive même pas à prouver que Sickert était à Londres au moment des meurtres. Des lettres de sa mère, de sa femme, Ellen, de son ami Jacques-Émile Blanche indiquent que le peintre était en vacances dans la région de Dieppe. Présentées par Michael Sturgis, le biographe de Sickert, ces « preuves » plutôt gênantes, ont été laissées de côté par la romancière.

Vu la renommée de Patricia Cornwell, je n'ai aucun doute sur le succès commercial de cette entreprise. Par contre, cet ouvrage curieux, où la passion, les émotions l'emportent sur la raison, ne satisfera pas les scientifiques, encore moins les historiens.

Cornwell aurait dû faire preuve de prudence, de modestie, mettre un point d'interrogation au titre de son livre. Non, l'affaire de l'Éventreur n'est pas classée, encore moins résolue, comme elle le prétend. Elle n'a pas réussi à révéler, hors de tout doute, la véritable identité du mystérieux tueur de Whitechapel. Par contre, au cours de cette laborieuse démonstration, elle nous a montré de manière éloquent sa propre arrogance.

★★

JACK L'ÉVENTREUR : AFFAIRE CLASSÉE. PORTRAIT D'UN TUEUR
Patricia Cornwell
Éditions des Deux Terres
Paris, 458 pages

| LITTÉRATURE FRANÇAISE |

Un faux polar : un roman étonnant, troublant et inclassable



JACQUES FOLCH-RIBAS
collaboration spéciale

Ce n'est pas ce que l'on appelle un polar classique, et pourtant, un flic y cherche un coupable. C'est plus compliqué que cela. Et d'ailleurs, ce n'est pas dans la série noire de Gallimard. Pas fou, l'éditeur, il s'est bien rendu compte qu'il s'agissait d'un exercice de recherche psychologique, à propos d'une recherche de criminel.

Cela commence ainsi : on trouve le corps d'une femme, noyé, devant l'étrave d'une péniche. Il s'agit de Mathilde Klein, la femme de Simon Klein, le psychanalyste. S'est-elle suicidée, ou a-t-elle été poussée à l'eau ?

Le policier s'appelle Baptiste Dridi, il est d'origine algérienne et il cherche de tous côtés à éclaircir cette histoire.

D'abord, rencontrer Simon Klein. Froid comme la tombe, par-

faitement odieux, sûr de lui, il prétend que sa femme s'est évidemment suicidée. Puis, rencontrer la famille de Mathilde Klein, sa soeur, ses amis ; ils sont tous du même avis : elle s'est suicidée. Même le fils Klein, Romain, un peu coincé, qui ne nous apportera rien, estime possible le suicide de sa mère, tout comme le meurtre.

Le flic doute. Il est là pour cela.

La routine policière, en somme.

Seulement voilà. Ces gens-là, tous, ont affaire à leur mémoire et à leur inconscient — comme tout le monde, et comme les patients du bon docteur Klein. Nous quittons le domaine soi-disant objectif d'une enquête policière, genre extrêmement connu et même un peu écoulé, genre Sherlock Holmes ou Hercule Poirot, pour plonger dans ce que l'on pourrait appeler le polar psy. C'est aussi passionnant que possible.

Qui donc n'a pas un problème logé dans son inconscient, ou son conscient, ou les deux ? Baptiste Dridi, par exemple, est obsédé par le suicide de sa mère. Pas sûr que ce soit un suicide. Elle a peut-être été assassinée ? Cela rappelle Madame Klein. Et puis, quelle drôle

de mère, qui s'enfuit un jour avec un vague fonctionnaire d'ambassade, et eût une fille en Inde (donc, une demi-soeur de Baptiste, qu'est-elle devenue ?). Tout cela vient se superposer à cette enquête, ainsi que le souvenir d'une certaine Catherine...

Il y a aussi Caroline. C'est la psy des flics. Il paraît qu'ils ont cet article, aujourd'hui, dans leurs commissariats. Caroline est mal à l'aise. Il faut peser une à une les déclarations du suspect afin de renseigner les collègues policiers. Mais le suspect est un psy. Où commence la manipulation du suspect, le suspect est-il capable de manipuler le flic ?

La situation étant ainsi bien embrouillée, voilà tout à coup que le rigide docteur Simon Klein prend la parole. Disons la plume. Il raconte, il nous raconte à nous, lecteurs, dans une sorte de journal intime ou de confession, comment il a fourbi un plan compliqué pour tuer sa femme... Là, c'est Colombo. On sait qui a tué, dès le début, il n'y a plus de suspense à l'assassin. Pensez-vous. Ce serait trop simple. Le plan de Simon Klein n'est peut-être qu'une velléité, il n'a peut-être vécu que dans l'esprit retors du docteur ?

Et le roman est entrelardé de séances d'analyse avec quelques-uns des patients. Subtils parallèles entre les différents « désirs de mort » de tout un chacun :

« Mes patients souffrent de ne pas aimer, travailler ou vivre tout simplement comme ils le voudraient, parce qu'on a tué ou tenté de tuer quelque chose en eux, les enfants qu'ils étaient, l'image d'eux-mêmes, leur confiance dans l'avenir. Il faut retrouver de quel meurtre il s'agit, pourquoi il a été commis, par qui et les aider à être vivants malgré cela. »

Comme tout un chacun, en somme.

Voilà un roman que l'on aborde avec intérêt, parce qu'il s'agit tout de suite d'un mystère policier, et que l'on ne peut plus refermer ensuite. Tout se complique, certes, mais de façon subtile et plaisante, jusqu'au dénouement final qui est double : que deviendra le docteur Simon Klein, et que deviendra l'inspecteur Baptiste Dridi ?

★★★

DE CHAPE ET DE PLOMB
Dominique Sigaud
Gallimard, Paris, 247 pages

| ESSAI |

Bons ou méchants, les Black Blocs ?



ALEXANDRE SIROIS

À l'automne 1999, en marge d'un important sommet de l'Organisation mondiale du commerce (OMC) à Seattle, des jeunes masqués et vêtus de noir ont fracassé les vitrines de banques et de commerces identifiés à des multinationales. Ces militants, se réclamant des Black Blocs, n'étaient pas des vandales, soutient Francis Dupuis-Déri. Encore moins des « jeunes irrationnels entraînés par l'idée de tout casser ».

Les Black Blocs, qui ont acquis leurs lettres de noblesse dans la controverse à Seattle alors qu'on assistait en quelque sorte à la naissance du mouvement antimondialisation, se sont depuis manifestés plusieurs fois. Ils ont notamment affronté les policiers à Québec en avril 2001 au cours du Sommet des Amériques. Le scénario s'est répété à Gènes (en Italie) quelques mois plus tard, là où un manifestant a été abattu par un policier.

Une violence utile...

Dans un texte (trop) bref d'une soixantaine de pages, Francis Dupuis-Déri décrit l'origine, le fonctionnement et les motivations des militants qui utilisent cette tactique critiquée. Ce faisant, il condamne leurs détracteurs et soutient que la violence des jeunes militants peut être légitime et utile sur le plan politique.

À l'aide d'extraits de documents publiés sur Internet par des adeptes de la tactique ainsi que de quelques entrevues avec des militants ayant participé à des Black Blocs au Québec, il se porte à leur défense. Leur recours à la force, estime-t-il, s'inscrit dans une réflexion politique « qui s'inspire d'expériences passées où des actions non violentes » se sont révélées insuffisantes ou inefficaces.

Francis Dupuis-Déri, dans son analyse, campe sur ses positions. Il a néanmoins pris soin d'ajouter à la suite de son essai, en plus d'une demi-douzaine de communiqués rédigés par des participants aux Black Blocs (l'intérêt de certains est nettement plus marginal), le texte d'un militant américain de gauche renommé, Michael Albert.

Erreur de jugement

Selon ce militant, si la destruction de la propriété est appropriée en temps et lieu, notamment quand elle suscite l'adhésion de la majorité et augmente la portée d'une manifestation, le vandalisme des Black Blocs à Seattle a été « une grave erreur de jugement ». Michael Albert juge que la minorité de manifestants qui ont eu recours à la violence ont agi de façon antidémocratique. Le reproche sera repris fréquemment par les tenants du discours antimondialisation, qui estiment que les Black Blocs jettent le discrédit sur l'ensemble du mouvement.

Les antimondialistes préfèrent aujourd'hui se décrire comme des altermondialistes. Ils veulent se défaire d'une appellation jugée négative qui ne correspond pas à ce qu'ils préconisent. Malgré le plaidoyer de Francis Dupuis-Déri — qui a le mérite de déboulonner certains mythes même si on l'aurait souhaité moins concis — tout porte à croire que les Black Blocs seront à l'avenir plus isolés et dénoncés que jamais, même par ceux qui partagent leur désir de changement.

★★★

LES BLACK BLOCS, QUAND LA LIBERTÉ ET L'ÉGALITÉ SE MANIFESTENT
Francis Dupuis-Déri
Lux Éditeur, 209 pages

FESTIVAL INTERNATIONAL JAZZ DE MONTRÉAL Hiver 2003

UTE LEMPER

Nouvel album : Kurt Weill, Astor Piazzolla et Jacques Brel

présentent

Théâtre Maison neuve, Place des Arts
Dimanche 27 avril, 20 h

33,50 \$ - 43,50 \$ (taxe et frais de service en sus)

RABAIS POUR LES DÉTENTEURS DE LA CARTE MASTERCARD BANQUE NATIONALE

Profitez d'un rabais de 2 \$ par billet lorsque vous utilisez votre carte MasterCard Banque Nationale pour régler vos achats de billets du Jazz à l'année.*

*Certaines restrictions s'appliquent.

La Presse

BILLETTS : (514) 790-1245, AUX COMPTOIRS ADMISSION, AU SPECTRUM WWW.ADMISSION.COM WWW.SPECTRUMDEMONTRÉAL.CA

RENSEIGNEMENTS : (514) 871-1881 • 1 888 515-0515 WWW.MONTREALJAZZFEST.COM

Macintosh et Internet, un ABC

MARIE-ANDRÉE AMIOT

ÉTONNANTS les ouvrages de la collection maranGraphics. Destinés aux débutants en informatique, les livres (poche et grand format) mettent en vedette l'image plutôt que les explications soporifiques.

De type guide touristique Hachette ou Voir, les explications, réduites au minimum, proposent des modes d'emploi clairs. Les illustrations sont identiques aux images projetées à l'écran. Pour le débutant plein d'apprentissage ou celui qui n'a pas encore saisi toutes les facettes d'un logiciel (et qui trouve l'instrument en général barbare et capricieux), les guides permettent de s'y retrouver. Les ouvrages de maranGraphics font le pont entre l'apprentissage classique et celui qui se fait à l'ordinateur : pointez, cliquez et apprenez. Maran est le nom de famille de ce clan qui conçoit depuis 20 ans des ouvrages abondamment illustrés. Il y a Richard, le fondateur, Ruth, Judy, Rob, Sherry, Jill et Maxine qui s'occupent du texte, des publications, des commandes, etc. La tribu ontarienne, dont la photo est affichée au début de chaque livre, ressemble davantage à un groupe de choristes de Salt Lake City qu'à une dynastie d'entrepreneurs. Elle ne projette peut-être pas l'image d'une équipe branchée mais les livres qu'elle propose sont conviviaux pour les apprentis *pitomieux*. Seule suggestion : pourquoi ne pas retenir les pages au moyen d'une spirale ? Les livres reposeraient tellement mieux à côté de la tasse de café.

Éditions First Interactive, de maranGraphics.

Palmarès Renaud-Bray			
Le baromètre du livre au Québec			
du 2 au 8 avril 2003			
1	Actualité	LA GUERRE DES BUSH ▼	É. LAURENT Plon
2	Roman	SEPT JOURS POUR UNE ÉTERNITÉ	M. LÉVY Robert Laffont
3	Essais	MIKE CONTRE-ATTAQUE ! ♥	M. MOORE Boreál
4	Roman	SANS SANG	A. BARICCO Albin Michel
5	Psychologie	QUI A PIQUÉ MON FROMAGE ? ♥	J. SPENCER Michel Lafont
6	Actualité	APRÈS L'EMPIRE ♥	E. TODD Gallimard
7	Roman Qc	UN MATIN TU TE RÉVEILLES... T'ES VIEUX !	M. FRÉCHETTE Vents d'Ouest
8	Polar	L'HÉRITAGE	J. GRISHAM Robert Laffont
9	Spiritualité	LE POUVOIR DU MOMENT PRÉSENT ♥	E. TOLLE Ariane
10	Spiritualité	DIEU ? ♥	A. JACQUARD Stock
11	Loisirs Qc	LES MOROUS N° 1 ♥	M. HANNEQUART Rudel Medias
12	Spiritualité	JE VOUS DONNE SIGNE DE VIE	M. CARON Marjolaine
13	Psycho. Qc	DEMANDEZ ET VOUS RECEVREZ	P. MORENCY Transcontinental
14	Essais	VERS L'ÉQUILIBRE	J. SAUL Payot
15	Roman Qc	TOUT LÀ-BAS	A. COUSTURE Libre Expression
16	Psychologie	CESSEZ D'ÊTRE GENTIL, SOYEZ VRAI ! ♥	T. D'ANSEMBOURG L'Homme
17	Biographie	BRÛLÉE VIVE	SOJAD Oh éd.
18	Roman Qc	LA MAISON DES REGRETS	D. MONETTE Logiques
19	Jeunesse	QUATRE FILLES ET UN JEAN ♥	A. BRASHARES Gallimard
20	Polar	L'EMPIRE DES LOUPS	J.-C. GRANGÉ Albin Michel
21	Biograph. Qc	SALE JOB : UN EX-MOTARD PARLE	P. PARADIS L'Homme
22	Cuisine	CUISINE VÉGÉTARIENNE ♥	COLLECTIF Marabout
23	Roman	IMPRIMATUR ♥	MONALDI / SORTI JC Lattès
24	Actualité	LA QUESTION IRAKIENNE ♥	P.-J. LUZARD Fayard
25	Essais	LES NOUVEAUX MAÎTRES DU MONDE ♥	J. ZIEGLER Fayard
26	Roman	BAYOU	N. ROBERTS Belfond
27	B.D.	GARFIELD, t. 36 - Tout schuss	J. DAVIS Dargaud
28	Roman Qc	J'AI VOLÉ AVEC LE BARON ROUGE	C. LAROSE Vents d'Ouest
29	Roman Qc	LIFE OF PI ♥ - Booker Prize 2002	Y. MARTEL Vintage Canada
30	Horreur	TOUT EST FATAL	S. KING Albin Michel
31	Jeunesse Qc	CHANSONS DOUCES, CHANSONS TENDRES (Livre & DC)	H. MAJOR Fides
32	Roman	TOUT CE QUE J'AIMAIS ♥	S. HUSTVEDT Leméac
33	Roman Qc	CATALINA ♥	G. GOUGEON Libre Expression
34	Récit Qc	LE JEU DE L'OIE ♥	S. DESROSIERS la courte échelle
35	Essais Qc	LES DEUX CHANOINES ♥	G. BOUCHARD Boreál
36	Roman	LA TERRE ET LE CIEL DE JACQUES DORME	A. MAHINE Mercure de France
37	Psychologie	DEUX FILLES LE MERCREDI SOIR	TURENNE / BÉDARD Transcontinental
38	Spiritualité	METTRE EN PRATIQUE LE POUVOIR DU MOMENT PRÉSENT	E. TOLLE Ariane
39	Roman Qc	MEILLEURS CONTES FANTASTIQUES QUÉBÉCOIS	COLLECTIF Fides
40	Psychologie	DE L'ESTIME DE SOI À L'ESTIME DU SOI	J. MONBOURQUETTE Novafis
41	B.D.	CALVIN ET HOBBS, t. 22 - Le monde est magique ! ♥	B. WATTERSON Hors Collection
42	Roman	L'ANGLE SOLITAIRE	D. STEEL Pr. de la Cité
43	Sport	GUIDE DES MOUVEMENTS DE MUSCULATION ♥	F. DELAVIER Vigot
44	Faune	LES CHATS NOUS PARLENT	DIBRA / RANDOLPH le Jour
45	Santé	ET SI ÇA VENAIT DU VENTRE ?	P. PALLARDY Robert Laffont

Plus de 1000 Coups de Cœur, pour mieux choisir.
24 succursales au Québec
Pour commander : (514) 342-2815
www.renaud-bray.com

Gérard Poirier

Jean Faucher

Jean Faucher



Grâce à la complicité de Jean Faucher, le grand comédien Gérard Poirier se raconte. À travers ces entretiens captivants se dessine une carrière des plus impressionnantes. Théâtre, télévision, cinéma, autant de lieux où son immense talent s'est exprimé.

Sensible et brillant, aussi charmant qu'étonnant, cet homme aux mille talents révèle ici sa vie de création et de passion.

Gérard Poirier
Entretiens

QUÉBEC AMÉRIQUE

31537314

QUÉBEC AMÉRIQUE
www.quebec-amerique.com

KATIA CHAPOUTIER
collaboration spéciale

PARIS — Fille de Gabin, ancienne petite amie de Delon, scripte des plus grands réalisateurs français, Florence Moncorgé-Gabin se raconte dans *Quitte à avoir un père, autant qu'il s'appelle Gabin*. Un livre événement qui s'est déjà vendu en quelques semaines à près de 100 000 exemplaires en France.

L'idée du titre lui est venue à la suite d'un commentaire de Béatrice Dalle. Pourtant, à bien y regarder, ça ne semble pas si simple d'avoir un père qui s'appelle Gabin.

Au fil du livre, on découvre un homme résolument pessimiste, macho tendance misanthrope. Un homme incapable de rester plus de deux ans dans la même maison, trimbalant sa petite famille à droite et à gauche. Par touches, comme un tableau impressionniste, on devine aussi un homme anxieux, attachant et finalement très humain.

Quitte à avoir un père, autant qu'il s'appelle Gabin n'est pas une biographie de l'acteur, ni une autobiographie de sa fille, mais un véritable voyage au cœur du septième art. Au fil des pages, on visite les coulisses de nombreux tournages légendaires, on croise Lino Ventura, Romy Schneider, Michel Piccoli, Claude Lelouch et tant d'autres... Un livre pour tous les amoureux de cinéma. L'auteure nous a récemment accordé une entrevue.

Q Pourquoi ce livre ?

R Un ami de mon mari m'a dit que je devrais écrire mes souvenirs de plateau. Un éditeur m'a proposé de parler aussi de mon enfance et de mon père. J'arrivais à un moment de ma vie où j'avais envie de tourner la page sur certaines choses. Je me sentais prête à parler d'une façon détachée de mon père et de ma mère. J'avais enfin le recul nécessaire, que l'on n'a pas forcément à 30 ans. Pour ce livre, je suis donc partie complètement à l'aventure, sans vraiment penser que je serais éditée. »

Q Vous avez trouvé cela difficile d'écrire ce livre ?

R Pas du tout, je me suis amusée comme une folle. Et en fait, d'après ce que les lecteurs ont dit, j'ai rendu à Gabin sa forme humaine. Ce n'est pas « tout le monde il est beau, tout le monde il est gentil ». J'avais suffisamment de recul pour montrer ses défauts et ses travers, et donc l'humaniser.

Q Comment le livre a-t-il été perçu dans le monde du cinéma ?

R Très bien. Il y a eu une fête, organisée par l'éditeur, Cherche-Midi, où on a invité tous les gens dont on parle dans le livre ; eh bien, ils sont tous venus. Je peux vous dire que les metteurs en scène comme Lautner, Pinoteau, Granier Deferre, dont je parle dans le livre, étaient très touchés. Ceux qui ont connu Robert Enrico, puisqu'il n'est plus là, ont été également très émus. Ils ont très bien reçu le livre parce qu'ils se sont reconnus. Eux ne se seraient peut être pas décrits comme cela car on ne se voit pas. Ils étaient tous contents que de nos relations de travail, il soit resté quelque chose.

Q Qu'avez-vous hérité de votre père ?

R Certainement l'anxiété. Et puis un manque de confiance en moi. Parce que finalement, la plupart des comédiens, à commencer par lui, sont des gens hy-

ENTRETIEN

Un père qui s'appelle Gabin



Florence Moncorgé-Gabin.

per-anxieux qui n'ont pas confiance en eux. Même s'ils arrivent à avoir une place assez assise, ils ont toujours peur du lendemain. Je suis un peu comme cela. En commençant ce livre, je n'avais aucune confiance en moi, j'avais besoin que les éditeurs m'encouragent. Je n'avais jamais fait cela de ma vie et je n'étais pas du tout persuadée que cela pouvait aboutir à quelque chose de bien.

Q Et pourtant...

R Oui, c'est une grosse aventure, d'autant plus que c'est un best-seller. Je ne me rends pas bien compte puisque je n'ai pas l'habitude. Si je tournais un film et que je faisais deux millions d'entrées, je serais contente parce que je saurais ce que cela veut dire. Catherine Lara, qui est une amie, m'a dit que vendre plus de 90 000 livres c'est comme vendre 3 millions d'albums.

Q Vous vous en sortez drôlement bien pour un enfant de star. Quand on regarde les enfants Depardieu par exemple, ce n'est pas simple, ils ont souvent des jeunesses chaotiques et vous, vous semblez saine et équilibrée.

R Déjà, j'avais des parents qui étaient unis. Et puis j'avais un père qui était d'une autre époque, il était né en 1904, on avait presque trois générations d'écart. Il avait la mentalité des gens de cette époque, qui avaient connu les deux guerres. Mon père nous emmenait partout, on était toujours dans notre groupuscule familial. Et puis, il avait une moralité saine et équilibrée. Il n'avait pas eu d'enfance, alors il a voulu nous donner, non pas des choses matérielles, mais des appuis moraux. On a manqué de rien, mais on n'a pas vécu dans une ambiance ostentatoire. Il était taureau, il avait les pieds sur terre. Et puis c'était une sacrée présence, c'était non seulement un grand bonhomme dans le cinéma, mais c'était aussi un grand bonhomme dans la vie, qui loin de nous avoir écrasés, nous a donné une grande stabilité.

Même s'il y avait une instabilité géographique puisqu'on déménageait tout le temps, il y avait un patriarcat, une autorité qui était indéniable. Alors que les enfants Depardieu ont été élevés par un père absent qui faisait les 400 coups, qui les avait eus très jeune.

À part cela, je connais des enfants d'acteurs qui ont eu des parents unis et qui ne sont pas forcément équilibrés. Je ne cite-

rai pas de noms, mais il y a de grandes stars de l'époque qui ont trop donné à leurs enfants.

Nous, il a toujours fallu qu'on apprenne à se débrouiller. Alors du coup, cela forge le caractère. Finalement je suis à égalité avec beaucoup d'amis qui, sans être enfants de star, ont été élevés avec de la rigueur dans une atmosphère plutôt bourgeoise.

Q Vos histoires d'amour font rêver...

R Surtout une (rires). Toutes les femmes m'en parlent. Je pourrais dire, quitte à avoir un amant, autant qu'il s'appelle Delon. Notre histoire fait un petit peu conte de fées, si on la voyait dans un film, on n'y croirait pas. Quand Alain a reçu le livre, il l'a tout de suite lu. Puis il m'a téléphoné, fou de joie. Il m'a dit : « On ne m'a jamais dit une chose aussi gentille. Je ne pouvais pas savoir que j'avais compté autant pour toi ». Comme c'est un homme qui est public et qu'à l'époque où j'écrivais, je ne savais pas qu'il était séparé de Rosalie, je suis restée très pudique. Il a été touché par cette discrétion. Je crois qu'en plus, cela lui a fait du bien, cela l'a réconforté. (Alain Delon vient de se séparer de sa compagne après plus de 15 ans de vie de commune. NDLR) Surtout venant de ma part; il a toujours eu une admiration énorme pour mon père, alors du coup, c'est un peu comme s'il faisait partie de la famille.

Q Au bout du compte, quelles sont les personnes qui ont le plus compté, les rencontres les plus importantes pour vous ?

R On trouve dans mon livre des personnages très éclectiques même s'ils font tous partie du même métier. Francis Huster, cela a été une rencontre formidable, Robert Enrico, Jean-Pierre Melville, Claude Lelouch, même s'il m'a quittée d'une façon brutale, j'ai quand même eu cette chance incroyable de travailler avec lui. Lelouch laissera une trace dans le cinéma, il m'a beaucoup impressionnée. J'ai beaucoup aimé Signoret, Montand aussi pour des raisons différentes.

Q Qu'avez-vous ressenti quand vous avez terminé le livre ?

R Le jour où j'ai eu le livre dans les mains, j'avais l'impression que c'était totalement abstrait. J'ai encore du mal à le réaliser. D'abord, mes parents sont morts donc ils ne l'ont pas lu. Ma famille ne l'a pas lu. Je n'ai que ma fille qu'il l'a lu, mais elle s'en fiche un peu. Mon mari ne l'a pas lu, ni même mon frère. Donc je n'ai personne avec qui en parler. Dans mes proches, personne ne m'a dit que c'était formidable puisqu'ils ne l'ont pas lu.

Q Ce n'est pas trop dur ?

R J'ai l'impression que c'est dans la lignée de ce que j'ai vécu jusque là. Je me suis toujours battue. C'est ce que me disait Pinoteau : « on a l'impression que tu t'es battue toute ta vie pour ta vie, pour des hommes, pour être scripte ». Eh bien là, je me suis battue et je me suis battue toute seule parce que personne n'est là pour me féliciter. Et maintenant, je me bats pour monter mon premier long-métrage et je veux y arriver car cela a toujours été mon rêve.

QUITTE À AVOIR UN PÈRE, AUTANT QU'IL S'APPELLE GABIN, Florence Moncorgé-Gabin, Éditions le Cherche-Midi, 181 pages.



PRATIQUE

Turn, turn, find

MARIE-ANDRÉE AMIOT

SI LES VERBES irréguliers en anglais (dans le genre *do, did, done, go, gone, went*) vous donnent des crises d'urticaire, un petit gadget amusant saura les soulager. Appelé *Roue des langues*, l'outil permet de repérer plus d'une centaine de verbes stockés par ordre alphabétique. Composé de trois roues superposées, il permet de choisir un verbe, en trouver la traduction et toutes les conjugaisons, en anglais britannique ou étasunien. En pointant vers le verbe désiré, un disque rotatoire de 20 cm dévoile les réponses cherchées. Rien de *high tech*, mais efficace et amusant. Et pour le prix (7 \$), la *Roue* est un atout intéressant pour les élèves (ou leurs parents) qui peinent chaque fois qu'ils doivent composer un texte dans la langue shakespearienne.

De Cupro, distribué par RDL Canada, www.rdl.canada.



ANNONCE DES
finalistes pour
2002/2003

Le Prix DONNER

La FONDATION CANADIENNE DONNER est heureuse de dévoiler les titres s'étant qualifiés pour la finale du cinquième annuel prix Donner, récompensant le meilleur livre sur la politique publique canadienne.

- Elizabeth Brubaker – LIQUID ASSETS: PRIVATIZING AND REGULATING CANADA'S WATER UTILITIES (University of Toronto Centre for Public Management)
- Christopher Essex & Ross McKittrick – TAKEN BY STORM: THE TROUBLED SCIENCE, POLICY AND POLITICS OF GLOBAL WARMING (Key Porter Books)
- Michael Hart – A TRADING NATION: CANADIAN TRADE POLICY FROM COLONIALISM TO GLOBALIZATION (UBC Press)
- John F. Helliwell – GLOBALIZATION AND WELL-BEING (UBC Press)
- Mark Jaccard, John Nyboer & Bryn Sadownik – THE COST OF CLIMATE POLICY (UBC Press)
- Michael Jackson – JUSTICE BEHIND THE WALLS: HUMAN RIGHTS IN CANADIAN PRISONS (Douglas & McIntyre)
- Daniel Stoffman – WHO GETS IN: WHAT'S WRONG WITH CANADA'S IMMIGRATION PROGRAM – AND HOW TO FIX IT (Macfarlane Walter & Ross)

Le nom du gagnant du premier prix valant 25 000 \$, ainsi que les noms des deux autres finalistes qui recevront chacun 10 000 \$ seront annoncés à l'occasion d'une cérémonie officielle le 8 mai, 2003.

Pour de plus amples renseignements, veuillez communiquer avec le : Responsable du Prix Donner, téléphone : (416) 368-8253 ou courriel : meisnerpublicity@sympatico.ca

3130688A