

2\$ un dollar revient
au camelot



L'ITINÉRAIRE

Volume XVII, n° 05
Montréal, 1^{er} mars 2010

RICARDO

INSPIRANT, *RÉSILIENT* ET ENGAGÉ

ZOOM CAMELOT

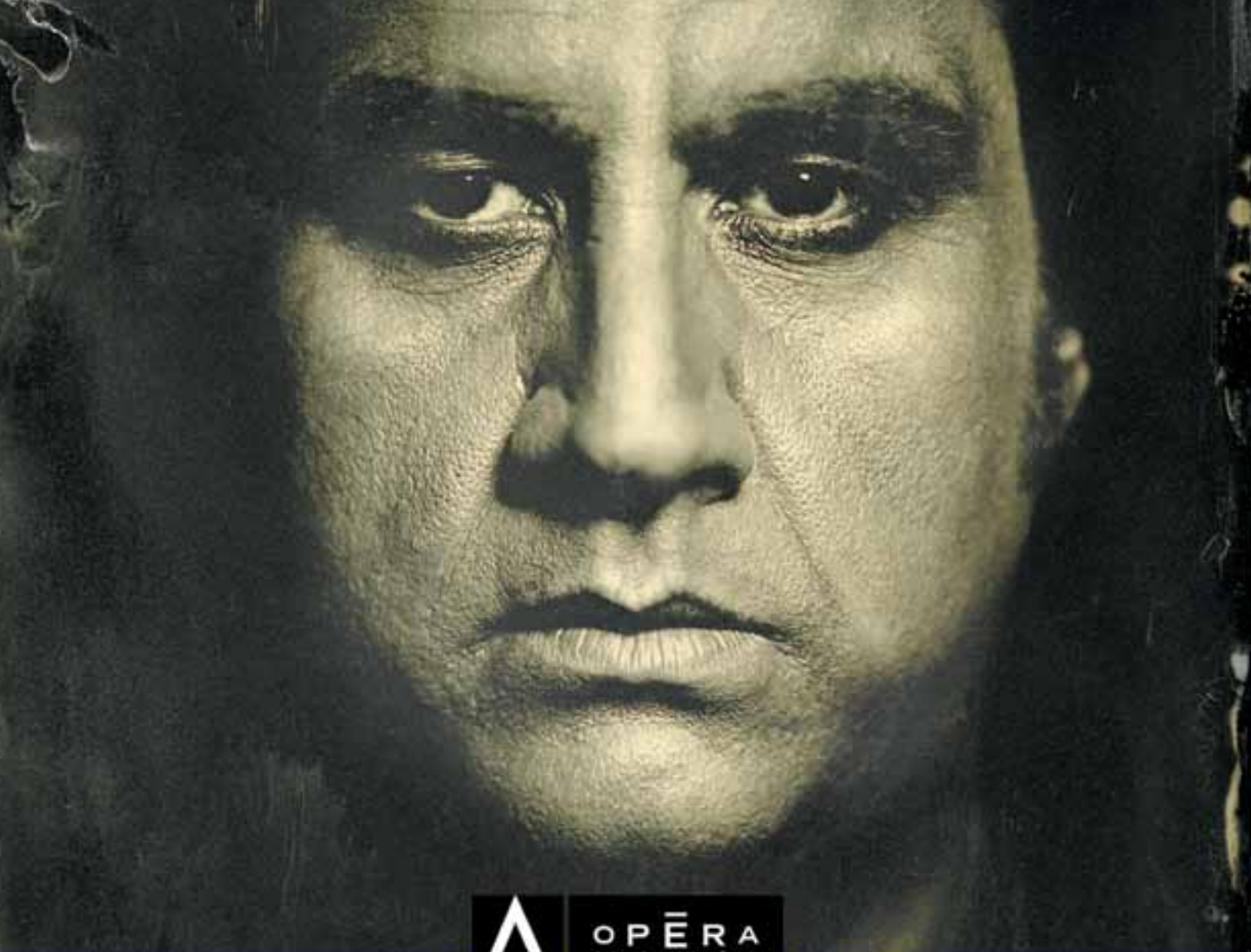
Pierre Fournier

SANTÉ

La nutraceutique a le vent dans les voiles

DÉVELOPPEMENT SOCIAL

Pour un enseignement différent



2009/2010

A OPÉRA
DE MONTREAL
ATELIER LYRIQUE

25 ANS


Q Hydro
Québec PRÉSENTE

NELLIGAN GAGNON / TREMBLAY

MARC HERVIEUX . DOMINIQUE CÔTÉ . LES ARTISTES DE L'ATELIER LYRIQUE . METTEUR EN SCÈNE NORMAND CHOUINARD

6.8.10.11 MARS 2010 À 20 H - 13 MARS À 14H ★ MONUMENT-NATIONAL ★ OPERADEMONTREAL.COM

EN COLLABORATION AVEC

 École nationale de théâtre
du Canada

 monumentnational

FONDATION
JACQUELINE DESMARAIS

GALAXIE

Conseil des arts
et des lettres
Québec 



Patrimoine
canadien Canadian
Heritage

LE MUSÉE EN PARTAGE

Venez célébrer le 150^e anniversaire du Musée des beaux-arts de Montréal en réservant une activité gratuite pour votre groupe. Laissez-vous entraîner par nos expositions stimulantes et nos collections époustouflantes !



Le Musée en partage est un programme éducatif innovateur qui propose une variété d'activités accessibles aux organismes communautaires sans but lucratif œuvrant auprès d'une large clientèle. Nous pouvons mettre sur pied des projets sur mesure qui répondent aux besoins et aux intérêts de votre groupe.



MUSÉE DES BEAUX-ARTS
DE MONTRÉAL

Renseignements : 514-285-2000, option 7
mbam.qc.ca/partage



atelier
boutique

raplapla

poupées fabriquées
tranquillement au Québec

♥

69 Villeneuve O.
coin St Urbain
Montréal / 514 563 1209
www.raplapla.com

♥

le sourire ne part pas
au lavage

La rue
un chemin tracé d'avance?
Parcours de 21 jeunes hommes de la rue
PRÉFACE DE DAN BIGRAS

Christian Levac et France Labelle
Photographies: Christine Bourcier

Hurtubise

LA RUE, UN CHEMIN TRACÉ D'AVANCE ?

Auteurs : Christian Levac et France Labelle
Photos : Christine Bourcier
Préface : Dan Bigras
Imprimeries Transcontinental
Exclusivement en vente dans les Librairies Archambault.

Ce livre donne la parole à 21 jeunes hommes de la rue et retrace leur histoire personnelle et familiale de violence, de deuil, de placement, d'abandon et de pauvreté.

Ils parlent de leur expérience mais aussi de leurs espoirs.

Tous les revenus seront versés intégralement au Refuge des Jeunes de Montréal.



Hurtubise

ZOOM CAMELOT

MICHELINE RIOUX LEMIEUX

Journaliste de rue
mrxlx@live.ca



VISIONNEZ L'ENTREVUE VIDÉO
DE PIERRE FOURNIER AU
WWW.ITINERAIRE.CA

PIERRE FOURNIER DES BANCS DE PARCS AUX BANCS D'UNIVERSITÉ

La persévérance, quelle superbe qualité! Pierre Fournier, camelot sur la rue Laurier à l'angle de la rue Chambord, la possède entièrement. À 57 ans, il pose un regard lucide sur son parcours qui, par moments, lui a donné du fil à retordre. Ayant déjà connu l'itinérance, Pierre a aujourd'hui troqué les bancs de parcs contre les bancs d'université.

Évidemment, cette ascension ne s'est pas faite du jour au lendemain. Pierre Fournier a tenu bon et a travaillé fort : « C'est grâce à la vente du magazine *L'itinéraire* que je peux me payer des cours à l'université. Je le vends depuis huit ans maintenant. Au début, c'était pour arrondir mes fins de mois et me nourrir. Ensuite, peu à peu, j'ai pu meubler et décorer mon appartement à mon goût ». Le camelot en est à sa deuxième session en études littéraires à l'UQAM. Il ne vise rien de moins que le baccalauréat.

Depuis quelques années, Pierre Fournier est en rémission d'une dépression chronique. « J'ai fait beaucoup de rechutes par le passé. J'ai fini par remonter la pente et mes crises sont de moins en moins fréquentes. Il a fallu que je me reconstruise, mais maintenant je me sens bien », témoigne-t-il. Pierre affirme aussi que le fait d'avoir une « médication adéquate »

a fortement contribué à sa remontée. Après 20 années d'essais et d'abandons de médicaments, il a accepté de vivre avec sa maladie.

Montréalais pure laine, natif du quartier Hochelaga-Maisonneuve, Pierre a été élevé dans une famille de cinq enfants dont il est toujours très proche : « Même si les membres de ma famille ont été compréhensifs face à ma dépression, j'ai quand même vécu dans la rue pendant cinq mois... et j'ai couché dehors. J'en ai cherché des bouches d'air chaud! Je souffre de bronchite chronique depuis ce temps-là. Au bout du compte, j'ai dû retourner vivre chez mes parents pour un certain temps, car j'avais commencé à avoir des problèmes cardiaques. »

ASSOIFFÉ DE CONNAISSANCES

Pierre Fournier ne s'est jamais marié et n'a pas eu d'enfants. Pourtant, ce n'est pas le désir qui manquait. Il a eu « beaucoup de blondes », comme il dit, mais il a été difficile pour lui de maintenir une vraie relation affective. « J'ai eu quelques relations enrichissantes, mais j'étais trop fragile. Très vulnérable, j'étais incapable de supporter la pression sur le plan émotif. J'aurais voulu un enfant, mais j'avais peur, car je croyais qu'il y avait 25 % de risques que

je lui transmette ma maladie. On m'a dit plus tard que ce n'était pas vrai », raconte-t-il.

Malgré sa maladie, à travers ses hauts et ses bas, Pierre a toujours été assoiffé de connaissances. Lecteur assidu depuis son adolescence, ses lectures ont porté surtout sur la philosophie et la psychologie. « La littérature est pour moi une vraie passion. J'en suis présentement à lire des classiques. Mes études m'aident à peaufiner mon écriture », dit-il. L'étudiant écrit d'ailleurs pour dans *L'itinéraire* et pour la revue *Mentalité*, qui traite de santé mentale.

Si *L'itinéraire* est pour Pierre Fournier une source d'inspiration et de partage, il en est de même pour ses clients : « Je fais partie du décor. Quand je m'absente plus longtemps, les clients me demandent où j'étais. J'ai un point de vente privilégié devant l'épicerie Métro Chèvrefils. J'ai une entente avec le magasin et je peux être à l'abris des intempéries dans l'entrée. Je suis infiniment reconnaissant envers mes clients. Ils sont si inspirants! »

PHOTOS : DANIEL DUMONT

SOMMAIRE

ZOOM CAMELOT

5 Pierre Fournier / Des bancs de parc aux bancs d'université

RÉSEAU SOLIDAIRE DE L'ITINÉRAIRE

9 La Fondation Intact donne 15 000\$ aux Productions L'itinéraire

ACTUALITÉ ET VIE URBAINE

- 11 Exposition *L'itinéraire* : première réussie
Le film *Déjà vu*, des Productions L'itinéraire, au cinéma Beaubien
Le monde selon Ray Lengelé
13 Entreprendre le chantier du logement abordable

À LA UNE

15 Ricardo : inspirant, résilient et engagé

CULTURE

- 19 *MyLAsiAlta* : Suivre la voie de son cœur
20 Jouer du tam-tam pour la communauté

SANTÉ ET BIEN ÊTRE

- 21 Soins du cancer : les Québécois sont-ils bien servis?
23 Mine réjouie sans chirurgie
25 La nutraceutique a le vent dans les voiles

ENVIRONNEMENT

- 27 Un mouvement qui tombe à pic
29 Brèves

ÉCONOMIE ET CONSOMMATION

31 Pierre Duhamel se joint à L'itinéraire

MONDE DU TRAVAIL

33 Emploi : miser sur l'honnêteté et la compétence

DÉVELOPPEMENT SOCIAL

- 35 INFO RAPSIM :
« Maisons de chambres en péril : la nécessité d'agir »
37 Pour un enseignement différent
38 Faire son baluchon pour un peu de répit
39 Vivre en famille d'accueil

EXPRESSION

- 41 Globe-trottoirs
41 Chronique de rue :
Que nous réserve la Journée internationale des femmes de 2010?
42 Mots de camelots
46 Mots croisés

L'ITINÉRAIRE EST MEMBRE DE :



L'ITINÉRAIRE EST APPUYÉ À FINANCIÈREMENT PAR :



Le Groupe communautaire L'itinéraire est un organisme à but non lucratif fondé en 1990 pour aider les personnes de la rue. Le conseil d'administration est composé en majorité de personnes ayant connu l'itinérance, l'alcoolisme ou la toxicomanie.

RÉDACTION ET ADMINISTRATION

• 2100, boul. de Maisonneuve Est, bur. 001
Montréal (Qc) H2K 4S1

LE CAFÉ L'ITINÉRAIRE

• 2101, rue Ste-Catherine Est

MAGDVD LE 3E ŒIL

• 2103, rue Ste-Catherine Est, 3^e étage

TÉLÉPHONES :

ADMINISTRATION

514 597-0238

SERVICES RUE

STE-CATHERINE

514 525-5747

TÉLÉCOPIEUR : 514 597-1544

SITE : WWW.ITINERAIRE.CA

LE MAGAZINE L'ITINÉRAIRE

Éditeur : Serge Lareault

Rédactrice en chef : Audrey Coté

Adjoint à la rédaction : Jérôme Savary

Commis à la rédaction : Josée Louise Tremblay

Design et montage du magazine :

Morgane Saout

Photo de couverture : Christian Tremblay

Révision : Édith Verreault, Hélène Pâquet,

Sylvie Martin, Sophie Desjardins, Caroline Daut,

Charline C. Lessard, Jean-Pierre Bourgault

et Isabelle Couture

Design et infographie du site Internet :

Serge Cloutier, www.drafter.com

Conseillères publicitaires :

Renée Larivière : 514 461-7119

renee.lariviere@itineraire.ca

Claire Champeau : 514 597-0238 poste 230

claire.champeau@itineraire.ca

Le conseil d'administration

Président : Jean-Paul Baril

Vice-président : Gabriel Bissonnette

(rep. camelots)

Trésorière : Catherine Isabelle

Secrétaire : André Martin

Membre d'office : Serge Lareault

Conseillers : Tanéa Castro, Yvon Massicotte,

Alexandre Péloquin, Micheline Rioux

L'ADMINISTRATION

Directeur général : Serge Lareault

Directeur de l'administration :

Guillaume Lacroix

Directeur marketing/communications :

Richard Turgeon

Directrice de l'insertion sociale :

Jocelyne Sénécal

Adjointe à l'administration : Charlotte Rougier

Coordonnatrice de la publicité :

Karoline Bergeron

Conseiller dons et partenariat : Patrice Jolivet

Conseillère en développement stratégique :

Marie-Hélène Choinière

L'ITINÉRAIRE

LES CAMELOTS SONT DES TRAVAILLEURS AUTONOMES QUI ACHÈTENT LE MAGAZINE 1\$ ET LE REVENTENT AU COÛT DE 2\$.

Convention de la poste publication No 40910015. No d'enregistrement 10764. Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada, au Groupe communautaire L'itinéraire, 2100, boul. de Maisonneuve Est, Montréal (Québec) H2K 4S1

Nous reconnaissons l'aide financière accordée par le gouvernement du Canada pour nos coûts d'envoi postal et nos coûts rédactionnels, par l'entremise du Programme d'aide aux publications et du Fonds du Canada pour les magazines.

Canada

ISSN-1481-3572

n° de charité : 13648 4219 RR0001

ABONNEMENT WWW.ITINERAIRE.CA OU 514 597-0238

Le magazine L'itinéraire a été créé en 1992 par Pierrette Desrosiers, Denise English, François Thivierge et Michèle Wilson. À cette époque, il était destiné aux gens en difficulté et offert gratuitement dans les services d'aide et les maisons de chambres. Depuis mai 1994, L'itinéraire est vendu régulièrement dans la rue. Cette publication est produite et rédigée en majorité par des personnes vivant ou ayant connu l'itinérance, dans le but de leur venir en aide et de permettre leur réinsertion sociale et professionnelle. La direction de L'itinéraire tient à rappeler qu'elle n'est pas responsable des gestes des vendeurs dans la rue. Si ces derniers vous proposent tout autre produit que le journal ou sollicitent des dons, ils ne le font pas pour L'itinéraire. Si vous avez des commentaires sur les propos tenus par les vendeurs ou sur leur comportement, communiquez sans hésiter avec le 514 525-5747, poste 230.

QUEBECOR

Quebecor est fière de soutenir l'action sociale de L'itinéraire en lui offrant des services d'imprimerie, de promotion télé et imprimée ainsi que le câble et Internet haute vitesse Vidéotron.



ÉDITORIAL

SERGE LAREAULT

Éditeur et directeur général de L'itinéraire
serge.lareault@videotron.ca

LE SORT DE PRISONNIERS ATTEINTS DE MALADIE MENTALE : À COUPER LE SOUFFLE !

Dans le cadre de l'émission *Enquête* du 21 janvier 2010, Radio-Canada diffusait le reportage de la CBC « Tant qu'elle respire » sur le cas Ashley Smith, une adolescente incarcérée, présentant de graves troubles du comportement et qui a été transférée dans plus de 17 centres correctionnels canadiens au cours des trois dernières années de sa vie, avant son décès par pendaison en octobre 2007. Il y avait longtemps qu'un reportage n'avait semé en moi autant d'horreur, de dégoût et de rage.

L'histoire d'Ashley Smith fait penser à *Midnight Express*, *Shawshank Redemption* ou *One Flew Over the Cuckoo's Nest*. Un scénario de film d'horreur, mais qui s'est réellement produit ici, dans nos prisons canadiennes.

Le drame d'Ashley est plus que la simple révélation d'un manque de soins auprès des personnes atteintes de maladie mentale, qui se retrouvent en prison à cause d'une défaillance du système social et correctionnel. Il illustre à quel point nos prisons sont gangrenées par des gestionnaires inefficaces, qui ont des attitudes inhumaines et font des gestes qui relèvent pratiquement de l'homicide volontaire. La jeune femme a été transférée dans tellement de centres correctionnels, qu'on ne peut croire à un cas isolé, mais plutôt généralisé.

Toutes les lois de la protection de la personne ont été contournées volontairement et des rapports de gardiens ont été modifiés pour que le cas ne se retrouve pas au bureau de l'ombudsman du Canada. Originaire de Moncton, au Nouveau-Brunswick, Ashley a été transférée 17 fois, ce qui a évité que l'on signale aux autorités supérieures qu'elle était constamment en isolement ou en

contention. Elle est même passée par le Québec, où elle a séjourné à l'Institut Pinel. Après des demandes qui se sont retrouvées à la cour, CBC a obtenu des images quasi impossibles à regarder sur ce que la jeune fille a pu subir. Sa mort a même été filmée car un gardien, qui avait reçu l'ordre de ne pas entrer dans la cellule « tant qu'elle respire », était juste de l'autre côté de la porte à l'observer avec l'aide d'une caméra! La famille poursuit les services correctionnels du Canada pour les obliger à montrer aux Canadiens ce qu'ils ont fait.

Personne n'a bougé le petit doigt pour qu'Ashley reçoive les examens psychiatriques et les soins dont elle avait besoin. On a préféré la laisser en prison et, compte tenu de sa maladie évidente, la torturer en la punissant pour des troubles comportementaux qui, selon moi qui ne suis pas un spécialiste, relèvent indéfectiblement de problèmes psychologiques profonds.

La grosse machine gouvernementale et institutionnelle est à l'œuvre pour étouffer l'affaire, tenter de retenir le plus possible l'information et les vidéos disponibles. La famille d'Ashley se bat pour que le monde sache ce qui se passe dans les prisons fédérales et les centres de détention jeunesse.

Des gestionnaires de prisons au comportement aussi épouvantable que dans les pires scénarios de films existent réellement et font comme bon leur semble! Nos prisons sont des nids de désolation humaine et rendent les personnes plus mal en point, plus éloignées de la société et d'une perspective de vie nouvelle qu'avant leur incarcération. Non seulement notre société reproduit encore à la base le concept carcéral du Moyen Âge, mais elle maintient encore

des pratiques d'incarcération qui devraient être révolues en ce début de XXI^e siècle. Le Canada n'est pas la Turquie, les cellules sont propres et les rats ne mangent pas les orteils des prisonniers, mais il s'y passe encore des choses indignes de notre société dite civilisée et respectueuse des êtres humains et de leurs droits.

Il faut que l'histoire et les images d'Ashley soient vues et reconnues. Il faut évoluer et revoir le concept d'incarcération. Il faut assurer des mesures de suivi des prisons pour que les détenus puissent y trouver au minimum des soins appropriés, mais surtout des outils pour s'en sortir et retrouver leur capacité de vivre en liberté dans la société. Le cas d'Ashley est extrême, mais les milliers de détenus qui remplissent chaque année les cellules sont confrontés au même système. On parle souvent de récidive des prisonniers, de gens qu'on ne peut réintégrer en société, mais les ingrédients qui font en sorte que certains ex-détenus demeurent criminels et psychologiquement inaptes à vivre en société ne se trouvent-ils pas en partie dans les prisons elles-mêmes?

VOUS POUVEZ VISIONNER LE REPORTAGE « TANT QU'ELLE RESPIRE » À WWW.RADIO-CANADA.CA/EMISSIONS/ENQUETE/2009-2010.

MERCI DE NOUS LIVRER VOS COMMENTAIRES OU TÉMOIGNAGES À WWW.ITINERAIRE.CA



MANGEZ SOLIDAIRE

OFFREZ DES CARTES-REPAS !



« Les cartes-repas permettent à des personnes démunies de bien manger et de briser leur isolement. Manger avec d'autres crée des liens et favorise la compréhension mutuelle. En ce sens, les cartes-repas redonnent l'espoir et la possibilité de retrouver l'équilibre. Avec 4\$, vous nourrissez un être humain et contribuez à changer sa vie. »

RICARDO
Cantines

Pour acheter des cartes-repas, remplissez le coupon suivant ou rendez-vous au : **WWW.ITINERAIRE.CA**

J'achète des cartes-repas

Donnez-moi _____ cartes-repas à 4\$ chaque = _____ \$

- Postez-moi les cartes afin que je les distribue¹
- Je désire que vos intervenants ou bénévoles les distribuent²

Je souhaite aussi faire un don de _____ \$ à L'Itinéraire

Paiement

- Chèque au nom du Groupe communautaire L'Itinéraire
- Visa, Master Card

Expiration ____ / 20 ____
Mois Année

Signature :

Vos coordonnées

M. Mme.

Prénom : _____ Ville : _____

Nom : _____ Province : _____

Entreprise : _____ Code Postal : _____

Adresse : _____ Téléphone : () _____

App. _____ Courriel : _____

Postez ce coupon au Groupe communautaire L'Itinéraire
2100, BOULEVARD DE MAISONNEUVE EST, SUITE 001
MONTREAL (QUEBEC) H2K 4S1

¹ En vertu d'une loi de Revenu Canada, les cartes achetées que vous distribuez vous-même ne sont pas admissibles au déductions fiscales.

² Vous recevrez votre reçu d'impôts début janvier suivant votre don.

RÉSEAU SOLIDAIRE DE L'ITINÉRAIRE

PAROLES DES GENS DE LA RUE

LES CARTES-REPAS : UN GESTE UTILE

« Quand je passe mes journées à quêter, je ne mange jamais. Mon argent va seulement dans la dope, sauf quand on me donne des cartes-repas du Café L'itinéraire. » Comme plusieurs jeunes de la rue, Éric ne cache pas sa consommation et dit avoir de la difficulté à se nourrir convenablement quand il « part sur le party ». Lorsqu'il se présente au Café du Groupe communautaire L'itinéraire avec sa carte-repas, Éric peut manger gratuitement et discuter avec des gens de la rue comme lui. Éric est content lorsqu'on lui tend une carte-repas du Café. « J'ai l'impression que je suis une personne comme tout le monde. C'est moins gênant que d'aller manger dans les missions. J'me sens plus digne, parce que tout le monde ici te permet de cheminer à ton rythme. »

Offrir des cartes-repas à 4\$, c'est permettre à des gens de la rue et au plus démunis de manger un repas complet gratuit et d'être accueillis dans la dignité au Café L'itinéraire. Sur place, des intervenants psychosociaux peuvent les aider à se loger, se soigner, se vêtir et à trouver un revenu stable, notamment en vendant le magazine *L'itinéraire*.

Nous les écoutons et les conseillons sans les juger.



MERCI DE CONTRIBUER DÈS MAINTENANT AU MIEUX-ÊTRE DES PERSONNES DANS LE BESOIN.

POUR COMMANDER VOS CARTES-REPAS, RENDEZ-VOUS EN **PAGE 8** OU AU **WWW.ITINERAIRE.CA**.

LA FONDATION INTACT DONNE 15 000 \$ AUX PRODUCTIONS L'ITINÉRAIRE

PATRICE JOLIVET

Conseiller au développement des partenariats et dons
patrice.jolivet@itineraire.ca

La Fondation Intact a remis un généreux chèque de 15 000 \$ au Groupe communautaire L'itinéraire afin d'appuyer ses projets d'insertion socioprofessionnelle des Productions L'itinéraire. La direction ainsi que les employés d'Intact Corporation financière sont fiers d'être associés à notre mission d'entraide envers les jeunes défavorisés.

Avant tout, il est important de faire un petit rappel explicatif de notre donateur, fidèle parmi les fidèles depuis déjà plus de 4 ans. Le 13 mai 2009, lors d'une assemblée générale extraordinaire, ING Canada, le plus grand fournisseur d'assurance de dommages au pays, devenait officiellement Intact Corporation financière, une société canadienne indépendante sans aucun lien avec son ancien actionnaire majoritaire ING Groep (Pays-Bas).

Par le biais de sa fondation, la société Intact Corporation financière s'engage au sein des collectivités partout où elle fait affaire au pays, notamment en contribuant au dynamisme, à la sécurité et au bien-être de celles-ci. Pour ce faire, Intact soutient des causes et des organismes tel que L'itinéraire, qui reflètent le mieux sa culture, ses valeurs et son esprit d'innovation, de motivation et de leadership. Parallèlement, Intact Corporation financière vise à accroître le nombre de personnes rejointes dans les communautés où ses employés et ses partenaires travaillent et vivent. La société prend à coeur sa responsabilité sociale et les occasions de venir en aide aux groupes et aux organismes locaux. Elle encourage la participation et l'action citoyenne de tous ses employés.

SUITE PAGE 10

Je donne à l'itinéraire

NOUS RECHERCHONS :

POUR LA FORMATION DES JEUNES EN PRODUCTION VIDÉO ET AUDIO

- Chaises de bureau
- Ordinateurs Pentium 4
- Ordinateur Apple G5 ou plus récent
- Écouteurs
- Compresseur
- Console avec pré-ampli
- Micros avec pré-ampli

POUR LE CAFÉ SUR LA RUE ET LES SERVICES PSYCHOSOCIAUX

- Petit frigo, bar à salade
- Laveuse / sècheuse
- Lave vaisselle
- Hotte de cuisinière au charbon
- Pannes de cuisson pour réchauds
- Réchaud pour les sauces
- Douilles à pâtisserie
- Bons couteaux
- 20 à 30 cabarets
- Gros chaudrons à fond épais
- 60 bols à soupes
- 60 bols à salade 6oz
- Ouvre-boîte tige (qui va sur le comptoir)

POUR LA RÉDACTION ET L'INFOGRAPHIE

- Appareil photo numérique
- Dictaphone et cassettes
- Casques d'écoute

POUR L'AMÉNAGEMENT DE LA SALLE DE PROJECTION

- Projecteur
- Système de son complet avec console et micro sur pied
- Ordinateur portable Pentium 4
- Écran de projection rétractable
- Rideaux de scène

INFORMATIONS :
WWW.ITINERAIRE.CA OU AU
514 597-0238 POSTE 226

EXPOSITION L'ITINÉRAIRE

UNE PREMIÈRE RÉUSSIE
POUR LES ARTISANS DE
L'ITINÉRAIRE

JOSÉE LOUISE TREMBLAY

Commis à la rédaction

La création fait partie intégrante de la vie des personnes qui fréquentent L'itinéraire. En février dernier a eu lieu la première exposition *L'itinéraire* produite par six artisans de L'itinéraire. Initiée par Lucie Demers, du Centre des Ressources Éducatives et Pédagogiques (CREP) et Micheline Rioux, journaliste de rue, l'exposition a eu un franc succès auprès du public.

Les six participants de cette aventure créative, Gilles Leblanc, Norman Rickert, Micheline Rioux, Éric Sirois, Angela Vu et Housseem Yakhou, étaient tout sourire lors du vernissage. Ils étaient aussi agréablement surpris de recevoir autant de visiteurs. «J'ai trouvé ça *l'fun* d'être vu différemment en tant que Gilles-l'artiste-peintre, plutôt que commis en insertion sociale!», dit Gilles Leblanc en blaguant. Notre artiste a même vendu une toile en dix minutes, lors de l'ouverture de la salle d'exposition située dans les locaux du CREP. «Je suis content, car toutes les personnes que j'ai invitées sont venues m'encourager», ajoute-t-il fièrement.

Fébrile de présenter son film sur l'anxiété, Éric Sirois était enchanté des commentaires encourageants qu'il a reçus de la part des visiteurs qui ont vu la bande annonce de sa création. Le jeune réalisateur a aussi été ébloui par la création des autres exposants. L'exposition *L'itinéraire* a été une réussite. Le mot de la fin revient à Gilles Leblanc «C'est *l'fun* de se sentir important et utile». C'est un rendez-vous l'an prochain.



GILLES LEBLANC ET UNE DE SES ŒUVRES

PHOTO : AUDREY COTÉ

DÉJÀ VU ET L'ITINÉRAIRE AU BEAUBIEN!

Les Productions L'itinéraire présentent *Déjà Vu*, un moyen métrage docu-fiction réalisé par les participants au projet *Au-delà du regard*, le 16 mars 2010 à 19 h au Cinéma Beaubien (2396, rue Beaubien est).

Au-delà du regard est un projet en pré-employabilité de 27 semaines dans lequel 8 participants âgés de 16 à 30 ans ont mis à contribution leurs compétences et leur créativité afin de développer et partager avec la communauté une vidéo de sensibilisation sur la rue.

Déjà Vu c'est l'histoire de Nicolas, un ancien intervenant devenu vidéaste, qui décide de tout plaquer pour partir vivre dans la rue avec sa caméra afin de la documenter et de mieux comprendre ceux qui s'y retrouvent.



Déjà Vu c'est aussi une histoire réelle de rencontres fort enrichissantes avec des personnes ayant vécu ou vivant dans la rue et avec les acteurs des ressources communautaires fréquentées par cette population.

RÉSERVEZ VOTRE PLACE!
514 525-5747 POSTE 228


LE PROJET «AU-DELÀ DU REGARD» A ÉTÉ FINANCÉ EN PARTIE PAR SERVICE CANADA DANS LE CADRE DE LA STRATÉGIE EMPLOI JEUNESSE.

LE MONDE SELON RAY LENGELÉ



CONCERTS Église de Gesù
1202 de Bleury, métro Place-des-Arts
MIDI ÈS MUSICA
 ENTRÉE LIBRE
 CONTRIBUTION VOLONTAIRE

MARDIS
 DE 12H05
 À 12H55
UN SPA POUR L'ÂME
 DE RETOUR LE 16 FÉVRIER



gesù
 WWW.GESU.NET
 514.861.4378

**ALLO !
 DE L'ÉCOUTE ET DU COEUR**

- Services d'intervention gratuits, confidentiels, 24/7, partout au Québec
- Intervenants professionnels

Numéros 9-1-1
 pour toute la famille

TEL-JEUNES
 www.teljeunes.ca
 1 800 263-2266

Des questions ?

- Un problème de santé depuis que l'on est jeune. Ça m'inquiète parce que j'ai peur de ne pas être capable de faire ce que j'aime.
- Ça m'inquiète parce que...
- Ça m'inquiète parce que...
- Ça m'inquiète parce que...

LigneParents
 1 800 361-5085
 www.LigneParents.ca

« Au lieu de regarder les médias pour votre enfant, prenez donc le téléphone »

« Au lieu de regarder les médias pour votre enfant, prenez donc le téléphone »

« Au lieu de regarder les médias pour votre enfant, prenez donc le téléphone »

« Au lieu de regarder les médias pour votre enfant, prenez donc le téléphone »

Plus importe l'heure ou la situation, appelez-nous!

WWW.CAFENELLIGAN.COM

Nelligan

UNE FAÇON ÉQUITABLE DE VOUS FINANCER



- 1. DES PRODUITS ÉQUITABLES**
 QUI CHANGENT LA VIE DE PETITS PRODUCTEURS AU SUD
- 2. PRÉPARÉS ET DISTRIBUÉS AU QUÉBEC**
 PAR UNE ENTREPRISE D'ÉCONOMIE SOCIALE QUI
 EMPLOIE DES PERSONNES HANDICAPÉES
- 3. POUR RÉALISER VOS RÊVES COLLECTIFS**
 UN CONCEPT ET DES PRIX QUI VOUS PERMETTENT
 D'ATTEINDRE VOS OBJECTIFS



Transit
 Les services adaptés

514-642-3250

MONTRÉAL 2010-2020, ET SI TOUT DEVENAIT POSSIBLE...

Alors que s'amorce la deuxième décennie du 21^e siècle, quels défis sociaux devra affronter la métropole québécoise d'ici les dix prochaines années? Dans quelle ville veut-on habiter dans dix ans? À quels dossiers les autorités devraient-elles consacrer leurs efforts pour faire de Montréal une ville idéale d'ici 2020? *L'itinéraire* lève le voile sur cinq grands chantiers de notre ville.

Dans cette parution : LE LOGEMENT.



ENTREPRENDRE LE CHANTIER DU LOGEMENT ABORDABLE

PHILIPPE MEILLEUR

Construction de logements sociaux en nombre suffisant, surveillance accrue des propriétaires délinquants et planification des besoins des personnes seules et des familles de la classe moyenne : voilà les grands dossiers que la Ville de Montréal devra prendre en main au cours des dix prochaines années, selon les experts en logement. Tour d'horizon d'une problématique déjà très actuelle.

Les observateurs sont catégoriques : la nécessité de construire plus de logements sociaux en tous genres sur l'île de Montréal est criante. Selon le Front d'action populaire en réaménagement urbain (FRAPRU), l'idéal réaliste serait de voir leur nombre doubler d'ici 2020. « Si les gens qui vivent dans un milieu précaire améliorent leurs conditions de vie, cela a une incidence positive sur toute la société », plaide Jean-Claude Laporte, responsable des dossiers montréalais de l'organisme.

Mais avant de rêver à la construction de ces nouveaux logements, il faudra convaincre la population locale qu'il s'agit d'une bonne chose, prévient Robert Manningham, directeur général d'Atelier Habitation Montréal, un groupe de ressources techniques en habitation communautaire. « Il y a un risque réel de voir s'accroître un phénomène du *Pas dans ma cour* basé sur les préjugés, la méconnaissance et l'inquiétude », dit celui dont l'organisation a collaboré à la création de 3045 appartements depuis 1978. « Pourtant, un quartier a besoin de mixité pour être vivant. »

Les éventuels futurs voisins seront-ils faciles à convaincre ? Oui, si on se base sur les expériences passées, selon M. Manningham. « Le logement social n'amène pas de problèmes comme tels, martèle-t-il. Nous avons réalisé de nombreux projets avec des toxicomanes et des itinérants, et en général, quand on leur donne un milieu de vie stable, ils en prennent soin. Une relation de respect mutuel s'installe rapidement entre cette clientèle et le voisinage. »

La construction de logements abordables passe par la mise en place d'une réserve foncière municipale, qui protégerait les quelques terrains encore vacants où pourraient éventuellement s'élever des projets communautaires. « Il s'agit d'éviter la spéculation immobilière et de prévoir une place pour les projets abordables, dit Jean-Claude Laporte. Cela enverrait aussi un message clair aux autres ordres de gouvernement. »

POUR LA FAMILLE, CONTRE LES DÉLINQUANTS

Le problème des propriétaires délinquants sera aussi prédominant au cours des prochaines années, selon l'analyse de France Émond, porte-parole du Regroupement des comités logement et associations de locataires du Québec. « Certains proprios louent de véritables taudis à un prix exorbitant, dénonce-t-elle. On demande donc l'application rigoureuse et persuasive du Code du logement, question de prévenir les cas lourds plutôt que de guérir. »

« Cette offensive ne sera possible que par l'établissement d'amendes plus salées en cas de manquement et par l'embauche de nouveaux inspecteurs », ajoute le FRAPRU. « Il s'agit de décourager les mauvais comportements de certains propriétaires », résume Jean-Claude Laporte.

À ces enjeux doit s'ajouter la question des personnes seules et des familles de la classe moyenne, rappelle Marie J. Bouchard, professeure à l'École des sciences de la gestion de l'UQAM et spécialiste en logement communautaire : « Les familles tendent à quitter l'île, dit-elle. Il faut aussi prévoir combler les besoins des gens qui ne sont pas en couple et ceux des personnes âgées, dont le nombre augmentera au cours des prochaines années. Il s'agit d'adapter l'offre de logement en fonction de ces clientèles pour éviter que la solitude extrême ne s'installe. »

LES CINQ GRANDS CHANTIERS DU LOGEMENT À MONTRÉAL

- Construction massive de logements sociaux
- Amélioration de la mixité des quartiers
- Création d'une réserve foncière municipale (banque de terrains)
- Surveillance accrue des propriétaires délinquants
- Prévision des besoins des personnes seules et des familles de la classe moyenne

PLUSIEURS ORGANISMES RECUEILLEN
PRÉSENTEMENT DES DONS :

Croix-Rouge canadienne : 1-800-418-1111

Centre d'étude et de coopération internationale :
514-875-9911

Médecins sans frontières : 1-800-982-7903

La Coalition humanitaire : 1-800-464-9154

Unicef Canada : 1-800-567-4483

Armée du Salut en Haïti : 1-877-288-7441

SOYONS
SOLIDAIRES
POUR HAÏTI!

Unissons-nous pour soutenir les haïtiens
à travers cette épreuve.

Suite au violent séisme qui a secoué Haïti le 12 janvier dernier, *L'itinéraire* prend l'initiative de demander à la population Montréalaise de s'impliquer pour venir en aide à ceux que la catastrophe a frappés.

Chaque petit geste compte. La solidarité est primordiale dans des circonstances aussi troublantes. L'entraide et la générosité apportent soutien et espoir à ceux qui ont perdu.



La Capitale du Mont-Royal

*L'achat et la vente d'une propriété,
c'est une affaire de cœur et de savoir-faire*

Garantie de service • Intégrité • Mise en marché
exceptionnelle • Conseils • Expertise • Opinion
de la valeur marchande de votre propriété

Blogue : www.lacapitaledumontroyal.com

Plateau : 1152, av. du Mont-Royal E (514) 597-2121

Rosemont Petite-Patrie : 2239, Beaubien E (514) 721-2121

mont-royal@lacapitalevendu.com

lacapitalebeaubien@videotron.ca

Le génie féminin en action

Notre raison d'être

La raison d'être du Réseau des femmes d'affaires du Québec inc. (RFAQ) est de contribuer activement au développement économique et à l'épanouissement personnel et professionnel de ses membres, en mettant en évidence leur compétence, leur créativité et leur engagement.

Le RFAQ offre à ses membres, tant régionales, nationales, qu'internationales, des programmes de services et d'activités innovateurs et de qualité supérieure afin de créer une dynamique d'affaires capable d'influencer les milieux économiques, sociaux et politiques.

Nos services aux membres

Activités de réseautage - Coaching d'affaires - Cellules d'entraide - Les Mosaïques - Mentorat - Privilèges économiques - Activités internationales - Femmes aux conseils d'administration - Banques de conférencières et formatrices

Femmes vers le sommet ⁴⁰⁰

www.ccfq.ca

Prix Femmes d'affaires du Québec

www.prixrfaq.com

Informations : www.rfaq.ca

514 521 2441 1 800 332 2683

Réseau des
femmes d'affaires
du Québec inc.

À LA UNE

« J'AI TELLEMENT BRAILLÉ TOUS LES JOURS. MES PARENTS M'AVAIENT ENVOYÉ DANS UN COLLÈGE PRIVÉ ET JE LEUR DEMANDAIS CE QUE JE LEUR AVAIS FAIT POUR QU'ILS M'ENVOIENT LÀ. JE VOULAIS JUSTE DISPARAÎTRE, NE PLUS EXISTER, ME FONDRE DANS LA MASSE »

RICARDO INSPIRANT, RÉSILIENT ET ENGAGÉ

AUDREY COTÉ
rédactrice en chef

Qui pourrait imaginer que le sympathique cuisinier qui partage ses meilleures recettes tous les jours à la télévision de Radio-Canada a déjà été un exclu, rejeté et harcelé par ses pairs à l'école? Ricardo Larrivée est un livre ouvert. C'est dans ce qui constituait la voûte d'une ancienne Caisse populaire Desjardins de Longueuil, devenue aujourd'hui le siège social de l'entreprise Ricardo Média, que l'affable cuisinier s'est dévoilé à *L'itinéraire*.

N'y allons pas avec le dos de la cuillère : Ricardo est une star du monde culinaire. Apprécié du grand public autant pour sa passion communicative pour la bouffe que pour son charisme de « beau gars bien dans sa peau », le cuisinier est en lui-même une recette gagnante. En plus de l'émission *Ricardo* qu'il anime quotidiennement depuis huit ans à la télévision de Radio-Canada, on peut aussi le voir cuisiner à l'émission *Ricardo and Friends* sur la réputée chaîne anglophone *The Food Network*. Il publie en plus un magazine qui porte son nom et a conçu des livres de recettes qui se vendent comme des petits pains. *Ricardo Média* est une PME qui compte près d'une trentaine d'employés.

Ricardo, une vedette, un homme que plusieurs femmes rêveraient d'avoir dans leur vie, sinon dans leur cuisine? «Bof, ce que le public aime, lance-t-il sans ciller, c'est surtout ce que je représente : un gars de bonne humeur qui explique ses recettes simplement, apprécie la vie et aime s'occuper de sa blonde et de sa famille. Et puis le vedettariat peut exister seulement quand tu ne connais pas la personne. Le soir, je fais la même chose que tout le monde : j'ai une routine quotidienne. Je considère que ma vie est comme celle de tout le monde. Par contre, ce qui est extraordinaire, c'est que j'ai réalisé mes rêves grâce à ma femme Brigitte.»

Il y a seize ans, Ricardo a épousé Brigitte Coutu, une nutritionniste qui, dit-il, l'a aidé à canaliser ses énergies pour se réaliser pleinement à travers sa double passion pour la communication et la cuisine. Le couple est inséparable dans la vie comme en affaires. Il anime et cuisine, elle conseille et administre. «J'avoue que je ne sais même pas combien je gagne par année. Ça ne m'intéresse pas. Brigitte s'occupe de tout ce qui est *business* et j'ai une totale confiance en elle.»

RICARDO RÉSILIENT

La vie de Ricardo avant Brigitte n'a pas été facile. Enfant, il souffre de l'alcoolisme de son père qui fait vivre un véritable enfer psychologique à sa famille. «Mon père buvait un 40 onces par jour, sept jours sur sept en revenant du travail. Le soir, on passait au cash. Il était violent verbalement et c'était l'enfer.» Selon lui, c'est grâce à la présence aimante de sa mère et de sa grand-mère qu'il est parvenu à garder son équilibre et à ne pas reproduire le modèle paternel. «Mon *pattern* amoureux n'était pas compliqué. Je voulais être à l'opposé de mon père. C'était sûr que je n'allais pas boire et que je rêvais de donner mon chèque de paie la femme que j'aimerais.» Le cuisinier se considère comme un

être *résilient*, qui a trouvé la force de rebondir face à l'adversité.

Ricardo a dû se bagarrer pour faire sa place au soleil. Au secondaire, son physique frêle et sa maladresse sportive font de lui le souffre-douleur des autres garçons. «J'ai tellement braillé tous les jours. Mes parents m'avaient envoyé dans un collège privé et je leur demandais ce que je leur avais fait pour qu'ils m'envoient là. Je voulais juste disparaître, ne plus exister, me fondre dans la masse», se souvient-il.

Un jour, Ricardo prend conscience que sa vie doit changer. «Je me souviens du jour où je me suis dit que je voulais être heureux dans la vie. Alors, j'ai commencé à observer les autres, à constater que je n'étais ni pire, ni mieux qu'eux et que je devais me faire respecter.» Deux de ses amis, qui sont toujours proches de lui aujourd'hui, lui montrent alors à jouer au baseball et au hockey afin qu'il passe inaperçu et qu'on cesse de le harceler.

Entre-temps, Ricardo développe sa force de frappe... oratoire. Il se met à étudier les faiblesses des «forts» qui l'écrasent et apprend à se battre avec les mots. Il décide de ne plus avoir peur. «J'ai compris que je ne serais jamais capable de me battre physiquement, mais que je pouvais trouver des réponses pour intimider ceux qui étaient sur mon dos. Je m'arrangeais pour trouver des réponses qui ne puissent plus permettre aux autres de me rentrer dedans. Et ça a fonctionné. J'ai intimidé le plus fort de mes bourreaux devant tout le monde et il a cessé de me harceler», confie-t-il avec une candeur désarmante.

Lentement, mais sûrement, Ricardo se reconstruit et sa vie s'améliore à un point tel que c'est lui qui devient la «vedette» de l'école. Il fait rire les autres et surtout, il se porte à la défense de ceux qui subissent le calvaire qu'il a connu. «Il était

clair que je ne voulais jamais faire souffrir les autres comme moi j'avais souffert et que je protégerais les plus faibles.» À la fin du secondaire, comme il n'aime pas l'école et n'est pas un intellectuel, il songe à décrocher jusqu'à ce qu'un professeur lui parle de l'Institut de tourisme et d'hôtellerie du Québec. Il n'a pas nécessairement de bonnes notes, mais sa personnalité fait pencher la balance en sa faveur. «L'ITHQ, affirme-t-il, m'a empêché de devenir un *drop out*. Moi, j'étais plus manuel. Il fallait que je voie tout de suite un résultat. Je m'identifie beaucoup aux jeunes gars qui haïssent l'école. J'ai haï l'école de la maternelle au secondaire cinq. Il n'y a pas une journée que j'ai aimée... Si t'es pas *standard*, c'est très difficile.» Selon lui, le système d'éducation devrait mettre au programme des cours de cuisine obligatoires de la maternelle au secondaire cinq afin de prévenir le décrochage et d'éduquer les jeunes à l'importance d'une bonne alimentation.

RICARDO FAMILIAL

La famille est au cœur des préoccupations quotidiennes de Ricardo. Même s'il adore son métier, sa femme et ses trois filles passent avant tout. Il y a quelques années, sa femme a été frappée par un cancer et il a pris le risque de perdre son émission quotidienne à Radio-Canada en proposant d'en déménager le tournage dans la cuisine de sa maison de Chambly. «Radio-Canada a accepté, mais j'aurais fait autre chose si ça n'avait pas été possible. Je voulais que nous soyons toujours ensemble. Surtout, je voulais pouvoir prendre soin d'elle. Elle va mieux depuis deux ans, mais si elle me disait qu'elle veut que nous passions à autre chose, je n'hésiterais pas à la suivre, car grâce à elle, j'ai réalisé mon rêve et je pourrais mourir demain sans rien regretter», dit-il le regard soudainement embrumé par l'émotion.

Prenant à cœur son rôle de père de trois filles, Ricardo est le genre de patron qui ferme les bureaux à 16h30 pour entrer s'occuper des devoirs, préparer le souper et prendre le temps de manger en famille. Ses employés doivent faire de même et il ne tolère pas les comportements *workaholics*. «Manger en famille, c'est sacré pour moi et Brigitte. C'est le moment où l'on peut échanger, apprendre ce que vivent nos filles. Chez nous, tout le monde doit rester à table et attendre que les autres aient terminé avant de se lever. Les filles sont parfois impatientes, mais quand j'ai pris soin de ma mère qui était atteinte du cancer, c'était la même chose. Je disais à mes filles : "Grand-maman m'a attendu quand j'étais petit, ben aujourd'hui c'est à nous de l'attendre. Un jour, nous aussi on

«L'ITHQ M'A EMPÊCHÉ DE DEVENIR UN *DROP OUT*. MOI, J'ÉTAIS PLUS MANUEL. IL FALLAIT QUE JE VOIE TOUT DE SUITE UN RÉSULTAT. JE M'IDENTIFIE BEAUCOUP AUX JEUNES GARS QUI HAÏSSENT L'ÉCOLE. J'AI HAÏ L'ÉCOLE DE LA MATERNELLE AU SECONDAIRE CINQ.»

RICARDO SOLIDAIRE DU CAFÉ L'ITINÉRAIRE

En plus d'être activement engagé auprès de La Tablee des chefs pour le volet « transfert des connaissances », Ricardo a accepté de soutenir le concept des cartes-repas du Café L'Itinéraire. Celui qui a vécu l'exclusion, sans toutefois avoir connu la rue, considère essentiel de faire sa part. « J'ai accepté de donner un coup de pouce à la campagne de cartes-repas d'abord parce que ça permet à des personnes de la rue de bien manger, mais surtout parce que le concept les oblige à manger en compagnie d'autres personnes, à briser leur isolement. Pour moi, l'aspect communautaire des repas est essentiel à la réinsertion sociale. Plus t'as de problèmes sociaux et économiques, plus il est nécessaire que tu manges avec d'autres. En ce sens, les cartes-repas contribuent à redonner espoir. » En bon papa qu'il est, Ricardo pense aussi que le Café de L'Itinéraire constitue un lieu où il est souhaitable qu'un jeune de la rue se retrouve. « Si j'avais une fille qui se retrouvait dans la rue, je serais rassuré de savoir qu'elle fréquente des organismes comme le Café L'Itinéraire. Comme père, je me dirais qu'au moins elle n'est pas seule, qu'elle mange bien en compagnie d'autres personnes qui vivent des difficultés semblables aux siennes. »

vieillira et on s'attend. Ça finit là. » Ricardo fait d'ailleurs la promotion de l'importance de manger en famille ou avec d'autres et ce, peu importe ce qu'il y a au menu.

La vie familiale occupe une place si importante dans la vie de Ricardo qu'il n'hésite pas à dire ce qu'il ferait s'il était au pouvoir : « J'obligerais tous les pères à prendre un congé parental, car même s'ils ont ce droit, certains craignent d'être pénalisés au travail. Ainsi, on éliminerait aussi la discrimination qu'il peut y avoir à l'égard des femmes en âge d'avoir des enfants : qu'on engage des hommes ou des femmes, ils devraient tous prendre congé pour s'occuper des enfants. Et les pères réaliseraient peut-être que c'est *l'fun* d'être à la maison avec les enfants. »

Ricardo ferait un bon ministre délégué à la Famille et songe parfois à faire le saut en politique. Le seul hic : il dit tout ce qu'il pense et aurait du mal à suivre une ligne de parti. Selon lui, le Québec gagnerait à mettre en place une véritable politique familiale.

« C'est bien, les garderies à sept dollars, mais on a juste trouvé la solution pour que les parents ne puissent pas s'occuper de leurs enfants. Pourquoi ne donnerait-on pas plutôt le choix aux parents ou aux grands-parents de prendre l'argent qu'on donne à une éducatrice pour s'occuper eux-mêmes de leurs enfants? », interroge-t-il.

Le cuisinier vedette a le bonheur facile. Outre la cuisine et le fait de recevoir des amis à souper, il se passionne pour le jardinage qui, dit-il, l'amène dans un état méditatif. Il se qualifie lui-même de contemplatif. Nostalgique du temps où tout était fermé le dimanche, il s'efforce de cultiver la lenteur dès qu'il a du temps pour lui et sa famille. « Je fais du ski lentement, je conduis lentement. Je suis un *slow* dans l'âme. J'aime aussi prendre le temps de ne rien faire de spécial. Je trouve que c'est un luxe incroyable dans notre société de performance. »

PHOTOS : CHRISTIAN TREMBLAY





Aujourd'hui
j'ai dit salut
à quelqu'un

CAVAC

CENTRE D'AIDE AUX VICTIMES
D'ACTES CRIMINELS

Formé pour vous épauler

Pour une victime, retrouver une vie ordinaire, c'est extraordinaire.

Gratuit et confidentiel - 1 866 LE CAVAC - www.cavac.qc.ca

BÉNÉVOLES RECHERCHÉS / VOLUNTEERS WANTED



Une jonquille
pour la vie
A Daffodil for Life

Du 25 au 28 mars 2010

From March 25th to 28th 2010



Société
canadienne
du cancer

Canadian
Cancer
Society

Contactez-nous / Contact us
514 255-5151, poste 5126

MYLASIALTA, SUIVRE LA VOIE DE SON CŒUR



JOSÉE LOUISE TREMBLAY

chroniqueuse de rue
www.joseelouise.com

MyLasiALTA se tapit dans sa grotte, paralysée par ses peurs. Jusqu'au moment où un cygne l'attirera à l'extérieur, vers l'inconnu. Née de l'imagination de Mylène Palardy, pianiste auteure-compositrice-interprète, le spectacle *MyLasiALTA* transcende le genre du théâtre musical, en proposant une orchestration unique incluant la flûte traversière, le piccolo, le tuba, juxtaposée à un univers surréaliste. Cette création est une ode au courage de suivre son cœur.

À travers un voyage initiatique qui s'inspire des quatre éléments (le feu, l'air, l'eau, la terre), l'artiste veut transmettre aux spectateurs la fureur de vivre. « Mon personnage féminin, *MyLasiALTA*, vit dans les ténèbres et le chaos avec seulement un rayon de lumière dans son cœur, paralysée par la peur. Puis, elle trouve le courage de sortir de sa caverne. Je veux faire réaliser aux gens qu'il ne faut pas perdre l'espoir, que lorsque tout va mal et qu'on a l'impression qu'on va perdre les pédales, c'est pour nous éprouver et pour nous amener plus loin dans nos vies. »

Mylène Palardy a ressenti un besoin vital de personnifier son inspiration : « *MyLasiALTA* est arrivée comme ça, tout bonnement et elle a commencé à m'obséder. Je suis partie en voyage, mais ce personnage me tenaillait toujours. Je devais développer cette idée. C'était plus fort que moi », se rappelle-t-elle. Après huit années de création intensive, la jeune artiste de 26 ans est prête pour présenter le spectacle *MyLasiALTA*, qui inclut à la fois chant, théâtre, danse et quelques effets spéciaux.

Le programme Jeunes volontaires du gouvernement du Québec l'a grandement aidée à concrétiser son projet inusité. « Ce programme m'a permis de mettre sur pied la logistique du spectacle et de créer les



DE GAUCHE À DROITE ET DE HAUT EN BAS : JULIE HOULE, MARIE-NOËLLE CHOQUETTE, MARIN BLOUIN, ÉLISE-ANNE VALLIÈRES ET MYLÈNE PALARDY

décors. Maintenant, je continue en allant chercher mes commanditaires. C'est un spectacle que je désire présenter longtemps, car je veux le commercialiser », révèle la jeune artiste hyper active. « Avec ce projet, je suis conceptrice, interprète, gestionnaire, réalisatrice; bref, tout ça me permet de dépenser mon énergie super active! »

MYLÈNE PALARDY

Fille d'agriculteurs de génération en génération, l'auteure compositrice et interprète a étudié le piano classique dans son enfance; à l'adolescence, elle s'est intéressée au jazz. Axé sur l'improvisation, ce style musical l'a poussée à créer ses propres chansons. En s'amusant vocalement, l'artiste découvre un univers coloré par des sons très variés. Sa voix au ton « à la Björk », nous entraîne dans un *Monde universel*. « J'utilise les registres aigu ou grave pour aller chercher des ambiances sonores, plus que pour la performance. Ma voix est très émotive », insiste l'explosive créatrice. Même si sa voix rappelle celle de la chanteuse norvégienne Björk, il n'en demeure pas moins que Mylène Palardy conserve sa propre signature vocale et interprète des chansons originales en français.

Son désir le plus cher est que l'humain devienne plus humain, plus authentique, et non un modèle standardisé par l'ensemble de la société, au détriment de ceux et celles plus originaux, rejetés ou exclus : « Ma question est la suivante : peut-on être soi-même et réussir? Personnellement, à travers mon parcours artistique, ça n'a pas été facile. Je créais des chansons dans de nouvelles formes musicales et dans mes cours de création, on me disait qu'on ne me comprenait pas. Je me suis donc remise en question et ça m'a permis de pousser ma démarche créative encore plus loin. »

La condition de l'être humain demeure la principale préoccupation de Mylène. « À travers toute l'histoire de l'humanité, l'humain a toujours reproduit les mêmes *patterns* et ça me chagrine beaucoup. J'aimerais vraiment allumer quelques lumières aux personnes qui verront mon spectacle », dit-elle, les yeux radieux.

POUR AIDER MYLÈNE AVEC SON PROJET
WWW.MYSPACE.COM/MYLASIALTA

PHOTO : CATHERINE GAUTIER

JOUER DU TAM-TAM POUR LA COMMUNAUTÉ

MARLÈNE FISETTE

Impossible de rester de glace à l'écoute des rythmes entraînants des tam-tams et des tambours africains. Impossible, non plus, de ne pas vouloir prendre part à la fête devant un spectacle de percussions de Samajam. Louis Bellemare, le président et fondateur de Samajam, la plus grande école de percussions au Canada, a bien compris le pouvoir de la musique et mise depuis bientôt deux ans sur l'énergie festive qui émane des percussions pour égayer le quotidien des plus démunis.

Mieux connu pour son école de percussions, de danse africaine et de gumboots, Samajam est aussi un groupe de musiciens professionnels et un service de mobilisation en milieu de travail. Mais derrière ces nombreuses facettes se cache une entreprise généreuse, altruiste et engagée socialement. C'est en 2008, après une «révélation» qui bouleversera sa conception du travail, que Louis Bellemare décide de se doter d'une mission : celle de partager son butin en redonnant tous les profits générés par le groupe Samajam à des œuvres sociales et humanitaires. «Aujourd'hui, Samajam est avant tout un organisme de bienfaisance et de charité, raconte-t-il fièrement. Le centre de toutes nos actions réside dans le fait de redonner à la communauté.»

«Le téléphone ne déroutait pas, affirme Karen Gauthier, coordonnatrice chez Samajam. On peut recevoir jusqu'à trois demandes par jour. On doit donc trancher et privilégier les projets qui sont directement en lien avec les valeurs de Samajam, comme ceux qui encouragent la mobilisation des jeunes par la musique.» Le Projet garage a trouvé le soutien nécessaire chez Samajam. Pendant un peu plus de deux mois, Martin Ruel, professeur à

l'école de percussions, a accueilli 220 élèves de l'école primaire St-Nom-de-Jésus situé dans le quartier défavorisé Hochelaga-Maisonneuve. Avec l'aide de plusieurs bénévoles, Martin a initié ces jeunes à la mélodie des tambours africains et a réussi à monter un spectacle où tous ont pu partager leur nouveau talent avec leur famille et leurs amis. «On deal avec des jeunes, souvent hyperactifs et ayant des graves problèmes de déficit d'attention, qui ont besoin de dépenser énormément d'énergie. En leur faisant taper sur un tambour africain, ils peuvent se défouler et canaliser leur énergie», soutient Martin Ruel, visiblement enthousiasmé par l'implication de ses élèves.

LE PLAISIR AVANT LA PERFORMANCE

Comme pour le Projet garage, toutes les activités menées par Samajam visent principalement à redonner confiance aux participants en leur permettant de vivre des petits succès en groupe. Le simple exercice de faire tonner un tambour au même instant que ses compatriotes permettrait de créer une unité au sein d'une équipe et un sentiment d'appartenance. Pour plusieurs, il s'agirait là d'une manière agréable de rompre avec la solitude quotidienne au profit d'un joyeux moment de spontanéité partagée. Louis Bellemare s'efforce de ne jamais placer la performance à l'avant-plan : «C'est plutôt le plaisir et l'entraide qui sont privilégiés. Pour jouer du tambour, il faut absolument entrer dans l'univers de la créativité et du plaisir; il faut aussi avoir une conscience de soi dans une équipe et une écoute des autres pour que l'harmonie opère.»

Samajam a ainsi appuyé plus d'une cinquantaine de projets

en présentant gratuitement une foule de spectacles-bénéfices et en offrant des cours d'initiation aux percussions à une population démunie. Le groupe a notamment collaboré avec la Mission Old Brewery, le Bon Dieu dans la rue et le Dr. Julien

pour œuvrer auprès d'itinérants, de personnes touchées par la maladie mentale, d'autistes et de personnes sourdes. On s'enchant de apprendre que la contribution de Samajam ne risque que de se décupler au fil du temps!



DES JEUNES VENANT DE MILIEUX DÉFAVORISÉS APPRENNENT LES PERCUSSIONS DANS LE CADRE DU PROJET GARAGE.



LOUIS BELLEMARE, PRÉSIDENT ET FONDATEUR DE SAMAJAM

WWW.SAMAJAM.BIZ

PHOTOS : SAMAJAM

SOINS DU CANCER : LES QUÉBÉCOIS SONT-ILS BIEN SERVIS?

JOSÉE-ANN MOISAN

Cette année, 44 200 Québécois apprendront qu'ils souffrent d'un cancer et 20 100 en mourront. Avons-nous accès à des soins physiques et psychologiques de qualité? L'itinéraire s'est intéressé à cette question.

Selon le porte-parole de la Coalition Priorité Cancer, le Dr Pierre Audet-Lapointe, le système actuel ne dispose pas de ressources suffisantes pour assurer des soins adéquats aux personnes atteintes de cancer. «D'ici peu, un Québécois sur deux aura un cancer. En Colombie-Britannique et en Alberta, des agences assurent la coordination des services et c'est là qu'ils sont les plus efficaces au Canada. En prônant la création de l'Agence québécoise de lutte contre le cancer, notre objectif est que de moins en moins de personnes soient atteintes de cancer, que le temps d'attente pour des traitements diminue, que les soins, médicaments et services soient disponibles et que les intervenants en oncologie aient accès aux outils dont ils ont besoin. Le dépistage et la prévention sont les plus importants et ne demandent pas d'équipement lourd. Le gouvernement se traîne les pieds.»

PATIENTS MÉCONTENTES

Les résultats d'une étude menée en avril 2009 auprès de 800 adultes québécois eux-mêmes atteints ou ayant un proche atteint du cancer au cours des deux dernières années n'ont rien de très réjouissant. Le tiers des personnes malades ont dû se rendre dans une autre ville ou une autre région pour voir un oncologue ou obtenir des traitements ; un patient sur 20 a dû renoncer à un traitement parce qu'il ne pouvait pas se déplacer et 60% des patients n'ont reçu aucune aide financière. Une situation que dénonce Valérie Grant, dont la fille Toni, neuf ans, a dû se faire amputer une partie de la jambe gauche à la suite d'un cancer au genou. «J'ai dû quitter mon emploi pour être à son chevet et m'assurer qu'elle communique bien avec les infirmières qui sont déjà débordées. Nous avons le soutien de notre famille est de nos

amis, mais c'est difficile. Aucune famille ne devrait avoir à se soucier de ses finances lorsqu'elle traverse une telle épreuve. Notre monde s'est écroulé.»

«LE TIERS DES PERSONNES MALADES ONT DÛ SE DÉPLACER DANS UNE AUTRE VILLE OU UNE AUTRE RÉGION POUR RENCONTRER UN ONCOLOGUE OU RECEVOIR LEURS TRAITEMENTS.»

— Rapport 2009 sur l'Accès aux soins et au soutien pour les personnes atteintes de cancer au Québec.

La Dre Marika Audet-Lapointe, présidente de PSYmedicis, psychologue clinicienne et chercheuse au Regroupement des oncopsychologues du Québec comprend la détresse de Valérie. Après avoir travaillé au département de radio-oncologie du CHUM, elle a fondé PSYmedicis (www.psymedicis.com), une firme privée spécialisée en oncopsychologie œuvrant en recherche et en formation et offrant des services de psychothérapie pour les personnes atteintes de cancer et leur famille. «Ces soins sont primordiaux quand on parle de cancer, et ce, à toutes les étapes de la maladie : au diagnostic, durant les traitements ou en période de rémission. On croit que l'on doit concentrer toutes ses énergies dans les soins physiques et on compte sur les amis et la famille pour soutenir la personne atteinte. Or, la trajectoire oncologique peut être parsemée de nombreux défis psychologiques en fonction du parcours de chaque personne, ce qui nécessite une complémentarité des soins physiques et psychologiques.»

Bien que la profession soit reconnue et favorisée par le programme québécois de lutte contre le cancer, aucune université au Québec ne propose de formation spécialisée en oncopsychologie. On demande donc aux psychologues qui ont une expertise en anxiété, en stress ou dans le domaine médical de joindre les équipes d'oncologie. «Ils apprennent sur le tas», dit Marika Audet-Lapointe. «Mais l'oncologie est un domaine très complexe, qui exige une formation

intégrée tant au plan des composantes médicales que psychologiques.»

BESOIN DE SOUTIEN

Atteinte de trois cancers sur une période de cinq ans, Marie-Hélène Dubé, une mère de famille qui n'a pas de revenu régulier depuis mars 2009, a organisé une pétition pancanadienne afin que les personnes atteintes de cancer aient droit à des prestations de l'assurance-emploi. Présentement, elles ne reçoivent que 55% de leur salaire durant 15 semaines. «Plus de 60 000 personnes ont signé la pétition et nous avons un bel appui des députés sur le terrain, dit-elle. Le projet est appuyé par le Bloc québécois et par les libéraux et nous attendons l'avis du Parti conservateur. Avec la prorogation décrétée par Harper, tout est repoussé, mais nous devrions déposer la pétition au printemps. Je reçois beaucoup de lettres et de courriels de personnes qui vivent une situation semblable à la mienne. Nous voulons que ça change pour le mieux.»

UN OBJECTIF COMMUN

Tout comme la Coalition, la Société canadienne du cancer travaille à optimiser les soins et à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes. Alors que la Coalition décide par consensus et agit principalement auprès des gouvernements, la Société canadienne du cancer est la deuxième source de financement pour la recherche. «Nous offrons des groupes de soutien, de la visualisation par l'art et le jumelage téléphonique avec la ligne *Cancer, J'écoute*», ajoute le porte-parole et conseiller principal, Relations publiques, à la Société canadienne du cancer Division du Québec, André Beaulieu.

POUR SUIVRE LE DÉNOUEMENT DU PROJET, VISITEZ LE :
WWW.PETITIONASSURANCEEMPLOI.COM

Problème de drogue? Si tu veux arrêter, nous pouvons t'aider.
Notre expérience collective nous a appris que ceux et celles
qui assistent régulièrement à nos réunions demeurent abstinents.

NARCOTIQUES ANONYMES



514-249-0555 / 1-800-879-0333 / www.naquebec.org

*On vous écoute
et on vous comprend*

UNE PHARMACIE 
UN TRAITEMENT-SANTÉ
SUR MESURE 

**Spécialisation en MTS,
VIH/SIDA et hépatite.**

Consultation et analyse pharmacologique
Conseils et services personnalisés
Courtoisie et confidentialité assurées
Membre du projet TADO

PHARMACIES

MARTIN DUQUETTE



À la clinique l'Actuel : 1001, boul. de Maisonneuve Est, bureau 1130, Montréal 514-528-0877
Pharmacie Martin Duquette : 600, rue Sherbrooke Est, bureau 101, Montréal 514-842-7065

MINE RÉJOUIE SANS CHIRURGIE

JOSÉE-ANN MOISAN

Miroir, miroir, dis-moi qui est la plus belle? Un teint de pêche, des cernes atténués et des rides moins apparentes sans passer sous le bistouri sont aujourd'hui à la portée de celles qui sont prêtes à délier les cordons de leur bourse.

Loin derrière l'Europe et la Californie, chefs de fil en matière d'innovation esthétique et de soins de beauté, le Québec n'est tout de même pas en reste. Il est possible de remodeler son visage sans avoir de cicatrices dans le confort de notre demeure ou chez une esthéticienne de confiance. *L'itinéraire* joue aujourd'hui à l'analyste beauté en vous présentant trois techniques qui se démarquent en la matière.

BEAUTYTEK

Ce traitement s'offre à ceux et celles qui sont prêts à supporter un léger picotement et des pulsations sur leur peau. Beautytek est un système innovateur qui cible les carences énergétiques de la zone traitée en activant les forces d'autoréparation du corps, en stimulant la combustion de graisse et la régénération des tissus, ce qui a pour effet d'augmenter le tonus musculaire.

Il a été implanté au Québec grâce à Danièle Gosselin, propriétaire des cliniques du même nom de Brossard et Boucherville, qui est allée chercher le système en Allemagne. « Ça a fait un petit miracle pour mon abdomen, j'ai donc suivi la formation là-bas et rapporté la machine en 2004. » Des clients des États-Unis, des hommes et des femmes bénéficient aujourd'hui des soins de Mme Gosselin et de son équipe. « Le traitement dure environ 60 minutes et coûte 170 \$, dit-elle. Les rides profondes vont rester, mes les ridules seront atténuées, et le traitement donne du tonus à la peau de manière presque instantanée. On peut aussi l'utiliser pour le traitement de la cellulite et pour galber la poitrine. » La propriétaire suggère de répéter les séances deux fois par séquences de quelques semaines et de répéter l'opération aux huit mois.

WWW.CLINIQUEDANIELEGOSSSELIN.COM

ACULIFTING

À la jonction des techniques d'acupuncture et de magnétothérapie, dont se serait servi Cléopâtre pour préserver sa jeunesse, le masque AcuLifting, est anti-âge et fabriqué sur mesure. En plastique souple, il est incrusté d'aimants plaqués en or 24 carats qui rejoignent les principaux points d'acupuncture tendino-musculaires sur le visage du client.

Imaginé en 2006 lors d'un souper de famille, le prototype a été conçu par l'acupuncteur Pauline Dr. Simard. Pierre Saint-Cyr et Marie-Josèphe Simard se sont chargés de sa commercialisation. « Il suffit de le porter trente minutes par jour, dit Marie-Josèphe Simard. Nous avons des mamans qui vivent à 115 milles à l'heure qui le portent en faisant les lunchs, et d'autres femmes qui se le voient offrir par leur mari qui souhaitent qu'elles se reposent. Mais on ne



IL EST POSSIBLE DE REMODELER SON VISAGE SANS AVOIR DE CICATRICES DANS LE CONFORT DE NOTRE DEMEURE OU PAR LE BIAIS DE SÉANCES CHEZ DES ESTHÉTICIENNES DE CONFIANCE.

vend jamais le masque en disant qu'il va faire disparaître les rides. Il donne de l'éclat et du tonus à la peau. » Au Québec, AcuLifting se détaille à 1 250 \$ et compte actuellement plus de 500 clients « masqués ». « C'est une belle approche naturelle non-abrasive qui, fondamentalement, a du sens, dit Madame Simard. Les personnes qui bénéficient du soin se font souvent demander si elles reviennent de voyage! »

WWW.ACULIFTING.COM

FEATHERLIFT

Quant à lui, le Featherlift est un traitement de 90 minutes durant lequel de minuscules fils invisibles sont insérés de manière permanente sous la peau au niveau sous-cutané. Ces fils de polypropylène ont l'effet du velcro et tirent la peau délicatement, à contre-courant des lignes naturelles des rides. Il permet d'alléger les rides profondes sans l'utilisation du bistouri et offre un résultat permanent.

WWW.ESTHEMEDIC.COM

PRÉCAUTIONS NÉCESSAIRES

Selon l'Association des spécialistes en chirurgie plastique et esthétique du Québec, toute personne qui souhaite recevoir un traitement de lifting devrait se référer au site Internet www.ascpeq.org afin de vérifier que le spécialiste choisi soit reconnu par l'Association. Le site contient aussi des informations sur le lissage sans chirurgie. On peut aussi visiter le site Internet du Collège des médecins au www.cmq.org pour confirmer le droit de pratique du spécialiste.



MA RUE A SES LIMITES

En sécurité dans nos quartiers

Pour connaître les différents secteurs visés : 311 ou ville.montreal.qc.ca/villemarie

Ville-Marie
Montréal 



L'ÉCHANGE
Livres, CD, DVD
d'occasion
713 et 707 MONT-ROYAL EST
Ouvert 7 jours de 10h à 22h  Mont-Royal, 514-523-6389

LE CORPS EST UNE MACHINE MERVEILLEUSE
NOURRISSEZ-LE

CLARA INCHES EST UNE ATHLÈTE DE HAUT NIVEAU QUI CONNAÎT L'IMPORTANCE D'UNE SAINTE ALIMENTATION DANS LA PRATIQUE DE SON SPORT. NATURA FAIT PARTIE DE SES CHOIX EN MATIÈRE D'ALIMENTS NUTRITIFS.



natura
NO CONTIENE DE LA SOIE
www.natura.com

CLARA INCHES
Chicaneuse mondiale d'Alpinisme

POUR ANNONCER
DANS NOS PAGES
CONTACTEZ
KAROLINE BERGERON AU
514 597-0238 POSTE 245

LE MEUX ÊTRE



**Clinique
Nouveau
Départ**

**TRAITEMENT DE L'HÉPATITE C
ET CO-INFECTIIONS**
D^r JEAN ROBERT - BA, MD, M.SC., FRCPC

CLINIQUE DE SANTÉ COMMUNAUTAIRE

www.cliniquenouveaudepart.com
Tél.: 514 521-9023 / Fax.: 514 521-1928
1100, avenue Beaumont, Ville Mont-Royal, Québec H3P 3E5

LA NUTRACEUTIQUE A LE VENT DANS LES VOILES

CHRISTINE BERGER

«L'aliment est ton premier médicament!» disait le célèbre médecin grec Hippocrate, quelque 500 ans avant notre ère. En 2010, un simple regard aux étagères de l'épicerie du coin suffit pour constater l'importance accordée à l'alimentation. Le mot d'ordre : prévenir plutôt que guérir. La tendance : la nutraceutique.

Yogourts probiotiques, œufs enrichis en oméga 3, fraises riches en antioxydants : au supermarché, la présence d'aliments nutraceutiques à valeur ajoutée ne surprend plus. Ces aliments, aussi appelés aliments fonctionnels par ajout, présenteraient des propriétés thérapeutiques : ils soulageraient, préviendraient ou guériraient la maladie tout en nourrissant.

LE PAIN BLANC POINTÉ DU DOIGT

L'alimentation nutraceutique s'inscrit dans une volonté de réappropriation par les individus de saines habitudes de vie. Selon l'Institut des nutraceutiques et des aliments fonctionnels (INAF), les maladies liées à l'alimentation sont en croissance partout dans le monde. En Occident, l'excès de poids constitue la deuxième cause de cancer. «Le gras est la principale source de stockage des déchets toxiques dans le corps humain», note David Servan-Schreiber, médecin et auteur scientifique. Tandis que le Fonds Mondial de Recherche contre le Cancer recommande de réduire au maximum son taux de gras, la proportion d'enfants obèses au Canada a plus que triplé en 25

ans. En termes de responsabilité, l'industrie agroalimentaire est pointée du doigt.

«Pour moi, manger du pain blanc, c'est aussi grave que de fumer», estime le Dr Richard Béliveau, biochimiste réputé, pionnier dans le domaine de la nutraceutique. Le pain blanc s'inscrit dans une vaste gamme d'aliments néfastes pour la santé produits par l'industrie

CONSOMMÉS EN QUANTITÉ SUFFISANTE ET DANS LEUR ÉTAT NATUREL, CHOUX DE BRUXELLES, BROCOLI, GRAINES DE LIN, CURCUMA, AIL ET BLEUETS FACILITENT LE TRAVAIL DES DÉFENSES NATURELLES DU CORPS.

agroalimentaire de masse depuis la fin de la Deuxième Guerre mondiale. Riches en sucre, et/ou oméga 6, ces aliments favorisent la multiplication des cellules graisseuses, mais aussi des cellules cancéreuses.

Les chercheurs en nutraceutique recommandent une alimentation diversifiée, riche en fruits et légumes. Nul besoin de chercher midi à quatorze heures. Par exemple, consommés en quantité suffisante et dans leur état naturel, choux de bruxelles, brocoli, graines de lin, curcuma, ail et bleuets facilitent le travail des défenses naturelles du corps. De la même façon, il est clairement documenté que les polyphénols présents dans le thé vert peuvent bloquer, par activité antioxydante, le développement de certaines tumeurs.



UN BON FILON POUR SE REDORER LE BLASON

Les recherches scientifiques ainsi que l'intérêt des autorités publiques et des consommateurs vis à vis la nutraceutique n'ont pas échappé aux grands de l'industrie agroalimentaire. Selon les estimations du gouvernement du Canada, en 2007, la demande canadienne de produits nutraceutiques et d'aliments fonctionnels oscillait entre un et deux milliards de dollars canadiens. Quelque 300 entreprises canadiennes s'intéressaient alors à cette branche de l'industrie. Le développement technologique permet d'incorporer des composés nutraceutiques aux aliments sans en modifier le goût ou la texture. Ces aliments, tels que les œufs oméga 3, sont

vendus à un prix plus élevé et offrent une marge de profit plus grande.

Le consommateur doit toutefois rester vigilant. Le Dr Béliveau constate beaucoup de fraude dans le milieu. «Par exemple, toutes les boissons que l'on dit à base de thé vert sont complètement nulles. Les polyphénols extraits ont une demi-vie d'environ 30 minutes. Donc, l'activité biologique d'une boisson faite avec du thé vert est de zéro.»

Au Québec, une trentaine d'entreprises se spécialisent en production d'aliments nutraceutiques.

INFORMATIONS CONCERNANT LES ALIMENTS CONTRE LE CANCER
WWW.RICHARDBELIVEAU.ORG

Donnons de la **couleur** au **vert**.



Écotrip est un organisme à but non lucratif dont la mission est de promouvoir et de valoriser le développement durable, l'écocitoyenneté et l'écotourisme de façon positive.



La STM,
toujours là!



LOGIS-PHARE

Logements disponibles

Le projet Logis Phare est un immeuble d'appartements supervisés à prix modique pour des personnes en traitement de substitution aux opiacés (femmes enceintes, couples avec enfant(s) ou familles monoparentales). Des intervenants sont sur place pour offrir un support communautaire aux résidents. Les critères de base sont;

- Être sous traitement de substitution
- Être parent d'un ou de plusieurs enfants de 0 à 5 ans
- Être prêt à s'investir, avec le support des intervenants, à l'élaboration et à l'application d'un plan d'intervention

La durée maximale du séjour est de 3 ans.

Si vous êtes intéressés ou aimeriez en savoir plus sur le projet, veuillez communiquer avec M. Daniel Harpin au (514) 523-3135



UN MOUVEMENT QUI TOMBE À PIC

CHARLES-ÉRIC BLAIS-POULIN

Qu'arrivera-t-il lorsque les pétrolières toucheront le fond du baril? Pour mieux affronter le pic pétrolier, des citoyens pressent les villes du Québec de réduire leur dépendance à l'or noir. Une initiative citoyenne qui carbure à l'énergie propre... et à l'espoir.

Le mouvement *Villes en transition*, inspiré par les travaux du professeur anglais en permaculture Bob Hopkins et de ses étudiants, essaime tranquillement au Québec, en France et en Belgique. Le projet, qui a pris racine en 2006 dans la municipalité de Totnes, au Royaume-Uni, vise à protéger les villes contre les crises extérieures, particulièrement la pénurie appréhendée du pétrole. «C'est une initiative citoyenne qui souhaite inciter les villes à mieux s'adapter au changement. En réduisant notre dépendance au pétrole, ça permettra aussi de réduire les émissions de gaz carbonique», explique Michel Durand, initiateur du mouvement à Boucherville et membre fondateur du comité Transition Québec.

Journées d'informations, soirées-débats, contact avec

les élus: le mouvement *Villes en transition* avance à petites enjambées. «On a formé à Boucherville un comité initiateur qui diffuse l'information et, au printemps, on organisera les premières activités publiques. Ultimement, le comité devrait disparaître pour que le changement appartienne vraiment aux citoyens», ajoute M. Durand.

COATICOOK EST, AVEC SUTTON, LA MUNICIPALITÉ QUI A LE PLUS PROGRESSÉ POUR VAINCRE SA DÉPENDANCE AU PÉTROLE, SELON LES HUIT ÉTAPES DÉFINIES PAR L'ORGANISME VILLES ET COMMUNAUTÉS EN TRANSITION.

Coaticook figure parmi les neuf municipalités québécoises inscrites auprès de *Villes et communautés en Transition*, qui chapeaute les projets francophones. Elle est, avec Sutton, la municipalité qui a le plus progressé pour vaincre sa dépendance au pétrole, selon les huit étapes définies par l'organisme. Au cœur de la démarche: un marché public sur Internet qui permet aux citoyens d'acheter des produits

locaux. Le centre de commande en ligne a pour but de favoriser l'agriculture de proximité et de réduire les déplacements des consommateurs.

L'organisateur du projet à Coaticook, Bernard Lebleu, souligne que le virage vert ne s'est pas fait sans heurts. «Je me suis fait engueuler par des groupes écologistes, déplore-t-il. Plusieurs sont divisés et ont de la misère à rejoindre une cause commune et à rallier le grand public. Ça devient difficile de faire quoi que ce soit qui repose sur la solidarité.»

ÉCLOSION À MONTRÉAL

Les municipalités des régions ne sont pas le seul terrain fertile pour *Villes en transition*. Des citoyens montréalais souhaitent importer le projet dans les quartiers de la métropole. «Lorsqu'on regarde le livre de référence du mouvement, on remarque que le projet est mieux adapté pour les petites villes. Mais au niveau des quartiers, plusieurs initiatives, comme les jardins collectifs, se rapprochent de *Villes en transition* sans nécessairement en avoir l'appellation», explique

Jocelyn Darou, coordonnateur du Groupe de Recherche d'Intérêt Public de l'UQAM. Le 7 novembre dernier, Jocelyn Darou a réuni plusieurs groupes environnementaux entre les murs de l'université pour discuter du mouvement. «Au moins une centaine de personnes se sont présentées. Ça a permis de créer des liens intéressants entre les différents groupes écologistes qui favorisent une approche similaire.»

Michel Durand, auteur du *Guide de la maison verte*, est convaincu que *Villes en transition* n'est pas une autre de ces belles utopies qui atterrira dans le composteur. «J'ai beaucoup côtoyé le milieu écologiste et j'ai vu tout ce qui pouvait s'y faire. Ce projet-là est celui que j'ai trouvé le plus intéressant et le plus réalisable», soutient l'écologiste, visiblement confiant pour la suite.

VILLESENTANSITION.NET

Atelier de réparation



Sport Dépôt

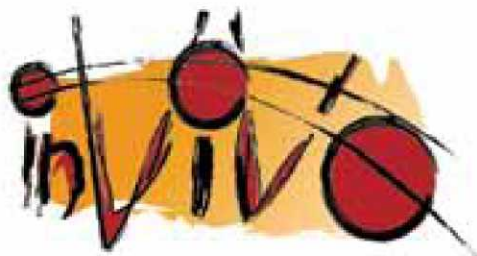
1153 Mt-Royal est Montréal Qc H2J 1X9

Tél. : 514 526-3805



www.sportdepotweb.ca

Velo • Vêtements • Chaussures • Tennis • Soccer • Patin • Raquette • Hockey • Ski



BISTRO CULTUREL ENGAGÉ

Cuisine spontanée ✦ Produits locaux ✦ Brunchs
Jeudi Jazz ✦ Bières de microbrasseries
Spectacles ✦ Expositions



4731 rue Ste-Catherine Est
514 223 8116
www.bistroinvivo.coop

UN RÉPERTOIRE DE FOURNISSEURS ÉCORESPONSABLES

Le Conseil québécois des événements écoresponsables (CQEER) lance cette semaine son tout nouveau répertoire des fournisseurs écoresponsables, accessible en ligne. Il regroupe plus de 500 fournisseurs écoresponsables, qui œuvrent dans 22 domaines différents, de l'alimentation biologique et équitable, aux lieux d'accueil, en passant par la décoration et l'animation.

L'utilisateur du répertoire des fournisseurs écoresponsables pourra effectuer des recherches croisées entre les domaines et les régions du Québec pour lesquels il souhaite trouver des fournisseurs. Cet outil sera continuellement mis à jour.

Ce répertoire en ligne s'inscrit dans la volonté grandissante des organisateurs

d'événements de mettre en œuvre des mesures d'écoresponsabilité. La sélection de fournisseurs qui ont des pratiques écoresponsables est une clé fondamentale à la réussite d'un événement qui limite ses impacts sur l'environnement et accroît ses répercussions positives sur l'économie locale et la communauté. Un outil essentiel à l'organisation d'un événement écoresponsable! ¹



WWW.EVENEMENTECORESPONSABLE.COM

BELL, BOMBARDIER ET PAGES JAUNES « COVOITURENT »

Les 20 000 employés de Bell, Bombardier Aéronautique et Groupe Pages Jaunes auront dorénavant accès à un système commun de covoiturage. Ces trois entreprises viennent en effet de se joindre au Réseau de covoiturage, un système en ligne d'aide à l'organisation des déplacements en covoiturage.

Par exemple, pour Bell, l'adhésion à ce programme va lui permettre d'encourager le covoiturage auprès de ses employés répartis dans ses trois principaux établissements de Montréal, y compris son siège social de l'Île des Soeurs. Cette initiative répond d'ailleurs au critère de transport durable de ce nouveau bâtiment, certifié Leed.

Pour le Groupe Pages Jaunes, cette annonce s'inscrit dans le cadre d'un programme de covoiturage récemment inauguré au sein de plusieurs de ses bureaux à l'échelle nationale, qui inclut notamment des espaces de stationnement privilégiés pour ses 800 employés de l'Île des Soeurs.

Selon Carol Gagnon, directeur de la Sûreté Industrielle chez Bombardier Aéronautique, ce programme «est la solution toute désignée pour nous permettre de gérer l'intérêt croissant de nos employés envers l'adoption d'une approche responsable pour leurs déplacements». ²

SITE DU RÉSEAU DE COVOITURAGE : WWW.COVOITURAGE.CA

VASTE CONSULTATION SUR L'OCCUPATION DES TERRITOIRES

Solidarité rurale du Québec a lancé récemment une vaste consultation sur l'enjeu de l'occupation des territoires qui se poursuit jusqu'au 8 mars. Intitulé « Pour un Québec fort de ses communautés », le document de consultation à laquelle ont pris part des représentants des milieux économique, municipal, culturel, coopératif, agricole, social et environnemental.

Cette consultation est ouverte à tous, citoyens et organisations de l'ensemble du Québec, qu'ils soient ruraux ou urbains, qu'ils soient d'instances locales, régionales ou nationales. Le document identifie les grands défis que les territoires doivent relever : la baisse de la population active, les changements climatiques, la transition énergétique et la vitalité sociale des communautés. Il soumet à la consultation des pistes en matière d'aménagement, de transports collectifs, d'énergies renouvelables, de culture et de développement notamment.

Les résultats de cette consultation seront présentés et discutés les 21 et 22 avril prochain à Shawinigan dans le cadre d'une Conférence nationale sur l'avenir des territoires. Solidarité rurale du Québec déposera un avis au gouvernement du Québec sur cet enjeu en s'appuyant sur les résultats de la démarche et les engagements qui auront été pris pour concrétiser ces avenues. ³

POUR FACILITER LA PARTICIPATION À LA CONSULTATION, UN NOUVEAU SITE WEB EST DÉSORMAIS MIS EN LIGNE : WWW.TERRITOIRES.QC.CA

la Bécane Rouge

4316 rue Ste-Catherine Est
Tel : 514 252 5420
www.labecanerouge.com

En juillet 2008, Brigitte Gantier débarque à Montréal pour y poser valises. De sa France natale, elle cajolait depuis longtemps le rêve de gérer un restaurant de cuisine française. Ayant travaillé plus de 20 ans dans le domaine de la restauration à l'étranger, elle décide d'adopter Montréal comme domicile permanent. Dès septembre 2008, Brigitte Gantier devient propriétaire du restaurant La Bécane Rouge, situé face au théâtre Denise Pellerin, et retrouve les manches pour s'investir corps et âme dans son nouveau projet. De longues heures de dur labeur, des embûches, des pépins, mais rien ne l'arrête.

La Bécane Rouge correspond exactement au genre de restaurant qu'elle recherchait : ambiance chaleureuse, superficie intime agrémentées par son amour pour la cuisine raffinée. Pour la seconde année consécutive, Brigitte participe également à l'événement annuel Chic Resto Pop qui organise une levée de fonds afin de nourrir les enfants du quartier. Puis les projets se défilent, dégustations de vins, soirées thématiques où elle aime présenter des produits régionaux dans ses menus qui font saliver. Elle est ravie de vivre à Montréal car elle considère que la métropole est une ville verte, très aérée, offrant plusieurs parcs espacés et attractions intéressantes. Par surcroît, la vie culturelle et artistique diversifiée lui plaît énormément.

Vous voulez savoir pourquoi la Bécane Rouge se nomme La Bécane Rouge? Allez le demander à Brigitte et profitez-en pour aller savourer les mets qu'elle vous propose. Découvrir La Bécane Rouge, c'est l'adopter.



HOTEL LORD BERRI

EN PLEIN COEUR DU CENTRE-VILLE,
DES CHAMBRES RÉNOVÉES ET DES SALLES
DE RÉUNIONS. À DEUX PAS DU MÉTRO BERRI-UQAM
POUR UN PRIX PLUS QU'ABORDABLE

— ◆ — ◆ — www.lordberri.com — ◆ — ◆ —
514 845-9236
◆ 1199 Berri, entre Ste-Catherine et René Lévesque ◆



OFFRE EXCLUSIVE

15%

de RABAIS

SUR PRÉSENTATION DE CE COUPON

26 MAGASINS !
DESERRES.CA

© 2010 DeSerres Inc. Tous droits réservés. Cette offre est valable jusqu'au 31 décembre 2010 sur les produits à prix marqué de DeSerres. Les prix sont en dollars canadiens et peuvent varier. Pour connaître les restrictions, veuillez consulter les conditions d'utilisation de DeSerres Inc. sur www.deserres.ca.

Souhaitant proposer à ses lecteurs deux perspectives différentes de l'actualité économique, *L'itinéraire* est heureux de s'associer à Pierre Duhamel, journaliste économique au Canal Argent, et à Gilles Bourque, responsable de Oikos, un blogue spécialisé en économie sociale et solidaire. M. Duhamel présentera ses commentaires les 1^{ers} de chaque mois, à compter du 1^{er} avril 2010. Les 15 de chaque mois, vous pourrez lire la chronique de M. Bourque.

PIERRE DUHAMEL SE JOINT À L'ITINÉRAIRE

Nous vous présentons Pierre Duhamel afin que vous puissiez vous familiariser avec ce journaliste, chroniqueur et blogueur réputé. Nous vous présenterons M. Bourque dans la prochaine parution.

L'ITINÉRAIRE : *Quelle est votre vision de l'économie?*

PIERRE DUHAMEL : C'est sûr que je crois à l'économie de marché. Selon moi, n'importe quel autre système est pire. Je crois à l'initiative personnelle, à la responsabilité des gens. Je suis un défenseur de l'entreprise privée. Cela dit, on s'est aussi donné un État qui repose sur un certain nombre de valeurs et je pense, [par exemple], que notre système de santé gratuit et universel est meilleur qu'aux États-Unis. Je sais aussi que les coûts [d'un tel système] sont exponentiels et que l'on doit créer beaucoup de richesse pour répondre aux besoins de la population. Je ne suis pas de gauche, mais pas non plus *libertarien*. Je ne dis pas : « Au plus fort la poche, écrasons l'État ».

L'I : *En quoi l'économie peut-elle être au service du social?*

PIERRE DUHAMEL : Pour le meilleur comme pour le pire! Le pire, ce sont les mises à pied, ou des travailleurs pas assez scolarisés et formés peinent à trouver un emploi. Que fait-on avec ces gens? Peut-on les former, les aider à trouver d'autres emplois? Si on veut que l'État s'occupe bien d'eux, ça prend une économie qui va bien. Il y a des pauvres chez nous, mais les pauvres dans les pays pauvres sont encore plus pauvres.

Le meilleur, ce sont les gens qui donnent à travers la philanthropie ou le bénévolat. Pour que la société permette de donner, il faut qu'elle se porte bien et qu'elle génère suffisamment de richesse. Il faut que la société s'enrichisse avant de pouvoir faire de la redistribution.

L'I : *Pourquoi avez-vous accepté de partager votre vision de l'économie dans nos pages?*

PIERRE DUHAMEL : Je me sens honoré de l'offre de *L'itinéraire* [M. Duhamel présente ses textes de façon bénévole]. Je n'avais jamais pensé travailler pour *L'itinéraire*, car je pensais que je ne convenais pas, qu'on ne me demanderait jamais. J'ai à la fois beaucoup d'estime et de considération pour *L'itinéraire*. Je trouve que ses artisans sont des travailleurs exceptionnels, et je trouve que ceux qui le vendent sont de véritables héros. Des héros blessés, qui l'ont eu dur, qui essaient de se relever et de se reprendre en mains. Et moi qui l'a toujours eu facile, ces gens m'impressionnent beaucoup. Il y a un camelot de *L'itinéraire* devant TVA. Un jour, il m'a raconté un peu sa vie. Ça m'avait beaucoup touché. Devant tant d'épreuves, serions-nous aussi vaillants et fiers qu'ils le sont?

L'I : *Dans quelles dispositions abordez-vous cette chronique?*

PIERRE DUHAMEL : Ce défi de chroniqueur me fait peur, autant que lorsque je commence n'importe quelle nouvelle job. Serai-je intéressant pour le lecteur, aurai-je le bon angle? J'ai le trac.

PROPOS RECUEILLIS PAR JÉRÔME SAVARY



PIERRE DUHAMEL EST JOURNALISTE ÉCONOMIQUE DEPUIS 30 ANS; D'ABORD À LA PRESSE CANADIENNE, PUIS À LA REVUE COMMERCE. IL A ÉTÉ RÉDACTEUR EN CHEF DU MAGAZINE AFFAIRES PLUS (1990 À 1997), DE SPORT MAGAZINE (1995) ET DE LA REVUE COMMERCE (1997-1998). DE 1997 À 2005, IL A ÉTÉ DIRECTEUR GÉNÉRAL, PUIS ÉDITEUR DES MAGAZINES D'AFFAIRES DE TRANSCONTINENTAL. EN 2005 ET 2006, IL A TRAVAILLÉ AVEC STÉPHAN BUREAU À LA PRODUCTION DE DIFFÉRENTES ÉMISSIONS DE TÉLÉVISION, DONT CERTAINES ONT ÉTÉ DIFFUSÉES À TVA. DEPUIS 2006, IL A ÉTÉ CHRONIQUEUR AU MAGAZINE L'ACTUALITÉ ET ANIMATEUR D'UN BLOGUE SUR L'ÉCONOMIE ET LES AFFAIRES SUR LE SITE DU MAGAZINE. IL EST AUSSI LE RÉDACTEUR EN CHEF DU MAGAZINE MONTRÉAL CENTRE-VILLE, PUBLIÉ PAR L'ORGANISME DESTINATION CENTRE-VILLE, EN COLLABORATION AVEC LES PUBLICATIONS TVA.



**EN 2010, ÇA VA MARCHER
AVEC LA CSN! BON 8 MARS!**



www.csn.qc.ca

Une entrée sur le marché du travail !

Programme préparatoire à l'emploi :

- Ateliers de groupe
- Stages en entreprise
- Suivis individualisés
- Activités post-formation

Clientèle :

- Agée de 16 à 64 ans
- Éloignée du marché de l'emploi
- Ayant rencontrée diverses difficultés
(absence de domicile fixe, toxicomanie, démission
avec la justice, sous-scolarisation, etc.)

G.I.T.
GROUPE
INFORMATIQUE
TRAVAIL

** Allocation de participation pour prestataire de l'aide sociale, de l'assurance emploi et aux personnes sans revenu **

3587, ave Papineau,
Montréal (Québec)

Renseignements et inscription ☎ (514) 526-1651
www.groupeinfotravail.ca



Desjardins

Caisse du Quartier-Latin de Montréal

Fiers partenaires de l'itinéraire
et du magDVD **Le 3^e Œil**
pour l'aide aux jeunes de la rue

Siège social: 1255, rue Berri, Montréal (Québec) H2C 4G8
Tél: 514 849-3581 Téléc.: 514 849-7019



ASSEMBLÉE NATIONALE
QUÉBEC

Député de Mercier

Hôtel du Parlement, bureau RC.124
Québec (Québec) G1A 1A4
Téléphone : 418 644-1430

Adresse de circonscription
1012, avenue du Mont-Royal Est, bureau 102
Montréal (Québec) H2J 1X6
Téléphone : 514 525-8877
Télécopieur : 514 521-0147
Courriel : akhadir-merc@assnat.qc.ca



AMIR KHADER

EMPLOI : MISER SUR L'HONNÊTETÉ ET LA COMPÉTENCE

PHILIPPE MEILLEUR

Alors que s'amorcera bientôt le Salon Emploi et Formation, une grande convention réunissant les chercheurs d'emplois et les recruteurs des grandes entreprises, *L'itinéraire* a cogné à la porte de la professeure Diane-Gabrielle Tremblay, auteure et spécialiste de la gestion des ressources humaines à la TELUQ, pour lui poser quelques questions sur le marché du travail.

L'ITINÉRAIRE : *Quelle est la tranche d'âge la plus favorisée actuellement dans la recherche d'emploi?*

DIANE-GABRIELLE TREMBLAY :

Il est difficile de cerner une tranche d'âge précise, mais on peut dire de façon générale que les travailleurs de 50 ans et plus et les jeunes dans la vingtaine ont généralement plus de difficulté à se trouver du travail. La proximité de la retraite nuit aux premiers et l'inexpérience aux seconds. Les employeurs recherchent donc souvent des travailleurs entre 30 et 45 ans puisqu'ils offrent un bel équilibre entre expérience et potentiel.

L'I : *Est-ce un mythe de croire que les employeurs devront très bientôt prendre soin, voire chouchouter, leurs bons employés s'ils veulent les garder, conséquence de la pénurie de main-d'œuvre?*

D.-G. T. : C'est vrai. Malgré le petit baby-boom des dernières années et l'immigration, le déclin démographique est bien réel au Québec et il est clair qu'il y aura un resserrement du marché du travail. C'est déjà vrai dans certains secteurs, comme ceux des technologies



QUELQUES FAITS SUR LE SALON EMPLOI FORMATION

Tenu annuellement à Montréal depuis 1994, le Salon Emploi Formation réunira au Palais des congrès 600 spécialistes des ressources humaines et quelque 21 000 candidats et chercheurs d'emplois les 3 et 4 mars prochain. Des emplois et des formations seront offerts dans des domaines aussi variés que la mécanique, l'architecture, l'administration et le contrôle de la circulation aérienne. Fait intéressant : les salaires des postes proposés au Salon varient entre 12 000 \$ et 100 000 \$ par an, selon les organisateurs.

de l'information et de la santé : les employeurs essaient d'attirer et de conserver leur main-d'œuvre en mettant leur travail en valeur et en adoptant des politiques de conciliation travail-famille par exemple. Le métier d'infirmière illustre bien ce phénomène.

L'I : *Dans un CV, quelles sont les principales compétences personnelles et professionnelles qu'il faut mettre de l'avant pour attirer l'attention d'un employeur potentiel?*

D.-G. T. : La première chose à faire est d'être honnête. Les recruteurs vont regarder le CV, oui, mais ils vont aussi vouloir le tester. Il ne faut donc pas mentir sur qui nous sommes et ne pas exagérer nos compétences et nos connaissances. Il est aussi recommandé de mettre en évidence des compétences connexes mais non-indiqués sur un diplôme, comme du bénévolat ou des intérêts personnels. Un poste créatif pourrait être attribué par exemple à un candidat qui s'adonne à la peinture ou à l'écriture dans ses temps libres.

L'I : *Est-ce que le fait d'obtenir un emploi sans négocier son salaire à la hausse fait en sorte que l'employeur nous tiendra pour acquis et sera réticent par la suite à consentir une augmentation?*

D.-G. T. : Ça dépend de l'endroit qui nous embauche, mais il faut savoir que dans plusieurs entreprises comme dans la fonction publique, les salaires sont souvent déterminés à l'avance. Si on veut tout de même demander un salaire plus élevé que celui offert, il faut d'abord s'assurer que l'on vaut bel et bien ce montant sur le marché.

L'I : *Quels sont les signes précurseurs qui peuvent indiquer à un employé qu'il est temps de changer de boulot?*

D.-G. T. : Si on ressent une impression d'avoir fait le tour, qu'on est démotivé en commençant sa journée et qu'on se lève toujours sans avoir le goût d'aller travailler, personne ne sera satisfait, ni l'employé ni le patron. Il s'agit en somme de ne pas se rendre au boulot simplement pour le chèque de paie; si c'est le cas, il est temps de passer à autre chose.

Collectivement pour un monde différent



Centre des syndicats
de Québec



CSQ

www.csq.qc.net

ON LUTTE À VOS CÔTÉS

SCFP

Syndicat canadien de
la fonction publique



Vous êtes à la recherche d'un emploi qui vous ressemble?
Vous cherchez du personnel pour votre entreprise?

AVEZ-VOUS PENSÉ À L'EMPLOYABILITÉ ?

Atelier d'artisanat du centre-ville

Employabilité et santé mentale
Tél. : 514 844-6458 www.atelierdartisanat.org

Cible Retour à l'Emploi

Employabilité des 18 ans et +
Tél. : 514 362-7340 www.cibleretour.com

CyberCap

Employabilité des jeunes, intégration par le multimédia
Tél. : 514 861-7700 www.cybercap.qc.ca

Groupe Information Travail

Employabilité des jeunes à risque d'itinérance
Tél. : 514 526-1051 www.groupeinfostravail.ca

Impulsion-Travail

Employabilité des 30 ans et +
Tél. : 514 327-1363 www.impulsion-travail.com

Objectif Emploi 40 ans et + / Filière employabilité

Employabilité des 40 ans et +, des personnes immigrantes
Tél. : 514 381-1171 admin@filiereemploi40.qc.ca

Rond-Point jeunesse au travail - CJE Bourassa-Sauvé

Employabilité des jeunes
Tél. : 514 327-5555 www.cjebourassasauve.com

Travail Sans Frontières

Employabilité des jeunes, hommes/femmes,
immigrants/Québécois de souche, artistes, etc.
Tél. : 514 499-0606 www.tsf.qc.ca

Y des femmes de Montréal

Employabilité des femmes
Tél. : 514 866-8941 www.ydesfemmesmtl.org



http://rqode.srvie.qc.ca

Regroupement québécois des organismes
pour le développement de l'employabilité

GRUPE GP LEIN EMPLOI

Depuis 1983 nous accueillons, évaluons et
RENDONS POSSIBLE
LE RETOUR EN EMPLOI
de personnes sérieuses et motivées ayant
éprouvé des problèmes de consommation
d'alcool, de drogues ou de jeu.

SI VOUS CHERCHEZ CETTE AIDE,
n'hésitez pas à communiquer avec
nous du lundi au vendredi
de 9h à 17h

Tél 514.274.5522 5800, St-Denis, bur. 205
Fax 514.274.8541 Montréal (Qc) H2S 3L5
gpe@cam.org www.groupepleinemploi.qc.ca

« MAISONS DE CHAMBRES EN PÉRIL : LA NÉCESSITÉ D'AGIR »

UN RAPPORT VISANT LA SAUVEGARDE DES MAISONS DE CHAMBRES À MONTRÉAL

MARJOLAINE DESPARS

Le 20 janvier 2010, trois mois après la tenue de la Commission populaire sur la sauvegarde des maisons de chambres à Montréal, le rapport « Maisons de chambres en péril : la nécessité d'agir » a été publié. Ce dernier comprend 10 recommandations adressées à l'administration municipale ainsi qu'au gouvernement du Québec.

C'est à l'initiative du RAPSIM que s'est tenue la Commission qui visait à faire le point sur la situation entourant ce parc de logements et à trouver des solutions pour éviter qu'il ne s'effrite et se dégrade davantage.

PORTRAIT DE LA SITUATION ACTUELLE ET APPLICATION DE LA RÉGLEMENTATION

Avant toute chose, la Commission recommande à la Ville de Montréal de dresser un portrait complet des maisons de chambres sur son territoire. Ce portrait permettra de connaître l'emplacement de toutes les maisons de chambres et les travaux qui doivent y être effectués. Ce portrait exact est d'autant plus important que le dernier recensement date de 2007 et aucune donnée actuelle ne nous permet de confirmer le nombre exact de maisons de chambres à Montréal. Les commissaires ont d'ailleurs constaté qu'il est arrivé à quelques reprises ces dernières années que l'on découvre l'existence d'une maison de chambres qu'au moment de sa fermeture, puisque les chambreurs qui se retrouvent à la rue vont frapper à la porte des ressources. Cela ne doit plus se reproduire.

Ce portrait devra s'accompagner d'un *monitoring* afin d'être en mesure de connaître les transformations de ce parc

de logements, les ventes et les fermetures. Ce qui permettra également à la Ville d'être proactive dans l'application de la réglementation en vigueur sur la salubrité et la sécurité des logements.

À l'heure actuelle, trop nombreuses sont les maisons de chambres privées insalubres. Par contre, tous hésitent à porter plainte, de crainte que les maisons soient fermées et que les chambreurs se retrouvent à la rue. La Commission recommande donc à la Ville d'utiliser toutes les ressources disponibles (inspecteurs, pompiers, etc.) pour effectuer les inspections des maisons et intervenir rapidement afin d'éviter que des situations s'aggravent et que l'on doive procéder à la fermeture des maisons.

SOCIALISATION DE 100 CHAMBRES PAR ANNÉE, BONIFICATION D'ACCÈSLOGIS ET FINANCEMENT DU SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

La Commission recommande à la Ville de favoriser la transformation en logement sociaux – socialisation – de 100 chambres par année pour une période de 10 ans. Ces transformations assureront de maintenir dans les quartiers centraux une offre de logement accessible pour les plus démunis.

Mais, pour que cela soit possible et pour que les groupes communautaires décident de développer des projets en ce sens, il est primordial que le gouvernement du Québec revoie les modalités du programme AccèsLogis, programme permettant le développement du logement social au Québec. La Commission recommande que les barèmes de celui-ci rendent notamment plus facilement possible le financement des espaces communs et que la longueur du processus d'acceptation d'un projet qui peut

prendre jusqu'à quelques mois soit revue à la baisse.

Afin de favoriser le développement de projet de socialisation de maisons de chambres, la Commission recommande également au gouvernement du Québec de prévoir un financement accru et pluriannuel d'au moins cinq ans d'AccèsLogis avec un ajustement fréquent des barèmes du programme afin qu'ils tiennent compte des coûts réels de construction.

Finalement, puisque le soutien communautaire, une pratique d'intervention qui vise la stabilité résidentielle des locataires, est souvent essentiel au bon fonctionnement des projets de logements pour les personnes ayant connu la rue, la Commission recommande au gouvernement d'accroître le financement de celui-ci pour toutes les maisons de chambres. Sans ce financement les organismes hésitent à développer des projets, tandis que d'autres se retrouvent compromis.

À ce jour le rapport de la Commission populaire sur la sauvegarde des maisons de chambres reçoit un bon accueil des élu-e-s et des fonctionnaires. Mais cela ne suffit pas. Il est essentiel que la Ville et le gouvernement du Québec agissent rapidement, sans quoi nous entendrons encore des chambreurs et des chambreuses se plaindre des mauvaises conditions de logement dans les maisons privées; sans quoi également des maisons de chambres continueront de fermer.

TOUTES LES RECOMMANDATIONS DE LA COMMISSION SONT CONTENUES DANS LE RAPPORT *MAISONS DE CHAMBRES EN PÉRIL : LA NÉCESSITÉ D'AGIR*. POUR EN OBTENIR UN EXEMPLAIRE, COMMUNIQUEZ AVEC NOUS À L'ADRESSE SUIVANTE : RAPSIM@QC.AIRA.COM

Cultiver le goût d'apprendre,
de découvrir, de s'adapter...
c'est essentiel tout au long de la vie!

8^e ÉDITION

*Apprendre
tout au long de la vie*

SEMAINE QUÉBÉCOISE
DES ADULTES EN
FORMATION

20 au 26 mars 2010

Apprendre, ça vaut le coup!
Pour plus de détails :

WWW.SEMAIN.EICEA.QC.CA

icéa

Partenaire majeur
Québec

L'inaptitude, ça vous préoccupe?

www.curateur.gouv.qc.ca

Une source d'information pratique pour en savoir plus sur

- le mandat en prévision de l'inaptitude
- les droits des citoyens inaptes
- les responsabilités des mandataires, tuteurs, curateurs et conseils de tutelle
- le rôle du Curateur public dans la prévention et l'intervention en cas d'abus

Tél. : 514 873-4074 ou 1 800 363-9020



Curateur public
Québec

POUR UN ENSEIGNEMENT DIFFÉRENT

PHILIPPE MEILLEUR

Un jeune étudiant peut-il apprendre dans un environnement scolaire sans horaire fixe ni leçons classiques? C'est le pari que font chaque année des milliers de parents québécois en inscrivant leurs jeunes dans une école alternative ou participative. Coup d'œil sur une philosophie d'enseignement différente.

Chaque matin depuis huit ans, l'enseignant de sciences et technologies Philippe Savard se rend au Vitrail, petite école secondaire nichée sur la rue Hochelaga, à Montréal. Entre les murs de l'institution, toutefois, aucune cloche ne résonne à 9h pour indiquer le début ou la fin des leçons; ici, comme dans toutes les écoles alternatives ou participatives, chacun des 130 étudiants est responsable de son propre horaire et de sa réussite.

Les jeunes décident eux-mêmes ce sur quoi ils travaillent et vont de leur propre chef demander des explications aux professeurs s'ils en ont besoin. «L'approche est centrée sur l'élève, explique Philippe Savard d'un ton enthousiaste. Il est le moteur de son apprentissage et mon rôle en tant que professeur est de l'épauler dans son projet.»

Il n'y a donc pas de cours magistraux classiques ni d'exercices d'apprentissage obligatoires dans un établissement comme le Vitrail. Les élèves assimilent plutôt la matière en s'investissant dans des projets multidisciplinaires. Le jeune qui décide de fabriquer une maquette de village alimenté à l'énergie solaire, par exemple, remettra

un rapport écrit de son projet (français), calculera l'électricité nécessaire (mathématiques) et construira ses petites maisons (arts plastiques), chacun de ses aspects étant évalués par un professeur différent.

«Il en résulte un climat très serein, assure Philippe Savard. Les élèves comme les enseignants sont respectueux et tous les problèmes sont réglés de façon pacifique.»

Attention, parce qu'il élimine les balises, ce type d'école ne convient pas à tous les jeunes élèves. «Ces établissements s'adressent à des élèves déjà autonomes, prévient Maurice Tardif, professeur titulaire

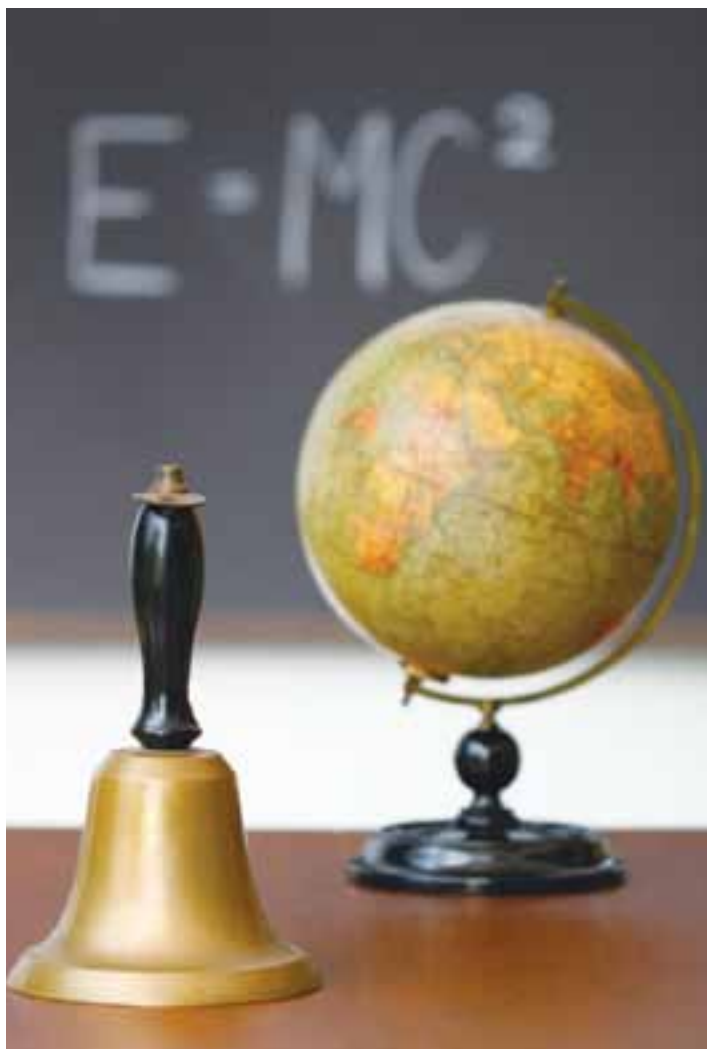
«NOUS CULTIVONS LA CRÉATIVITÉ ET L'AUTONOMIE»

— Nathalie Blanchet,
directrice de l'école primaire L'Élan

à la Faculté des sciences de l'éducation de l'Université de Montréal. Le jeune doit pouvoir s'adapter à un environnement de travail plus souple et original, ce qui n'est pas le cas de tous.» On remarque d'ailleurs, selon lui, que les écoles alternatives en général n'ont pas un gros taux de succès avec les élèves en difficulté des établissements publics.

HUMANISME ET AUTONOMIE

L'objectif avoué des écoles alternatives est justement de développer l'autonomie de l'élève, dit Gilles Champagne, directeur de l'école secondaire participative L'Agora, à Greenfield Park. «Ce qui nous distingue d'une école classique, c'est le projet éducatif et l'approche communicative.



On ne vise pas que la réussite scolaire à tout prix; on veut surtout que l'élève se réalise lui-même et qu'il développe un fort sentiment d'appartenance envers un milieu créatif.»

«Nous cultivons la créativité et l'autonomie, ajoute la directrice de l'école primaire alternative L'Élan, Nathalie Blanchet. Les élèves apprennent aussi à composer, à recycler et à respecter l'environnement, ce qui en fera à nos yeux des citoyens responsables.»

Les 225 jeunes fréquentant L'Élan ont d'ailleurs leur mot à dire jusque dans le fonctionnement de

l'établissement, puisqu'un grand conseil réunit régulièrement des représentants élus par leurs pairs avec des professeurs et des membres de la direction. Une façon, selon la directrice, de les préparer à une vie démocratique active.

Couplée à une participation active des parents, à qui l'on demande souvent de s'impliquer dans la vie scolaire de leur jeune, cette philosophie d'enseignement aspire au final à développer le côté humanisme des élèves, selon Philippe Savard. «Ça apprend au jeune à être libre, résume-t-il. C'est un véritable projet de société.»

FAIRE SON BALUCHON POUR UN PEU DE RÉPIT

DAVID NATHAN

La onzième édition de la traditionnelle Journée Magnan au profit de la Fondation Baluchon Alzheimer a rassemblé plus de 300 personnes le 31 janvier dernier au Restaurant et Taverne Magnan de Montréal. Baluchon Alzheimer est un organisme qui propose un accompagnement des personnes atteintes de la maladie d'Alzheimer afin de procurer répit et soutien à leurs proches. L'organisme délègue une «baluchonneuse» qui demeure 24h/24 auprès du malade pour une durée variant de 4 à 14 jours.

«Les différents événements bénéfiques que nous organisons nous permettent de récolter environ 40% de notre budget annuel. Si chaque famille ne débourse que 15 \$ par jour pour accueillir une baluchonneuse, il faut savoir qu'une journée coûte en réalité 350 \$», dit Guylaine Martin, la directrice générale de Baluchon Alzheimer.

C'est en avril 1999 que Marie Gendron a créé Baluchon Alzheimer. Elle-même baluchonneuse pendant les quatre premières années, elle a su rassembler les énergies et les bonnes volontés de dizaines de bénévoles et ce sont à l'heure actuelle plus d'une vingtaine de baluchonneuses qui sillonnent la province. «Nous sommes présents dans beaucoup d'endroits mais nous souhaitons continuer à nous développer pour être en mesure d'offrir nos services vraiment partout dans la province», continue Guylaine Martin.

LES BALUCHONNEURS ET
BALUCHONNEUSES DEMEURENT 24H/24
AUPRÈS DU MALADE POUR UNE DURÉE
VARIANT DE 4 À 14 JOURS.

Comme c'est le cas depuis le début, c'est au Restaurant et Taverne Magnan de Montréal que se tenait l'événement caritatif. Yves Magnan, l'ancien propriétaire aujourd'hui disparu, a lui-même été victime de la maladie d'Alzheimer et a fait appel aux



ALAIN GAUTHIER, PRÉSIDENT-DIRECTEUR GÉNÉRAL DE RESTAURANT ET TAVERNE MAGNAN, JANINE SUTTO, MARRAINE DE BALUCHON ALZHEIMER ET GUYLAINE MARTIN, DIRECTRICE GÉNÉRALE DE BALUCHON ALZHEIMER

services de l'organisme. « Cette journée est avant tout une rencontre conviviale qui permet aux familles et aux intervenants de partager ce qu'ils vivent, mais c'est aussi un hommage au travail d'Yves Magnan qui a toujours été très impliqué socialement dans la vie de son quartier », explique Alain Gauthier, pdg du Restaurant et Taverne Magnan.

Depuis 7 ans, Marie-Christine Lussier fait des «balluchonnages». Cette mère de famille au sourire lumineux nous a parlé des qualités requises pour cette mission. «Il faut être très en forme, physiquement et mentalement, car c'est très exigeant. Il faut également être disponible, avoir une grande capacité d'adaptation et faire preuve d'énormément de patience. Je trouve que le plus difficile c'est d'avoir la même fraîcheur quand on répond à une question pour la sixième fois. Il faut rester très zen!».

Marraine du Baluchon, la comédienne Janine Sutto était présente : «J'ai moi-même

été confrontée de près à cette maladie à travers certains de mes proches, et je suis très fière d'être là depuis le commencement, explique-t-elle. J'ai tout de suite dit oui à Marie Gendron quand elle m'a appelée».

Le hasard de l'actualité a donné une résonance particulière à ce rassemblement puisqu'une dame de 81 ans souffrant d'Alzheimer a été retrouvée morte dans l'arrondissement Ahuntsic-Cartierville, à Montréal, la veille de cet événement.

Quelques semaines plus tôt, la Société Alzheimer tirait la sonnette d'alarme en publiant un rapport intitulé «Raz-de-marée: Impact de la maladie d'Alzheimer et des affections connexes au Canada», dans lequel elle prévenait que le nombre de cas de ce genre allait plus que doubler d'ici 30 ans.

WWW.BALUCHONALZHEIMER.COM

PHOTO : DAVID NATHAN

VOIR OU NE PAS VOIR SES PARENTS BIOLOGIQUES

MAEVA VILAIN



PAROLES D'ENFANTS ADOPTÉS

«Je me sentais nerveuse, mais j'avais hâte de la voir en même temps. Je voulais savoir de quoi elle avait l'air, si elle avait changé. Nerveuse de ne pas savoir comment m'y prendre... Ça allait mal et on pleurait... Ça n'allait pas trop bien...» (Édith, qui a conservé des contacts avec sa mère biologique)

«Des fois je pense à lui le soir et ça me fait de la peine. Quand je joue au hockey, ça fait dur. Je trouve difficile que mon père ne soit pas là... il est en prison. C'est dur de ne plus voir mon père pis maman... C'est rien que le soir, quand j'y pense, que j'ai de la peine. C'est plate.» (Olivier, qui n'a plus de contact avec ses parents biologiques)

Quels liens un enfant placé en famille d'accueil entretient-il avec ses parents biologiques? C'est cette délicate question que pose l'étude menée par Louise Carignan, professeure et chercheure au département des sciences humaines de l'Université du Québec à Chicoutimi, Jacques Moreau, professeur-chercheur à l'École de service social de l'Université de Montréal et Claire Malo, chercheure au Centre Jeunesse de Montréal-Institut Universitaire. Ensemble, ils ont étudié les dossiers de plus de cent jeunes du Centre Jeunesse de l'Outaouais et ont procédé à des entretiens avec une quarantaine d'entre eux. Les résultats de leur recherche ont été publiés par *Les Presses Universitaires du Québec* dans l'ouvrage intitulé *Vivre en famille d'accueil jusqu'à mes 18 ans. Voir ou ne pas voir mes parents? L'Itinéraire s'est entretenu avec Jacques Moreau sur les principales conclusions de l'ouvrage.*

L'ITINÉRAIRE : *La loi sur la protection de la jeunesse prévoit que les droits des parents soient respectés et qu'ainsi, on s'assure que chaque enfant puisse demeurer en contact avec ses parents biologiques lorsque c'est possible. Les conséquences de ce droit sont-elles positives ou négatives pour les enfants placés en famille d'accueil?*

JACQUES MOREAU : Ça dépend. On s'est rendu compte en faisant l'étude que l'essentiel n'est pas qu'il y ait rupture ou non avec

la famille biologique, car c'est plutôt le cadre de vie au départ qui importe. Plus la situation familiale était dure et prolongée pour l'enfant, plus les probabilités qu'il en souffre par la suite augmentent. Le temps devient l'ennemi numéro un dans le cas d'un environnement familial non adéquat. Pour cette raison-là, il vaut mieux prendre en considération l'intérêt de l'enfant d'abord et le droit du parent ensuite.

L'I : *Dans le cas où le contact est maintenu avec la famille biologique, comment se déroulent les rencontres?*

J.M. : Elles sont toujours supervisées. Il peut s'agir d'une rencontre d'un après-midi dans le bureau du travailleur social qui reste présent. Ça peut aussi être une journée dans la famille biologique ou même une fin de semaine.

L'I : *Qu'apportent ces visites au jeune à court et moyen terme?*

J.M. : Dans les entrevues menées avec les jeunes, qu'il y ait eu rupture ou contact, ils décrivent les avantages et les inconvénients des deux solutions. Grâce au contact, ils débute parfois le processus de deuil de la famille biologique, en se rendant compte que le placement vaut mieux pour eux. Le contact permet de déconstruire l'image du parent biologique et de commencer un travail d'attachement aux nouveaux parents.

L'I : *Dans le cas de la rupture définitive, le processus de deuil est-il plus simple?*

J.M. : Ce n'est pas si clair. Dans le cas où l'enfant se souvient de ses parents et qu'il réalise que le parent a pu en quelque sorte être dangereux pour lui, la rupture permet de construire un nouvel attachement. Mais si les enfants ont été placés très tôt, vers deux ou trois ans, le processus de deuil peut être entravé par

l'idéalisation du parent. Dans ce cas, le jeune se demande si le placement est vraiment la meilleure solution.

L'I : *Seriez-vous en faveur d'une facilitation de l'adoption?*

J.M. : Oui. Ça envoie un message clair à l'enfant : les parents qui t'ont mis au monde ne peuvent plus s'occuper de toi et on t'a donc placé dans une famille qui veut prendre soin de toi. Dans les cas où on envoie un enfant en famille d'accueil, le message reste ambigu pour lui. Quelle est sa famille dans sa vie maintenant? En plus, même si dans la grande majorité des cas celle-ci fait un excellent travail, le système n'est pas parfait. Ces familles manquent souvent de soutien dans leur rôle d'accueil d'enfant en besoin de protection et présentant souvent de grandes difficultés.

L'I : *Quels changements préconisez-vous suite à votre étude?*

Il faudrait mieux soutenir les familles d'accueil quand un jeune présente des signes de détresse. On devrait leur offrir plus de services et de ressources spécialisées. Mais dans l'état actuel du réseau, c'est très difficile d'y arriver. De plus, il faudrait écouter davantage les demandes des jeunes quant à leur famille d'accueil lorsqu'ils sont en âge de s'exprimer là-dessus, bien sûr. Les intervenants en protection le font, mais l'écoute pourrait être encore plus poussée. C'est le cas notamment dans les situations où le tribunal décide que le parent peut voir son enfant, mais que l'enfant ne le souhaite plus. Dans ces cas-là, il faudrait peut-être davantage respecter son souhait tout en essayant de trouver le meilleur équilibre entre les droits des parents et le meilleur intérêt de l'enfant, ce qui est loin d'être une tâche aisée. C'est cependant le lot quotidien de ces intervenants!



GLOBE-TROTTOIRS

NORMAN RICKERT, JOURNALISTE DE RUE

normartmusic@yahoo.ca

Macadam (France)

TUPPERWARE CLIMATIQUE

On connaît les célèbres réunions Tupperware, où les contenants de plastique ont la cote. En mai 2008, un mouvement écologiste suédois a lancé le concept du «Klimat Party» : l'organisateur réunit sa famille et ses amis chez lui autour d'un bon repas pour leur parler des enjeux du changement climatique et lancer une discussion autour du sujet. Depuis octobre 2009, le site www.fnh.org propose un kit téléchargeable pour organiser chez soi une réunion de ce genre. N'oubliez pas d'amener vos contenants Tupperware recyclables...



Le Nouvel Espoir (Sherbrooke, Québec)

ÇA ARRIVE AUSSI AUX GARÇONS



Le responsable du SHASE (Soutien aux hommes agressés sexuellement durant l'enfance), M. Charles Racine, dévoile quelques statistiques troublantes : un homme sur six sera victime d'agression sexuelle avant l'âge de 18 ans; les garçons sont affectés, en plus du traumatisme sexuel, par le refus de la société à reconnaître leur victimisation; les hommes

victimes sont aux prises avec deux tabous, celui de l'homme fort et invulnérable, puis celui d'être possiblement homosexuel à la suite de l'abus; les victimes d'abus craignent de devenir abuseur à leur tour et risquent de développer des problèmes sociaux graves. Depuis 2002, l'organisme en question vient en aide aux hommes victimes d'agression sexuelle.

Street News Service

FEMMES ENCEINTES VULNÉRABLES EN HAÏTI

Ninaj Raul, directrice d'une O.N.G. basée à Brooklyn, New York, affirme qu'une plus grande attention doit être accordée aux besoins immédiats des femmes, ainsi que leur rôle dans la reconstruction à long terme d'Haïti. «Il est bien connu que dans des crises humanitaires, les femmes deviennent plus vulnérables aux abus sexuels et à la violence en raison de la dégradation des infrastructures sociales», déclare-t-elle. D'autres ONG sont préoccupées par le sort des femmes enceintes à la suite du séisme. Par mesure de précaution, des milliers de trousseaux médicaux ont été distribués aux femmes enceintes n'ayant pas accès aux ressources médicales. On estime qu'il y a 63000 femmes enceintes dans la ville, dont 7000 qui doivent accoucher au mois de mars.



ESPOIR POUR HAÏTI



CHRONIQUE DE RUE

HÉLÈNE OUELLETTE

Chroniqueuse de rue et Camelot, rue De Bordeaux et avenue Du Mont-Royal

QUE NOUS RÉSERVE LA JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES DE 2010?

Le 8 mars signifie pour moi les luttes incessantes des femmes, à la fois politiques, privées et quotidiennes, afin d'obtenir la juste place qui leur revient dans la société, sur cette planète. Plus que jamais, le féminisme est actuel, car à mon avis il lutte contre toutes les formes d'inégalités. Qu'il s'agisse des rapports hommes/femmes, des classes sociales ou des ethnies, le projet féministe veut que chaque personne ait accès aux mêmes droits.

UN PEU D'HISTOIRE

Pour certaines personnes, la Journée internationale des femmes se veut la commémoration de la lutte des travailleuses d'une usine des États-Unis au 19^e siècle. Elles ont fait la grève afin de dénoncer l'inhumanité de leurs conditions de travail tout en refusant aussi que les industries continuent à faire travailler des enfants. Fallait-il qu'elles en aient assez pour réagir, car cette lutte, en plus de les appauvrir davantage, n'a pas échappé aux violences de notre système patriarcal (émeutes, police, etc.).

L'OFFENSIVE FÉMINISTE

Grâce à ces femmes et à celles qui, par après, ont lutté entre autres pour obtenir le droit de vote des Canadiennes et des Québécoises, les femmes de ma génération ont connu de très belles années de luttes et de victoires féministes en prenant l'offensive et développant des stratégies souvent très hautes en couleur.

LE 8 MARS 2009

Lors de la Journée internationale des femmes du 8 mars dernier, seul le soleil était là pour saluer les luttes des femmes qui ont apporté de gros changements sociaux positifs, aussi bien pour les femmes que pour les hommes, pendant plus d'une centaine d'années, dans les pays occidentaux tout au moins.

Donc, il n'y a pas eu de manifestations, sauf peut-être quelques activités significatives dans des Centres des femmes, afin de souligner l'événement. C'est comme si le mouvement des femmes était politiquement chose du passé. Le samedi 7 mars au soir, j'ai regardé toutes les nouvelles télévisées espérant trouver des émissions sur le sujet ou l'annonce d'un événement pour le lendemain. Rien. Aucune mention. J'ai eu droit par contre au film « King Kong ». C'est tout dire! Encore la « niaiseuse sexy » qui tremble de peur dans la main du gros gorille, bienveillant malgré tout.

SURPRISE

À mon point de vente, j'ai rencontré dernièrement une travailleuse du Regroupement des Centres de femmes du Québec. Elle m'a informé qu'afin de souligner le 10^e anniversaire de la Marche mondiale des femmes de l'an 2000, dès le 8 mars prochain débutera une série d'activités, dont le point culminant sera une grande marche jusqu'à Rimouski, en octobre prochain. Les revendications de cette marche seront dévoilées le 8 mars. C'est un dossier à suivre!

BONNE JOURNÉE INTERNATIONALE DES FEMMES

POUR DE PLUS AMPLES RENSEIGNEMENTS SUR LES ACTIVITÉS ENTOURANT LE 8 MARS ET LE 10^E ANNIVERSAIRE DE LA MARCHÉ MONDIALE DES FEMMES DE L'AN 2000, VOUS POUVEZ COMMUNIQUER AVEC LE CENTRE DE FEMMES DE VOTRE QUARTIER OU, SI VOUS AVEZ INTERNET AVEC LA FÉDÉRATION DES FEMMES DU QUÉBEC AU WWW.FFQ.QC.CA

POUR CONNAÎTRE LE CENTRE DE FEMMES DE VOTRE QUARTIER, COMMUNIQUER AVEC LE REGROUPEMENT DES CENTRES DE FEMMES AU [514 876-9965](tel:514-876-9965).



JUSTE UNE DEUXIÈME CHANCE



//CYLVIE GINGRAS// Journaliste de rue

Avant de mourir, j'aimerais donner un de mes reins à une jeune adolescente en attente d'une greffe. N'ayant pas eu d'enfant, de cette manière, je donnerais la vie. De plus, étant donné que mes yeux, mes poumons et mon foie ne sont pas en aussi bon état qu'ils le devraient, ce geste me permettrait de faire amende honorable à ce corps que j'ai tant magané... Dernièrement, j'ai regardé un reportage dans lequel il y avait une petite fille qui

devait recevoir des traitements de dialyse parce qu'elle attendait un rein depuis huit ans!

J'imagine rencontrer l'ado à qui mon rein serait destiné. Tout d'abord, je me ferais raser la tête en geste de solidarité. Ensuite, on parlerait de cinéma et de musique. On s'échangerait des tounes, on chanterait à tue-tête avec chacune un écouteur d'iPod dans une oreille, etc. J'aimerais tellement que ça fonctionne, que son corps ne rejette pas mon rein et qu'elle

vive le plus longtemps possible. On serait les meilleures amies du monde, et ce, pour le reste de notre vie...

Je songe depuis longtemps à faire don d'un rein et je me suis renseignée auprès du centre de transplantation rénale de l'hôpital Royal-Victoria. J'ai discuté avec une infirmière et, tout de suite, je lui ai dit que j'ai une hépatite C. Ça, c'est un frein majeur, et mon rein ne pourrait pas sauver la vie de quelqu'un d'autre. Ça m'a

fait de la peine, car cela faisait des années que je me voyais partager un peu de ma petite personne. Je crois que le fait de poser pareil geste doit avoir un impact incommensurable sur la vie du donneur et sur tous les gens qui l'entourent. Pour ma part, j'ai toujours vécu un jour à la fois, tout comme le font les enfants malades. Ça développe une urgence de vivre qui fait que j'apprécie chaque instant passé avec les gens que j'aime...

MON DERNIER VŒU...

//NORMAND VERNIER// Camelot, métro Joliette



Ce serait de revoir mon fils de 10 ans.

Cela fait 10 ans que je ne l'ai pas vu et cela me fait mal. La solitude qui m'entoure me fait peur et je me demande ce qu'il devient.

La vie n'est qu'une suite de surprises. Depuis cinq ans, plein de choses se passent pour moi. J'ai vécu dans la rue.

Maintenant, je me suis pris une chambre pas chère. Je vends des journaux au métro Joliette.

Si je venais à retrouver mon fils, je ne ferais pas la même erreur que mon «supposé» de père.

Je lui dirais de suivre ses instincts, de ne pas lâcher prise, de persévérer.

Ne lâche pas Simon!

De ton père qui t'aime.



// ANNE DUPÉRÉ //
Camelot, avenue du Parc

L'EXTASE DE L'ANNIVERSAIRE

C'est une soirée fantastique.
Avec un peu de magie dans l'air
C'est la folie de l'anniversaire.
Des plus jolis car j'ai la piqûre du vieillir.
La sagesse me rend pleinement la joie de vivre.
Mes secrets sont les mystères de l'âge nouveau
Aujourd'hui je déborde de rires.
Comme si la joie me hante des désirs jeunesses.
Vivre la cohue de la traversée de mes années fières à être
entourée de mon monde familial fidèle en hommage.

MON AMI PIERRE

Pierre est mon ami. Il est changeur au métro Henri-Bourassa. Un jour, alors que j'en étais à ma première journée en tant que camelot, j'ai fait sa connaissance. Lui le changeur, moi le camelot. Je me suis dit : « Il ne va pas appeler la police pour me mettre dehors? »

Il m'a regardé et m'a dit : « Tu vends *L'itinéraire*? » Il avait un large sourire sur les lèvres. C'était un de ces sourires qui vous montrent de la gratitude sincère.

J'avais une journée très chargée avec mes journaux et je ne voulais donc pas manquer mes ventes.

Tout en vendant, j'ai vu une bande de jeunes courir vers les tourniquets. Ils ont sauté les tourniquets sans avoir payé. Pierre les a regardés tranquillement. J'ai couru vers Pierre et lui ai dit : « As-tu vu ce qu'ils ont fait? Ils ont sauté les tourniquets sans payer! » Il m'a souri et m'a dit : « Ils vont se faire pigner par les inspecteurs à une autre station. »

Le lendemain, je suis retourné à mon spot et j'ai aperçu Pierre dans sa loge. Je l'ai rejoint et lui ai demandé : « Tu ne veux pas



// TUAN TRIEU HOANG // Camelot, métro Henri-Bourassa

m'encourager? » Il m'a souri et m'a dit : « Ma femme en achète déjà au camelot sur la rue Fleury. » Je me suis rendu compte qu'il était vraiment gentil.

Plus je vendais de journaux, plus j'apprenais à le connaître et plus je l'appréciais. Après six mois, Pierre et moi sommes devenus

les meilleurs amis du monde. Moi le camelot, lui le changeur.

Dieu envoie chaque personne dans la vie d'une autre pour qu'il y ait un impact sur leurs chemins respectifs, de quelque façon que ce soit. Cherchez Dieu, la vie, dans les autres.



UN GRAND VOYAGE

Ce que j'aimerais avant de mourir, c'est faire un grand voyage pour voir le monde. J'aimerais surtout aller en Asie, le continent de mes ancêtres que je n'ai jamais vus parce que je suis née au Canada. Ma famille a immigré ici à cause de la guerre du Vietnam.

J'aimerais voyager avec mon amoureux pour que l'on découvre le Vietnam ensemble. Je voudrais aussi prêter main forte à un organisme de solidarité internationale pendant mon séjour à l'étranger. Je rendrais ainsi service à des gens qui en ont besoin, j'en apprendrais sur la réalité du milieu et je rencontrerais des gens pour échanger. En voyage, les rencontres que l'ont fait sont parfois ce qu'il y a de plus enrichissant. Mon copain et moi nous intégrerions aussi mieux de cette façon.

Dans nos temps libres, nous pourrions en profiter pour connaître la ville, faire de la randonnée en vélo, voir des sites historiques ou aller à la plage et se la couler douce comme de vrais touristes!

À bien y penser, j'aimerais bien que mes parents soient là aussi. Ils seraient tellement heureux de retrouver leur pays natal! Ils en auraient

beaucoup à raconter et à voir, car en trois décennies, bien des changements ont dû s'opérer. Ils pourraient aussi m'aider avec la langue vietnamienne qui me donne quelques difficultés. Eh oui! C'est ce qui arrive aux enfants de première génération d'immigrants!

Finalement, étant donné que je fais de la photographie, je tâcherais de prendre des photos pour en faire une exposition une fois de retour au Québec et partager ce que j'ai vu.

Et vous qu'aimeriez-vous faire avant de mourir, quel geste voudriez-vous poser?



// ANGELA VU // Jeune en insertion aux Productions L'itinéraire



IL EST TEMPS DE CASSER LA GLACE!

// DANIEL PRINCE // camelot Square Victoria et Mont-Royal

Je n'ai jamais écrit dans *L'itinéraire*, et ce, même si je suis camelot depuis trois ans. Mes clients m'ont demandé d'écrire et j'ai laissé l'idée mijoter. Plus ça mijote, meilleur ça devrait être, m'ont-ils dit...

Square Victoria. C'est ma place. Je m'installe au tourniquet, à l'intérieur. Les gens m'ont adopté. Depuis deux ans, ils me parlent de plus en plus. Ils sont tous du monde de bureau. Moi, je suis là tous les jours. Je me lève à 4h30 le matin et j'arrive à 6h sur mon spot. Je ne dis pas un mot. Je ne les achale pas. À 6h du matin, je ne me vois pas en train de crier! Je dis seulement : « Bonjour! Je reste ici jusqu'à 9h30. » Les gens préparent leur argent à l'avance. Ils ont leur 2\$ dans leur poche.

Il fait plus froid sur Mont-Royal, car on est dehors. Les gens sont plus durs à cet endroit. Ils ont des comptes à payer en janvier et ils achètent moins de journaux. Une personne sur l'aide sociale n'en a pas les moyens.

J'ai commencé à vendre le journal quand j'ai tout perdu dans le feu, trois fois en six ans à Laval. Je suis alors allé à la Maison du Père et j'ai commencé à vendre *L'itinéraire*. J'ai dit au monde que c'était ma première journée et ils m'ont encouragé. Mes cinq premiers journaux se sont vendus en quelques minutes! C'était parti!

J'aime rencontrer du monde. Ça me fait sortir de chez moi. Ainsi, on ne reste pas avec ses problèmes. Les gens nous donnent des conseils, nous suggèrent des endroits où aller pour obtenir de l'aide. L'hiver, on m'apporte du café, de la bouffe et même des cuisses d'agneau! Les gens se confient à moi. Une journée, une dame avait des sandales et la courroie de l'une d'elles s'était brisée. Je l'ai arrangée et, depuis ce temps, elle me jase toujours. J'aide le monde qui ne sait pas où aller dans le corridor du métro. Je donne aux immigrants des infos sur les rues quand ils ne peuvent pas lire le français.

L'accueil du monde et leur réception me font chaud au cœur. Les gens sont venus à moi. Je n'aurais pas pensé que le journal était si reconnu. Je remercie la clientèle de me supporter et de m'encourager!

A WORLD WITH PROBLEMS



Lately, we've seen more disasters all over the world. Recently there were some strong earthquakes in Guatemala, the state of California and in Haiti. Thousands died in Haiti and there was looting and violence several days after the earthquake. There have been even more diseases over the past couple of years. Some people I know have died of cancer. This past Fall the H1N1 flu virus appeared, for which I received a vaccine. This virus can spread from person to person like a regular flu. It's unbelievable that things are getting worse every year. When I see all these things happening, I feel depressed and helpless. I wonder what's going to happen next. Thank God I've got my family and that we're all in good health.

//PETER ECONOMOU//Camelot, marché atwater

THE GROWING GREEK COMMUNITY OF LAVAL

When the Greeks first arrived in Montreal, many stayed in the core of the city. Most of them rented old apartments, had families and saved their money to move to newer areas. The new affordable housing development in Laval, just north of Montreal, attracted Greeks starting in the late 1960s. People I went to school with and recent neighbours have settled in this area. When several Greeks went to live in Laval, others followed to stay close to their family and friends. Now Chomedey, Laval is the heart of the Greek community in the Greater Montreal Area. People of the same background? ethnicity? like to settle in a particular area, to maintain their culture and language. The existence of a Greek church in an area will attract Greeks to live nearby.

I've been many times to Greek houses in Laval, since the 1980s. I remember the last time I visited a friend, on 100th Avenue in Chomedey, I was told that almost everybody living on that street is Greek. I've been to some Greek businesses on streets like

Labelle, Samson, Notre Dame and Souvenir. The past few years, I've been buying birthday cakes from the Greek pastries in Laval, rather than Park Extension. Two Greek elementary schools: Demosthene and Socrates V, provide education in three languages and St. Nicholas is a Saturday school. I've also been to the two Greek reception halls: Châteaux Royal and The Palace. Many Greeks have also moved to Sainte-Dorothée in western Laval.

The Greek community in Laval is continuing to grow steadily every year. I wonder how long this trend will continue in the future.

//BILL ECONOMOU//Camelot, marché Atwater



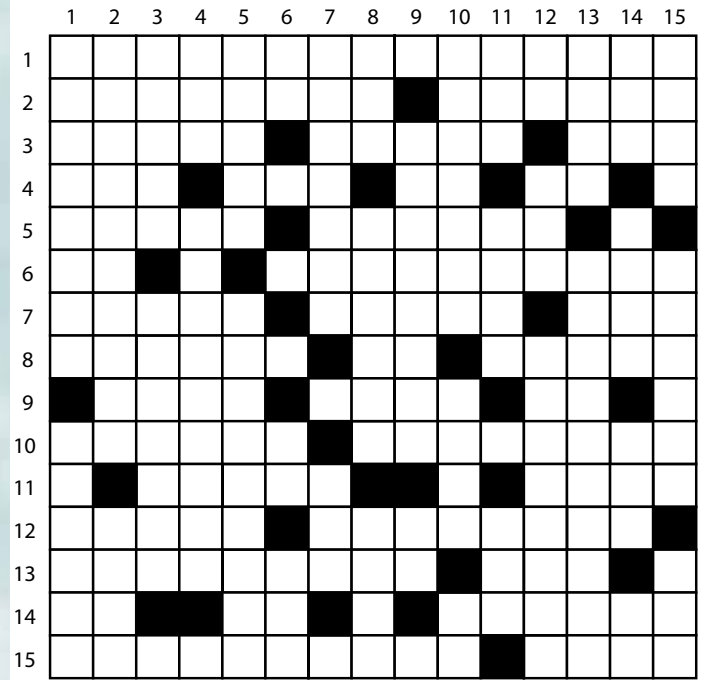
MOTS CROISÉS

HORIZONTAL

- Explication, justification.
- Qui commence à paraître / Qui n'ont pas de pieds, de pattes, de nageoires.
- Grand félin vivant dans les régions froides / Unité qui désigne les indices de sensibilités des émulsions photographiques.
- Service du travail obligatoire / Ville d'Allemagne / Chiffres romains / Thulium.
- Adjectifs indéfini / Naturelles.
- Désigne une ou plusieurs personnes / déterminée la nature de quelque chose.
- Traite quelqu'un, quelque chose de haut avec mépris / Situation extrêmement terrible / Fleuve d'Afrique.
- Ils nichent sur les côtes scandinaves / C'est à dire / Idiot, lourdaud.
- Dieu des ventes / Néné/ Indique une alternative.
- Préparation à base d'amandes, de sucre et de vanille / Admiration pour tout ce qui est en vogue.
- Cinéma (pluriel) / Ancien supplice.
- Un jeu de cartes spécial / Lieu planté de saules.
- Élévation à une dignité suprême / Qui est sans mélange.
- Pronom personnel / Exclamation enfantine / Canards marins au duvet très recherché.
- Ouvertures rectangulaires pratiquées dans le pont d'un navire / Il a vendu son droit d'aïnesse pour un plat de lentilles.

VERTICAL

- Tumeur développée dans le canal médullaire d'un os / Personne stupide.
- Ouvrier chargé du bon entretien des routes et des chemins, des fossés et talus qui els bordent / Préposition.
- Pièce de harnais qu'on place sur la tête des bêtes de somme pour les mener / roi des hérules de 434 à 493.
- Résine malodorante / Officier public jouant le rôle de notaire dans les juridictions subalterne.
- Née de. / Critique avec violence.
- Coup de baguettes / Négation / Dans le calendrier.
- Jambière en cuir des soldats de la Grèce antique / Dans la rose des vents.
- Suffixe, servant à désigner les maladies de nature inflammatoires / Chant funèbre en Grèce / Relatif à une partie du corps.
- Mouvement nationaliste irlandais fondé vers 1902 / Vieux do.
- État d'une personne complètement rassasiée / Pronom personnel / En matière de.
- Mèche de cheveux rebelles / Nom gaélique de l'Irlande / Grande voile triangulaire.
- Molybdène / Téléphonie sans fil / Qui a les cheveux noirs et le teint brun.
- Fromage de holland / Protozoaires ciliés dont les colonies peuvent se développer dans des infusions végétales.
- Venus au monde / Femme politique française née en 1927 / Actionné / Radium.
- Souverrain de Russie / Qui a de la grandeur morale, noble / Ville du Japon.



Conception : Gaston Pipon



Bénéficiaire de la Sécurité du revenu :

Acquérir de l'expérience en milieu de travail, briser l'isolement

Programmes Devenir et Interagir

L'itinéraire a 38 places en insertion sociale sur des programmes :

DEVENIR : d'une durée de un an, non renouvelable / **INTERAGIR** : d'une durée de un an, renouvelable

Conditions : de 10h à 20h/semaine / **Rémunération** : 130\$ par mois plus le transport

Postes offerts : préposé(e) à l'entretien ménager, aide-cuisinier(ère), préposé(e) à la plonge, préposé(e) à la distribution du journal, assistant de production de la vidéo, secrétariat

Information : Jocelyne Sénécal, (514) 525-5747, poste 230



8sur8

La combinaison gagnante



**Avant de jouer,
vous fixez-vous
une limite d'argent ?**

Faites le point sur vos habitudes de jeu.
Découvrez votre portrait de joueur en vous
procurant le dépliant 8/8 sur le site 8sur8.com.



Le jeu doit rester un jeu

Si le jeu n'est plus un divertissement...

1 866 SOS-JEUX
1 866 767-5389

JEU : AIDE ET RÉFÉRENCE

GRAND CAFÉ...



PETITE EMPREINTE

La mini
compressible
Eco™ de Solo™ fabriqué
à partir de ressources entièrement
renouvelables.

Van Houtte, le café au bureau qui vous aide à faire
ces petits gestes qui font une

grande différence.

Latte Lounge

- Cafés et cafés de spécialité
- Socialement responsables
- Moulus et infusés sur demande
- Utilisant un minimum d'emballage



Services de café
www.vanhoutte.com

Contactez un représentant au 514 728-2233 ou 866 881-2233