

# L'ITINÉRAIRE

3\$ Volume XXIV, n° 11  
Montréal, 1<sup>er</sup> juin 2017  
[www.itineraire.ca](http://www.itineraire.ca)

*Jean-Marie Lapointe*

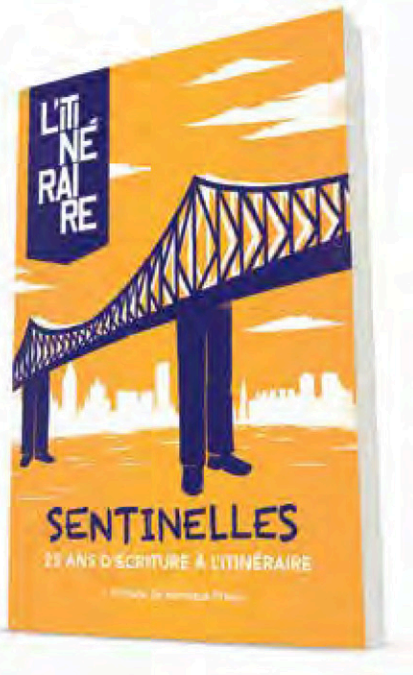
# FACE

---

# À LA VIE

# Fiers fournisseurs de tisanes Inuit au Café de la Maison ronde

[deliceboreal.com](http://deliceboreal.com)



**Sentinelles**  
25 ans d'écriture à L'itinéraire  
2017, 216 pages | ISBN 978-2-9816635-0-4

## EN VENTE DANS LA RUE !

Cet ouvrage regroupe 100 des plus beaux textes des camelots du groupe communautaire L'itinéraire. L'organisme intervient auprès de personnes en situation de précarité économique et sociale, permettant leur réintégration par la vente et l'écriture du journal de rue.

L'ITINÉRAIRE

En vente auprès des **camelots de L'itinéraire**, en librairie et sur **itineraire.ca**

20 \$ par les camelots | 25 \$ par envoi postal

# ZOOM SUR Jocelyn

Nom Jocelyn | Camelot n° 994

Âge 59 ans | Point de vente Saint-Jérôme

**A**iné d'une famille de six enfants, Jocelyn garde des souvenirs aigres-doux d'une enfance parfois difficile. Il est né en 1958, trois jours avant le 17<sup>e</sup> anniversaire de sa mère. Ses parents étaient cousins. « Mon grand-père était bizarre : il interdisait à ma mère de fréquenter qui que ce soit en dehors de la famille... Fait qu'elle a marié un de ses cousins. » Son père, un charpentier-menuisier illettré, vogue d'un boulot précaire à un autre. Il vogue aussi d'une aventure amoureuse à l'autre. « C'était un courailloux, mon père. Il n'aurait jamais dû se caser... »

La famille déménage sans arrêt, se promenant entre Montréal et la Rive-Sud. Jocelyn doit abandonner l'école pour aider sa mère avec les cinq autres enfants, quelle menace de placer en familles d'accueil. Jocelyn terminera son secondaire onze ans plus tard.

Si Jocelyn paraît serein, l'amertume perdue néanmoins envers son père. « Il avait acheté un terrain à Saint-Lin, pour qu'on y construise une maison. Moi et mes frères, on l'a aidé à démolir deux maisons pour récupérer les matériaux. On a manqué l'école souvent pour la bâtir, cette maison-là. Mais quand mes parents se sont finalement séparés, on n'a pas eu la maison. Mon père a préféré que la banque la saisisse, plutôt que de nous la laisser... Pour une hypothèque de 800 \$... Les ponts ont été coupés ce jour-là. Son père a laissé sa famille, s'est remarié, et tout lien a été rompu. « Je ne suis pas allé à ses funérailles. Il est enterré quelque part sur la Rive-Sud », dit Jocelyn sobrement.

Quelques années plus tard, sa mère se remarie. Lorsque son nouveau conjoint décède, elle achète un restaurant et un dépanneur en Ontario avec l'assurance-vie de ce dernier. Jocelyn ainsi que quelques-uns de ses frères et sœurs y travailleront un temps. Mais deux incendies criminels auront raison de l'entreprise.

## De jobine en jobine

Les années qui suivent, Jocelyn tient peu en place : « Mon record de ma job la plus courte, c'est trois heures. Une shop de réglisse, dans Hochelaga, se rappelle-t-il, amusé. À cette époque-là, les jobs ne manquaient pas. » Mais lorsqu'on n'a pas d'éducation, elles ne mènent jamais bien loin. Jocelyn a aussi été commis d'épicerie une quinzaine d'années, au total. Mais il n'en pouvait plus, pour une raison qui fait sourire : « Le temps des Fêtes. Entendre quarante versions de Petit Papa Noël quand tu travailles... J'étais plus capable. »

Au début des années 2000, Jocelyn débute comme camelot de L'itinéraire, dans Hochelaga-Maisonneuve. Il y retournera entre 2011 et 2012. Depuis 2015, il a repris du service, à Saint-Jérôme, cette fois. Il n'est cependant pas le seul camelot de la ville : lui et sa copine vendent L'itinéraire sur la même artère passante, à quelques coins de rue l'un de l'autre. « J'ai été vieux garçon toute ma vie, jusqu'à il y a six ans. Elle venait de faire un flat avec son vélo, et elle connaissait mon coloc, qui réparait les vélos... Comme il n'était pas là, je lui ai réparé son pneu. On est ensemble depuis ce temps-là. »

Aujourd'hui, Jocelyn semble avoir trouvé sa place, son équilibre. Il fait de la marche, du vélo et n'a certainement pas l'air d'un homme qui va avoir 60 ans cette année. Il écrit de la poésie et note ses réflexions lors des rares trajets d'autobus qui le mènent à Montréal, où il vient pour assister à une réunion de camelots ou pour peaufiner un texte à paraître. Le reste du temps, il travaille dehors, il est maître de ses horaires. « Il n'y a personne qui exploite ma sueur », observe-t-il avec un sourire.

Par Guillaume Vigneault,  
bénévole à la rédaction

Photo : Alexandra Guellil

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 journal 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, le journal de rue est vendu régulièrement par les camelots. Aujourd'hui 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. 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 rédactrice 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, 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

### 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  
**Responsable du Café :** PIERRE TOUGAS  
**Responsable de la distribution :** MÉLODIE ÉTHIER  
**Chargée de projet Café de la Maison ronde :** MÉLODIE GRENIER

### CONSEIL D'ADMINISTRATION

**Président :** GUY LARIVIÈRE - Glasford International Canada  
**Tésorier :** GRÉGOIRE PILON - Ernst & Young S.R.L./S.E.N.C.R.L.  
**Vice-président :** JEAN-PAUL LABEL - 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



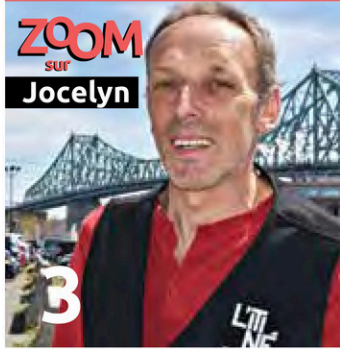
## PRINCIPAUX PARTENAIRES DE PROJETS



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.

## L'itinéraire EST MEMBRE DE





## MOTS DE CAMELOTS

Claude Gauthier .....	10
Bertrand Derome .....	10
Gilles Leblanc .....	10
Pascal Saint-Louis .....	28
Richard T. ....	28
Lucette Bélanger .....	28
Gilles Bélanger .....	42
Réal Lambert .....	42
Nancy Leblanc .....	42



## DOSSIER

### DÉCLARÉS « VIEUX » PAR LA SOCIÉTÉ

- Si jeunesse savait, si vieillesse pouvait  
*Par Gaétan Prince*
- Âges avancés et catégorisation sociale
- « La retraite, le début du bonheur ! »
- « Pas si vieille que cela ! »
- « Le temps passe vite quand on vieillit ! »  
*Par Alexandra Guellil*



## TÉLÉVISION

### FACE À LA VIE

*Face à la rue* documente des parcours de vie tumultueux sous l'œil protecteur de Jean-Marie Lapointe, guide de cette série de 13 épisodes, diffusée depuis le 2 mai sur Moi&Cie. Nous l'avons rencontré pour retracer cette aventure humaine.

*Par Michel Marcil*

# SOMMAIRE

1<sup>er</sup> juin 2017  
Volume XXIV, n° 11

ÉDITORIAL .....	7
On n'a plus les « vieux » qu'on avait ! Par Josée Panet-Raymond	
ROND-POINT .....	8
ROND-POINT INTERNATIONAL .....	9
INFO CAMELOTS .....	18
Hommage à nos aînés Par Yvon Massicotte	
DANS LA COMMUNAUTÉ .....	18
Soins palliatifs à la Maison du Père	
RENCONTRE .....	19
Raoul Duguay, bien plus qu'une chanson Avec Josée Cardinal	
COMPTES À RENDRE .....	26
L'âge de l'obsolescence Par Ianik Marcil, <i>économiste indépendant</i>	
INFO RAPSIM .....	27
4 murs ce n'est pas assez ! Par Marjolaine Despars, <i>coordonnatrice adjointe au Rapsim</i>	
TÉMOIGNAGE .....	29
Maladie de Crohn - Je ne suis plus un sac à merde Par Luc Deschênes	
CARREFOUR .....	33
PROJET .....	34
Café de la Maison ronde : L'unique café autochtone à Montréal Par Mélodie Grenier	
VIE DE QUARTIER .....	40
Atwater market Par Bill Economou	
BIENVENUE CHEZ FRANCK .....	43
DÉTENTE .....	44
À PROPOS DE LA VIEILLESSE .....	46

## MOTS DE LECTEURS

### On aime ça vous lire !

Quand on vous croise dans la rue, vous nous dites souvent que vous aimez votre camelot, que vous avez apprécié tel article, que vous aimez notre magazine. Eh bien, écrivez-nous pour nous le dire ! Cette section vous est réservée tout spécialement.

### Merci Iris

Merci à Iris pour sa bande dessinée (pages 22 et 23 de ce numéro). Un avant-goût de notre édition du 1<sup>er</sup> juillet, dans laquelle vous pourrez retrouver de nombreuses planches de BD !

Les camelots sont des travailleurs autonomes.

50 % du prix de vente du magazine leur revient.



ÉCRIVEZ-NOUS !

[COURRIER@ITINERAIRE.CA](mailto:COURRIER@ITINERAIRE.CA)

Des lettres courtes et signées, svp !

# 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 : istock

Merci de redonner  
un sens à la vie à  
nos camelots et  
participants

merci :)

Merci aussi  
pour vos  
cartes-repas

Merci de  
briser leur  
isolement

Merci de donner  
du sens à notre  
mission humaine  
et d'en assurer  
la pérennité

## Oui, j'appuie L'Itinéraire :

- DONS
- CARTES-REPAS
- ABONNEMENT

### Pour rejoindre notre service aux donateurs :

☎ 514 597-0238, poste 240

@ dominique.racine@itinaire.ca



JE FAIS UN DON DE :  40 \$  50 \$  75 \$  100 \$ ou \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

### JE VEUX ACHETER DES CARTES-REPAS :

J'offre \_\_\_\_\_ cartes-repas à 6 \$ chacune = \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

Vous voulez les distribuer vous-même ? Cochez ici :

TOTAL DE MA CONTRIBUTION : \_\_\_\_\_ \$<sup>1</sup>

DONS + CARTES-REPAS

### JE VEUX M'ABONNER AU MAGAZINE :

Je m'abonne pour une période de :

12 mois, **24 numéros** (124,18 \$ avec taxes)

6 mois, **12 numéros** (62,09 \$ avec taxes)

Nom ou N° de camelot (s'il y a lieu) : \_\_\_\_\_

IDENTIFICATION  Mme  M.

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_ - \_\_\_\_\_

Courriel : \_\_\_\_\_

Téléphone : ( \_\_\_\_\_ ) \_\_\_\_\_

### MODE DE PAIEMENT

Chèque au nom du Groupe communautaire L'Itinéraire

Visa  MasterCard

N° de la carte : | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

Expiration \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

(Mois) (Année)

Signature du titulaire de la carte

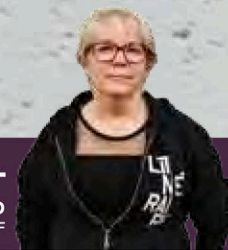
Postez votre coupon-réponse au Groupe communautaire L'Itinéraire  
2103, rue Sainte-Catherine Est, 3<sup>e</sup> étage, Montréal (Québec) H2K 2H9

L'ITINÉRAIRE

<sup>1</sup> Pour respecter l'écologie et réduire ses frais postaux, L'Itinéraire envoie le reçu d'impôt une seule fois par année, au début de janvier suivant le don.

Vous pouvez faire un don directement en ligne  
sur notre site [www.itinaire.ca](http://www.itinaire.ca)

N° de charité de l'organisme : 13648 4219 RR0001



## On n'a plus les « vieux » qu'on avait !

Lors de la planification des thèmes que nous aborderons dans *L'itinéraire* tout au long de l'année, j'ai tenu à ce que l'on fasse un dossier sur ce que ça voulait dire d'être « vieux ». Je parlais de la prémisse qu'on n'a plus les « vieux » qu'on avait. Il y a en effet une différence marquée entre les aînés en 2017 et ceux de la génération précédente. Plus actifs et ayant une espérance de vie plus longue, les 65 ans et plus sont davantage instruits, ouverts et « modernes » que leurs parents.

La génération pré-boomers et celle du début du boom (post Deuxième Guerre mondiale) adoptaient – pour la plupart – une mentalité, une apparence, des goûts culturels généralement « vieux ». Si, à l'époque, il était mal vu pour une femme de porter des jeans après un certain âge ou encore de s'intéresser à la musique qu'écoutaient ses enfants, il en est tout autre aujourd'hui pour grand nombre d'aînés. Quelques exemples ? Mick Jagger, Béatrice Picard, Nanette Workman, Patrick Normand qui ont tous franchi le cap des 70 ans en gardant le cœur jeune. Et c'est comme ça que ça devrait être pour tout le monde. Bien que vieillir est inéluctable, ça ne veut pas dire qu'on doit arrêter de progresser, de se renouveler, d'apprendre.

Bien sûr, on s'entend que les conditions de vie et la santé influencent le vieillissement, mais en général, si vous parlez aux gens de 65 ans, peu vous diront qu'ils se sentent vieux.

### Garder l'étincelle

Une amie de 80 ans, que j'admire beaucoup parce qu'elle garde bien vivante l'étincelle de vie en sortant, en faisant du sport, en voyageant et en ne se privant pas d'une vie amoureuse active, m'a dit que vieillir, c'est dans la tête. Mais elle rajoute du même souffle qu'il ne faut pas se leurrer, à cet âge, on se fatigue plus vite, les genoux ne se déplient plus aussi facilement qu'avant et parfois, la tête et le corps ne s'entendent pas...

C'est un peu elle qui a inspiré ce dossier.

### Quand devient-on vieux ?

Je me suis amusée à poser la question « à quel âge devient-on vieux ? » à plusieurs personnes de différents groupes d'âge, et plus elles étaient jeunes, plus elles disaient qu'on est vieux tôt. Quand on a 20 ans, 50 ans c'est vieux !! J'avoue que lorsque j'entamais ma vie d'adulte, être quinquagénaire rimait avec mamie et papy... Or, plus j'avancerais en années et plus l'âge de la vieillesse était repoussé. Aujourd'hui, j'estime qu'on commence à être vieux à 80 ans... et encore.

Les aînés du Québec d'aujourd'hui, au nombre d'un peu plus de 1,5 million, représentent environ 18 % de la population, soit une personne sur six. Et cette proportion va grimper à 20,5 % en 2021 et à 28,5 % en 2061 ! Quelle place vont-ils occuper dans notre société ?

De plus, il serait intéressant de savoir comment sont perçues les personnes âgées par les générations plus jeunes. Sont-elles bonnes pour être mises au rancart dans des centres d'hébergement où on mange et on s'habille mou, ou sont-elles plutôt des personnes qui ont une expérience de vie qui peut profiter à la société ?

Au Québec, voire en Amérique du Nord, il existe encore des perceptions négatives sur l'utilité des personnes âgées dans la société. On aurait intérêt à imiter les cultures autochtones et orientales qui portent leurs aînés en haute estime. Car sinon... ça sert à quoi de vieillir ? Tous les groupes d'âge peuvent bénéficier de l'expérience, de l'énergie, de la créativité des uns et des autres. Je crois qu'on devrait trouver une façon de rétrécir encore plus le fossé entre les générations.

Il y a tellement de sagesse dans les pages qui suivent. Nos came-lots, qui ont écrit de très beaux textes, partagent le fruit de leurs expériences. Notre journaliste Alexandra Guellil a sondé le phénomène du vieillissement avec différents interlocuteurs afin de présenter une diversité de points de vue. Ianik Marcil aborde la question avec intelligence et nous fait réfléchir sur la façon dont on perçoit la vieillesse dans notre culture.

Il ne reste qu'à savoir : vous, comment voyez-vous le vieillissement ? Il serait intéressant que vous nous le laissiez savoir. Écrivez-nous. On aime ça vous lire ! ■

# 4 questions à Géraldine Bureau

Finissante à la maîtrise en travail social à l'Université de Montréal et stagiaire au RÉCIFS (Regroupement, échanges et concertation des intervenantes et formatrices en social), Géraldine Bureau a créé un guide de survie à l'intention des intervenantes et intervenants sociaux du Québec. Un manuel dont le but est de les aider à trouver des pistes d'action et de réflexion pour retrouver davantage de pouvoir et se réappropriier le sens de leur pratique.

**1 Pourquoi avoir titré ce document « guide de survie » ?**

J'ai l'impression qu'il y a une espèce de sentiment ambiant de détresse auprès des intervenants et intervenantes sociaux qui met en péril à la fois leur santé personnelle, mais aussi le travail social, dans tout ce qu'il peut représenter pour la société. Comme si nous étions dans une situation de crise permanente et qu'il fallait à tout prix réfléchir aux façons de continuer à fonctionner malgré tout.

**2 De nombreuses pages sont consacrées à l'épuisement professionnel, quelles en sont les raisons ?**

L'épuisement professionnel est de plus en plus abordé dans la plupart des milieux de travail. Un des dangers est de l'expliquer davantage sur le plan individuel et personnel qu'organisationnel et social. Si des intervenants sociaux sont plus à risque de connaître l'épuisement professionnel, ce n'est pas uniquement à cause d'eux, mais aussi à cause des organismes et de leur

fonctionnement. Il est donc important de se questionner à la fois sur ce qu'est l'épuisement professionnel, mais aussi d'admettre que ce n'est pas forcément un signe de faiblesse personnelle.

**3 A-t-on du mal à reconnaître un épuisement professionnel pour les intervenants en raison de la pression engendrée par une relation d'aide efficace ?**

C'est vrai qu'en rencontrant les intervenants pour créer ce guide, le point vocationnel versus professionnel revenait souvent dans leurs témoignages. Il faut aussi rappeler que la majorité des intervenants sont des femmes et que l'on estime naturel qu'elles aient toutes les qualités pour offrir de bonnes relations d'aide. L'intervenant est souvent perçu comme un super-héros en ce sens où l'on attend beaucoup de lui alors qu'il a, lui aussi, des besoins et des motivations personnelles. Il existe de nombreux événements dans une vie qui font que l'on souhaite aider les autres. C'est l'une des raisons pour laquelle beaucoup d'intervenants travaillent dans un domaine où ils ont eu eux-mêmes des problèmes. Je crois qu'un des grands points est de reconnaître que l'intervenant reste un être humain avec des besoins. La relation d'aide légitime souvent le fait d'oublier ses propres besoins. Je me souviens d'une récente conférence avec des étudiants qui n'osaient même pas reconnaître que le salaire pouvait être un de leurs besoins ! L'aspect vocationnel peut aller jusqu'à oublier que le métier d'intervenant est aussi un travail.

**4 Quel lien faites-vous avec les restrictions budgétaires dont souffrent de nombreux organismes communautaires ?**

Il semblerait que le gouvernement actuel ait tendance à légitimer ses actions par le fait que les problèmes auxquels les individus sont confrontés sont avant tout de nature individuelle. Par ces politiques, on leur demande d'être plus productifs dans leurs processus d'intervention. Cela peut aller jusqu'à la demande de fermer plus vite les dossiers alors qu'il y a un manque de ressources. Ces mesures ont des tendances néolibérales et influencent la manière dont la population interprète les problèmes



PHOTO : CAMILLE GLADU DROUIN

sociaux et sa manière de vivre ensemble, notamment en faisant la promotion de l'individualisme et de la compétition. Même si ces principes ne sont ni bien ou mal en soi, ils ne sont que difficilement compatibles avec certaines valeurs promues par le travail social, comme la justice sociale ou le bien commun. ■



**MANUEL DE SURVIE**

À L'USAGE DES INTERVENANTES ET DES INTERVENANTS SOCIAUX QUÉBÉCOIS



*Manuel de survie  
À l'usage des intervenantes et  
intervenants sociaux québécois*

52 pages, RÉCIFS, en libre téléchargement





**ARGENTINE | Manger : un acte politique**

De plus en plus de gens disent non aux supermarchés ; non à la nourriture avec des pesticides ; non à la nourriture qui ne respecte pas la nature, détruit le sol et ne nourrit vraiment que le monopole de l'industrie agroalimentaire. Le journal de rue argentin *Hecho en Bs. As.* parle d'un mouvement dans le pays qui affirme que manger est un acte politique. Presque tous les aliments trouvés dans les supermarchés ont des traces de produits agrochimiques, comme le glyphosate, et des ingrédients tels que la lécithine de soja (un additif utilisé comme émulsifiant). En Argentine, l'agro-industrie utilise chaque année près de 30 millions d'hectares de glyphosate (tueur de mauvaises herbes), avec de vastes plantations de monoculture de soja, de maïs, de coton et de blé génétiquement modifié, et dans une moindre mesure sur d'autres cultures vivrières. Le consommateur peut influencer le monde avec ses choix d'achat, améliorer la qualité des aliments à travers la planète, lutter contre le changement climatique et améliorer les conditions de travail. (*Hecho en Bs. As.*)

**SYRIE | Bébé et grand-mère réunis**

Jaafar avait seulement trois mois quand ses parents ont été tués alors qu'ils essayaient de fuir Damas en pleine guerre civile en Syrie. Jaafar s'en est tiré indemne mais il a fallu des mois, et un effort surhumain, pour que sa grand-mère le trouve. Il est l'un des 650 cas d'enfants séparés de leurs parents documentés par UNICEF en 2016. Emmené dans la ville turque de Mardin, il a alors été confié à un juge local. Lorsque la grand-mère de Jaafar l'a reconnu par sa marque de naissance dans un orphelinat turc, plusieurs mois après la mort de ses parents, elle l'a serré dans ses bras, criant de joie. Il a fallu trois mois pour préparer un test d'ADN et trouver un juge qui pourrait le vérifier et lui donner l'autorisation de ramener son petit-fils chez elle. Depuis le début de la guerre en 2011, des centaines de milliers de Syriens ont été tués et près de la moitié de la population d'avant-guerre du pays est devenue sans-abri, dont un grand nombre d'enfants. (*Reuters/INSP*)



PHOTO: REUTERS / OMAR SANADIKI

**INDE | Liberté de presse féminine menacée**

La représentation féminine augmente lentement dans de nombreux pays d'Asie et du Pacifique, mais les femmes journalistes sont affectées de manière disproportionnée par les trolls. En Inde, la journaliste de télévision Barkha Dutt a reçu plus de 3000 tweets abusifs en une seule semaine. Les militants disent que l'abus est une menace pour la liberté d'expression et les médias gratuits. Les femmes journalistes estiment que le harcèlement et les menaces d'attaque directes ont augmenté, les obligeant à demander un recours juridique ou une protection policière. L'abus en ligne personnalisé peut même causer des problèmes d'estime de soi, affecter la vie sociale et conduire à des symptômes de dépression, d'anxiété et d'attaques de panique. Une étude établit que le troll est en corrélation avec la psychopathie, le sadisme et le machiavélisme. Parmi les motivations des trolls, on retrouve l'ennui, la recherche d'attention, la vengeance, le plaisir et le désir de causer des dégâts à la communauté. (*Inter Press Service/INSP*)



Barkha Dutt, éditrice, *Nouvelles anglaises*, New Delhi Television (NDTV), au Forum économique mondial

PHOTO: WORLD ECONOMIC FORUM FROM COLOGNY, SWITZERLAND

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](http://www.street-papers.org).



## Ma camarade lutte toujours pour sa vie

Samedi soir, le 9 avril, ma camarade camelot Marie-Soleil a été heurtée par une voiture vers 9 h du soir.

Depuis quelques années, grâce à elle, j'ai repris le goût de vendre *L'itinéraire*, ce qui a été très bénéfique dans nos vies à tous les deux. Grâce à l'enthousiasme et la volonté de Marie-Soleil, j'ai pu persévérer et continuer à croire en moi et en nous. Elle est pour moi une personne exemplaire, déterminée, courageuse, autrement dit une source d'inspiration merveilleuse.

Je tiens du fond du cœur à la remercier, et je souhaite qu'elle se rétablisse pleinement. Malheureusement, lors de cet accident, elle a eu de très nombreuses fractures et des organes endommagés. Heureusement, selon les dernières informations reçues, il est très fort probable qu'elle puisse remarcher de nouveau, même si ce sera un long combat. Marie-Soleil aura besoin de support physique, psychologique et spirituel.

Envoyez-lui plein d'énergie pour l'aider à reprendre la vie extraordinaire qu'elle mérite !

Du fond du cœur,

CLAUDE GAUTHIER  
CAMELOT AU CENTRE ÉPIC



## De la rue à la télésérie

L'été dernier, Jean-Marie Lapointe a vu l'article dans *La Presse* + titré *À la rescousse de M. Sutton*, et m'a invité à participer à une première de l'activité Camelot d'un jour en région. Par la suite, on m'a offert la chance de participer à la télésérie *Face à la rue* qui est diffusée sur les ondes de *Moi et Cie* tous les mardis (voir pages 36 à 39 de cette édition). Le sujet me rejoint beaucoup parce que j'ai vécu 10 ans dans la rue, dans les quartiers Outremont et Hochelaga-Maisonneuve, à Montréal.

J'ai vu des extraits de la série et j'en ai été très ému. Jean-Marie Lapointe était bouleversé de voir la dure réalité du monde de la rue. Imaginez, je l'ai vécue au quotidien et c'était même devenu normal pour moi. Dans ma dernière année passée dans la rue, j'ai touché le bas-fond et je pense que si je ne m'étais pas sorti de ma situation, je serais probablement mort aujourd'hui. Je me suis pris en main en faisant une retraite spirituelle au Foyer de Charité Villa Châteauneuf de Sutton.

J'ai adoré l'expérience de la télésérie et de pouvoir montrer aux gens les difficultés que j'ai vécues et comment je m'en suis sorti. Ça m'a brassé un peu de voir les témoignages mais c'est positif, parce que ça me fait voir tout le chemin que j'ai parcouru. Jean-Marie a été vraiment très fin avec moi, c'est un homme très humain et compréhensif.

Aussi, je suis fier d'avoir proposé d'ajouter les cartes-repas du Partage Notre-Dame dans le magazine *L'itinéraire*. L'équipe a été ouverte à les intégrer, le projet va commencer cet été. Les clients de *L'itinéraire* pourront ainsi commander des cartes-repas pour les distribuer à un camelot ou d'autres personnes dans le besoin.

Je veux remercier toutes les personnes qui me donnent un coup de main, comme tous mes clients à Sutton et Granby, le maire de Granby, le député fédéral de Shefford, le député provincial, le chauffeur d'autobus, les journalistes de la Voix de l'Est, David Santerre de La Presse, le Métro Plouffe, le Partage Notre-Dame, l'équipe de *L'itinéraire* qui me donne l'opportunité de grandir en vendant le journal et mes parents qui m'ont sorti de la rue.

BERTRAND DEROME  
ALIAS M. SUTTON ET M. GRANBY  
CAMELOT À SUTTON ET GRANBY

## Vieux

À la naissance, nous possédons tous une horloge biologique qui se met en marche. Avec les années, elle ne cesse jamais de nous transformer. Seule la mort en vient à bout.

Pendant, avant que l'on soit sur le retour, nous bénéficierons des deux énergies que possèdent les adolescents : celle du devenir et celle du changement. Toutes deux nous donnent l'impression que l'avenir nous appartient, et qu'on peut modifier le monde à notre guise.

Sur le plan physique, le vieillissement est inévitable et hors de notre contrôle. Que l'on soit ouvert d'esprit ou replié sur soi-même, le temps est une force qui agit sur le monde et les êtres. Malheureusement pour l'homme, il passe et ne revient pas !

Vivre dans le passé nous conduit parfois à embrouiller notre discernement, vu les années qui s'accumulent. Quant à l'aspect psychologique, la maladie est un facteur qui accélère notre vieillissement, en nous confrontant à nos craintes les plus profondes.

Cela dit, le bon côté d'une mauvaise santé est qu'elle nous conscientise à propos de la préciosité de notre temps vécu sur Terre. C'est grâce à cette perception que les croyants vieillissent sans trop d'inquiétudes.

Pour ceux qui n'ont foi qu'en leur petite personne, voici certaines circonstances qui les remettent en question : le décès d'un proche, l'incapacité d'agir et de se divertir. La résignation et le désespoir peuvent également donner un sacré coup de vieux.

Viellir, c'est perdre sa force, sa vitalité et l'apparence de la jeunesse. Toutefois, le bon côté du vécu est qu'il nous aide à devenir une meilleure personne pour soi et pour les autres.

À quel âge devient-on vieux ? Selon moi, l'âge du cœur et de l'esprit est un choix, une question d'attitude.

GILLES LEBLANC  
BÉNÉVOLE À LA CUISINE





## Déclarés « vieux » par la société



Bien souvent, lorsqu'on parle de la génération des aînés, soit des 65 ans et plus, nombreux sont ceux qui les domicilient dans des Centres d'hébergement ou résidences pour personnes âgées. Notre perception est alors loin d'être flatteuse puisqu'ils sont considérés comme incapables de se suffire à eux-mêmes, isolés de leurs proches et souffrant de tous les maux.

Nous avons voulu rencontrer ceux qu'on ne voit que très peu et qui ont un agenda rempli d'activités sociales, sportives et professionnelles. Ceux que l'on a rencontrés ont refusé l'appellation « nouveaux vieux ». Cette expression, conforme aux normes marketing, ne ferait que banaliser l'âgisme.

Après tout, cette génération A, pour « Aînés », est loin d'être si uniforme que veulent le faire croire les préjugés. Elle profite de son âge de différentes façons avec certainement plus d'empressement qu'avant. Et, s'il est vrai que le corps vient parfois à ne plus suivre le rythme effréné, elle reste active, optimiste et bien vivante !



## TÉMOIGNAGE

PAR GAÉTAN PRINCE  
CAMELOT MÉTRO BONAVENTURE

# Si jeunesse savait, si vieillesse pouvait

**J'ai 61 ans et je commence à me rendre compte de ce que c'est que de vieillir, et à comprendre qu'il y en a plus en arrière qu'en avant. Je m'en aperçois aussi bien mentalement que physiquement, dans mon travail de camelot.**

Je suis le plus vieux d'une famille de trois enfants. Je me suis compliqué la vie de bonne heure, j'ai commencé à 12-13 ans à avoir des problèmes avec la justice. Comme on dit, j'ai brûlé la chandelle par les deux bouts et aujourd'hui, je paie pour.

J'ai perdu pas mal d'années pendant que j'étais en détention. En prison, tout va lentement, c'est relax, c'est tranquille. On te dit quand manger, quand dormir. Alors au moment où tu sors, tu as l'impression que tout va vite, que tout le monde est fou. Tu te dis qu'il faut que tu rattrapes le *beat*, mais en même temps tu sens que tu as vieilli pendant ce temps-là.

### Vivre vieux, oui, mais en santé

Vivre plus longtemps, qu'est-ce que ça change ? Ça dépend de ta condition de santé : si on est malade, ça ne change rien. Jusqu'à 50 ans, j'ai été en forme mais après, ça a commencé à se compliquer : genoux, poumons, cœur, etc.

Il faut dire qu'on a un système de santé à deux vitesses, selon qu'on soit pauvre ou riche. Au privé, ça va vite, tu peux te permettre d'avoir de meilleurs soins. Mais nous, nous n'avons pas les moyens d'aller au privé. Avec le temps, nous devenons une charge pour le gouvernement, nous vieillissons et perdons en qualité de vie.

Il n'y a pas d'âge pour dire qu'on est vieux : tout dépend de comment on se sent. Ça dépend de notre santé, de notre état mental, et c'est le corps qui nous le dit. Il y a des gens qui à 95 ans sont moins vieux que d'autres à 45 ans. Depuis trois ans, je commence à me sentir vieux. Même s'il y a des jours où ça va mieux que d'autres, j'ai parfois l'impression d'avoir 80 ans, et je ne pense qu'à dormir.

Ma capacité s'amenuise aussi : le corps veut, mais la tête ne suit plus, ou vice-versa. Il faut que je fasse plus attention à mon alimentation, à ma condition physique, que je recommence à faire de l'exercice. Le sport, ce n'est pas juste jouer au pool ! Et puis la fierté en prend un coup : mon médecin m'a donné une canne pour mon genou. Je peux la prendre au besoin, mais je suis trop orgueilleux pour travailler avec ça.

Mon grand-père me répétait souvent ce vieux dicton : « Si jeunesse savait, si vieillesse pouvait... » J'en suis rendu là et je le comprends aujourd'hui, alors j'essaie de partager mon expérience aux plus jeunes camelots.

### Quand le travail se complique...

Physiquement, le travail de camelot se complique pas mal avec l'âge. J'ai commencé en 2008 et à ce moment, ça ne me dérangeait pas de passer trois ou quatre heures debout. Avec le temps, il a fallu que j'accepte de diminuer mon rythme de travail parce que mes jambes se fatiguaient plus vite, je devenais plus sensible à la chaleur. Aujourd'hui il faut que je m'asseye. Mon médecin m'a recommandé d'apprendre à écouter mon corps, de doser mon énergie et de choisir les bons moments pour aller travailler.

À un moment donné, à cause de mes problèmes de santé, j'ai dû passer six mois sans travailler. J'ai trouvé ça dur parce que j'ai été actif toute ma vie et j'ai toujours eu la bougeotte. Aujourd'hui, il y a des jours où je ne peux pas aller travailler, et ça me fait peur : je me demande ce qu'il va arriver dans six mois. Il y a quelques années, je me disais que je travaillerais jusqu'à ma pension, mais à présent, je me demande si je vais pouvoir continuer à travailler jusque-là...

### Où sont mes rêves ?

Plus je vieillis, plus je m'aperçois que la vie passe vite. Il y a des rêves que j'aimerais réaliser et je me dis : « *Il ne me reste plus grand temps, comment vais-je l'utiliser ? J'aurais aimé faire ça, mais il est trop tard...* » ■



# Âges avancés et catégorisation sociale

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Le vieillissement de la population amène son lot de questionnements sociaux. Le Québec a eu pendant très longtemps la plus faible espérance de vie de toutes les provinces canadiennes. Mais aujourd'hui, elle ne cesse de croître. Si bien que l'on vit plus longtemps et que de nombreux choix sont faits pour une meilleure qualité de vie. Quel regard est porté sur les personnes âgées de 65 ans et plus ?

Avec la diffusion en 2014 du documentaire *Advanced Style*, le réalisateur Ari Seth Cohen a brisé un tabou : celui d'être fringant quel que soit son âge. Suivi par plus de 194 000 personnes sur le réseau social Instagram, ce photographe de mode donne la parole aux femmes et aux hommes qui prennent un plaisir à se mettre sur leur trente-et-un. C'est ainsi qu'est né son blogue, en 2009, glorifiant les personnes âgées qui s'investissent dans leur style vestimentaire.

En entrevue pour le magazine français *Madame Figaro*, Ari Seth Cohn explique notamment qu'avec les années les jeunes mannequins « *changent de look aux rythmes des campagnes pour lesquelles elles travaillent* », ce qui n'est vraisemblablement pas le cas des femmes et des hommes plus mûrs qu'il photographie. « *Elles cultivent leur style et l'expriment de manière très créative.* »

Des États-Unis au Canada, cet exemple de projet photographique révèle en un sens à quel point le regard porté sur les personnes âgées de 65 ans et plus est catégorisé. Ne serait-ce qu'en faisant une recherche de photos sur internet avec le mot clé « *personnes âgées* », les visuels qui ressortent mettent pour la plupart en avant des personnes aux cheveux et vêtements blancs, souriantes ou ayant besoin d'assistance. Pour quelles raisons ne trouve-t-on pas facilement des photos de ces personnes âgées en parfaite santé ?

## Déclaration de vieillesse

Jean-Ignace Olazabal est anthropologue et responsable de différents programmes à l'Université de Montréal, notamment en toxicomanie et en gérontologie. Pour comprendre cette catégorisation sociale, il explique que « *la notion de vieillesse est une construction*

*sociale et la relation que l'on entretient à son égard en découle. Notre société se caractérise avant tout par la longévité. À partir du moment où l'on est déclaré vieux socialement, à des âges variables, c'est comme si l'on sortait du circuit* ».

La vieillesse est donc une notion relative ou suggestive en fonction de l'individu. « *Être vieux rime souvent à être de la "scrap", ce n'est pas bon. C'est pour cela que l'on utilise d'autres termes plus aimables comme "aînés" ou "seniors". Étant donné que la vieillesse est considérée comme une condamnation sociale, personne ne veut se déclarer vieux. Et le pire qui peut arriver à un vieux, ce n'est pas d'être à la rue où l'on est relativement autonome, mais plutôt d'être dans un CHSLD où l'on a besoin d'assistance* », ajoute-t-il.

« *On a l'impression qu'une fois à la retraite, cette génération ne contribue plus à la société. Or, elle peut être bénévole, travailler à temps partiel dans un tout autre domaine, faire du mentorat ou être un pilier pour la famille.* »

Jean-Ignace Olazabal

Le professeur soutient que cette déclaration de vieillesse remonte à l'Antiquité. Elle s'accompagne généralement de trois conditions : la maladie chronique donnant lieu à des incapacités invalidantes, l'appauvrissement dû à l'arrêt des activités professionnelles menant de facto à une baisse du pouvoir d'achat, et enfin le rétrécissement du lien social qu'il soit familial ou amical. « *À partir du moment où quelqu'un cesse de travailler, la considération de la société change radicalement. Tant que l'on est actif et donc socialement utile, il n'y a rien à redire. À partir du moment où l'on "tombe" à la retraite, comme on le dit si bien au Québec, il faut savoir se relever !* », ironise M. Olazabal.

Au-delà du regard social, il arrive que les personnes elles-mêmes se catégorisent « *vieilles* », notamment lorsqu'elles sont malades, appauvries ou isolées. À cela s'ajoute la déclaration de vieillesse

biologique qui varie effectivement en fonction de l'état de santé physique et psychique des personnes. « Il y a parfois des personnes qui jugent d'autres personnes qui vont courir ou qui ont beaucoup d'activités physiques. Mais, c'est probablement plus de la jalousie qu'autre chose parce qu'elles osent "combattre" la vieillesse », pense le professeur. Ce dernier illustre son propos par un détail d'un pélikè (ndrl : céramique grecque antique) de Géras et Héraclès.

Dans ce mythe, l'iconographie de la vieillesse varie en fonction des vases. Le premier représente Géras comme un vieillard chétif, au sexe long et flasque, risquant de se faire assommer à coup de massue tandis que le second représente Géras de la même taille qu'Héraclès en train de s'enfuir. « C'est comme s'il fallait "tuer" la vieillesse parce que personne ne l'aimait. Dans une société où l'autonomie est la valeur sacrée et à laquelle on se réfère, il faut à tout prix combattre cette vieillesse pour ne pas être un cacochyme », vulgarise M. Olazabal.

### Piété filiale et autonomie

La vision sociale de la vieillesse n'est pas la même dans les sociétés occidentales et orientales. Les premières ne jurent que par l'autonomisation individuelle quand les secondes respectent la piété filiale, un concept qui qualifie la dévotion des enfants pour leurs parents devenus dépendants. « Il faut se rappeler qu'en Chine, c'est une loi établie par Confucius qui a été d'ailleurs reprise par de nombreux préceptes religieux », rappelle le professeur Olazabal. « Ces préceptes obligent les jeunes à prendre soin de leurs parents. Mais, attention à ne pas lier ceci à de l'amour parce qu'il y a toujours une ambivalence entre l'affection qu'ils doivent leur porter et le fardeau qu'ils représentent. La piété filiale se justifie comme une logique circulaire dans les sociétés traditionnelles, les parents se sont occupés de leurs enfants pour les faire grandir, quand ils deviennent vieux, c'est aux enfants de rendre la pareille. »

Parallèlement à cette loi de « juste retour », ces sociétés se retrouvent souvent face à la mondialisation et l'exode des jeunes vers des grands centres-villes bien plus dynamiques et prometteurs.

Contrairement à ces sociétés, au Québec, M. Olazabal assure que les aînés ne veulent pas rester avec leurs jeunes et inversement. Peut-on dire dès lors qu'il existe un lien entre l'importance de la religion et le traitement réservé aux personnes âgées au Québec ? « Je crois que la religion est le vecteur par excellence de la protection des aînés. Avant l'État et la famille, c'était aux ordres religieux de s'occuper des aînés. Mais il ne faut pas oublier non plus que les personnes fragilisées n'ont pas toutes un accès aux soins notamment en raison des normes à respecter, un peu plus de 80 % des soins apportés aux aînés qui ne sont pas en CHSLD le sont par la famille, ce qui est absolument énorme. »

### Masse critique

Professeure en sciences de la consommation à l'Université Laval, Gale Ellen West qualifie cette génération de baby-boomers comme plus dynamique et revendicatrice. « Elle rejette beaucoup plus l'idée de vieillir. Elle veut rester le plus jeune possible, rejette aussi l'idée de rester dans une maison familiale donc déménage plus. Elle dépense plus son argent pour voyager, a moins d'enfants, pense moins à laisser un bas de laine aux plus jeunes. Elle profite pleinement de la vie pendant qu'elle est encore en vie », décrit-elle. Le seul hic de cette génération est lié aux divorces et séparations. Ce qui explique pourquoi elle doit encore aujourd'hui payer des pensions alimentaires aux ex-conjoints. « Elle est plus dans une volonté de rupture familiale, ce qui explique qu'elle a souvent des problèmes monétaires liés à ces séparations », étaye Mme West.

« Les publicités ne sont pas toujours adaptées à cette génération qui dépense amplement pour des vêtements, des meubles ou des articles sportifs. Comme si l'on persistait à concevoir ces produits et services pour les plus jeunes. »

Gale Ellen West

La professeure qualifie l'âge de 65 ans comme le « chiffre magique » pour recevoir la pension de vieillesse et les autres privilèges liés à l'âge. C'est pour cela que la plupart des documents légaux utilisent cet âge comme principale référence. Mais, « cette génération peut aller jusqu'à 67 ou 68 ans ». Elle interpelle sur la vision négative que la société a d'une personne dès qu'elle atteint 50 ans. « Il y a encore beaucoup d'âgisme. Par exemple, cette génération ne bénéficie pas toujours de formation dans le milieu professionnel et on la perçoit souvent comme une génération ayant des problèmes de santé ou étant dépendante », ajoute Mme West.

Pour la chercheuse, cette génération représente quand même une masse critique de la société. Par contre, l'expression « pouvoir gris » pour qualifier le pouvoir politique et social des retraités serait bien plus emblématique aux États-Unis qu'au Canada.

C'est d'ailleurs au Magazine *Fortune* que l'on doit l'un des premiers palmarès des 25 retraités les plus influents, publié en 1997. À Mme West de conclure sur l'engagement social et politique de cette génération : « Il y avait dans les années 50, 60 et 70, une grande croyance selon laquelle on pensait que les personnes âgées voulaient se retirer pour plus de tranquillité. Or, aujourd'hui, les plus jeunes de cette génération n'acceptent plus cette vision, elle parle et prend position. C'est pourquoi elle revendique autant son droit à la vie active. » ■



PHOTO : UQAM

« Ce qu'on appelle « baby-boomers », ce sont les enfants du baby-boom à 33 ou 44 %. Ils ont souscrit au slogan "qui s'instruit s'enrichit", ils ont fait des études universitaires et ont participé à la modernité du Québec ou à la contre-culture. Mais, ce ne sont pas des conditions cumulatives. Le terme "nouveau vieux" est plus marketing que scientifique. »

Jean-Ignace Olazabal



Lea Chau Nguyen,  
Raymond Bernier  
et Thuy Lien Nguyen

## « La retraite, le début du bonheur ! »

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Le mercredi après-midi au Centre communautaire Lajeunesse, Lea Chau Nguyen et son mari, Raymond Bernier, vont à leur cours de Qi Gong, une sorte de méditation visant à travailler sur la circulation de l'énergie interne grâce à des exercices physiques réguliers. S'ajoute à cela les ateliers d'aquaforme, de musculation, de natation ou de mandala, de golf intérieur et de vélo. Le couple de retraités est loin de s'ennuyer.

Quand Lea Chau Nguyen, 62 ans, décrit sa semaine, difficile de croire qu'elle a encore un moment de libre pour une entrevue. Entre le sport et les activités sociales, même si elle et son époux Raymond Bernier, âgé de 75 ans, sont retraités, ils ont beaucoup d'activités. « On est actifs, que ce soit à la maison ou à l'extérieur, on a beaucoup d'activités. Les jeunes ont souvent des préjugés lorsqu'on leur dit notre âge, mais pour moi, être vieux c'est à partir de 80 ans parce qu'on peut vivre jusqu'à 100 ans aujourd'hui ! », soutient Mme Nguyen.

Sa sœur, Thuy Lien Nguyen rejoint la discussion. Nutritionniste de profession, à 57 ans, elle vient tout juste de reprendre les études à l'université. Son désir était de se mettre à niveau et d'apprendre de nouvelles choses. « Ça fait 30 ans que j'ai eu mon baccalauréat, c'est parfois un peu difficile de retourner étudier avec des jeunes qui ont le même âge que tes enfants. Mais il fallait que je fasse ce pas ! Avec les sujets que j'apprends, j'ai l'impression de revivre, bien que le rythme d'apprentissage soit plus intense. »

« Je vois plutôt la vieillesse à travers mes amis. »

Lea Chau Nguyen

### Prise de conscience

Dans toute cette réorganisation de sa vie, Thuy Lien Nguyen pratique elle aussi le Qi Gong, trois fois par semaine en plus de quelques exercices de physiothérapie pour contrer ses problèmes de mobilité dus à l'arthrose et à des blessures héritées d'une carrière dans les Forces armées canadiennes. « Avec ce retour aux études, c'est peut-être une façon de me dire que je ne veux pas vieillir. En général, je ne dis pas mon âge aux autres étudiants parce qu'ils me disent que j'ai l'air jeune, donc j'en profite ! », s'amuse-t-elle.

S'ils sont quotidiennement avec des aînés pour pratiquer leurs activités, cela ne signifie pas qu'ils ne ressentent pas une stigmatisation lorsqu'ils rencontrent d'autres personnes. Raymond Bernier donne l'exemple des fois où il doit prendre les transports en commun. « Tu sens que tu es

plus âgé quand les jeunes t'offrent leur place. Ça donne un coup parce qu'on se rend compte qu'on est rendu à un certain âge. », explique-t-il.

### Âgisme

Pour sa part, Lea Chau Nguyen avoue voir la vieillesse à travers ses amis. « Quand je les aide à monter des escaliers ou à se lever, j'ai l'impression de voir mon miroir. Je me souviens d'une fois dans un bureau où je cherchais à comprendre comment fonctionnait la photocopieuse. Une jeune a tenté de me l'expliquer, mais a perdu patience. C'est là que j'ai compris qu'il y avait une différence. Comme si on n'arrivait pas à leur hauteur pour tout ce qui concerne la technologie », raconte-t-elle. « Ils pensent que tu vas réagir aussi vite qu'eux, mais nous ne sommes pas au courant de tout... », complète son époux.

Un propos étayé par Thuy Lien Nguyen qui raconte que son fils a eu du mal à comprendre qu'il fallait être un peu plus patient avec elle lorsqu'ils marchent ensemble ou lorsqu'il doit lui expliquer un élément technologique. Ce qu'elle ne vit pas forcément avec sa fille qui travaille dans le milieu de la santé et veille à ce qu'elle bouge plus.

« Quand ils étaient petits, nous avons été patients avec eux, maintenant c'est à leur tour de l'être avec nous. Ils comprendront quand ils seront rendus à notre âge »

Thuy Lien Nguyen

Quand ils ont pris leur retraite, Lea Chau Nguyen et Raymond Bernier ont senti que le milieu de travail était important dans leur vie. « Les collègues deviennent des amis, quand on quitte le travail, on les perd. Quand tu te rends à une place pendant plus de 30 ans et que vient la retraite, tu dois réorganiser ta vie autrement sinon la retraite peut être pénible », explique Raymond Bernier.

Même constat pour sa belle-sœur qui a perçu sa retraite comme une obligation. « À 55 ans, j'ai dû prendre ma retraite des Forces armées canadiennes en raison de ma santé. Tout d'un coup, je n'avais plus personne autour de moi parce que je n'étais pas capable de les suivre en raison de ma santé. Je me sentais comme un oiseau dans une cage dorée. Ce n'est que maintenant que je suis réellement en paix, que je ne considère plus cela comme un échec », détaille Thuy Lien Nguyen. Ce qui est quasiment tout le contraire pour sa sœur aînée qui dit ne rien regretter de ses années de travail et estime avoir assez donné à la société pour avoir aujourd'hui le droit de s'occuper d'elle. ■

## « Le temps passe vite quand on vieillit ! »

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Denise Cusson a été sexologue dans un bureau privé pendant plus de vingt ans avant de prendre sa retraite. Sa clientèle était victime d'abus sexuels ou psychologiques. Formée en criminologie, elle a aussi travaillé à la Direction de la protection de la jeunesse (DPJ) quelques années. « *La mauvaise DPJ, c'était moi !* », ironise-t-elle.

À 73 ans, Denise Cusson n'a pas perdu son bagout. Ses journées sont encore très marquées par ses anciennes activités professionnelles. Dès le matin, elle procède à une lecture de la presse nationale et internationale jusqu'aux environs de 7h30 principalement parce qu'elle regrette le manque d'intérêt des médias québécois pour l'actualité internationale. Un souci médiatique qu'elle a acquis après avoir vécu plus de dix ans en Europe. « *Ça fait partie de ma routine avant d'aller à la gymnastique au YMCA, trois fois par semaine* », ajoute-t-elle.

Une fois sa revue de presse effectuée, elle enchaîne sur toutes ses activités sociales qu'elle qualifie « *d'extrêmement importantes* ». La plupart de ses amis sont dans sa moyenne d'âge, entre 65 et 75 ans, « *ils travaillent, sont propriétaires, ont des magasins ou peu importe. Ils sont aussi actifs que moi* ». La famille compte aussi beaucoup pour Mme Cusson qui réserve au minimum deux jours par semaine à ses petits-enfants de 11 et 12 ans.

### Deux façons de vieillir

De façon ponctuelle, Mme Cusson aime rappeler qu'elle participe encore activement à la société. « *Pendant très longtemps, je me suis occupée d'enfants abandonnés. Aujourd'hui, j'aide de façon plutôt indirecte des familles haïtiennes ou syriennes en effectuant des dons de livres ou de vêtements* », détaille-t-elle avant d'affirmer « *que le temps passe tellement vite quand on vieillit* ».

Si son corps lui rappelle souvent son âge, Mme Cusson est persuadée que « *la vie est bien faite* ». Pour elle, la mort doit rester un choix personnel qui revient non pas au personnel médical, mais bien à la personne concernée. « *Je crois que c'est quand on a plus de rêves ou d'espoir que l'on doit partir. C'est ce qui est arrivé à mon frère qui est mort d'un cancer ou même à mon père qui était cardiaque. C'est eux qui ont décidé de partir, pas la société !* »

Elle ne dit que très rarement son âge pour ne pas « *vieillir de façon sociétale* », ce qu'elle définit comme la première façon de vieillir. « *Quand on dit notre âge, les gens ont tendance à être plus attentifs, comme si j'allais m'écarter la gueule sur le trottoir en marchant ! Bref le regard des autres est différent. Je peux en rire aujourd'hui parce que je peux me déplacer, mais parfois cela peut être irritant.* » Mme Cusson explique que dans sa tête, elle peut se permettre d'aller danser le soir ou de faire toutes les activités possibles, mais le lendemain elle aura plus de mal à récupérer.

L'ancienne sexologue prend l'exemple du clitoris qu'elle considère comme la seule partie de l'organe reproducteur féminin qui ne vieillit pas. « *Après une relation sexuelle, le risque le plus important avec l'âge, c'est de prendre plus de temps à récupérer en plus de possiblement avoir une irritation vaginale s'il n'y avait pas de lubrifiant ! Le corps vieillit, il n'est plus autant capable qu'à 20 ans... Cela ne sert à rien de se le cacher.* »

La seconde façon de vieillir est liée, selon Denise Cusson, au traitement réservé aux aînés qui résident dans un « *home* », autrement dit les résidences pour personnes âgées. Elle explique son raisonnement par les propos d'une femme de 101 ans dont elle s'occupe de temps en temps. « *Elle est aussi brillante et allumée que vous et moi. C'est une Française qui a fait la guerre. Elle s'en souvient très bien encore. Mais elle vous le dirait aussi, quand vous n'êtes stimulés que par la parole, c'est à ce moment-là que vous devenez vieux !* »

Mme Cusson finit par avoir un regard critique sur les règles imposées dans ces résidences. Quant à la question de savoir si ces personnes ont encore un poids politique et sociétal, elle reste nuancée. « *Ce pouvoir ne fonctionne que pour une certaine minorité ! Les baby-boomers d'ailleurs, il faut l'admettre sont plus actifs aujourd'hui qu'avant, mais la maladie et le corps sont un frein pour beaucoup d'autres personnes.* » ■

« *Je me considère comme une personne vieillissante parce que mon corps ne répond plus. Quand il a fallu que j'enlève la neige sur mon balcon, je me suis fait un tour de rein, aujourd'hui, je suis des séances de physio.* »



## « Pas si vieille que cela ! »

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Exception faite de ses problèmes d'arthrose, Silva Miquelina ne se sent « pas si vieille que cela ». Dans sa tête, elle est même persuadée d'avoir encore 50 ans alors que sur les papiers, elle en a vingt-deux de plus.

« Des fois, je pense même que j'ai encore 40 ans. Ce sont mes vieux os qui me rappellent que ce n'est plus le cas », s'amuse-t-elle. Silva Miquelina a des journées « rock'n'roll » parce qu'elle a encore plein d'énergie à revendre et aime apprendre de nouvelles choses. « Avant de vous rencontrer, j'ai donné un cours de portugais parce que c'est ma langue maternelle. Puis, j'ai travaillé avec ma congrégation religieuse qui a eu besoin de mes services. J'ai fait aussi beaucoup d'activités à la maison ! », décrit-elle en faisant faire le tour de son domicile.

*« Je travaille encore. Je fais du travail de secrétariat, mais aussi de traduction. J'en suis encore capable et j'aime me rendre utile ! »*

Silva Miquelina continue à travailler parce qu'elle reçoit une petite pension de retraite et aime rencontrer de nouvelles personnes. Elle a le sentiment d'être plus que jamais utile à la société. « Comme je travaille avec les Sœurs, je n'ai jamais eu de remarques concernant mon âge, au contraire. Elles sont très gentilles et compréhensives », explique-t-elle. Mme Miquelina a décidé de consacrer son vendredi à ses activités personnelles comme le jardinage sans oublier ses séances hebdomadaires d'aquaforme, d'acupuncture et de physiothérapie. « J'ai appris à accepter que certaines de mes activités quotidiennes me prennent plus de temps. C'est la vie, je vieillis. Aujourd'hui, c'est plus difficile pour moi de me rendre au sous-sol de ma maison alors qu'avant je pouvais y aller en courant. »

### « C'est quand j'ai mal que c'est plus difficile »

Mme Miquelina vit avec son mari qui fêtera ses 72 ans au mois d'août. À deux, ils avouent être conscients qu'ils vieillissent, c'est pour cela qu'ils prennent soin l'un de l'autre en veillant, par exemple, à ce que chacun prenne ses médicaments. « Lui, c'est un gars très actif. Il s'est

occupé dernièrement de retirer l'abri Tempo. J'ai eu beau lui dire d'aller doucement, quand je suis sortie l'aider, il avait déjà fini. C'est un gars qui est encore très dynamique, merci mon Dieu ! »

En ce qui concerne les décisions politiques et sociétales, Silva Miquelina est convaincue qu'elle a encore son mot à dire. C'est en partie la raison pour laquelle elle se sent concernée par les débats et décisions politiques prises dans sa circonscription, Anjou. « Cela fait 29 ans que j'y habite, j'ai toujours voté ici et je connais les élus locaux. Avec le redécoupage électoral de 2015, ils m'ont pitchée à la Pointe-de-l'Île. Je leur ai dit que je ne connaissais personne quand ils m'ont donné le bulletin de vote. J'ai voté pour une personne que je ne connaissais pas. Je me suis donc plaint à Élections Canada en leur disant que la moindre des choses aurait été de consulter les électeurs. Je trouve ça imbécile de voter pour une personne que je ne connais pas. » Citoyenne encore très engagée dans sa communauté, Silva Miquelina ne mâche pas ses mots : lorsqu'elle a l'occasion de dire ce qu'elle pense, elle le fait sans hésiter.

*« On a toujours des préjugés sur les immigrants, mais dans le métro, c'est souvent eux qui me cèdent leur place assise. Et plus les gars que les filles. Je m'en fous qu'on me dise que je suis vieille, je ne peux pas rester debout longtemps! Ceux qui se lèvent ont tout simplement été bien élevés par leur mère. »*

Pour Mme Miquelina, c'est souvent en regardant la télévision qu'elle ne se reconnaît pas en tant qu'ainée. Elle se souvient avoir assisté à la dégustation des repas offerts dans les CHSLD proposée par le ministre de la Santé, Gaétan Barrette. Si les médias en ont parlé plutôt négativement en mettant en avant le show politico-médiatique, elle en garde plutôt un bon souvenir. « Je finirai probablement dans un CHSLD parce que je n'ai pas d'enfant. Je demande juste au Bon Dieu de me garder toute ma tête quand mes jambes me lâcheront. Et vous voulez que je vous dise, même si ce n'est pas évident aujourd'hui, il ne faut pas cesser de servir et d'aider les autres. » ■



## INFO CAMELOTS

PAR YVON MASSICOTTE  
REPRÉSENTANT DES CAMELOTS



Michel Desjardins

PHOTO : ALEXANDRA GUELLIL

## Hommage à nos aînés

Nos aînés sont-ils importants pour notre société ? Je dirais qu'ils le sont tous. À 65 ans, ils trouvent un repos bien mérité après des années de travail. Mais au bout d'un certain temps, ils s'ennuient à ne rien faire, eux qui ont travaillé pendant près de cinquante ans de leur vie. Certains se retourneront vers un petit emploi. D'autres feront du bénévolat. Ces mêmes aînés se retrouveront à un moment donné en résidence où, encore, ils s'activeront à faire quelque chose.

Parmi ces gens, plusieurs achètent *L'itinéraire*, puisqu'avec leurs expériences de vie, ils comprennent par où nous sommes passés. Quelque part, eux-mêmes ont eu, à un certain moment de leur vie, à surmonter des obstacles, mais étaient peut-être mieux équipés que la plupart de nos camelots qui, eux, étaient probablement dans un état de précarité plus fort et moins bien entourés. Lors d'une conférence que j'animais dans une résidence de personnes âgées

de 70 à 102 ans, on m'a fait savoir que les résidents tricotaient des foulards pour les itinérants de l'Accueil Bonneau. Ce ne sont sûrement pas de jeunes couples avec des enfants et leur job qui auraient le temps de le faire. Ces gens se sentent ainsi utiles et font partie intégrante de notre société. Nous avons besoin d'eux pour leurs expériences, leur sagesse et leurs conseils.

Certains de nos camelots arrivent à grands pas à la retraite et eux aussi, par leur expérience, continueront d'assurer la relève des camelots novices. Ils n'ont pour la plupart pas pu mettre de l'argent de côté, et même s'ils toucheront une maigre pension, le travail de camelot leur permettra d'arrondir leurs fins de mois et de garder un contact social continu avec leur clientèle. J'admire ces aînés qui ont participé à ma réinsertion sociale en m'achetant *L'itinéraire* pendant plus de dix ans et un jour, mon tour viendra d'aider les gens démunis. ■

## DANS LA COMMUNAUTÉ

### Inauguration de soins palliatifs à la Maison du Père

## Mourir à la Maison, en toute dignité

« Pourquoi vous nous envoyez mourir ailleurs, loin des gens qu'on connaît ? Notre famille est ici. » C'est face à ces questions déchirantes que la Maison du Père a décidé d'ouvrir des chambres de soins palliatifs pour hommes sans-abri. « Ça nous brisait le cœur de devoir envoyer nos gars à l'hôpital, mourir seuls », dit Karine Pons, coordonnatrice des services santé du refuge montréalais qui nous a fait visiter ces chambres où règne une atmosphère calme et sereine.

En mai dernier la Maison du Père a inauguré deux chambres de soins palliatifs, d'une durée de plus de 15 jours et deux chambres de soins de fin de vie (de plus courte durée) pour les hommes itinérants ainsi que pour les aînés qui habitent en résidence à l'organisme. Pour offrir les meilleurs soins possibles, la Maison du Père a conclu un protocole d'entente avec la Société de soins palliatifs à domicile du Grand Montréal qui se rendra sur place pour offrir ses services.

Le refuge dispose déjà d'une unité de soins de proximité, qui emploie deux infirmiers et des préposés aux bénéficiaires. Or l'organisme constate qu'avec le vieillissement des hommes sans-abri, ils sont plus nombreux à souffrir de maladies chroniques telles que le diabète, l'insuffisance rénale et les problèmes cardiaques. Ces quatre chambres viennent répondre à un besoin devenu de plus en plus criant.



PHOTO : LA MAISON DU PÈRE

Karine Pons, coordonnatrice des services santé de la Maison du Père

« Tout le monde est tellement fier d'offrir ce service ici, lance François Boissy, le directeur général de la Maison du Père. C'est un besoin humain que d'avoir quelqu'un qui te tient la main quand tu es en fin de vie. Tu n'as pas ça à l'hôpital. Nous sommes heureux de pouvoir offrir à nos gars de mourir en toute dignité. Nous sommes, pour beaucoup d'entre eux, la seule famille qu'ils ont. »

En 2016, la Maison du Père a accueilli et offert des services de réinsertion sociale à quelque 2000 hommes itinérants ou à risque de le devenir. Depuis 40 ans, la Société de soins palliatifs à domicile du Grand Montréal offre des soins médicaux et de soutien à des personnes qui choisissent de mourir à la maison. ■

**RENCONTRE**

AVEC JOSÉE CARDINAL  
DISTRIBUTRICE



**Raoul Duguay**

# Bien plus qu'une chanson

À l'occasion de la publication d'une biographie lui étant consacrée, nous avons rencontré Raoul Duguay dans un café du Plateau Mont-Royal. L'artiste est revenu sur certains passages de sa carrière, et nous a fait part de sa philosophie quant au temps qui passe et au lien intergénérationnel. Une réflexion sur l'essence de la vie.

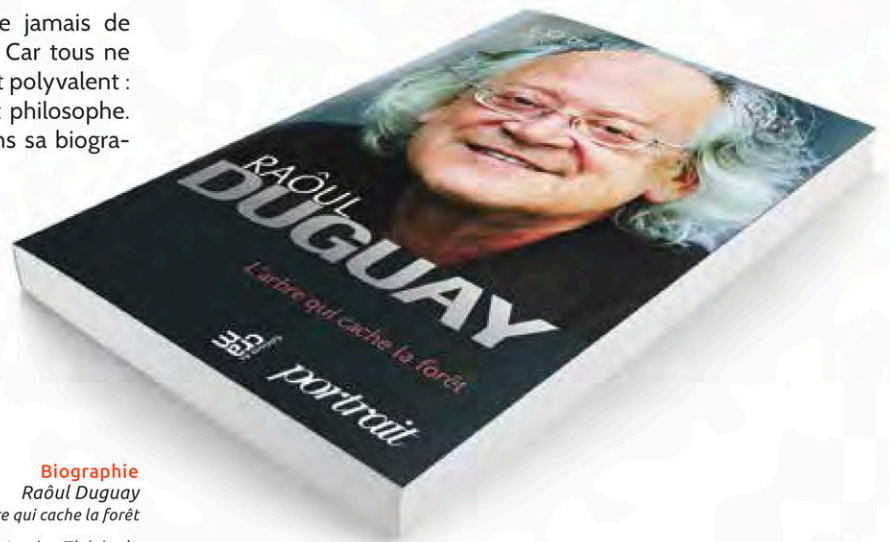
À quel âge vous êtes-vous senti vieux, Raoul ? « À 75 ans, répond-il sans attendre. Je m'en rappelle très bien. Tout à coup, en balayant des feuilles chez nous, je me suis rendu compte que je n'avais plus la flexibilité, la force, l'équilibre. Avant ça, jamais je ne m'étais dit que j'étais vieux. Je suis chanceux car je n'ai jamais eu de maladie grave, mais je commence donc à penser que je vieillis. »

Quand d'autres se sentiraient fatigués, lui n'arrête jamais de travailler, de créer. Parfois jusqu'à 15 heures par jour. Car tous ne savent pas que Raoul Duguay est un artiste accompli et polyvalent : chanteur, oui, mais aussi poète, peintre, sculpteur... et philosophe. Louise Thériault retrace l'ensemble de son œuvre dans sa biographie : *Raoul Duguay, l'arbre qui cache la forêt*.

### Un cadeau de la vie

Ce livre est le fruit d'un hasard. Un ami peintre et sculpteur de Raoul Duguay voulait entrer en contact avec Serge Fiori afin de présenter une exposition inspirée de ses chansons. Raoul Duguay a alors contacté la maison d'édition de Louise Thériault, qui venait de publier une biographie consacrée au chanteur d'Harmonium. « Je lui ai dit que j'avais appris beaucoup de choses dans son livre, et elle a immédiatement pensé à écrire mon portrait. C'est un cadeau que la vie me fait. Les gens ne me connaissent qu'à travers *La bitt à Tibi*, et encore... Je ne suis qu'une chanson, et j'ai tout le temps été réduit à n'être qu'une chanson, aussi belle et symbolique qu'elle soit. Mais on connaît sans doute moins l'ensemble de ma carrière et de mes activités... » ■■

« Je suis le seul Raoul au monde à avoir un accent circonflexe sur le « ô » et ça, j'y tiens ! »



**Biographie**  
Raoul Duguay  
*L'arbre qui cache la forêt*

Louise Thériault  
Les éditions du CRAM - 2017, 508 pages

## L'héritage à transmettre

« Ce que je suis aujourd'hui est la somme de tous les êtres humains qui m'ont donné, qui m'ont appris à voir, écouter, goûter, toucher la vie. Ils m'ont appris à apprendre. Et pour ça, parfois, il faut désapprendre. Je suis, tu es, comme chaque être humain, l'aboutissement de l'Histoire de l'humanité. On est là, mais cela ne suffit pas. On doit maintenant être redevable à notre héritage en transmettant à la jeunesse non seulement nos connaissances, mais aussi les valeurs humaines. Le rapport des générations, c'est ce qui donne un sens à l'Histoire, à l'humanité et à l'évolution de l'espèce. »

## Chacun est unique

« Un homme lève les yeux vers le ciel par un soir étoilé. Il voit l'infini, il voit les étoiles. Il y en a des milliards et des milliards. Mais l'homme a plus de neurones dans le cerveau qu'il n'y a d'étoiles dans le ciel. Quand tu regardes le ciel, tu sens que tu n'es rien. Mais en ayant conscience de n'être rien, tu deviens tout. Que suis-je, moi, Raoul Duguay, dans l'univers ? Je ne suis rien, mais ce petit rien sent, ce petit rien perçoit, ce petit rien pense. Plus il évolue dans sa conscience, plus il embrasse le tout : la forêt, la nature, l'humanité. Il sait qu'il n'est rien mais il devient conscient qu'il est unique. Les clones de toi ou de moi, il n'y en aura jamais. Quand on découvre ça, ça nous donne une responsabilité. On développe un système de valeurs basé sur la paix, l'amour et la beauté. Quand tu penses que tu n'as rien, que tu n'es rien, tu ne perds jamais rien. Ça donne quoi d'être un milliardaire aux poches remplies de diamants si tu es dans le désert et que tout ce qu'il te faut pour continuer de vivre, c'est un verre d'eau ? Je suis unique dans la culture québécoise, il n'y a que moi qui fais ça, mais il n'y a pas de quoi se péter les bretelles : tout le monde, comme moi, est unique à sa façon. »



## L'antistar

« Avant de sortir mon premier disque, *La bitt à Tibi*, j'étais reconnu comme un poème d'avant-garde. J'ai alors été regardé de haut et on m'a traité de putain parce que je devenais comestible pour 2 millions de personnes au lieu de 200. Pour certains, plus tu es obscur, moins on te comprend et plus tu es considéré comme un génie. Je suis contre ce principe, je préfère rester accessible au plus grand nombre. Je n'ai jamais été dans le star système, je n'ai jamais été nommé à l'ADISQ parce que je n'ai jamais fait partie du jet set des artistes. J'ai eu des demandes, mais je n'ai toujours fait que ce qui m'intéressait de faire, sans me plier aux règles du marché. J'ai été la terreur des imprésarios qui voulaient me placer dans une case. J'ai fait 18 disques en solo et une quarantaine en collectif. J'ai touché à tout parce que mon esprit est ouvert. Aujourd'hui encore, j'aime partager, être étonné. »

## Le choix des valeurs

« Tout ce qui est économique est dans la quantification, quand tout ce qui est humaniste est dans la qualification. Ce sont deux dimensions aussi importantes l'une que l'autre. Mais si quelqu'un a comme seul objectif dans la vie de faire beaucoup d'argent, parce que ça correspond à sa conception de la liberté, alors c'est un danger. Moi, je suis chroniquement pauvre, même s'il y a beaucoup plus pauvre que moi. Être poète, ça ne paye pas. Oui, j'ai été bien payé quand je faisais des spectacles, mais j'ai aussi fait beaucoup de bénévolat. À 78 ans, on me demande encore pourquoi je ne suis pas riche. C'est parce que j'ai choisi mes valeurs. J'aurais pu chanter tout le temps la même chanson, mais je l'ai refusé. Ce n'est pas que ça ne m'intéresse pas, c'est que j'aime mieux porter mon énergie et mon temps sur la création. »

## Donner, toujours

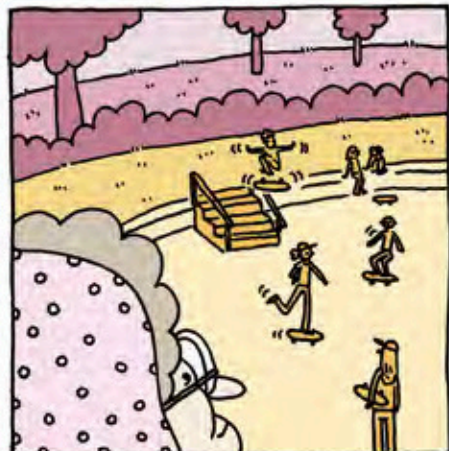
« Je n'ai pas peur de la mort. N'est digne de mourir que celui qui a vécu. On ne finit jamais de se développer, on évolue mais il n'y a pas de fin car on a toujours à apprendre. Tout ça me ramène à ma propre finitude. J'ai 78 ans, combien de temps me reste-t-il à pouvoir donner ? Je me tuerai à donner tout ce que j'ai à donner par joie, par plaisir. »

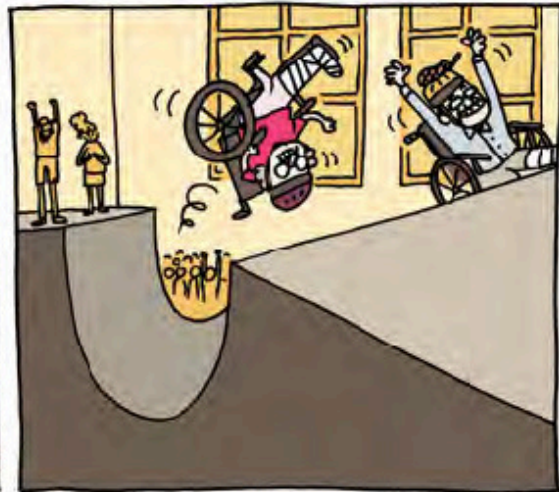
## Le pont entre générations

« Je suis une des très rares têtes blanches à chanter au Métropolis avec les « hip-hoppeurs ». Anodajay, qui vient comme moi de l'Abitibi, m'a un jour envoyé une lettre dans laquelle il m'expliquait qu'il voudrait me rendre hommage, à moi qui avais rendu hommage à l'Abitibi. J'ai trouvé son texte brillant, intelligent, bien écrit. J'ai tout de suite acquiescé : on voulait tous les deux faire honneur à nos pères, à nos ancêtres, à notre région natale. Et avec sa reprise hip-hop de *La bitt à Tibi*, il m'a remis sur la carte. Ce pont entre générations est fondamental dans toute société. À un moment donné, j'avais oublié une partie des paroles de la chanson, et je les ai apprises de la bouche d'une petite fille qui la connaissait mieux que moi, grâce à Anodajay. »

## La quête continue du savoir

« Le plaisir est au corps ce que le bonheur est au cœur et ce que la joie est à l'esprit. C'est une leçon que j'ai apprise d'un sage et que j'ai bien retenue. La majorité des gens se préoccupent d'abord du plaisir, et en deuxième lieu d'avoir le plus de bonheur possible. Mais moins de gens vont aller chercher les joies de l'esprit, car ça demande un travail sur soi, une volonté de se développer, d'évoluer. Mon premier principe dans la vie, c'est d'apprendre. La seule affaire que je sais, comme disait Socrate, c'est que je ne sais rien. Devant les connaissances infinies auxquelles on a accès aujourd'hui, chacun de nous devrait avoir l'humilité de dire qu'il ne sait pas grand-chose. Mais ceux qui vont dire ça sont souvent ceux qui en savent le plus. »





# ÇA VEUT DIRE QUOI, VIEILLIR ?

Rides et raideurs gâtent notre corps. Des marques de vieillesse évidemment ! Sont-elles pour autant le signe d'une dégradation de notre qualité de vie ? La réponse aurait certainement été oui, il n'y a encore pas si longtemps. Mais qu'en est-il aujourd'hui, au 21<sup>e</sup> siècle ? Connaissances et techniques médicales, prévention, alimentation, promotion intergénérationnelle, participent-elles vraiment au « mieux vieillir » et au changement de notre vision de la vieillesse ? En bref, ça veut dire quoi, vieillir ?

## J'aimerais vivre 100 ans

Les gens vivent plus vieux qu'avant. On ne voit plus la vieillesse de la même manière. Mais, vieillir pour moi, c'est assez négatif parce que ton corps ne suit plus. Je vois souvent une toute petite vieille dame qui doit au moins avoir 90 ans. Elle est chargée et marche lentement. Quand je la vois, je me dis qu'elle est vraiment en forme. Vieillir, ça peut être le fun. Moi, quand j'aurai 100 ans, je me souhaite d'être en forme, mais dans tous les cas, je serai toujours joyeux. Avant on avait peur de vieillir. Avec la médecine, l'alimentation, l'exercice physique, on vieillit mieux. Mais nous avons aussi d'autres problèmes. Le stress par exemple, c'est le mal du 21<sup>e</sup> siècle.

**MAXIME VALCOURT, 58 ANS**  
CAMELOT THÉÂTRE DU NOUVEAUX MONDE

## Vieillir c'est beau !

J'ai appris que l'espérance de vie avait encore augmenté. J'ai 53 ans et je m'imagine à 70 ou 75 ans faire des escapades à la montagne. Je ne vois aucune différence entre moi maintenant et moi avant. Mais je me rappelle de mon père à mon âge, il était courbé, marchait avec difficulté. Vieillir maintenant, c'est vieillir mieux qu'il y a 50 ans. Puis je pense que c'est aussi dans la tête. Si tu t'aimes à 25 ans, tu t'aimeras sûrement encore plus à 50 ans. Parce que tu t'accepteras plus. Être actif est aussi très important. Moi je ne m'arrêterai pas de travailler. Puis vieillir c'est beau ! Il ne faut pas le prendre comme un handicap, bien au contraire. C'est une finalité que tout le monde va vivre, alors autant bien la vivre.

**MARC SÉNÉCAL**  
CAMELOT MARCHÉ ATWATER

## La vieillesse est belle !

J'ai beaucoup de difficulté à vieillir. Premièrement, le travail devient physiquement difficile. Mais dans ma tête je suis merveilleuse. Vieillir c'est la beauté. On a toute l'expérience, notre vécu fait qu'on arrive à de bons résultats. Moi, j'ai toujours eu des goûts *fancy* et ils le sont de plus en plus. Vieillir ne me fait pas peur. J'ai eu beaucoup de problèmes de santé et la vie m'a laissé plusieurs chances. C'est pour ça que je l'aime autant. Je pense que si certains ont peur de vieillir, c'est parce qu'ils ne s'acceptent pas. Tout ça dépend du cheminement de chacun. Aujourd'hui j'ai 58 ans, 20 ans dans ma tête, et dans 20 ans, je me souhaite d'être une belle petite vieille.

**ÉLISABÈTHE LARIVIÈRE**  
CAMELOT PAPINEAU / ONTARIO



## Être vieux quand on est jeune

Moi j'étais vieux quand j'étais jeune. Sûrement à cause de mes problèmes... J'étais essoufflé. Enfant, je prenais l'autobus et je me rappelle des autres qui niaisaient les petits vieux qui marchaient lentement. Je trouvais ça innocent parce que dans ma tête, j'allais devenir comme ça aussi. On aurait dit que je me reconnaissais à travers eux. Je pense qu'il faut se préparer à vieillir. Mentalement. Il faut juste avoir conscience que l'on vieillit quotidiennement. Je vois différentes personnes âgées, certaines sont mes points de repère et je me dis : « Oh ! J'aimerais vieillir comme lui ! »

**SIOU**

CAMELOT MONT-ROYAL / BORDEAUX

## Traiter les vieux comme une marchandise

L'arrivée de poils gris fait que ta vision change. Je ne suis pas vieux au sens propre, mais j'ai plus la même énergie qu'avant. Je grince quand je me penche. Ma nouvelle conception de la vieillesse est que ça doit être terrible de ne plus pouvoir tout faire parce que les conditions physique et financière ne te le permettent plus. On imagine souvent les personnes âgées en train de magasiner avec leurs petits-enfants. Je me rends compte que c'est peut-être 1 % du monde. Puis la gérontologie est devenue un vecteur économique avec la multiplication des maisons de soins, des CHSLD, etc. On traite de plus en plus les vieux comme de la marchandise.

**SIMON JACQUES**

CAMELOT MÉTRO JARRY

## La vieillesse, une évolution

La vieillesse, ça va, jusqu'à ce que tu tombes malade. J'ai travaillé en gérontologie, et la perte d'autonomie, ce n'est pas fort. Le 23 avril, je suis devenu retraité ! Le corps se sent vieux, mais pas l'esprit. Avoir 65 ans, c'est comme un nouveau départ pour moi parce que ça m'apporte un certain confort, la récompense d'une vie. Puis, je n'ai jamais vraiment eu de problème de santé. La seule chose que j'ai eue est la cataracte, mais l'opération m'a redonné des yeux de 20 ans. Avec l'expérience, je deviens sage. Je vois toujours le verre à moitié plein et aujourd'hui, quand j'ai une *bad luck*, j'appelle ça mon cours 101.

**MICHEL MARCIL**

CAMELOT BERRI / SAINTE-CATHERINE ET MÉTRO VERDUN

## Des bibliothèques ambulantes

Je respecte beaucoup les personnes âgées. Je les vois comme des bibliothèques. J'en apprends beaucoup avec elles. À L'itinéraire, elles me donnent beaucoup de conseils pour mes ventes. Je ne sais pas comment je serai, vieille, mais j'espère avoir encore la santé, que mes amis seront encore vivants et que je ne finirai pas dans un CHSLD parce que ça signifierait que je suis en perte d'autonomie. Surtout mentalement, ça doit être délicat de se rendre compte que t'en perds des bouts. Il ya 20 ans déjà, je ne voulais pas qu'on regarde les personnes âgées comme des personnes fragiles. Je n'ai pas peur de vieillir, seulement de la maladie et de la perte d'autonomie.

**ISABELLE RAYMOND**

CAMELOT MÉTRO VERDUN

## Tout se passe entre les deux oreilles

Ma grand-mère est morte à 90 ou 95 ans, mon père à 54 ans. J'étais tout content lorsque j'ai eu cet âge parce que je me suis dit que j'étais passé au travers. J'ai quelques clients qui vieillissent très bien. Ce sont des personnes à la retraite. Elles font du bénévolat, vont au restaurant, prennent des marches, s'organisent des rencontres entre anciens collègues dans des bars. Bien vieillir, ça se passe entre tes deux oreilles. Se tenir occupé aide aussi, comme l'a fait ma grand-mère. Puis il y a la médecine. Il y a 30 ans, je serais sûrement mort de mon infarctus. Moi je me vois vieillir en forme. Je ne m'empêcherai pas de vivre, je resterai fonctionnel et continuerai de m'occuper.

**MICHEL GOUDREULT**

CAMELOT LA CORDÉE SAINTE-CATHERINE / PARTHENAIS

## Je n'ai pas hâte de vieillir

J'ai 54 ans et je me sens vieux. Ma grand-mère était plus en forme que moi. Elle ne fumait pas, elle courait encore à mon âge. Moi je ne pense pas bien vieillir. Je n'ai pas pris soin de ma santé, mais je pense que bien vieillir dépend de ça. Quand j'étais jeune, je ne m'imaginai pas vieux. C'est quand j'ai pogné la cinquantaine que je me suis mis à y songer, à cause de mes cheveux gris. Je n'ai pas hâte d'avoir 75 ans. Je trouve certaines personnes âgées bougonneuses. Quand j'aurai 65 ans et plus, je pense que je continuerai tout simplement comme aujourd'hui même si j'aimerais pouvoir retourner à New York, comme à mes 15 ans.

**MARIO ST-DENIS**

CAMELOT MÉTRO MCGILL



## COMPTES À RENDRE

PAR IANIK MARCIL  
ÉCONOMISTE INDÉPENDANT



PHOTO : ROMOLO TAVANI (123RF)

# L'âge de l'obsolescence

J'ai eu 47 ans ce printemps. L'ordinateur sur lequel j'écris ce texte en a trois. Selon « l'usage » qu'on fera d'un humain ou d'un ordinateur, ces deux âges peuvent signifier une limite bientôt atteinte de leur utilité pour le système économique. Puisque je n'utilise que des fonctions élémentaires de mon ordinateur qui ne requièrent pas une grande performance, il devrait convenir à mes besoins pour plusieurs années encore. Ce qui ne serait pas le cas si j'étais designer graphique ou que je manipulais d'immenses bases de données. Il en va de même pour les êtres humains.

Étant donné que le métier que je fais, je devrais, tout comme mon ordinateur, être économiquement utile encore plusieurs années. Socialement, on s'attend d'un intellectuel public qu'il continue à être pertinent dans sa quarantaine, sa cinquantaine, sa soixantaine, voire plus tard. Viendra un âge, peut-être, où on considérera qu'il radote, qu'il est un vieux con ou qu'il ne comprend plus rien à la réalité de son temps. Ça ne sera pas nécessairement le cas ; des penseur-es, auteurs ayant atteint un âge vénérable éclairent notre époque d'une manière redoutablement actuelle et pertinente – on n'a qu'à penser à Edgar Morin, toujours aussi pertinent du haut de ses 95 ans.

Mais en général, peu importe le métier qu'on exerce, on a une « date de péremption » plus ou moins officielle. Dans certains métiers, l'échéance arrivera aussi tôt que brutalement. Pensons au monde des communications ou de la publicité, dans lequel on est poussés à laisser sa place aux plus jeunes dès la quarantaine. C'est encore pire pour les femmes à la télévision ou au cinéma.

### Âge de la retraite

Étonnamment, l'un des problèmes politiques actuels les plus aigus est la question de l'âge de la retraite et, parallèlement, celui des régimes de pension. Nous vivons plus vieux et en meilleure santé, nous sommes productifs plus longtemps et le travail d'à peu près

tout le monde est moins pénible qu'il ne l'était naguère. Il paraît donc tomber sous le sens de repousser l'âge de la retraite, question de permettre à un plus grand nombre de continuer à être actifs sur le marché du travail, de participer à la vie sociale et de contribuer aux régimes collectifs de retraite.

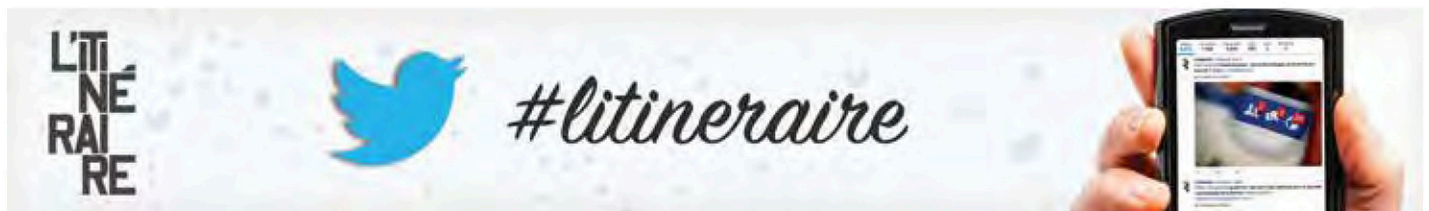
Ce qu'on oublie souvent dans ce débat, qui se déroule autant chez nous que dans la plupart des pays industrialisés, c'est que nous ne sommes pas tous égaux devant l'âge – à l'instar des exemples de mon ordinateur ou des différents métiers.

### Pénibilité des emplois

Le niveau de pénibilité de certains emplois est beaucoup plus élevé que d'autres. Il serait donc normal de varier l'âge de la retraite en fonction des métiers, voire de la condition physique de chaque individu. Cette réflexion est d'ailleurs très avancée dans certains pays européens, notamment en France, où on plaide pour un âge variable de la retraite, adapté aux conditions individuelles. Elle pose de sérieuses questions quant à l'universalité de la retraite et aux liens de solidarité qu'elle permet. Qu'en serait-il d'une personne n'ayant pas suffisamment d'épargne pour se retirer et qui serait contrainte de continuer à travailler, malgré une santé fragile, par exemple ?

De plus, cette réflexion fait fi du problème des hommes et des femmes qui sont mis à l'écart du marché du travail à cause de normes sociales ou des changements technologiques. Nous vivons une époque de profondes transformations de l'emploi, qui se complexifie de plus en plus et qui demande donc des réflexions complexes pour faire face aux défis qu'elles posent. Et l'un des plus grands défis à cet égard est certainement la grande disparité dans les parcours professionnels au cours de la vie, ce qui constitue un phénomène tout à fait nouveau dans l'histoire humaine.

Reste à espérer que, collectivement, nous réussissions à traiter chaque humain dans la totalité de ce qu'il représente et non pas comme des machines à l'obsolescence plus ou moins rapprochée. ■



## INFO RAPSIM

PAR MARJOLAINE DESPARS  
COORDONNATRICE ADJOINTE AU RAPSIM

## 4 murs ce n'est pas assez !

Le soutien communautaire en logement social est une pratique d'intervention mise en place il y a plus de trente ans. En réalisant qu'offrir un toit aux personnes les plus démunies n'était souvent pas assez, les organismes ont développé cette intervention qui a différentes facettes pour soutenir la stabilisation : aide dans les démarches ; animation de la vie collective par des soupers communautaires, des ateliers, du jardinage, etc. ; soutien aux locataires en crise pour ne nommer que celles-ci. Toutefois, si la pratique est connue et reconnue, son financement, lui, laisse à désirer.

Cette pratique d'intervention est reconnue, depuis 2007, comme une pratique exemplaire à travers le Cadre de référence pour le soutien communautaire du gouvernement du Québec. En 2014, la *Politique nationale de lutte à l'itinérance* y allait du même constat.

À ce jour, plus de 2000 unités de logement social avec soutien communautaire destiné aux personnes itinérantes existent à Montréal et près de 400 autres sont actuellement en développement.

### 7 millions \$ nécessaires pour le financement du soutien communautaire

À travers le temps, un peu plus de 5 millions \$ ont été investis à Montréal dans les projets de logements sociaux destinés à un ensemble de population (personnes âgées, itinérantes, ayant des problèmes de santé mentale, ayant une déficience intellectuelle ou physique). Ce montant peut paraître élevé au premier abord, mais il est important de mentionner que les besoins pour les organismes en itinérance sont loin d'être répondus.

Actuellement, lorsqu'un organisme en itinérance développe un projet de logements sociaux, il s'engage à offrir du soutien communautaire. Si le financement de la brique et du béton est assuré par AccèsLogis Québec, un programme de la Société d'habitation du Québec, le financement du soutien communautaire relève du ministère de la Santé et des Services sociaux et n'est aucunement garanti.

Cette situation place donc les organismes devant un dilemme important : soit développer un projet de logement en puisant à même leurs

ressources humaines et matérielles, et ce, malgré les risques d'épuisement ; soit ne pas développer de nouveaux projets de logements.

Puisque le soutien communautaire a fait ses preuves, son financement ne devrait plus être une embûche pour le développement de projets de logements. Pour ce faire, le financement devrait être octroyé à tous les projets acceptés par AccèsLogis et nécessitant ce financement.

Pour obtenir des fonds pour cette pratique d'intervention dans les nouveaux projets en développement, par exemple les 400 unités pour personnes itinérantes qui verront le jour prochainement, et dans les projets existants, mais nécessitant plus de soutien, le RAPSIM et la Fédération des OSBL d'habitation ont lancé une campagne à la fin du mois d'avril. Sous le thème *4 murs ce n'est pas assez*, les signataires de cette campagne demandent à la ministre déléguée aux services sociaux, Lucie Charlebois, d'investir 7 millions \$ additionnels dans les projets destinés aux personnes itinérantes et aux aînées.

À ce jour, nous avons recueilli l'appui de plus de 100 organismes communautaires et de près de 400 citoyens et citoyennes. Un appui de taille est venu s'ajouter à la mi-mai, soit celui de l'Arrondissement du Plateau Mont-Royal. L'administration municipale devrait ajouter sa voix à ces appuis lors du prochain conseil municipal.

Des fonds ont été annoncés pour l'itinérance dans le dernier budget provincial, souhaitons que ceux-ci permettent de financer le soutien communautaire en logement social. Chose certaine, le RAPSIM restera mobilisé en ce sens !

Pour ajouter votre voix à cette campagne, visitez le site du RAPSIM au [www.rapsim.org](http://www.rapsim.org) ■

Les Habitations du Réseau de l'Académie qui existent depuis plus de 30 ans illustrent bien ce problème. En 1991, l'organisme recevait du gouvernement du Québec l'équivalent de 1000 \$ par locataire en soutien communautaire. Depuis il a presque doublé son parc de logements, sans aide accrue, ce qui représente 540 \$ par personne. En juin, l'Académie prendra possession de 18 nouveaux logements, un beau projet en lien avec l'itinéraire, mais cela baissera ainsi son aide à 535 \$ par locataire par an!

# RAPSIM

Le réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal  
[www.rapsim.org](http://www.rapsim.org) | Tél. : 514 879-1949

## Mon cheminement

Depuis que je suis jeune, je fais des crises d'angoisse. À mes 18 ans, j'ai demeuré dans différentes ressources pour personnes souffrant de problèmes de santé, notamment dans une ferme où il y avait des animaux. Je me levais de bonne heure le matin pour nourrir les animaux dans les enclos en utilisant un petit tracteur. Je payais un petit loyer pour la nourriture et le logement. Le règlement interdisait l'alcool, sauf une fois par mois lors de notre sortie à la discothèque.

Plus tard, j'ai fait une demande pour un logement dans un HLM. J'ai fait beaucoup de crises d'angoisse pendant l'attente. Après huit ans, j'ai enfin pu avoir un logement. J'habite dans un 3 1/2 à Pointe-aux-Trembles. Je m'y sens bien. Ma mère habite aussi dans le quartier, elle me soutient beaucoup et m'aide à préparer mon budget. J'ai accès facilement à toutes les commodités : l'épicerie est à 10 minutes d'autobus, la pharmacie est au coin de la rue, le métro est à 40 minutes d'autobus.

J'ai connu L'itinéraire par l'Arrimage, en allant à des rencontres pour vaincre l'angoisse à l'Hôpital Notre-Dame avec une équipe médicale en santé mentale. Un jour, je suis passé devant L'itinéraire, je suis entré et j'ai rencontré un responsable qui m'a engagé pour m'occuper de l'entretien ménager.

Aujourd'hui, je travaille depuis plus d'un an à L'itinéraire. J'ai demandé à changer l'horaire de mes heures de travail pour me sentir mieux. Maintenant, je commence à 7 h du matin. Je me lève vers 4 h 30 - 5 h pour profiter du début de matinée, avant de partir pour 1 h 10 de transports en commun pour aller travailler.

PASCAL SAINT-LOUIS  
PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER



28 ITINÉRAIRE.CA | 1<sup>er</sup> juin 2017

## Plus de temps à perdre

J'ai retrouvé la mère de mon gars vers le 15 février. Je suis allé prendre un café chez elle à Longueuil. On a commencé à se parler et quand on s'est embrassés, on a vu qu'on était encore en amour ensemble. Je l'ai toujours aimée au fond. Quand on s'est laissé, c'était à cause de moi parce que je consommais de la drogue et de la boisson. Elle ne voulait pas que le petit vive ça. Elle m'a laissé pour ça. Ça faisait déjà deux ans que j'avais revu mon gars. Ça m'a fait chaud au cœur parce que c'est quand même mon sang et ma chair. Ça m'a beaucoup touché quand je l'ai revu, je n'aurais pas voulu qu'il lui arrive quelque chose sans que je l'aie revu.

Le 20 novembre, ça fera 24 ans que je ne consomme plus et je ne veux plus rien savoir de ça. Je ne fume même pas la cigarette.

Après 25 ans on s'est donc recroisés, ça veut dire qu'il fallait que ça arrive. Aujourd'hui, je suis bien accueilli quand je rentre du travail et ça me fait quelque chose parce que je me dis que j'aurais pu être accueilli de même toute ma vie. J'ai toujours aimé cette femme et on s'est fiancés début mai. Elle a élevé mon gars, elle a pris soin de lui et elle mérite plus que ce que je lui avais donné la première fois.

Ça faisait 25 ans qu'on ne s'était pas vu et là c'est l'amour fou. C'est comme si on repartait à zéro. Ça fait deux mois que je reste chez elle et je suis l'homme le plus heureux du monde. Depuis qu'on est revenus ensemble, je vois mon gars tous les jours. J'ai l'impression que j'ai une vraie vie de famille. J'ai mon gars, ma femme et j'espère que je vais toujours vivre avec elle jusqu'à ma mort. Je veux finir ma vie avec eux. Je n'ai plus de temps à perdre.

Je m'aime comme je suis aujourd'hui parce que j'ai changé de mentalité. La vie est assez courte, il faut faire les bons choix.

RICHARD T.  
CAMELOT MÉTRO PLACE-DES-ARTS



## La solitude

Il existe plusieurs formes de solitudes mais au fond, existent-elles vraiment ?

Il y a des riches qui sont seuls parce qu'ils n'ont pas d'amis ou bien qu'ils n'en veulent pas. Ils sont trop indépendants financièrement et socialement. Parmi eux, il y en a qui ne savent pas comment se débrouiller parce qu'ils n'ont rien fait pour avoir tout cet argent. Ils n'ont jamais travaillé pour gagner leur vie, mais ont reçu un héritage ou ont bénéficié d'un coup de chance. Ces gens-là sont très malheureux, car la compagnie ou l'amitié ne s'achètent pas.

Il y a des personnes qui sont seules par choix. Parce qu'elles veulent avoir la tranquillité de l'esprit, relaxer sans aucun bruit ni aucune communication, mais on les trouve plutôt dans les petits villages de campagne. Pourtant, on peut aussi relaxer en ville, en faisant du yoga ou toutes sortes de techniques de relaxation, seul ou en groupe.

Il y a ceux qui s'en vont rester seuls dans une forêt, se renfermer dans une petite cabane. Ils n'emportent pas le téléphone ni leur animal de compagnie. C'est un défi qu'ils se donnent à eux-mêmes.

Il y a des personnes qui vivent seules dans leur appartement ou leur maison. Elles ne sortent jamais de chez elles parce qu'elles sont trop malades, handicapées, ou sont trop pauvres. Leur parenté ne va jamais les voir.

Enfin, certaines personnes prennent de l'alcool et de la drogue pour combler un vide, parce qu'elles se retrouvent seules après une séparation ou un deuil, mais ce n'est pas la bonne solution. Elles feraient mieux de se confier à quelqu'un de responsable pour les aider.

On peut ainsi se sentir seul parmi des milliers de personnes, car la solitude est souvent intérieure.

LUCETTE BÉLANGER  
CAMELOT PLACE VALOIS ET MÉTRO PIE-IX



## TÉMOIGNAGE

PAR LUC DESCHÈNES  
PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER



### Maladie de Crohn

# Je ne suis plus un sac à merde

Atteint de la maladie de Crohn, je vis depuis 11 ans avec une stomie. Une partie de mon intestin est visible sur mon abdomen et recouverte par un sac qui permet de recueillir mes selles. Avec le temps, je me suis peu à peu habitué à ma stomie que j'ai surnommée « Georgette ».

J'ai toujours été touché quand je voyais des jeunes enfants malades à la télévision qui, par des témoignages, parlaient de leur maladie. Mais en jeune homme de 18 ans, je me disais : « *Moi, je suis en santé* », et je passais vite à autre chose. Je retournais vite m'amuser et me concentrer sur mes passions. Sans dire que j'étais immature, je prenais ma santé pour acquise.

**Le rôle du ou de la stomothérapeute**

Le stomothérapeute joue un rôle important dans l'accompagnement du patient stomisé tant sur le côté psychologique que pour l'adaptation à l'appareillage. Il y a très peu de stomothérapeutes au Québec : près de 60 et très peu en région. Cette spécialisation est plus populaire en Ontario et aux États-Unis. L'infirmier ou l'infirmière doit avoir deux ans d'expérience en chirurgie pour suivre une formation très intense par correspondance qui dure 13 mois. Un cours très dispendieux qui coûte près de 5000 \$. Une rencontre de 90 minutes précède l'opération. Le stomothérapeute répond alors aux questions du patient, et effectue le marquage de la stomie où le chirurgien fera l'opération. Il a aussi un rôle d'accompagnement psychologique, consistant à aider les patients à garder une bonne estime d'eux-mêmes en les rassurant sur le contrôle de leurs selles ou sur leurs rapports sexuels.

Mais à la fin de mes 22 ans, j'ai commencé à ressentir plusieurs douleurs au ventre et à avoir des pertes de sang quand j'allais aux toilettes. J'ai alors consulté plusieurs cliniques et à chaque fois, la réponse était toujours la même : « *Ce sont des hémorroïdes.* » À un certain moment, j'ai pensé que mes problèmes de santé étaient terminés car pendant deux mois, je n'ai eu aucun saignement.

À la fin de l'été 2005, mes ennuis ont recommencé mais cette fois, j'ai compris que c'était grave. Le médecin m'a dit que c'était peut-être une colite ulcéreuse ou la maladie de Crohn, et de prendre rendez-vous avec une gastroentérologue. Dix jours plus tard, je me rendais à l'hôpital Maisonneuve-Rosemont pour une consultation. La spécialiste m'a alors dit que je devais passer une colonoscopie, pour laquelle la préparation est très pénible. À ce moment-là, ma vie a changé vraiment rapidement. La spécialiste m'avait donné un arrêt de travail de presque quatre mois. Dans ces temps-là, ça veut dire que c'est assez grave.

### Le début de longues souffrances

À la fin de mon test, la spécialiste m'a annoncé que je souffrais soit de la maladie de Crohn, soit d'une colite ulcéreuse. Malheureusement, le médecin de clinique avait eu raison. Pour la première fois de ma vie, j'avais plusieurs médicaments à prendre et je devais me discipliner pour bien manger. Je comprenais difficilement car je m'alimentais bien et je faisais de l'exercice. Un mois plus tard, j'ai dû être hospitalisé d'urgence car les saignements avaient recommencé. Plusieurs spécialistes m'ont expliqué la gravité de ma maladie. Une des solutions à ma guérison serait d'avoir une iléostomie. En d'autres mots, j'aurai un bout de mon intestin sur mon ventre et mes besoins tomberaient dans un sac collé à mon abdomen – pardon pour mon explication un peu simpliste.

Mes premières réactions ont été la panique et l'étonnement. Je n'avais jamais entendu parler d'un truc comme ça. Pouvait-on vraiment vivre avec un sac accroché sur son ventre ? La stomothérapeute ►

avait beau essayer de me convaincre que ça serait pour le mieux, je me suis mis à imaginer tous les inconvénients et les problèmes de ce truc. Car à l'époque, je voyais la stomie comme une autre maladie, alors qu'elle devait au contraire m'aider à vivre.

Pendant quelque temps, j'ai eu de l'espoir car on m'a offert un traitement pour éviter la grande opération. Il a fonctionné mais pour une courte partie de temps. À la fin de décembre 2005, les symptômes de maux de ventre sont réapparus. Je passais ma journée aux toilettes, parfois plus de 50 fois par jour. Je fus admis à l'hôpital à la fin de janvier et là, je devais absolument subir l'opération. Étant très faible, on a attendu avant de m'opérer... J'ai reçu quatre transfusions sanguines.

### Un sac sur le ventre

Le 17 février 2006 a été la journée qui a changé ma vie à tout jamais. J'allais vivre avec un sac accroché sur mon abdomen.

Le réveil après la chirurgie fut des plus souffrants. Jamais je n'aurais pensé à de telles douleurs. Après l'opération, je suis resté trois semaines à l'hôpital Maisonneuve-Rosemont. Mon moral était au plus bas, je ne pouvais plus arrêter de me dire que ma vie était foutue. Je pensais à mon avenir. Mon travail que j'avais peur de perdre (cela arrivera en 2011), les relations amoureuses que je ne pourrai avoir car aucune fille ne voudrait d'un gars avec un sac à merde sur le ventre. Sur ce point, j'avoue ne pas avoir fait d'effort car encore aujourd'hui, j'ai peur d'être rejeté. Mais le pire était de m'imaginer faire les changements de sac pour ma stomie. J'aurais aimé recevoir plus de conseils et de formations pour les soins.

Après trois semaines, je retournais chez moi. Malgré la joie de sortir de l'hôpital, la crainte de devoir surmonter tous les obstacles me faisait paniquer et craindre le pire.

Je dois vous dire que sans ma famille, je ne serais probablement plus là aujourd'hui car je voulais en finir avec la vie. Mon père et ma sœur ont été présents pour m'aider et me supporter. Mais sans l'aide de ma mère, que je surnommais affectueusement « mon infirmière privée », je n'aurais pas été capable de faire mes changements de sacs, d'autant plus que je faisais de l'infection autour de ma stomie. Cela m'a pris près de huit mois avant d'être autonome sur ce point.

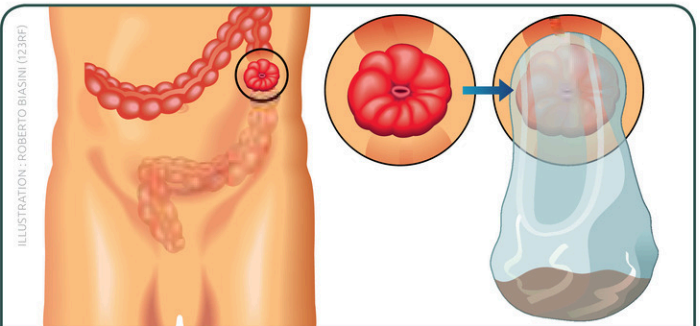
### Pas de bouton on/off

Devoir me débrouiller seul me terrifiait, et voir la stomie sur mon ventre me dégoûtait. Il a fallu que je m'habitue à plusieurs inconvénients quand j'effectuais mes soins. Ce que je trouvais le plus difficile, c'est que la stomie est toujours en fonction et que les selles peuvent sortir à tout moment. Autrement dit, il n'y a pas de bouton on/off. Même encore aujourd'hui, il arrive de petits incidents.

Jusqu'à octobre 2006, je voyais ma stomie comme une ennemie, un corps étranger qui était venu gâcher ma vie. Je ne comprenais pas qu'au contraire, cette « chose » comme je l'appelais, me permettait de vivre. Un jour, au travail, quand je dînais, ma stomie a fait du bruit (c'est courant : des gargouillis, des gaz, etc.). Je me suis

## Pour en savoir plus...

Jacques Beaudreault, qui est stomisé depuis l'âge de 20 ans, a aujourd'hui 66 ans et est président de l'Association des stomisés de Richelieu-Yamaska. Il est vraiment impliqué pour la cause et aide de nombreuses personnes à mieux vivre avec la maladie, à travers différentes vidéos disponibles sur YouTube.



## La maladie de Crohn en bref

### Qu'est-ce que c'est ?

La maladie de Crohn est une maladie inflammatoire chronique intestinale. De cause inconnue, elle se caractérise par une inflammation le plus souvent retrouvée au niveau de l'iléon (petit intestin) et du colon (gros intestin). La maladie peut atteindre tout le système digestif, de la bouche au rectum. Son nom vient de Burill Bernard Crohn, gastroentérologue new-yorkais qui a décrit la maladie en 1932.

### Est-ce génétique ?

On n'a pas encore trouvé les causes de la maladie, et on ne peut pas dire à ce jour si elle est génétique, même si on remarque souvent plusieurs cas dans la même famille.

### Quels sont les symptômes ?

- Maux de ventre et douleurs abdominales
- Selles fréquentes
- Diarrhée et saignements
- Nausées et vomissements
- Déshydratation
- Fièvre
- Anémie
- Diminution de l'appétit et perte de poids
- Fatigue

### Qu'est-ce que la stomie ?

Les personnes atteintes de la maladie de Crohn ou de la colite ulcéreuse peuvent subir une colostomie ou une iléostomie. L'iléostomie est une chirurgie consistant à pratiquer une ouverture dans le petit intestin à travers la paroi abdominale. La partie malade du petit intestin (iléon) ou du gros intestin (colon) est sectionnée afin de créer une déviation du conduit naturel. La stomie, qu'elle soit temporaire ou permanente, est visible sur l'abdomen. Elle a une apparence semblable à l'intérieur de la bouche : elle est rouge, luisante, chaude et humide. Les selles sont ainsi recueillies dans un sac fixé sur l'abdomen, à l'extrémité de la stomie.

### Le Canada particulièrement touché

Près de 250 000 Canadiens vivent avec la colite ulcéreuse et la maladie de Crohn. Le nombre d'enfants de moins de 10 ans atteints par cette dernière a doublé depuis 1995, fait assez alarmant. Et pour la première fois, des familles nouvellement arrivées au Canada contractent la maladie de Crohn et la colite.

senti extrêmement mal à l'aise et pour détendre l'atmosphère, j'ai dit : « *C'est Georgette qui parle.* » Je venais alors, sans m'en rendre compte, de baptiser ma stomie. Ce nom est resté et je l'appelle encore comme ça. Je trouve qu'il dégage une joie de vivre et j'imaginais les femmes qui portent ce nom comme rieuses et aimant la vie.

Sur certains points par contre, je faisais preuve d'audace. Mon sac ne m'a jamais empêché de sortir pour aller voir des événements sportifs. Je vous mentirais en disant qu'il ne m'est jamais arrivé de devoir effectuer mon changement de sac dans une toilette publique. Cela m'attristait et me choquait mais la joie du moment me faisait oublier ma peine. Onze ans plus tard, le sport est toujours un réconfort et m'aide à me faire oublier ma maladie.

### Suite logique... perte d'emploi

En juin 2007, le verdict que je redoutais est finalement tombé : je devrais garder mon sac à vie. La stomie est parfois temporaire, mais ce n'était pas possible pour moi, le bout de rectum qui me restait étant trop malade pour faire un réservoir. Cela a été un choc car je devrais passer par une nouvelle chirurgie, extrêmement douloureuse.

Les années qui ont suivi la deuxième opération ont été très difficiles. J'ai perdu mon emploi en 2011 car ma santé ne me permettait plus d'être performant aux yeux de mon employeur. Une dépression s'en est suivie et j'ai dû combattre deux dépendances. À la nourriture tout d'abord : j'ai pris beaucoup de poids, ce qui était dangereux dans mon état de santé. Comme je ne me sentais pas heureux, j'essayais de compenser par d'autres choses et j'ai aussi développé une tendance aux achats compulsifs.

Sans emploi, j'ai abouti à L'itinéraire en 2014 sur un programme PASS Action, qui me permet d'effectuer de l'entretien ménager 20 heures par semaine et de rencontrer des gens, mon état de santé me permettant difficilement de travailler 40 heures semaine.

En plus, cela me permet de réaliser un rêve qui était d'écrire. À L'itinéraire, je peux parler de ma maladie avec Jean-François Morin-Roberge, intervenant psychosocial. Il est devenu très important pour moi car il me remonte souvent le moral.

### Entre espoir et frustrations

Onze ans plus tard, je ne peux pas dire que j'accepte totalement ma situation. Mais j'essaie de me convaincre que ça pourrait être pire. Par contre, plusieurs situations me frustrant, comme la maigre compensation de 700 \$ par année qui nous est versée par le gouvernement provincial, car les sacs et autres produits (crème, pâte) coûtent très cher. J'espère que dans le futur, ce montant sera révisé et augmenté.

En terminant, j'aimerais remercier ma famille, mon ami Guillaume et les gens de L'itinéraire qui me donnent un soutien incroyable. Je m'accepte de mieux en mieux et j'entrevois un meilleur avenir pour moi. Je voudrais aussi dire aux gens, peu importe leur handicap ou leur maladie, de ne pas perdre espoir et de continuer à se battre malgré les graves épreuves. ■▶

## Le 4 juin, une marche contre la maladie

La 22<sup>e</sup> randonnée Gutsy en marche aura lieu le dimanche 4 juin, simultanément à Montréal, Québec, Sherbrooke, Trois-Rivières et en Montérégie. Chaque dollar recueilli sera investi dans la lutte contre la maladie de Crohn et la colite ulcéreuse, dans la recherche et dans la sensibilisation.

Plus d'informations : [gutsyenmarche.ca](http://gutsyenmarche.ca)



# La vie passe en premier !

Caroline Dufour-Jean

PAR LUC DESCHÊNES

Femme forte et dynamique, Caroline Dufour-Jean, qui a commencé à vivre avec une stomie à l'âge de 35 ans, a décidé d'agir plutôt que de s'apitoyer sur son sort. En 2009, elle a ouvert le Centre de stomothérapie du Québec, où plusieurs services et produits sont proposés aux personnes stomisées.

Après son opération, Caroline Dufour-Jean a commencé à découper toutes sortes de tissus pour trouver un moyen de camoufler son sac de stomie. Juste après l'iléostomie, ce sac est en effet transparent pour assurer un meilleur suivi médical.

Elle a alors créé des couvre-sacs et des sous-vêtements confortables munis d'une pochette. Elle s'est amusée à créer des couleurs et motifs différents : « *La journée où je ne filais pas, j'en mettais un noir et quand je me sentais plus avec un côté fille, il était rose ou avec des cœurs.* » En 2010, j'ai découvert son entrevue accordée à Denis Lévesque et je suis devenu client de son commerce, où elle propose sacs, couvre-sacs, sous-vêtements adaptés et autres produits reliés aux soins de stomie. Je m'y suis même procuré un couvre-sac aux couleurs du Canadien de Montréal.

Dès le premier regard, on voit tout de suite sa volonté d'aider les gens à s'aimer et à s'accepter malgré leur maladie. Sa mission est que les gens s'épanouissent et vivent une vie normale : « *Mon but premier n'est pas de faire de l'argent* », dit-elle.

La mise en place d'un tel projet comporte quelques difficultés. Par exemple, des infirmières spécialisées qui, au début, voyaient le centre comme une menace à leur travail. Les gros détaillants, eux, voulaient écraser son commerce car « *ils trouvaient que je prenais trop de place* ». Elle ne s'est pas laissée abattre par ces épreuves et a continué à travailler.

Caroline Dufour-Jean m'a parlé de la fois où elle est allée à la plage en bikini. Elle se rappelle que ce sont ses deux fils qui l'avaient encouragée à sortir ainsi : « *Pour moi, ce n'était pas une honte mais plutôt une libération de pouvoir aller me promener à la plage telle que je*

*suis.* » Aussi, elle m'explique que lorsqu'elle entre dans un restaurant, la première chose qu'elle fait aujourd'hui n'est plus de demander où sont les toilettes, mais de lire le menu.

## S'aimer malgré la stomie

Pleine d'espoir et de joie de vivre, Caroline Dufour-Jean a un conseil à donner aux femmes et aux jeunes filles qui ont subi ou vont subir l'opération : « *Vivre avec une stomie, c'est d'abord vivre. C'est seulement une manière différente d'éliminer. Ce n'est pas dramatique et à partir du moment où on s'accepte en tant que femme, cela facilite ensuite beaucoup de choses pour les relations humaines ou amoureuses. Acceptez-vous et aimez-vous* », lance-t-elle avec un large sourire et une certaine émotion dans la voix.

Quand je lui ai demandé si on devait en faire plus pour faire connaître la maladie de Crohn et la colite ulcéreuse, sa réponse a été directe : « *J'aimerais qu'on en fasse plus, pas seulement pour faire connaître la maladie mais aussi pour offrir plus de ressources.* » En tant que personne stomisée, je trouve cela inspirant de voir une telle volonté de faire avancer les choses. Son histoire et sa joie de vivre montrent que malgré la maladie, on peut être heureux.

Tout comme moi, elle a baptisé sa stomie. Elle l'appelle « Charlotte », prénom qu'elle aurait choisi pour sa fille si elle en avait eu une. ■



Caroline Dufour-Jean crée des couvre-sacs et des sous-vêtements confortables pour les personnes stomisées

**Centre de Stomothérapie du Québec**  
 Centre de Stomothérapie  
 du Québec

3180, Chemin Chambly suite 207  
 Longueuil, QC J4L 1N6  
 450-670-0600  
 www.stomo.ca

## 5 prix à L'itinéraire !

L'itinéraire a raflé pas moins que cinq prix de l'AMECQ, lors du congrès de l'Association des médias écrits communautaires du Québec à la fin avril! Les fiers récipiendaires de L'itinéraire choisis parmi quelque 85 médias communautaires sont : 1<sup>er</sup> prix Reportage à notre journaliste Alexandra Guellil pour : *Entendre des voix : En parler, comprendre et s'outiller*; 1<sup>er</sup> prix Photographie de presse à notre photographe-stagiaire Mario Alberto Reyes Zamora pour sa *photo de Michel Côté*; 2<sup>e</sup> prix Critique à notre participant Luc Deschênes pour *King Dave de Podz : Malheureusement, c'est la réalité*; 3<sup>e</sup> prix Conception graphique - format magazine à notre infographiste Milton Fernandes pour le Vol. XXIII, no 9, 1<sup>er</sup> mai 2016, et enfin dans la catégorie Média écrit communautaire de l'année, *L'itinéraire* a remporté le 3<sup>e</sup> prix *ex-aequo* avec le journal de rue *La Quête* (Québec). ■



Luc et Mario

PHOTO : SIMON POSNIC



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES-ZAMORA

## Merci La Presse !

Un grand merci aux employés de La Presse, qui ont choisi L'itinéraire parmi les organismes récipiendaires des profits de leur encan des Fêtes. Les employés organisateurs de cet encan nous ont remis un chèque de 2000 \$ pour soutenir notre programme de formation en journalisme dispensé à nos participants. Sur la photo : rangée avant, Sylvie Charbonneau, coordonnatrice des projets spéciaux de La Presse remet le chèque à Luc Desjardins, directeur général de L'itinéraire. Ils sont entourés (de g. à d.) : Talisa Hernandez, Annie Tremblay, Josée Panet-Raymond, Isabelle Rivest, Charles-Éric Lavery, Denise Gendron, Eric Gauvin, Manon Gosselin, Olivier Pontbriand et Isabel Richer. ■

## Un abri poétique

Dans la semaine du 28 mai sera installée sur le parvis de la Grande Bibliothèque une œuvre sculpturale dont la forme rappelle celle d'un abri. Imprimée de haïkus créés par six participants de L'itinéraire, la sculpture permet d'apprécier la vision toute particulière des camelots à travers des poèmes, les plus petits du monde. Puis, du 21 juin au 23 août, à vous de laisser gambader vos inspirations, guidées par les poètes publics et médiateurs de La poésie partout, chaque mercredi, de 16 h à 17 h. ■

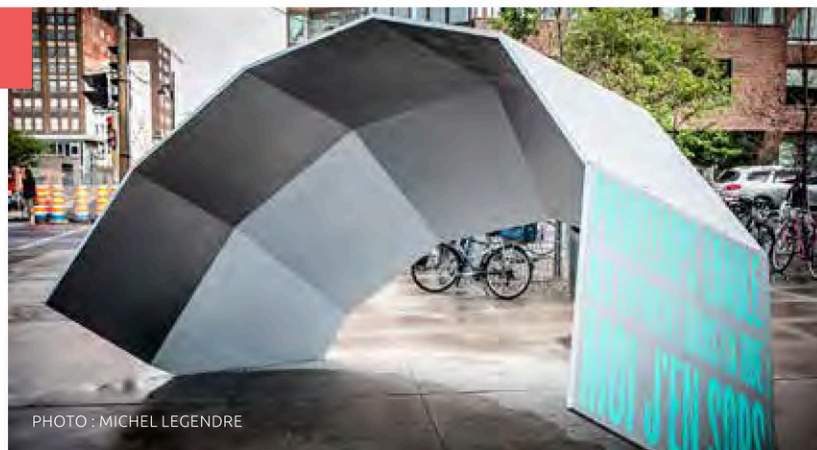


PHOTO : MICHEL LEGENDRE



## Café de la Maison ronde

# L'unique café autochtone à Montréal

PAR MÉLODIE GRENIER – CHARGÉE DE PROJET / VOLET AUTOCHTONE

Le Café de la Maison ronde est l'un des beaux projets de L'itinéraire, mené en partenariat avec l'arrondissement Ville-Marie grâce au soutien d'autres organismes du milieu autochtone et du quartier : le Foyer pour femmes autochtones, le Centre d'amitié autochtone et le programme Dialogue du YMCA Centre-Ville.

Derrière ce projet, l'idée est de permettre à des personnes de la communauté autochtone de s'intégrer, doucement, mais sûrement, au marché du travail et au tissu social montréalais.

## Pain banique

À l'origine, le pain n'existait pas chez les Autochtones. Importé d'Europe, les Amérindiens l'ont graduellement incorporé à leur alimentation. Le pain banique était alors le résultat d'une pâte cuite au feu, non levée, à base de farine de maïs ou avec de la quenouille dans les temps plus difficiles. Il faudra attendre les années 1900 pour que le pain prenne l'aspect qu'on lui connaît aujourd'hui grâce à la levure alimentaire.

Nous le savons, les personnes autochtones sont souvent victimes de préjugés, et ce depuis très longtemps. Mais elles possèdent, comme nos camelots, un incroyable pouvoir de résilience. Celui qui leur permet de rester vivants bien qu'il laisse parfois de lourdes traces : l'itinérance, la toxicomanie, l'alcoolisme, la violence, la prostitution, la maladie mentale et j'en passe. Des problèmes qui sont vécus par plusieurs, au sein de la société.

C'est donc avec beaucoup de respect, de sensibilité et d'humanisme que L'itinéraire décide d'aller au-delà des apparences et des préjugés.

Notre groupe communautaire a une vision d'inclusion très sensible au vécu et difficultés de membres de la communauté autochtone alors pourquoi ne pas tout simplement tendre la main ?

Le Café de la Maison ronde, situé dans la vespasienne du square Cabot, s'insère alors dans les activités de L'itinéraire parce qu'il répond parfaitement à la mission de l'organisme : l'empowerment des personnes. C'est la raison pour laquelle nous travaillerons essentiellement avec des membres des communautés concernées qui tiendront le rôle de commis au comptoir du café, durant tout l'été. Une main tendue vers l'inclusion de la différence au sein même de nos murs, favorable à l'intégration sociale et économique.

La beauté de ce projet est alors son unicité, car le Café de la Maison ronde est le seul café autochtone à Montréal, en plus de symboliser



la naissance d'un « partenariat » entre deux communautés. Un bel ajout à ce projet hors du commun.

Nous avons l'envie d'échanger et d'en apprendre davantage sur les peuples autochtones que nous côtoyons régulièrement, et ce, en laissant tomber toutes les barrières.

Au-delà des amitiés créées – parce que c'est aussi ça le service à la clientèle –, les saveurs traditionnelles autochtones seront mises de l'avant. Le pain banique, (un pain sans levain importé d'Europe et intégré par les Autochtones à leurs habitudes alimentaires) accompagnera le café de l'après-midi. Si vous êtes plus du genre taco, hot-dog, ils seront revisités. Le taco s'affiche comme Indian Taco, la saucisse de bison se jumelle au scone anglais qui se transforme en scone-dog. La queue de castor devient la banique sucrée, en utilisant du sirop et de l'eau d'érable, produit d'origine autochtone. C'est un parfait mélange de nos deux cultures culinaires. On fait dans la mixité. Une belle représentation de ceux qui habitent le Québec et le Canada.

Si jamais l'envie vous prend de déguster votre café ou votre dîner dans le coin du métro Atwater, laissez-vous donc guider par votre curiosité en passant nous voir au Café de la Maison ronde. N'hésitez pas à briser les frontières en vous ouvrant à la culture et la communauté autochtones ! Qui sait, cette découverte ne sera peut-être pas la seule. Et votre café permettra à des personnes désireuses de grands changements personnels, de s'épanouir par le travail. Finalement, restez à l'affût pour vous mêler à la foule d'activités qui seront organisées durant l'été et qui donneront vie au square Cabot ! ■

## Recette du pain banique



### Bannique traditionnelle

- 1 tasse de farine de maïs
- ½ c. à thé de sel
- 1 c. à thé de poudre à pâte (facultatif)
- 1 c. à soupe de gras fondu
- ½ tasse d'eau
- 4 c. à soupe d'huile ou de graisse végétale

Mélanger ensemble les ingrédients secs. Ajouter l'eau et 1 c. à soupe de gras fondu. Bien mélanger. Chauffer l'huile ou la graisse végétale dans un poêlon ; y verser la préparation. Retourner comme une crêpe une fois la pâte bien levée.

### Variation

- 2 tasses de farine
- 2 ½ c. à thé de poudre à pâte
- 1 pincée de sel
- 1 c. à soupe de graisse
- 1 tasse d'eau

Mélanger tous les ingrédients. Ajouter l'eau jusqu'à ce que la pâte soit moins épaisse qu'une pâte à tourtière, mais plus épaisse qu'une pâte à gâteau. Verser ensuite la préparation dans le plat graissé et cuire au four de 30 à 35 minutes à 200 °C (400 °F). Vous pouvez changer l'eau par de l'eau d'érable.

Source : [www.forum.autochtones.ca](http://www.forum.autochtones.ca)

Indian tacos



« Je suis sorti de la rue depuis huit ans. Je consommais de la cocaïne tous les jours, plus de la boisson, de 30 à 40 bières par jour. Je fouillais les poubelles [...] Moi je travaille beaucoup les blessures du passé. Je suis sorti de la rue, mais la rue en moi me laisse encore des séquelles. Tu sais, je ne peux pas changer 36 ans de ma vie de même. »

## Bertrand Derome

Camelot à Sutton et Granby

« Je m'appelle Roger, j'ai 65 ans. La première fois que j'ai pris une bière, j'avais 14 ans et ça a dérapé. Ça a été l'histoire de ma vie. J'ai eu des emplois, j'ai fait des études, mais l'alcool contrôlait tout. À un moment donné, ça a tout détruit. »

## Roger Perreault

Camelot Lannier / Parc

« Si je n'avais pas eu d'aide financière de proches, des gens qui ont pu m'héberger, qui ont continué de croire en moi, je n'aurais pas eu de balises. J'ai déjà consommé et je comprends cette réalité sauf que moi, j'ai été gâté. J'ai tout le temps eu des garde-fous qui m'ont empêché de sombrer. Mais pas eux autres. »

## Jean-Marie Lapointe





TÉLÉVISION

PAR MICHEL MARCIL  
CAMELOT MÉTRO VERDUN ET  
BERRI / SAINTÉ-CATHERINE

## Série-documentaire *Face à la rue* Simplement vrai

Jean-Marie et Lisette

Nous avons été invités à TVA pour visionner les deux premiers épisodes de la nouvelle série documentaire de Jean-Marie Lapointe : *Face à la rue*, des portraits vrais et actuels de l'itinérance. Le premier épisode a été diffusé le 2 mai sur la chaîne Moi&cie. Il portait sur les femmes itinérantes qui, chaque jour, font face à la dure réalité de la rue. On parle souvent des histoires des Pays-d'en-Haut, mais cette série de treize épisodes touche plus particulièrement les tristes histoires des Laurentides.

L'approche de Jean-Marie Lapointe est sensationnelle ! Il va à la rencontre des gens de la rue et filme leurs témoignages à l'état brut, sans mise en scène visant à faire pleurer le public. Il entre dans leur univers et retrace leur vécu. Sans jugement, il pose peu de questions, laisse les personnes parler et fait preuve d'une écoute active comme le ferait un confident. Il crée un lien de confiance extraordinaire malgré les conditions et montre la véritable précarité comme celle vécue par l'un des témoins dont l'appartement est insalubre, sans plafond ou presque et loué 500 dollars par mois. Les baux interdisent couramment les animaux, mais dans ces logements, c'est souvent « location, bibittes incluses ! »

Avec une approche humaine et sans jugement des personnes à la limite de l'itinérance ou en plein dedans, l'exploitation du malheur du monde est montrée sans tabou.

Les deux premiers épisodes m'ont ramené quinze ans en arrière. Cela m'a rappelé le temps où j'habitais Hochelaga-Maisonneuve, rue L'Espérance. Un quartier où il y a peu d'abris d'autobus pour empêcher le flânage des gens de la rue. Ce qui a été dit dans ce premier épisode est réel. Je l'ai vu de mes propres yeux.

La série présente avec justesse le cercle vicieux dans lequel tombent certaines filles de la rue : elles commencent souvent par un *start* offert par un dealer pour geler leurs émotions et pouvoir travailler dans la rue. Mais comme l'explique une ancienne prostituée, qui conte son histoire : « Ça bafouait mon âme et mon corps. »

Les épisodes sont stupéfiants d'authenticité et je suppose que le vécu de Jean-Marie Lapointe n'y est pas pour rien. Il a lui-même fait face à la dure réalité d'avoir un parent proche, son père, dépendant à l'alcool et au jeu. Mais il a aussi vécu l'évolution de quelqu'un qui se prend en main, qui se fait soutenir pour finalement s'en sortir avec un beau cheminement. De plus, cette aventure aura laissé des outils pour lutter contre les dépendances : La Maison Jean Lapointe.

Je suis certain que la série va avoir un fort impact sur un large public. Je m'attends à ce que la population soit plus sensibilisée à l'itinérance, qu'elle aide les gens à repérer les signes qui pourraient mener un membre de leur entourage, ou eux-mêmes, à cette situation : une dépendance, la perte d'un travail, quelqu'un qui emprunte de l'argent régulièrement, un changement de comportement, un deuil très douloureux... Ce sont toutes sortes de situations, de symptômes, que beaucoup peuvent vivre.

Jean-Marie Lapointe casse les préjugés et touche à plusieurs sujets. On se rend ainsi rapidement compte que les différents chemins de l'itinérance peuvent être empruntés par plus de monde qu'on ne le pense.

Je dirais également que les sujets sont traités avec une telle justesse que cela pourrait bien avoir un impact sur de futures politiques sociales. Sans aucune critique directe envers ce qui existe déjà politiquement, et révélant Montréal comme une référence en matière d'aide sociale, *Face à la rue* fait réaliser, au fil des témoignages, qu'elles ne suffisent pas à sortir les démunis de cette grande précarité.

Je lève mon chapeau à Jean-Marie Lapointe pour avoir su faire une série documentaire qui ne s'adresse pas aux psychiatres ou au personnel de santé, mais bien au peuple. Le contenu de ces épisodes a pour objectif de faire prendre conscience à la population de la réalité que vivent les personnes en situation d'itinérance. Il est par contre dommage que la série documentaire ne soit diffusée que sur un canal. J'espère qu'une plus large diffusion télévisée permettra de rejoindre davantage de public. ■►

# L'itinérance au petit écran

François, Christian et Jean-Marie

AVEC MICHEL MARCIL

Pour Jean-Marie Lapointe, « *le chemin de l'itinérance, c'est un peu comme s'endormir au volant d'une voiture qui fonce droit dans le ravin. Sauf qu'au lieu de pogner la garnotte, de te réveiller et de revenir sur la route, tu dérapes et tu finis dans le champ* ». Face à la rue documente des parcours de vie tumultueux sous l'œil protecteur de Jean-Marie Lapointe, guide de cette série de 13 épisodes, diffusée depuis le 2 mai sur Moi&Cie. Nous l'avons rencontré pour retracer cette aventure humaine depuis ses prémices en passant par le désir de Jean-Marie Lapointe de voir évoluer un nouveau regard social sur l'itinérance et ses protagonistes.

## Pourquoi avoir produit une série sur l'itinérance ?

Je passe souvent en voiture coin Ontario et De Lorimier. Beaucoup de personnes sont à la rue et demandent de l'argent à cet endroit. Avant, je les voyais arriver et ressentais comme un malaise. Je me suis alors posé la question de savoir pourquoi. Puis un jour, à un feu rouge quelqu'un s'approche et me dit : « Salut ! » Je n'avais pas d'autre choix que de lui parler parce que j'étais en voiture, toit et fenêtres baissés. Je ne pouvais pas faire semblant de ne pas le voir. Je lui ai dit bonjour à mon tour. C'est juste après cet instant que j'ai ressenti un grand bien être. Cet homme ne m'avait rien demandé, il était de bonne humeur, lumineux, affichait un superbe sourire. Je l'ai revu à plusieurs reprises, j'ai engagé la conversation avec lui et on a vraiment connecté. Je me suis aperçu qu'il avait juste besoin de contact. Oui, il avait aussi besoin d'argent, mais un simple sourire et une attitude d'ouverture l'ont sûrement beaucoup plus enrichi qu'une simple pièce. C'est à partir de là que je me suis mis à consigner mes peurs et mes réflexions dans un cahier de notes. Plus tard, j'ai dit à Lyne Denault, l'actuelle productrice de *Face à la rue*, que si l'on avait à retravailler sur un documentaire ensemble, j'aimerais que ce soit autour du thème de l'itinérance, un sujet qui me touche énormément.

On a alors commencé à élaborer un synopsis pour lequel mon carnet de notes, qui était une succession de réflexions et de conversations, a été très utile, et on a proposé ça à une boîte de production, Trinôme. C'est comme ça que ça a commencé.

## Quels sont les thèmes abordés dans la série et comment les avez-vous choisis ?

À l'origine, il ne devait y avoir que dix émissions. Mais Moi&Cie nous a dit : « Elle est bonne votre affaire, faites-en donc treize. » On s'est tous assis autour de la table pour réfléchir aux sujets qui refléteraient au mieux la réalité des gens dans la rue : la pauvreté, la dépendance, les familles, la

violence, la réalité des femmes, la santé physique et mentale, le mal de vivre. Autant de thèmes qui laissent percevoir une multitude de sous-sujets possibles. On avait également soulevé l'intérêt de réaliser des portraits de personnes qui s'en sont sorties et d'autres qui essaient. On s'aperçoit alors que les deux histoires se ressemblent, mais sans évoluer dans le même espace-temps. Puis, il y a la vieillesse, les squeegees, les gens pour qui l'on pense que la rue est un choix. Je pense que l'on va déboulonner un mythe.

## De quelle manière avez-vous approché les itinérants de la série ?

J'avais déjà rencontré beaucoup d'itinérants auparavant. Je leur ai donc demandé s'ils étaient intéressés à témoigner dans notre série. L'autre manière a été d'approcher les ressources en itinérance comme la Maison du Père, L'itinéraire, La rue des Femmes, Plein milieu. Tous les organismes ont été appelés. Ils étaient d'ailleurs plutôt réticents, ce qui est tout à leur honneur parce qu'ils protègent leur monde et ne veulent pas laisser n'importe qui entrer avec un kodak et risquer de bousiller leur travail. Alors, on leur a envoyé, à tous, un démo de six minutes. Si vous aviez vu leurs réactions : « Wow ! Bravo pour la manière dont vous traitez et abordez l'itinérance. On veut ça aussi. » La dernière approche était d'aller directement sur le terrain, parler aux gens que l'on ne connaissait pas. Parfois ça marchait, parfois ça ne marchait pas.

## Comment vous êtes-vous sentis à la fin de chaque rencontre ?

Nous nous sommes souvent sentis profondément émus, en prise avec une totale impuissance, un désir d'aider, de tendre la main. On a également eu l'impression d'avoir fait du bien à ceux qui nous contaient leur histoire. La quasi-totalité des personnes se sont dévoilées sans aucun frein. On ressent une profonde gratitude d'avoir pu recueillir leurs confidences, leurs ressentis. C'était un cadeau. On se sentait synchronisé avec leurs émotions et pas seulement moi. Des fois je me retournais et je voyais le caméraman pleurer, souvent on avait le motton dans la gorge parce qu'on venait de vivre quelque chose de très fort. J'avais alors besoin de vider mes émotions, j'appelais ma productrice, Lyne, et je pleurais au téléphone.

## Depuis combien de temps travaillez-vous sur cette série ?

Depuis environ 25 ans. À partir du moment où tu rencontres une personne dans la rue, le travail vient de commencer, dès le tout premier contact avec l'itinérance. C'est à ce moment-là que s'enchaînent les questions, notamment sur les inégalités sociales.

Pourquoi y a-t-il des gens dans la rue ? Pourquoi certains souffrent ? Pourquoi j'ai une maison et pas lui ?

Vous savez, une personne qui est en sevrage peut faire peur. Et c'est normal d'avoir peur. Mais quand commences-tu à te demander pourquoi tu as eu peur, pourquoi la personne est-elle agressive ? Tu penses à tes propres réactions et tu te vois répondre sèchement à quelqu'un par téléphone parce que ça fait trois heures que tu as faim. Alors, imagine ce que c'est que d'être en sevrage, en manque d'héroïne. Eh bien, c'est comme avoir faim, mais fois mille.

#### D'où vous vient votre empathie pour les personnes itinérantes ?

J'ai grandi avec un père alcoolique qui avait des problèmes de jeu et une dépendance aux médicaments. Il a d'ailleurs donné son nom à la Maison Jean Lapointe (établissement de réadaptation pour personnes aux prises avec l'alcoolisme, la toxicomanie et le jeu pathologique, NDLR). Mais quand tu grandis auprès de personnes généreuses, soucieuses de l'autre tout en ayant connu la dépendance, autant la tienne que celle de tes parents, tu deviens capable de voir la personne qui se cache derrière un ivrogne ou un alcoolique. Quand mon père avait une bière devant lui, il devenait un autre homme. Quand il n'en avait pas, il redevenait celui que j'aime tant : un homme aimant, attentif et sensible. Ça m'a beaucoup aidé à ne pas porter de jugements. Puis, ma tante est une missionnaire. Elle a soutenu les plus pauvres d'entre tous. Tendre la main semble être dans mon ADN.

#### Votre propre regard a-t-il changé ?

Tellement ! Et il évolue encore. Je ne suis pas le pape, le dalai-lama, ou mère Teresa. La seule affaire est que je suis convaincu de pouvoir agir. Et je ne parle pas d'enrayer l'itinérance. On n'en est pas là, mais être capable de la côtoyer serait déjà extraordinaire. C'est certain, mon regard a changé. J'accepte aussi mieux mes malaises. Parce qu'il faut le dire, ce que tu vois n'est pas normal alors se sentir inconfortable est naturel. Mais c'est déjà une bonne base que de prendre conscience de ce que tu ressens. J'espère que la série permettra aux gens de se mettre à la place de l'autre. On reçoit déjà des dizaines et des dizaines de commentaires positifs. Je souhaite qu'elle incite les gens à se demander comment ils réagiraient s'ils se retrouvaient à la rue et qu'ils se questionnent sur la manière de réagir. On peut bien se dire que ça ne nous

touchera jamais parce qu'on a une femme, des enfants, de l'argent en banque. Mais en fait, personne n'est à l'abri. Alors j'aimerais que cette émission déclenche une vague d'empathie ou de compassion. Si l'on pouvait juste troquer notre regard de mépris pour un autre, plus doux, plus empathique, je suis certain que ça changerait tout pour la personne qui se fait regarder avec amour. On a une excellente série, mais les gens que l'on rencontre nous donnent leurs joyaux et ce qu'ils ont de plus précieux : leur dignité. Est-ce que la série est à la hauteur de ce sujet tout aussi lumineux que perturbant ? Je n'ai pas la réponse.

#### La série comporte 13 épisodes. Y aura-t-il une suite ?

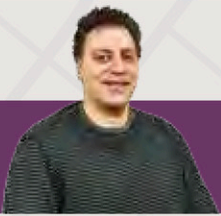
On aimerait poursuivre. Je suis persuadé que treize émissions ne suffisent pas pour faire le tour du sujet. Imaginez si l'on débarquait en région, à Val-d'Or. Parce que la situation d'itinérance hors de la métropole ou pour les Autochtones n'est pas la même. Puis à l'étranger ? Nous avons énormément de ressources à Montréal, nous sommes une référence. Mais nous avons aussi l'hiver. Ça n'engage pas la même souffrance. Être dans la rue à 22 degrés ce n'est pas la même chose qu'à - 22 degrés. Alors oui, on aimerait poursuivre. Mais ce n'est pas de notre ressort. Par contre, si je me base sur la vague de sympathie et sur le temps d'antenne qui nous a été donné juste pour le premier épisode, j'ai bon espoir. Rien que notre bande-annonce, le petit clip de deux minutes, a été vue par 130 000 personnes.

#### Si vous pouviez agir politiquement pour lutter contre l'itinérance, que feriez-vous ?

Je suis en manque de connaissance sur les sommes injectées pour lutter contre l'itinérance. Par contre, je sais que de nombreux besoins fondamentaux ne sont pas comblés. Les gens doivent manger, avoir un toit, accéder à des soins de santé. Tous n'y arrivent pas. C'est peut-être à nous d'aller vers ceux qui ne savent pas à qui s'adresser ou qui ne peuvent pas se déplacer. Il faudrait investir pour que les intervenants aient les moyens de se déplacer auprès des gens qui souffrent. Je pense également que tout être humain a besoin d'être valorisé. Ça pourrait passer par une job, non ? On a beau faire du sport, du bénévolat, plein de choses qui nous valorisent, gagner de l'argent est également important. Je pense essentiel d'avoir un travail dans lequel tu te sens utile, pour lequel ta valeur sert à la communauté. ■



PHOTO : CAPTURE D'ÉCRAN - FACE À LA RUE



## VIE DE QUARTIER

PAR BILL ECONOMOU  
CAMELOT MARCHÉ ATWATER

# Around the Atwater market

I have been living in Montreal for many years now, but I was unfamiliar with the Saint-Henri area. I grew up in Outremont and later on in New Bordeaux and had no need to come here. The neighbourhood is an area in the South West part of the city of Montreal. I started getting acquainted with Saint-Henri when I arrived at the Atwater Market in March 2006.

*Notre camelot anglophone a rédigé son texte dans sa langue et nous avons choisi de le publier tel quel. Bonne lecture, Enjoy! (NDLR)*

## Atwater Market – the stores

There are some businesses that have been there a long time and are still busy. One of them is Les Douceurs du Marché, a store well-known for selling products such as olive oil, jams, pasta and sauces. Another popular store is La Fromagerie that sells 500 beers, 850 cheeses and 2000 grocery items. I often go there and taste the cheese samples and they're delicious. Now they also sell wine produced in Québec.

I go to two places to have coffee on the second floor of the market. The one I visit more frequently is La Brûlerie aux quatre vents. They have bean coffee and I like staying there for a while since the atmosphere is good and I talk with the people working there every week. My other option is Première Moisson Bakery, which is a larger place and has recently been renovated to accommodate the customers. When I buy a coffee there I get a free refill.

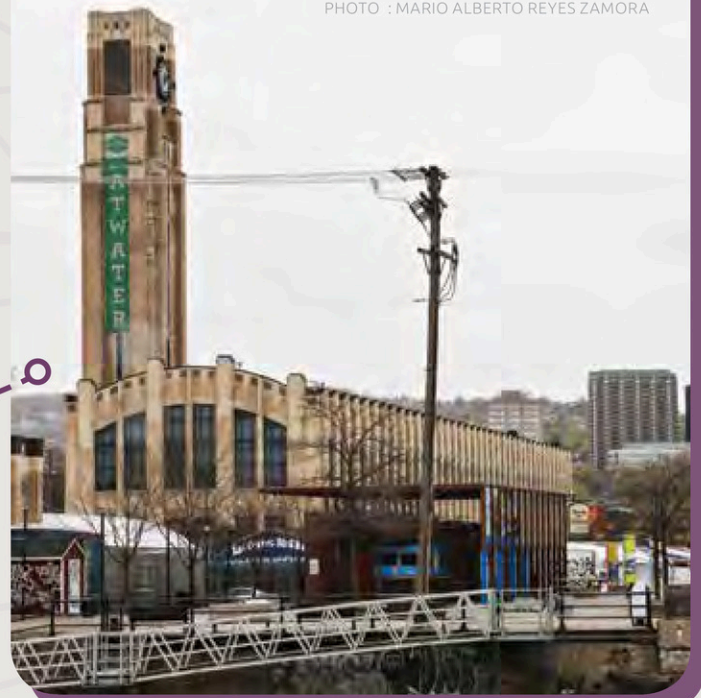


PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

## The Atwater Market – a bit of history

The Atwater Market opened in April 1933 replacing the old Saint-Antoine Market. The building includes a tower clock, which makes this site more visible. Architect Ludger Lemieux and his son Paul Lemieux designed the market's Art Deco building that cost over a million dollars. Many considered it the most beautiful building of its kind in Montreal. The physical layout of the building has not changed through the years, but renovations and upgrades have somewhat altered its appearance. It's located on Atwater Avenue to the east, Greene Avenue to the west and Saint Ambroise Street to the south end.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



## Sir George-Étienne Cartier Square

Sir George-Étienne Cartier Square is a rectangular park located between Notre Dame Street West on the north side and Saint Ambroise Street on the south side. It was built in 1912 after an election promise made in 1905 by the mayor of Montreal Hormidas Laporte and named after politician George-Étienne Cartier. The regulations stipulated that the houses around the park had to be built with decorative bricks and stone facades. In the northern part it has woods, in the middle there's a fountain that was built in 1912 for the opening of the square, but later restored in 2003, and in the southern part it has a pool.

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA



## Musée des ondes Emile-Berliner

There's a museum in Saint-Henri named Musée des ondes Émile-Berliner located on 1001 Lenoir Street. It got its name from Emile Berliner, a German-born American inventor known for inventing the flat disc phonograph and the Gramophone. It was founded in 1992 and it's a private non-profit corporation. The role of the museum is to collect, curate, depict, exhibit, preserve and research audio artifacts. The end result is to educate and inspire the public interested in audio and recording. In January 24, 1996, it officially opened to the public with its first exhibition named Du gramophone au satellite. Since then the museum has held a different exhibition every year. In the near future this institution will expand its exhibit space to international standards.



## Multiculturalism and gentrification

This area recently has been greatly affected by gentrification. The face of Saint-Henri is changing because of the many construction projects that have occurred. Now, new condos can be seen where there used to be old buildings that were demolished. In the past twenty years more educated residents, owners and professionals have moved here. There are still many blocks of old houses that are over 100 years-old west of the market, spanning until the end of the district near autoroute Décarie.



## Les tanneries

I'm Greek and grew up in areas of Montréal where Greeks lived. I don't usually hang around the Saint-Henri area and very few Greeks live there. Saint-Henri has been known for being a working-class neighbourhood where black people, French Canadians and Irish lived. It's also known historically as Les Tanneries because of the leather tanning that occurred in the artisans' shops. When I go to the market every week I see people of different nationalities and tourists. Half of the people that go there speak English better than French. I look forward to working there and chatting with some of my customers. It's more than a local market; it's a tourist attraction with an international feeling.



## Water and bicycle path

At the end of Atwater Street begins the Lachine Canal. In 1970 the canal was closed to shipping, but reopened in 2002 as a place of leisure and pleasure. Now recreational boats can be seen here and it's the most central and safest water trail in Montreal. There's also a bicycle path that was created in 1977 and runs along the entire canal. A pedestrian bridge connects the market to Saint Patrick Street in Pointe-Saint-Charles on the other side of the Lachine Canal. When the weather is nice, quite a few people come here to have a coffee or an ice cream and sometimes there are people playing music nearby.



## La sagesse

Dans mon enfance, je n'ai pas toujours été sage. Je n'ai pas fait de bêtises, mais quand je travaillais sur une ferme par exemple, je n'écoutais pas tout le temps les explications qu'on me donnait pour bien faire mon travail. Heureusement, les gens qui s'occupaient de nous me reprenaient, me réexpliquaient les choses, ce qui me permettait de m'améliorer.

Ce n'est pas toujours facile d'être sage, c'est quelque chose qui se développe jour après jour. Pour moi être sage, c'est être toujours de bonne humeur, c'est transmettre ma joie de vivre aux autres personnes. La sagesse de chacun contribue au bonheur de la population.

J'ai demandé à mes lectrices et lecteurs ce que représentait la sagesse pour elles et eux. On m'a répondu que ça correspondait à une manière de réfléchir, que c'était quelque chose qui pouvait se perdre avec le temps.

Je propose à tous une bonne résolution : « *Ayez beaucoup de joie, sentez-vous bien où vous êtes, et essayez de vous améliorer chaque jour.* »

Quand une personne est désagréable, qu'elle passe tout droit sans faire attention à moi, je lui dis quand même « bonne journée » avec un sourire. Peut-être qu'elle est simplement malheureuse, ou que c'est une mauvaise journée pour elle. Alors je lui explique que tous les jours ne se ressemblent pas et lui conseille de prendre les choses une journée à la fois.

GILLES BÉLANGER  
CAMELOT COMPLEXE DESJARDINS

## Les lacunes de l'instruction

J'ai commencé à aller à l'école à l'âge de cinq ans et demi chez les Frères maristes à Pont-Rouge. J'aimais l'école, j'ai étudié jusqu'à 21 ans, mais ça ne m'a pas préparé au marché du travail. J'ai décidé, après la douzième CPES (cours préparatoires aux études supérieures), d'aller dans la marine marchande. J'y suis resté un an et demi et j'ai navigué six mois. Je n'aimais pas vraiment être sur l'eau et quand les conteneurs ont fait leur apparition, j'étais moins souvent à terre et j'avais plus souvent le mal de mer.

J'ai décidé d'aller au Cégep de Rimouski en technique automobile et diesel. Là encore, quand j'ai terminé ma troisième année comme technicien en mécanique avec une carte d'apprenti première année, j'ai travaillé dans un garage de gros camions à 12 milles de chez moi à Sainte-Catherine-de-Portneuf. Je n'ai pas aimé cela parce que quand j'avais fini de travailler, je ne sentais que l'huile et la graisse.

J'ai quitté et je suis allé à Québec. J'ai appliqué comme homme d'entretien au centre touristique qui informait les gens des attractions de la ville, tout près du Château Frontenac. Je m'occupais de polir les planchers et de nettoyer les murs et les vitres. Aussi, je remplaçais la femme de ménage lorsqu'elle était absente. Le contrat a pris fin et j'ai décidé d'aller travailler à Toronto comme *roofer* pour poser du bardeau d'asphalte sur des maisons à deux ou trois étages. L'été sur les toits, c'était très chaud et l'hiver j'avais peu d'emploi. C'était très physique de monter les paquets sur une échelle de trente pieds de haut. J'y suis resté un an et demi et j'ai appris à parler anglais, ce que je n'avais pas appris à l'école en sept ans.

Il est important d'être bien orienté à l'école et que les cours soient appropriés au marché du travail, pour ne pas avoir l'impression de perdre son temps et son argent toute sa vie.

RÉAL LAMBERT  
CAMELOT LAURIER / DE LANAUDIÈRE

## Bon appétit tout le monde !

Je pense que tout être humain mérite de bien se nourrir et d'avoir un toit au-dessus de sa tête. Il mérite également d'être traité avec respect et non comme un moins que rien ou un rejet de la société.

Il y a les banques alimentaires qui ont de la bonne nourriture, tout comme Moisson Montréal, mais il y a aussi d'autres organismes qui distribuent malheureusement beaucoup de nourriture périmée. Par respect, nous ne mentionnerons pas leurs noms. Les gens peuvent aller manger gratuitement à plusieurs endroits, comme au Chic Resto Pop, à la Popote roulante ou encore aux Sœurs de la Charité. Mais avez-vous remarqué ce qui manque dans tous ces endroits ? La sécurité alimentaire : ils devraient afficher tous les ingrédients allergènes sur leurs produits.

Parlant de nourriture, j'aurais peut-être un projet en tête. Puisque je suis passionnée de cuisine, pourquoi ne pas l'enseigner à d'autres ? Comme beaucoup se le disent, un cours en cuisine peut parfois coûter cher. Mais avec mon projet, ça serait gratuit. J'apprendrais tout d'abord la base, et ensuite j'irais avec des repas simples : soupes, salades, desserts, etc. Après chaque plat cuisiné, les gens pourront en apporter à la maison.

Finalement, je voudrais parler des fameuses roulottes qui circulent dans nos rues pour nourrir les itinérants. Les hot-dogs sont bons, le café aussi. Les gens qui les distribuent sont super gentils. Mais ça serait le fun un petit changement des fois, comme des hamburgers, ou une petite pâtisserie pour accompagner le café. Bien sûr, il faudrait faire attention aux allergènes. Allez, dites-moi votre avis !

NANCY LEBLANC  
CAMELOT MÉTRO DE CASTELNAU



Les camelots de L'itinéraire ne sont pas tous des itinérants, loin de là. Oui, c'est vrai, quelques-uns vivent encore dans la rue. Oui, c'est vrai, plusieurs n'ont pas de logement à eux. Mais la plupart ont un toit aujourd'hui, bien que leur situation financière reste précaire et que la rue n'est jamais loin.



**F**ranck Lambert est camelot depuis 2009. « *Même si j'ai vécu à la rue pendant trois périodes d'un mois à chaque fois, je ne me considère pas vraiment comme un itinérant, dit-il. J'essaie d'expliquer ça à mes clients, mais ils pensent souvent que tous les camelots sont dans la rue.* »

Franck a perdu son logement en 2008 une première fois, à cause de retards de paiement. Il a alors été hébergé chez un de ses frères, et s'est à nouveau retrouvé sans toit quand ce dernier n'a pas renouvelé son bail. « *Ensuite, je suis resté comme chambreur chez une connaissance, mais j'avais l'impression de n'avoir aucune liberté. Je me suis encore retrouvé deux à trois semaines à la rue.* » Depuis 2012, il habite le même logement, tout près des locaux de L'itinéraire.

Si tout va bien aujourd'hui, son ancien propriétaire a souvent voulu profiter de sa vulnérabilité en refusant de faire des petites réparations (poignées et prises de courant brisées, tuyaux bouchés). « *Il entrait même chez moi sans autorisation quand je n'étais pas là...* » Franck ne s'est pas laissé faire : il a demandé l'aide d'une avocate, a envoyé une mise en demeure à son propriétaire et a déposé un dossier devant la Régie du logement. « *Ce n'est pas parce qu'on est sur l'aide sociale qu'on ne peut pas se défendre !* »

Franck touche 678 \$ par mois d'aide sociale, son petit 1 ½ lui coûte 545 \$ par mois tout compris. « *La balance qui me reste me permet d'acheter des journaux et de les vendre. Je ne peux pas dire que je "gagne" ma vie, mais j'ai juste assez pour payer ma nourriture et mes comptes. S'il me manque de l'argent à la fin du mois, je me débrouille avec les différentes ressources, comme les banques alimentaires.* »

Depuis qu'il a perdu son emploi il y a 18 ans à cause d'une dépendance à l'alcool, il n'a jamais pu retrouver un poste à temps complet. « *En juillet, ça fera dix ans que je n'ai pas touché à l'alcool. J'ai un diplôme d'études collégiales, j'aimerais ça avoir un bon travail, mais je ne me vois pas vendre ma salade en entrevue pour travailler quelques heures de nuit dans une station-service. Avec le temps, on se décourage et on s'habitue à la précarité...* »



LET- NE- 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**

1. Doctrine du salut par un rédempteur.
2. Luettes. - Énonça son avis.
3. Langages hybrides. - Luth.
4. Autochtones. - Qui na qu'un lobe.
5. Rigoler. - Irlande. - Usages.
6. Louis XIV. - Tentée. - Puis.
7. Baies. - Compagnie ferroviaire. - Oiseau.
8. Aire de vent. - Diffusant.
9. Supports. - Astragale. - Retirer.
10. Petit anneau. - Frangin.

**VERTICALEMENT**

1. Qui murmure.
2. Acclamer.
3. Qui forment des tubercules.
4. Choisisse. - Sélénium.
5. Métro. - Fonce.
6. Sorties. - Souple.
7. Filles de la soeur.
8. Divisèrent une terre.
9. Pierre. - Dieu scandinave.
10. Tour cycliste. - Camus.
11. À la mode. - Glaner.
12. Général portugais. - Exister.

Désinfection		Dégager		Manche		Batelières	
Révoltera (se)		Traineraient		Dont les vecteurs sont égaux		Demeurée	
↳		↳		↳		↳	
Ripailles	→						
↳							
Viser							
↳							
Nazi							
→							
Résistance							
↳							
Tournée							
↳							
Possédé							
↳							
Relative à la neige							
↳							
Radoubes							
↳							
Oui							
↳							
Socles							
↳							
Foncer							
↳							
À vous							
↳							
Règle							
↳							
Enlève							
↳							
Balle qui touche le filet							
↳							
Mesure							
↳							

# JEUX DE MOTS

josecardinala1@yahoo.ca  
Solutions dans le prochain numéro

Amusez-vous bien!



**JOSÉE  
CARDINAL**  
DISTRIBUTRICE

	J	E	R	A				
	G	A	U	T	H	I	È	R
	C	S	N	V	L	B		
	E	Q	A	T	E	U	R	
	U	E	R		E			
	C	E	L	L	U	L	E	
	S	L	A	M	E	U	R	
	A	V	E		E	U	R	
	I	M	A	R	E	S		
	A	G	E	U	R	S		
	E	N	A	E	T	A		
	A	R	T	S	S	A	C	

SOLUTIONS DU 15 mai 2017

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

## JEU DE CHIFFRES

FACILE

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

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

## 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



### SOLUTIONS DU 15 mai 2017

#### JEU DE CHIFFRES

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

#### JEU DES 7 DIFFÉRENCES



Mais combien de temps l'homme peut-il passer à se rappeler le meilleur de l'enfance ? Et s'il profitait du meilleur de la vieillesse ?

*Philip Roth*

Quand je cesserai de m'indigner, j'aurai commencé ma vieillesse.

*André Gide*

La vieillesse n'est pas quand on est vieux, mais bien qu'on fût jeune.

*Oscar Wilde*

La jeunesse est le temps d'étudier la sagesse, la vieillesse est le temps de la pratiquer.

*Jean-Jacques Rousseau*

On parle beaucoup de l'expérience de la vieillesse. La vieillesse nous ôte les sottises et les vices de la jeunesse mais elle ne nous donne rien.

*Montesquieu*

La vieillesse n'est autre chose que la privation de folie, l'absence d'illusions et de passions.

*Stendhal*

Ne rougit pas des sentiments dont la vieillesse se souvient avec bonheur.

*Anton Tchekhov*

Ne pas honorer la vieillesse, c'est démolir la maison où l'on doit coucher le soir.

*Alphonse Karr*

La tristesse est bien plus redoutable que la vieillesse et la mort.

*Marie de Hennezel*

Je n'aime pas la vieillesse, on passe son temps dans les souvenirs parce que c'est tout ce qu'il nous reste.

*Julius Lester*

Je considère la vieillesse comme une insulte. Je vais finir dans le désordre.

*Jean Carmet*





# 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](http://CAFEBROSSARD.COM)

---



CAFÉ  
**BROSSARD**<sup>MD</sup>

**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.