

PER

J-451

BAnQ

# Reflet de Société

Un regard différent sur notre société

Vol. 22 N° 5 Été 2014



# Ray Lengelé

Artiste illustrateur



Artiste belgo-canadien a plusieurs cordes à son arc; illustrateur "cartooniste", peintre.

Il vit au Canada depuis 2001 et est gradué en communications graphiques à St-Luc et à l'Académie des Arts de Bruxelles (Belgique).

Il a fait une carrière d'illustrateur publicitaire avec un très grand succès depuis des années en Europe et en Amérique du Nord.

Présentement, il travaille au Québec comme artiste illustrateur-cartooniste pigiste indépendant.

Il fait aussi de la peinture Popart.



Ray Lengelé vous présente sa collection d'images.

Elles sont disponibles en cartes de vœux avec enveloppe pour 4\$, affiche 8 par 11 pour 5\$, sur T-Shirt blanc pour 20\$ ou encore sur Sweat-shirt gris pour 40\$. Les vêtements sont disponibles dans les grandeurs petit, médium, large et extra-large.



[goo.gl/R53HI6](http://goo.gl/R53HI6)



[www.editionstnt.com/ray-lengele-caricatures](http://www.editionstnt.com/ray-lengele-caricatures)

Une façon originale de soutenir l'artiste et de personnaliser vos cadeaux et souvenirs.

Merci pour votre visite et votre présence.

# Reflète de Société

Le citoyen au cœur de notre mission

Un regard différent, critique et empreint de compassion  
sur les grands enjeux de société.

Un espace ouvert aux lecteurs pour prendre la parole, partager  
leurs expériences et faire progresser les débats.

Un magazine d'information entièrement indépendant,  
financé par ses milliers d'abonnés aux quatre coins du Québec.

Tous les profits générés par la vente de Reflet de Société sont  
remis à l'organisme Le Journal de la Rue qui offre  
des services de réinsertion sociale aux jeunes.

*Merci de vous abonner à Reflet de Société et de soutenir notre mission.*

4233 Ste-Catherine Est, Montréal, Qc H1V 1X4 Tél: (514) 256-9000 fax: (514) 256-9444  
Sans frais: 1-877-256-9009 info@refletdesociete.com www.refletdesociete.com



ISSN 1615-4774

## Bistro In Vivo; 9 ans plus tard



RAYMOND VIGER

[www.raymondviger.wordpress.com](http://www.raymondviger.wordpress.com)

**Dans le quartier Hochelaga-Maisonneuve, une coopérative de travailleurs engagée dans sa communauté rayonne depuis maintenant 9 ans: le Bistro In Vivo.**

L'expansion de projets des fondatrices les pousse vers un choix difficile: arrêter les opérations du Bistro In Vivo pour se concentrer sur les nouveaux projets.

J'étais en état de choc quand j'ai appris la nouvelle. Ce bistro fait partie de la vie culturelle et rayonne au-delà du quartier Hochelaga-Maisonneuve.

Un restaurant qui peut recevoir près de 100 personnes avec une galerie pour les artistes en art visuel et une scène pour accueillir des spectacles.

Plusieurs entreprises avaient approché les sœurs Martel, fondatrices du Bistro In Vivo, pour prendre possession du local qu'elles occupaient.

La vocation sociale et culturelle allait disparaître. Une perte que je

ne pouvais pas accepter. Ni pour le quartier. Ni pour la culture des jeunes.

Depuis quelques temps, notre organisme était en réflexion pour diversifier nos sources de financement.

Les abonnements de Reflet de Société ont été longtemps la seule source de revenus de l'organisme. Ils nous permettent de financer nos projets d'intervention auprès des jeunes.

**Ce bistro fait partie de la vie culturelle et rayonne au-delà du quartier Hochelaga-Maisonneuve.**

Il y a quelques années, nous avons ajouté la vente de notre calendrier, d'un DVD, de livres et, tout récemment, de sacs à surprises. Cela nous a permis de compenser une partie des augmentations des dépenses (prix du timbre) et des pertes de revenus dû, entre autres, à la liste des gens qu'on ne peut plus appeler au télémarketing.

Pour ne donner que quelques exemples, souvenons-nous que le timbre poste a fait un bond de 0,63\$ à 1,00\$ cette année et que plus de la moitié du Québec est enregistrée sur la liste des gens qu'on ne peut plus joindre au téléphone.

Des coûts d'opération qui ne cessent d'augmenter dans un marché qui ne cesse de rétrécir.

Dans un tel contexte, la diversification des revenus pour l'organisme devenait une priorité. Comme toujours, nous voulions un projet qui permettrait aux jeunes d'y trouver une place et d'en prendre avantage.

Pour toutes ces raisons, notre organisme devait montrer son intérêt pour prendre la relève du Bistro In Vivo.

Ce qui est maintenant chose faite. En date du 10 juin dernier, le Bistro In Vivo n'est plus. Il fait maintenant place au Bistro Le Ste-Cath.

D'une coopérative de travailleurs, ce lieu artistique et culturel demeure aux mains d'un organisme communautaire. 100% des profits

iront au financement de projets d'intervention pour les jeunes.

Des opportunités deviennent maintenant possible, non seulement pour notre organisme, mais aussi pour d'autres associations et d'autres projets d'intervention communautaire afin d'offrir des soupers spectacles pour leur financement.

Il est encore prématuré pour moi de vous présenter tous les nouveaux projets que cette opportunité représente, non seulement pour le quartier mais aussi pour l'ensemble de la communauté.

Nous avons créé une infolettre toute particulière pour envoyer les nouvelles de ce projet qui enflamme et stimule tout notre monde.

Vous pouvez vous y inscrire sur notre nouveau site Internet: [www.le-ste-cath.com](http://www.le-ste-cath.com).



[goo.gl/2wLSsR](http://goo.gl/2wLSsR)

[WWW.refletdesociete.com](http://WWW.refletdesociete.com)



**Bistro**  
**Le Ste-Cath**

**Le bistro socialement engagé**

**Bistro • galerie d'art • spectacles**



[goo.gl/KQQxyA](http://goo.gl/KQQxyA)

4264 rue Ste-Catherine Est Montréal, QC H1V 1X6 (514) 223-8116

[www.le-ste-cath.com](http://www.le-ste-cath.com)

# RefletdeSociété

SERVICE AUX ABONNÉS  
Changement d'adresse 514 256-9000  
abonnes@refletdesociete.com



goo.gl/dE51DH

## Éditeur/ Rédacteur en chef

Raymond Viger.  
514 256-4467  
raymondviger@hotmail.com

## Directrice administrative

Danielle Simard.  
514 256-9000  
journal@journaldelarue.ca  
PUBLICITÉ ET COMMANDITE

## Collaborateurs

Alice Mihály,  
Jean-Claude Leclerc,  
Louise Gagné, Nicole Viau.

## Journalistes

Colin McGregor, Delphine Caubet,  
Éleonore Genolhac, Gifty Mane,  
Jean-Pierre Bellemare,  
Louise Marchand, Sophie Laisney.

## Infographie

Juan Carlos Sanchez Lopez.

## Illustrations

Cyril, Mabi, Ray Lengelé,  
JuanCa.

## Corrections et pupitre

Delphine Caubet.

## Café-Graffiti

514 259-6900

4233 Ste-Catherine Est, Montréal, Qc H1V 1X4 Tél: (514) 256-9000 Fax: (514) 256-9444  
Sans frais: 1-877-256-9009 info@refletdesociete.com www.refletdesociete.com  
ISSN: 1615-4774

### Notre mission:

le **Journal de la Rue** est un organisme à but non-lucratif qui a comme principale mission d'aider les jeunes marginalisés à se réinsérer dans la vie socioéconomique en favorisant leur autonomie.

La reproduction totale ou partielle des articles pour un usage non pécuniaire est autorisée à condition d'en mentionner la source. Les textes et les dessins qui apparaissent dans **Reflet de Société** sont publiés sous la responsabilité exclusive de leurs auteurs.

**Reflet de Société** est un magazine édité par le **Journal de la Rue** qui traite de multiples thématiques: drogue, prostitution, suicide, violence et santé. On propose des solutions et des ressources.

**Reflet de Société** dispose d'un fond de réserve provenant des abonnements. Au fur et à mesure que les magazines vous sont livrés, l'organisme récupère les frais dans ce fond. C'est une façon de protéger votre investissement dans la cause des jeunes

**Membres de:**

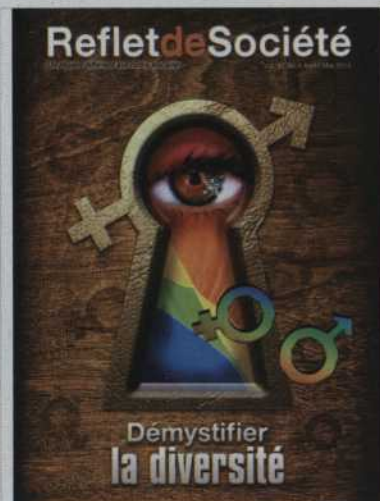
- Fédération professionnelle des journalistes du Québec (FPJQ)
- Association québécoise des éditeurs de magazines (AQEM)
- Magazine Canada (CMPA)
- Association des médias écrits communautaires du Québec (AMECQ)
- Regroupement des organismes communautaires jeunesse du Québec (ROCAJQ)

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada par l'entremise du Fonds du Canada pour les périodiques (FCP) pour nos activités d'édition.



6,95 \$ l'unité

**Centres d'appel**  
Sorel - Laurier Station - Joliette - Montréal



## Courrier du lecteur

### Diversité identitaire et sexuelle

À la télé et partout, on prône LGBT. Nous les hétéros, avons l'impression d'être des retardés et des malades... Je respecte l'homosexualité et la bisexualité. Je comprends qu'il y ait des exceptions à chaque règle.

Aujourd'hui, nous vivons dans un monde mêlé et de compétitions... même dans le sexe. On met les valeurs essentielles de côté. Tout est permis et magnifique, ignorant la peur de ci et de ça.

Je suis très inquiète pour l'avenir des jeunes avec ce monde perturbé et malade. Une grand-mère retardée et fière de l'être!

**Lorraine Gironne Cormier,  
Ste-Béatrix.**

### L'avenir des jeunes

J'apprécie beaucoup le Journal de la Rue et j'ai toujours hâte de recevoir le nouveau numéro. Merci de vous impliquer auprès des jeunes. Bravo à vous et à votre équipe.

**Louise Plouffe, Mirabel.**

### Sobriété

Je fête aujourd'hui mes 29 ans de sobriété. Merci Alcooliques anonymes. J'ai connu un journal

WWW.refletdesociete.com

qui s'appelait BLM (Bonjour le monde). Existe-t-il encore? Merci et bon 24 heures

**Marc**

### Démocratie

Élection et référendum, en réalité, sont deux modes de «consultation» démocratique...Refuser l'un ou l'autre, c'est, à l'avance, se soumettre à une dictature...

**Gisèle Côté, Longueuil**

### L'amour en ligne

Après mon divorce, j'étais désespérée. Je me suis mise à écumer les sites de rencontre pour refaire ma vie. Je suis tombée sur un monsieur qui me promettait le paradis. J'ai tout fait pour le rendre heureux. Quand j'ai commencé à douter de sa sincérité, il a commencé à me faire du chantage. Je devais toujours lui envoyer de l'argent. Il était en Afrique pour un problème de maladie. J'espère que mon témoignage pourra en aider d'autres. Soyez vigilants!

**Lise Allard**

### Politique

Une société se doit de confier la gestion de ses ressources à un groupe de personnes. Elle lui donne le pouvoir et le mandat de bien veiller à ses besoins afin que chaque individu le composant puisse prendre soin de lui-même et des gens qui l'entoure. Quand un gouvernement est minoritaire, c'est que le peuple n'arrive pas à faire assez confiance aux élus pour élire celui qui respectera son mandat. Le gouvernement est supposé être au service du peuple. S'il ne sert pas le peuple, qui sert-il alors?

**Sylvain Masse, Mascouche**

### L'autonomie sociale

Les problèmes sociaux seront réglés lorsqu'on arrêtera d'attendre après le gouvernement et que l'on se souciera de notre voisin.

**Pierre Sigouin**

### Homophobie

En Arizona aux USA, une nouvelle loi a été votée qui donne le droit aux commerçants de refuser de faire affaire avec des gays ou des lesbiennes.

Et dire qu'à peine quelques semaines auparavant, ce pays critiquait la Russie pour ses lois contre l'homosexualité.

**Chat noir de Québec**

### Sotchi et l'homophobie

C'est malheureux en effet. Par contre, le boycott des Jeux olympiques n'aurait pas pénalisé que la Russie, mais les athlètes. Pour un réel effet, il faudrait être des millions à boycotter.

**Emmanuel Lapointe**

### Liberté religieuse

«La Charte canadienne des droits et libertés reconnaît la liberté religieuse de chaque individu. En conséquence, une personne en état de prendre ses propres décisions peut refuser un traitement médical.» J'espère que cela inclut

le droit, pour un athée, de refuser d'avoir un «intervenant en soin spirituel» qui vient charlataniser à son chevet...

**Julien B.**

### Spiritualité

La spiritualité que l'homme recherche extérieurement, et non intérieurement veut dire qu'il cherche les réponses chez d'autres que lui-même, plutôt que de regarder dans son propre cœur.

Se faisant, il rencontrera sur sa route toutes sortes de gens qui se feront un plaisir de lui proposer autant de choses qui le mettront toujours en distance par rapport à son propre être.

**André Lefebvre**

### Nouveau regard sur sa vie

Salut Raymond. Je voudrais vous remercier pour tout ce que vous avez fait pour moi.

Je prends la vie du bon côté maintenant.

**Rico**

## Le monde vu par Lengelé



# Le Café Graffiti s'invite au Jardin botanique

DELPHINE CAUBET

**L'été s'en vient et tout le monde se fait une beauté. Et le Jardin botanique plus que quiconque! Pour cela, Dame Nature a fait appel au Café Graffiti, et nos artistes ont à cœur de la faire briller. Après tant d'efforts des artistes, les visiteurs ne seront pas en reste et ils seront invités à prendre leur temps pour savourer l'harmonie du jardin.**

Cet été, les 4 institutions qui composent l'Espace pour la vie (Jardin botanique, Insectarium, Biodôme et Planétarium) se sont réunies autour d'une thématique commune pour l'été: «Dépêchez-vous de ralentir».

## Origines du Jardin

Avec ce projet, le Jardin botanique veut retourner à ses origines et inviter les visiteurs à prendre leur temps. «S'ils ne voient qu'un seul jardin et pas l'intégralité du parcours, c'est bien correct», explique Annabelle Mimouni, agente de programmes éducatifs pour le Jardin botanique. «On veut que se soit plus flâneur et moins marathonnien.»

Et pour vous inviter à prendre votre temps, dès le début du parcours des arabesques sont peintes aux sols par nos artistes. Alors, inutile de chercher où aller, et laissez vous porter par l'itinéraire peint par nos soins.

## Genoux et curiosité

Geneviève, Cyril, Juan et Annie travaillent genoux sur l'asphalte pour peindre l'itinéraire. Un moment agréable pour nos artistes, qui n'ont pas toujours la chance de travailler au cœur d'un aussi beau paysage. Et leur œuvre ne laisse pas indifférents les quelques visiteurs qui se



Photo: Delphine Caubet

Annie, Geneviève et Juan peignant au sol.

promènent en ce mois de mai. «À 100%, on nous demande ce que l'on fait, s'amuse Geneviève, t'es mieux de connaître ton texte.»

Alors, tous à leur façon expliquent que le Jardin botanique invite ses visiteurs à ralentir et à profiter de ce qui leur est offert.

L'escargot, présenté comme symbole et antihéros, comme le rapporte Annabelle Mimouni, est là pour donner la cadence. Et les questions des visiteurs sont les bienvenues, puisqu'avec ce nouveau projet le Jardin botanique aspire à se rapprocher de ses visiteurs et à leur faire vivre une expérience unique.

Après des journées à peindre ces arabesques sur le sol, nos artistes ont mal aux genoux et sont exténués, mais également fiers de s'intégrer à cette programmation plus globale du Jardin botanique pour l'été.

## Programmation estivale

Pendant l'été, le Jardin botanique vous invite à reprendre contact avec la nature et «à vous déposer

au fil des floraisons», explique Annabelle Mimouni. De confortables chaises seront agencées dans le jardin pour inciter les visiteurs à se reposer et à profiter des animations.

Des musiciens, poètes, danseurs,... seront présents pour vous divertir et vous relaxer. Parmi eux, la compagnie de danse Tango Libre, des flûtes japonaises ou encore des pianos libres offerts au public et aux artistes invités.

Ces activités se déplaceront chaque mois aux fils des floraisons pour suivre et accompagner la nature. Une artiste du Café Graffiti, Geneviève LeBel, sera présente tous les dimanches pour animer une murale collective, créée en direct par les visiteurs et l'artiste.

Le Jardin botanique a choisi de miser sur les artistes pour sa programmation estivale, tandis que le Biodôme met en vedette ses paresseux. Le Planétarium fera des animations sur le temps, et l'Insectarium vous invite à faire une sieste musicale. De quoi passer un doux été, au rythme de la nature.

## Murales collectives

# Les dimanches graffiti

DELPHINE CAUBET



Photo: Delphine Caubet

Tous les dimanches de la saison estivale, le Café Graffiti sera présent au Jardin botanique au travers d'une de ses artistes, Geneviève LeBel. Pendant ces après-midi, l'artiste peintre animera des murales collectives dans le Jardin, où chacun sera invité à participer.

Geneviève se réjouit à l'avance, elle va passer son été au Jardin botanique. Mieux encore, elle va produire en direct une murale collective en collaboration avec les visiteurs. Une première pour l'artiste et le Jardin.

### Création et détente

Sous le thème de la lenteur, les visiteurs seront invités à exprimer leur coup de cœur sur de grands pans animés par Geneviève. Au total, une douzaine de murales seront à disposition.

Situées à la fin du parcours, ces murales permettront aux visiteurs d'exprimer leur ressenti. À leurs côtés, Geneviève peindra pour évoquer des aspects de la nature. Mais son plus gros travail sera d'accompagner les visiteurs dans leur processus de création.

«On veut avoir une murale qui a du sens», explique Annabelle Mimouni, agente de programmes éducatifs pour le Jardin botanique. «L'artiste sera là pour éviter qu'on ait une œuvre morcelée.»

Au fil du temps, les visiteurs pourront observer et s'inspirer des coups de cœur de leurs prédécesseurs et ajouter leur touche à la murale collective.

### Acteur de qualité

C'est la troisième collaboration entre le Jardin botanique et le Café Graffiti. S'ils ont fait appel à nos artistes, «c'est qu'ils sont souples et à l'écoute», explique Annabelle Mimouni. «Le Café Graffiti répond à nos attentes.»

Du 21 juin jusqu'à la fin août 2014, Geneviève Lebel sera présente tous les dimanches après-midi pour animer avec d'autres artistes la lenteur dans le Jardin botanique.

L'artiste aura la chance d'être entourée par d'autres professionnels du spectacle, avec notamment des musiciens, des poètes,... de quoi inspirer Geneviève et l'ensemble des visiteurs.

DVD



## La Récompense

Regard sur des gens de cœur

**Bénévolat**

S'impliquer c'est trippant et ça mérite d'être vécu

19,95\$

+ 4,95\$ taxes  
et transport

4233 Sainte-Catherine Est Mtl Qc, H1V 1X4 [www.editionstnt.com](http://www.editionstnt.com)  
(514) 256-9000 OU 1-877-256-9009 [info@editionstnt.com](mailto:info@editionstnt.com)

[WWW.refletdesociete.com](http://WWW.refletdesociete.com)

# Cyril: l'artiste de rue

SOPHIE LAISNEY

**Cyril est peintre, illustrateur et graffiteur au Café Graffiti depuis l'été 2013. Graffiteur depuis ses 17 ans, il décide de se former seul, «sur le tas», pour quitter la France quelques années plus tard.**

Cyril débute avec le tag, et enchaîne sur des graffitis et des murales pour faire vivre cet «art de rue». Sa philosophie est de puiser aux origines du graffiti: un art libre, indépendant et qui «s'impose».

Lui, par ses graffitis, veut contester un ordre établi et faire réagir ceux qui le verront. Ces œuvres, souvent dures et violentes, se veulent être un miroir de notre société.

Après quelques années à réaliser des fresques en France, il part un an en Espagne, où il peint dans les squats. Des visiteurs passent et voient son travail, ils adorent et lui proposent des contrats. Il se fait un nom petit à petit.

## Passion des trains

En passionné de dessins et d'illustrations, il adore la simple combinaison papier-crayon. La canette fait aussi partie de ses instruments qu'il manie sur des murs immenses, des toiles ou encore des trains, son support de prédilection.



«Les trains de marchandises au Québec sont immenses et voyagent dans tout le Canada. Ils peuvent aller jusqu'au Mexique. Ils traversent des forêts et des lacs où il n'y a rien.» «Ça permet de faire voyager mon graffiti.» «Les trains sont très poétiques, ils sont comme des serpents de métal», affirme Cyril.

Parfois, il peut retrouver son graffiti, ailleurs sur le continent, grâce aux trains qui l'emènent avec lui, et que Cyril retrouve en photo sur internet.

## Désir d'enseigner

À 15 ans, Cyril rêvait de devenir professeur de dessin. Aujourd'hui, avec le Café Graffiti, il peut assou-

vir sa soif d'enseignement en animant des ateliers dans des écoles ou des centres jeunesse.

Dans ses expériences d'enseignement, l'artiste nous confie avoir été étonné de rencontrer des jeunes de 12 ans qui n'avaient jamais dessiné. Si tout le monde n'est pas forcément doué, le dessin permet aux jeunes de développer leur créativité, tout en s'exprimant et en s'inventant leur propre univers.

Sa plus grande satisfaction dans l'enseignement du dessin? Voir des jeunes qui n'avaient jamais dessiné finir par adorer ça. Pour les plus petits, Cyril prend plaisir à les amuser et à développer leur imagination en dessinant. «Tu peux leur dessiner un chat et ça les fait rire!»

## Artiste libre

Au final, Cyril est très fier de ce parcours peu «formaté». Il peut être l'artiste libre et l'enseignant. Ses expériences lui permettent de toucher à tout, et s'il apparaît comme un artiste «à part», c'est grâce à sa polyvalence qui s'affirme dans son style de vie comme dans ses différentes œuvres.



Peintures: Cyril Blanchard.

## Ateliers arts visuels

# Cyril sur la route

DELPHINE CAUBET

Pendant 9 semaines, Cyril – graffiteur au Café Graffiti – est intervenu dans 4 écoles primaires pour initier des jeunes de 4<sup>ème</sup> et 5<sup>ème</sup> années à l'art du dessin. Décontraction et création étaient au rendez-vous.

Plus de 80 jeunes de différentes cultures ont été le quotidien de Cyril ce printemps 2014. Avec la collaboration d'Une école montréalaise pour tous, le Café Graffiti est intervenu dans 4 écoles: Lucille-Teasdale, François-la-Bernarde, La Dauversière et St-Barthélemy. Avec pour objectifs: amuser les jeunes et leur faire découvrir les arts visuels.

### Plaisir avant tout

Pour ces ateliers, Cyril y est allé le cœur léger, car la beauté des enfants, c'est de faire du dessin pour le plaisir, précise Cyril. Le graffiteur s'est adapté à son nouveau public. Pour ceux qui n'avaient jamais dessiné, il a débuté avec des jeux. Pour les intéresser et leur inculquer les bases du dessin. Cyril les a notamment initiés au graffiti, en leur faisant dessiner leur nom sur une casquette. Casquette, que les jeunes recevaient en cadeau à la fin du cours.



Murale à l'école François-la-Bernarde.

Mais le plus important, pour Cyril, était de faire collaborer les jeunes entre eux. À la fin, les ateliers se sont terminés par une journée pédagogique, pour que les apprentis artistes réalisent une murale. Un travail collectif destiné à rester sur les murs de l'école.

### Sortir de sa bulle

Mais avant d'arriver à la murale, Cyril doit préparer les jeunes. La première des choses: les pousser à

travailler ensemble. «Car certains sont doués en dessin, mais ils sont dans leur bulle.» Alors, au travers de jeux et d'organisation, Cyril les incite à créer ensemble. Il les fait dessiner au centre d'une feuille, et les relie par la suite. Le jeu est de combler les blancs, tout en respectant les dessins des autres. Ludique et éducatif!

### Création

Pendant ces ateliers, Cyril préparait la murale avec les jeunes. Et c'était toute une organisation. Ils ont choisi le thème (la danse et l'île aux trésors ont notamment été sélectionnées), préparé les illustrations et déterminé les rôles. À la journée pédagogique, Cyril a demandé à tous de se joindre au travail. Enfants, éducatrices, surveillantes... le graffiteur inclut tout le monde dans la réalisation du projet. Cyril a eu une fin de session pour le moins émotive avec des enfants attristés de le voir partir et prêts à l'accueillir à leur domicile. Toute une scène!

Photo: Gracieuseté École François-la-Bernarde.



## L'Amour en 3 Dimensions

RAYMOND VIGER

Par ce roman, l'auteur nous présente différentes facettes de l'amour. Chaque événement qui nous bouscule apporte un petit cadeau qu'il nous faut découvrir. Tantôt humoristique, tantôt teinté d'émotions, ce roman nous enseigne quelque chose de magique.

**19,95\$**  
+ 3.95 taxe et transport

4233 Sainte-Catherine Est Mtl Qc, H1V 1X4 [www.editionstnt.com](http://www.editionstnt.com)  
(514) 256-9000 OU 1-877-256-9009 [info@editionstnt.com](mailto:info@editionstnt.com)

**DISPONIBLE EN ANGLAIS**



**19,95\$**  
+ 3.95 taxe et transport

Me gusta el Quebec:

## Une Chilienne à Montréal

ÉLÉONORE GENOLHAC

**Chaque année, près de 50 000 personnes choisissent d'immigrer au Québec. Si la province tente de privilégier une immigration francophone, nombreux sont les nouveaux arrivants allophones. Regard sur cette immigration et son intégration.**

Ça parle fort autour de la table. Les mots fusent, en espagnol, en portugais, en russe aussi, mais très vite le français les rattrape, langue commune à tous ces gens venus d'un peu partout à travers le globe.

Ils sont originaires du Chili, de Colombie, du Brésil, mais aussi du Portugal, d'Ukraine ou encore de France. Tous sont arrivés au cours de ces cinq dernières années dans ce pays qu'ils ne connaissaient pas et dont, pour la plupart, ils ne parlaient pas la langue. Aujourd'hui, on les sent parfaitement intégrés. Tous travaillent, parlent français, se sont familiarisés à la culture d'ici, l'ont adoptée aussi dans une certaine mesure.

Mais quelles sont les raisons qui ont poussé ces jeunes trentenaires à quitter leur pays, leur culture, leur mode de vie pour venir s'installer au Québec? Rencontre avec l'une d'entre eux.

Margot (prénom fictif), 31 ans, professeure de chant à Santiago (Chili), travaille au noir en attendant de recevoir sa résidence permanente.

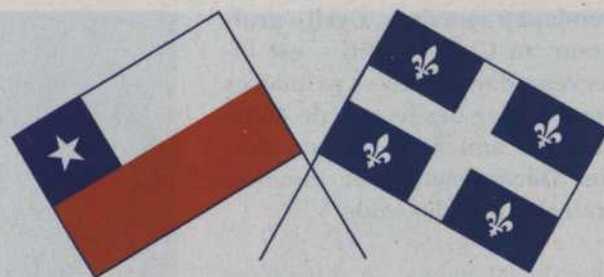
Margot a des yeux pétillants de vie, c'est la première chose que l'on remarque en la rencontrant. Petit bout de femme à l'énergie débordante, elle parle vite, mélange français, espagnol et anglais dans chacune de ses phrases. Un verre de *pisco sour*, cocktail chilien, dans la main, elle nous raconte son expérience du Québec.

**Éléonore Genolhac: Depuis quand es-tu au Québec?**

**Margot:** Je suis allée visiter mon frère Martin à l'été 2011. Il était parti vivre à Montréal pendant un an avec un visa *working holidays*. J'ai adoré l'ambiance que dégageait cette ville, son énergie, sa liberté.

Tous travaillent, parlent français, se sont familiarisés à la culture d'ici.

À cette époque, mon rêve était de voyager autour du monde. J'ai donc décidé de commencer par venir vivre



moi aussi au Québec. J'ai monté un dossier pour demander un permis Vacances-travail et en mars 2012, je posais mes valises à Montréal.

**É.G: Et tu es toujours là...**

**M:** Finalement oui, je suis restée plus longtemps au Québec que ce que je ne pensais à l'origine. Normalement, je n'aurais dû rester qu'un an, je devais ensuite rejoindre ma tante à Los Angeles avant de partir travailler en Angleterre. Et puis, j'ai rencontré Dominique, un Québécois du lac St-Jean avec qui je suis aujourd'hui mariée.

**É.G: Pour obtenir plus rapidement tes papiers?**

**M:** Non ! Parce que je l'aime et que c'est avec lui que je veux être. Évidemment, le mariage simplifie certaines démarches, mais il ne faut pas croire qu'en se mariant, tu obtiens tes papiers en un claquement de doigts. J'ai engagé ma demande de résidence permanente il y a plus d'un an, et aujourd'hui, j'attends encore. Avec tous les problèmes que cela entraîne.

Je me reconnais davantage dans la société québécoise, dans les valeurs qu'elle porte.

Pour le moment, j'ai un visa de touriste, je n'ai donc pas le droit de travailler légalement. Sauf qu'il faut bien faire tourner la maison.

Alors, je fais des ménages chez plusieurs particuliers, ça nous permet d'ajouter un peu de beurre aux épinards. En tout cas, plus vite je recevrai ma résidence permanente, plus vite je serai tranquille. Ma situation reste malgré tout assez précaire ici.

**É.G: Es-tu plus heureuse ici qu'au Chili?**

**M:** C'est difficile de répondre à cette question, je ne l'ai jamais envisagé sous cet angle. Partir vivre au Québec, c'était aussi pour moi un moyen de me prouver certaines choses. Au Chili, j'avais une situation stable, je gagnais bien ma vie.

Ici, il a fallu repartir de zéro à presque trente ans. Mais en fin de compte, si, je pense que je suis plus heureuse ici. Je me reconnais davantage dans la société québécoise, dans les valeurs qu'elle porte, que dans celles de la société chilienne.

Le multiculturalisme de Montréal, cette possibilité d'y rencontrer des gens du monde entier, c'est quelque chose que j'adore. Les Québécois sont un peuple ouvert et tolérant, qui ne vont pas juger quelqu'un selon sa façon de s'habiller, de mener sa vie... Je me sens plus libre ici.

Le Chili est un pays très catholique et conservateur. Le divorce n'est devenu légal qu'en 2006. Encore aujourd'hui, l'avortement y est interdit. En tant que femme, et de surcroît féministe, je préfère vivre au Québec plutôt qu'au Chili.

**É.G: Finalement, tu te sens Québécoise?**

**M:** Par certains côtés oui. Mon mari est Québécois, ma meilleure amie est Québécoise. Je ne sais pas si je passerai toute ma vie au Québec, mais pour les années qui s'en viennent, c'est sûr. Je me sens intégrée à cette société, suis préoccupée par les problèmes qui la secouent.

Par exemple, j'étais farouchement opposée à la Charte des valeurs que voulait imposer le Parti québécois. Pour moi, ça allait à l'encontre des valeurs de tolérance de la société québécoise, et ça m'a rappelé une certaine discrimination que l'on retrouve au Chili.

J'ai épousé certains des combats des Québécois, je sens que j'ai mon mot à dire. Le Québec, c'est mon pays d'adoption de cœur. Il y aura eu un avant et un après Montréal. Mais dans le même temps, je suis Chilienne. J'y suis née, j'y ai grandi et je sais qu'en fin de compte, c'est là-bas que je souhaite être enterrée le jour où je décèderai.



## Blessures affectives

# Une maladie difficile à guérir

RAYMOND VIGER

**J'ai été intervenant de crise auprès de personnes suicidaires. J'ai rencontré des gens avec toutes sortes d'histoires, mais souvent la même finalité.**

Des femmes qui auraient voulu terminer une relation qui ne les satisfaisait plus. Mais leur dépendance affective les gardait prisonnières de cette vie de couple. La seule alternative qu'elles ont trouvée: le suicide.

Un homme a été agressé par un pédophile dans sa jeunesse. Incapable de surmonter cet événement tragique, il a tenté de noyer sa souffrance dans l'alcool. Insatisfait d'une vie où il a l'impression de tourner en rond, il veut en finir au plus vite.

Des joueurs compulsifs ayant tout perdu au Casino ou dans les machines «gobe-sous» ont tout essayé pour se refaire (emprunt, vol ou d'autres magouilles).

Mais devant l'incapacité de trouver de nouvelles façons de s'en sortir, face à la honte de devoir affronter leurs responsabilités, mourir est la seule solution qu'ils conçoivent.

Et que dire de celle qui mange ses émotions, et de l'autre qui n'ose plus s'alimenter pour garder le contrôle. Ou encore de ceux qui, pour se trouver, tentent de rejoindre une secte.

Quand la fuite dans l'alcool, la drogue, la dépendance affective ou autres ne suffit plus pour engourdir nos souffrances, le suicide peut devenir la seule avenue qui s'offre à nous.

Qu'ont en commun tous ces comportements qui peuvent avoir comme finalité le suicide? Des événements de la vie nous brassent, nous bousculent. Pris individuellement, nous pourrions passer à travers chacun de ces événements.

Agression, perte d'emploi, rupture amoureuse, décès... Mais quand le nombre d'événements devient trop imposant, quand trop d'incidents se produisent sur une courte période, nous pouvons perdre le contrôle de notre vie.

Nous avons été émotionnellement blessés. Nous avons tenté de trouver un mode de vie pour survivre face à ces souffrances. Mais ces

comportements ont fini par nous blesser davantage.

Ces événements nous ébranlent. Le temps et le soutien de nos proches peuvent nous permettre de revenir à notre état stable. Mais quand le temps n'y est pas. Quand le soutien ne l'est plus. Nous devenons vulnérables, sensibles.

Ce n'est pas en les moralisant sur leur comportement que nous pouvons en arriver à les aider. Offrons-leur soutien pour trouver de nouveaux choix. De l'écoute. Beaucoup d'amour. Blessés dans nos émotions, c'est par celles-ci que nous pourrions guérir.

Dans les pages qui suivront, vous lirez les témoignages de personnes touchées par l'anorexie, le suicide et les sectes. Après avoir lu ces reportages, posez-vous les questions suivantes: tous ces gens sont-ils si différents entre eux? Leur vécu est-il similaire malgré leurs chemins différents?

Tous ces gens sont-ils si différents de nous? Et si un jour c'est nous qui vivions ces difficultés... quels chemins prendrons-nous?



**19,95\$**  
+ 4,95\$ taxes  
et transport



goo.gl/Yg2O4a

# GAMBLING

La réalité sur les jeux de hasard,  
un outil de discussion pour les jeunes.

Le documentaire explore différents aspects du jeu compulsif:  
tentation, perte de jugement, perte de ses moyens financiers,  
relations détruites par le mensonge...

4233 Sainte-Catherine Est Mtl Qc, H1V 1X4 [www.editionstnt.com](http://www.editionstnt.com)  
(514) 256-9000 OU 1-877-256-9009 [info@editionstnt.com](mailto:info@editionstnt.com)

# Vivre avec l'anorexie

LOUISE MARCHAND

**«Je suis une survivante.» VéroniKaH est anorexique depuis 35 ans et elle fait partie des 3% de cas chroniques. Il faut en moyenne 4 ans pour soigner une personne anorexique, et au-delà de cette durée, on parle de chronicité.**

**Malgré que VéroniKaH vive avec sa maladie depuis de nombreuses années, elle est mariée, mère de trois enfants et se dit épanouie. Elle est l'auteure de *Ce qui ne tue pas rend plus fort, au-delà de la peur et de la honte*.**

Initialement provoquée par un besoin de se révolter contre ses parents à ses 14 ans, la maladie de l'artiste a dégénéré par la suite, devenant un moyen pour elle de se détruire. Elle commence à exercer un contrôle constant sur son poids, car pour elle «l'anorexie c'est ça: c'est avoir le contrôle. C'est pas à propos de la bouffe, c'est le contrôle.» VéroniKaH avait l'impression que ses parents contrôlaient toute sa vie, et

son poids était la seule chose sur laquelle elle avait de l'emprise. Pendant des années, elle alterne des phases de privation avec d'autres de boulimie, lorsqu'elle est obligée de manger (devant ses parents notamment). Le contrôle qu'elle exerce sur son corps lui permet, à l'époque, de se sentir en sécurité, à l'abri des conflits et des responsabilités, grâce à son corps de petite fille.

«C'est pas la faute de la société. L'anorexie, c'est quelque chose de personnel.» Dans son cas, la maladie n'est pas provoquée par l'envie de ressembler aux standards de beauté véhiculés par les médias, mais par le besoin de détruire son propre corps, de se faire du mal. Ce comportement est une réaction à une souffrance personnelle, qui pour l'artiste n'a rien à voir avec la société.

Il y a quelques années, après une hospitalisation dans un état très grave (elle ne pesait que 36 ki-



Photo: Gracieuseté VéroniKaH.

los), VéroniKaH a une prise de conscience, et décide de ne plus se laisser dominer par sa maladie.

En même temps, elle redécouvre la peinture et prend une décision: après des années passées à détruire son corps et à se faire du mal, elle choisit de faire attention à sa santé. Pour cela, VéroniKaH fait régulièrement des analyses et elle est en forme. C'est important pour

## Peut-on perdre du poids sans mettre en danger sa santé?

Les offres d'aide au régime ne manquent pas: nous sommes envahis de publicités vantant les mérites de méthodes de perte de poids rapide. Elles sont reconnues pour être inefficaces à long terme, car le poids perdu est repris et entraîne une démotivation de l'individu. Certains régimes peuvent avoir des conséquences néfastes sur la santé. Sans parler de véritables troubles alimentaires, la privation est mauvaise pour l'organisme, et peut entraîner des carences.

Il est donc déconseillé de suivre un régime basé sur la privation. Le plus important lorsque l'on veut perdre du poids est de manger équilibré, avec plaisir, et surtout sans culpabiliser. Manger trois repas complets par jour est primordial. La frustration entraînée par la privation est nocive, il faut donc manger à sa faim, sans abuser. Le plus important est de manger équilibré: varier les fruits, légumes, viandes...

Il existe, par exemple, le régime dit méditerranéen. Il consiste à séparer son assiette en trois parties: les légumes (moitié de l'assiette), la viande et ses substituts tels que le poisson ou les œufs (un quart de l'assiette), et les féculents comme le pain ou le riz (un quart de l'assiette). Il est important de rajouter à cela des fruits et des produits laitiers. On peut ainsi manger à sa faim. Et surtout, ce régime permet la perte de poids sur le long terme, sans privation, et sans danger pour la santé. Mais le plus important reste de manger avec plaisir.

l'artiste désormais, car elle a des choses à accomplir.

Mais elle ne veut pas changer pour autant et se déclare à l'aise avec l'image de son corps: «Je ne veux pas être normale, je suis bien là-dedans, sinon je changerais. Je ne veux pas ressembler à une femme, et ça me va bien de ne pas avoir de formes.» Elle admet se cacher encore derrière son corps de petite fille, car cela reste une sécurité pour elle. Mais elle ne met plus sa santé en danger pour autant.

### VéroniKaH aime rappeler que la peinture lui a sauvé la vie dans sa bataille contre l'anorexie.

#### Soutien familial

VéroniKaH est soutenue par sa famille. Ses trois enfants l'appuient, et sont en accord avec la publication d'un livre pour raconter son histoire: «Mes fils sont fiers de moi.» Elle reconnaît que ce soutien l'a aidée à reprendre le contrôle sur sa vie et sur son propre bonheur.

Mais ses parents, inquiets, ont eu plus de difficultés à comprendre son mode de vie. Leurs relations se sont améliorées depuis qu'ils ont réalisé que la vie de leur fille n'est plus en danger, et qu'elle est

heureuse ainsi. Quant à son mari, il l'a acceptée et soutenue depuis le début de leur relation, il y a 28 ans. C'est lui qui l'a poussée à exercer la peinture à plein temps, ce qu'elle fait depuis quelques années maintenant.

VéroniKaH aime rappeler que la peinture lui a sauvé la vie dans sa bataille contre l'anorexie. Cela l'a apaisée et lui a permis de reprendre le contrôle sur sa maladie: «Toutes mes émotions sont projetées dans mes toiles, dans ma peinture, et

après je me sens déchargée. Quand ça ne va pas je peins et après je vais beaucoup mieux.» L'artiste est désormais épanouie dans sa vie et dans son travail.

#### Partager

VéroniKaH publie son livre pour partager son histoire et pour parler ouvertement de l'anorexie: «Je pense que ça peut aider des gens de parler de cette maladie. En plus, à travers ce livre je peux en parler aux jeunes parce que je l'ai vécue, mais je peux aussi en parler aux parents parce que je suis une mère.»

Elle veut aider d'autres personnes à «apprendre à s'aimer».

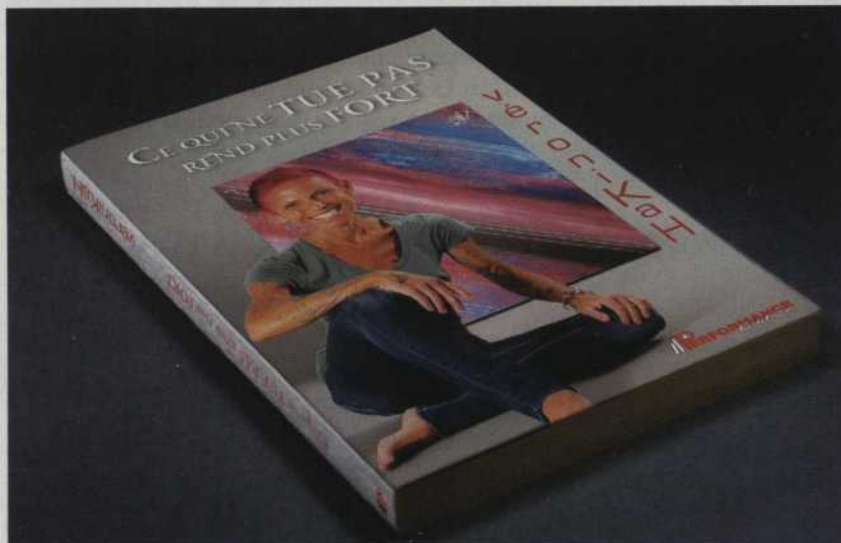
Après 35 ans de maladie, elle estime être passée par toutes les phases de l'anorexie, et malgré sa non-rémission, elle pense pouvoir aider d'autres personnes dans l'acceptation et la guérison.

Bien que VéroniKaH arrive à vivre de manière épanouie malgré sa maladie, elle rappelle qu'elle est une exception.

Ses médecins sont encore surpris qu'elle n'ait pas de graves problèmes de santé. Elle ne souhaite pas minimiser les dangers de l'anorexie, mais veut plutôt partager avec les autres son optimisme, en montrant que l'anorexie n'empêche pas d'aller au bout de ses rêves. Comme elle le dit: «Mon corps n'est pas guéri, mais mon cœur et ma tête le sont.»

La préface du livre de VéroniKaH est signée par Mireille Deyglun, comédienne et animatrice québécoise, également connue pour son engagement dans différentes causes (lutte contre l'homophobie, aide aux déficients intellectuels...).

Les deux femmes se sont rencontrées en 2012 lors d'une soirée en faveur de l'hôpital Ste-Justine où l'artiste exposait ses toiles. Mireille a souffert de boulimie par le passé, et elle s'est reconnue dans l'histoire de VéroniKaH. Lorsque celle-ci lui a demandé d'écrire la préface, elles ont passé des heures à parler avant qu'elle n'accepte. Mireille a apprécié que *Ce qui ne tue pas rend plus fort* rende compte du mal de vivre que l'on peut ressentir lorsque l'on souffre de troubles alimentaires.



Livre de VéroniKaH, *Ce qui ne tue pas rend plus fort*.

# L'anorexie

LOUISE MARCHAND

Nadège (prénom fictif) avait 18 ans la première fois qu'elle a rencontré le docteur Wilkins, pédiatre spécialiste des troubles de l'alimentation chez les adolescents au CHU Ste-Justine. Une amie, patiente du docteur, avait amené la jeune fille. Nadège était dans un état de décharnement extrême, elle souffrait d'anorexie mentale.

Lors de leur rencontre, le Dr Jean Wilkins a compris que la vie de Nadège était en danger, mais elle refusait de se faire examiner. Plutôt que de la forcer, le médecin lui a laissé le choix de revenir quelques jours plus tard avec sa mère. Ce risque a payé: elle est revenue et a accepté de se faire soigner.

Selon le Dr Wilkins, établir un lien de respect et de confiance avec ses patients est le premier pas vers la guérison. Après un long processus pour sortir de la maladie, Nadège a réussi à reprendre du poids. Elle a suivi des études d'infirmière et a fait un stage au Centre Hospitalier Universitaire (CHU) Ste-Justine.

L'anorexie est une maladie mentale répandue particulièrement chez les femmes et filles. Les personnes touchées se privent de nourriture dans le but de perdre du poids, et ce jusqu'à l'extrême; quelquefois en mettant leur vie en danger.

## Causes

L'anorexie n'est pas provoquée par un entourage familial problématique ou par une faiblesse de la personne touchée. Elle est en fait le résultat de facteurs biologiques, psychologiques, et sociaux.

Le Dr Howard Steiger est directeur du Programme des troubles de l'ali-



mentation et psychologue à l'Institut Douglas à Montréal. Il est spécialiste des troubles alimentaires chez les adultes: «Il y a une base biologique assez importante et héréditaire, les troubles alimentaires courent dans les familles, chez les jumelles identiques par exemple. Mais les gènes ne sont pas déterminants, ils se contentent d'être allumés par des facteurs environnementaux.» Donc une personne peut avoir une prédisposition génétique à l'anorexie, mais cela ne suffit pas. Ce facteur génétique doit entrer en contact avec des éléments de l'environnement social (famille, école...), ajouté à un élément déclencheur.

Ce déclencheur varie selon les individus: il s'agit généralement du commencement d'un régime pour les adultes ou du début de l'adolescence pour les plus jeunes. Selon le Dr Wilkins, lorsque certains enfants arrivent à la puberté, ils tombent dans l'anorexie pour éviter de grandir, et bloquer certains changements physiques (croissance, règles...). «L'anorexie permet de mettre tout en pause, comme si tout allait trop vite dans leur vie. Mais c'est un véritable piège», conclut le docteur.

## Hypersexualisation

L'hypersexualisation et le culte de la minceur dans les médias ne causeraient pas directement l'anorexie. Selon le Dr Wilkins, «tout le monde peut être touché, influencé par ces images. Mais la cause première de l'anorexie ce n'est pas ça, même si ça peut contribuer.»

Mais cette théorie ne fait pas consensus. Selon le Dr Steiger, cela jouerait un rôle: «Il y a une biologie derrière les troubles de l'alimentation et une psychologie aussi, mais si on peut réduire les pressions de notre culture sur les personnes, on va réduire l'incidence de ces troubles, alors ça vaut vraiment la peine d'essayer.»

Il rappelle «qu'on ne devient pas anorexique si on ne commence pas un régime, il faut un élément déclencheur». Quelles que soient les influences biologiques et génétiques, on ne devient pas anorexique si l'on ne commence pas à se priver un jour. On ne peut pas agir sur les facteurs biologiques, mais si l'on peut réduire les pressions sociales liées au poids, certains ne commenceraient alors pas de régime et ne deviendraient pas anorexiques.

Le Dr Steiger était coprésident du comité de travail de la *Charte québécoise pour une image saine et diversifiée*. Cette charte veut lutter contre le culte de la minceur en encourageant les industries productrices d'images à présenter une plus grande variété de corps: «C'est très inspirant de voir que des gens qui sont influents dans leur milieu, que ce soit la mode ou les médias, reconnaissent qu'ils sont bien placés pour avoir un impact positif au niveau de l'introduction de l'appréciation des corps divers et de l'importance de la diversité.»

### Traitements

La maladie étant causée par des facteurs biologiques, psychologiques et sociaux, le traitement doit aussi comporter plusieurs aspects. D'un point de vue biologique, le premier outil est la nourriture. Lorsque les médecins reçoivent des patientes sous alimentées, la première étape consiste à les faire manger pour que leur santé ne soit plus en danger. Mais faire manger une personne anorexique n'est pas la véritable solution au problème, c'est pourquoi il faut l'accompagner d'un traitement psychologique. Il faut comprendre les raisons qui la poussent à ne plus s'alimenter et travailler avec elle.

Le Dr Wilkins évoque le cas d'une jeune patiente placée sous médicaments pour prendre du poids. Elle a expliqué au docteur que ça ne la dérangeait pas de prendre des kilos, puisque ce n'était pas vraiment elle qui mangeait, vu qu'elle y était forcée par d'autres personnes.

La jeune fille lui a aussi dit qu'elle reperdrerait ces kilos dès sa sortie de l'hôpital. C'est pourquoi le Dr Wilkins ne force pas ses patientes à manger, mais préfère travailler sur les raisons de la maladie, et ainsi les aider à en sortir définitivement: «Il faut comprendre et traiter les causes de l'anorexie pour les ai-

der, pas se contenter de les faire prendre du poids artificiellement, c'est une solution qui n'est que provisoire.»

À l'adolescence, les cas d'anorexie ne sont pas souvent associés à d'autres pathologies. En revanche à l'âge adulte, il est plus courant de voir des patients présentant des symptômes de dépression, de difficulté de gestion du stress, d'anxiété ou de troubles obsessionnels compulsifs associés à l'anorexie.

Le Dr Wilkins rappelle que la jeune fille, son entourage et le médecin doivent garder à l'esprit que ces traitements prennent du temps; environ 4 ans pour une guérison complète. «Dans cette maladie, on n'avance pas par miettes, mais par nano miettes.» Il ne faut pas chercher à brusquer les choses, cela risque de blesser la jeune fille, ce qui retardera encore plus la guérison. C'est un traitement par «les mots et le temps.» Selon lui, il n'est pas vraiment possible de forcer quelqu'un à se soigner, mais il suffit parfois de faire preuve de diplomatie et de créer des liens avec les jeunes filles.

### L'entourage

Le Dr Wilkins explique qu'avec les jeunes anorexiques est il faut faire preuve d'une grande prudence: «Si jamais on vient voir une jeune fille en cours de traitement et qu'on lui dit «tu as l'air mieux», même avec de bonnes intentions, elle va entendre «tu as pris du poids», voire «tu es grosse». Elles nous obligent à beaucoup de prudence. Quand on les connaît intimement, c'est presque impossible pour les parents de vivre avec une fille malade sans commettre de maladresse.» Malgré ces erreurs, il ne faut oublier que l'entourage est un élément essentiel du processus de guérison. qu'il faut privilégier la communication avec leur enfant plutôt que de culpabiliser.

### Deux types d'anorexie

Le premier type est dit restrictif, car il se manifeste par la privation. Ces personnes ont une phobie de la prise de poids et en conséquence, se privent de nourriture et font beaucoup d'exercice physique pour éliminer le peu de calories qu'elles prennent en mangeant.

Le second type ressemble au premier, mais ces personnes vont avoir des phases de purge (vomissements, utilisation de laxatifs) et des orgies alimentaires. La privation des carences alimentaires, l'absence de règles pour les femmes et même des problèmes cardiaques. Au cours de la maladie, le contrôle de l'alimentation et du poids devient une addiction et la personne malade y pense en permanence.

### L'anorexie en chiffres

- Au Québec, 3% des filles âgées de 15 à 25 ans souffrent de troubles alimentaires.
- Environ 100 000 femmes et filles québécoises souffrent de troubles alimentaires.
- 90% des victimes d'anorexie mentale sont des femmes, contre 70% à 80% pour les boulimiques.
- De 5% à 20% des personnes qui développent complètement les symptômes d'anorexie mentale en meurent.
- 50% à 60% des personnes anorexiques finissent par guérir sur des périodes de temps variables.

Sources: ANEB (Anorexie et boulimie Québec) et l'Academy of Eating Disorders

# Autochtones en Guyane, Ces Français oubliés

DELPHINE CAUBET

**Au Québec, la problématique des Premières nations est un fait établi. Les problèmes sont nombreux, et les solutions peu fréquentes. La France, trop souvent oubliée, a elle aussi des enfants de la République amérindiens.**

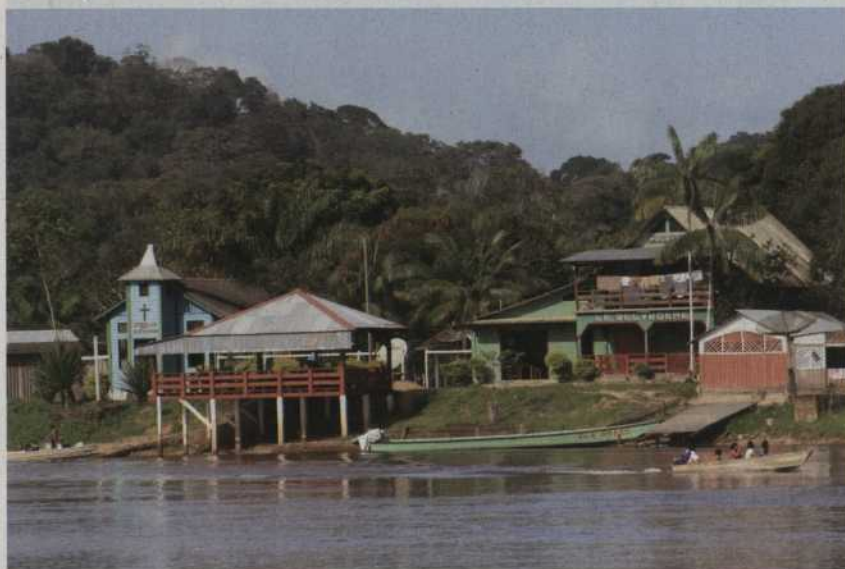
**Robin, ancien instituteur en Guyane française: «C'est pour ces gamins qu'on se décarcasse, pour qu'ils deviennent des Hommes libres (...). [Les parents] ont perdu leur liberté et à travers ça, une partie de leur dignité.»**

Février 2010. Robin arrive en Guyane. Ce n'est pas son premier voyage dans le département français, mais cette fois-ci, il a répondu à une offre d'emploi. L'ingénieur écologue de formation s'apprête à devenir professeur des écoles auprès des Amérindiens de Guyane.

## Premiers constats

Accompagné d'un membre de l'Éducation nationale, Robin descend le département en pirogue jusqu'à Camopi, un village dans le Parc amazonien de Guyane. Il enseigne d'abord au primaire à une classe de 3<sup>ème</sup> année, puis 6 mois plus tard, au collège du village. Première incohérence, il n'y a pas de directeur, l'établissement est dirigé par le CPE (Conseiller principal d'éducation). Sur 128 élèves, 127 sont amérindiens.

À son arrivée au village, les premiers constats sont difficiles. «J'arrive dans un libre service, et là je vois un groupe d'Amérindiens complètement ivres. Dans l'état le plus glauque que tu puisses imaginer. Et là, une gamine qui passait a relevé un bébé. Il était couché dans les tessons de verre. La mère, peut-



Vila Brasil vue de Camopi.

Photos: Gracieuseté Robin

être dans ce groupe, était tellement ivre qu'elle ne faisait plus attention à son enfant.»

Malgré cette première expérience difficile à Camopi, Robin aime sincèrement enseigner dans ce collège composé de jeunes Wayâpis et Tekos. Il y restera 3 ans et demi.

## Suicide

«La Guyane, c'est le département de tous les mauvais records», annonce Robin. Les aides sociales, le chômage, le suicide ou la violence sont des problèmes majeurs qui touchent particulièrement les Amérindiens.

Pour lutter contre ces phénomènes, la France semble désemparée. Car, elle «est mal à l'aise avec l'institutionnalisation des ethnies. Elle préfère parler de territoires», précise Hélène Lamaison, responsable à Guyane Promo Santé. «Elle a peur qu'on l'accuse de racisme». Alors, le pays essaie d'intervenir à travers des politiques globales sur tout le département.

Pour l'enjeu du suicide, l'État finance à 50% la seule association qui intervient sur le terrain. Les hôpitaux peuvent également répondre aux besoins. Mais pour le personnel non formé sur le terrain, c'est difficile. «On peut perdre 2 gamins dans l'année et personne ne vient nous voir!», s'insurge Robin. Lui a perdu 2 élèves en moins de 4 ans.

Petit à petit des choses se mettent en place. Robin et ses collègues de Camopi ont reçu une formation de 2 jours pour dépister les jeunes à tendance suicidaire, et depuis 2012, une équipe vient régulièrement les voir.

Le constat est sévère: 60% des élèves sont au seuil maximal de préoccupation. Alors, leurs enseignants les surveillent. Dès lors que l'un d'eux montre une altération du comportement, il est pris en charge. «Mais c'est difficile de pouvoir tous les aider. On ne peut pas être sur tous les fronts», conclut Robin.



Les collégiens travaillant pour le projet *Plantons le décor*.

### Violence

La violence fait partie intégrante du quotidien de ces populations. Une violence interfamiliale, mais également extérieure avec l'orpaillage (exploitation artisanale de l'or).

La Guyane est riche en minerais, et Camopi est à la frontière brésilienne. À quelques minutes en pirogue. Le passage est idéal pour les trafiquants. Du côté brésilien se trouve Vila Brasil, «la sœur jumelle» de Camopi, comme aime à l'appeler Robin. Ce village inexistant sur les cartes est bien présent physiquement. Si Vila Brasil et Camopi vivent en harmonie (les 2 villes dépendraient économiquement l'une de l'autre), ce passage est un carrefour pour les orpailleurs, avec toute la violence que cela apporte.

Comme lorsque Robin se retrouve au milieu d'une fusillade en rentrant chez lui. Après une arrestation qui a mal tourné, l'état d'urgence a été déclaré et les armées brésilienne et française ont chacune envahi leur côté de la frontière. Mais la violence peut-être insidieuse, avec la présence d'armes, de militaires ou de cadavres dans

les rivières, et symbolique par le saccage des forêts et la pollution des fleuves. «Il y a un sentiment d'impuissance», conclut Hélène Lamaison.

### Joie des jeunes

Si ces premiers constats à Camopi ébranlèrent Robin, ses jeunes élèves se sont vite chargés de lui faire oublier. «Pour eux, c'était un bonheur d'avoir un nouvel instituteur. Ils n'arrêtaient pas de poser des questions. "Qui es-tu?", "d'où tu viens"?» se souvient Robin.

«L'école est un lieu sécuritaire pour eux.» Robin raconte comment certaines après-midi où ils n'avaient pas classe, les jeunes restaient à l'école. «Je leur donnais de petits exercices pour les amuser. Et ils adoraient ça! À 6h le soir, je devais les mettre dehors. Tu as vu ça dans beaucoup d'autres endroits?»

En Guyane, les écoles primaires sont présentes sur tout le territoire. Mais à partir de 10 ans, c'est souvent le déracinement, précise Hélène Lamaison. Pour aller au collège, les jeunes doivent parfois faire plusieurs heures de pirogues ou se rendre en famille d'accueil. Le téléphone n'est pas intégrale-

ment développé dans le département, et les jeunes peuvent passer plusieurs mois sans contact avec leurs proches. Une étape qui peut être difficile à vivre.

### Réappropriation de la culture

Pour ses cours, Robin s'est battu pour l'obtention de microscopes. En tant que professeur d'EIST (*Enseignement intégré des sciences et technologie*, matière visant à décroisonner les sciences), il voulait donner «de la nourriture intellectuelle» à ses élèves. Une autre façon de lutter contre la morosité ambiante. Avec les microscopes, «ça été la folie!» rit Robin. «Ils n'arrêtaient pas! Pendant 6 mois ils m'en ont reparlé.» «Ils ont aimé, car ça se rapprochait de leur monde et de leur culture. La nature, le mystère,...»

Sur sa lancée, Robin a voulu que les jeunes s'approprient la science. «Je voulais qu'ils mettent les mains dans la terre.» Alors, le projet *Plantons le décor* a été lancé au collège de Camopi. Avec un objectif: utiliser les sciences pour planter et cultiver. «Et ça a été un succès! Le Parc amazonien de Guyane nous a soutenus la 2ème année. Et des élèves ont été invités dans un lycée agricole du littoral pour suivre des cours.»

### Rapport à la nature

La nature est un élément essentiel des cultures amérindiennes. À Camopi, pour les Wayāpis et les Tekos, la vie s'organise autour du fleuve. «Le fleuve c'est tout. Ils y font la lessive, la vaisselle et ils y socialisent», raconte le jeune instituteur.

«Et les gamins sont très bien renseignés sur la nature. Tout le monde part sur le fleuve, la famille, les parents. C'est un enrichissement. Mais ça se fait de moins de moins malheureusement.» Les parents ont souvent des problèmes,

les ressources naturelles se raréfient, ajouté au coût élevé pour se rendre sur le fleuve. Cause ou conséquence, c'est un décrochage culturel de toute une population.

Comme dans d'autres situations, Robin a constaté une dualité dans le rapport des autochtones avec la nature. Aujourd'hui, la chasse et la pêche ne leur sont plus indispensables pour vivre, et certains se posent en fervents défenseurs de l'environnement.

Robin a vu certains villageois en insulter d'autres, car ils chassaient trop. Au contraire, d'autres habitants seraient pour qu'ils exploitent le territoire, et non le laisser aux pilliers et entreprises étrangères. «Mais le même type peut tenir un discours différent selon les jours», précise Robin.

### Choc culturel

La situation des Amérindiens de Guyane est alarmante. Le manque d'emploi laisse une grande partie de la population inactive et l'alcoolisme chez les adultes est un problème de société. Le premier pouvant entraîner le second.

Durant ses 4 ans en territoire amérindien, Robin a vécu 5 suicides. Tous des hommes, la majorité âgée de moins de 15 ans. Pour comprendre ce phénomène, il faut voir l'impasse dans laquelle se trouvent ces populations.

Leurs revenus basiques sont assurés par les aides sociales françaises, mais sans réelle perspective d'emploi. Quant aux jeunes, ils voient une réalité à la télévision à laquelle ils n'ont pas accès, face à leurs traditions qui semblent s'amenuiser inexorablement.

Sur le terrain, les intervenants dénoncent le manque de professionnels de la santé, d'éducation et de spécialistes. «Il en manque déjà sur

le littoral, alors ailleurs...», ajoute Hélène Lamaison.

### Bilan

Robin est resté 7 ans en Guyane, dont 4 en territoire amérindien. «Mais à la fin, j'en pouvais plus.» Le stress, les responsabilités, l'environnement, conjugués à d'autres facteurs ont conduit le jeune instituteur dans un état d'épuisement extrême physique et mental. «Mais je veux aider ces jeunes et pas les enfoncer et les traiter de suicidaires ou de sous-hommes comme tout le monde.»

Malgré la distance et le temps, l'engagement du jeune instituteur

qui partait chercher des livres en pirogue pour ses élèves est intact. «Quand on discute avec les Amérindiens, ils paraissent heureux, mais au fond, ils cachent leur souffrance. La plupart des repères ont sauté (...). Les enfants n'ont plus vraiment d'autorité morale qui leur inculque des valeurs traditionnelles. On a l'impression que l'école est le dernier rempart avant que tout s'effrite. C'est pour ces gamins qu'on se décarcasse, pour qu'ils deviennent des Hommes libres, à la différence de leurs parents qu'on a soumis, abandonnés à un système dont ils sont devenus dépendants. Ils ont perdu leur liberté et à travers ça, une partie de leur dignité.»

### La Guyane en bref

La Guyane est la plus grande région française, pour moins de 206 000 habitants (ce qui fait d'elle la moins peuplée), dont les 9 dixièmes vivent sur la bande côtière. Sa population est extrêmement jeune, avec 44% de Guyanais de moins de 20 ans, contre 6% de plus de 65 ans. Son territoire, riche en espace forestier, rend difficile son déplacement. La voie fluviale est le seul moyen de transport à l'intérieur dans la forêt amazonienne.

Peu de statistiques précises ont été trouvées concernant les Amérindiens de Guyane. L'État français préférant parler en terme de territoire et non d'ethnie. Et ce département a un fort métissage avec 6 communautés amérindiennes, des créoles guyanais (métis), des Haïtiens, des Métropolitains, des Chinois...

### Sur l'ensemble de la Guyane

- \* 20% de la population était au chômage en 2009;
- \* 20% des Guyanais sont illettrés (soit 3 fois plus qu'en métropole). Un phénomène qui touche particulièrement les femmes et les personnes âgées;
- \* Seuls 44% des 25 ans et plus ont un diplôme du secondaire;
- \* Le taux de chômage des sans diplôme est 5 fois plus élevé que ceux ayant terminé le secondaire.

Tout laisse à penser que ces statistiques sont plus élevées auprès des communautés amérindiennes.

Le suicide auprès des Amérindiens du sud du fleuve touche autant les hommes que les femmes. Il est de 1 pour 200 habitants, contre 1 pour 5000 en France métropolitaine. D'après le journal France Guyane, si ces chiffres étaient remis à l'échelle française, ce serait l'équivalent de 300 000 suicides. Soit davantage que la population guyanaise.

## Comprendre le suicide

# Des Premières nations

DELPHINE CAUBET

**Entrevue avec Alain Mindjouk, président de l'association Action prévention santé - villages, à Iracoubo en Guyane. Une association qui vient en aide aux Amérindiens. Lui-même issu de culture autochtone, il partage ses connaissances et son expérience sur l'enjeu du suicide auprès des Premières nations.**

**Delphine Caubet: Comment peut-on expliquer le suicide des Amérindiens de Guyane?**

**Alain Mindjouk:** Les explications rejoignent celles du Québec. C'est relié à leur identité. Auparavant, les Amérindiens vivaient en harmonie avec l'environnement, et ils n'étaient pas habitués à ce qu'on leur impose des règles. Mais l'évolution moderne et la technologie ont fait changer les choses.

L'État français est venu avec un système, un mode de fonctionnement, mais nous n'étions pas prêts. Ils ont changé notre mode de vie. C'est l'origine du mal-être des autochtones.

Ils ont changé notre mode de vie.  
C'est l'origine du mal-être des autochtones.

Certains choisissent de quitter cette identité, mais on reste amérindien au fond. Les jeunes ont voulu entrer dans cette évolution, mais ils se sont mal adaptés. Par le passé, il y avait également des suicides, mais moins nombreux, et nous disions que c'était dû à des esprits maléfiques. «L'épidémie» de suicide est là depuis environ 10 ans, dans les villages isolés de la France.

Quand je suis venu au Québec, j'ai pu comparer la situation des Premières nations avec nous. On se ressemble, on a les mêmes problèmes. Mais au Québec, il y a plus d'organisation et de structures. Pour arriver à ce résultat, nous faisons appel aux institutions françaises. Et le Québec peut nous aider avec son expérience.

**DC: Comment intervenez-vous auprès des autochtones pour lutter contre le suicide?**

**A.M:** Certains ne connaissent pas Cayenne [Ndlr: principale ville du département]. Nous, nous voulons les encadrer, car ils se sentent perdus une fois sur le littoral. Ils sont influencés par le mode de vie et la technologie, c'est là où le mal-être commence. Ils ont beaucoup d'obstacles à surmonter avec les études et leur intégration



Alain Mindjouk, au Québec, levant le drapeau Mohawk.

Photos: Gracieuseté Alain Mindjouk

tion sociale. Car il y a beaucoup d'ethnies différentes dans le département.

Certains retournent au village, car ils n'ont pas réussi à s'adapter. Mais au village, il n'y a pas de travail et ils commencent à penser au suicide. On essaye alors de les encadrer au maximum. On essaye de leur expliquer les risques des addictions, et de leur remonter le moral. Mais c'est difficile. Moi je suis bénévole et ce devrait être la responsabilité des institutions.

L'association ADER (*Action pour le développement, l'éducation et la recherche*) a 2 médiateurs qui interviennent sur le terrain. Ils sont implantés localement. Mais le problème est que les coordonnateurs ne restent pas... deux ans en moyenne. En plus de ce roulement [qui rend difficile d'établir un lien de confiance], les Amérindiens ne sont pas habitués à parler à un psychologue.

Même si nous sommes sur le terrain depuis des années, c'est très compliqué...

**DC: Quels sont les points forts et les points faibles dans la situation des Premières nations au Québec?**

**A.M:** L'un des points forts est que le gouvernement reconnaît les Premières nations. En Guyane, ce sont des Français, ils ont les mêmes droits que les autres. La France refuse leur identité spécifique. C'est cela qui est difficile.

Alors qu'au Québec, dans la réserve, c'est eux qui gèrent. Nous, nous devons demander l'autorisation

pour construire des maisons. Votre niveau de structures est beaucoup plus développé au Québec.

Comme avec les Centres d'amitié autochtone par exemple. Je veux en mettre en place ici. Ils porteraient le nom de Centre d'hébergement pour les Amérindiens de Guyane. J'ai dû faire beaucoup de démarches et de demandes, mais j'ai mis de l'avant les besoins en santé de notre population et notre différence culturelle.

## Le Québec peut nous aider avec son expérience.

Même si la France ne veut pas reconnaître notre identité, nous avons conscience de nos coutumes et nos langues. Beaucoup d'Amérindiens ne parlent pas français. Et il y a urgence, car lorsqu'un Amérindien arrive à l'hôpital en ville, il est perdu. C'est avant qu'il faut agir et les aider.

Je me suis battu pour ce projet. J'ai montré au préfet [représentant de l'exécutif] la nécessité d'avoir de telles structures spécifiques aux Amérindiens. Je lui ai fait voir la réalité avec toutes les difficultés que nous



Alain Mindjouk durant ses rencontres au Québec.

rencontrons, et avec tous les problèmes comme l'alcool... Le préfet est d'accord, c'est bien parti pour qu'un tel centre voie le jour.

En point négatif au Québec, malheureusement vous avez les mêmes problèmes que nous. L'échec scolaire, l'alcool ou encore la discrimination en ville. Encore que chez nous, cette discrimination est moins accentuée, car il y a beaucoup d'ethnies en Guyane.

### La Guyane rencontre le Québec

À l'automne 2013, Alain Mindjouk (président de l'association Action prévention santé - villages) est venu au Québec pour une rencontre franco-québécoise sur les enjeux de la santé des peuples autochtones.

Comme le souligne Hélène Lamaison, responsable à Guyane Promo Santé, la Guyane est le seul département français d'outre-mer avec une population amérindienne. Au total, il y aurait environ 12 000 Amérindiens en France. Et cette petite population n'incite pas les chercheurs de métropole à étudier leurs enjeux.

Alors, les associations guyanaises regardent le Québec, lisent les recherches et s'inspirent de leurs expériences.

Mais elles ne reproduisent pas tout, précise Hélène Lamaison. Elles cherchent un échange et des connaissances. Et dans les 2 contextes, il y a un rapport dominant/dominé.

Après la rencontre au Québec à l'automne 2013, Alain Mindjouk est reparti stimulé de cet échange. Hélène Lamaison raconte comment il était épaté de voir des autochtones être avocats, médecins ou policiers. «Il faut que nos frères le sachent», telle était sa conclusion.

## L'intervention de crise auprès d'une personne suicidaire

DISPONIBLE  
EN ANGLAIS

4,95\$  
+ 2.50 taxe  
et transport



[goo.gl/F9OPpT](http://goo.gl/F9OPpT)

Pour apprendre à:

- Détecter les signes avant-coureurs
- Survivre au suicide d'un proche.

4233 Sainte-Catherine Est MtL Qc, H1V 1X4  
[www.editionstnt.com](http://www.editionstnt.com) [info@editionstnt.com](mailto:info@editionstnt.com)  
(514) 256-9000 OU 1-877-256-9009

7,95\$  
+ 3.00 taxe  
et transport



# La mécanique des sectes

DELPHINE CAUBET

**La vie peut être difficile, et il est naturel de chercher une explication aux événements qui nous touchent. Pourquoi suis-je malade? Si les médecins ne peuvent pas me soigner, peut-être qu'une autre personne le pourrait. Car, les médecins le reconnaissent, ils ne savent pas tout.**

**Une pente anodine lorsqu'elle est empruntée avec vigilance, mais glissante lorsque l'on cherche à tout prix des réponses. Certains leaders, ou gourous, peuvent profiter de cet état d'esprit pour entraîner dans leur cercle de nouveaux adeptes. L'expérience peut être dramatique.**

Donner une définition exacte au terme «secte» est difficile. Selon Mike Kropveld, directeur général d'Info Secte, il en existe plusieurs. Les experts eux-mêmes n'utilisent pas les mêmes critères. Dans l'usage populaire, le terme secte a une connotation négative. La religion, bien que souvent impliquée, n'est pas nécessairement l'idéolo-

**Donner une définition exacte au terme «secte» est difficile.**

gie dominante. Notamment avec le groupe Biologie Totale, basé sur le principe que toute maladie est psychologique.

### Groupes

Les sectes ne sont pas toutes de grands mouvements religieux qui ont des centaines d'adeptes. C'est une question de synchronisation. Dans les années 80 et 90, les grands mouvements internationaux avaient le vent en poupe et le monde roulait à l'heure de la nouvelle mondialisation. Des groupes

tels que le mouvement d'Hare Krishna étaient à leur apogée. Mais leurs adeptes vieillissent et ces mouvements perdent leur seconde génération.

Aujourd'hui, il y a une recrudescence des petits mouvements. Ils sont difficiles à quantifier, et le directeur général d'Info Secte ne fait pas confiance aux statistiques. Ces petits mouvements populaires sont axés autour d'un guérisseur, d'un voyant ou de tout autre leader.

À l'heure d'Internet, les nouveaux groupes peuvent donner des cours en ligne. Mike Kropveld explique: «Tu n'as même plus besoin de t'habiller. Depuis ta chambre, tu peux écouter le sermon. Les médias sociaux peuvent également être utilisés.»

Certains groupes sont plus difficiles à classer. Comme le précise Mike Kropveld: «On peut vivre de bonnes et mauvaises expériences dans tous les groupes.» L'important est de regarder l'idéologie du

groupe, son ouverture aux autres et surtout le contrôle du leader. Autant de critères qui aident à comprendre la dynamique de groupe.

### Adeptes

Pourquoi rejoindre un groupe qui impose un régime de vie drastique ou qui a des pratiques sexuelles que jamais vous n'auriez acceptées auparavant?

Cette question est omniprésente lors de faits divers. Réduire les victimes à des «faibles d'esprit» est er-

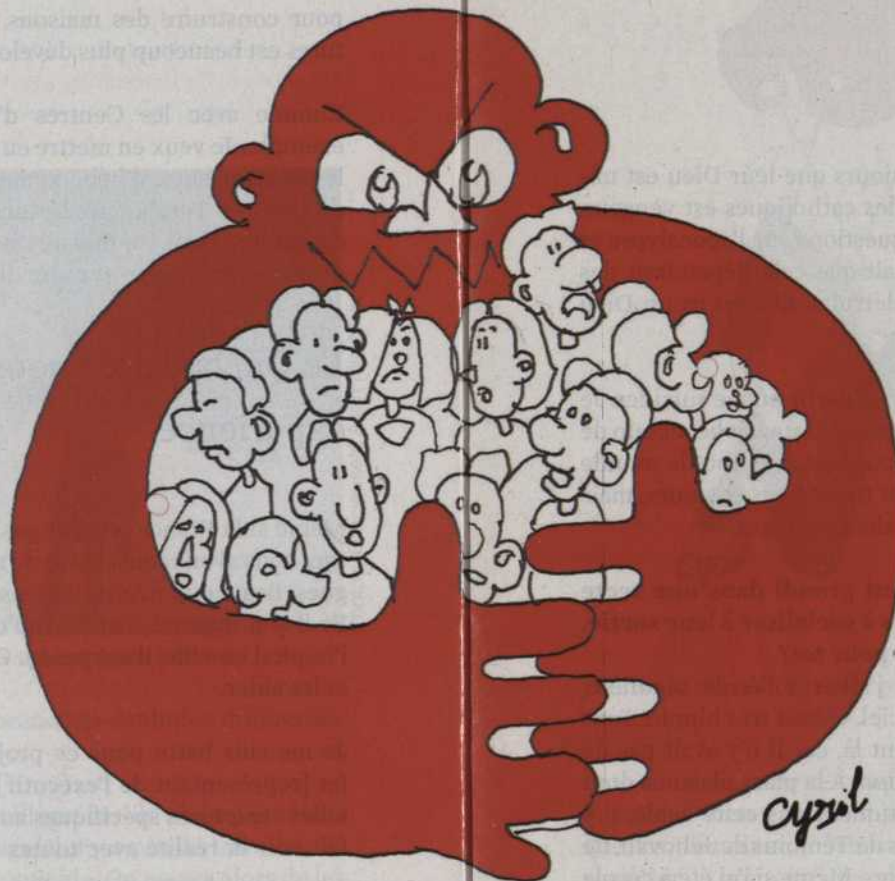
roné et simpliste. Une grande partie des adeptes sont des personnes en recherche.

Après une enfance difficile ou une épreuve, il est courant de chercher une explication. Qu'ai-je fait pour mériter cela? Quel est le sens de ces événements? Le groupe, et son leader en particulier, seront là pour diminuer le stress. Consciemment ou non, l'adepte cherche une réponse simple à des événements qui peuvent le dépasser.

### Leader

Charismatique et éloquent. Ces deux points sont ce qui attire chez le gourou.

Contrairement aux idées reçues, la majorité des leaders croient réellement en ce qu'ils prêchent et en leurs pouvoirs. C'est une personne



adeptes peut choisir de s'exclure du monde et de refermer le groupe sur lui-même.

### Aider

«Il faut voir la relation avec le groupe, comme une relation amoureuse. Si on te dit: «mais qu'est ce que tu fais avec ce garçon!?!», la personne ne sera pas réceptive. Il faut l'approcher par les émotions. Pas la raison.» Tel est le premier conseil du directeur général pour aider un proche.

En utilisant la rationalité et les préjugés, un proche voulant aider risque de renforcer l'adepte dans son idée et de couper la communication.

«Discuter avec la personne est le meilleur moyen d'avoir des informations sur le groupe», précise Mike Kropveld. Car sur Internet, c'est s les informations les plus extrêmes qui circulent. Alors, il ne faut pas négliger l'adepte comme source d'informations.

### Québec

«Le Québec est un terrain fertile pour les groupes religieux et autres», affirme le directeur général.

qui a vécu -ou croit avoir vécu- une expérience. Qu'il soit voyant, guérisseur ou autre, les adeptes le renforcent dans ses idées.

Mais, «le pouvoir corrompt, et le pouvoir absolu corrompt abso-

Les Québécois ne sont pas pathologiquement différents des autres.

**Il y a une recrudescence des petits mouvements.**

lument», rappelle Mike Kropveld. «Souvent à la base, il y a de bonnes intentions. Comme vouloir aider les autres.» Mais le chef leur inculque l'idée qu'ils sont des élus, et que lui seul détient la connaissance. Le reste du monde devient alors des impurs qu'il faut aider ou exclure.

Ce stade est une pente glissante. Le leader pour unifier et garder ses

Mais par le passé, le catholicisme s'occupait de tout dans la province. Mike Kropveld explique: «Ce qui était bon, pas bon,... et ce besoin est toujours là.» Et les Québécois ont une ouverture d'esprit utilisée au quotidien avec l'immigration et le multiculturalisme, entre autres.

Se superpose donc un besoin de croyance (et certaines valeurs catholiques, comme l'altruisme et le

partage) avec une ouverture aux nouveaux phénomènes.

### Législation

Les sectes sont essentiellement présentes dans les démocraties. Car, «ailleurs tout est contrôlé», ajoute Mike Kropveld. Et la législation peut varier selon les pays. «Mais quand il y a plainte ou crime, la justice est là.» Pour le directeur général d'Info Secte, il ne faut pas nécessairement plus de législation. Car, lors de cas extrêmes, comme avec la secte juive Lev Tahor, l'État est prêt à enquêter. «Mais pour les victimes de manipulations, c'est différent. Car c'est possible que la personne qui rentre dans un groupe soit au courant de tout. Le bon comme le mauvais. Mais c'est une personne qui veut être prise en charge.» Pour le directeur général, il faut miser davantage sur les ressources. «Là, il y a besoin de financement. Mais pas de nouvelles lois.»

S'il n'y a pas de solution simple, il faudrait valoriser l'aide aux victimes, notamment avec un accès gratuit aux services, qui permettrait également d'aider les 2ème générations. Pour l'instant, Info Secte est la seule association au Québec qui travaille et informe sur les sectes.

Il n'existe pas de schéma classique quant à la sortie d'un groupe. Bien que pas automatique, certaines personnes peuvent avoir des difficultés à retourner dans la société.

info SECTE CULT

(514) 274-2333

# L'après Témoins de Jéhovah

DELPHINE CAUBET

**À 39 ans, Jonathan Lavoie consacre une partie de sa vie à aider les anciens Témoins de Jéhovah. L'homme est bien placé pour en parler, il a vécu une grande partie de sa jeunesse dans la secte religieuse. Aujourd'hui, il partage son expérience hors du groupe pour nous montrer comment se reconstruire.**

**Delphine Caubet: Pourquoi les Témoins de Jéhovah séduisent-ils tant?**

**Jonathan Lavoie:** Les Témoins de Jéhovah sont de très bons manipulateurs, ils sont formés à ça. Avec le porte-à-porte, tu rentres chez les gens et tu peux trouver des sujets qui les touchent. Par exemple, pour une personne âgée, tu peux lui parler de la maladie ou de la mort. Si une femme te fait entrer et tu vois des jouets partout avec le repas qui doit être préparé, tu ne restes pas. Tu lui laisses de la documentation qui va parler de la criminalité. Dans la revue Réveillez-vous, il y a des textes pour tout le monde.

Leur mode de recrutement, c'est des solutions à un problème. Mes parents pensaient divorcer au moment où des Témoins de Jéhovah se sont installés en bas de chez nous. Ils avaient une solution. Avec eux c'est simple, tu n'as pas à divorcer, ce n'est pas autorisé. Mes parents avaient trouvé la solution. J'avais 8 ans au moment où ils sont rentrés dans la secte.

**D.C: Quand en es-tu sorti? Pourquoi?**

**J.L:** J'en suis sorti à 17 ans. J'étais plus capable. Dès 12 ans, je me suis aperçu que leurs enseignements ne fonctionnaient pas, que ça n'avait aucun sens. Ce n'est pas que je ne croyais plus, mais le paradis ne m'intéressait plus. Trop de choses ne fonctionnaient pas.



Photo: Danielle Simard

Église des Témoins de Jéhovah à Pointe-aux-Trembles.

Par exemple, ils disent toujours que leur Dieu est miséricordieux et que celui des catholiques est vengeur. Mais quand je posais des questions sur l'apocalypse et les enfants, on me répondait que cela dépendrait des parents, et qu'ils seraient détruits. Et c'est ça un Dieu miséricordieux?!

Donc j'en pouvais plus. C'était partir ou me suicider. Je vivais dans un environnement où il y avait beaucoup de violence. Mon beau-père nous battait et tout le monde le savait. Ils disent qu'on est tous frères et sœurs, mais si c'était le cas, ils nous auraient protégés.

**D.C: Les personnes qui ont grandi dans une secte ont souvent des difficultés à socialiser à leur sortie. Comment cela s'est passé pour toi?**

**J.L:** Même dans la secte, j'allais à l'école régulière. J'étudiais à l'école Arc-en-ciel. C'était très hippie. Tous les enfants de sectes allaient là, car il n'y avait pas de cours de morale ou de religion. À la place, ils nous donnaient un cours d'informatique. Dans cette école, il y avait énormément d'enfants de Témoins de Jéhovah, de mormons ou juste des hippies. Même si j'ai été à l'école régulière, ils détruisent tout le savoir qui a été appris. Comme la théorie de l'évolution, par exemple. Eux, ils nous enseignent la création.

Mais c'est sûr que les relations sociales ont été très difficiles. Quand j'étais au centre d'accueil et qu'ils ont appris que je venais des Témoins de Jéhovah, les travailleurs m'ont obligé à aller à la messe tous les dimanches, ou sinon je restais enfermé dans ma cellule pour la semaine.

Déjà qu'avant j'avais été battu, c'est sûr qu'après ça j'ai eu des difficultés dans mes relations avec les adultes. J'ai eu une grosse période de rébellion. Plus tard, j'ai consommé de la drogue, et c'est là où j'ai commencé à socialiser. Je sais plus où j'ai lu ça, mais un article disait que 90% des secondes générations d'une secte partent, et dans ceux-là, un autre 90% avait des problèmes d'addictions. De ce que j'ai vu c'est tout à fait ça.

**D.C: Comment as-tu fait pour te reconstruire?**

**J.L:** J'ai été en thérapie. Il fallait que j'apprenne à me connaître, car je ne savais pas qui j'étais, j'avais tout à apprendre. C'est tout un travail de reconstruction de soi. Il faut réapprendre les valeurs. Comme par exemple l'homophobie. Les Témoins de Jéhovah sont contre l'homosexualité, puis là il fallait que je sache si



j'étais vraiment contre ça, ou si c'était du lavage de cerveau.

Pour me défaire de ce lavage de cerveau, j'ai beaucoup lu sur les sectes, la politique, la société,... Sur tout ce que les Témoins de Jéhovah refusaient. J'ai appris à regarder le bon côté des choses, comme avec le gouvernement. Ils chialent tout le temps après, mais j'ai appris qu'il pouvait y avoir des bonnes choses. Donc, doucement, à travers la lecture, cela m'a beaucoup aidé.

**D.C: Est-ce qu'être entré à 8 ans t'a permis d'avoir un certain recul sur le groupe?**

**J.L:** J'ai toujours eu un côté scientifique, ça m'a permis de voir les choses qui ne fonctionnaient pas. Comme sur l'éternité, je posais des questions sur ce qu'on peut faire. Quand on a tout essayé qu'est ce qu'il se passe. On me répondait que je serai à côté de Dieu pour l'éternité. C'est tout. Je dis toujours que les Témoins de Jéhovah ne comprennent pas ce qu'est l'éternité. Je n'ai jamais adhéré à la théorie de la création, il y a des preuves que ça ne fonctionne pas.

**D.C: Quels sont tes contacts avec ta famille?**

**J.L:** Il y a 22 ans que je suis sorti. Ma sœur est plus jeune, mais elle est sortie plus tard, au même âge que moi environ. Elle va très bien aujourd'hui. Mon frère [Ndlr: décédé en 2006 suite au refus d'une transfusion sanguine] est sorti également. Mais il y a eu le 11 septembre 2001. Il y a vu un signe de la fin du monde et il est retourné dans la secte.

Je n'ai aucun contact avec mes parents et je ne cherche même pas. Lorsque je suis parti ça a fait un gros «bang»,

j'ai été excommunié et mes parents n'ont plus le droit de prendre contact avec moi. C'est par ma sœur que j'ai appris que mon frère était à l'hôpital, et il était dans le coma depuis 5 semaines. Pour ma sœur, ça s'est fait plus doucement. Mes parents m'ont contacté une fois en 22 ans, c'était pour le décès de mon grand-père qui était hors du groupe.

**D.C: Tu as mentionné que 90% des 2ème générations quittent les groupes. As-tu constaté cette dynamique auprès des Témoins de Jéhovah?**

**J.L:** Oui, les 2ème générations partent massivement, et le mouvement des Témoins de Jéhovah est en chute libre au Québec. Avant, ils étaient 25 000, maintenant ils sont 15 000. C'est généralisé à tout l'hémisphère nord, mais ils gagnent du terrain dans le sud. Leurs méthodes de recrutement changent, ils font moins de porte-à-porte et ils ouvrent des kiosques. Dans certains pays, ils ouvrent des magasins comme l'ont fait les scientologues. Le porte-à-porte c'est dur, tu te fais insulter... les Témoins de Jéhovah n'aiment pas non plus le faire, mais tout est tourné sur le recrutement.

**D.C: Tu avais un site Internet avant où tu aidais les anciens membres du groupe. Qu'est-il devenu?**

**J.L:** On en a un nouveau ([www.watchtowerlies.com](http://www.watchtowerlies.com)). On est 2 à s'en occuper. Jean-Philippe Cossette est le webmaster, et moi je suis la figure publique. On aide les gens en les écoutant et on peut leur référer une personne proche de chez eux s'ils le souhaitent.

Avec ce site, on veut partager notre expérience, car c'est difficile de sortir. Il y a des personnes encore à l'intérieur du groupe qui nous approchent pour savoir comment sortir. On a des contacts dedans, et les familles nous font confiance. Certains peuvent juste déposer un témoignage. Quand on fait des manifestations, les gens nous voient, et ça aide à dire que l'on n'est pas satanique. On a guidé des familles pour sortir. Comme par exemple, lorsqu'un mari voulait débarquer du groupe et qu'il cherchait des conseils pour convaincre sa femme.

Sur le site, on parle de plusieurs choses, de leurs mensonges... Pour moi ça a été un choc de découvrir que les Témoins de Jéhovah avaient annoncé plusieurs dates de fin de monde. Ils disent toujours qu'il ne faut pas le faire pourtant! Ça a réellement été un choc...

**D.C: Quels conseils donnes-tu à ceux qui veulent quitter une secte?**

**J.L:** Le conseil est d'aller chercher de l'aide. De ne pas rester seul, même si lorsqu'on sort on se sent extrêmement seul, des milliers d'autres personnes sont sorties avant nous. On peut avoir de l'aide.

# L'idéalisation

JEAN-PIERRE BELLEMARE, EX-TOLARD

**Dans mes premières années au pénitencier, je croyais dur comme fer tout ce qu'on pouvait me raconter.**

Les meurtres, les viols, les vols spectaculaires et surtout les fortunes immenses que plusieurs détenus avaient accumulées.

Ceux qui prônent la loi du silence, la fameuse omerta, sont souvent ceux qui en bénéficient le plus.

Pire, ils m'expliquèrent comment certaines valeurs criminelles devaient être respectées à tout et à n'importe quel prix.

En commençant avec une règle d'or. Un prisonnier surpris à dénoncer une transaction de drogue, à ne pas payer ses dettes ou encore à déblatérer derrière le dos de certains gros criminels, s'exposait à des représailles effrayantes.

Durant des années, j'ai cru à ces sornettes, j'ai même alimenté ces conneries.

Pourquoi je vous dis connerie?

Dans le temps, ce qui se disait à l'église était la vérité absolue et quiconque se permettait de remettre en question l'autorité pouvait se retrouver sur le parvis et mis au ban de la société pour le reste de l'éternité.

Oser questionner des gestes, poser des questions vous exposait à des représailles tout aussi effrayantes qu'au pénitencier. L'enfer éternel, la damnation.

Ceux qui furent l'objet de mon admiration durant ma période noire (motards, tueurs à gages ou membres influents de la mafia) se sont tous avérés être des collaborateurs de la police ou de l'administration des pénitenciers d'où ils séjournaient.

C'est certain qu'à mes débuts je ne me serais jamais permis de dire cela. Je croyais dur comme fer que les valeurs qu'ils véhiculaient avaient une honnête raison d'être.

Tous ceux que j'ai pu observer suffisamment longtemps ont fini par craquer ou ont simplement poursuivi leur marchandage avec les autorités pour recevoir des sentences moins longues.

Ceux qui prônent la loi du silence, la fameuse omerta, sont souvent ceux qui en bénéficient le plus également.

**Je croyais dur comme fer que les valeurs qu'ils véhiculaient avaient une honnête raison d'être.**

Plusieurs gros vendeurs de drogues se débarrassaient de leurs petits vendeurs en les dénonçant à l'autorité pour obtenir des permissions.

Celui qui dénonçait donnait l'impression de perdre une partie de

ses profits et de ses vendeurs. Mais le monde des impressions est ce qui nous domine presque tous les jours. Entre ce qui devrait être fait et ce qui est fait véritablement, il y a une marge.

Les règles, internes surtout, maintiennent en places des façons de faire qui permettent des dérapages incroyables. Pourquoi décide-t-on de régler à l'interne? Pour protéger l'image de qui?

Si cela tenait la route, on mettrait de l'éclairage au lieu de veilleuses. On verrait tous un peu plus clair.

Mais on ne change pas un système qui rapporte à ceux qui sont en charge de décider.



# À la recherche du temps perdu

COLIN MCGREGOR - COWANVILLE, QC

**La société d'aujourd'hui fonctionne sur un temps mesuré à la minute, à la seconde, à la nanoseconde. Ce n'est que depuis peu dans l'histoire humaine que nous disposons d'horloges suffisamment précises. Les fuseaux horaires ont été inventés au 19<sup>e</sup> siècle de manière à harmoniser les horaires des trains, puisque jusqu'alors, l'heure locale pouvait varier d'une ville à l'autre. Mais il demeure un endroit sur la Terre qui ne s'inscrit dans aucun fuseau horaire.**

Dans le grand désert central de la péninsule arabique, le ciel semble s'étendre à l'infini; les dunes demeurent les mêmes, où que vous alliez; il n'y a pas de saisons. Les Bédouins ajustent leur montre à chaque lever de soleil, ainsi que leur emploi du temps en accord avec les anciennes traditions du Coran. Qu'il soit midi, 14 heures ou 14 h 30 importe peu au pasteur nomade du désert.

La prison ressemble beaucoup à cela, en ce sens que chaque jour ressemble à l'autre, dans le contexte d'un emprisonnement de longue durée. La même nourriture; les mêmes édifices; les mêmes visages. L'hiver ou l'été, les jours de semaine ou de fin de semaine... Vous vous réveillez dans la même couche à structure métallique, portez les mêmes vêtements, allez au même gymnase, à la même classe, à la même chapelle...

Dans ce milieu, des sirènes et des sonneries vous disent quand passer d'un lieu à l'autre. Mais les mois ressemblent à des jours et les jours à des semaines. Vous perdez la notion du temps à long terme.

Les Bédouins d'Arabie peuvent au moins compter sur la lune pour marquer leurs mois, puisqu'ils utilisent un calendrier lunaire qui suit les phases de l'astre d'argent dans leurs ciels purs, sombres et étoilés. En prison, vous remarquez à peine la lune. La nuit, nous avons la télé.

Une enseignante à l'école de la prison où je travaille me demande quand un de ses étudiants, dont j'étais le tuteur, avait quitté la prison. Je hausse les épaules. «Ça peut être l'hiver dernier ou il y a trois ans. J'ai perdu la notion du temps depuis bien des années», lui dis-je. «Moi aussi», murmure-t-elle en secouant la tête.

Après quelque temps, vous cessez de penser à ce que vous portez et au lieu où vous vous trouvez. Vous vous habituez à tout cela. Lorsqu'il n'y a plus rien de nouveau à remarquer, la partie de votre cerveau qui enregistre les nouvelles informations visuelles se ferme. Il ne vous reste que vos propres pensées.

C'est exactement l'état d'esprit que les moines, les penseurs, les ermites et ceux qui se consacrent aux techniques de méditation recherchent depuis des millénaires. Il y a 26 siècles, deux écoles de pensée ont vu le jour en Chine, qui était alors de loin la société la plus avancée de la planète; elles représentaient deux façons d'atteindre l'état d'esprit dont jouit chaque détenu de longue durée sous autorité fédérale. Confucius était un sage qui croyait à l'approche fédérale du système carcéral: porter les mêmes vêtements, manger la même nourriture, suivre une même routine quotidienne, écouter la même musique, s'exposer aux mêmes couleurs encore et encore... essayer de ne pas essayer. Rendu à un certain



point, le monde extérieur disparaît. Il ne vous reste que l'enfant intérieur, le «moi» intuitif uni à l'univers. Confucius appelle cet état «chi». À l'âge de 70 ans, Confucius ne remarquait plus ce qu'il portait ou ce qu'il mangeait: il se sentait alors complètement libre. Il avait réalisé le «chi»: une vie où l'on ne forçait rien.

Les taoïstes, à la suite de Lao-Tseu, parvenaient au même état d'esprit par une route différente: une absence totale de rigidité. «Soyez comme le bois non sculpté», écrivait Lao-Tseu dans son livre, le Tao Te King. Renoncez; menez une vie simple; lâchez prise; consacrez-vous à quelque chose de plus grand que vous. Vers la fin de sa vie, Confucius fut accosté par un groupe de taoïstes qui lui apparut comme que de sales hippies. Aujourd'hui, la société chinoise vit avec les 2 écoles de pensées: elle suit les principes confucéens, tandis que les écrits de Lao-Tseu sont de grands succès en librairie.

J'ai essayé de convaincre un autre détenu, hier, de la chance que nous avions d'être en prison et d'à quel point nous étions près du «chi». À la fin, je n'ai pu le convaincre que d'une chose, et c'est de ne pas me tabasser.



# Les Éditions TNT présentent...

## Dépendance affective

L'amour en 3 Dimensions

19,95\$

+ 3,95\$ TAXES  
ET TRANSPORT

Un roman humoristique pour dédramatiser la relation amoureuse, la relation d'amitié et la relation avec son environnement.



## Thérapie individuelle ou de groupe

Après la pluie...  
Le beau temps

Recueil de textes à méditer pour nous aider à vivre et exprimer nos émotions.

Pour un travail personnel sur soi ou encore pour une thérapie de groupe.



9,95\$

+ 2,50\$ TAXES  
ET TRANSPORT

## Suicide

Guide d'intervention auprès de personnes suicidaires

4,95\$

+ 2,50\$ TAXES  
ET TRANSPORT

Pour démystifier le suicide. Il permet d'aider aux proches de reconnaître les signes avant-coureurs et déterminer ce qui peut être fait pour soutenir la personne en crise.

Une section du guide est réservée aux endeuillés par suicide.



## Le choc des Cultures

Quand le classique rencontre le Hip-hop

Spectacle d'improvisation.

Breaker, Graffiti, Rap.  
-VS-  
Les orgues classiques Casavant.



19,95\$

+ 4,95\$ TAXES  
ET TRANSPORT

## Gambling

DVD prévention du jeu compulsif

Témoignages et interventions de Biz, de Loco Locass, de l'ancienne croupière Éléonore Mainguy, du joueur devenu paraplégique Did Bélizaire et de plusieurs joueurs compulsifs.



19,95 \$

+ 4,95\$ TAXES  
ET TRANSPORT

## Bénévolat DVD sur l'implication bénévole

Regard sur des gens de cœur

- Découvrir sa communauté
- Donner un sens à sa vie...
- Briser son isolement et celui d'autrui.
- Découvrir de nouveaux amis.
- Prendre part à la vie sociale et de quartier.
- Source de contact et d'échange.
- Acquérir de nouvelles connaissances.
- Expérimenter et mieux se connaître.

S'impliquer c'est trippant et ça mérite d'être vécu.



19,95\$

+ 4,95\$ TAXES  
ET TRANSPORT

Livres



goo.gl/Yg204a

Disponible dans toutes les librairies

[www.editionstnt.com](http://www.editionstnt.com)

4233 Ste-Catherine Est

Montréal, Qc. H1V 1X4 (514) 256-9000

DVD



goo.gl/Yg204a

ÉDITIONS TNT

Achetez un t-shirt ou un sweat-shirt du



goo.gl/qnbgzm

et soutenez notre intervention auprès des jeunes.



*pour votre soutien*



**T-SHIRT 9,95\$**

+ 3.55\$ TAXES ET TRANSPORT

*Affichez vos  
couleurs!*

**SWEAT-SHIRT 29,95\$**

+ 8.95\$ TAXES ET TRANSPORT

GRANDEURS: S, M, L, XL COULEURS T-SHIRT: ROUGE, VERT FLUO, NOIR, BLEU, ROSE, BLANC.  
SWEAT-SHIRT: GRIS, ROSE, ROUGE, NOIR.



**NOUVEAUTÉ**  
**T-shirt Café Graffiti pour femme**  
**9,95\$**

Disponible en :

