

L'ITINÉRAIRE

3\$ Volume XXIV, n° 09
Montréal, 1^{er} mai 2017
www.itineraire.ca

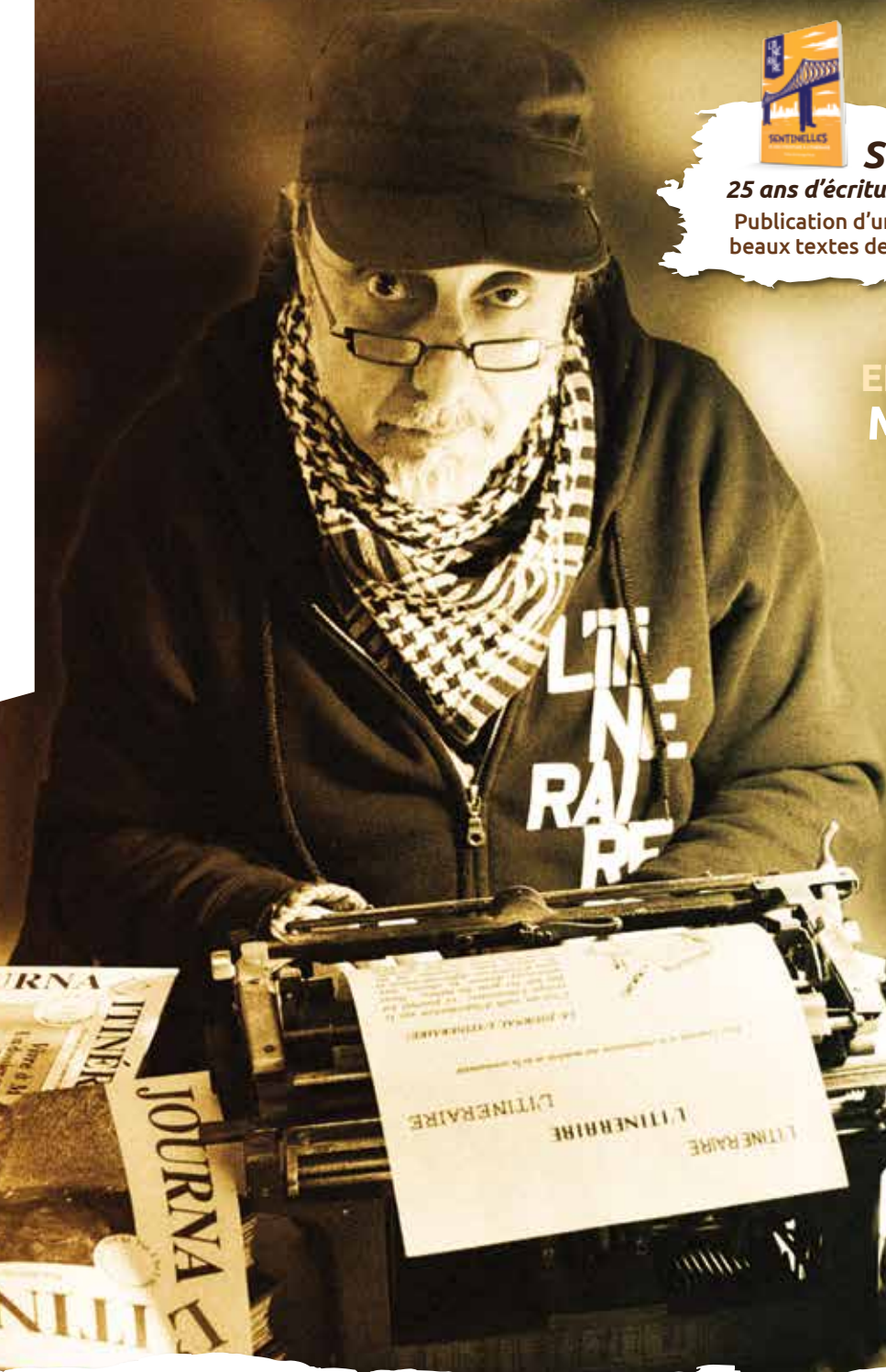
DOSSIER
Consommer
autrement



Sentinelles

25 ans d'écriture à L'itinéraire
Publication d'un recueil des plus
beaux textes de nos participants

ENTREVUE
Monique
Proulx



Écrire pour exister



UN PORTRAIT VRAI ET ACTUEL DE L'ITINÉRANCE
PARCE QUE PERSONNE N'EST À L'ABRI



MARDI 21H
en exclusivité sur

MOI
&cie



Nom Luc Lenoir | Camelot n° 63

Âge 58 ans | Points de vente Métro Berri-UQAM et Saint-Denis / Maisonneuve

Luc apprécie avoir grandi dans une famille où il a reçu de l'amour et une bonne éducation. Mais après le divorce des parents, sa mère décède d'un accident de voiture. Il a 12 ans. Sa fratrie est dispersée et il se retrouve en foyer d'accueil. « Dans ce milieu-là, t'es un numéro. Être le douzième à prendre ton bain dans la même eau, ne pas manger à ta faim et subir des agressions font partie de ton lot quotidien. À 18 ans, j'ai voulu voir ailleurs et pendant deux mois, j'ai fait le tour du Mexique avec mon baluchon. J'ai vu qu'il y avait une autre vie. » Porté par son optimisme, Luc avait besoin d'être rassuré, de savoir que le monde n'est pas cruel et qu'on peut vivre heureux.

Il alterne études et emplois qui le mèneront de Rimouski à la Baie-James, de Drummondville au nord de l'Alberta, à l'École de technologie supérieure en génie civil et au cégep du Vieux-Montréal en bureautique. Il a traversé le continent sans jamais poser ses bagages très longtemps. « J'ai un côté volage, un brin libertin. Ça m'a apporté beaucoup parce que les voyages forment la jeunesse », admet-il, sourire en coin.

La genèse de L'itinéraire

En 1988, Luc fait la connaissance de François Thivierge, un intervenant du centre Préfontaine (aujourd'hui Dollard-Cormier). Ils forment bientôt un groupe d'une quinzaine de personnes partageant des affinités et connaissant les mêmes difficultés. Leur but est de permettre aux gens vivant en maisons de chambres de sortir de leur isolement.

C'est de cette idée que naîtra quelques années plus tard le Groupe communautaire L'itinéraire. « Au tout début, nous organisons un souper la fin de semaine et un café-rencontre le mercredi. Nous voulions créer un lieu d'appartenance pour donner aux gens la possibilité de partager leur vécu, en plus de les aider à améliorer leurs conditions de vie. » Luc remplit bénévolement diverses tâches au café et apporte son aide aux intervenants sociaux.

Pour soutenir sa mission, le groupe publie un premier numéro du journal *L'itinéraire* en 1992. « Pour faire connaître l'organisme, on distribuait le feuillet dans les maisons de chambres du centre-ville. On publiait des poèmes et des récits d'histoires personnelles en plus de fournir de l'information. » Comme il est instruit et bon en français, Luc est secrétaire du groupe et rédige les procès-verbaux. En même temps, il défend énergiquement les droits des plus démunis en organisant des manifestations, des soupers-causeries, des ciné-clubs.

Voyage au bout de soi

Sous l'adage « Rien dans les mains, rien dans les poches mais un journal dans la tête », *L'itinéraire* est bel et bien lancé. Luc a lui le goût d'aller voir ailleurs, d'autant qu'il a fait la connaissance de Marie-Claude avec qui il vivra sa plus longue relation et fera un merveilleux voyage d'amoureux en Italie.

Quelques années plus tard, Luc est de retour à *L'itinéraire*, cette fois comme camelot. En plus, il occupe bénévolement différentes fonctions. « Aider les autres, c'est bon pour le karma », assure-t-il. Mais ses démons lui font la vie dure. Luc fait une sérieuse prise de conscience et entreprend courageusement une thérapie en vue de surmonter ses problèmes de consommation. Ça durera deux ans au bout desquels il reprendra son poste de camelot. Maintenant, il connaît ses limites et sait quand il est temps de « prendre un break ».

Aujourd'hui, son travail de camelot lui procure ce qu'il a toujours recherché : une grande liberté d'action et la possibilité de faire des choix. Il a raison d'être fier du chemin parcouru depuis la formation du Groupe communautaire *L'itinéraire* qui fut son port d'attache au long de ses pérégrinations. Il prendra sa retraite dans deux ans et c'est avec sérénité qu'il envisage cette nouvelle étape. « Je ne serai plus camelot mais je viendrai aider. Je ferai du bénévolat, je prendrai soin de moi... et je ferai un quatrième voyage au Mexique. »

Par Christine Barbeau,
bénévole à la rédaction

L'arrondissement de Ville-Marie reconnaît
l'excellent travail de l'équipe du magazine *L'itinéraire*.



NOS PARTENAIRES ESSENTIELS DE LUTTE CONTRE LA PAUVRETÉ

Le magazine L'itinéraire a été créé en 1992 par Pierrette Desrosiers, Denise English, François Thivierge et Michèle Wilson. À cette époque, il était destiné aux gens en difficulté et offert gratuitement dans les services d'aide et les maisons de chambres. Depuis mai 1994, L'itinéraire est vendu régulièrement dans la rue. Le magazine bimensuel est produit par l'équipe de la rédaction et plus de 50 % du contenu est rédigé par les camelots.

Le Groupe L'itinéraire a pour mission de réaliser des projets d'économie sociale et des programmes d'insertion socioprofessionnelle, destinés au mieux-être des personnes vulnérables, soit des hommes et des femmes, jeunes ou âgés, à faible revenu et sans emploi, vivant notamment en situation d'itinérance, d'isolement social, de maladie mentale ou de dépendance. L'organisme propose des services de soutien communautaire et un milieu de vie à quelque 200 personnes afin de favoriser le développement social et l'autonomie fonctionnelle des personnes qui participent à ses programmes. Sans nos partenaires principaux qui contribuent de façon importante à la mission ou nos partenaires de réalisation engagés dans nos programmes, nous ne pourrions aider autant de personnes. L'itinéraire, ce sont plus de 2000 donateurs individuels et corporatifs qui aident nos camelots à s'en sortir. Merci à tous !

La direction de L'itinéraire tient à rappeler qu'elle n'est pas responsable des gestes des vendeurs dans la rue. Si ces derniers vous proposent tout autre produit que le journal ou sollicitent des dons, ils ne le font pas pour L'itinéraire. Si vous avez des commentaires sur les propos tenus par les vendeurs ou sur leur comportement, communiquez sans hésiter avec Charles-Éric Lavery, chef du développement social par courriel à :

c.e.lavery@itineraire.ca
ou par téléphone au : 514 597-0238 poste 222.

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du Canada pour les périodiques, qui relève de Patrimoine canadien. Les opinions exprimées dans cette publication (ou sur ce site Web) ne reflètent pas forcément celles du ministère du Patrimoine canadien.

Canada

ISSN - 1481-3572
Numéro de charité : 13648 4219 RR0001
Dépôt légal
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque de l'Assemblée nationale du Québec

L'ITINÉRAIRE



RÉDACTION ET ADMINISTRATION
2103, Sainte-Catherine Est
Montréal (Qc) H2K 2H9

LE CAFÉ L'ITINÉRAIRE
2101, RUE SAINTÉ-CATHERINE EST
Téléphone : 514 597-0238
Télécopieur : 514 597-1544
Site : www.itineraire.ca

DIRECTEUR GÉNÉRAL :
LUC DESJARDINS

RÉDACTION

Chef du secteur magazine et rédacteur en chef : JOSÉE PANET-RAYMOND
Journaliste, responsable société : ALEXANDRA GUELLIL
Chargé de l'accompagnement des participants : SIMON POSNIC
Responsable de la formation des participants : KARINE BÉNÉZET
Responsable de la création visuelle : MILTON FERNANDES
Responsable de la création numérique : MAGALIE PAQUET
Photographe : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA
Journaliste affectée à la version numérique : GENEVIÈVE BERTRAND
Collaborateur : IANIK MARCIL
Webmestre bénévole : JUAN CARLOS JIMENEZ
Bénévoles à la rédaction : CHRISTINE BARBEAU, MARTINE BOUCHARD-PIGEON, MARIE BRION, HÉLÈNE MAI, PIERRE DE MONTVALON, CHARLOTTE POITRAS, VALÉRIE SAVARD, LAÉTITIA THÉLÈME, GUILLAUME VIGNEAULT, PAUL VANASSE
Bénévoles à la révision : PAUL ARSENAULT, ARIANE CHASLE, MICHÈLE DETEIX, LUCIE LAPORTE
Photo de la une : MILTON FERNANDES | Camelot : GABRIEL BISSONNETTE

ADMINISTRATION

Responsable de la comptabilité : ANYA SANCHEZ
Responsable du financement : DOMINIQUE RACINE
Adjointe administrative : NANCY TRÉPANIÉ

DÉVELOPPEMENT SOCIAL

Chef du développement social : CHARLES-ÉRIC LAVERY
Intervenant psychosocial : JEAN-FRANÇOIS MORIN-ROBERGE
Intervenante psychosociale : SOFIA SHLIKOV
Responsable du Café : PIERRE TOUGAS
Responsable de la distribution : MÉLODIE ÉTHIER

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président : GUY LARIVIÈRE - Glasford International Canada
Trésorier : GRÉGOIRE PILON - Ernst & Young S.R.L./S.E.N.C.R.L.
Vice-président : JEAN-PAUL LEBEL - Camelot de L'itinéraire
Administrateurs : ALEXANDRE PÉLOQUIN - Camelot de L'itinéraire
GABRIEL BISSONNETTE - Camelot de L'itinéraire
PIERRE SAINT-AMOUR - Camelot de L'itinéraire
ISABELLE MONETTE - Fondation CSN
KATHERINE NAUD - Ciusss Centre-Sud de Montréal
CATALIN CARACAS - Ranger Design
Représentant des camelots : YVON MASSICOTTE - Camelot de L'itinéraire

VENTES PUBLICITAIRES 514 597-0238 poste 234

Conseillère : RENÉE LARIVIÈRE (450-541-1294)
renee.lariviere18@gmail.com

GESTION DE L'IMPRESSION

TVA PUBLICATIONS INC.
DIVISION ÉDITIONS SUR MESURE | 514 848-7000
Directeur général : ROBERT RENAUD
Chef des communications graphiques : DIANE GIGNAC
Chargée de projets : MARILYN FORTIN
Imprimeur : TRANSCONTINENTAL
Convention de la poste publication N°40910015, N°d'enregistrement 10764.
Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada,
au Groupe communautaire L'itinéraire :
2103, Sainte-Catherine Est,
Montréal (Québec) H2K 2H9

Québecor est fière de soutenir l'action sociale de L'itinéraire en contribuant à la production du magazine et en lui procurant des services de télécommunications.

PARTENAIRES MAJEURS

Canada

Québec

Ville-Marie
Montréal

Desjardins

QUÉBECOR

Nous tenons à remercier le ministère de la Santé et des Services sociaux de même que le Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux du Centre-Sud-de-l'Île-de-Montréal pour leur contribution financière permettant ainsi la poursuite de notre mandat.

PRINCIPAUX PARTENAIRES DE PROJETS

stm

CAFÉ
BROSSARD™

upperkut

ic
imprime
emploi
L'IMPRESSION RESPONSABLE

exeko

LA PRESSE +

Fondation du Grand Montréal

FONDATION
J. ASHARD
BOMBARDIER

RESAC

fondation
Carmand Normand

L'ŒUVRE
LÉGER

Great-West

London
Life

Canada-Vie

MOISSON MONTRÉAL

CREP

Centre de
recherche
du Centre
de la santé
et de la
famille
Montréal

L'itinéraire EST MEMBRE DE

insp
International
Network of
Street Papers

AMECO
Association
des
Médiateurs
de
Commerce
de
l'Est
de
Québec

Université de
Montréal
Peter-McGill
Community
Council

RAPSIM
Réseau
Associatif
de
Partenaires
Sociaux
de
Montréal

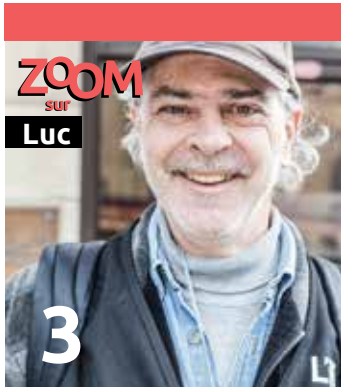
Chambre
de
commerce
de
l'Est
de
Montréal

Chambre
de
commerce
de
l'Est
de
Montréal

CHANTIER
DE
L'ÉCONOMIE
SOCIALE

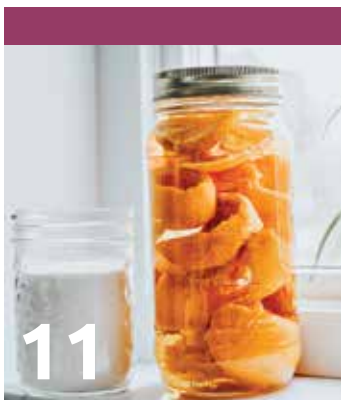
RIOCM





MOTS DE CAMELOTS

Bill Economou.....	10
Jean-Paul Lebel.....	10
Claudine Boucher.....	10
Gilles Bélanger.....	42
Cécile Crevier.....	42
Jacques Élyzé.....	42



DOSSIER

CONSOMMER AUTREMENT

- Des consommateurs plus conscientisés
- L'art d'être « Grano-éco-chic »
Par Alexandra Guellil
- Zéro déchet - Petit guide de démarrage
Par Mario Alberto Reyes Zamora
- Des cannettes... et des rêves!
Par Mostapha Lotfi



PROJET

ÉCRIRE POUR EXISTER

Au printemps 1992 était publiée la première édition gratuite de *L'itinéraire*, avant qu'il devienne un journal de rue vendu par des camelots. Pour célébrer ce 25^e anniversaire, un recueil recensant 100 des meilleurs textes de ses participants sera distribué à partir du 24 mai prochain. Retour sur l'histoire de l'écriture à *L'itinéraire*.

SOMMAIRE

1^{er} mai 2017
Volume XXIV, n° 09

ÉDITORIAL.....	7
La rue est une bibliothèque Par Charles-Éric Lavery	
ROND-POINT.....	8
Par Alexandra Guellil	
ROND-POINT INTERNATIONAL.....	9
COMPTES À RENDRE.....	28
L'argent fait le bonheur Par Ianik Marcil, <i>économiste indépendant</i>	
INFO RAPSIM.....	29
Québec revient sur ses coupes Par Pierre Gaudreau, <i>coordonnateur du RAPSIM</i>	
ENTREVUE.....	30
Conversation avec un SDF pas comme les autres Par Benoît Chartier	
INFO CAMELOTS.....	32
Par Yvon Massicotte	
CARREFOUR.....	32
CHRONIQUE.....	33
Un bateau sur le point de couler Par Saïd Farkouh	
MUSIQUE.....	37
Opéra de rue - À la rencontre de deux marginalités Par Luc Deschênes	
VIE DE QUARTIER.....	40
Mile End Par Jean-Claude Nault	
CHRONIQUE.....	43
Voir votre ordinateur autrement Par Annie Lambert	
DÉTENTE.....	44
À PROPOS DE LA CONSOMMATION.....	46

MOTS DE LECTEURS

Chère équipe de *L'itinéraire*,

J'achète *L'itinéraire* depuis quelques années, quand je rencontre un camelot, mais je l'avais jusqu'ici feuilleté distraitemment et mis au recyclage. Mais votre numéro sur le bonheur ! Impressionnant, vraiment. Ça vaut la peine d'être lu, c'est du journalisme de qualité, sur un sujet important. Bravo et je vous promets de regarder le journal plus sérieusement à l'avenir.

Michèle Ouellet

REÇU PAR LA POSTE ET ÉCRIT À LA MAIN...

Juste un petit mot pour vous féliciter au sujet du contenu de votre revue. J'adore l'histoire de Tétreaultville [édition du 1^{er} avril], connaître les camelots et me rapprocher d'eux.

Félicitations pour la revue, son contenu !

Denise Veillette

Erratum

Dans la chronique de Marie-Andrée B. publiée dans *L'itinéraire* du 1^{er} avril 2017, *La voie de la bienveillance*, nous avons malencontreusement remplacé par deux fois le terme « communication non violente » par « communication non verbale ». Nos excuses à l'auteure et à ses lecteurs.

Les camelots sont des travailleurs autonomes.

50 % du prix de vente du magazine leur revient.



ÉCRIVEZ-NOUS !

COURRIER@ITINERAIRE.CA

Des lettres courtes et signées, svp !



La rue est une bibliothèque

Je ne vous apprendrai rien, chers lecteurs et lectrices, en vous disant que nos camelots rédigent dans le magazine. Que vous lisiez *L'itinéraire* depuis seulement quelques mois ou que vous achetiez chaque édition religieusement auprès du même camelot depuis des années, leurs récits parfois touchants ou percutants, d'autres empreints d'une profonde analyse sociale sont très souvent les premiers que vous lisez.

Depuis 25 ans, l'écriture de ses camelots est au cœur de la mission de l'organisme.

Mais depuis 25 ans, beaucoup se disent encore que les itinérants ne savent pas écrire. D'ailleurs, ce n'est que l'un des très nombreux préjugés qui semblent persister et que nos camelots doivent combattre quotidiennement. Il est grand temps que ça change !

L'itinéraire publie le premier livre de son histoire. En vente par nos camelots à partir du 24 mai prochain, et aussi dans quelques librairies indépendantes, c'est un recueil de 100 des meilleurs textes de nos auteurs depuis la première parution de *L'itinéraire* – à son origine un petit feuillet distribué gratuitement.

Les pouvoirs de l'écriture

Depuis 25 ans, l'écriture est pour nos camelots un outil aussi – et pour certains, plus – puissant que la vente du magazine. Manon qui partage une épreuve difficile; Réal, des souvenirs de ses étés de jeunesse; Lorraine, une réflexion spirituelle et poétique sur la vie; Gisèle, une heureuse rencontre à son point de vente. Un *mot de camelot* ou *chronique* à la fois, ils et elles « tuent leurs bébites », comme le disait Patrick Lagacé en 2011.

Mais ils et elles enfilent aussi, et beaucoup plus depuis deux ans, le chapeau de journaliste. Ils partagent une réflexion touchante, profonde, crue, percutante, empreinte d'une analyse rigoureuse, d'une grande sensibilité aux enjeux sociaux, d'un cheminement en lui-même par une lutte sociale perpétuelle.

Le recueil se veut donc un hommage à tous ces récits de camelots qui ont fait battre leur cœur, celui de *L'itinéraire*, le vôtre. Ensemble, nous tuons des bébites pour en créer une pas mal plus grosse, une super-héroïne capable de transformer la société.

Passez le mot !

Mais depuis 25 ans, malgré les milliers d'articles de camelots, malgré les millions de copies de *L'itinéraire* vendues, la perception de la majorité des gens n'a pas changé : les personnes qui luttent contre l'itinérance ne savent pas écrire. Elles ne peuvent conjuguer leurs verbes et accorder leurs participes passés, n'ont pas d'histoires à raconter, ne sont pas au courant des enjeux sociaux, ne sont dotées d'aucune capacité de réflexion et d'argumentation...

Oui, les personnes itinérantes ont aussi des histoires à raconter, un cœur qui bat et qui ressent, une tête qui se souvient et réfléchit, des yeux qui pleurent et s'émerveillent... et des mains pour écrire, pour rester, pour ne pas se faire oublier !

Mais à vous, chers lecteurs et lectrices, je ne vous apprend rien. Comme il est temps que les préjugés cessent, je vous invite à passer le mot tout autour de vous. Ensemble nous sommes capables de transformer la société.

La rue est la plus belle des bibliothèques. Ayez le courage d'y lire l'un de ses auteurs. ■



3 questions à Diane Vinet

Les données statistiques sont claires : près d'un Québécois sur cinq sera touché de près ou de loin par un problème de santé mentale au cours de sa vie. À l'occasion de la 66^e semaine de la santé mentale, du 1^{er} au 7 mai 2017, Diane Vinet, directrice générale de l'Association canadienne pour la santé mentale pour la division du Québec et la filiale de Montréal, revient sur l'importance d'une telle semaine.

❶ Pourquoi est-il encore nécessaire de sensibiliser sur la santé mentale ?

Si je devais dresser un bilan de ce qui a été créé depuis la première semaine de sensibilisation, je dirais globalement que l'on avance : il y a eu quand même un plan d'action en santé mentale qui a été mis en place par le gouvernement ainsi que d'autres mesures qui sont axées sur la prévention. Mais, il y a encore beaucoup de travail à faire, ne serait-ce qu'en promotion et en prévention de la santé mentale qu'il faut

vraiment voir comme un investissement puisque l'on agit en amont. Parler de la santé mentale, c'est-à-dire parler de « la bonne santé mentale », c'est l'affaire de tous. C'est vraiment important de dire qu'une bonne santé mentale, c'est beaucoup plus que l'absence de troubles mentaux. Quand on en a une optimale, cela signifie à la fois que l'on ne souffre d'aucun trouble ou maladie, mais aussi que nous avons un certain équilibre au quotidien. Par exemple, quand on s'adresse aux aînés, il y a encore beaucoup de travail à faire quand on tente de démontrer par des enseignements et formations ce qui est de l'ordre du vieillissement « normal » et ce qui correspond plutôt à une détresse psychologique.

❷ Votre thème de cette année est de « parler haut et fort de la santé mentale » en mettant en avant l'universalité de la problématique. Pourquoi ?

Quand on dit que la santé mentale est l'affaire de tous, c'est aussi dire que ce n'est pas juste une problématique individuelle, mais bien une responsabilité et une ressource aussi collective. Souvent, des conseils sont donnés à l'individu qui a des problèmes de santé mentale. On peut lui conseiller par exemple de pratiquer le yoga ou un autre sport. Mais la plupart des conseils sont axés sur lui seul. Quand on prend conscience que c'est aussi l'affaire de tous, on pourra alors parler de l'importance d'avoir un environnement sain, d'une éducation accessible et de qualité, un revenu décent ou des services de santé accessibles. Vous savez, je peux être très bien, mais si je vis dans un logement insalubre dans lequel je ne me sens pas bien, c'est certain que cela ne m'aidera pas à avoir une bonne santé mentale. Les



PHOTO : PHILIPPE FANGEAUX

études l'ont démontré à plusieurs reprises, les facteurs sociaux influencent l'état de notre santé mentale et physique. Parler haut et fort de la santé mentale signifie aussi se faire entendre pour nourrir et consolider les compétences individuelles et reconnaître les environnements favorables à une bonne santé mentale.

❸ Sentez-vous que la santé mentale est une problématique souvent exclue des problèmes de santé ?

Il est vrai que l'on réduit souvent les problèmes de santé à la santé physique, surtout lorsque l'on parle de l'influence que peuvent avoir les déterminants sociaux comme le logement ou l'éducation. C'est pourquoi il est préférable de parler de « la santé globale ». Cela permet d'inclure à la fois la santé physique et la santé mentale. Depuis de nombreuses décennies, on parle plus souvent des problèmes de santé physique. Par exemple : prendre une marche aide à réduire les problèmes cardiaques et manger sainement prévient certainement le cancer, mais tout cela participe aussi à un meilleur équilibre donc à une meilleure santé mentale. Il existe encore une certaine réticence à parler de la santé mentale; rien que par son terme, qui a encore une connotation très négative et qui fait peur. Le côté maladie mentale va souvent être associé aux troubles psychotiques et aux comportements de crise. Cela fait malheureusement partie de la représentation que l'on a collectivement de ce qu'est la santé mentale. La stigmatisation et les préjugés sont donc encore présents, ce qui mène à des tabous qui persistent. Et ce, alors même que l'on peut très bien en parler de façon positive et éducative. ■

Sur le plan économique, une population en bonne santé mentale est une ressource collective : « Selon les estimations de la CSMC, les maladies et les problèmes associés à la santé mentale coûtent à l'économie canadienne plus de 50 milliards de dollars par an, soit près de 1400 \$ par personne au Canada en 2016 ».

Source : Commission de la santé mentale du Canada. (2017).

Selon l'Institut canadien d'information sur la santé (2011), « on remarque l'émergence d'une quantité considérable de travaux sur l'efficacité des interventions de promotion de la santé mentale et de prévention de la maladie mentale, notamment celles qui visent à améliorer la qualité de vie ».

Source : Roberts, G. et Grimes, K. (2011).



SALVADOR | Les villages de pêcheuses se battent pour manger

La pêche et la récolte des mollusques sont les principales sources de nourriture et de revenus au Salvador, ce pays d'Amérique centrale de 6,3 millions de personnes. Les deux ont été durement touchées par les facteurs environnementaux et par la violence des gangs. Mais les femmes de Las Gaviotas répliquent à la pauvreté en opérant leur propre coopérative. « *Nous avons eu peur (des gangs), donc personne ne sort la nuit, et la pêche de cette période de l'année est meilleure la nuit, mais cela change un peu maintenant* », a déclaré Berfalia de Jesús Chávez, l'une des membres fondatrices de la Coopérative Las Gaviotas, créée en 1991, composée de 43 femmes et constituée de seulement 10 bateaux et deux voitures. Lorsque la pêche est bonne, elles peuvent attraper pour 40 dollars par semaine de poissons. Les changements climatiques ont également réduit la capture de poissons, tout comme les phénomènes de la Niña et de el Niño. La prévalence de la sous-alimentation au Salvador représente 12,4 % de la population, selon l'Organisation des Nations Unies pour l'alimentation et l'agriculture (FAO). (Inter Press Service/INSP)

ROND-POINT INTERNATIONAL



FIDJI | L'éducation pour contrer l'exploitation

Après avoir instauré l'éducation gratuite et obligatoire, le gouvernement de Fidji constate que le nombre de cas déclarés de travail d'enfants a chuté de 64 en 2011 à 5 en 2016. Cependant, le manque de croissance économique, le chômage élevé et les bas salaires contribuent encore à la pauvreté dans la région. Mais l'élimination du travail des enfants, qui est également répandu dans d'autres pays insulaires du Pacifique comme la Papouasie-Nouvelle-Guinée (PNG) et le Samoa, dépend de la croissance du travail rémunéré décent et de la réduction des inégalités. Des études menées à Fidji et en PNG par l'Organisation internationale du Travail (OIT) au cours de la dernière décennie ont identifié la pauvreté et les difficultés financières comme les principaux facteurs du travail des enfants qui œuvrent dans la rue, mendient ou font les poubelles, alors que les jeunes filles sont plus vulnérables à la prostitution et à la servitude domestique. Des programmes de formation pour contrer le travail des enfants par le biais de la scolarisation gratuite ont été menés auprès d'enseignants, de policiers et de leaders communautaires. Mais bien que de plus en plus d'enfants fréquentent l'école primaire, le taux de décrochage au secondaire demeure élevé, tout comme le sont les emplois pour ceux qui décrochent leur diplôme. (Inter Press Service/INSP)



VENEZUELA | Au secours des affamés

Alors que les Vénézuéliens entrent dans la quatrième année d'une écrasante récession qui a obligé beaucoup d'entre eux à se priver de manger et à se heurter à la rareté d'aliments subventionnés, une pléthore de projets de solidarité ont vu le jour. À Caracas, des bénévoles du programme *Haz la diferencia* (Faire une différence), choqués de voir leurs concitoyens fouiller les poubelles pour se nourrir organisent des soupes populaires et des dons de vêtements au plus grand plaisir des enfants venus d'une ville à quelques heures de la capitale. Il en va de même pour six restaurants haut de gamme qui ont formé l'organisme « *Ventre plein, cœur heureux* » - qui fournit de la nourriture, prépare des repas et les sert à un foyer pour personnes âgées et à un hôpital pour enfants. Dans ce pays qui fut jadis l'un des plus riches en Amérique latine, de plus en plus de particuliers, d'entreprises, d'églises et de restaurants ont démarré des projets partout au pays pour servir de la nourriture, faire des dons de vêtements et des dons de fournitures pour des hôpitaux en pénurie de stock. (Reuters/INSP)

L'itinéraire est membre du *International Network of Street Papers* (Réseau International des Journaux de Rue - INSP). Le réseau apporte son soutien à près de 120 journaux de rue dans 35 pays sur six continents. Plus de 250 000 sans-abri ont vu leur vie changer grâce à la vente de journaux de rue. Le contenu de ces pages nous a été relayé par nos collègues à travers le monde. Pour en savoir plus, visitez www.street-papers.org.



My Daily Needs

I know what my primary concerns are every day. I wake up and weigh myself then wash up and have my breakfast. These past five years I've lost over 20 pounds through proper dieting. Before leaving I sometimes read the Bible and always pray for others and ask for divine protection. I've studied the Bible thoroughly since 1990 with the guidance of the Holy Spirit. These are the main guidelines to start my day. Setting my mind on having a good day is important. My heavenly Father knows what my needs are. I can do all things through Christ who strengthens me. Why worry when Jesus is on my side 24 hours a day? I have my health, some friends, but I could be making more money. I enjoy eating well every evening at home and I thank my parents for that. Later at night I like watching some hockey, wrestling, Greek TV and using the internet. I don't like the winter because it's too cold and I'm stuck inside. I enjoy the other seasons a lot more, because I see green space and I can go out easily to swim and travel. Many of these elements are essential to living a better life.

BILL ECONOMOU
CAMELOT MARCHÉ ATWATER



PHOTO : COURTOISIE



Alexandra, dumpster-diveuse depuis dix ans

Ma grande amie Alexandra subvient à ses besoins en grande majorité en récupérant des produits invendus. Elle parcourt les ruelles de Montréal en fouillant les conteneurs et y trouve des trésors tels que des vêtements, de la nourriture et des produits de toute sorte.

Justement, au moment où j'écris ce texte, elle vient de trouver une dizaine de fromages de haute qualité supposément passés date, que nous avons partagés avec fierté, alors que nous n'aurions pas eu les moyens de nous les payer.

Alexandra a commencé ça à 17 ans, en fugue, sans revenu. Après deux jours sans nourriture, elle a décidé de fouiller dans les poubelles du complexe Desjardins et y a trouvé des frites, du poulet, de la salade et beaucoup d'autres repas plus ou moins entamés. Elle a compris que ce serait le début d'une quête sans limites. Après quelques années, elle a acquis de l'expérience et repéré de bons endroits où elle trouve de tout et de rien. Il faut être patient puisque des fois, c'est vide et d'autres, c'est plein. Il n'y a pas longtemps, elle a trouvé plusieurs pages Facebook qui sont destinées à lutter contre le gaspillage, comme Free Food for Free People Montréal.

Il est nécessaire de contrer le gaspillage car nous avons assez de ressources pour subvenir aux besoins de tout le monde, mais nous préférons mettre des dates de péremption et *scraper* les invendus...

JEAN-PAUL LABEL
CAMELOT SAINT-DENIS /
ÉMERY



À bientôt Sofia

Chère Sofia,

Je voulais écrire ces quelques mots pour souligner ton départ. Comme beaucoup de gens à L'itinéraire, j'ai appris cette nouvelle avec un peu de tristesse. Après ces deux dernières années passées avec nous, tu faisais vraiment partie de la famille. Durant ce temps, j'ai appris à te connaître et à t'apprécier. Ta belle énergie va nous manquer. Parler avec toi est toujours un plaisir et nos échanges m'ont souvent apporté une aide précieuse.

Je suis convaincue que tu relèveras avec la même bonne humeur et la même humanité les défis qui t'attendent dans ton nouvel emploi. Tes futurs collègues et tous ceux que tu côtoieras ont beaucoup de chance.

Bonne route et bonne chance, de la part de Claudine et de tous les camelots !

CLAUDINE BOUCHER
PARTICIPANTE



PHOTO : LAURE CAULLOT

DOSSIER

C O N S O M M E R A U T R E M E N T

PHOTO : LAURE CAULLOT

En avril dernier, de nombreux médias ont alerté l'opinion publique sur la fraude alimentaire. Le chiffre a été donné par l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) : sur 3601 aliments analysés et importés au Québec, environ 20 % étaient non conformes en raison principalement de leur étiquetage. En bref, sans le savoir, certains consommateurs ont pu manger du porc alors qu'ils croyaient manger du veau ou alors acheter des avocats bio qui n'avaient de « bio » que leur étiquette.

PHOTO : LAURE CAULLOT

Ces scandales alimentaires peuvent mener à vouloir consommer autrement, de façon plus responsable, c'est-à-dire en respectant des normes sociales et environnementales. Que ce soit dans son assiette ou dans ses déplacements, cette conscientisation donne naissance à de nombreux concepts mieux connus sous les idéologies du minimalisme, de la simplicité volontaire ou encore du zéro déchet. Mais comment peut-on s'y retrouver ?

PHOTO : VRAC & BOCAUX

Des consommateurs plus conscients

PROPOS RECUEILLIS PAR ALEXANDRA GUELLIL

Membre de l'Observatoire de la consommation responsable depuis 2012 et professeure au département marketing de l'ESG-UQÀM, Élisabeth Robinot s'intéresse principalement au comportement du consommateur appliqué aux problématiques du marketing vert. En entrevue, elle explique les principes généraux de la consommation responsable.

Comment peut-on définir la consommation responsable ?

Il s'agit d'un concept qui permet de consommer en respectant des produits et des services « fabriqués » de façon responsable, c'est-à-dire selon des considérations sociales et environnementales. Les consommateurs font ainsi des choix économiques dans l'ensemble de leurs achats qui respectent des normes particulières. Pour consommer de façon responsable, il faut prendre en compte trois piliers : s'assurer que le produit a été « fabriqué » dans des conditions socialement respectables, éthiques et qui respectent l'environnement. Par exemple, d'un point de vue économique, la production de bananes doit se faire en respectant les droits des travailleurs.

Est-ce que ce concept est en progression chez les consommateurs québécois ?

Selon les enquêtes que l'on réalise depuis 2010 à l'Observatoire de la consommation responsable, il est vrai que l'on note une progression importante de ce type de consommation. Au niveau du Québec, il y a une certaine tendance de conscientisation, que l'on retrouve aussi beaucoup à Montréal, et qui est due à l'apparition de services qui vont

dans ce sens. C'est le cas des fermes Lufa ou de toutes ces initiatives qui permettent de développer l'agriculture urbaine et locale tout en favorisant l'éthique dans la production et dans la commercialisation des produits.

Quand on dit consommer de façon responsable, c'est souvent lié à notre alimentation. Y a-t-il une raison particulière à cela ?

Avec notre dernier rapport, on s'est rendu compte que la première préoccupation des consommateurs était leur santé. Manger autrement est donc perçu comme une façon d'y faire plus attention en favorisant l'achat de produits qui visent le bien-être et la santé. Lorsque l'on regarde les critères les plus importants dans le choix de produits alimentaires, on remarque que les consommateurs identifient d'abord l'origine du produit (64 %), c'est-à-dire son « lieu de fabrication », avant d'identifier son authenticité. L'étude a aussi montré le fort impact du logo *Aliments du Québec* sur le choix des produits alimentaires. Cela signifie que c'est la provenance locale qui parle le plus aux consommateurs. On peut comprendre cette donnée en se rappelant que dans la consommation responsable, il y a une grande dimension environnementale. Oui consommer bio, mais si les bananes ont déjà parcouru 5000 km en avion pour arriver au Québec, l'impact environnemental ne change pas. Les bananes bio produites ailleurs seront donc délaissées pour des pommes produites au Québec. Il faut aussi noter que les consommateurs évitent généralement les produits transformés ou usinés justement pour que leurs valeurs soient respectées.

Quel est le profil des individus qui ont un fort indice de consommation responsable ?

En 2016, comme depuis 2010 et à l'exception de 2015, les femmes obtenaient un score légèrement plus élevé que les hommes sur leur niveau général de consommation responsable. Les femmes se distinguaient particulièrement des hommes sur les comportements de déconsommation et sur les comportements de recyclage. Il est

« En 2016, la part des consommateurs les plus responsables au Québec a augmenté à 21,4 %. L'indice de consommation responsable était supérieur à 80 %. »

Source : Baromètre de la consommation responsable de 2016

« L'origine des produits semble mobiliser les consommateurs alors que près des deux tiers des répondants mentionnent que le lieu de fabrication constitue un critère très important lors de l'achat de produits alimentaires. »

Source : Baromètre de la consommation responsable de 2016

important aussi de relever les groupes d'âge : en 2016, ce sont les 18 à 24 ans qui occupaient la première place, suivis des 65 ans et plus, des 45 à 64 ans et des 24 à 44 ans. Globalement, cela peut être dû aux efforts de sensibilisation des écoles primaires et secondaires, mais aussi au fait que selon les âges, les individus semblent favoriser les pratiques différentes de consommation responsable : les 18 à 24 ans occupent ainsi la première position sur les pratiques de déconsommation, du transport durable et de la consommation collaborative alors que les 25 à 44 ans sont plus interpellés par les pratiques de compostage. Notons simplement que les comportements peuvent être subis par les individus étant donné leur situation financière et professionnelle.

Quels sont les liens entre la consommation responsable et l'accessibilité à l'information liée à un produit ou à un service ?

Pour suivre les principes de la consommation responsable, il faut avoir accès à l'information des produits et services et savoir la traiter. Il est donc important d'informer les consommateurs de façon simple pour qu'ils puissent s'approprier toutes les données. Si on reste dans un discours conceptuel, abstrait et complexe, cela n'aidera pas à changer les habitudes des consommateurs.

Le problème de l'étiquetage des produits est souvent source de débats. Existe-t-il une solution universelle qui permet à la fois de respecter les lois du marché et d'informer réellement le consommateur ?

Notre étude a démontré que les Québécois sont confus lorsqu'il est question des allégations environnementales des produits sur le marché. Plus d'un répondant sur deux n'arrive pas à bien déchiffrer l'information qui lui est communiquée. Cette confusion fait douter les consommateurs. C'est un problème très complexe. Beaucoup d'enseignes européennes proposent aujourd'hui leur propre étiquetage. Le risque avec ce processus est de perdre le consommateur qui ne saura plus où regarder. Il faudrait donc viser une uniformisation de l'étiquette d'un produit pour qu'il y ait les informations liées à toute la production du produit ou du service en question. Mais c'est vrai que c'est très complexe.

Donnée surprenante que l'on retrouve dans votre étude, celle de l'écotourisme qui ne semble pas être si populaire que cela au Québec. Quelles en sont les raisons ?

L'écotourisme traduit les choix écoresponsables des consommateurs dans les domaines de l'hébergement, du transport, des activités pratiquées et des choix alimentaires pendant les séjours touristiques. Les Québécois sont pour l'instant peu tournés vers l'écoresponsabilité lors de leurs séjours touristiques. Ils partent proportionnellement peu en dehors du Québec et quand ils partent, ce ne sont pas des critères qu'ils considèrent. Par exemple : 4 vacanciers sur 10 utilisent des transports en commun. Le volet écoresponsable a peu d'influence dans les choix alimentaires durant les séjours touristiques.

Qu'en est-il de l'usage des services et produits collaboratifs type Uber ou Airbnb ?

Certains les utilisent parce qu'ils ont à cœur de favoriser l'économie collaborative quand d'autres le font uniquement pour des raisons financières. La tendance actuelle est d'aller vers la dépossession des objets. Plusieurs consommateurs s'aperçoivent qu'ils ont besoin de moins posséder et que la fonctionnalité unique répond amplement à leurs besoins. L'échange, le don et le partage d'objets sont des éléments de plus en plus en croissance. C'est à la mode.

« Les Québécois sont encore frileux vis-à-vis de l'adoption de pratiques écoresponsables durant leurs séjours touristiques. »

PHOTO : ESQUOAM

Élisabeth Robinot

Quand on analyse la théorie du minimalisme, qui a pour but de faciliter la dépossession des objets et précisément la façon dont elle est mise en application, on se rend compte qu'elle ne bénéficie pas toujours aux personnes dans le besoin. Quelles en sont les raisons ?

C'était la philosophie de départ de ce mouvement. Malheureusement, on s'aperçoit qu'il touche plutôt des personnes qui ont un haut revenu alors qu'initialement, ce mouvement favorisait l'accès à des conditions de consommation égales et éthiques pour tous. Mais il faut quand même nuancer les propos : dans certains quartiers montréalais qui éprouvent des difficultés, il y a quand même eu la création des jardins communautaires et d'autres efforts au niveau des municipalités pour favoriser l'accès à l'alimentation saine à tous ou encore à l'éducation. ■

Les 5 produits écoresponsables les plus achetés



Sacs d'épicerie réutilisables



Fraises cultivées localement



Tomates cultivées localement



Pommes cultivées localement



Salades/laitues cultivées localement



CONSEILS

PAR MARIO ALBERTO REYES ZAMORA
STAGIAIRE PHOTOGRAPHE

Le mouvement « zéro déchet » prend de l'ampleur à Montréal. Pour preuve, sur les réseaux sociaux, les utilisateurs sont de plus en plus nombreux à rejoindre le mouvement, et à se conseiller sur toutes sortes d'astuces. Ils sont aujourd'hui plus de 4000 membres sur Facebook. Selon le journal *Métro*, un ménage montréalais produisait en moyenne 278 kg d'ordures (hors recyclage et déchets organiques) en 2014. Comment réduire concrètement notre empreinte écologique ? Voici des astuces regroupées en six besoins de base pour réussir une transition efficace.

Zéro déchet

Petit guide de démarrage



Se nourrir

Problème

Chez le boucher, le poissonnier, le boulanger ou le fromager, l'utilisation d'emballages multiples est fréquent.

Solution

Apporter ses propres récipients et/ou sac en tissu.

Problème

L'origine des aliments et la façon dont ils sont acheminés aux épiceries et commerces déterminent leurs impacts sur l'environnement.

Solution

Prioriser les petits producteurs locaux.

Problème

Certains produits de notre alimentation de base sont souvent accompagnés d'emballages superflus (plastique, cartons, verre ou métal) plus difficilement recyclables.

Solution

Acheter en vrac le riz, les pâtes, les lentilles, les céréales, la farine, le sucre ou le sel permet de diminuer les déchets.

Problème

Les matières organiques représentent environ 45 % de nos poubelles.

Certains quartiers offrent un service de cueillette des matières organiques. Si ce n'est pas le cas, il est possible de composter à domicile (vermicompostage ou compostage domestique).

Jeter

Solution



Se déplacer

Problème

Se déplacer en voiture, ça coûte cher, que ce soit pour le portefeuille ou pour l'environnement, avec l'émission des gaz à effet de serre. De plus, il est nécessaire de bouger, la sédentarité pouvant être néfaste pour la santé.

Solution

Privilégier les moyens de transport à « propulsion humaine » comme la marche, la course, le vélo, les patins à roues alignées ou les planches à roulettes, qu'ils soient personnels, en libre-service ou achetés à bas prix. De plus, le transport en commun peut être plus rapide et efficace lorsque la météo n'est pas favorable. Pour sortir de la ville et se rendre plus loin, le covoiturage peut s'avérer pratique et abordable.



Consommer

Problème

Le shampoing, le savon, le dentifrice, le déodorant ou la crème à raser sont suremballés.

Solution

Passer aux cosmétiques solides ou les fabriquer soi-même afin de contrôler la qualité et la quantité des ingrédients du produit.

Problème

Les brosses à dents classiques sont faites de plastique polluant.

Solution

Idéalement, préférer une brosse à dents en bambou avec des poils en nylon biodégradables.

Problème

Plusieurs personnes aiment bien changer de style et avoir du choix quand vient le temps de s'habiller. Parfois on peut perdre ou prendre du poids ou les enfants peuvent rapidement grandir. Ceci pousse à changer de vêtements. Malheureusement leur prix est dispendieux quand ils sont neufs.

S'habiller



Solution

Que ce soit pour acheter à bas prix ou vendre les vêtements que vous ne voulez plus, les friperies demeurent une bonne option. Les familles qui ont des enfants d'âges semblables ou avec un léger écart peuvent s'échanger des vêtements. Vous pouvez organiser des soirées d'échange de vêtements entre amis, voisins et même créer un groupe à cet effet sur les réseaux sociaux !



Nettoyer

Problème

Les produits ménagers sont habituellement proposés dans des contenants à usage unique et comportent souvent des produits chimiques.

Solution

Là encore, il est possible de trouver son bonheur avec les produits en vrac ou bio. Il y a aussi possibilité d'utiliser des recettes maisons. Par exemple, le vinaigre, le bicarbonate et le citron sont des ingrédients de base pour fabriquer des nettoyeurs. En dernier recours, il existe aussi des produits biodégradables commerciaux qui ont par contre des emballages.

Les défis du « zéro déchet »

La soie dentaire est très difficile à remplacer

Les couches lavables pour les bébés ne sont pas toujours pratiques, surtout en voyage

La litière et la nourriture pour les animaux domestiques se trouvent difficilement en vrac

L'étiquetage sur les fruits et légumes est parfois inévitable. Certaines entreprises ont même décidé de « tatouer » les aliments sur leurs pelures

Portraits croisés

L'art d'être « Grano-éco-chic »

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Dans l'appartement de Laure Caillot, « *il n'y a rien de superflu* ». Sa fille ne possède qu'un bac à jouets qu'elle peut ranger facilement le soir. À trois avec son conjoint, leur budget en alimentation est d'environ 80 à 100 \$ par semaine. Ce qui couvre largement les déjeuners, lunchs et soupers de toute la famille.

Maman zéro déchet assumée jusqu'à avoir créé un blogue à ce sujet, Laure Caillot, 36 ans, a choisi d'acheter le plus possible des aliments bio, de saison et produits localement. « *Je crois que chacun a sa limite. Nous, c'est le choix que nous avons fait, mais ça ne veut pas forcément dire que l'on est obligé d'acheter chacun de nos aliments uniquement s'ils sont bio, de saison et produits localement* », explique-t-elle en prenant l'exemple de ce qu'il est possible de trouver dans les épiceries en vrac. « *Ils ont des aliments de base qui coûtent moins cher comme la farine, du riz, des pâtes, des lentilles, ou des flocons d'avoine. Le zéro déchet reste un choix qui comporte plusieurs options. Le vrac en est une puisque certains producteurs achètent leurs produits par le volume. C'est pour cela que cela coûte vraiment moins cher au consommateur.* »

À ses côtés, Mélissa De La Fontaine avec qui elle a pu animer une conférence dernièrement sur le mouvement zéro déchet. « *C'est sur le long terme que ce type d'action peut être bénéfique sur les finances personnelles comme l'environnement* », ajoute-t-elle. Elle aussi collabore à un blogue pour partager ses expériences de vie ainsi que ses réflexions.

À 29 ans, la jeune femme vit seule dans un 2 et 1/2 avec son oiseau. Elle ne se cache pas d'aimer les pots Mason et d'avoir en horreur les déchets. « *Oui, c'est certain que si on fait toute notre épicerie à une même place, cela peut vite nous revenir cher, mais il y a d'autres alternatives.* » Celle qui est aussi réalisatrice de profession parle de sa hantise quasi viscérale du gaspillage alimentaire. « *On perd des sommes plus importantes en jetant de la nourriture plutôt qu'en trouvant des solutions comme récupérer "les restes".* » Le mouvement zéro déchet, elle le suit en fonction de ses propres exigences. « *J'ai une voiture que j'utilise pour le travail quand je n'ai pas le choix. Mais en ville, je me déplace généralement en transport en commun. Chacun y va avec son mode de vie.* »

Penser différemment

En moyenne, Mélissa De La Fontaine dépense 50 \$ par semaine en alimentation. Au moment où elle parle de son budget hebdomadaire, son cellulaire sonne, elle vient de recevoir un message d'une fruiterie de son quartier avec qui elle vient de passer un accord qui semble la satisfaire. « *Chaque semaine, ils me feront une boîte non emballée où ils mettront les fruits et les légumes de leur choix. Le tout pour environ 30 piasses. Ça coûte moins cher à tout le monde et ça évite d'utiliser des emballages* ». Ce type d'arrangement n'est pas le premier que Mélissa De La Fontaine se permet de prendre avec les commerces de son quartier.

Ce changement de comportement est même devenu source de nombreuses blagues dans sa famille qu'elle considère comme aisée. Elle dit d'ailleurs être celle qui vit avec le moins d'argent. « *Quand j'ai commencé à ramasser les "restes", c'était comme moyennement bien vu. Maintenant, j'ai le culot de ramener les restants de toute la table au complet, je ramène un méga Tupperware. C'est rendu quasi une joke!* », raconte-t-elle un sourire aux lèvres. Mais, elle l'avoue, il faut quand même oser pour avoir une telle attitude. « *J'ai un salaire quand même bas si on prend la moyenne des jeunes de ma génération, 30 000 \$*



PHOTO : ALEXANDRA GUELLIL

Laure Caillot et Mélissa De La Fontaine

par année environ. Mais tout ce que j'achète pour suivre ce mouvement zéro déchet, je le vois comme une ressource commune. Je ne veux pas gaspiller les choses que j'ai même si je peux en acheter d'autres. Même si je gagnais 100 000 \$ par année, je ne voudrais pas plus gaspiller la pomme que je viens d'acheter parce que je considère que c'est un bien collectif et que je ne peux pas le gaspiller », souligne-t-elle.

Pour sa part, Laure Caillot a mis en place quelques petits rituels quotidiens comme le fait de conserver au congélateur les pelures de carottes, d'oignons, de pommes de terre ainsi que les queues de brocolis. Tout cela lui sert à préparer ses propres bouillons de légumes. « C'est essayer de penser comment on peut optimiser tout ce que nous pouvons consommer. Il y en a même qui parviennent à faire des chips avec des pelures de pommes. On est plus habitués à cuisiner les "restes". Mais quand on mélange tout ensemble, on obtient simplement un touski et au besoin, on peut rajouter un œuf et cela donne une base d'omelette. Il suffit juste d'être créatif. »

Les deux jeunes femmes ne mangent pas ou peu de viande. Elles disent économiser un peu plus et respecter ainsi leurs convictions. Leurs protéines, elles les trouvent la plupart de temps en consommant plus de légumineuses. « Cela ne veut pas dire que pour être zéro déchet, il faut obligatoirement arrêter de manger de la viande. Ça dépend encore une fois des valeurs de chacun », insiste Laure Caillot.

Conscientisées

Le concept du zéro déchet a été popularisé par la publication du livre *Zéro Déchet* de Béa Johnson, une Franco-américaine qui dit vivre sans produire de déchet depuis 2008. Elle y parvient principalement en faisant le tri dans ses besoins et en recyclant.

Avant même de connaître ce mouvement, Laure Caillot avait déjà certaines habitudes quotidiennes : elle préparait ses propres produits d'entretien ménager et utilisait des couches lavables pour sa fille. « Et un jour, j'ai découvert Béa Johnson qui a mis sur la mappe ce mouvement. Et c'est là que nous avons mis un mot sur nos gestes quotidiens. » La jeune femme qui travaille dans le domaine des médias numériques cherchait à bloguer autrement qu'en racontant ses voyages ou expériences d'expatriation. « Grâce à des amis, j'ai voulu montrer l'envers du décor du zéro déchet qui convient à mon mode de vie. Il y a beaucoup de blogues à ce sujet, et c'est bien. Ce qui compte c'est que l'on fasse de quoi chacun à notre rythme en respectant nos propres contraintes. »

« Cela me faisait capoter de constater le non-sens de certaines de nos actions. Beaucoup de personnes achètent des beaux fruits et légumes qu'ils finissent anyway en soupe parce qu'ils n'ont pas eu d'autres solutions. Alors les acheter "moches" alors qu'ils sont encore bons, qu'est-ce que ça change ? »

PHOTO : VRAC & BOCAUX

Mélissa De La Fontaine

Quant à Mélissa De La Fontaine, c'est lors des fêtes de fin d'année qu'elle s'est questionnée sur la quantité importante de déchets produits. Elle ne comprenait pas comment dans une seule famille on pouvait utiliser autant de papier de soie. « J'ai remarqué que l'on consommait beaucoup de choses parce qu'on le pouvait, parce qu'elles étaient à moindre coût à Dollarama et que l'on ne se questionnait même plus sur les effets de ces choses-là sur l'environnement », explique-t-elle.

Simplicité ou pauvreté volontaire ?

Zéro déchet, minimalisme, simplicité volontaire ou consommation responsable, il peut être difficile de se retrouver dans l'ensemble de ces concepts. Pour Laure Caillot aussi, les distinctions ne sont pas aisées à faire. Elle se prête tout de même au jeu. « On pourrait dire que l'on suit un peu le concept du minimalisme dans le sens où l'on n'a pas beaucoup de choses dans la maison, explique-t-elle. Ma fille peut vider son bac de Lego au complet, ses jouets peuvent être étalés dans le salon, ça ne me dérange pas. Cela ne prendra pas plus de dix minutes le soir à tout ranger. »

Elle apprécie beaucoup ce côté pratico-pratique qui lui fait gagner du temps pour les tâches ménagères. Quand elle s'est plus impliquée dans le mouvement zéro déchet, les déménagements successifs avaient déjà fait le travail de réduction du matériel en surplus. « On avait peu de choses, mais on a quand même beaucoup désencombré. »

PHOTO : LAURE CAILLOT

« Quand on décide de suivre le mouvement zéro déchet, il faut y aller à son rythme en fonction de son mode de vie. C'est une question de repenser comment on peut vivre zéro déchet sans forcément avoir besoin de s'outiller sur mesure. Bien souvent, on a tout ce qu'il faut chez nous. Il suffit d'être créatif. »





Laure Caillot

« Qu'est-ce qui vaut mieux? Viser quelque chose qui est emballé ou sauver des fruits et légumes qui sont sur le point d'être jetés et qui ne sont pas emballés, mais encore très goûteux ? »

Quand la jeune mère cherche à définir la simplicité volontaire, elle se souvient d'un témoignage d'une maman qui l'a beaucoup marqué. Cette mère habitait dans Rosemont et avait posté son histoire sur les réseaux sociaux. « Elle disait que l'on parlait souvent de ce concept de la simplicité volontaire, mais que pour elle, ce n'était pas réellement un choix puisqu'elle n'avait pas ou peu de moyens. » Dans cette lettre, cette maman expliquait que depuis son retour à l'école, elle vivait dans une certaine pauvreté volontaire jusqu'à avoir des difficultés à joindre les deux bouts. Elle ne parvenait pas à s'offrir le service de garde de l'école pour ses enfants, n'était toujours pas parvenue à payer les frais de la rentrée scolaire et considérait comme un cadeau le fait de s'offrir un café latté ou une bouteille de vin. « La simplicité volontaire, vous connaissez ? Nous on appelle ça la simplicité involontaire. C'est notre petit côté humoristique (...) Chez nous, il n'y a pas de surplus, si quelque chose rentre, quelque chose doit sortir », peut-on lire dans cette lettre.

Laure Caillot insiste donc sur le côté socio-économique de ce concept de simplicité volontaire qui fait que des choix quotidiens

doivent être effectués pour survivre. « C'est bien beau ce concept, mais pour beaucoup de monde, ce n'est pas un choix ». Les partages sur les réseaux sociaux ont donné lieu à un élan de solidarité pour cette mère qui a pu recevoir de nombreux dons.

Quant à Mélissa De La Fontaine, elle insiste sur le côté marketing de certains mots qui ne sont pas si différents. Ainsi, « minimalisme » ou « simplicité volontaire » sont deux concepts qu'elle ne distingue pas. « Ce que j'apprécie par contre de tous ces mouvements, c'est le questionnement qu'ils nous poussent à avoir. A-t-on vraiment besoin d'avoir tous ces objets-là ? Nous rendent-ils réellement plus heureux ? »

Agir pour demain

C'est avec sa grand-mère que Laure Caillot aurait aimé le plus partager toutes ses découvertes. Tout ce qu'elle fait actuellement dans sa vie quotidienne se rapproche de ce qu'elle faisait. « Je me rends compte que je reviens à ce qu'elle faisait. Elle vivait en France, elle est décédée à 99 ans, a connu les privations, le rationnement et l'explosion de la société de la consommation. Elle connaissait la valeur d'un morceau de pain. Aujourd'hui, je pense que l'on est juste une génération plus conscientisée et que l'on est soumis à mieux comprendre les répercussions de nos gestes », partage-t-elle avec émotion.

À Montréal, Laure Caillot et Mélissa De La Fontaine ne sont pas les seules à suivre le mouvement zéro déchet. De plus en plus d'épiceries en font même leur marque de commerce. Rien que sur le groupe Facebook « Zéro déchet Montréal », le nombre de fans atteignait en avril dernier un peu plus de 4000 personnes. Toutes sont à la recherche de solutions pour réduire leur empreinte écologique. ■

« Selon Équiterre, au Canada, 40 % des aliments produits ne se rendent pas au consommateur. De ce montant, 30 % ne se rendent même pas sur les tablettes et 47 % sont jetés par le consommateur. Le gaspillage alimentaire se chiffrait à 31 milliards de dollars. »



"Vieux" fruits et des légumes récupérés à la fruiterie pour 24 \$.



Des cannettes... et des rêves !

À L'itinéraire où l'économie sociale est religion, les idées ne chôment pas. L'une d'elles venait d'une consœur qui m'a mis la puce à l'oreille : une coopérative innovatrice travaillant dans la récupération est prompte à accepter toutes marques de cannettes et bouteilles, même *scrappées* et consignées Québec, détail anodin et omis qui se révélera capital pour la suite de l'histoire...

Cette idée m'a fasciné car elle s'inscrit parfaitement dans le système D : cet amas de stratégies de survie à contre-courant d'un modèle érigeant la consommation et l'argent en valeurs morales.

Ramasser des cannettes permet à la fois d'avoir un revenu et de nettoyer la cité. Les recycleurs sont peut-être sans le savoir de parfaits éboueurs !

...Or qui dit revenu dit projets, alors pourquoi ne pas rêver ?

J'ai ouï dire que grâce aux cannettes, on peut se permettre de payer une petite facture, alors pourquoi ne pas en profiter pour s'offrir un accès internet de plus en plus coûteux par exemple ? Et si on arrive à amasser un petit magot, pourquoi ne pas s'offrir une TV plasma de 40 po ou plus, plutôt que de se contenter d'une minuscule 24 po ?

Non ! Peut-être que ce n'est pas assez ! Un voyage en Suède n'est-il pas envisageable grâce à cette manne imprévue ?

Ah ! La Suède, ça doit y être encore plus payant de ramasser des cannettes. Et puis les gens doivent être encore plus généreux, comme ces Danois qui ont fait de leur journal de rue *Hus Forbi* le magazine le plus vendu au pays !

Hélas, le rêve est souvent très éloigné de la réalité, davantage que le sont les cioux des terres. Entre temps, il faut bosser car quelque part, il est écrit que pour gagner son pain, l'humain doit suer !

...Ramasser des cannettes est une tâche dure car le ramasseur se livre continuellement en pâture aux regards et aux préjugés. C'est encore pire que de faire le camelot ! Le ramassage a des inconvénients : il faut stocker les cannettes, subir la puanteur, rapporter chez soi de la salissure et de la vermine.

En tentant de faire ce travail, j'ai entamé une refonte psychologique redoutable, je me suis livré à une perpétuelle exposition aux regards et au mépris, quitte à frôler une risée !

...Puis après moult hésitations, j'ai osé m'en aller à la coop. Ce n'était pas facile d'y arriver car il fallait se servir des transports en commun. Le chapelet redoutable recommence : regards, préjugés, questionnements sans fin...

Une fois arrivé sur les lieux, un préposé a jeté un coup d'œil apitoyant sur la marchandise : apparemment ce n'est pas prometteur. C'est à ce moment que la fameuse expression « consigné Québec » resurgit. Après le triage, j'ai reçu un billet qui me permettait d'encaisser 40 cents !

La préposée à la caisse était visiblement désolée. De mon côté je me livrais à une bataille rude entre deux aspects à la base de toute personnalité humaine : l'homme civilisé, courtois, dressé par toutes ces morales lui inculquant la bonne conduite versus la bête enfouie quelque part dans cet inconscient qui émerge sporadiquement. Fortuitement, l'homme civilisé a pris le dessus et s'est confondu en salutations et remerciements alors que la bête elle, frustrée et blessée dans son amour-propre, a dissimulé sa rage.

...Pensif, je retournais chez moi. À coup sûr je ne ferai plus ce travail. Néanmoins, cela ne m'empêche pas de méditer sur des façons de promouvoir le recyclage. À cet égard, l'exemple d'une ville suédoise m'est venu à l'esprit : ils ont réussi à réduire les déchets résidentiels à zéro. Désormais, tout passera au recyclage.

Entre autres solutions, j'ai envisagé ceci : élargir les types de plastiques recyclables et consignés au Québec. Cette suggestion est réalisable et des slogans sur des bouteilles de type « consignez-moi ! » ont déjà commencé à circuler. J'ai une autre idée un peu fantasque : recycler peut être une tâche ardue requérant patience, logistique et temps, alors pourquoi ne pas rémunérer la personne qui fait ce travail ? Je m'explique : il faut trouver une formule permettant de convertir la matière recyclable collectée chez les résidents en une manne financière, payée selon la quantité collectée par exemple.

Ce sont là des rêves. Or les rêves ont des avantages : d'abord, ils sont gratuits et puis, encore mieux, ils peuvent se convertir en projets inspirants, voire en réalités... ■

EN VENTE LE 24 MAI

20 \$ par les camelots

à L'itinéraire

au Café de la Maison ronde

25 \$ par envoi postal

en librairie (liste sur itineraire.ca)

MERCI À NOTRE ILLUSTRATEUR...

L'illustration de la couverture de *Sentinelles* a été réalisée bénévolement par Sébastien Thibault. L'artiste québécois réside à Matane. Il collabore régulièrement avec des journaux et magazines prestigieux comme *Time Magazine*, *The New York Times*, *The Guardian*, *Wall Street Journal* ou encore *Le Monde*, pour ne citer que ceux-là. sebastienthibault.com

... ET À NOS IMPRIMEURS

L'itinéraire a confié l'impression de *Sentinelles* à Katasoho, une entreprise familiale montréalaise qui se distingue par son engagement social et sa volonté d'inclure des préoccupations environnementales dans son processus de production - katasoho.com



Sentinelles

25 ans d'écriture à L'itinéraire

2017, 216 pages





Écrire pour exister

PAR SIMON POSNIC - RESPONSABLE DE L'ACCOMPAGNEMENT DES PARTICIPANTS

Au printemps 1992 était publiée la première édition gratuite de *L'itinéraire*, avant qu'il devienne un journal de rue vendu par des camelots. Pour célébrer ce 25^e anniversaire, un recueil recensant 100 des meilleurs textes de nos participants sera distribué à partir du 24 mai prochain. Retour sur l'histoire de l'écriture à *L'itinéraire*.

Ça a commencé avec 125 \$ qu'on avait confiés à des intervenants. Leur mandat : sortir des murs du centre Préfontaine où ils travaillaient à la réadaptation des personnes toxicomanes pour aller directement à leur rencontre, dans la rue. « On suivait ce qu'on appelait le noyau dur de l'itinérance, raconte François Thivierge, ceux qui étaient barrés partout. Notre rôle, c'était de trouver une solution pour ces gens-là. »

À la fin des années 1980, les ressources proposées aux sans-abri étaient rares. Très peu d'entre eux pouvaient demander le bien-être social – « Pas d'adresse, pas de BS », disait-on. Ces 125 \$ permettaient aux intervenants de louer une chambre leur faisant office de bureau, afin d'aider les gens à recevoir leur chèque d'aide sociale. « Ils signaient un papier nous mandatant pour recevoir leur chèque. On avait un compte en fiducie, on leur donnait leur argent et on les aidait à gérer leur budget, à négocier leurs dettes. » Pour les itinérants, c'était une façon de recevoir son dû ; pour les intervenants, une façon d'intégrer la communauté. La relation de confiance s'installait. « Tranquillement, on a trouvé des logements à ces gens-là, relate François Thivierge. De plus en plus de personnes venaient nous voir, on a fait notre place et on est devenu partie intégrante de la rue. »

Un groupe d'entraide ouvert à tous

Une consultation des gens du milieu faisait ressortir un besoin : l'ouverture d'un local ouvert et mixte où ils pourraient se retrouver et s'entraider. « Réunir des hommes et des femmes dans un même groupe n'était absolument pas dans les normes de l'époque. Mais l'histoire de *L'itinéraire*, c'est celle d'une lutte continuelle. On a commencé par organiser une réunion mixte pour voir comment ça allait se passer... »

Plutôt bien, puisque le centre Préfontaine acceptait de financer, d'abord sur une année, ce local. Avec un maigre budget et une charte qui traînait au fond d'un tiroir, la petite bande s'installait dans un local commercial de la rue Ontario. « Il fallait que les gens s'y sentent à l'aise. C'était un lieu d'appartenance où ils pouvaient participer à des activités, s'impliquer. On les amenait dans des comités, dans des consultations publiques, dans des manifestations avec le RAPSIM et le FRAPRU. L'idée, c'était d'abord qu'ils prennent la parole et soient représentés. Il y avait tout cet aspect de conscientisation et de défense de droits. » Il y avait aussi les projets : un café, un atelier de réparation de meubles et de bicyclettes, des groupes de discussion... Puis, l'idée d'un journal.

« On faisait beaucoup de prise de parole dans l'espace public, mais il n'y avait pas encore ce volet lié à l'écriture. Quand j'ai demandé qui voulait s'impliquer dans la mise sur pied d'un journal, trois ont levé la main. » Pierrette Desrosiers, Denise English et Michèle Wilson, trois femmes qui avaient vécu l'itinérance et sont reconnues, avec François Thivierge, comme les membres-fondateurs de du Groupe communautaire *L'itinéraire*.

Les pionniers

Une étudiante en communication met à disposition ses aptitudes et son ordinateur pour appuyer la quinzaine de rédacteurs. « *Nous aimerions donner la chance aux gens d'écrire sur différents sujets en les invitant à sortir de leur solitude* », annonce-t-on dans ce premier journal imprimé au printemps 1992 et distribué gratuitement dans les organismes communautaires et les maisons de chambres. Le petit livret, qui se veut un outil d'expression et d'information sur les activités du groupe, fait l'objet d'un lancement à l'Accueil Bonneau devant les caméras de Radio-Canada. La fierté de voir leurs textes publiés et les encouragements reçus en retour renforcent la fierté des auteurs. Après quatre numéros, inspirés par le mouvement des journaux de rue qui prend forme aux États-Unis et en Europe, ils testent la vente de leur journal sur la rue.

À l'été 1993, une première édition payante est produite sous un nouveau format, grâce à l'aide de *La Presse*, qui finance son impression. Des équipes de distributeurs s'installent, durant cinq jours, à différents points stratégiques de Montréal. L'opération est un succès, *L'itinéraire* s'offre une visibilité exceptionnelle et obtient la promesse d'un appui financier de la Ville. On décide d'en faire un journal de rue.

Le journal-école

Deux journalistes, Linda Boutin et Serge Lareault, sont alors embauchés à contrat afin de transmettre leurs connaissances et de former des rédacteurs.

« *Il s'agissait d'abord d'aider les membres à bien déterminer ce qu'ils voulaient faire* », explique Serge Lareault, qui passera une vingtaine d'années à *L'itinéraire*, comme rédacteur en chef puis comme directeur général. Ils suivent un cours d'histoire du journalisme, étudient les différentes formes que pourrait prendre leur publication. Ils décident que sa vocation première sera de faire tomber les préjugés sur l'itinérance, sous un angle objectif plutôt que contestataire. Ils veulent faire du groupe un journal-école : « *Il fallait que ça soit professionnel, que les gens de la rue qui souhaitaient écrire aient tout le support nécessaire pour bien s'exprimer. L'idée était aussi d'employer le plus de personnes de la rue possible.* »

Rapidement, chacun trouve sa place selon ses compétences et ses envies. Celui qui fait des graffitis apprend la mise en page. L'ancienne travailleuse du sexe vend de la publicité. Alain Demers, qui a un bon niveau d'éducation, devient le premier rédacteur en chef : « *L'itinéraire, c'est plus qu'un journal, avance-t-il dans son premier éditorial. Pour des gens qui ont laissé le marché du travail depuis longtemps, c'est une occasion de vivre une expérience de travail stimulante.* » Car outre la gestion des affaires courantes et la rédaction, la vente du journal est un travail en soi, 50 % de son prix de vente revenant directement à ses camelots.

Ils ne sont pas si nombreux le 24 mai 1994, lors du lancement du premier numéro du journal de rue. Mais rapidement, on se passe le mot. Gabriel Bissonnette frappe à la porte du groupe deux jours plus tard. « *C'est un camelot qui vendait au coin de chez moi qui m'a parlé de ça. Le lendemain, je suis allé les voir. J'aimais cette idée de donner la voix aux sans-voix.* » Les passants, eux, aiment constater que des gens qu'ils avaient vu quêter pendant des années se mettent à travailler et à

s'impliquer dans un projet. Les ventes s'en ressentent : « *Au bout d'une semaine, indique Serge Lareault, les 5000 copies qu'on pensait écouler sur deux mois étaient déjà vendues. Alors on en a réimprimé 10 000.* » La formule est gagnante.

Oui, les itinérants savent écrire

« *On a démarré fort, se souvient Gabriel Bissonnette, toujours camelot aujourd'hui, mais ça a pris du temps pour qu'on soit reconnu. Quand on disait aux gens qu'on rédigeait des articles, il y en a qui nous répondaient : "Depuis quand les itinérants savent lire et écrire ?"* »

Le journal de rue a fini par se faire une place dans les rues montréalaises, dans l'espace médiatique et dans le cœur de ses lecteurs. Il s'est structuré, a évolué, a changé plusieurs fois de périodicité, de papier, de format et de prix. Avec toujours la préoccupation de laisser une place, plus ou moins importante selon les époques, à l'écriture des camelots. « *Au départ, rappelle Serge Lareault, il fallait leur expliquer que ce n'était ni un journal personnel, ni un journal interne, mais un mass media tiré à 15 000 exemplaires. Il fallait bien s'exprimer, accepter d'être corrigé, ne pas faire de médisance, respecter une certaine éthique. Ce n'est pas parce que les personnes sont dans la rue qu'on ne doit pas avoir des exigences à leur égard.* »

La salle de rédaction de *L'itinéraire* est un laboratoire où on ne cesse de chercher les leviers pour susciter l'intérêt de l'écriture et développer les savoir-faire. Il y en a dont la plume est exceptionnelle. Il y en a d'autres, moins à l'aise avec l'écrit, que les membres de l'équipe de rédaction, salariés ou bénévoles, aident sur des questions d'orthographe, de syntaxe, de structuration des idées. Tous ont un point de vue authentique et pertinent à faire valoir, leur parcours en soi étant une source d'information.

De la souffrance et de l'espoir

Le journal est un prétexte pour évacuer ses souffrances, pour faire le point sur son cheminement et le partager. Par la force des choses, on y parle de vies brisées, de pauvreté, de consommation, d'itinérance... Mais aussi d'espoir et de dignité retrouvée.

Aujourd'hui, plus de la moitié du contenu du magazine est rédigé par ses participants. On tente, comme au commencement, de les placer au cœur des projets. Et inévitablement, c'est de quelques-uns d'entre eux qu'est venue cette idée d'anthologie, des amoureux des mots qui ont passé en revue plus de 500 publications s'étalant du printemps 1992 à l'été 2016. À partir de leur présélection, un jury de sympathisants a eu pour mandat de retenir 100 textes avec comme première consigne de faire confiance à ses émotions.

« *Vous ne sortirez pas indemne de ce livre symphonique, c'est-à-dire que vous en sortirez ouvert et palpitant*, écrit Monique Proulx, présidente du jury et auteure de la préface de ce recueil. *Et il ne vous sera plus possible de regarder les camelots de la même manière. Ni les itinérants, d'ailleurs. Peut-être vous apparaîtront-ils enfin tels qu'ils sont vraiment : des sentinelles. Des sentinelles postées judicieusement au coin des rues pour nous empêcher d'oublier notre solidarité, notre humanité.* » Pour nous rappeler que dans les bas-fonds d'une société malade, on peut encore trouver du talent et de la beauté. ■

UK
L'ITINÉRAIRE

L'appétit
vient
en donnant.

itineraire.ca/faire-un-don

65
UNE CARTE
UN DON

Derrière chaque texte, une histoire

Témoignages, chroniques, articles journalistiques, nouvelles, poèmes ou autres créations littéraires... Depuis 25 ans, les camelots et participants du Groupe communautaire L'itinéraire s'impliquent dans la rédaction de leur journal de rue. Voici quelques extraits de textes qui seront publiés dans *Sentinelles*, remis en contexte.



Si je pouvais vivre avec un p'tit bonheur
Un p'tit queq'chose au fond du cœur
Qui t'fait chaud, qui t'fait du bien
Qui t'dit que tu vis pas pour rien

Printemps 1992 - *Un petit bonheur*, par Thérèse Gauthier

Thérèse Gauthier a commencé à écrire ses premiers poèmes très jeune, sur des caisses de bières, au sous-sol de ses parents, quand elle voulait échapper à leurs disputes. Elle a continué à écrire toute sa vie sans jamais en parler. Membre du groupe communautaire à ses débuts, Thérèse a été sollicitée pour participer à la rédaction du premier numéro de *L'itinéraire*.

Au moment de sa publication, elle était hospitalisée à l'hôpital Notre-Dame pour un cancer du cerveau. Coupée du reste de sa famille, elle a pu, dans ses derniers instants de vie, revoir son fils et sa fille et leur remettre une copie de « son journal *L'itinéraire* ». À la suite des funérailles de leur mère, ils ont fait circuler plusieurs copies au sein de la famille. Dix ans après la mort de Thérèse et la publication de son poème, son frère lui a rendu hommage dans le magazine : « *Ma sœur est une fille qui a succombé à l'usure des mauvaises habitudes mais elle avait de grandes qualités. (...) À son image, j'ai vécu l'itinérance et des tourments en retrait de la famille. (...) À sa façon, Thérèse m'indiquait le bon chemin en me disant que j'étais capable d'y parvenir, au "petit bonheur".* »

Automne 1992 - *Mégots de vie*, par Luc Lenoir

En 1992, *L'itinéraire* en était à ses premiers balbutiements. Quand l'idée de créer un journal est venue, il fallait du matériel pour le remplir. On nous a demandé d'écrire des poèmes, des récits personnels, de conter nos aventures. Ce poème, je l'ai composé en une nuit. J'ai eu l'idée de parler de mon propre passé d'itinérant. Au moment d'écrire ce texte, ça faisait un an que j'étais sorti de la rue. Je voulais exprimer toutes les préoccupations qui nous habitent quand on vit dans la rue : la faim, le froid, l'ennui, le regard des autres. Je ne voyais que la misère et la cigarette dans tout ça, c'est ce qui me permettait de m'apaiser. C'était mon instant de répit.



Sur le macadam, dans la nuit
Un mégot fume et rougit
Aux coins de mes lèvres, j'aspire
Sa boucane qui m'inspire.

Avril 2005 - *Qui sont les fous ?*, par Cylvie Gingras



Lorsque j'ai écrit ce texte, cela faisait des années que j'étais comme un rat de laboratoire qui tourne à reculons dans les méandres de la psychiatrie. Les effets secondaires de la panoplie de médicaments qu'on m'avait prescrits me rendaient plus mal en point que mes troubles mentaux. D'ailleurs, c'est pour cette raison que j'allais au parc Émilie-Gamelin pour faire le plein de « bonnes » pilules telles que le Dilaudid, le Xanax et le Serax. Ce n'est qu'en 1996 que j'ai été diagnostiquée comme souffrant de troubles bipolaires, de troubles anxieux et de troubles sévères du sommeil. Il s'est écoulé seize ans avant que je rencontre un merveilleux psychiatre qui a fait le grand ménage dans mes ordonnances, prescrites ou non. Il a trouvé les bons médicaments et la bonne posologie. Cinq ans plus tard, je suis bien médicamentée et jamais je ne me suis sentie aussi bien. Ce qui me fait le plus tripper, c'est de pouvoir dormir sans somnifères, donc sans aucun risque de dépendance pour l'ex-polytoxicomane que je suis. Aujourd'hui, je peux affirmer que la vie est belle, bonne et généreuse avec moi.

Quand je demande à mon médecin pourquoi je suis si tremblotante, il me répond : « Votre pilule jaune a des effets secondaires, alors pour les diminuer, vous devez prendre la bleue qui, elle aussi, a des effets secondaires. Alors, je vous ai prescrit la verte, mais les tremblements sont les effets secondaires de la verte. »

Novembre 2005 - *Parti avec la pluie*, par France Lapointe

Ça a été une période vraiment *tough* pour moi. Lucien, je l'avais rencontré à L'itinéraire. Il filait comme un diable, il avait un gros problème de consommation. C'était quelqu'un de très émotif, il me parlait souvent de son enfance malheureuse, du fait qu'il n'avait pas été aimé, et ce n'était pas facile de le consoler, ça me prenait beaucoup d'énergie. À la fin de sa vie, il était très malade, il avait un cancer des poumons. Il est venu mourir chez nous, il n'était plus capable. Il avait avalé toutes ses pilules de morphine et c'était trop tard pour le sauver. La police et la morgue sont venues le chercher et dès le lendemain, je suis allée à L'itinéraire, où une personne de la rédaction m'a aidée à écrire ce texte. Il fallait que j'en parle.



Il pleuvait quand mon ami Lucien est parti. En plein après-midi, à 14 h, le 25 septembre. Lucien souffrait dans son corps et dans sa tête. Comme une bête blessée, il est venu mourir chez moi en confiance.



Juillet 2016 - *Lâche la lâcheté*, par Josée Cardinal

David Goudreault a eu la générosité d'offrir un atelier de slam à L'itinéraire, dont j'ai eu le bonheur de profiter. Ce jour-là, David nous a suggéré de choisir un juron, une saison, un animal, une couleur et de pondre un texte les incluant. Après, chacun de nous a clamé ses mots devant ses camarades, mais aussi devant une caméra ; notre activité était filmée pour un documentaire sur David. Cracher mon slam m'a été profitable : en m'engageant publiquement à être toujours plus courageuse, j'ai franchi une étape importante de ma quête d'authenticité. Cette expérience éclaire ma route encore aujourd'hui. Seule ombre au tableau : la version originale de mon poème, qu'on entendra peut-être dans le film sur David, contient une faute, « mirifique » pour « mirifique ». En surmontant cette épreuve, j'entamerais une autre quête, d'humilité, celle-là, essentielle à mon équilibre.

Je vomis les hypocrites
Pourtant
À quelle gymnastique de serpent
J'suis pas prête
Pour que les retourneurs de veste
M'acceptent en leurs rangs ?



Monique Proulx et le pouvoir des mots

L'écrivain Monique Proulx a reçu, le 22 mars, le prestigieux Mérite du français dans la culture, délivré par l'Office québécois de la langue française. Marraine de L'itinéraire depuis ses débuts, elle nous a fait l'honneur d'être présidente du jury qui a choisi les textes de *Sentinelles*, dont elle signe également la préface.

Vous êtes née le 17 janvier 1952, à Québec. J'aimerais aborder la question de vos antécédents familiaux. Dans quel univers la jeune Monique Proulx a-t-elle grandi ?

J'ai eu une enfance sans histoire, assez agréable. Mes parents aimaient les livres. Mon père a même tenté d'être un écrivain. Il a publié deux romans qui sont passés complètement inaperçus – et il en a gardé une certaine amertume. Plus tard, quand mes premiers livres ont été publiés, il manifestait parfois un peu de jalousie envers moi.

Faisiez-vous partie de la bourgeoisie ?

Non, pas du tout. J'ai grandi dans Limoilou. Mon père était un fonctionnaire. Il était archiviste et travaillait pour la police de Québec. Durant une brève période de temps, il a été journaliste, mais il était tellement mal payé qu'il a décidé de changer d'emploi. À la maison, l'argent se faisait rare. À un tel point que ma mère a dû recommencer à travailler dans la cinquantaine. Disons que ma famille était dans les mieux nanties parmi les pauvres.

La religion occupait-elle une grande place ?

Non, pas du tout. Mon père avait eu une jeunesse un peu mystique, mais à l'âge adulte mes parents étaient agnostiques. Ils ne pratiquaient pas, ce qui était rare pour l'époque. Quand ma mère sortait dans la cour, je me souviens que la voisine l'aspergeait d'eau bénite en lui criant : « Satan ! Satan ! » C'était donc très mal vu.

Vos parents étaient donc ouverts sur le monde...

Oui, mais en même temps, c'était Québec. Les gens de Québec avaient une grande réticence envers les autres, envers les étrangers. Il y a très peu d'immigrants à Québec. Je me souviens que mes parents étaient très peu généreux envers les Noirs ou les autres cultures. Même envers les plus pauvres qu'eux. Néanmoins, le climat était relativement serein. Et je pouvais me forger ma propre échelle de valeur.

À la manière des grands écrivains du XVIII^e et du XIX^e siècle, vous possédez un savoir universel qui s'exprime dans vos œuvres sans aucune ostentation. C'est par la lecture que vous avez acquis toutes ces connaissances ?

Merci d'abord pour le compliment. Je dis souvent que la langue est le personnage principal de mes livres. Il n'y a pas d'apprentissage savant. À force de lire, il y a des musiques qui nous restent dans l'esprit et dans le cœur. Au début, tu te collètes avec des musiques dissemblables. Réjean Ducharme a été très important pour moi, mais je pense aussi à Albert Cohen. *Belle du Seigneur*, tu le sais, est une œuvre écrite dans une langue éblouissante. Un auteur plus actuel, Nicolas Bouvier, fait preuve, dans *L'Usage du monde*, d'une vision remarquable. On sous-emploie la somptuosité de la langue. En même temps, le défi c'est de rester intelligible, passionnant, avec une trame narrative qui réussit à capter le lecteur. L'écriture est un art. La langue est un instrument de musique. Tu apprends à en jouer, puis tu apportes les corrections nécessaires et tu te perfectionnes.

Et la part du vécu dans tout cela ?

J'ai toujours été une grande observatrice émotive, très intéressée par les autres. Je me suis rendu compte que, depuis le début, j'écris à propos d'expériences qui me semblent étrangères. Dès le premier livre, j'ai parlé de gens, ou d'âges de la vie, que je ne connaissais pas. Dans mon deuxième livre, j'ai parlé du tabou du transsexualisme, un domaine qui m'était complètement étranger. Dans mon troisième roman, j'ai parlé d'un peintre qui était paraplégique. Ce n'est pas forcé. J'ai vraiment envie de me glisser dans la peau des autres. Montaigne a écrit : « Rien de ce qui est humain ne m'est étranger ».

Certaines lectures sont déterminantes dans le parcours d'un écrivain. Quels sont les livres qui vous ont le plus marquée ?

L'Avalée des avalés, de Réjean Ducharme ; *Belle du Seigneur*, d'Albert Cohen ; *L'Usage du monde*, de Nicolas Bouvier. Mais disons que c'est d'abord Réjean Ducharme, que j'ai lu à seize ans. Ce fut pour moi une lecture bouleversante. D'abord parce qu'il était Québécois et parce que j'ignorais encore que, comme Québécois, on pouvait être aussi grand. Il m'ouvrait des portes infinies. Il me disait : tu peux réinventer la langue. Ducharme était un littérateur de la langue française, sans

complexe d'infériorité. Il était à la fois romantique et délinquant. Séditieux. Le personnage principal de *L'Avalée des avalés* est une jeune fille. Ce roman est un appel à l'insurrection perpétuelle, au refus du monde adulte. Et la langue est éblouissante. Sans compter que l'humour est omniprésent.

À quand remonte votre envie d'écrire ?

À six ans. Dès que j'ai su écrire, j'ai compris le pouvoir des mots. À cette époque, j'avais interpellé ma mère pour lui dire : « *Maman, je sais écrire !* » Cet épisode est gravé dans ma mémoire. J'ai commencé à écrire très jeune sans savoir que cela serait nécessairement un métier. Comme je suis quelqu'un de très pragmatique, je voulais absolument gagner ma vie. Je ne voulais pas toucher de l'aide sociale pour écrire. Je pensais que je dénicherai un bon emploi et que j'écrirais à temps partiel, la fin de semaine. Finalement, je me suis rendu compte que ce n'était pas possible.

« *Écrire, c'est entrer dans une zone profonde qui n'est pas nécessairement acquise.* »

André Gide a écrit *Paludes* en deux jours. Stendhal, pour sa part, a écrit *La Chartreuse de Parme* en moins de deux mois. Manifestement, votre façon de procéder est différente, si l'on se fie à l'intervalle de temps qui sépare la parution de vos romans. Êtes-vous perfectionniste ?

Oui, bien entendu. Nicolas Bouvier a mis huit ans à écrire *L'Usage du monde*. Flaubert aussi mettait beaucoup de temps à accoucher d'une œuvre. Certains écrivains pondent un premier jet et le retravaillent sans cesse. Moi, je ne travaille pas de cette façon. Actuellement, je suis en train d'élaborer un livre, mais je n'ai pas écrit un seul mot. Je suis dans une période de gestation. Dans mon cas, cela peut prendre un an ou deux avant la mise au monde. Je prends beaucoup de notes. Mais, aussi longtemps que le produit n'est pas parfait à mes yeux, je repousse la parution du livre.

Cela dit, je n'ai pas cherché de modèle. Ça se passe comme ça, tout simplement. Je suis incapable, comme certains auteurs, d'écrire vingt-cinq pages dans une journée. Je travaille à mon rythme, qui est d'une page par jour, deux tout au plus, dans mes meilleurs jours. Écrire, c'est entrer dans une zone profonde qui n'est pas nécessairement acquise. Quand je m'assieds pour écrire, ça me prend deux heures pour y parvenir, pour me mettre dans l'état d'esprit nécessaire à la création. D'autant plus que, quand j'écris, je me relis depuis le début, ce qui peut prendre du temps. C'est la raison pour laquelle je n'écris qu'une page par jour, mais une page habituellement parfaite (*rires*). Quand j'écris une page, je n'y retouche pas.

Avez-vous subi, à vos débuts, l'influence d'un écrivain à qui vous auriez aimé ressembler ? Ou, au contraire, votre propre voix intérieure s'est-elle imposée à vous comme une évidence ?

Même si Ducharme et Cohen m'ont beaucoup influencée, je suis parvenue à m'en libérer. Ma musique intérieure est devenue personnelle et de plus en plus maîtrisée.

Qu'est-ce que vous avez ressenti quand on vous a publiée pour la première fois ? Étiez-vous habitée par des rêves de gloire et de grandeur ? Que représente pour vous le statut d'écrivain ?

À la première question, j'ai ressenti une immense fierté. J'avais fait parvenir mon manuscrit à plusieurs éditeurs et j'attendais

impatiemment une réponse. Un jour, je reçois la visite d'une éditrice pour apprendre que mon manuscrit avait remporté le prix Adrienne-Choquette. Imaginez : avant même d'être publiée, je remportais un prix ! Évidemment, cette circonstance inattendue a hâté la parution de mon livre. Finalement, c'est Québec-Amérique qui a accepté de le publier. Un peu plus tard, je remportais également le grand prix du *Journal de Montréal*. Mon directeur littéraire, Gilbert Larocque, était extrêmement fier, et moi aussi. Trois mille exemplaires ont été vendus, ce qui est énorme pour un recueil de nouvelles... J'étais gonflée à bloc pour écrire un autre livre.

Mais, comme dans bien des cas – et c'est le mien –, le deuxième livre d'un écrivain est rarement le meilleur. Il m'a fallu du temps avant de retrouver une certaine liberté face à l'écriture. À partir du troisième livre, j'ai cessé d'écrire pour être lue. Écrire est un privilège et c'est ça le principal. Il faut écrire sans se soucier de la façon dont le livre va être reçu. Je l'ai compris en écrivant mon troisième roman. La célébrité est passagère et impermanente. Tout passe. Ici, au Québec, on a tendance à se méfier des intellectuels. Personnellement, je crois qu'on doit apprendre à les aimer. On doit prendre conscience qu'il y a des gens qui sont des maîtres, de véritables inspirations. Nous manquons de respect envers ceux qui ont appris des choses et qu'on ignore. Maintenant tout s'équivaut. Les messages sur les réseaux sociaux sont écrits dans une langue déplorable. C'est comme si un texte écrit dans *Le Devoir* avait la même valeur que les textes écrits sur la Toile mondiale. C'est consternant. C'est ce que j'appelle les dérives de la démocratie. Le moindre trou du cul peut exprimer ses idées et avoir un public pour le défendre.

Jusqu'en 1980, vous avez travaillé à l'Université du Québec comme agente d'information. Puis, subitement, vous décidez d'abandonner votre carrière pour vous consacrer à l'écriture. Vous avez délibérément troqué la stabilité pour la précarité. Vous n'étiez pourtant pas obligée de le faire...

Durant deux ans, j'ai travaillé pour me ramasser de l'argent. Lorsque j'ai pris la décision de devenir écrivain, j'ai fêté au champagne dans un petit café de la rue d'Auteuil. Et puis, dans les années 1980, c'était différent. La jeunesse était au pouvoir. J'étais sûre de me débrouiller sans difficulté. À ce moment-là, je commençais à flirter avec le milieu du cinéma, qui allait subséquemment assurer ma subsistance. J'avais une confiance absolue en l'avenir. D'ailleurs, quand j'y repense, c'est la meilleure décision que j'ai prise et je m'en félicite tous les jours.

Quand vous écriviez *Sans peur et sans reproche*, aviez-vous déjà élaboré de grands projets d'écriture ?

Non. C'est venu par la suite. Quand j'ai écrit *Le Sexe des étoiles*, je pensais à *Homme invisible à la fenêtre*, mais le texte est resté sept ou huit ans en jachère. Même chose avec *Les Aurores montréalaises*, mais ça m'a pris dix ans avant de le mettre en forme.

Souvent, quand on écrit, on s'adresse à une seule personne, à un lecteur idéal. Est-ce votre cas ? La question que je me pose est : pour qui écrivez-vous ?

J'écris pour moi. Je parle bien sûr de mon moi élargi. J'écris ce que je voudrais lire.

À quelle nécessité intérieure le besoin d'écrire répond-il ?

J'ai la chance de pouvoir exprimer intégralement ma vision du monde, mais j'ai aussi la chance de pouvoir essayer de le changer. Je considère que l'écriture est très puissante, qu'elle peut changer

le monde. Je bénis le ciel de posséder ce talent, cette faculté d'apprendre l'art d'y parvenir. L'art, pour moi, n'est surtout pas un moyen de divertir. Dès le départ, je pensais que l'art était quelque chose de sérieux, un moyen de transformer le monde.

Ce qui n'empêche pas d'être divertissant...

Il le faut. J'écris des romans, pas des essais. Le roman est un art de la narration. Il faut que tu sois passionnant. Tu dois réussir à accrocher le lecteur. Le roman doit combiner l'art d'être profond, tout en étant ludique.

Écrire, pour vous, est-ce une façon de conjurer la mort ?

J'ai trouvé une autre façon de conjurer la mort. Je suis de plus en plus persuadée que je ne mourrai jamais (*éclat de rire*). Je ne parle pas de mon enveloppe physique. Je suis bien plus qu'elle. Je crois que ce que je suis, que ce que tu es, ne meurt pas. Certes, je l'exprime par l'écriture. Un silence intérieur est nécessaire, et l'écriture permet d'y parvenir.

Pourtant, beaucoup d'écrivains écrivent pour conjurer la mort...

Oui. Patrick Sénécal le croit. Je suis d'accord pour dire que la seule angoisse véritable, c'est la peur de la mort. Par comparaison, toutes les autres peurs sont dérisoires.

« L'écriture permet à ceux qui ont une histoire à raconter de prendre une distance par rapport à ce qu'ils ont vécu. Raconter, c'est dédramatiser. Et personne n'est condamné à revivre sans cesse des expériences traumatisantes. »

Vous êtes la marraine bien-aimée de L'itinéraire. Comment cette belle aventure a-t-elle commencé ?

En 1994, Serge Lareault m'a approchée. À cette époque, je jouissais d'une grande popularité. C'était durant ma période de gloire. Je venais de rafler quatre prix pour *Homme invisible à la fenêtre*. J'étais traduite en anglais, éditée aux Éditions du Seuil. Je me sentais extrêmement privilégiée. Collaborer à L'itinéraire, c'était pour moi une façon de redescendre sur Terre. Mon travail consistait à lire des textes écrits par les camelots et à faire partie d'un jury pour décerner des prix. Au début, j'étais seule, puis Anne-Marie Dussault m'a prêté main forte. Il y a eu aussi Dan Bigras. Je croyais tellement à cette cause. Je suis persuadée que l'écriture exerce un pouvoir rédempteur sur les individus. Certains camelots se distinguaient par la qualité de leur écriture comme Sylvie Gingras ou Jean-Marie Tison. Je croyais essentiel d'en parler parce que L'itinéraire était somme toute un phénomène clandestin.

Quand on lit les témoignages des camelots, on se rend compte que, pour beaucoup d'entre eux, l'acte d'écrire constitue une véritable catharsis. Contrairement à un écrivain, le problème de la forme ne se pose pas. Les mots ne sont que la courroie de transmission qui sert à livrer le message qu'ils veulent transmettre. Forcément, la façon de le faire est souvent maladroite, ce qui manifestement n'a pas d'importance. Qu'est-ce qui vous émeut dans ces témoignages ?

Je ne suis pas sûre d'être d'accord avec toi. J'ai lu des textes absolument stupéfiants. Jean-Marie Tison a écrit des textes renversants...

Oui, mais Jean-Marie Tison est exceptionnel. Il fait partie d'une classe à part.

Le monde des écrivains n'est pas différent de la société. Il y a de très bons écrivains, comme il y en a de moins bons. Cependant, ce que je remarque, c'est que l'écriture permet à ceux qui ont une histoire à raconter de prendre une distance par rapport à ce qu'ils ont vécu. Raconter, c'est dédramatiser. Et personne n'est condamné à revivre sans cesse des expériences traumatisantes.

Le magazine L'itinéraire offre aux camelots l'opportunité de s'exprimer. Dans quelle mesure la société en est-elle changée ?

Nous sommes dans un monde où le pire côtoie le meilleur. Mais en même temps, les forces de la lumière n'ont jamais été aussi fortes. L'humanité est rendue plus loin qu'au Moyen Âge, plus loin qu'il y a cinquante ans. L'itinéraire fait partie des choses extraordinaires dont on n'entend peu parler. Il fait appel à l'altruisme, à la solidarité humaine. Je pense qu'aucun être humain ne peut être insensible à cela.

Vous avez eu l'occasion de discuter avec de nombreux camelots. Quelle leçon en tirez-vous ?

J'éprouve une grande humilité par rapport à la grâce qui t'échoie en tant qu'individu. J'ai eu une enfance facile, une vie facile. On ne choisit pas sa vie. Les circonstances extérieures nous influencent, et nous devons conserver une grande humilité par rapport à ça. Ce n'est pas nous qui décidons. La qualité d'un être humain n'a rien à voir avec son statut social. Avant de juger, il faut savoir que les apparences ne sont que des apparences.

Monique Proulx, merci de m'avoir accordé cet entretien. ■



C'est curieux, le temps qui passe. Alors que certaines personnes semblent à l'abri de ses outrages, d'autres en sont l'incarnation. C'est comme ça. On ne choisit pas. Monique Proulx, malgré ses cheveux blancs, appartient, être de lumière, à la première catégorie. Inutile de préciser, je pense, que j'appartiens à la seconde. Ce qui me confère une certaine supériorité. Car Monique Proulx, qui croit me connaître, me connaît encore plus qu'elle ne le pense. À ses yeux, je suis le camelot « *au verbe savant* »*, mais au visage fripé, qui, à quelques reprises, a gravi les degrés de la scène du Lion d'Or pour y recevoir un prix. Jamais, au grand jamais, elle ne pourrait imaginer que le jeune homme avec qui elle avait fraternisé, il y a près de trente ans, au Salon du livre de Montréal, est une seule et même personne, tant la métamorphose que j'ai subie au fil des ans est radicale. N'importe. Tout l'essentiel est contenu dans le regard de Monique Proulx. La fureur et la passion brasillent dans ses yeux, pour se propager dans son œuvre comme un incendie. Je l'avais senti instantanément. Et elle le savait.

*Le mot est de Monique Proulx. Je n'ai jamais su si c'était ironique.



COMPTES À RENDRE

PAR IANIK MARCIL
ÉCONOMISTE INDÉPENDANT

PHOTO : SERGEY KARPOV (123RF)

L'argent fait le bonheur

L'argent ne fait pas le bonheur, affirme le proverbe. Notre morale d'héritage judéo-chrétien a parfaitement intériorisé cette maxime. Nous croyons dur comme fer qu'il est nécessaire mais qu'il ne constitue néanmoins pas la véritable richesse. Face à la mort, nous serons en bout de piste tous égaux. À quoi bon accumuler les richesses si à la fin de notre vie elles ne changeront rien à notre salut ? Mais surtout, qu'est-ce que l'argent à côté de biens beaucoup plus précieux comme l'amour, la santé ou la connaissance ? Cette vision morale de l'argent est probablement la plus largement partagée.

Ce serait Choderlos de Laclos, dans *Les liaisons dangereuses* (1782), qui aurait formulé ainsi cette morale, dont les origines remontent probablement aux temps bibliques. L'auteur précise toutefois, sous la plume de la marquise de Merteuil : « *J'avoue bien que l'argent ne fait pas le bonheur ; mais il faut avouer aussi qu'il le facilite beaucoup* » (lettre CIV). On pourrait reformuler en disant que l'argent ne suffit pas à faire le bonheur, mais qu'il est nécessaire pour y parvenir.

En fait, pour affirmer que l'argent ne fait pas le bonheur, il ne faut avoir ni faim ni froid, ni craindre pour sa sécurité ni pour son intégrité physique. Peu importe notre définition personnelle du bonheur, il semble tomber sous le sens qu'on ne peut s'épanouir dans l'insécurité et la précarité.

Seuil minimal de richesse

Un niveau de bien-être matériel minimal est donc nécessaire pour libérer le potentiel du bonheur. En cela, il semble juste d'affirmer que si l'argent ne fait pas le bonheur, il y contribue. Il est difficile d'avoir une relation amoureuse ou familiale harmonieuse si tous les soirs on s'endort l'estomac noué par le stress des factures à payer. D'être patients avec ses enfants si on craint de ne pas avoir assez d'argent pour les nourrir à la fin du mois.

Il y aurait donc un seuil minimal de richesse nécessaire pour être heureux, au-delà duquel l'argent n'apporte plus de bonheur. Une récente étude réalisée aux États-Unis a montré qu'au-delà d'un

revenu d'environ 75 000 \$, l'argent ne compte plus, pour ainsi dire. Qu'on gagne cette somme ou le triple, on ne sera pas plus heureux.

Ça n'est pourtant pas ce message que nous recevons de la publicité et de nos élites. On vénère littéralement les femmes et (surtout) les hommes ayant fait fortune. On considère désirable l'accumulation d'argent pour elle-même. Les pages des magazines populaires sont remplies de reportages sur les somptueuses demeures qu'acquiescent les très riches de ce monde, on nourrit le rêve de restaurants de grand luxe autant que des voyages les plus exotiques.

Rêver de luxe

Si l'on ne percevait pas l'argent comme souhaitable en lui-même, on ne vendrait pas autant de billets de loteries. Les ménages québécois dépensent en moyenne 142 \$ en billets de loterie par année. En moyenne, ce qui veut dire que les ménages qui n'en achètent très peu ou pas du tout contribuent largement à diminuer cette moyenne et qu'à l'inverse ceux qui en achètent régulièrement dépensent beaucoup plus que ce montant. Et ce ne sont pas que les plus pauvres qui consomment des jeux de hasard.

De posséder une importante fortune demeure un rêve nourri par de nombreux d'entre nous. Ce rêve dépasse le bien-être matériel minimal au bonheur. Les élites l'alimentent car cela les sert. La poursuite incessante de l'enrichissement, de la part des moins nantis comme des membres de la classe moyenne, participe à un idéal qui, s'il n'est jamais atteint, a des conséquences concrètes à court terme. La surconsommation qui étouffe la planète, le carriérisme qui tue à petit feu la santé mentale de nombreuses personnes, l'endettement sans cesse croissant... La recherche d'un bonheur qu'apporterait la richesse alimente sans qu'on le désire cette vaste machine.

D'ailleurs, dans la même lettre, Laclos écrit : « *le luxe absorbe tout : on le blâme, mais il faut l'imiter* ». Un nombre beaucoup trop grand d'entre nous rêvons de ce luxe que ne peuvent se permettre que les très riches, alors nous nous rabattons sur ses succédanés, et en demeurons toujours insatisfaits... ■





INFO RAPSIM

PAR PIERRE GAUDREAU
COORDONNATEUR DU RAPSIM



Québec revient sur ses coupes

Le scénario était cousu de fil blanc. Après trois ans de politiques d'austérité, le gouvernement du Québec a déposé fin mars un budget 2017-2018 comprenant des réinvestissements en santé, en éducation et dans certaines autres mesures sociales.

Comme plusieurs commentaires l'ont souligné, ce quatrième budget Leitaot répare au mieux les dommages causés par les précédents. Il demeure que celui-ci comprend des investissements qui pourront contribuer à la lutte contre l'itinérance, il faudra voir à les maximiser et à ce que d'autres suivent.

Trois bonnes nouvelles en logement

En 2015 et 2016, les budgets du gouvernement du Québec avaient réduit de 3000 à 1500 par an le financement de nouvelles unités de logements sociaux, pour tout le Québec, pour toutes les populations. De plus, il avait coupé la part de ceux-ci destinée à Montréal et dès 2014 réduit à néant son soutien au Programme de rénovation destiné aux villes.

Le budget du 28 mars a ramené à 3000 le nombre de nouveaux logements sociaux qui seront financés cette année avec le programme AccèsLogis. Comme le prévoit la Politique nationale de lutte à l'itinérance, 10 % de ces logements, soit 300 unités, seront destinés à des projets en itinérance, auxquels le gouvernement ajoute 75 logements pour cette année.

La part de Montréal, qui avait été réduite à 36 % en 2015, sera rehaussée, le budget reconnaissant la concentration de l'itinérance à Montréal et la nécessité d'y apporter une aide en conséquence.

Finalement, le budget rétablit le soutien au Programme rénovation Québec, qui, à Montréal, joue un rôle d'appui au financement de logement social, l'importance des travaux de rénovations entraînant souvent des coûts élevés.

Pour le développement de nouveaux projets de logements sociaux pour contrer l'itinérance, ces trois bonnes nouvelles seront aidantes. Déjà actuellement, avant le budget 2017-2018, une dizaine de membres du RAPSIM sont en développement de plus de 390 logements pour hommes et femmes, de différents âges.

Rien en pauvreté

Comme le soulignait le RAPSIM en février lors du troisième anniversaire de la Politique en itinérance, là où des actions majeures étaient manquantes et donc fort attendues dans le budget, était au niveau de la lutte à la pauvreté.

Or le budget annonce des investissements accrus à ce niveau, 307 millions \$, mais ils ne sont pas spécifiés et sont, à plus de 80 %, pour dans 4 et 5 ans ! Et cette ligne du budget se titre « *investir immédiatement pour lutter contre la pauvreté* »

Un nouveau plan de lutte à la pauvreté est plus que dû et son annonce a été reportée à l'automne, après la sortie du rapport d'experts formé par le ministre François Blais pour aviser sur un *Revenu minimum garanti*. Le ministre a reconnu à plusieurs reprises le besoin d'augmenter le revenu des personnes seules, il faut que cela soit réel !

Trop peu pour le communautaire

Un autre niveau où les attentes étaient importantes était le soutien aux organismes communautaires. L'austérité sélective du gouvernement a certes épargné les médecins et les *Bombardier* de ce monde, mais les groupes communautaires et les personnes qu'ils desservent y ont goûté. Seulement 10 millions \$ de fonds nouveaux récurrents d'ici 2 ans pour le Programme de soutien aux organismes communautaires, crédits qui atteindront 25 millions \$, mais dans 5 ans.

Au final, c'est un budget qui ne rompt pas avec l'approche du gouvernement. Un dernier budget avant les élections sera adopté au printemps 2018, avant celui-ci et lors de celui-ci, des investissements supplémentaires pour lutter contre l'itinérance sont plus que nécessaires. ■



Rencontre au Sac à dos le 6 mars du RAPSIM avec le ministre Martin Coiteux sur les enjeux logement du budget. Une rencontre qui a porté !

RAPSIM

Le réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal
www.rapsim.org | Tél. : 514 879-1949



ENTREVUE

PAR BENOÎT CHARTIER
CAMELOT IGA PLACE BERCY
ET MÉTRO RADISSON

Conversation avec un SDF pas comme les autres

Un téléphone intelligent peut parfois sauver des vies. C'est ce que j'ai appris en discutant par téléphone avec Christian, un sans domicile fixe de 45 ans qui dort dans les rues de Paris et qui accède à différentes ressources grâce à Twitter.

Depuis combien de temps vis-tu dans la rue, et à la suite de quel événement ?

C'est très simple, j'ai vécu un mauvais divorce et j'ai perdu mon travail. Par la suite j'ai été expulsé de mon logement, en avril 2015. Ça fait donc deux ans que je suis dans la rue.

Demandes-tu de l'aide à des organismes pour dormir et manger ? Sont-ils assez nombreux selon toi ?

Écoute, pour manger et se laver, oui, on a des ressources. Pour dormir, c'est beaucoup plus compliqué parce que les systèmes d'hébergement en France sont vraiment dégueulasses et absolument indignes. Moi j'ai fait un choix, je vis dans la rue. Je sais qu'au Québec, tu n'as pas ce choix à cause des températures et de la neige. Mais avec le climat en France, tu peux dormir dehors. J'ai un duvet et des couvertures.

Y a-t-il des soins médicaux, des cliniques dentaires, etc. ?

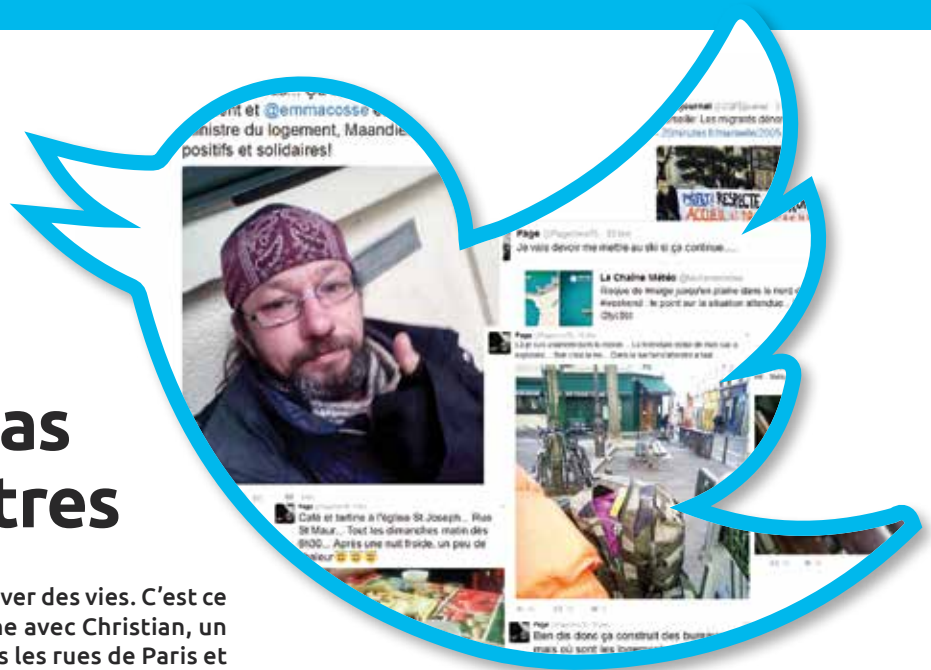
Tout ce qui est médical est pris en charge par l'État, ça dépend de la Sécurité sociale. Tu peux te faire soigner sans problème.

Nous, on est rendus avec des soins chiropratiques gratuits à l'accueil Bonneau, c'est à l'essai pour l'instant.

Ah bon, vous avez ça chez vous ? En France, on a ça depuis un bon moment. On a la couverture maladie universelle, notre carte d'assurance maladie s'appelle la carte Vitale. Ça fonctionne bien généralement même si, bien sûr, certains médecins essaient parfois de se débarrasser de nous.

Est-ce qu'il manque de médecins en France ?

À Paris il y a un médecin dans toutes les rues. Par contre, à l'extérieur de la ville, en banlieue ou en campagne, ils sont plus rares. Le mailage, ça coûte très cher à l'État.



Au Québec, il y a beaucoup de gens avec des problèmes de santé mentale qui sont dans la rue. En France aussi ?

Ici, ce n'est vraiment pas pris en compte alors qu'on sait que la rue, ça rend fou. Au bout d'un moment, les gens pètent un plomb. Il y en a qui vont très bien, mais après six mois dans la rue, tu les vois commencer à perdre la tête.

Tu as dit que l'espérance de vie des SDF en France était de 49 ans. C'est vrai ?

Oui, c'est pas beaucoup. Je suis bénévole au Collectif des morts de la rue, qui se bat pour que ce problème soit dénoncé. C'est eux qui ont sorti ces chiffres-là. Quarante-neuf ans c'est une moyenne car dans ces décès, il y a des bébés de 3 semaines, des enfants de 13-14 ans et des personnes âgées de 70 ans. Cela m'énerve beaucoup car la France est un pays très riche et ce n'est pas normal qu'à notre époque, il y ait encore des gens qui meurent dans la rue. Tu sais, même quand les gens sont pris en charge, certains sont rendus tellement bas au niveau de la santé physique qu'ils meurent quand même. On parle des morts dans la rue, mais il y a aussi des morts dans des foyers d'hébergement d'urgence ou dans les chambres d'hôtel (NB : quand il n'y a plus de places dans les foyers, on réquisitionne parfois des chambres d'hôtel pour loger les SDF).

Qu'est-ce que tu transportes dans ton sac à dos ?

Je dois quand même avoir 30 kilos sur les épaules (66 lbs). J'ai mes papiers et un gros fouillis dans mon sac. J'ai un sac de couchage, trois couvertures et un duvet.

Qu'est-ce que tu as de plus important ? As-tu des médicaments ?

Moi, je ne suis jamais malade, c'est une chance. Ce que j'ai de plus important, ce sont des produits d'hygiène et mon chargeur de téléphone, car il faut de la batterie pour aller sur Twitter.



Qu'est-ce que t'apporte Twitter ?

Je t'avoue que je suis un *alien*. Pour utiliser Twitter, il faut avoir un téléphone et un abonnement. Je fais ça parce que j'y vois une utilité directe, pour moi et pour les autres. Je rejoins des gens ou des associations qui m'amènent plein de choses que je redistribue aux associations ou à d'autres SDF. Quand on m'invite à manger, j'amène toujours un copain avec moi.

Comment t'es venue cette idée ?

J'ai un ami qui est SDF qui faisait ça avant moi, il m'expliquait qu'il refusait toutes les aides de l'État. Au Québec vous avez le bien-être social, nous on a le RSA (revenu de solidarité active). Grâce à Twitter, mon ami n'a pas besoin de cette aide au revenu, il trouve toujours des petits boulots à faire.

Combien ça te coûte ?

Je paie seulement 5,99 euros (environ 8 dollars canadiens) pour deux heures d'appels et 2 Go de données pour aller sur internet. Souvent, je dépasse mon forfait, mais ça ne me coûte jamais plus de 15 euros par mois (environ 20 dollars canadiens).

« Les terroristes de Daesh, ce sont de petites merdes. Avec l'attentat de Charlie Hebdo, la fusillade au Bataclan, le camion à Nice, il y a eu 200 à 220 morts. Alors que dans la rue, entre 2015 et 2016, plus de 1000 personnes sont mortes. La précarité fait beaucoup plus de morts en France que les terroristes ! »

Ici ça te coûterait cinq fois plus cher, parce qu'il y a quelques compagnies qui se partagent le monopole... Y a-t-il beaucoup de gens qui sont entrés en communication avec toi grâce à ça ?

Oui, beaucoup de gens. Par exemple, on m'invite à prendre un bain ou une douche, on me donne des habits. Demain soir, je suis invité au théâtre et on se fera un restaurant. Ça va être une super soirée.

Est-ce que les gens t'offrent parfois l'hébergement pour la nuit ?

Ça arrive. Le week-end dernier par exemple, on m'a invité à faire ma lessive, à manger et dormir. J'essaie de ne pas abuser de la situation, il y a des gens qui m'invitent à dormir, mais je sais qu'ils ont une vie et je ne veux pas squatter chez eux. C'est d'abord le boulot de l'État de me trouver de l'hébergement et ça, c'est totalement défaillant en France.

Est-ce que tu paies ton transport ?

En France, pour les SDF, le transport est gratuit. Il faut faire une demande au RSA (revenu de solidarité active) et c'est très simple. Tu peux voyager avec ta passe magnétique partout à Paris.

As-tu un métier ?

À la base j'ai un bon métier, mais c'est très difficile de trouver un emploi quand tu es dans la rue, alors je me débrouille autrement. Ce matin, j'ai peinturé une chambre grâce à Twitter. Comme moi, il y a beaucoup de gens qui sont à la rue et qui travaillent, on dit de nous qu'on ne veut pas travailler, qu'on est des assistés et des fainéants, mais c'est totalement faux. Il n'y a tout simplement pas assez de logements et d'abris, même pour ceux qui travaillent.

Quand tu interpelles des politiciens sur Twitter, as-tu des réponses ?

Pas souvent. J'ai interpellé la ministre du logement plusieurs fois, mais elle m'a toujours ignoré. On est en période électorale et ils savent qu'ils vont tous sauter dans quelques semaines. Ils s'en foutent de nous !

Comment vois-tu ton avenir ?

Je serai sûrement futur président de la République ou un grand acteur porno. Après tout, c'est un peu la même chose !

Est-ce que tu entends obtenir un logement bientôt ?

J'ai entrepris des démarches, je suis sur une liste d'attente pour un logement HLM (habitation à loyer modique), mon dossier est complet, mais il doit traîner quelque part dans une administration. Il y a 150 000 SDF en France, mais seulement 100 000 places pour eux. Il y a une personne sur trois qui l'a dans le cul, c'est mathématique.

Es-tu prioritaire parce que tu es dans la rue ?

Il y a plein de gens qui sont prioritaires, et vu que je suis SDF, je suis en dessous de la pile parce qu'il faut quand même des ressources pour payer son loyer. En France, tu vois, c'est marqué partout « Liberté, Égalité, Fraternité ». Liberté, je veux bien. Fraternité, moyen. Égalité, laisse tomber !

On te remercie bien pour cette entrevue, Christian !

C'est cool mon ami ! Est-ce que tu es dans la rue, toi ?

Je suis un itinérant avec un toit. J'ai été dans la rue il y a 15 ans et j'ai perdu beaucoup de dents à cause de ça.

Tu sais, en France, tu serais déjà mort. Un an dans la rue, c'est comme si tu perdais trois ans de ta vie. Tu perds des années de vie que tu ne pourras jamais rattraper. Ça fait deux ans que je suis dans la rue, donc ça fait six ans de perte de vie. Va sur mon Tweet et regarde mes photos, tu verras des conditions d'accueil édifiantes.

Bon courage mon ami, et longue vie !

Prends soin de toi mon frère ! ■





PHOTO : JULIEN BOIS

INFO CAMELOTS

PAR YVON MASSICOTTE
REPRÉSENTANT DES CAMELOTS

CAMELOT RENAUD-BRAY CÔTE-DES-NEIGES ET MÉTRO UNIVERSITÉ-DE-MONTRÉAL

L'écriture à L'itinéraire

La plupart des camelots écrivent dans le magazine. Pourquoi pas tous ? Parce qu'au début, on demande au nouveau camelot de commencer par vendre le magazine. Certains ne sont pas familiers avec l'écriture, et ce n'est pas quelque chose qui intéresse tout le monde. Lorsque la personne souhaite publier un texte, des membres de l'équipe de la rédaction la rencontrent et lui expliquent les différentes possibilités qui s'offrent à elle. Et si elle le désire, elle peut prendre rendez-vous avec un bénévole de la rédaction pour écrire des mots de camelots ou des chroniques. Les bénévoles sont là pour aider les participants à taper leurs textes, à les corriger si nécessaire, et à leur donner des conseils. Quelquefois, ils lui suggéreront par exemple d'utiliser un terme plutôt qu'un autre, de développer une idée, d'organiser son texte d'une autre façon. Il est important pour nous d'écrire car l'écriture en soi est thérapeutique.

Les clients adorent lire ce que les camelots ont à dire, cela les aide à mieux les connaître, leur offre un nouveau point de vue et permet de faire tomber certains préjugés.

À venir ...

J'en profite pour vous parler du numéro 100 % camelot, qui sortira le 15 mai 2017. Je vous explique le processus. Quatre camelots ont été choisis pour assurer la coordination de cette édition, sous la supervision de l'équipe de rédaction. Nous avons choisi le thème du dossier principal, les différents articles qui le composeront, nous avons réfléchi ensemble à l'illustration de la une.

Vous savez, L'itinéraire a aussi décidé de publier un recueil des meilleurs textes de camelots depuis 25 ans. Nous aurons le loisir de vendre ce livre à nos clients dès le 24 mai 2017. À suivre ! ■

CARREFOUR



PHOTO : JOSÉE PANETRAYMOND

Bienvenue à Mélodie

Le Café de la Maison ronde, que L'itinéraire administre depuis maintenant trois ans va bourdonner d'activités dès le mois de mai, grâce à notre nouvelle chargée de projets.

Mélodie Grenier s'occupera non seulement de la gestion administrative du Café situé au Square Cabot, à côté du métro Atwater, mais planifiera une foule d'activités en lien avec les communautés autochtones et inuites qui fréquentent le square depuis de nombreuses années. De concert avec l'équipe de L'itinéraire et le gérant d'origine ojibway, Al Harrington, Mélodie, elle-même métis, mettra son expérience au profit de la communauté et des clients du café pour créer des liens et contribuer à une meilleure cohabitation sociale au sein du quartier.

Le Café de la Maison ronde, créé en 2015 ouvrira ses portes, cette année, le 20 mai. Le Café emploie chaque été des personnes autochtones éloignées du marché du travail. C'est d'ailleurs le seul café autochtone à Montréal. ■



PHOTO : JONATHAN VERGE

Cabane à sucre

Une trentaine de camelots et des membres de l'équipe de L'itinéraire ont pu se sucrer le bec encore une fois cette année à la cabane à sucre Constantin à Saint-Eustache. Les traditionnels oreilles de criss, le jambon, les omelettes et autres mets qu'ils ont généreusement arrosés de sirop d'érable ont rempli les panses et mis le sourire aux lèvres des convives. Merci à la cabane à sucre Constantin, qui a offert d'excellents rabais à notre organisme, sans oublier l'habituel accueil chaleureux qu'il nous a réservé ! Un gros merci aussi à notre Claudine (2^e à gauche avant), qui a organisé en grande partie cette activité annuelle. ■



Un bateau sur le point de couler

Le bateau étrange de douze étages et d'une longueur impressionnante navigue lentement sur l'océan Atlantique couvert de brouillard et de méfiance. À bord, des milliers d'humains de différentes ethnies, langues et couleurs de peau, de toutes provenances.

De l'extérieur, le bateau semble dater de la Seconde Guerre mondiale. La coque montre des signes de corrosion et le lettrage qui l'identifie s'est estompé avec le passage du temps. Quel est son port d'attache ? Est-ce un bateau de transport ou un bateau marchand ? Est-il en mission spéciale ? Quels sont ses objectifs ?

L'intérieur est encore plus bizarre que l'extérieur. Les étages inférieurs sont surpeuplés de pauvres gens. L'odeur est insupportable à cause de la saleté et de la chaleur. Il y a la maladie, les insectes et les rats, les disputes et les crimes. Le corps d'une personne assassinée est jeté à la mer sans qu'une enquête sur la cause de sa disparition ne soit ouverte.

Il y a quelques années, la distribution de nourriture et d'eau potable a été réduite pour les passagers des étages inférieurs à cause de la diminution des réserves. À l'opposé, la nourriture et la boisson abondent aux étages supérieurs où se trouvent les piscines, les bars et les discothèques luxueuses.

Pour empêcher les gens des étages inférieurs de monter, le bateau est équipé de barrières en fer verrouillées et surveillées par des gardes.

La composition de l'équipage est complexe et ambiguë. Il y a beaucoup de dissensions et de haine entre ses membres, dont le nombre est inconnu. Même leurs vêtements, leurs langues et leurs nationalités sont différents.

Deux capitaines se relaient aux commandes pour les différents quarts de travail, chacun dirigeant son propre équipage. Ils communiquent rarement entre eux, ne comprenant ni la langue ni les intentions avouées ou cachées de l'autre. Aucun des deux ne sait ce qui se passe sur le bateau ni quel est son itinéraire. Ils sont informés par leurs assistants qui, eux aussi, leur cachent beaucoup d'informations par intérêt personnel.

Les instruments de navigation du poste de pilotage sont négligés et rouillés. Les cadrans ne fonctionnent pas ou donnent de fausses indications. Ils n'ont jamais été changés ou calibrés depuis la Seconde Guerre mondiale. Le premier capitaine pense que le bateau se dirige vers l'Est, tandis que le deuxième pense voguer vers l'Ouest.

Les deux capitaines passent leur quart de travail à boire et à fumer. L'un boit de la vodka et fume le cigare tandis que l'autre boit du whisky et fume la pipe. Ils sont sous l'influence de drogue et d'alcool la plupart du temps.

Le bateau commence à craquer et l'eau pénètre à l'intérieur des étages inférieurs, mais les capitaines et leurs assistants ne s'en occupent pas. De plus, un incendie s'est déclaré à bord causant la panne de huit moteurs. Il ne reste que deux moteurs en état de marche. Les réservoirs de fioul sont énormes et contiennent suffisamment pour permettre au bateau de naviguer pendant un an. Présentement, ils sont encore remplis à moitié, mais le fioul coule dans la mer, causant une catastrophe environnementale sans précédent. Le rapport a été caché afin de ne pas se retrouver aux mains des organismes de protection de l'environnement.

Un consultant à bord a dit en 1980 que le bateau allait inévitablement couler à cause de la négligence, du manque de vision commune et de coordination entre les équipages. Cet autre rapport a été caché et le consultant envoyé en mission hors du bateau. Il n'y est jamais revenu.

Le bateau est au bord de la catastrophe. Il penche dangereusement vers tribord, causant la mort de nombreux passagers des étages inférieurs. Mais le capitaine et son assistant s'en foutent et n'en font pas mention dans leur rapport quotidien. Les réserves de nourriture et d'eau potable diminuent et le capitaine ordonne de réduire encore de moitié les portions données aux gens des étages inférieurs pendant que les passagers des étages supérieurs continuent de profiter de l'abondance.

Le bateau continue de naviguer dangereusement vers sa destinée. À ce point, les deux capitaines ont décidé, mais un peu tard, qu'il serait temps d'apprendre la langue de l'autre.

Alors, l'un d'eux commence à étudier l'anglais américain et l'autre le russe. ■

COMMENT AIDEZ-VOUS LE ZÉRO DÉCHET?

Le zéro déchet, effet de mode ou véritable geste durable, contribue à l'amélioration de notre environnement. Sous cet angle, les initiatives contre la surconsommation et le gaspillage ne peuvent qu'être soutenues. Collectifs et individus emboîtent le pas et multiplient les actions. Nos camelots nous assurent d'ailleurs qu'il est possible de poser de petits gestes, pour nous, pour notre habitat, et ce, quel que soit notre niveau de vie.

Organiser le ramassage collectif

La ville de Montréal est sale. Si tout le monde, tous les jours, prenait l'habitude de ramasser un déchet dans la rue, ça ferait toute la différence. À chaque fois que je traverse le parc à côté de chez moi, je ramasse un papier à terre et je le jette à la poubelle. Je remarque qu'il y en a de moins en moins. Dans mon quartier, j'avais pensé organiser un ramassage collectif dans les ruelles, un dimanche. En plus, ça aiderait à connaître les voisins. Moi, je vais systématiquement refuser les sacs en plastique. Ça fait d'ailleurs rire mes voisins lorsque j'arrive avec une tomate et une patate dans chaque main. J'achète aussi en vrac, pas forcément pour des raisons environnementales.

ROGER PERREault
CAMELOT LAURIER / PARC

Livraison en vrac

Les sacs en plastique me dérangent. Ça fait beaucoup de pollution. J'en vois beaucoup dans la rue. Je fais mon recyclage. Le plastique, le carton, tout y passe. Plus au nord, à Mont-Laurier, il n'y a pas de déchets. Je pense qu'il faut utiliser, le plus possible, des sacs recyclables. Je vois aussi des gens, bénévoles, qui ramassent les « déchets » comme la nourriture ou même des vieux objets et ils les distribuent à l'aide de leur *truck* rouge. Ou d'autres, comme ma filleule, qui les ramène aux usines de traitement des déchets. Si je le pouvais, j'organiserais les livraisons des courses avec tout en vrac dans des bacs. Pas de sacs, pas d'emballage, pas de déchets.

SYLVAIN CLOT
CAMELOT SAINT-DENIS / ONTARIO

Recycler, tout simplement

Le tri et la récupération. C'est ce que je fais le plus. Les canettes, par exemple, traînent partout et en plus, ça fait de l'argent. Les papiers c'est la même chose. Le carton, les cannes de nourriture se recyclent. Mais je pense que les épiceries pourraient se mettre un peu plus au vrac. C'est moins cher parce qu'on paye souvent plus pour l'emballage que pour le produit lui-même. Mais il y a du pour et du contre. Si l'on n'emballait pas les choses dans des cartons, je pense qu'il y a bien des produits qui seraient volés. Puis, même si l'idée est bonne, je crois que les compagnies n'accepteraient pas de supprimer les emballages parce qu'elles perdraient de l'argent.

FRANCE LAPOINTE
CAMELOT DE MENTANA / MONT-ROYAL

Investir pour économiser

La planète n'est plus capable d'en prendre. Trop de pollution et de déchets. On vit dans une période d'abondance. Avant, t'achetais une laveuse, ça durait 10 ou 12 ans. Maintenant, au bout de cinq ans, tu la changes. Point de vue industriel, c'est pareil. Il n'y a pas assez de recyclage. Moi je recycle beaucoup. Je suis concierge là où je demeure et je sensibilise les locataires au recyclage. Je récupère aussi les canettes, je le fais spontanément, pas nécessairement pour l'argent. Il faudrait une grosse campagne de sensibilisation et forcer les multinationales à recycler et à réutiliser. J'ai un de mes amis qui travaille dans le PVC. Il réutilise la matière jusqu'à cinq fois. Je ne sais pas pourquoi ils ne le font pas pour d'autres matières. Ça s'appelle investir pour économiser.

GAÉLAN PRINCE
CAMELOT MÉTRO BONAVENTURE

Être mieux formé

Moi, je ne m'y connais pas très bien en zéro déchet. Mais, au métro Honoré-Beaugrand, je sais que les gens cherchent toujours où déposer leur contenant de café vide. Ils restent plantés devant les poubelles. Alors, il faudrait mettre des explications plus claires. Chez moi, il faut que les vidanges disparaissent. Pour ma part, je rince mes déchets avant de les mettre dans le bac de recyclage. Il faudrait aussi faire passer plus de documentation pour mieux renseigner les gens à propos de comment faire du compost, former le monde. Par exemple, peu de gens savent que les mouchoirs se compostent. Puis il faut penser qu'on peut donner des choses comme du linge ou même juste des oignons qu'on a en trop.

MANON FORTIER
CAMELOT VILLAGE CHAMPLAIN
ET MÉTRO HONORÉ-BEAUGRAND

Recycler le recyclable

Moi, je recycle. Même si parfois je trouve ça complexe. Dans ce cas, je mets quand même certains emballages au recyclage parce qu'un tri est fait après. Pour mon linge, je l'achète dans les friperies. J'adore l'idée d'offrir une seconde vie à un vêtement. Pour l'alimentation, les produits que j'aime n'ont pas de suremballage. Mais le problème est que, ça, tu ne le sais qu'après avoir fait ton achat. Si je pouvais passer une loi pour diminuer la quantité de déchets, j'obligerais les entreprises à utiliser des emballages recyclables et recyclés. Je mettrais aussi fin à la vente des petites bouteilles d'eau. L'eau, on l'a gratuite dans la champlure.

ISABELLE RAYMOND
CAMELOT MÉTRO VERDUN

Réutiliser le plus possible

Les municipalités devraient imposer des frais aux gens qui mettent trop d'ordures sur le chemin. Ça réduirait le nombre de déchets parce que lorsqu'il s'agit de sortir des sous du portefeuille, on fait plus attention. Moi, je prends des photos des poubelles dans les ruelles et j'envoie ça à l'arrondissement avec une plainte. De mon côté, je fais attention. Par exemple, si on parle de dates de péremption, il y a une limite quand même. Le sucre ou le café, ça tient des années et des années. Et les emballages... C'est vraiment du gaspillage ! Malheureusement, monsieur et madame Tout-le-monde ne peuvent pas faire grand-chose. On est le dernier maillon de la chaîne. Tout ce que l'on peut faire est de réutiliser le plus possible.

TUAN TRIEU-HOANG
CAMELOT MÉTRO HENRI-BOURASSA

Redonner un poumon à la planète

Je me suis inscrit cet été pour faire du jardinage sur le toit de mon bloc. Je veux leur proposer de composter pour faire de la belle terre noire. Moi je suis de la vieille génération. On a été habitué à gaspiller. Avant, quand on faisait la vidange de la voiture, on vidait ça dans le canal ! Maintenant, j'essaie de trier. Je rince même mes cannes. Mes affaires, je les donne à quelqu'un d'autre. Si on le voulait, on n'aurait plus aucun déchet. Il suffirait de tous s'y mettre, sur l'ensemble de la planète. On se sentirait mieux et je pense qu'on redonnerait un poumon à la planète.

JOSEPH CLERMONT MATURIN
CAMELOT SAINTE-CATHERINE / DORION

La ville, une mine d'or

Moi je suis un récupérateur de ferrailles et les fils électriques qui contiennent du cuivre. Si tu le nettoies bien, tu peux le récupérer. Les trottoirs sont des mines d'or. Parfois on voit des gens à vélo qui ramassent des déchets en bon état pour les envoyer à l'étranger, dans les pays pauvres. Normalement c'est la ville qui ramasse, mais de plus en plus, les gens se mettent à récupérer les choses. Premièrement, ça aide à nettoyer les rues, ça aide les gens à s'en sortir et c'est une cause humanitaire en même temps. Avant, tout partait dans les incinérateurs de la compagnie Miron. Maintenant, plein de gens sont prêts à récupérer et à transformer, par exemple, des pièces de frigo en jouet, en tasse, en table.

MAXIME VALCOURT
CAMELOT THÉÂTRE DU NOUVEAU MONDE

Si le salaire minimum, c'est ton maximum

T'as besoin de la CSN

1 800 947-6177
f t v csn.qc.ca



photo: isback



MUSIQUE

PAR LUC DESCHÊNES
PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGERMarie-Josée Lord, soprano et
porte-parole d'Opéra de rue

Opéra de rue

À la rencontre de deux marginalités

Redonner de la dignité et de la fierté par un projet vraiment original, voici l'approche de l'organisme Le Sac à Dos qui s'occupe de l'insertion sociale et économique des gens de la rue. La folle aventure n'est rien de moins qu'un opéra de rue de 30 minutes, intitulé *Humanitudes*, pour et par les participants de l'organisme. Il est le résultat d'une collaboration avec nul autre que l'Opéra de Montréal. L'occasion, comme le souligne Marie-Josée Lejeune, l'une des participantes, de réunir « *des gens que l'on considère hauts avec ceux qui sont au plus bas* ».

L'importance de l'écriture

Nicole Blouin, initiatrice d'Opéra de rue et coordonnatrice aux activités de communication et de collecte de fonds du Sac à Dos, est une amoureuse de l'opéra, du théâtre et de l'écriture. Elle a confié l'écriture du livret au poète José Acquelin qui s'est d'ailleurs empressé d'accepter cette collaboration.

Pour le librettiste, cette proposition était l'occasion de plonger, d'« être là dans la ville », dans le quartier, où il rencontre et connaît plusieurs de ces itinérants. La poésie est alors pour lui « *une autre manière de dire, de traduire une réalité multiple, de faire parler le langage autrement* ». Parti des témoignages des participants pour écrire le livret, il considère le titre, *Humanitudes*, comme parfaitement représentatif. « *Un mot-valise qui intègre la solitude, l'attitude, l'aptitude de l'humanité. En un mot, c'est un peu ce que chacun vit à sa façon.* »

On sent dans ses propos un dévouement à une cause sociale comme celle de participer à l'écriture, pour partager au public la souffrance, la réalité des gens de la rue. Pour lui, « *c'est un privilège de partir du quotidien de la vie pour écrire [cette production]* ».

La passion des participants est également perceptible. Pour eux, il s'agit de s'affirmer par une forme d'art, de lancer le message que, malgré leur différence et leur pauvreté, ils sont comme tout le monde.

On voit dans le regard de ceux qui ont investi tout leur cœur dans cette aventure, leur réelle volonté de faire bouger les choses par rapport à l'itinérance, et de changer la perception de personnes qui souvent les méprisent et les jugent. Voir une telle démarche dans une société qui semble ne pas prendre le temps de s'occuper et d'écouter les gens, leurs problèmes, et ce, peu importe leurs difficultés, est rassurant et apporte un certain espoir.

Le social avant tout

Certaines personnes se demandent peut-être en quoi initier d'anciens itinérants à tous les aspects de l'opéra et aux étapes de réalisation d'une œuvre lyrique est une démarche pertinente. Tandis qu'on pourrait croire qu'ils ont, avant tout, des besoins de bases : se loger, se nourrir et sortir de la rue. L'initiatrice répond clairement à cette question. « *Les gens qui ont participé aux activités sont sur un programme de réinsertion. Certains ont déjà vécu dans la rue, d'autres non. L'être humain a besoin de se loger, de se vêtir, oui, mais l'humain* »

« *J'ai décidé de participer à l'Opéra de rue dès que l'on m'a dit que c'était pour ramasser des fonds pour Le Sac à Dos. Ils m'ont aidé et pour eux, je ferais n'importe quoi !* »

Michel Arsenault, participant

a aussi besoin de nourrir son intériorité, de développer sa créativité, d'exprimer ce qu'il porte en lui et d'échanger. Je me dis que la réinsertion sociale part avant tout d'une attitude envers ces personnes. Dans le fond, c'est à nous de les réinsérer. Nous aussi avons nos problèmes et cette fragilité, tout le monde la porte. Alors, pourquoi faire une distinction ? Ils ont une vision du réel très enrichissante et qui nous parle en tant que société. Pour moi, il était essentiel de faire vivre cette rencontre entre les deux marginalités pour briser le regard de part et d'autre. » Pour Mme Blouin, c'est l'occasion de faire connaître les gens de la rue qui « portent une beauté que l'on ne voit pas à cause des préjugés et de l'opacité des regards des citoyens face à ces personnes ».

À son tour, Claudia Bilodeau, médiatrice culturelle, parle du lien qu'elle doit tisser entre tous les artisans de cet opéra, professionnels et amateurs. « Le défi a été de créer un pont entre tous. Les participants sont la source d'inspiration et les gardiens de cette création. Ce sont les experts. D'un côté, on voulait apprendre les différents métiers de la scène et de l'autre, poser les bonnes questions, être à l'écoute de chacun, vraiment construire un lien parce qu'au final, on est tous dans le même bateau. » Le mot « famille » revient d'ailleurs à plusieurs reprises dans la bouche des architectes de cette expérience sociale.

Démystifier dans les deux sens

La première partie de l'opéra sera assurée par la soprano Marie-Josée Lord, chanteuse reconnue et aimée du public québécois. Combiné à la participation de José Acquelin, poète renommé et honoré du Prix du Gouverneur général de poésie en 2014, le tout devrait participer à la dissolution des préjugés envers les personnes marginalisées. De la même manière, le thème piquera sûrement

« Au début, je ne savais pas dans quoi je m'embarquais. Et lorsque je l'ai compris, je me suis dit : "Ah ! L'opéra, ça va être grandiose." Ce qui m'intéressait le plus était de comprendre le fonctionnement de la scénarisation, la création des costumes, les lumières. »

Marie-Josée Lejeune, participante

Deuxième atelier d'initiation à l'opéra avec L'Atelier lyrique et l'Opéra de Montréal



la curiosité d'un public atypique rendant ainsi cet « art total », trop souvent perçu comme élitiste, plus accessible, comme le définit José Acquelin. La collaboration entre Le Sac à Dos et l'Opéra de Montréal devient alors une manière de « démocratiser l'opéra et de s'impliquer dans la communauté », précise Nicole Blouin.

Au moment de l'entretien, nous ne savions toujours pas combien de participants seront sur scène le 15 mai à la Cinquième Salle de la Place des Arts, car cela dépendra de l'état d'âme des personnes. Chose certaine, il y en aura.

Fière de cette réalisation, Nicole Blouin entend renouveler l'opération de manière récurrente et souligne que « ce n'est pas qu'un événement bénéfique ou ponctuel. C'est l'activité majeure du Sac à Dos au même titre que Courir pour sortir de la rue », un circuit de 5 km, organisé pour recueillir des fonds.

Il faudra attendre le 15 mai prochain pour couronner de succès *Humanitudes* - Opéra de rue. Cependant, d'autres organismes initiateurs d'expériences similaires ont fait leurs preuves, ailleurs dans le monde. Streetwise Opera, une compagnie londonienne qui utilise la musique pour offrir une source fiable de créativité à des personnes ayant vécu l'itinérance en est un exemple. Le Sac à Dos est par ailleurs membre de With One Voice, un mouvement international dirigé par Streetwise Opera, dont l'objectif est de soutenir les projets novateurs tels qu'*Humanitudes*. ■



PHOTO : KARINE BÉNÉZET

« L'opéra m'a ouvert une porte »

Brian Busby, participant d'Opéra de rue

Dans le sous-sol de l'Église unie Saint-Jean, coin Sainte-Catherine et de Bullion, la fierté des participants, pierres angulaires d'Opéra de rue, est palpable. Silencieux, nous écoutons Michel exprimer la raison d'être d'*Humanitudes*. Sans aucun doute, ses paroles font l'unanimité. L'Opéra de rue est un beau projet qui aide les gens de la rue en plus de les faire connaître et de casser les préjugés envers eux. Arrive alors le tour de Brian, enthousiasmé par son parcours, de nous faire part de son expérience de vie et de celle d'Opéra de rue.

« J'ai vécu dans une famille de onze enfants dont les neuf premiers sont, pour moi, des demi-frères et demi-sœurs. J'avais aussi un frère jumeau décédé à l'âge de huit ans. Je suis passé par des foyers nourriciers, j'ai été abusé sexuellement par un membre de ma famille. Bref! J'ai vécu l'enfer. À l'âge de 19 ans, je suis parti et j'ai été un pigeon voyageur pendant plusieurs années. Je ne savais pas vraiment où m'ancrer et c'est dans la drogue que je suis tombé. Ça va faire 18 ans que je n'ai pas touché une aiguille. À cette époque, j'étais dans un nuage noir. Je suis passé par plusieurs missions et refuges. Ça m'a aidé. Puis je suis allé en thérapie, j'ai ouvert une porte, j'ai vu de la lumière et je m'en suis sorti. Aujourd'hui, j'ai un appartement et un chien, Café. C'est un peu mon frère jumeau. Il me suit partout.

Je me suis embarqué dans l'histoire de l'opéra de rue dès qu'on m'en a parlé. On a travaillé sur un scénario, on a pris des photos, on est allé voir des opéras, certains que je n'ai d'ailleurs pas aimés. Au départ, l'opéra ne m'intéressait pas vraiment, mais je ne m'attendais pas à ça. Je me suis lancé dans l'aventure pour moi-même, aussi pour voir d'autres choses. Et même si l'opéra en soi ne m'intéresse toujours pas, je ne vois plus les choses de la même manière. Je m'aperçois que les artistes, les gens célèbres sont des personnes qui ont beaucoup d'entregent. J'ai changé mon attitude et je suis aujourd'hui apte à mieux comprendre le monde. Avant, je jugeais les gens au lieu de me juger moi-même. Aujourd'hui, je ne suis plus le même.

J'ai hâte de voir notre projet parce que nous avons participé, nous nous sommes investis dans sa réalisation et j'ai décidé d'aller jusqu'au bout. J'aime commencer quelque chose et le finir. Ce n'était pas le cas avant. L'Opéra de rue m'a ouvert une porte même si je vis encore au jour le jour.»

OPÉRA DE RUE & OPÉRA DE MONTRÉAL
PRÉSENTENT

HUMANITUDES
Une création des personnes ayant vécu dans la rue.
livret
José Acquelin
musique
Éric Champagne
mise en scène
Martine Beaulne
scénographie
Danièle Lévesque
L'Ensemble Arkea
dirigé par Dina Gilbert

En première partie, Marie-Josée Lord

Incluant cocktail dinatoire, 290 \$
communication@lesacados.org

Billets : 65 \$
Lundi 15 mai 2017 • 19 h
Cinquième salle
placedesarts.com

Les bénéfices de cette représentation seront remis à Action-Réinsertion Le Sac à Dos

Fondation du Grand Montréal Montréal Québec

CALQ Canada

CI-HAUT De gauche à droite : Michel Arsenault, participant - Brian Busby, participant - Marie-Josée Lejeune, participante - Claudia Bilodeau, médiatrice culturelle. En bas : Michel Legault, participant.



VIE DE QUARTIER

PAR JEAN-CLAUDE NAULT
CAMELOT MÉTRO GUY-CONCORDIA

Promenade dans le Mile End

Jusqu'en 1910, le Mile End était la Ville de Saint-Louis. C'est au début du 19^e siècle qu'une auberge appelée *Mile End Tavern* ouvre ses portes à l'angle des rues Saint-Laurent et Mont-Royal.

Celle-ci est à l'origine du nom Mile End, quartier actuel de l'arrondissement du plateau Mont-Royal. En 1876, le quartier se dote d'une gare qui participe à la croissance de la ville par le transport des voyageurs avoisinants. Les années 1900 apporteront à leur tour des changements culturels importants. S'installeront alors des protestants anglais, puis des catholiques irlandais, des Juifs et des Grecs. Vers 1980, des artistes, des musiciens et d'autres jeunes professionnels adopteront cette zone encore très abordable. En 1997, le Mile End connaît un renouveau avec l'installation d'Ubisoft et devient le quartier le plus créatif et reconnu comme tel au Canada. C'est aussi pour les Montréalais l'un des quartiers les plus magiques de la ville.

Magasin Le Mont-Royal

Au début du 20^e siècle, Le Mont-Royal était LE grand magasin du nord de la ville de Montréal. Situé à l'angle nord-ouest du boulevard Saint-Laurent et de l'avenue Mont-Royal Ouest, il fermait ses portes au début des années 1930 à cause de la concurrence que lui fait le magasin Eaton au centre-ville de Montréal.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



École nationale de théâtre du Canada

L'École nationale de théâtre du Canada (ÉNT) est considérée comme une institution artistique majeure. Elle fête ses 50 ans d'existence en 2011. L'École a connu de nombreux changements, dont le développement de ses programmes de formation et la rénovation de son théâtre, le Monument-National.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



Hôtel de ville de Saint-Louis

Construit en 1898, l'hôtel de ville de Saint-Louis est inauguré en 1905. L'architecture, inspirée de celle des châteaux de la Loire, reflétait la volonté de la Ville de Saint-Louis d'avoir un centre municipal prestigieux, qui abritait également une géole dans ses entrailles. Mais cette fonction principale ne durera que quatre ans, car la Ville, très endettée, doit accepter l'annexion par Montréal en 1910. Aujourd'hui, seules les cellules du sous-sol ont été conservées intactes. Cet hôtel de ville héberge la caserne numéro 30 du service des incendies et abrite depuis 1980 le Musée des pompiers auxiliaires de Montréal.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



Bain Saint-Michel

Le bain Saint-Michel était à l'époque un bain public nommé bain Turcot. Construit en 1909, il se situe au cœur du Mile End et est, depuis 1998, un espace de diffusion, d'expérimentation et de découvertes artistiques. De style Beaux-Arts, le bâtiment a conservé ses superbes caractéristiques architecturales, qui étaient à l'époque des bains montréalais des années 1910 une véritable innovation. Remarquez sa façade sud, percée d'un immense œil-de-bœuf cerclé.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



Brasserie Frontenac

La Brasserie Frontenac est fondée en 1911 par la famille Beaubien, dont plusieurs de ses membres sont d'importants personnages politiques et hommes d'affaires de l'époque. « La Bière des Géants », le slogan d'une publicité anglaise pour cette première brasserie francophone s'affichait fièrement sur la rue Casgrain. Dans les années 1920, la faillite guette la Brasserie Frontenac et force son association avec la National Breweries Co. en 1926. La marque Frontenac perdure pendant plusieurs décennies et est absorbée par Carling dans les années 1950. Aujourd'hui, la microbrasserie McAuslan produit une bière du nom de Bière Frontenac. Une manière de faire perdurer l'existence de cette brasserie.

PHOTO: WIKIPEDIA CREATIVE COMMONS



Boulevard Saint-Laurent à Montréal, regardant vers le nord, depuis la rue Vitré (aujourd'hui avenue Viger) 26 Mai 1921

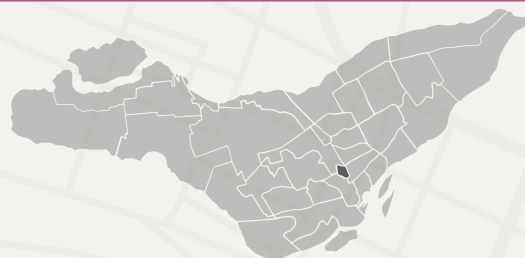
Gare du Mile End

À partir de 1876, les voyageurs prenaient le train pour Saint-Jérôme et les Pays-d'en-Haut depuis la gare du Mile End. Cette gare, située sur le boulevard Saint-Laurent près de la rue Bernard fut agrandie en 1913, puis abandonnée en 1930 après l'ouverture de la gare Jean-Talon.

Montréal.-Gare C. P. R. Mile End. (C. P. R. Mile End Station.) Carte postale de la Gare du Mile End en 1921



IMAGE: INTERNATIONAL POST CARD CO./WIKIPEDIA CREATIVE COMMONS



Théâtre Rialto

Ancien cinéma de quartier conçu pour le cinéma muet accompagné par un pianiste maison, le Théâtre Rialto est inauguré en 1924 selon les plans de l'architecte montréalais Raoul Gariépy (architecte entre autres de l'édifice Archambault, de l'hôpital Saint-Luc et de l'aréna Mont-Royal). La façade s'inspire de celle de l'Opéra de Paris. En 1988, le Théâtre Rialto a été classé monument historique par la Ville puis par le gouvernement du Québec en 1990 et est reconnu depuis 1993 comme lieu historique national du Canada. Aujourd'hui, le Rialto est une salle de spectacles dont la réputation n'est plus à faire.

PHOTO: MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



Une belle pensée

Habituellement, j'écris à chaque année un mot de camelot pour la fête des Mères. J'ai manqué ce rendez-vous l'an passé et ça m'a attristé, parce que cette journée me permet de me rappeler de ma mère et d'avoir une pensée pour elle, même si elle n'est plus là. Je pense toujours à elle à l'occasion de la fête des Mères, mais aussi à toutes les mamans. J'espère que leurs enfants leur apportent des fleurs ou les amènent au restaurant. C'est important de rendre à notre mère ce qu'elle nous a donné en la gâtant un peu.

J'ai aussi une belle pensée pour tous ceux qui, comme moi, n'ont plus leur mère. Quand ça va bien, ce qui est idéal, c'est de rassembler toute la famille. Personnellement, j'aime quand ça fonctionne bien en famille : je traite tout le monde de façon égale, en essayant de leur donner de l'amour et de la bonne humeur. C'est le même principe dans mon travail de vente : quand les gens viennent me voir, je leur communique de la bonne humeur, et je les rends plus heureux. Je sais que je suis un rayon de soleil dans leur journée et qu'ils donneront le sourire à quelqu'un d'autre par la suite. Ça me touche beaucoup quand ils me disent que j'ai illuminé leur journée. Je les remercie tous et leur souhaite une bonne fête des Mères.

GILLES BÉLANGER
CAMELOT COMPLEXE DESJARDINS



Indispensable maman

Ma mère est très importante pour moi. Sympathique, bonne cuisinière, dévouée et minutieuse sont quelques-unes des qualités qui font d'elle une femme admirable. C'est une bonne ménagère et elle prend bien soin de sa maison, toujours impeccable et très propre. Malgré ses 79 ans, elle s'occupe de mon père malade, diabétique, et le soigne aux petits oignons. Elle est toujours là pour lui. Elle est très patiente, surtout envers ses petits-enfants qu'elle adore. C'est une femme dévouée, d'ailleurs, car elle s'occupe aussi de mon frère qui reste chez elle.

Elle est toujours prête à nous aider. On va lui raconter nos problèmes, elle nous écoute et nous conseille. Bien sûr, elle a son petit caractère, mais c'est comme ça qu'on l'aime.

Ma mère m'a appris beaucoup de choses de la vie, comme la communication avec les êtres humains : comment approcher les gens, comment parler à quelqu'un. En d'autres mots, elle m'a enseigné à vivre dans le respect. J'ai eu la chance de vivre avec ma mère et ma grand-mère, avec lesquelles j'ai été élevée dans l'amour et l'harmonie. Ces deux femmes indispensables m'ont inculqué le sens des valeurs humaines et le sens des responsabilités. Elles m'ont appris à avoir une vie stable, à régler les problèmes et à trouver des solutions.

Ma mère m'a également initié à la musique, car elle joue du piano et de l'orgue. Durant ma jeunesse, j'ai ainsi fait, grâce à elle, des spectacles de danse ballet-jazz. J'adorais ça ! Ma mère et moi, finalement, on se ressemble beaucoup. On a d'ailleurs un point en commun : aucune de nous n'a son permis de conduire. C'est parce qu'on aime se faire « chauffer », comme on dit !

CÉCILE CREVIER
CAMELOT MARCHÉ MÉTRO
SAINTE-CATHERINE / MORGAN



L'écriture

L'écriture pour moi, c'est une forme d'évasion. Cela me permet de m'inspirer, d'étaler mes pensées, de partager mes idées, qu'elles soient acceptées oui ou non. Cela peut même être une forme de thérapie pour aller mieux. C'est aussi en continuant d'écrire que nos lecteurs s'intéressent à nos textes et à notre journal. L'écriture permet aussi de conserver sa mémoire.

La lecture est également une bonne thérapie, cela garde les neurones en santé. Parfois j'aime lire des livres de philosophie et de théologie. Je pense que c'est un bon outil pour nous donner de meilleures idées et pour mettre en pratique l'écriture.

Dans la vie, il peut y avoir une période basse
Mais si tu possédais une vie spirituelle

Et si tu voulais retourner à cette vie

Tu la retrouverais

C'est la seule voie

Quand tu es fatigué de ton état

Une lumière souvrira

Je pratiquais l'art

Mais il y a eu un retard

J'ai demandé

Et j'ai retrouvé

L'art m'a de nouveau possédé

Il m'a sauvé

Je suis tombé

Et je me suis relevé

Tout m'a été redonné

JACQUES ÉLYZÉ
CAMELOT THÉÂTRE
D'AUJOURD'HUI





Voir votre ordinateur autrement

Matériel défectueux ou problème d'exploitation ? La rapide obsolescence informatique nous laisse croire qu'au bout de trois ans, nos chers ordinateurs ne sont plus capables d'en prendre. Mon expérience me fait dire qu'avant de recycler nos compagnons, il faut se poser la bonne question.

Lorsque je vis des épisodes de détresse psychologique et pour relativiser les difficultés de la vie, je me rappelle toujours cette histoire : il y a au moins sept raisons pour qu'une ampoule ne s'allume pas. Elle n'est pas forcément brûlée alors, ça vaut le coup de pousser la réflexion un peu plus loin : l'interrupteur est-il à l'arrêt ? La lampe est-elle bien branchée ? Le fusible est-il brûlé ? Y a-t-il une panne d'électricité ? J'applique cette même logique à l'informatique : il y a davantage de choix qui s'offrent à moi, autres que Windows ou Mac !

J'ai été en arrêt maladie à la suite d'un accident de travail. En difficulté financière, mon ordinateur aussi commençait à tirer de la patte. Un ami m'a alors parlé des « distributions GNU/Linux » (trop souvent appelées, à tort, les systèmes Linux).

J'ai toujours eu une grande complicité avec mon ordinateur et à cette période de ma vie, j'avais déjà perdu pas mal de repères. Alors, l'idée de perdre ceux liés à l'informatique a provoqué un tsunami de résistance. Mais mon ami m'a expliqué que je n'avais pas besoin de changer ma machine, que les logiciels GNU/Linux pouvaient me donner des résultats répondant parfaitement à mes besoins. En effet, mon matériel informatique était en bon état. Le problème venait des logiciels que j'utilisais.

C'est avec un certain sourire que je me rappelle alors avoir enlevé mon disque dur contenant « mon précieux » Windows pour amorcer sur mon ordinateur le contenu d'une distribution GNU/Linux via un CD. Comme si « mon précieux » allait être contaminé par un méchant virus alors qu'il n'était de toute façon pas loin d'un écran bleu, d'un code d'erreur fatale.

Aujourd'hui, une distribution peut s'installer sur une clef USB et, je vous rassure, pas besoin d'enlever le disque dur de l'ordinateur, ça ne fera aucun mal à votre précieux Windows. Ça vaut le coup de tenter l'expérience, c'est comme ça que j'ai appris mes premières bases en informatique. Qu'est-ce qu'un ordinateur ? Du matériel (carte mère, processeur, mémoire, etc.), un système d'exploitation (Windows, Mac, GNU/Linux, Android, etc.) et des logiciels (Google Chrome, Ms Word, Explorateur, iTunes, etc.)

Ça, je l'ai compris en ayant l'heureuse surprise de retrouver des logiciels que j'avais commencé à utiliser sous Windows et qui fonctionnaient aussi sous GNU/Linux. Une façon de dédramatiser la situation et de ne pas perdre tous ses repères est de commencer à utiliser des logiciels libres sous Windows, avant de l'abandonner.

Pas besoin d'être programmeur pour utiliser ces logiciels ! Alors la prochaine fois que l'ampoule ne s'allumera pas, heu ! que votre ordinateur plantera, explorez ! Est-ce le matériel ou le logiciel qui pose problème ? Il y a peut-être une solution qui s'offre à vous avant de renouveler le matériel. ■

Qu'est-ce qu'un logiciel libre ?

« Logiciel libre » (*ou free software*) désigne des logiciels qui respectent la liberté des utilisateurs. En gros, cela veut dire que les utilisateurs ont la liberté d'exécuter, copier, distribuer, étudier, modifier et améliorer ces logiciels. Ainsi, le logiciel libre fait plus référence à la liberté qu'au prix d'achat. Pour comprendre ce concept, vous devez penser à « liberté d'expression ».

Outils	Par défaut sous Windows	Équivalents licence libre *
Navigateur internet	Internet Explorer	Firefox
Messagerie	Microsoft Outlook	Thunderbird
Suite bureautique	Microsoft Office	Libre Office
Lecteur Média	Windows Media Player	VLC

*Liste non exhaustive



LIT VÉ RAI RE	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

HORIZONTALEMENT

- Fruits purgatifs.
- Fleuve de France. -
Petit plateau.
- Entièrement. - Céréale.
- Si. - Poème de Virgile.
- Iridium. - Manufacture. -
Monnaie.
- Mesurent. - Vernis.
- Poursuivre. - Poète arabe.
- Royales.
- Petits ifs. - Déplier.
de papiers.

VERTICALEMENT

- Ruse.
- Yogourts. - Regardé.
- Titane. - Personnes.
- Enleva. - Engrais.
- Jalonnera.
- Ceinture. - Dans le vent. -
Monnaies.
- Bouchent. - Lettre grecque.
- Poinçon. - Enzymes.
- Exclamation enfantine. -
Compagnie ferroviaire. -
Précède Jésus.
- Ressemblance.
- Plissera.
- Majoreriez.

Moto		Clayonnages		Retardais		Fond	
Adaptéra		Disloquées		Note		Songe	
↳		↳		↳		↳	
Résistants	→						
Évanouissement	↳						
↳				Prière	→		
Insecte	→			↳			
Détruira des éléments organiques	↳						Ozonisées
↳							↳
Arrêtez	→						Qu'il batifole (qu'il s'...)
Pronom	↳						↳
↳				Ville de Finlande	→		
				↳			
Dommage		Zinc	→			Année	→
		↳					
		Pareil	↳				
↳							
Chef	→						
Reposés	↳					Règle	→
↳							

JEUX DE MOTS

josecardinala1@yahoo.ca
Solutions dans le prochain numéro

Amusez-vous
bien!



**JOSÉE
CARDINAL**
DISTRIBUTRICE

Accusatif Nominatif	R	Saintes coiffes d'homme	L	P	D			
Global	R	E	C	U	R	A	G	E
Optique	G	E	N	E	R	A	L	
Musique	M	U	T	E	E	T	A	
↳	L	S	U	R	E	T		
↳	R	A	P	L	E	N	T	
↳	T	R	I	E	S	T	E	
↳	V	R	O	O	M			
↳	I	N	A	T	T	E		
↳	A	C	C	I	S	I	E	
↳	E	U	S	T	E	T		
↳	I	S	L	A	M	I	S	

SOLUTIONS DU 15 avril 2017

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	D	E	P	R	E	C	A	T	O	I	R	E
2	E	T	E	I	N	D	R	O	N	S	U	
3	M	I	T	R	E	E	L	U	E	S		
4	O	R	E	E	P	S	I	R	U	T		
5	T	E	R	S	E	R	E	G	A	R	E	
6	I	R	A	M	I	T	R	O	N	S		
7	Q	I	M	P	E	R	N	E	E	S		
8	U	S	E	I	R	I	S	A	M	A		
9	E	O	N	R	E	E	D	U	E	L		
10	S	I	T	U	E	S	S	E	R	R	E	

JEU DES 7 DIFFÉRENCES

Pouvez-vous trouver les sept différences dans cette photo de notre photographe Mario Alberto Reyes Zamora ? Bonne chance ! La solution dans le prochain numéro.



Solution dans le prochain numéro

JEU DE CHIFFRES

DIFFICILE

			7				
8					1	7	
	3		1		5		
			4	2			
3		1		6		2	
	2	3				9	
2	1		6			4	8
8	9	6				3	
			5			9	

Placez un chiffre de 1 à 9 dans chaque case vide. Chaque ligne, chaque colonne et chaque boîte 3x3 délimitée par un trait plus épais doivent contenir tous les chiffres de 1 à 9. Chaque chiffre apparaît donc une seule fois dans une ligne, dans une colonne et dans une boîte 3x3.

Source : Éditions Goélette

Solution dans le prochain numéro

SOLUTIONS DU 15 avril 2017

JEU DE CHIFFRES

2	7	4	9	8	6	3	1	5
9	6	3	4	1	5	7	8	2
5	8	1	2	3	7	6	4	9
7	1	8	3	6	9	5	2	4
3	5	2	8	7	4	9	6	1
6	4	9	5	2	1	8	3	7
1	2	6	7	5	8	4	9	3
4	3	5	6	9	2	1	7	8
8	9	7	1	4	3	2	5	6

JEU DES 7 DIFFÉRENCES



La **CSQ**
 Au travail avec vous!
 Forte de ses **200 000** membres

Centrale des syndicats
 du Québec



CSQ

lacsq.org

L'aristocratie du désintéressement est sans doute au principe de nombre de condamnations de la « société de consommation » qui oublie que la condamnation de la consommation est une idée de consommation.

Pierre Bourdieu

J'accuse la société de consommation de m'avoir fait comme je suis : insatiable.

Frédéric Beigbeder

Autrefois, on contestait la consommation, aujourd'hui on consomme de la contestation.

Carl Aderhord

J'appelle société de provocation toute société d'abondance en expansion économique qui se livre à l'exhibitionnisme constant de ses richesses et pousse à la consommation et à la possession par la publicité, les vitrines de luxe, les étalages alléchants, tout en laissant en marge une fraction importante de la population qu'elle provoque à l'assouvissement de ses besoins réels ou artificiellement créés, en même temps qu'elle lui refuse les moyens de satisfaire cet appétit.

Romain Gary

Il est frappant de constater qu'au moment où s'accumulent et se diffusent de plus en plus de biens dits de consommation, ce sont les biens élémentaires les plus nécessaires à la vie, comme l'air et l'eau, qui commencent à faire défaut.

Georges Pompidou

Notre société dite de consommation est le plus grand dépressif qui soit. Robotisé, nous ne nous en rendons pas toujours compte. Nous n'en avons pas le temps.

Wilfrid Lemoine

Dans une société de consommation, le mot de consommation doit être pris au sens littéral : on mange le monde. Contre la vie dévorante, il faut donc, au risque d'être appelé conservateur, défendre le monde.

Alain Finkielkraut

Ceux qui prêchent la croissance de la consommation, dans les pays où les besoins vitaux sont déjà plus que satisfaits, sont aussi néfastes que les dealers qui répandent leurs drogues.

Albert Jacquard

La société de consommation est une expression légèrement infâme, née du fantasme de grands enfants déçus d'avoir été trop gâtés. Ils n'ont pas la force de se former et rêveraient qu'on les contraigne à la sobriété.

Sylvain Tesson



Montréal

et ses déplacements illimités dans 68 stations de métro et 220 lignes de bus.



10\$

Titre un jour

18\$

Titre 3 jours

Tarifs sujets à changement sans préavis.



ON REMPLIT VOTRE TASSE OÙ QUE VOUS SOYEZ

Partout au Québec, on livre gratuitement*

CAFEBROSSARD.COM



CAFÉ
BROSSARD^{MD}

TORRÉFIÉ À MONTRÉAL
514 321-4121 • 1 800 361-4121

*La livraison gratuite s'applique pour les commandes de 10 livres de café et plus.