

L'IT
NÉ
RAI
RE

3\$

Volume XXIII, n° 08
Montréal, 15 avril 2016
www.itineraire.ca

Sur les traces de
**BERNARD
ADAMUS**



ENTREVUE
Pierre Karl Péladeau

DOSSIER
**Etat d'urgence
en santé mentale**



UN RÉSEAU QUI FAIT grandir

À LA DÉFENSE DE NOS SERVICES
DE GARDE ÉDUCATIFS



REFUSONS
L'AUSTÉRITÉ

CSN.QC.CA

f LACSN

Engagez-vous, suivez nous !

6601 fois merci

3015 fois merci



Le déficit d'entretien est de **1 200 000 000 \$** à la CSDM.

L'école Baril est fermée depuis 5 ans.

L'école Saint-Gérard est fermée depuis 5 ans.

L'école Hochelaga est fermée depuis 4 ans.

L'école Saint-Nom-de-Jésus est fermée depuis 4 ans.

L'école Sainte-Lucie est fermée depuis 2 ans.

L'école Sainte-Bibiane est fermée depuis 2 ans.

L'école Sainte-Catherine-de-Sienne est fermée depuis 1 an.

**Ça va prendre plus de 200 millions \$
pour rénover les écoles de la CSDM.**

— ALLIANCE
DES PROFESSEURES
ET PROFESSEURS
DE MONTREAL —



ZOOM SUR Roger

Nom Roger Perreault | **Camelot n°** 1196 | **Âge** 65 ans
Points de vente Métro Joliette et Pélouin / Fleury

Roger reste très réservé quand il s'agit d'évoquer son parcours. Il a suivi des études supérieures qui l'ont amené à occuper de hautes fonctions dans le domaine du sport et du loisir, mais sa dépendance à l'alcool lui a causé plus d'un problème.

Il quitte l'école secondaire à 15 ans et est engagé dans une usine de textile à Sherbrooke. Il s'implique alors beaucoup dans la vie communautaire, en participant au développement d'une coopérative d'habitation, de maisons de quartier, d'une épicerie communautaire. « L'usine, ce n'était pas pour moi. Je voulais vraiment faire des études. » À 23 ans, il s'inscrit au cégep en sciences humaines ; il ne complète pas son DEC mais s'inscrit à l'université de Trois-Rivières, au baccalauréat en enseignement de l'éducation physique.

Passionné de sport sans être un grand athlète, il se découvre des qualités d'entraîneur, notamment au soccer, alors en pleine expansion au Québec. C'est une opportunité d'emploi dans ce domaine qui le fait arrêter la maîtrise en éducation physique pour aller s'implanter à Montréal. Il occupe un poste élevé dans le développement du soccer et dans la formation des entraîneurs dans différentes disciplines. Un métier qui l'amène à beaucoup voyager au Québec et à l'étranger.

Une dépendance qui commence tôt

La première fois que Roger boit, c'est à l'âge de 15 ans, la veille de Noël après une nuit de travail à l'usine; c'est aussi sa première brosse. À partir de ce moment et pendant très longtemps,

l'alcool fait partie de son quotidien. « Je travaillais tellement que j'étais toujours seul. Je voyageais beaucoup avec mon emploi. Qu'est-ce que tu fais le soir dans un hôtel ? Tu vas au bar pour rencontrer du monde, et tu bois. » La solitude pousse Roger à consommer de plus en plus. Sa dépendance lui fait perdre son emploi en 1985, puis d'autres. Son état de santé se détériore.

Un jour, Roger réalise que ne ça ne va vraiment plus et doit être pris en charge en urgence. « Le médecin m'a dit : si vous n'étiez pas venu aujourd'hui, vous seriez mort. » Roger est atteint d'une cirrhose. Il attend une greffe de foie qui ne s'est finalement pas avérée nécessaire. Depuis se sont développés des problèmes aux yeux (glaucome, cataracte) qui l'empêchent d'occuper un emploi à temps plein. Il doit trouver une solution pour gagner sa vie.

« Je ne voulais pas aller à L'itinéraire au début, car je croyais que c'était comme quêter et je me suis dit que je ne descendrais jamais jusque-là. » C'est en s'informant auprès d'un camelot que Roger découvre ce qu'est réellement L'itinéraire, et décide de rejoindre le groupe en 2013. Grâce à la vente du magazine et à la rédaction d'articles, il arrive à disposer d'assez d'argent pour louer une chambre et subvenir à ses besoins. Mieux dans sa peau, il revient tranquillement à son domaine de prédilection, en remplissant des petits contrats. « Devenir camelot, ça m'a remis debout, mais maintenant, je cherche autre chose. Un travail gratifiant dans le domaine communautaire, où je pourrais aider les autres. »

Par Jennifer Pitoscia,
bénévole à la rédaction
Photo : Alexandra Guellil

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



NOS PARTENAIRES ESSENTIELS DE LUTTE CONTRE LA PAUVRETÉ

Le 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 par des journalistes professionnels et une cinquantaine de personnes vivant ou ayant connu l'itinérance, dans le but de leur venir en aide et de permettre leur réinsertion sociale et professionnelle.

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

La direction de L'itinéraire tient à rappeler qu'elle n'est pas responsable des gestes des vendeurs dans la rue.

Si ces derniers vous proposent tout autre produit que le journal ou sollicitent des dons, ils ne le font pas pour L'itinéraire. Si vous avez des commentaires sur les propos tenus par les vendeurs ou sur leur comportement, communiquez sans hésiter avec Shawn Bourdages, chef du développement social par courriel à : shawn.bourdages@itineraire.ca ou par téléphone au : 514 597-0238 poste 222.

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

Canada

ISSN-1481-3572
n° de charité : 13648 4219 RR0001

L'ITINÉRAIRE



RÉDACTION ET ADMINISTRATION

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

LE CAFÉ L'ITINÉRAIRE

2101, RUE SAINT-CAATHERINE EST

Téléphone : 514 597-0238

Télécopieur : 514 597-1544

Site : www.itineraire.ca

DIRECTRICE GÉNÉRALE :

CHRISTINE RICHARD

RÉDACTION

Rédactrice en chef : JOSÉE PANET-RAYMOND

Journaliste, responsable société : ALEXANDRA GUELLIL

Photographe : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

Responsable de la formation des participants :

CHARLES-ÉRIC LAVERDY

Chargé de l'accompagnement des participants :

SIMON POSNIC

Conception graphique : MILTON FERNANDES

Stagiaire à la rédaction : MARYAN CHARRON

Collaborateur : IANIK MARCIL

Adjoint à la rédaction : CHRISTINE BARBEAU, MARTINE BOUCHARD-PIGEON,

MARIE BRION, DANY CHARTRAND, SARAH DÉRY, CAMILLE GARNIER,

SARAH LAURENDEAU, HÉLÈNE MAI, JENNIFER PITOSCIA, LAÉTITIA THÉLÈME,

CHANTAL VANASSE

Photo de la une : SIMON POSNIC BERNARD ADAMUS

MARIO ALBERTO REYES ZAMORA PIERRE KARL PÉLADEAU

Révision des épreuves : PAUL ARSENAULT, LUCIE LAPORTE,

MICHÈLE DETEIX

ADMINISTRATION

Chef des opérations et des ressources humaines :

DUFFAY ROMANO

Responsable de la comptabilité : LYNE COUSINEAU

Adjointe administrative : NANCY TRÉPANIER

Responsable du financement : DOMINIQUE RACINE

DÉVELOPPEMENT SOCIAL

Chef du développement social : SHAWN BOURDAGES

Intervenant psychosocial : JEAN-FRANÇOIS MORIN-ROBERGE

Responsable du Café : PIERRE TOUGAS

Responsable de la distribution : YVON MASSICOTTE

CONSEIL D'ADMINISTRATION

Président : GUY LARIVIÈRE

Vice-président : JEAN-PAUL LEBEL

Trésorier : GRÉGOIRE PILON

Secrétaire : JO REDWITCH

Administrateurs : MARIO C. DUSSEAU, ALEXANDRE PÉLOQUIN, KATHERINE

NAUD, ISABELLE MONETTE, TANIA CROISÉTIÈRE-LANGÉVIN

Représentant des camelots : GABRIEL BISSONNETTE

VENTES PUBLICITAIRES 514 597-0238

Conseillère : RENÉE LARIVIÈRE (450-541-1294)

renee.lariviere18@gmail.com

GESTION DE L'IMPRESSION

TVA ACCÈS INC. | 514 848-7000

Directeur général : ROBERT RENAUD

Chef des communications graphiques : DIANE GIGNAC

Coordonnatrice de production : MARILYN FORTIN

Imprimeur : TRANSCONTINENTAL

Convention de la poste publication N°40910015, N°d'enregistrement 10764.

Retourner toute correspondance ne pouvant être livrée au Canada,

au Groupe communautaire L'itinéraire :

2103, Sainte-Catherine Est,

Montréal (Québec) H2K 2H9

PARTENAIRES MAJEURS



PRINCIPAUX PARTENAIRES DE PROJETS

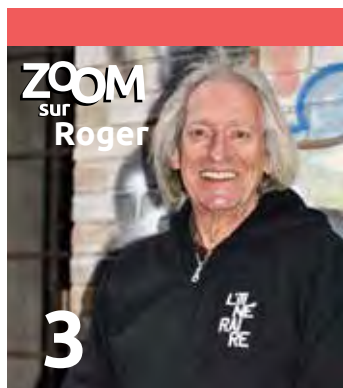


L'ITINÉRAIRE EST MEMBRE DE



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





MOTS DE CAMELOTS

Alain Saint-Germain	10
Lorraine Sylvain	10
Cécile Crevier	10
Jo Redwitch	13
Sylvain Pépin-Girard	13
Gilles Leblanc	13
Dans la tête des camelots	34
Benoit Chartier	41
France Beaumont	41
Guy Boyer	41

DOSSIER



ÉTAT D'URGENCE EN SANTÉ MENTALE

Par Alexandra Guellil

- Santé mentale et interventions policières. Des causes aux effets
- La santé mentale en chiffres

RENCONTRE

- Kharoll-Ann Souffrant
Apprendre à vivre avec sa maladie

ENTREVUE



PIERRE KARL PÉLADEAU

Le chef du Parti Québécois, Pierre Karl Péladeau, était de passage à L'itinéraire pour rencontrer les camelots ainsi que les membres de l'équipe. Nous en avons profité pour organiser une entrevue traitant de sujets aussi variés que l'aide sociale et la relance économique du Québec. La plupart des ces questions ont été formulées par nos participants.

ÉDITORIAL	7
Sortir du tabou de la maladie mentale Par Josée Panet-Raymond	8
ROND-POINT	8
ROND-POINT INTERNATIONAL	9
CHRONIQUE	11
Tomber ou monter en amour ? Par TristeCiel	22
INFO RAPSIM	22
Enfin de l'argent neuf ! Par Pierre Gaudreau, <i>coordonnateur du RAPSIM</i>	23
COMPTES À RENDRE	23
Le commerce et la démocratie Par Ianik Marcil, <i>économiste indépendant</i>	24
PORTRAIT	24
40 ans au service des toxicomanes Par Guy Thibault	26
RENCONTRE	26
Bernard Adamus Par Ianik Brassard	29
ENTREVUE	29
Un musicien (de métro) parmi tant d'autres Par Siou Deslongchamps	30
VIE CITOYENNE	30
L'empowerment pour retrouver sa place en société Par Qu'Alain Commu'nos-terres	31
CARREFOUR	31
SOCIÉTÉ	32
Une égalité illusoire Homme victime, femme bourreau ? Par Cindy Tremblay	37
EXPOSITION	37
Si les pierres pouvaient parler... Par Tuan Trieu-Hoang	38
CINÉMA	38
Une immersion dans la culture amérindienne Par Jo-An Blanchet-Girard	39
MUSIQUE	39
Le retour en force du vinyle Par Gabriel Bissonnette	40
BD	40
Par Isabelle Raymond	42
VIE DE QUARTIER	42
Par Raoul Joubert	44
DÉTENTE	44
À PROPOS DES « FOUS »	46

MOTS DE LECTEURS

J'ai bien aimé lire l'article sur Isabelle, camelot dans Côte-Saint-Paul. Je l'ai croisée quelques fois, et nous avons échangé quelques mots. Elle m'a parue très sympathique. Merci à elle et à toute l'équipe pour votre travail.

Bonne journée, **Hélène Bourget**

J'ai lu le mot de Maxime Valcourt dans l'édition du 15 mars. Quel beau texte! Je suis tellement contente pour toi Maxime ! Tu es heureux et tu peux être fier de toi ! Je partage ton gâteau avec le plus grand plaisir, mais je te laisse la cerise, tu l'as bien méritée !

Francine Forest

Vous avez tissé un lien avec votre camelot ?

Parlez-nous en !

Vous avez aimé (ou non) un article dans le magazine ?

Faites-nous en part !

Vous aimeriez que l'on parle d'un sujet en particulier ?

Dites-nous le !

On est à votre écoute.

Faites comme Mmes Bourget et Forest :

écrivez-nous !

ÉCRIVEZ-NOUS !

COURRIER@ITINERAIRE.CA

Des lettres courtes et signées, svp !

La Rédaction se réserve le droit d'écourter certains commentaires.

**Les camelots
sont des
travailleurs autonomes.**

**50 % du prix de
vente du magazine
leur revient.**



DE LA SURVIE À LA VIE



OUI, J'APPUIE L'ITINÉRAIRE : DONS • CARTES-REPAS • ABONNEMENT

JE FAIS UN DON DE : ☐ 40 \$ ☐ 50 \$ ☐ 75 \$ ☐ 100 \$ ou _____ \$¹

JE VEUX ACHETER DES CARTES-REPAS² :

J'offre _____ cartes-repas à **6 \$** chacune = _____ \$¹

TOTAL DE MA CONTRIBUTION : _____ \$¹
DONS + CARTES-REPAS

JE VEUX M'ABONNER AU MAGAZINE :

Je m'abonne pour une période de :

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

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

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

¹ Pour respecter l'écologie et réduire ses frais postaux, L'itinéraire envoie votre reçu d'impôt une seule fois par année, au début de janvier suivant votre don.

² Les cartes sont distribuées par L'itinéraire, mais si vous voulez les recevoir pour les donner dans la rue, cochez ici et nous vous les enverrons avec le Guide du bénévole. **Cochez ici** ☐

IDENTIFICATION ☐ Mme ☐ M.

Nom : _____

Prénom : _____

Adresse : _____

Ville : _____ Prov. : _____ Code postal : _____ - _____

Courriel : _____

Téléphone : (_____) _____

MODE DE PAIEMENT

☐ Visa ☐ MasterCard

☐ Chèque au nom du **Groupe communautaire L'itinéraire**

☐ J'autorise L'itinéraire à prélever de mon compte **mon don mensuel** en fournissant un **spécimen de chèque**.

N° de la carte : _____

Expiration _____ / _____

(Mois) (Année) **Signature** du titulaire de la carte

L'ITINÉRAIRE

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

Postez votre coupon et votre chèque au **Groupe communautaire L'itinéraire**

2103, Sainte-Catherine Est, 3^e étage, Montréal (Québec) H2K 2H9

**Vous pouvez faire un don
directement en ligne sur
notre site www.itineraire.ca**

Pour rejoindre notre service aux donateurs :

☎ 514-597-0238 poste 240

@ dominique.racine@itineraire.ca



Sortir du tabou de la maladie mentale

Elle était une femme formidable. Elle a élevé cinq enfants, tout en exerçant sa profession d'infirmière, jusqu'à ce que ses troubles mentaux la forcent à abandonner ce travail qu'elle aimait tant.

C'est qu'elle a commencé à éprouver des dépressions peu après la naissance de sa petite dernière. Les « dépressions nerveuses », comme on les appelait à l'époque, se sont accentuées avec le temps et la plongeait dans un état psychotique. Elle entendait des voix et pouvait avoir des comportements complètement erratiques. Elle était hospitalisée à raison d'une ou deux fois par année pendant des périodes plus ou moins longues. Quand on est enfant, et qu'on vit ça de près, c'est très perturbant.

D'autant plus qu'à cette époque, à la fin des années 1960, la maladie mentale c'était tabou. On n'en parlait pas. C'était même honteux. Et les traitements étaient souvent expérimentaux, comme c'était son cas, elle qui a servi de cobaye en médecine psychiatrique.

Formidable, je vous disais, parce que, malgré sa maladie grave et chronique, elle a continué de mener une vie active. Elle s'est trouvée un boulot qui n'avait pas un impact émotif aussi grand que celui d'infirmière et elle s'est occupée de ses enfants au meilleur de ses capacités. Elle a dû faire une bonne job, parce qu'ils s'en sont tous bien sortis dans la vie. Ça s'appelle de la résilience. Ça s'appelle aussi de l'amour. Ma mère n'a pas eu une vie de tout repos, mais elle est morte paisiblement bien entourée de ses enfants, en 2002.

Accepter ou rejeter

Grandir avec un proche qui souffre de maladie mentale n'est pas facile. Ça été vrai pour moi et c'est aussi vrai pour des centaines de

milliers de gens qui ont vécu ou vivent la même situation. La maladie mentale, surtout quand elle est mal comprise, est déroutante. Si certaines personnes se serrent les coudes et font tout pour appuyer celui ou celle qui en souffre, d'autres sont complètement démunies devant un être aimé qui vit dans une réalité parallèle, s'emmure dans le silence ou a des comportements dangereux pour lui ou autrui.

Certains vont rejeter systématiquement une personne aux prises avec des troubles mentaux. À cause de l'ignorance, à cause de la peur.

Et c'est ça qu'il faut changer, je crois. Comment ? En en parlant, en s'informant, en lisant sur la maladie, en consultant des spécialistes. En évitant certaines réactions ou commentaires comme : « *Faudrait que tu te reprennes en main* ». Croyez-moi, si c'était aussi facile que ça, la personne qui souffre de troubles mentaux le ferait !

On parle d'une personne sur cinq qui sera aux prises avec une maladie mentale au cours de sa vie. Ça pourrait être votre mère, votre père, votre meilleur ami. Ça pourrait être vous. La maladie mentale ne fait pas de discrimination. D'ailleurs, qui d'entre nous n'a jamais éprouvé une forme ou une autre de détresse mentale à un moment de sa vie ? Les manifestations de troubles mentaux sont tellement fréquentes dans notre société si exigeante et axée sur la performance. *Burnouts*, dépressions circonstancielles, anxiété, angoisse...

Parlons-en et acceptons la maladie mentale comme n'importe quelle autre maladie physique. Parce que c'en est une. Elle est causée par des déséquilibres chimiques, par de mauvaises connexions cérébrales, en raison de souffrances physiques et émotives.

Parlons-en ouvertement, sans tabou. De même, en évitant d'ostraciser, d'isoler et de rejeter ceux qui en souffrent, on pourra contribuer à trouver des solutions à ce mal qui ronge notre société. ■

3 questions à Jessika Roy-Desruisseaux

La loi à l'épreuve

L'une des questions des plus complexes soulevées par la loi sur l'aide médicale à mourir, entrée en vigueur en décembre 2015, est de savoir si les personnes atteintes de troubles de santé mentale devraient aussi pouvoir recourir à un médecin pour mettre un terme à leurs jours. Entrevue avec la psychiatre Dre Roy-Desruisseaux qui travaille avec les personnes âgées, enseigne à l'Université de Sherbrooke tout en étant présidente du comité *ad hoc* sur les soins de fin de vie de l'Association des médecins psychiatres du Québec.

❶ Quels sont les enjeux particuliers liés à la santé mentale que l'on peut rencontrer avec l'application de la loi sur l'aide médicale à mourir ?

La question principale est de savoir faire la différence entre un souhait de mourir en lien avec des idées suicidaires versus un

désir de mourir en lien avec une maladie qui mène à une demande d'aide médicale à mourir. L'autre élément est de protéger à plus grande échelle les personnes qui sont victimes d'abus ou de discrimination. Dans le sens où il faut éviter que les patients atteints de maladie psychiatrique ne se fassent pas refuser des droits que d'autres citoyens ont automatiquement. La différence pour nous, c'est que croire qu'il n'y a plus rien à faire fait partie du syndrome psychiatrique. On déploie aussi de grands efforts pour s'assurer que l'aide médicale à mourir ne soit pas la seule option pour eux et qu'on s'assure qu'il y ait des soins palliatifs de qualité.

❷ Est-ce qu'un trouble mental peut suffire à demander l'aide médicale à mourir ?

Quand un patient atteint d'un trouble demande l'aide médicale à mourir, il peut l'obtenir uniquement s'il a une maladie grave incurable. Souffrir de schizophrénie ou de bipolarité, pour nous, ne se qualifie pas pour obtenir l'aide médicale à mourir. Dans ce cas précis, il est possible d'offrir des soins, de soulager davantage la personne de façon très significative. Souffrir d'un cancer au stade avancé et de schizophrénie par exemple, ne suffit pas. De toute façon, dans le cadre de l'application de la loi, une évaluation individuelle pour chaque patient doit être faite. Face à une maladie mentale, le patient a tendance à croire qu'il n'y a plus rien à faire, mais c'est la même chose face

à une maladie physique quand on ignore les soins qui existent. Cela fait partie de l'approche du médecin qui doit revoir avec lui toutes les options envisageables afin que la décision soit prise de façon éclairée.

❸ Qu'en est-il du soutien de la famille dans ce cas précis ?

Selon la loi au Québec, il est possible pour un patient d'obtenir l'aide médicale à mourir sans qu'aucun membre de sa famille ne soit interpellé, ceci dans le but d'éviter l'influence des tiers. Pour les familles, cela peut être difficile à vivre. Mais, je crois qu'il faut informer le patient que le soutien de la famille peut aussi être important. J'encourage de mon côté le dialogue, que ce soit avec la famille ou avec l'équipe médicale. C'est plus facile de faire face à la maladie grave et à la mort quand on est soutenu. ■



PHOTO : MARIE-REINE MATTEA

L'aide médicale à mourir Un débat avant tout social

Au Québec, après plus de quatre ans de travaux de consultation, la Loi sur les soins de fin de vie a été majoritairement adoptée par l'Assemblée nationale en juin 2014. Sa mise en application, en décembre dernier, a été contestée devant les tribunaux par des groupes qui assimilent l'aide à mourir à de l'euthanasie plutôt qu'à un soin. De son côté, le gouvernement du Québec a signifié qu'il n'a pas l'intention de poursuivre les médecins qui prodigueront des soins de fin de vie, même si le Code criminel canadien n'a pas encore été modifié.

Quant au Canada, la loi ne semble pas si bien définie qu'elle l'est au niveau de la province. En mars 2016, un premier cas d'aide médicale à mourir a été approuvé par un tribunal en Ontario. Il s'agit du troisième au pays, à l'exception du Québec. Certains tribunaux en Alberta et au Manitoba ont déjà acquiescé à de telles requêtes.

Dans l'arrêt Carter, prononcé en février 2015, la Cour suprême du Canada a invalidé les dispositions du Code criminel qui interdisaient une telle mesure parce qu'elles « *portaient atteinte de manière injustifiée* » à l'article 7 de la Charte des droits et libertés justifiant le fait que « *chacun a droit à la vie, à la liberté et à la sécurité de sa personne* ».

Le plus haut tribunal du pays a accordé à Ottawa un an pour modifier la loi. Le gouvernement libéral, élu en octobre 2015, a demandé une prolongation de six mois, et la Cour lui en a accordé quatre, soit jusqu'en juin prochain, pour encadrer l'aide médicale à mourir. En attendant, les Canadiens hors Québec doivent demander une exemption constitutionnelle s'ils veulent bénéficier de cette mesure. ■



PHOTO : KATARZYNA BIASIEWICZ (123RF)



Au Brésil, plusieurs organisations travaillent à rendre l'internet et les téléphones intelligents plus accessibles aux sans-abri afin de favoriser leur inclusion dans la société. C'est le cas du *Centro Digital de Cidadania*, (Centre numérique de la citoyenneté) ayant ses locaux dans l'Hôtel de ville de Salvador, la capitale de

l'État de Bahia. Le CDC met une dizaine d'ordinateurs branchés au web à la disposition de tous les citoyens, mais met l'accent sur l'inclusion des sans-abri. Ce faisant, ces derniers peuvent non seulement se bâtir un réseau d'entraide via le web, avoir accès à des services de première nécessité et se chercher un logement et du travail, mais ils peuvent interagir en personne avec les gens qui fréquentent le centre. Ce mouvement de cyber-inclusion a fait ses preuves, se réjouit Lydia Sâ, travailleuse sociale et coordonnatrice du CDC, qui cite en exemple Lazaro, un des usagers du CDC : « Lazaro était itinérant, mais grâce au projet, il a suivi une formation professionnelle en ligne, et, aux dernières nouvelles, s'est marié, a trouvé un emploi et un logement ». (Aurora da Rua)

ANGLETERRE | De la rue à Fleet Street



Autrefois itinérant, puis camelot pour The Big Issue à Londres, Joel Hodgson travaille désormais dans l'une des plus grandes firmes d'avocats de la capitale anglaise. Il a même eu l'honneur de porter la flamme olympique lors des Jeux de Londres en 2012. Son histoire, digne d'un scénario hollywoodien a été rendue possible grâce à la Big Issue Foundation qui aide les camelots anglais à changer leur vie. Aujourd'hui, le jeune homme de 28 ans, qui occupe

un poste administratif dans une firme légale revient souvent voir ses anciens collègues camelots, qui le considèrent comme une source d'inspiration. (INSP)

AFRIQUE DU SUD | Le Bibliophile du bitume

Quand on dit qu'un livre peut changer une vie, Philani Dladla, un itinérant de 26 ans en connaît un rayon sur ce chapitre. Le jeune sud-africain est devenu une célébrité dans son pays grâce à une vidéo sur YouTube le montrant vendre des livres usagés sur le bord d'une route achalandée de Johannesburg. C'est pour échapper à une vie de misère, de violence et de toxicomanie, que le jeune homme originaire du KwaZulu-Natal a troqué une dépendance aux drogues pour devenir accro aux livres. *Le Pavement Bookworm* (Bibliophile du bitume) comme on l'appelle dans son pays ne se contente pas seulement de faire le commerce de bouquins d'occasion, mais offre des critiques de livres, qu'il monnaie en fonction de la cote qu'il leur donne. Plus le livre est intéressant, plus la critique se paie cher, pouvant atteindre les 6 rands (50 cents CAD). La notoriété engendrée par la vidéo a attiré l'intérêt des médias, menant à des entrevues à la télé et à la radio, de même qu'à une conférence TEDx. « Je dois être le seul itinérant avec quelques milliers d'abonnés sur Twitter », s'exclame Philani, qui entrepasse une grande quantité de livres et recueille des dons via son site web, qu'il utilise pour aider les enfants pauvres de sa région. www.pavementbookworm.co.za (The Big Issue South Africa)



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



International
Network of
Street Papers

MOTS DE CAMELOTS

Avant de partir

Je suis malade et je prends le temps de vous écrire ces mots avant de partir. Je ne sais pas quand va sonner l'heure du départ. C'est pourquoi j'aimerais dire merci à tous ceux qui m'ont tendu la main dans ma vie.

En premier lieu, à celle qui m'a donné la vie et ensuite, à tous les professeurs qui m'ont enseigné et qui m'ont orienté dans mon choix de métier. Merci à tous les patrons qui m'ont donné la chance de travailler avec eux, ainsi qu'aux copains et collègues de travail d'équipe.

Aujourd'hui, je suis à L'itinéraire. J'y ai trouvé des gens qui m'ont tendu la main et me permettent de travailler avec fierté et de gagner honnêtement ma vie chaque jour.

Merci à tous les clients qui ont toujours été là pour m'encourager en achetant le magazine régulièrement ou de temps en temps, sans oublier ceux qui n'achètent pas mais qui me font un don à l'occasion.

Merci aux organismes qui nous procurent de la nourriture, des vêtements et tous les autres services dont on a besoin au quotidien.

Je ne veux surtout pas oublier les gens qui prennent soin de ma santé : les médecins et les infirmières qui sont là pour moi.

Je remercie tous ces gens qui m'ont tendu la main et tous les amis qui ont été à mes côtés dans le parcours de ma vie.

Merci !

ALAIN SAINT-GERMAIN
CAMELOT BEAUDRY ET CLINIQUE SAINT-LUC



Dehors

Parfois dehors l'hiver, la nuit sous la lune, la neige était parcourue d'un scintillement de couleurs, vert, rose, argent, comme sur les cartes de Noël que nous recevions lorsque nous étions enfants, mais qui auraient été animées d'un mouvement ondulatoire d'apparence erratique.

Dehors la glace sur l'eau devenait si épaisse, que l'on devait parfois se résoudre à faire fondre dix tasses de neige pour obtenir une tasse de liquide.

Dehors il arrivait qu'on entende, perçant le silence, un vent puissant à une hauteur insoupçonnée, large comme le souffle d'un dieu. C'était le prélude d'une saison nouvelle.

Dehors, l'été, quand on préparait de la nourriture, il fallait agiter le couvercle métallique de la marmite à chaque dix minutes, pour tenir en respect les grands animaux affamés.

Et en ce lieu, la seule horloge que nous avions était le battement de notre cœur.

LORRAINE SYLVAIN
CAMELOT MÉTRO PEEL



Qu'est-ce que le groupe L'itinéraire ?

C'est composé de plusieurs choses. C'est un groupe communautaire qui représente une société de paix.

L'itinéraire, c'est une équipe, des associés, des camelots, des employés du café, des employés de la rédaction. Une équipe, c'est discuter, se faire des connaissances, des amis. Grâce à L'itinéraire, j'ai appris à travailler en harmonie et en paix. J'ai appris à avoir le sourire, à avoir de la bonne humeur, de l'enthousiasme, et à aimer mon travail. On est capable de se valoriser entre collègues de travail, que ça soit les anciens ou les nouveaux, on est là pour tout le monde.

L'itinéraire, c'est le magazine. C'est, selon moi, un des meilleurs journaux du monde. Il s'est amélioré sur tous les points avec le temps, que ce soit la qualité des textes, du graphisme, du contenu, des photos et même du papier. Le groupe a bien évolué, on a un bon esprit d'équipe.

L'itinéraire, c'est un café. La nourriture y est très bonne, et ce, à tous les jours. Les employés et les bénévoles de la cuisine sont très très sympathiques. Tout est frais et de grande qualité, et c'est vraiment pas cher. Ça vaut la peine !

L'itinéraire, c'est ses membres. J'y connais beaucoup de monde, que ce soit aux cuisines, à la vente ou à la rédaction. Je suis contente de travailler ici. J'ai commencé dans la cuisine, à faire des confitures, des bines et du beurre d'arachide. Je vends des journaux et j'écris. Je suis contente de représenter un groupe que je respecte.

Ce que j'aime, c'est le travail avec un bon leadership, de la participation et un de l'enthousiasme. Moi la *bullshit*, je n'aime pas ça. Je suis fière de travailler ici et je continuerai d'y travailler tant que je pourrai, dans la bonne humeur et la gaieté.

CÉCILE CREVIER
CAMELOT MÉTROS L'ASSOMPTION ET FABRE





Tomber ou monter en amour ?

Tomber en amour me semble un terme plutôt péjoratif. Lorsque notre quotient d'intelligence émotionnelle se réveille et évolue, **monter** en amour devient une meilleure affirmation que l'on pourrait apprendre à populariser.

Je trouve fascinant de constater que chaque personne qui tombe en amour redevient, en quelque sorte, un petit enfant devant un cadeau à déballer. L'estomac se noue, les hormones s'enflamment et même si le sommeil est parfois perturbé, c'est souvent compensé par une énergie quintuplée au courant de la journée.

Sommes-nous devant le véritable amour, ou se cacheraient-il au tréfonds de nos cœurs, un désir puéril, tel l'écho d'un cri lointain longtemps refoulé ou des pulsions sexuelles enfouies ?

Selon les recherches d'Abraham Maslow, qui inspira le concept de la pyramide des besoins, l'être humain nécessiterait de l'affection pour vivre sainement. Ceci ne se retrouverait pas très loin derrière les besoins physiologiques comme respirer, boire, manger et dormir.

Un besoin naturel

L'amour est *a priori* un besoin de sécurité, de se retrouver dans l'autre afin de ne pas rester seul pour affronter les rigueurs de l'existence. C'est aussi une expression de soi dans l'expérience de l'autre, car seul et isolé, il est prouvé que l'humain devient plutôt zinzin ! Oui, dès notre naissance et même dans le ventre de notre mère, nous expérimentons naturellement un lien d'amour authentique et inconditionnel.

Selon le psychiatre Scott Peck, auteur du bestseller *Le chemin le moins fréquenté*, il semble que nous cherchons tous, plus ou moins consciemment, à recréer la connexion idyllique et parfaite avec un partenaire comme celle que nous avons de façon innée en étant bébé. Vu sous cet angle, entendre des gens surnommer leur amoureux « *bébé* » prend un tout autre sens !

Voilà qu'ainsi, une fois passé l'âge du berceau, l'adulte en devenir ne tarde pas à être confronté à maintes frustrations. Les choses ne se passent plus facilement ou magiquement comme au commencement, là où seul le fait d'exister suscitait les acclamations et les sourires de tous. Maintenant, afin d'avoir droit à cette fameuse

denrée si précieuse qu'est l'amour, l'humain se retrouve à devoir faire de plus en plus d'efforts et de compromis.

Tristement, énormément de gens sont déçus ou totalement brisés d'avoir vécu des relations amoureuses décevantes, voire même destructrices. Nombreuses statistiques et études démontrent qu'un très grand pourcentage de couples se séparent. Est-ce que finalement l'amour ne se résumerait pas à une simple émotion, quelque chose qui se tarit avec le temps, pour que finalement, nous recommencions à chercher ailleurs ce qui n'a visiblement pas fonctionné comme on l'aurait désiré ?

À quel point sommes-nous conscients d'être sous l'influence de la magie des contes de fées en proie au fantasme du prince ou de la princesse qui viendra nous sauver ? On ne fait pas de la monnaie avec de l'argent qui ne vaut rien. L'amour est aussi une industrie qui roule sur des milliards de dollars. Sommes-nous capables d'attendre avec patience et sagesse afin de maximiser nos chances de trouver l'âme sœur, où tombons-nous facilement dans les flammèches de la séduction si facilement aveuglante ?

Apprendre sur le tas

Je crois qu'une des réponses à ces intrigues se retrouve dans nos attentes un peu démesurées qui prennent racine dans nos carences et nos bagages individuels que l'on projette sur l'autre. Je trouve intéressant de mentionner qu'il n'y a pas de cours spécifiques qui se donnent dans le système d'éducation au sujet de l'amour et des relations amoureuses. En quelque sorte, nous sommes voués à apprendre sur le tas en suivant nos instincts plus ou moins affectés par nos modèles extérieurs, qui ne sont pas toujours les meilleurs.

Je crois qu'aimer commence d'abord par s'aimer ! Aimer véritablement une autre personne, c'est surtout chercher à l'accompagner dans ce même processus d'évolution, de s'aimer soi-même et vice-versa.

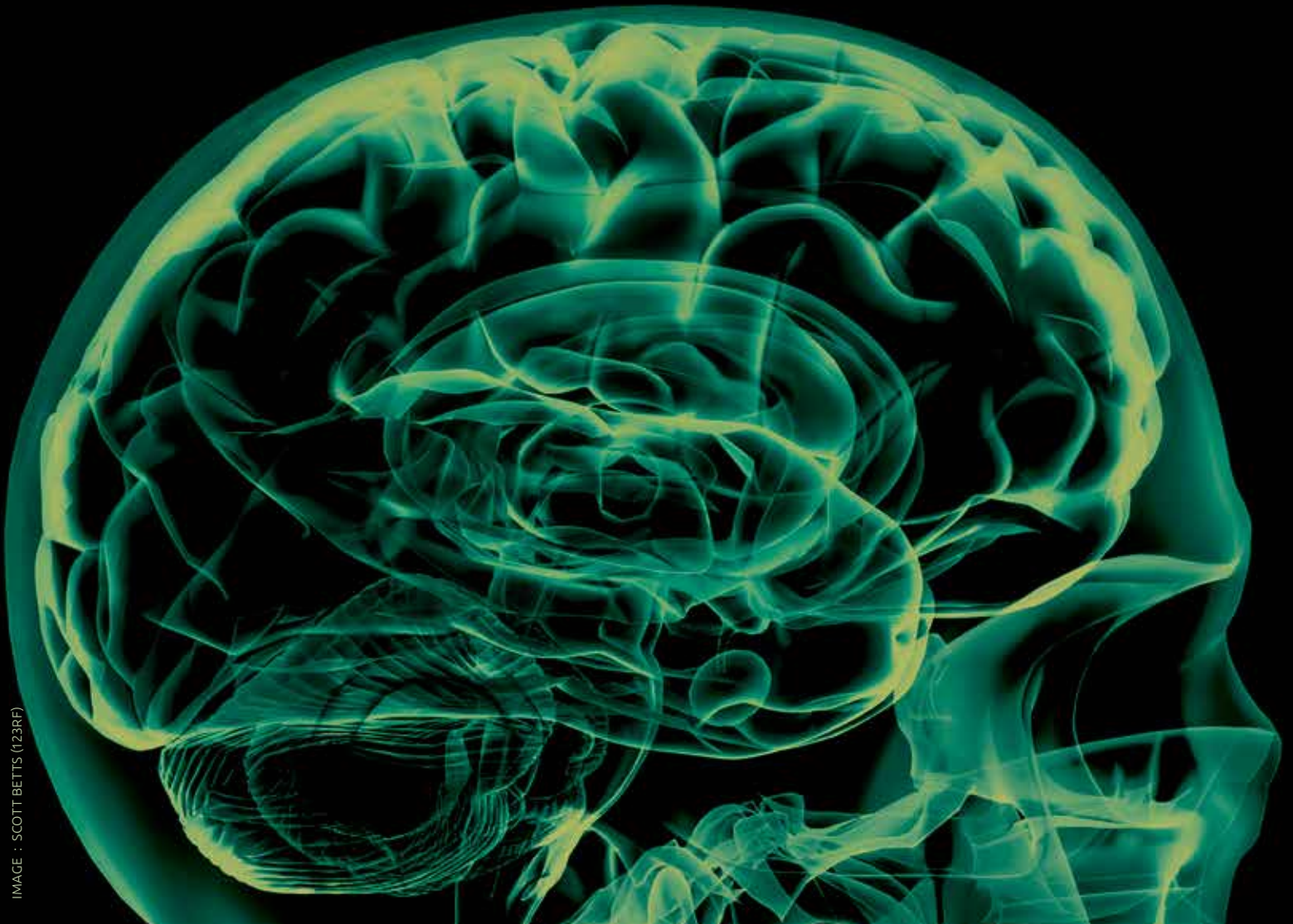
Personnellement, j'en suis venu à créer cet adage : tel un vrai délice, le romantisme ressemble à une épice. Sans lui dans une assiette, cela tombe bien plat. Toutefois, s'il demeure seul et sans substance pour s'y mélanger, il reste démuné et peu nutritif.

Je vous aime. ■

État d'urgence en santé mentale

La santé mentale est souvent considérée comme le parent pauvre du système de santé et des services sociaux. Pourtant, statistiquement parlant, un Canadien sur cinq sera aux prises avec une maladie mentale au cours de sa vie. De ce chiffre, les femmes sont plus nombreuses à avoir un niveau élevé de détresse psychologique que les hommes. Comment alors expliquer cette faiblesse dans les investissements publics causant bien souvent des drames, dont le plus récent est l'affaire d'Alain Magloire ? Des drames qui auraient pu être évités avec les ressources adéquates, comme le stipulent d'ailleurs, à chaque fois, les différentes enquêtes. Alors que les organismes communautaires ne cessent de demander un réinvestissement en santé mentale, les mesures du dernier plan d'action (PASM) tardent à prendre forme sur le terrain. Incohérences et incompréhensions augmentent tandis que les budgets ne cessent d'être amputés. Pourtant, le rétablissement en santé mentale existe bien.

Encore faut-il tout mettre en œuvre pour le rendre possible.



Mort psychique

L'eau de mon bain refroidissait tranquillement.

Je n'osais pas bouger et je restais là à flotter dans cet espace plutôt sombre.

La forêt qui entourait la maison me semblait plus dense.

Et, la noirceur de mon cerveau avait des allures de dissociation.

J'étais là sans y être.

J'étais encore sous le choc des coups portés à ma tête.

Il avait dépassé les limites de l'insupportable.

Et, je m'étais moi-même enfermée dans ce portique intérieur.

Incapable d'avancer ou de reculer, j'étais cloîtrée dans cette prison mentale.

J'avais perdu toute capacité de penser.

J'étais là sans y être.

L'âme déchirée par l'échec me laissait à penser que rien ne pouvait plus me sauver.

La folie, ma colocataire était revenue me rencontrer.

La mort psychique m'avait gagnée.

En plongeant ma tête sous l'eau, j'écoutais mon cœur battre sans émotion.

Puis le silence fût et la souffrance s'éteignit.

Je n'y étais plus.

JO REDWITCH
CAMELOT MÉTROS BERRI ET MCGILL,
SQUARE PHILLIPS



Ne jamais abandonner

La santé mentale, c'est un peu de tout. Ce sont à la fois des troubles passagers ou chroniques, entre la dépression, les psychoses et la bipolarité. Ce sont des choses psychologiques, mais aussi physiques ; ceux qui entendent des voix, comme ceux qui s'automutilent ou qui se frappent la tête sur les murs.

Des personnes sont aussi victimes de chocs post-traumatiques et voient parfois remonter des sentiments glaçants à la surface. Revenir dans un endroit, ou voir quelqu'un vivre ce qu'on a vécu peut faire rejaillir le stress. On essaye de se parler, de se dire qu'on ne peut rien faire, mais c'est plus fort que nous, on y pense encore. Il faut combattre le démon qui est entré dans notre subconscient.

Un soir, je sortais dans un bar, il y avait un homme souffrant de déficience intellectuelle. En sortant, il s'est fait frapper par un groupe de gars sans pitié et à faible jugement. Ils s'attaquent à la personne déficiente en pensant que c'est une personne faible, qu'il ne s'en rappellera pas le lendemain. La victime était figée et ne criait pas, donc les gars continuaient à le frapper. Ces gars frappent pour remonter leur estime, mais en faisant ça, ils montrent qu'ils sont plus faibles que la personne à laquelle ils s'attaquent. J'ai canalisé un cri tellement puissant et violent qu'ils se sont figés puis sont tous partis. En espérant que ça ne se répète pas.

Au fond, on est tous pareils. Même si on croit que les personnes qui ont des troubles de santé mentale sont faibles, c'est souvent le contraire. Quand on a des troubles de santé mentale, il faut juste se redonner de l'estime et ne jamais abandonner, devant rien !

SYLVAIN PÉPIN-GIRARD
PRÉPOSÉ À L'ENTRETIEN MÉNAGER



Moi, « malade mental »

De nos jours, l'expression santé mentale renvoie souvent aux gens malades. Mes trente-cinq années dans la peau d'un bipolaire de type psychotique m'ont appris cette évidence.

Pour les biens portants, rien ne change. Ils se considèrent encore et toujours, matures et adultes. En somme, ils ne doutent guère de leur équilibre psychique.

Par contre, c'est avec maladresse qu'ils utilisent un grand nombre de synonymes pour désigner ma catégorie d'individus. Elle est connue sous plusieurs appellations : « gens aux prises avec une problématique en santé mentale », « malades mentaux », voire « débiles », histoire de bien représenter ce préjugé nuisible. De toute évidence, ces accusations sont fausses. Ceux qui nous nomment ainsi ont des lacunes de connaissances médicales concernant les problèmes biochimiques affectant le cerveau humain.

Qu'il en soit ainsi ! Pas la peine d'appeler les pompiers. Je sais depuis des lustres que je suis « psycho-tic ». Et ce même si parfois je donne l'impression d'être tout à fait décent (normal) et acceptable.

Les humoristes professionnels qui utilisent le mot bipolaire pour faire des blagues, qu'elles soient bonnes ou mauvaises, sont une source d'inspiration pour tous ceux qui veulent rire de leur santé mentale.

Je comprends maintenant qu'il est préférable de choisir le plaisir comme remède au quotidien. C'est plus payant que de se rejeter soi-même. Je n'ai pas toujours le cœur en chanson, mais ma santé mentale vaut mieux que celle de la fin de mon adolescence. Époque de ma dépression majeure. Pour moi, il était hors de question de partager mon désespoir avec qui que se soit. J'étais rejeté, comme tout bon souffre-douleur, les étudiants m'insultaient et me crachaient dessus. J'imagine que c'est ça, l'intimidation.

Aujourd'hui, je vois le temps pâlir mes cheveux, et j'ai le goût de vous dire que le rejet existe seulement dans un monde sans amour. Seule la confiance aide à ne pas repousser son prochain, car la crainte n'habite pas les esprits forts.

GILLES LEBLANC
CAMELOT-PARTICIPANT





PHOTO : BENOÎT DAOUST (423RE)

Santé mentale et interventions policières Des causes aux effets

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Mario Hamel, Farshad Mohammadi ou Alain Magloire, tous étaient aux prises avec des problèmes de santé mentale. En crise, ils sont tombés sous les balles lors d'une intervention policière. Ces faits, loin d'être isolés, poussent à s'interroger sur le prix de la sécurité.

Le 7 juin 2001, Mario Hamel, 40 ans, a été tué par un policier sur lequel il fonçait avec son couteau. Un an plus tard, le 6 janvier, c'est au tour de Farshad Mohammadi, 34 ans, de tomber sous les balles de la police dans le métro de Montréal, alors qu'il est armé d'un exacto. Plus récemment, le 3 février 2014, Alain Magloire est abattu par un patrouilleur du Service de police de la Ville de Montréal (SPVM).

Dans les trois cas, des problèmes de santé mentale ont été soulignés dans des enquêtes mettant l'accent à la fois sur des manquements dans les services de santé, mais aussi sur la formation et l'équipement inadéquat des policiers.

La plus récente enquête concerne la mort d'Alain Magloire. Le rapport du coroner soutient que l'intervention policière du 3 février 2014 « a été correcte, mais sans plus » rappelant que cette intervention faisait « ressortir deux carences importantes, soit la mauvaise communication entre les policiers et Alain Magloire » d'une part et « l'absence de taser ou autres armes dites intermédiaires sur les lieux où les policiers en avaient besoin » d'autre part.

Des interventions rapides et complexes

Dans ce même rapport, le coroner suggère aussi aux ministères de l'Éducation et de la Sécurité publique de revoir la formation des policiers au niveau collégial et à l'École nationale de police de Nicolet pour que les futurs agents bénéficient d'une meilleure formation en matière de santé mentale. « La mauvaise communication entre les policiers, tout comme envers M. Magloire, découle directement de la formation donnée à ces policiers, notamment à la capacité de travailler efficacement sous un stress intense et, aussi, de l'absence d'une bonne formation pour faire face aux personnes atteintes de troubles mentaux », mentionne-t-on.

Le psychiatre Olivier Farmer a d'ailleurs participé à la formation en réponse en intervention de crise (RIC) visant à aider les policiers à faire face aux demandes croissantes d'intervention, auprès de personnes en

détresse et souffrant de problèmes de santé mentale qui présentent un danger grave ou immédiat. « Les policiers, explique-t-il, sont les premiers intervenants sur le terrain, qui doivent réagir auprès des personnes dans un moment où elles sont le plus perturbées, dans la crise. »

Arrive alors le savoir-faire. Pour Olivier Farmer, « idéalement, la première chose que l'on essaye de faire est d'établir un dialogue, de parler ». Cette recherche de calme permet de tenter de sortir de la dynamique de contrôle et d'aider à comprendre ce qui a causé la crise. « Ce dont il faut se souvenir quand il y a un problème de santé mentale et que la personne est en psychose, c'est qu'elle a perdu ses repères. Et quand elle voit quelqu'un dans une voiture de police, elle ne va pas forcément voir quelqu'un qui vient l'aider. Dans la psychose, il peut y avoir comme raisonnement que les gens veulent notre peau pour x ou y raison », rappelle le médecin précisant que l'important est de trouver un ensemble de solutions qui permettront de réduire le stress et l'anxiété. « Les policiers apprennent à isoler et contenir le risque pour permettre une intervention. Si la personne a une arme, ils devront avant tout sécuriser le périmètre. Ce qui les mène à se déployer autour de la personne et à lui demander de déposer son arme. Mais, il faut qu'un policier se désigne coordonnateur de l'intervention pour éviter la cacophonie », détaille-t-il.

Imprévisibilité

Julie Prince Dagenais, agente et conseillère aux relations avec la communauté au SPVM, rappelle que dans le cadre d'une intervention mettant en cause une personne ayant des problèmes de santé mentale, on tente de solliciter le plus possible les agents RIC, et ce, depuis 2013. « Ce sont des personnes qui ont été formées en santé mentale. Elles savent comment désamorcer une situation de crise par la communication », explique-t-elle. Cet agent prend donc le leadership dans l'intervention, conseille l'équipe en place sur le comportement à adopter et le vocabulaire à employer.



Olivier Farmer

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAWONA

La P-38 ou la prévention ?

La Loi sur la protection des personnes dont l'état mental représente un danger pour elles-mêmes ou pour autrui, appelée aussi la Loi P-38, est souvent utilisée comme justificatif des interventions coercitives.

« Ça devient un recours incontestable si la personne est suicidaire, sur le point d'agresser quelqu'un ou encore sur le point de mourir parce qu'elle est dehors par -40°, vulgarise Olivier Farmer. Sauf qu'il faut pouvoir se rendre jusque-là. Pendant des années, ces personnes peuvent dépérir, perdre le contact avec leurs proches et on ne fait rien parce qu'il n'est pas dangereux. »

Aussi, la question d'aptitude permet, selon le médecin, d'éviter des situations où une personne se retrouve dans la rue avec une arme à la main, en situation de crise.

« Si la personne n'est pas contenue, mais a une arme, si elle est à l'intérieur, les policiers devront sécuriser ou peut-être évacuer les lieux et communiqueront de l'extérieur, dans un périmètre qui est sécuritaire pour eux. Si cette personne est dans l'espace public, le but est de la contenir pour éviter qu'elle ne blesse des citoyens. Le niveau de stress est tout autre dans le second cas où la distance de sécurité doit être d'un minimum de 21 pieds », soutient l'agente.

Parmi les aptitudes à avoir lors d'une intervention de crise, l'agente Dagenais indique qu'il y a en santé mentale des comportements à adopter permettant *« de respecter le rythme de la personne, de rester calme, d'éviter de crier, d'employer des phrases courtes, d'éviter de la toucher ou de faire des mouvements brusques et de respecter son espace vital »*. Mais, bien souvent, lors de ces interventions-là, tout peut devenir incertain, y compris la dangerosité que peut représenter la personne en crise.

Analyste en affaires policières, Stéphane Berthomet s'est beaucoup intéressé aux interventions policières, et plus précisément à la façon dont elles étaient pratiquées au quotidien. *« C'est un problème de fond qui tient à la nature du modèle d'intervention et à la façon dont on s'adapte à celles qui sont difficiles. Ces interventions-là demandent des capacités, des moyens et des connaissances qui sont spécifiques, d'où l'importance de savoir s'adapter. »*

Si l'éducation et la formation sont souvent montrées du doigt, M. Berthomet pense à l'inverse que c'est au quotidien que les *« bonnes pratiques »* sont parfois laissées de côté. *« Peut-être aussi que l'on entretient l'idée de danger auprès des policiers, ce qui expliquerait pourquoi ils surréagissent parfois dans une situation de crise. »*

Faits à l'appui, ces interventions sont souvent très rapides. *« Il faut expliquer aux policiers comment gagner du temps, désescalader la situation, ne pas crier sur des personnes en crise, ne pas braquer une arme à 20 ou 30 mètres d'eux, etc. Je crois que c'est toute la psychologie et toute la vision de ce qu'est une intervention policière que l'on doit revoir dans ses fondements »,* insiste M. Berthomet précisant que parler de *« bavure »* n'explique en rien les défaillances possibles du système.

Prévention

D'après le rapport du coroner sur l'affaire Magloire, 75 tasers sont disponibles à Montréal, dont 33 seulement sur le terrain. À noter qu'il en existe beaucoup plus à Toronto (600) et à Vancouver (200). Le rapport fait aussi état du procès de la bureaucratie de la santé, qui n'est pas parvenue à secourir l'homme de 41 ans à temps.

Mais, pourquoi fallait-il attendre qu'Alain Magloire et les autres soient coléreux, dans un état psychotique, se munissent d'une arme pour intervenir? C'est la question posée par Olivier Farmer. *« C'est comme attendre qu'un cancer se détériore et qu'il faille opérer d'urgence. De plus, on sait que ces personnes ont généralement eu des contacts antérieurs avec la police et le système de santé, mais que rien n'a été fait parce que ce n'était pas adapté à leur situation »,* explique-t-il.

Le psychiatre rappelle ainsi que les opportunités d'intervenir étaient bien présentes avant. *« On peut mettre des milliers et des centaines de milliers de dollars sur des tasers, mais en même temps, cela sauvera une personne par année au mieux. Si le taser est mieux qu'une balle, il n'efface pas les années de maladie et de l'absence de service et d'aide auparavant »,* soutient M. Farmer, soulignant qu'il y a un fatalisme quant à la santé mentale et l'itinérance qui ne se justifie pas étant donné l'existence des services. Et à Stéphane Berthomet d'ajouter qu'il s'agit *« d'une arme alternative qui est à la fois une solution et un problème. Il s'agit d'une solution à court terme, très rapide et très efficace, mais elle ne peut remplacer le contrôle manuel ou le dialogue »*.

Coordonnateur au Réseau d'aide aux personnes seules et itinérantes de Montréal (RAPSIM), Pierre Gaudreau soutient qu'il y a toujours eu des heurts entre les personnes atteintes de troubles de santé mentale et la police. C'est *« souvent, suite à des drames que des constats de manques ont été faits »*. S'il souligne les quelques progrès dans les interventions policières, il s'interroge sur ce qui est ou non *« du ressort de la police, du communautaire ou du réseau de la santé »*. Pierre Gaudreau rappelle ainsi que le budget de la police ne cesse d'augmenter, ce qui n'est pas le cas de celui réservé aux services en santé mentale ou encore de celui des organismes communautaires.

Quant à la question de l'utilisation du taser, M. Gaudreau s'interroge sur l'encadrement que cela devrait supposer si la formation des policiers semble souvent difficile à assurer en santé mentale. Pour lui, cette option semble inapplicable dans bien des cas et *« ne remplacera en rien l'accroissement souhaité des services de prévention, le suivi sur l'utilisation de cette arme ou encore l'optimisation du temps »* qui, encore une fois, est très limité lors de l'intervention. ■

PHOTO : MATHIEU RIVARD



Stéphane Berthomet

Pierre Gaudreau



PHOTO : ALEXANDRA GUELLIL

La santé mentale en chiffres

Afin de vulgariser ce que peuvent représenter les problèmes de santé mentale dans la société québécoise et canadienne, nous avons compilé une série de statistiques qui vous permettront de mieux comprendre les faits.

Qui est concerné ?

- ✳ 1 Canadien sur 5 sera aux prises avec une maladie mentale au cours de sa vie. Les femmes sont plus nombreuses à avoir un niveau élevé de détresse psychologique que les hommes (26 % contre 20 %).
- ✳ Environ 20 % des personnes qui ont un trouble mental ont également un problème de toxicomanie. Entre 50% et 70% des personnes qui consultent pour un problème de dépendance ont aussi un problème de santé mentale.
- ✳ En 2005, la proportion de personnes se situant à un niveau élevé de détresse psychologique diminue avec l'âge ; elle atteint 34 % chez les 15 à 24 ans, mais ne se situe qu'à 14 % chez les 65 ans et plus.



Sources :

<http://www.cihr-irsc.gc.ca/f/47914.html>

http://www.stat.gouv.qc.ca/statistiques/quebec_statistique/con_eta/con_eta_8.htm

<http://www.cihr-irsc.gc.ca/f/47914.html>

Préjugés tenaces

- ✳ 2 personnes sur 3 souffrant de maladie mentale sont réticentes à demander de l'aide à cause des préjugés.



Sources :

Association québécoise de prévention du suicide

Combien ça coûte ?

- \$ Le coût moyen des problèmes de santé mentale frôle les 1 500 \$ par personne, par année. Il en coûte 34 418 \$ pour le soutien d'une personne atteinte de maladie mentale grave et 170 820 \$ par année pour une personne hospitalisée.

Sources :

Association canadienne pour la santé mentale,
Institut de santé publique du Québec (2008)

Données compilées par Maryan Charron

Diagnostic et traitement

- ✿ De 20 % à 25 % des consultations médicales seraient liées à des troubles mentaux.
- ✿ En 2002, un adulte québécois sur 10 a consulté une ressource à des fins de santé mentale.
- ✿ Pourcentage de personnes canadiennes ayant recours à des antidépresseurs âgées de 6 à 24 ans entre 2007 et 2011 : hommes 1,7 %, femmes 7,3 %. Il y a eu une augmentation de 1 million de comprimés d'antidépresseurs délivrés de 2010 à 2011.
- ✿ Le déficit d'attention est le trouble mental le plus fréquemment diagnostiqué pour les personnes de moins de 18 ans : (6,8 %) suivi par les troubles de comportement (3,5 %), l'anxiété (3 %), la dépression (2,1 %) et l'autisme (1,1 %)
- ✿ Une personne sur 4 est affectée par la dépression majeure.



Sources :

Fleury et autres, 2008

Statistique Canada

Québécois et antidépresseurs, Stelts

<http://petitstresors.ca/info/la-fondation-2/des-statistiques-sur-la-sante-mentale/>

Commission de la santé mentale du Canada et de Statistique Canada



Conséquences

- ✿ Un enfant de moins de 10 ans sur 10 a déjà eu des idées suicidaires. Trois Québécois s'enlèvent la vie chaque jour.
- ✿ Au Québec, le nombre de suicides (environ 950) dépasse le nombre de décès sur les routes (environ 600) par année.
- ✿ Selon les derniers chiffres, près de 4000 personnes se suicident chaque année, dont 90 % souffraient d'une maladie mentale.



Sources :

Organisation mondiale de la Santé (2004).

The Global Burden of Disease

Association québécoise de prévention du suicide

Commission de la santé mentale du Canada

Institut universitaire en santé mentale de Montréal



Apprendre à vivre avec sa maladie

Photo prise lors de l'édition 2015 de TedX Québec.

PAR ALEXANDRA GUELLIL

Kharoll-Ann Souffrant est détentrice d'un DEC en intervention en délinquance du Collège Ahuntsic, elle complète actuellement un baccalauréat en travail social à l'université McGill. Lors de sa participation à l'édition 2015 de TEDx Québec, elle a prôné la possibilité d'un rétablissement réel en santé mentale. Une notion qu'elle connaît bien, elle qui vit avec un trouble bipolaire.

Kharoll-Ann est une jeune femme déterminée et engagée dans la société. Si son domaine de prédilection est en lien avec la santé mentale, elle s'intéresse aussi à beaucoup d'autres causes à caractère social, notamment les femmes en difficulté, en situation d'itinérance, les victimes d'agression sexuelle ou encore les personnes vivant avec un trouble alimentaire. À seulement 23 ans, elle cumule les expériences auprès de familles issues du réseau de la Protection de la jeunesse ainsi que d'enfants ayant été témoins et victimes de violence familiale.

Toutes ses activités la motivent au quotidien. Elle qui, il y a à peine six ans, a été diagnostiquée bipolaire. « C'était vraiment à cause d'une accumulation de plusieurs choses. À cette époque, je vivais une relation amoureuse difficile, et tout s'est dégradé. J'avais des difficultés à la maison, je vivais de l'intimidation à l'école. C'est surtout que je ne me sentais bien nulle part et ne me sentais pas écoutée, peu importe où j'allais », confie-t-elle.

Le diagnostic de bipolarité est alors donné par un psychiatre. « Quand je pensais au suicide au primaire, on m'a forcée à voir un psychologue. Mes parents ont été appelés puisque j'avais moins de 14 ans. Mais par la suite, j'ai continué à consulter parce que ça me faisait du bien. » Son entourage adulte et enseignant l'a, dit-elle, aidée à se contenir même si elle n'allait pas bien.

Alors quelle vivait une relation amoureuse difficile, Kharoll-Ann finit par se renfermer sur elle-même. « Je ne parlais à personne. Mes

parents et mes amis ne me reconnaissaient pas. Et, en même temps, personne ne savait quoi faire avec ça », se souvient-elle, décrivant cette année 2009-2010 comme l'année où elle est « morte » pour renaître « comme une autre personne ». Elle explique par cette formulation intense qu'elle se sentait si détruite qu'il lui a fallu se reconstruire sur de nouvelles bases. « La personne qui est devant toi aujourd'hui n'est pas la même qu'avant, assure-t-elle. Avant, j'étais très renfermée, je ne parlais pas beaucoup, je manquais beaucoup de confiance en moi, j'avais des sautes d'humeur. Et vu que je ne me sentais pas écoutée, on marchait sur des œufs quand on était en relation avec moi parce que j'étais tout le temps irritable et ne me sentais pas en contrôle de moi. »

Savoir fonctionner malgré tout

Kharoll-Ann a été vraiment aidée à son entrée au cégep où elle a opté pour un DEC en Intervention en délinquance. « À partir de ce moment-là, j'ai commencé à prendre la médication tout en faisant appel à des organismes communautaires à Montréal comme Revivre. » C'est notamment avec ce soutien qu'elle arrive à se confier tout en développant des aptitudes de communication. Elle continue donc son apprentissage avec la volonté « d'aider les gens et de tenter de faire une différence ». Le travail social est donc apparu comme une suite logique à son parcours. « J'aime cette façon d'expliquer les problèmes d'un individu à travers ceux de la société. »

Kharoll-Ann s'est racontée pour la première fois à un public lors d'une conférence TED, à Québec en décembre 2015. Elle a entendu parler de ces initiatives, qui gagnent de plus en plus de terrain à travers le monde, lors de ces cours à l'université. Sélectionnée parmi les quarante personnes convoquées en audition, elle devait vendre son idée en trois minutes. « Je me suis dit qu'un jour, j'allais en faire une conférence, mais j'étais loin d'imaginer que ça irait si vite ! » Elle choisit donc de s'y investir sous les conseils d'une ancienne participante qui l'encourage à aller jusqu'au bout.

Le rétablissement, c'est possible !

Sa conférence, en lien étroit avec son histoire personnelle, se focalise sur les possibilités de rétablissement en santé mentale. Quinze minutes à peine pour convaincre un auditoire, se raconter et parler d'un sujet qui semble encore bien tabou. « *Le rétablissement, explique-t-elle, n'est pas forcément de ne plus avoir de symptômes ou de redevenir comme avant la maladie, mais plutôt de parvenir à prendre part à la société, dans la mesure du possible et dépendamment de ce qui est bon pour soi. Cela signifie qu'on apprend juste à vivre avec sa maladie et que l'on continue à fonctionner malgré tout.* »

Le mouvement en faveur du rétablissement en santé mentale remonte aux années 90. Il a été notamment initié par des personnes aux prises avec des troubles mentaux qui avaient souvent une mauvaise expérience avec les services de santé et appuyé par des chercheurs et cliniciens progressistes. « *Ces personnes refusaient de croire qu'une maladie mentale les condamnait à mener une vie de tristesse et de solitude. Et c'était aussi ma vision des choses, j'en suis la preuve vivante !* », appuie Kharoll-Ann.

Selon les recherches publiées par l'Institut Douglas, si chaque personne a sa définition de ce qu'est le rétablissement, la plus courante provient de William Anthony. Le chercheur explique ainsi qu'il s'agit avant tout d'une « *démarche personnelle et unique, visant à changer l'attitude, les valeurs, les sentiments, les objectifs, les capacités et les rôles de chacun. C'est la façon de vivre une vie satisfaisante et utile où l'espoir a sa place malgré les limites imposées par la maladie. Pour guérir, le malade doit donner un nouveau sens à sa vie, et passer outre aux effets catastrophiques de la maladie mentale.* »

Il existerait ainsi plusieurs facteurs de rétablissement dont certains sont perçus par certains chercheurs comme essentiels : l'espoir (de guérir), la responsabilité personnelle, l'autonomie, la prise en charge de sa propre vie, le bien-être, l'éducation et l'appui des pairs en sont

quelques-uns. D'autres facteurs ont cependant été mis en avant par les patients qui disent avoir triomphé de la maladie avec l'acceptation, la prise en charge de soi-même, l'autodétermination, le contrôle des symptômes et l'appui d'un psychiatre.

Briser le tabou

Kharoll-Ann confie qu'elle a eu beaucoup de stress à gérer lors de la préparation de cette conférence. « *Si j'ai eu quelques peurs, le soutien de mes professeurs et proches m'a aidée. J'avais peur que les gens voient juste l'étiquette de la maladie mentale et qu'ils oublient le reste* », dit-elle en ajoutant que « *beaucoup pensent que je suis parfaite avec toutes les activités que je fais, cette conférence a été un moyen d'être authentique, de leur dire que j'ai vécu des choses difficiles et que j'ai su m'en servir pour avancer* ».

La stigmatisation liée aux troubles ou à un problème de santé mentale reste présente selon la jeune femme. « *Cela dépend des troubles. Certains comme Luc Vigneault*, par exemple, a su trouver le courage de parler en public de la schizophrénie. Je crois que je n'aurais pas eu ce courage si j'avais eu ce même diagnostic. La bipolarité, l'anxiété ou la dépression sont des maladies qui sont sans doute moins lourdes à porter, enfin je crois.* »

Sa bipolarité fait partie de la vie de Kharoll-Ann et elle travaille chaque jour pour l'accepter comme une partie d'elle-même. Si c'est encore un peu difficile pour elle de nommer son diagnostic, elle continue de le faire pour mettre des visages humains sur ces troubles. « *Aujourd'hui, je veux vraiment vivre ma vie à mon image, être moi-même et vivre comme je peux. Mes émotions sont tellement fortes que je suis obligée de porter attention à ce qui se passe à l'intérieur de moi.* » Parole due. ■

* Luc Vigneault s'est fait connaître en médiatisant sa schizophrénie, rappelant qu'il était avant tout une personne et ce, malgré son diagnostic.





Pierre Karl Péladeau, le camelot,
Guy Boyer et Christine Richard,
directrice général de L'itinéraire

Itinérance, économie et pauvreté

Le point avec Pierre Karl Péladeau

Le chef du Parti Québécois, Pierre Karl Péladeau, était de passage à L'itinéraire pour rencontrer les camelots ainsi que les membres de l'équipe. Nous en avons profité pour organiser une entrevue traitant de sujets aussi variés que l'aide sociale et la relance économique du Québec. La plupart de ces questions ont été formulées par nos participants et récoltées par notre camelot Guy Boyer.

Vous avez plusieurs fois interpellé M. Couillard quant à la relance économique du Québec. Concrètement, comment pensez-vous qu'il faudrait s'y prendre ?

Vous savez, le Québec des cinquante dernières années s'est engagé pour que nous puissions prendre en main notre économie. Le premier geste particulièrement significatif a été d'investir dans l'éducation : ce qui était antérieurement réservé à une certaine élite est devenu plus accessible. D'autres mesures et outils ont été mis en place, la Société générale de financement (aujourd'hui Investissement Québec), la création de la Caisse de dépôt. C'était la grande époque du Québec inc. où le Québec a pris sa place. C'était une source d'inspiration qui a permis de se doter d'instances de concertation comme le centre local de développement ou même le Centre de recherche industriel du Québec (CRIQ). Le gouvernement libéral a tout simplement enterré ces instances, allant même jusqu'à abandonner la mission principale de l'État dont les missions les plus fondamentales sont celles de l'éducation, de la santé et du développement économique. Concrètement, il faudrait remettre en place les centres locaux de développement, promouvoir l'entrepreneuriat, mais aussi avoir une véritable politique de développement régional.

Quelle place accordez-vous à l'entrepreneuriat social dans cette relance économique ?

C'est un apport qui me paraît extrêmement important. J'ai eu l'occasion de visiter plusieurs entreprises d'économie sociale et ce que je retiens, c'est que ce n'est pas juste une activité. Parallèlement, il y a un travail d'insertion sociale à effectuer, notamment quand on pense à l'immigration et au chômage. Utiliser les entreprises d'économie sociale pourrait permettre d'intégrer ou d'accompagner ces nouveaux arrivants à l'intérieur d'une activité humaine et d'une activité qui permet d'être dans l'environnement de la langue française, de la culture québécoise et de ses valeurs. Il y a un énorme potentiel dans l'économie sociale.

Si vous aviez à soumettre un plan de lutte contre l'itinérance et la pauvreté, quelle en serait la première étape ?

Au sein de notre équipe, nous avons créé un certain nombre de comités, dont un qui s'est engagé à définir notre stratégie afin de l'actualiser et de la renouveler. Contrairement à la Stratégie des partenariats de lutte contre l'itinérance (SPLI), et j'ai eu l'occasion d'en parler avec d'autres organismes, la conclusion est que bien que nous ne pouvons pas minimiser la question de l'importance du logement social, il faudrait mettre en place une politique de réinsertion, de financement des organismes sociaux. Malheureusement, ce que nous constatons, c'est que l'itinérance et la pauvreté sont vues sous une seule et unique perspective qui n'encourage pas tous les aspects entourant ces problèmes sociaux. Oui, on peut penser que la défavorisation socioéconomique est un véhicule à l'itinérance. Mais qui d'autre que l'État doit assurer cette mission-là ?

Avez-vous un plan de lutte contre l'itinérance qui touche particulièrement les femmes ?

Pas spécifiquement. Encore une fois, si le phénomène est effectivement en croissance, compte tenu de l'environnement économique qui n'est pas particulièrement brillant, il y a une relation de cause à effet. Si c'est un phénomène qui est en croissance, il va également toucher les femmes en proportion de ce qu'elles représentent dans la société. Ce qui fait en sorte qu'il va peut-être avoir plus d'itinérants, donc plus de femmes. Je ne peux pas vous dire si la proportion a évolué, mais c'est certain qu'il y a des conséquences sur elles.

Est-on en droit de se questionner devant les sommes investies pour Bombardier et les autres entreprises privées quand les problèmes de la pauvreté et de l'itinérance ne cessent de s'aggraver ? Et si ces fonds-là étaient réinjectés dans les programmes sociaux ?

Je crois qu'il faut faire attention. Ce n'est pas parce qu'on ne soutient pas financièrement Bombardier et éventuellement l'empire de l'industrie aéronautique que par définition, on va investir dans la lutte contre l'itinérance ou la pauvreté. Cela n'empêche en rien le gouvernement de se retirer de cette mission-là. Je pense que c'est important que l'État soit attentif à la question de l'emploi. Si l'emploi est bien rémunéré, les citoyens payent les impôts et cela va faire en sorte que l'on pourra investir dans des programmes sociaux.

La question qui tue

Il faut donc créer d'avantages d'entreprises sans avoir l'obsession du gouvernement libéral de couper dans les dépenses pour obtenir l'équilibre budgétaire. C'est devenu une obsession parce que c'était une promesse électorale alors que de plus en plus d'économistes confirment que cette stratégie économique ne crée pas de la valeur.

Parlons un peu du projet de loi 70 sur l'aide sociale. Pensez-vous que l'aide sociale doit être réformée, et si oui comment ?

La première chose que je pense que l'on doit dire, c'est que nous faisons face à un gouvernement qui est aussi idéologique que doctrinaire. Parce que nous avons une idéologie [au Parti québécois], mais elle est certainement différente que celle du gouvernement libéral. Ensuite, si l'on doit avoir une réflexion collective sur l'aide sociale, il faut qu'elle soit coordonnée. Et je vois mal comment on peut couper les organismes communautaires qui sont susceptibles justement d'accompagner cette réflexion-là. Aussi, l'objectif n'est pas qu'un citoyen demeure sur l'aide sociale, c'est qu'il en sorte afin qu'il puisse participer et s'épanouir pleinement à l'intérieur de la collectivité. Mais ce n'est pas la réflexion que fait l'actuel gouvernement, notamment avec le projet de loi 70. Aussi, il ne faut pas penser l'aide sociale uniquement dans un projet de loi ou déterminer le montant, mais il faudrait aussi repenser l'ensemble de l'écosystème. Il y a de l'improvisation qui est permanente.

On vous qualifie de visionnaire. Êtes-vous pour la légalisation du cannabis ?

Écoutez, c'est une question effectivement d'actualité. On attend aussi beaucoup du gouvernement fédéral puisque comme vous le savez probablement, c'est une infraction au Code criminel qui relève de la compétence exclusivement fédérale. Je serais plus favorable à la décriminalisation. Ensuite, pour la légalisation et tout le dispositif de distribution et commercialisation, il va falloir regarder cela dans les détails. On peut être pour en principe, mais comme on dit, des fois, le diable est dans les détails. C'est pourquoi je pense qu'il vaut mieux avoir la structure nécessaire pour répondre collectivement à cette question.

Lors de l'entrevue, nous avons demandé à Pierre Karl Péladeau ce qu'il pensait du fait que les bénéficiaires de l'aide sociale ne peuvent pas gagner plus que 200 \$ par mois comme revenu supplémentaire. Une mesure qui touche beaucoup nos camelots à L'Itinéraire. Aucune réponse précise quant à ce problème n'a été formulée, exception faite qu'il était certain que la réinsertion sociale devrait être le but recherché dans le cas d'une réforme de l'aide sociale au Québec.

Est-ce que le mode de scrutin à la proportionnelle ou mixte pourrait faire partie d'un de vos enjeux aux prochaines élections ? Cet élément a d'ailleurs toujours intéressé le Parti québécois, mais quand en prendra-t-il l'initiative ?

Vous avez raison de le mentionner. Dès sa fondation, le Parti Québécois a souhaité réfléchir sur la mise en place de mesures pour faire évoluer le mode de scrutin. C'est sûr que nous avons une histoire, celle héritée du parlementarisme britannique en général toujours accompagné d'un bipartisme. Est-ce que ça a toujours été représentatif ? Non au contraire, on a actuellement un gouvernement qui a été élu avec une proportion de votes moindre que son opposition. Depuis les dernières années, il y a une évolution qu'on retrouve au Québec, mais aussi un peu partout en Occident. Les deux dernières illustrations sont celles de l'Irlande et de l'Espagne. Est-ce que le Québec est également à l'image de l'évolution des formations politiques et des groupes de la société civile qu'on retrouve dans les autres pays occidentaux ? Tout à fait. Alors oui, il y a de nouveaux partis qui sont nés, qui sont représentés à l'Assemblée nationale comme Québec solidaire. Ce qui nous a amenés, au Parti Québécois, et j'ai eu le privilège de le mentionner devant le dernier Conseil national à Trois-Rivières, c'est que nous souhaitons revenir à ce qui était la position du Parti Québécois, c'est-à-dire de réfléchir sur une évolution du mode de scrutin et à l'intérieur de cette réflexion, évidemment, il va y avoir par définition, la représentation proportionnelle. ■



INFO RAPSIM

PAR PIERRE GAUDREAU
COORDONNATEUR DU RAPSIM

Budgets de Québec et Ottawa

De trop peu à... enfin de l'argent neuf !

Coup sur coup à la mi-mars, les gouvernements du Québec et du Canada ont déposé leur budget pour 2016-2017. Ces derniers suscitaient, à raison, de grandes attentes pour la lutte à l'itinérance. Au niveau québécois, le troisième budget Leitaou ne s'est pas démarqué de l'austérité avec encore des coupures dans des actions clés pour contrer le phénomène. Le premier budget du gouvernement Trudeau a, quant à lui, apporté plusieurs bonnes nouvelles.

Avec l'équilibre budgétaire atteint, le Premier ministre Couillard annonçait un réinvestissement. Pourtant, lors du dépôt du 17 mars, ces derniers sont encore plus rares concernant la lutte contre l'itinérance. Le ministère du Travail de l'Emploi et de la Solidarité Sociale est un de ceux qui voient son budget réduit. Alors que se poursuit l'étude de la réforme de l'aide sociale, qui prévoit la contrainte au travail sous peine de pénalités pour les nouveaux prestataires, cette compression n'augure rien de bon.

Quant à la somme allouée aux nouveaux logements sociaux, réduits de 3000 unités à 1500 l'an dernier, elle est reconduite pour toutes les populations dans le besoin au Québec. Cela signifie 500 logements pour Montréal, dont 10% prévus pour les sans-abri.

En santé, la hausse du budget est accaparée par l'accroissement des coûts de système, particulièrement les médecins, laissant très peu de marge pour développer des services. Comme le souligne le rapport du coroner Malouin sur la mort d'Alain Magloire, ceux-ci sont loin d'être suffisants en santé mentale et, ajoutons, en santé physique et services sociaux. Les organismes communautaires demeureront sur la paille, sans augmentation de leur soutien, malgré des besoins accrus.

Ottawa investit

Le gouvernement Trudeau a pour sa part annoncé des investissements pour les chômeurs, le logement et la lutte contre l'itinérance. Loin de tout régler, et prévues pour seulement deux ans dans certains cas, ces mesures apporteront quand même une aide

importante, après des années d'inaction du fédéral, ayant débuté bien avant le règne conservateur.

Depuis des années, le RAPSIM demandait un accroissement des fonds de la Stratégie de partenariats de lutte contre l'itinérance (SPLI) dont le budget annuel était au même niveau depuis son annonce dans un autre millénaire, en 1999 !

« *De l'argent neuf pour la SPLI / Avant la semaine des quatre jeudis !* » Le slogan revenait dans les rassemblements, la demande était reprise par ses membres et alliés, par la Ville, des députés, dont Marc Garneau et... Justin Trudeau.

10 M \$ de plus pour Montréal

Le budget fédéral, déposé le 22 mars par Ottawa, prévoit enfin une hausse de 50 %, du budget de la SPLI pour les deux prochaines années. Cela donne pour Montréal environ 4 millions \$ de plus par an pour 2016-2017 et pour 2017-2018, s'ajoutant aux 8 millions \$ par an déjà affectés. Et, on peut espérer ajouter plus de 2 millions \$ de fonds résiduels non utilisés.

On parle donc de 10 millions \$ à affecter pour répondre aux très grands besoins à Montréal. Le RAPSIM demande que cet investissement supplémentaire aille comme jusqu'en 2014, pour soutenir une diversité d'actions, de prévention et de réduction de l'itinérance, incluant le soutien aussi à des immobilisations, locaux d'organismes et logements sociaux.

Selon le discours officiel, « *cet investissement procurera aux collectivités le soutien dont elles ont besoin pour prévenir et réduire l'itinérance, ce qui comprend les initiatives de Logement d'abord, l'amélioration des ressources d'intervention d'urgence et les mesures d'appui pour les jeunes, les femmes qui fuient la violence et les anciens combattants.* »

Après avoir grandement contribué à l'obtention de ces fonds, le RAPSIM intervient pour que ceux-ci apportent rapidement un soutien aux différentes actions nécessaires. Les besoins sont énormes dans les rues de Montréal et d'ailleurs. ■

Pour connaître et appuyer ses actions consulter le : www.rapsim.org

RAPSIM

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



Le commerce et la démocratie

En mars, le président des États-Unis Barack Obama a effectué une visite qualifiée d'historique à Cuba. Une première depuis 1928. Il s'agit d'un geste hautement symbolique, visant à souligner à gros traits le dégel des relations politiques et commerciales entre les deux pays, entamé il y a plusieurs années.

Depuis 1962, les États-Unis imposent à Cuba un embargo commercial et financier. Il s'agit d'un des plus longs de l'histoire moderne. Au début des années 2000, Bill Clinton avait commencé à lever l'embargo, en permettant le commerce de denrées alimentaires et de médicaments entre les deux pays. À sa suite, George W. Bush a offert au régime cubain un nouvel assouplissement des sanctions économiques à la condition que la dictature castriste s'engage à mettre en place des réformes démocratiques. Ce qui fut rejeté du revers de la main.

Le commerce international sert souvent à des fins politiques. Les sanctions économiques ou les droits de douane, par exemple, ont été utilisés depuis l'Antiquité par presque tous les pays du monde autant pour protéger leurs industries intérieures que pour imposer une vision idéologique et politique à leurs alliés ou à leurs ennemis. Obama a explicitement appelé, dans son discours à La Havane, à ce que le peuple cubain prenne en main son destin, sous-entendant qu'il souhaite voir le pays évoluer vers davantage de démocratie.

Développer la démocratie

Mais au-delà des décisions directes comme les sanctions ou, à l'inverse, de politiques facilitant les échanges comme les traités de libre-échange, la plupart des pays industrialisés considèrent que le commerce international favorise le développement de la démocratie.

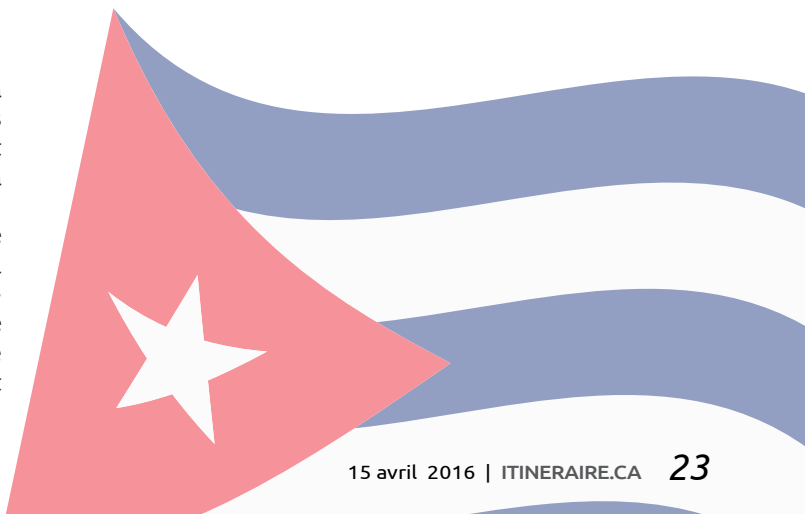
Il s'agit là d'une thèse remontant au milieu du 18^e siècle, énoncée par le philosophe français Montesquieu. Il estimait que ce qu'il appelait le « doux commerce » favorisait de bonnes mœurs politiques. Dans son œuvre majeure, *De l'esprit des lois*, il affirmait que « l'effet naturel du commerce est de porter à la paix. » Le commerce entre deux nations rend celles-ci dépendantes l'une de l'autre et

les décourage de se faire la guerre. De nombreux penseurs ont étendu cette idée à l'édification d'institutions démocratiques : un pays démocratique comme les États-Unis commerçant avec une dictature comme Cuba suscitera, à terme, le désir du peuple pour la démocratie. Obama a explicitement dit cela en affirmant que le rapprochement entre les deux nations permettrait de tisser des liens avec la société civile cubaine.

Or, de nombreux exemples historiques contredisent cette doctrine. Avant la Première Guerre mondiale, les pays européens qui allaient envoyer s'entretuer leurs hommes entretenaient des relations commerciales très étroites. Le « doux commerce » n'a pas prévenu la boucherie de 14-18.

De la même manière, de nombreuses démocraties libérales ont continué à commercer avec Cuba, malgré l'embargo états-unien, à commencer par le Canada qui a maintenu des relations très fortes avec l'île des Caraïbes. Cela n'a pas empêché pour autant le régime castriste de continuer à museler la presse ni d'emprisonner les dissidents.

Cette rhétorique pacifique et démocratique, malgré qu'elle puisse être fondée sur des sentiments authentiques, n'est qu'un écran de fumée pour finalement favoriser les affaires des entreprises des États-Unis qui commerceront ou investiront en sol cubain. ■





PORTRAIT

PAR GUY THIBAUT
CAMELOT MONT-ROYAL



PHOTO : MARTINE LANCTÔT

Marie Lecavalier

40 ans au service des toxicomanes

Vendredi 26 février, 9 heures, je rencontre Marie Lecavalier pour sa dernière entrevue. Quel privilège ! Partager la dernière journée au bureau de cette femme qui a consacré 40 ans de sa vie au service d'hommes et de femmes fragilisés par leur dépendance.

Marie Lecavalier est chef de service de l'Urgence dépendance, du Centre de réadaptation en dépendance de Montréal, CRDM-IU. Elle prend sa retraite aujourd'hui.

Lorsque je lui demande comment elle vit cette dernière journée, Marie Lecavalier se tait, les larmes coulent. Un silence chargé d'émotion, un moment d'une rare authenticité. Puis elle répond : « J'ai été privilégiée, ça a été un bonheur total tout au long de ma carrière ».

L'émotion fait place au professionnalisme lorsque cette femme de tête et de cœur aborde le bilan de son engagement. En 40 ans, elle a vu la clientèle changer. Elle est de plus en plus jeune, les cas de psychoses plus fréquents. « C'est un pot-pourri d'alcool, de drogues et de cannabis beaucoup plus puissant », souligne-t-elle. Le crack et le crystal meth causent des dépendances sévères et la drogue par intraveineuse fait encore des ravages.

En 1990, les trois centres spécialisés en toxicomanie et alcoolisme ont fusionné pour mettre en commun leurs services et former le CRDM-IU, qui a ajouté une mission universitaire par la suite.

En 1997, le CRDM crée Urgence dépendance qui est devenu un modèle unique en son genre, la fierté de Marie Lecavalier qui le dirige depuis des années. L'Urgence est ouverte 24 heures sur 24. Dix lits sont disponibles en tout temps pour héberger des toxicomanes en crise. Le service est rapidement devenu victime de son succès et les dix lits sont toujours occupés. Une ligne téléphonique d'écoute a été ajoutée à l'urgence.

Ce qui est important pour Marie Lecavalier, c'est de donner un sens à la visite. Il faut offrir à ceux qui arrivent en situation de crise un milieu sécuritaire, des conditions d'hygiène, de l'intimité et du calme. Les gens sont évalués par la suite puis dirigés vers les services qui pourront les aider. Mais plusieurs reviendront bien des fois à l'Urgence. « Les problèmes sont chroniques et les crises cycliques, ajoute-t-elle. La désintoxication physique, ce n'est que quelques jours dans la vie d'un toxicomane. Le problème, c'est la désintoxication psychologique, c'est plus difficile. »

Avant de quitter, Marie Lecavalier souhaite laisser ce message : « La dépendance, c'est d'une grande complexité. Il ne faut jamais perdre la compassion, car la dépendance est au-delà de la volonté ». ■



Guy a choisi ce sujet parce qu'il a frappé à la porte d'Urgence dépendance et du CRDM à plusieurs reprises. « J'ai utilisé leur service de désintoxication, leur programme d'itinérance, leur programme de réadaptation interne pour adultes. Je peux dire que cela m'a sauvé la vie. Depuis maintenant un an, je suis en réinsertion. Merci à Marie Lecavalier, merci à Urgence dépendance, merci au CRDM-IU. » Guy est un être de convictions, passionné, tout feu tout flamme. Sa rencontre avec Marie Lecavalier lui a fait vivre des moments forts en émotion, mais il a su rester professionnel et faire une excellente entrevue. Il connaissait son sujet... J'ai compris que je devais l'accompagner dans sa démarche journalistique tout en respectant le caractère très personnel de son engagement. Résultat : une collaboration qui s'est avérée des plus enrichissantes tant sur le plan humain que professionnel.

Martine Lanctôt, journaliste

Urgence dépendance

Ouvert 24 heures sur 24, sept jours par semaine, ce service est offert aux usagers de tous âges présentant un problème de toxicomanie et nécessitant une intervention immédiate.

Ligne téléphonique d'urgence : 514 288-1515

Sur les traces de

BERNARD ADAMIUS

« J'aime ça
Montréal. J'ai
bien des amis
qui habitent
en campagne,
j'ai un tout
petit chalet
en Estrie,
mais je ne me
verrais pas
vivre tout seul
dans le bois, je
m'ennuierais.
Je suis bien
en ville. J'ai
ma fille, plein
d'amis, mes
musiciens, et
plein de choses
à faire. »

**RENCONTRE**PAR IANIK BRASSARD
CAMELOT DE LORIMIER / RENÉ-LÉVESQUE

« Ça a commencé de même... »

Chanteur et guitariste qui blues en français, Bernard Adamus a déjà trois albums à son actif. Âgé de 39 ans, il a commencé en faisant des covers de blues, avant de se démarquer avec ses propres compositions. Depuis son premier album *Brun*, paru en 2009, il n'a pas arrêté de tourner. Véritable bête de scène, il adore le contact avec son public. Provenant de la même génération et du même mouvement *hippie-crust*, et aimant particulièrement le blues tout comme lui, j'étais motivé à l'idée de le rencontrer et de revenir avec lui sur son parcours.

Grand bonhomme de six pieds et quelque, Bernard Adamus est une personne simple et terre à terre. Il est vrai et ne cherche pas à impressionner. Sa générosité l'a d'ailleurs amené à participer à l'événement Camelot d'un jour avec L'itinéraire, au début du mois de novembre l'an dernier.

Dès son premier album, paru sous le label Grosse boîte, on remarque à la première écoute sa facilité à marier différents styles, tout en gardant une ligne de blues. Par exemple, avec sa chanson *La question à 100 piasses*, pour laquelle il a reçu le prix Écho de la chanson SOCAN, il intègre habilement le rap à d'autres genres musicaux.

Bernard Adamus réussit ce tour de force dans tous ses albums et en fait sa marque de fabrique, mêlant folk, swamp blues, jazz, country, mojo blues, etc. Avec sa joyeuse bande de musiciens, il nous fait voyager dans un univers musical qui lui est propre. Son authenticité lui permet de jouir d'une grande reconnaissance, non seulement du milieu, mais surtout du public. Partout où il passe, il sait surprendre, épater, et on se souvient de son caractère particulier et unique.

Des débuts dans le blues

Né en Pologne en 1977, Bernard Adamus est arrivé au Québec à l'âge de trois ans. Il a passé sa petite enfance dans le Mile-End

puis à Notre-Dame-de-Grâce où ses parents habitaient, alors qu'il était pensionnaire en Estrie dans un collège pour garçons. À son retour du collège, il arborait déjà un look *hippie-crust* : « J'avais des dreadlocks dans les cheveux et aussi dans la barbe. Faut croire que j'étais confortable de même ! »

Il commence à jouer de la musique sur sa première petite guitare, reçue pour ses 12 ans. Il gratte alors ses premiers accords et suit quelques cours : « J'essayais de jouer du blues, mais ce n'était pas trop sérieux. » C'est entre 22 et 24 ans qu'il commence à pratiquer plus intensément, et c'est à cette époque qu'il forme son premier band, un duo de covers de blues avec François Cyr : « Ça a commencé de même. On jouait souvent à l'Ours qui fume, qui a malheureusement fermé depuis. On faisait des cafés, des 5 à 7, des petits bars. »

« J'ai toujours été un très mauvais guitariste »

Ce qui a amené Bernard Adamus vers le blues, c'est le chant plus que l'instrument. « Pour être honnête, j'ai toujours été un très mauvais guitariste, et je n'ai jamais été un amateur de blues électrique. Sincèrement, aller écouter du gros shuffle blues et me faire péter les oreilles avec des solos qui n'en finissent plus, ça ne me fait pas triper tant que ça. Ce n'est pas ma culture. »

Le projet a duré deux ans. « Étrangement, à la seconde où j'ai eu mon premier démo, j'ai arrêté tout ça. Quand tu es sur le circuit blues, tu te fais toujours têter des osties de covers que tu ne veux pas faire. On te prend pour un juke-box, pis ça m'a vraiment tanné. »

Après un petit break d'un an, il pratique le chant dans deux chorales gospel, « une 100 % américaine, et l'autre 100 % dialecte africain. Ça a été très formateur. » Il commence aussi à écrire ses propres textes, en français. Il s'inspire de son quotidien, de ses amis, de ses rencontres. Tout près de chez lui, lors d'un show au Cheval blanc, rue Ontario, il croise la route d'Éric Villeneuve, qui réalisera plus tard ses trois albums. ■

« C'est moi qui écris à 100 % tous mes textes. J'écris sur le monde que je connais, sur mes amis. Ça sort de mon cerveau, je sors un petit calepin et je prends des notes, ou j'enregistre des petites idées musicales sur mon téléphone quand ça vient. Je pars d'abord d'une idée, d'une phrase, puis je travaille le texte. La musique ne vient qu'ensuite. Tant que ma tounne n'est pas 100 % finie dans ma tête, je ne la présente pas au band. Quand je suis prêt, on l'essaye ensemble. Faut que tu travailles avec du monde que t'aimes, que tu laisses ça aller, ça fait une grosse poutine pis ça fait des tounes. »



PHOTO : BEATRICE FLYNN

Brun (2009)

Quand il rencontre Éric Villeneuve, Bernard Adamus lui présente quelques-unes de ses chansons. Et très vite, les deux hommes, qui partagent une grande complicité, montent un band. Le chanteur est invité par Éric Villeneuve à venir travailler dans son studio maison, où ils enregistrent Brun, son premier album. Le réalisateur joue du bass drum, tandis qu'en l'absence de basse, fait intéressant et plutôt rare, c'est Benoît Paradis qui assure ce rôle au tuba. François Cyr complète le band à l'harmonica et à la guitare.

Après la sortie du premier album, très bien reçu du public, « les shows se sont emboîtés ». En 2009, Bernard Adamus participe au Festival de blues d'Ahuntsic, et gagne un prix qui l'envoie jouer dans un autre festival en France. Il y est retourné une douzaine de fois depuis, mais au vu des contraintes logistiques, choisit de ne pas s'essayer à faire carrière en Europe : « Ça prend beaucoup de route, beaucoup de temps et beaucoup d'argent. » Il y a aussi une forte concurrence... et une barrière de langage : « En France, ils ne comprennent pas la moitié de ce que je raconte. Un label m'a demandé d'enregistrer un album là-bas, mais il faudrait presque que je change mes textes. Ça me demanderait d'y être cinq ou six fois par an, je n'ai pas le temps pour ça. Et je suis bien ici, au Québec. »



N° 2 (2012)

La production du deuxième album a été la plus compliquée.

Malgré de bons moments passés ensemble, les membres du groupe, qui ne se sont que très peu quittés jusque-là, montrent des signes de lassitude. Le chanteur se souvient avoir passé des moments difficiles lors de l'enregistrement et du mixage. « On était écœuré de se voir la face. En interne, il y avait de l'orgueil et des égos mal placés. C'était une mauvaise période et je pense que cela paraît beaucoup dans les textes, très sombres. » Toutefois, N°2 a largement répondu aux attentes du public et a été un nouveau succès. « Par miracle, il a bien marché. »



Sorel Soviet So What (2015)

Le titre de l'album intrigue, il peut rappeler celui de Megadeth, *So Far, So Good, So What*. Mais n'y cherchez pas de lien, « il y a juste les métalux que ça peut amuser. J'étais déguisé en motard un soir pour l'Halloween et je m'étais écrit ça sur le bras. Je trouvais ça juste drôle, et un an et demi après, c'est devenu le titre de l'album. » Un album que Bernard Adamus et Éric Villeneuve ont pris le temps de préparer, dans la sérénité.

« Tout marchait mieux, on avait plus d'expérience, on était plus en confiance, j'étais de meilleure humeur aussi. C'était vraiment le fun du début à la fin, et ça a donné ce drôle d'album-là. »



Du Dépanneur café au Métropolis, en passant par le Quai des brumes

Bernard Adamus cumule une centaine de concerts par année depuis cinq ans. Il joue aussi bien dans des grandes salles à guichets fermés, comme le Métropolis, que dans des petits bars en région.

« Quand je faisais du cover de blues, j'allais tout le temps au Dépanneur café. T'allais voir le gérant, il te faisait chanter une toune ou deux, il te disait si c'était bon ou pas bon, et si ça lui plaisait il te laissait jouer. Pendant une bonne année, j'ai chanté au moins une fois par semaine là-bas. J'y retourne encore de temps en temps pour voir des bands ou des chanteurs. »

« Aujourd'hui, petit bar ou grande salle, je m'en fous. Ça dépend vraiment de la journée et du monde. Jouer dans une petite salle, ça peut être très cool et ça peut être très plate. Quand tu fais un show devant 10 000 personnes, c'est plus neutre, et généralement c'est très le fun, mais la variable est plus forte dans une petite salle. Tu peux pogner 80 imbéciles sur 100, mais tu peux aussi trouver une crowd extraordinaire. »

« Le Quai, mon deuxième salon »

« J'aime évidemment beaucoup jouer au Quai des brumes. Ça fait 30 ans que ça existe, c'est un lieu culte de la scène locale, il y a des shows six soirs semaine, c'est vraiment un bar-spectacle. Tout le monde passe par le Quai des brumes un jour où l'autre. Je sors là depuis que j'ai 18 ans, j'ai fait mes premiers shows ici, et c'est sûrement le bar où j'ai joué le plus souvent. J'ai joué dans toutes sortes de formules : seul, en duo, en trio, en quartet, en full band, j'ai participé à des soirées jazz, à des soirées de covers avec du monde, à des soirées où on fait juste deux ou trois tonnes chaque. Je suis très souvent ici où à l'Esco, juste à côté. J'ai la paix, je connais tout le staff, toute la clique de musicos qui se tient là, presque tous mes amis sortent ici. Le Quai, c'est mon deuxième salon. » ■



ENTREVUE

PAR SIOU DESLONGCHAMPS
CAMELOT BORDEAUX / MONT-ROYAL

siou71@hotmail.com

Daniel Lalonde, entouré de
son groupe Flash-Back 57/97

Un musicien (de métro) parmi tant d'autres

Daniel Lalonde est président du Regroupement des musiciens de métro de Montréal (RMMM). Mais avant tout, c'est un bon musicien, un bon organisateur et surtout un bon gars.

Daniel Lalonde aurait pu être un enfant vedette. Les circonstances en ont voulu autrement. À 12 ans, il reçoit un premier appel important de Montréal lui offrant un contrat de disque. Le soir même, son gérant meurt d'une crise cardiaque. « *Je sais pas, la nouvelle a dû lui faire pomper le cœur un peu trop vite.* »

De 12 à 49 ans, il poursuit une carrière de musicien dans les bars. « *À une certaine époque, dans la région de l'Outaouais, il y avait une vingtaine de places où on pouvait jouer. L'arrivée du karaoké a carrément sorti les musiciens des bars. On est parti jouer en région, au Saguenay, en Abitibi ...* » Était-ce une vie difficile ? « *Je l'ai fait, mais j'ai eu d'la misère à manger parfois. J'aurais pu travailler comme mon père en réfrigération. J'étais quand même capable de faire la job, mais... la musique j'aime trop ça !* »

Son arrivée à Montréal

C'est son fils David qui suivra les traces du père de son père. Il est accepté à Brossard pour une formation en réfrigération. « *C'est ce qui m'a décidé à déménager à Montréal. Je voulais être proche de lui pour l'aider durant ses études. Et puis, faut le dire, ça faisait vraiment longtemps que je pensais lâcher les bars pour aller jouer dans les rues de Montréal.* »

En très peu de temps, Daniel fait ses bagages et puis arrive en ville, s'installe dans le stationnement du parc La Fontaine pour environ une semaine. « *Je dormais dans ma caravane, je connaissais personne, je me sentais vraiment tout seul. Le matin, j'allais me laver à mitaine aux toilettes du pavillon du parc.* »

Finalement, il se trouve un pied-à-terre dans la même maison de chambre que son fils, arrivé à Montréal peu de temps après lui. Il commence à jouer dans le métro : « *Tu sais, je n'ai pas adoré jouer dans les bars autant que dans la rue ou dans le métro.* »



J'ai toujours vu la rédaction comme une opération artistique. Plusieurs me contestent cette vision un peu idyllique de mon métier. Mais j'ai de quoi prouver mon point avec Siou. Officiellement, ai-je été son coach pendant la formation? En fait... c'est moi qui ressors gagnant de cet échange. Travailler avec un tel artiste, bâtir le texte de l'entrevue, le regarder travailler... Voilà un privilège. Vous lirez Siou en ressentant la même chose.

Alain Thérout, journaliste

Daniel m'a parlé entre autre du contact direct avec les gens qui passent. Moi, étant camelot, je connais très bien ça. Certains sont gênés parce qu'ils n'ont pas de monnaie à donner, d'autres s'arrêtent pour discuter, parfois nous envoient un signe de la main ou un sourire. Il y a de beaux échanges. Il se crée une familiarité.

Les Étoiles du métro : la solidarité

« *La perception des gens vis-à-vis des musiciens du métro a vraiment changé ces dernières années. Il y eut un temps où les musiciens étaient regardés de travers, comme s'ils étaient des itinérants.* » Mais en cinq ans, les Étoiles du métro a tout changé. Daniel a été très impliqué dans la mise sur pied de ce programme avant de devenir président.

Un premier spectacle bénéfice a été monté au Café Campus avec 33 musiciens de métro. Depuis cinq ans, l'événement est repris et d'autres prestations se font dans les parcs, à la Fête nationale... On nous promet même pour bientôt un album pour les Étoiles du métro.

Créé en partenariat avec la STM, les Étoiles a permis d'améliorer différents aspects du regroupement. « *La qualité de jeu et l'image des membres sont meilleure, l'organisation de spectacles dans des événements extérieurs a changé la dynamique entre nous. Il y a maintenant une vraie solidarité, beaucoup d'amitiés se sont créées.* »

Cette solidarité, Daniel Lalonde y tient beaucoup. La preuve, en début d'entrevue, il insistait pour qu'on ne parle pas trop de lui mais de sa gang. « *Ce serait l'un de parler du show des membres des musiciens de métro, pas juste arriver avec moi, parce que les gens ne me connaissent pas. J'aurais aimé le faire d'une façon où ça aurait été moins vedette, moins me mettre de l'avant.* » ■

Sa guitare signée par Paul McCartney

« *Le matin du 12 août 2010, je me lève, prêt à partir avec mon chariot et ma guitare. Mon coloc me voit aller, puis me demande : "Où vas-tu comme ça, de bonne heure de même ! ?" Je lui réponds : "Je m'en vais au Centre Bell faire signer ma guitare par Paul McCartney !" Il part à rire. Quand je reviens le soir, la première chose qu'il m'annonce, c'est : "Eille ! Ils ont parlé d'un gars au Téléjournal qui a fait signer sa guitare par McCartney !" Il n'en revenait tout simplement pas !* »



VIE CITOYENNE

PAR QU'ALAIN COMMU'NOS-TERRES
CAMELOT ÉPICERIE MÉTRO SAINT-JOSEPH /
16^e AV. ET PHARMAPRIX MASSON / 13^e AV.



PHOTO : ILLIA URIADNIKOV (123RF)

L'empowerment pour retrouver sa place en société

Aujourd'hui comme hier, la maladie mentale touche des millions de gens. Plusieurs facteurs les mèneront à vivre des épisodes plus ou moins intenses qui bouleverseront leur équilibre personnel ainsi que les relations avec leur entourage. Comment réussir à intégrer ces personnes ?

Une minorité de ces personnes aux prises avec des épisodes de maladie mentale, un tabou toujours présent, devront être hospitalisées et prises en charge par les services sociaux. Mais la majorité d'entre eux passeront sous silence. Qu'il y ait diagnostic ou pas, le malaise est déstabilisant et crée souvent de l'anxiété.

Les variations d'humeur, vues comme irrationnelles, peuvent être difficiles à expliquer par la psychologie ou la science chimique. Je crois que la plus grande difficulté est d'arriver à accepter qu'il n'y a pas de normalité. Dans notre société, la sécurisation par les standards idéalisés provoque un profond affront à la liberté d'être soi-même, en tant qu'être unique et différent des autres. Pourtant, nous savons maintenant que la force d'un écosystème réside dans la biodiversité. Cette complémentarité permet une viabilité qui survit aux crises momentanées de la vie.

Les premiers moments de la perte de contrôle sur sa vie et son moral sont angoissants et déstabilisants. Quand on se sent croche, il est difficile de savoir s'il est permis d'en parler, et à qui. Le regard d'autrui, la peur du ridicule semblent menacer les liens fragiles avec nos proches. La personne aux prises avec des symptômes aura tendance à s'isoler afin d'éviter le rejet. Ces mécanismes de défense devront éventuellement être confrontés afin de reconstruire des liens sociaux viables.

L'exemple de Pracom

À l'époque de la désinstitutionalisation pour défaire le mal de l'ère Duplessis, les grands hôpitaux de la région de Montréal ont investi dans le démarrage de centres communautaires avec une approche alternative aux instituts officiels se focalisant sur le traitement de la maladie mentale. Pracom (Programme alternatif communautaire), créé en 1983, est un de ces organismes.

Je suis arrivé à Montréal en 2012 par la porte de l'itinérance et je cherchais à me réorienter. Je connaissais bien ma fragilité mentale et j'ai vite trouvé à Pracom les ressources pour mieux m'accepter et valoriser mes forces.

Ici, le diagnostic n'est qu'une étiquette superficielle, il n'y a pas de dossier ni de suivi médical. On cherche à rencontrer la personne entière avec ses désirs, ses peines, ses joies et ses aspirations.

C'est Bill Watson, fondateur et ancien directeur de l'organisme, qui a su instaurer une ambiance détendue pour les membres : l'humour et l'enthousiasme sont au rendez-vous, que ce soit quand on se regroupe au café le matin, aux pauses ou au repas du midi. Pour briser la stigmatisation, il a développé un milieu qui se rapproche de la famille élargie, avec un noyau d'intervenants aux profils complémentaires se partageant le leadership.

L'approche alternative passe par l'exploration artistique, physique et psychologique. Autant d'activités qui aident les participants à gagner en confiance : « *Je fais de la peinture depuis vingt ans, explique Denis. Ça m'a vraiment aidé à gérer mon stress et surtout mon anxiété. Je pense que je serai toujours nerveux mais maintenant, je sais me calmer et me détendre.* »

L'inclusion sociale contre l'isolement

Plus que de proposer des activités, Pracom invite ses participants à prendre des initiatives pour partager leur savoir aux autres. Par exemple, Pascal est fier de transmettre son expertise en travail du bois et en soudure : « *Je partage mon savoir avec les autres participants qui désirent apprendre ces techniques de travail. J'ai développé une gamme de produits faits d'anciennes pièces de vélo qu'on vend au profit de l'organisme.* »

Cette notion d'empowerment, où on construit par et avec les participants plutôt que pour eux, vise à ce qu'ils s'outillent pour trouver leur place en société et mieux interagir. Quatre participants ont intégré le conseil d'administration de l'organisme, comme Jeannine : « *Depuis, je sens que je peux plus participer, donner mon opinion et proposer des solutions. À l'assemblée générale, beaucoup de membres sont présents et peuvent suggérer des changements aux programmes.* »

Plusieurs organismes communautaires comme Pracom misent sur l'écoute active et invitent les participants à répondre eux-mêmes à leurs besoins, ce qui leur permettra à terme de s'épanouir pleinement comme citoyens. Ils militent pour l'inclusion sociale, le droit d'être différent et accepté dans cette société multiculturelle où on court toujours après la standardisation. Et ceux qui comme moi accèdent à un réseau soutenant pourront progressivement s'affranchir de tout préjugé. ■

Merci Intact Assurance !

Fin mars, deux représentantes d'Intact Assurance sont venues nous remettre en main propre un chèque de 3 069,75 \$, fruit d'efforts investis dans la vente de tuques et de mitaines Chez Toit par le biais de leurs activités. Isabelle Bolduc (au bout à gauche) et Christine Chouinard (au bout à droite) ont remis ce don à Duffay Romano, chef des opérations et Dominique Racine, responsable du financement de L'itinéraire. ■

PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

Des étudiants gagnants du concours de la carte-repas solidaire !

Le 18 mars dernier a eu lieu la cérémonie de clôture du concours interuniversitaire L'Initiative portant sur la Carte-Repas Solidaire. Mis en place par MAP (Mobilisation Action Partage), ce concours a permis à cinq équipes d'étudiants de proposer des plans marketing sur l'expansion et la promotion de la carte-repas. L'originalité dans l'élaboration de leurs idées et le développement en profondeur de leurs concepts ont valu à l'équipe de Clarisse Bailliant, Alia Tak Tak et Anh-Tho Tran les honneurs du jury. Soulignons l'apport de quelques partenaires primordiaux de ce projet : Shawn Bourdages et Duffay Romano de L'itinéraire, qui ont permis une bonne analyse des dossiers des participants, ainsi que Sandra Laporte du HEC. Des remerciements vont aussi aux membres de MAP et de Nova pour leur aide dans l'organisation de l'évènement. Remercions également les partenaires financiers, sans qui ce projet n'aurait pas été possible; la Coop HEC Montréal, Socent, Le Salon 1861, ainsi que les nombreux supporteurs de notre campagne de socio-financement. La suite du projet va maintenant s'orienter sur la communication et la mise en place du plan marketing grâce à l'agence Upperkut, MAP et L'itinéraire. Julien Hénault-Ratelle, *Chargé de projet au sein de MAP*



Une clinique d'impôts à L'itinéraire

En mars dernier, une clinique d'impôt s'est tenue dans les locaux de L'itinéraire. Grâce à l'initiative d'un étudiant de HEC Montréal, Etienne Grenier, 30 camelots ont pu remplir gratuitement leur déclaration d'impôt. Au total, sept étudiants de HEC ont bénévolement donné de leur temps à l'organisme. Leur participation, en plus d'être fort appréciée, a permis de créer de nouvelles amitiés. Merci encore pour votre aide, au nom de tous les camelots qui ont bénéficié de cette clinique d'impôts ! ■



PHOTO : MARIO ALBERTO REYES ZAMORA

Une égalité illusoire

Dans ses pages informatives et issues de faits et d'études approfondies, *Le mouvement masculiniste au Québec : l'antiféminisme démasqué*, rédigé sous la direction de Francis Dupuis-Déri et Mélissa Blais, nous constatons que nous sommes confrontés à un système hétéro-patriarcal, c'est-à-dire où l'homme hétérosexuel blanc est dominant.

Même si nous vivons dans une société où le féminisme est fort, les hommes masculinistes ou ayant un discours masculiniste trouvent encore que les femmes (les féministes en particulier) prennent trop de place. Ils disent que certains métiers ne sont pas « faits » pour elles, elles volent la place des hommes sur les bancs d'école, une femme est conçue pour s'occuper des enfants et des tâches ménagères... L'homme est génétiquement plus fort donc plus violent que la femme, l'homme a des pulsions sexuelles naturelles et se contrôle peu, etc.

Le mouvement masculiniste au Québec : l'antiféminisme démasqué nous démontre au contraire que les statuts de pouvoir, les emplois payants, les rôles de patronat, les postes importants, sont en majorité occupés par les hommes. La femme n'a pas beaucoup de pouvoir en politique, et encore moins dans la mafia ou les gangs de rue. Nous la retrouvons souvent comme serveuse, secrétaire, aide-infirmière, où elle est en position où elle doit servir l'homme. La femme travaille généralement plus d'heures que l'homme et est payée moins cher. Lorsque la femme veut se lancer dans un métier non-traditionnel (chantier de construction, mécanique automobile, etc.), même quand elle est passionnée parce que c'est un métier qu'elle a réellement choisi, elle est régulièrement confrontée à un coté plus obscur de la médaille.

Le patron masculiniste ne voudra pas embaucher la femme car il craindra qu'elle ne soit pas aussi efficace qu'un homme et les congés de maternité le gêneront. Si elle est finalement recrutée, c'est fort possible qu'elle vive de l'intimidation car ses collègues masculinistes se sentiront diminués et menacés. Il se peut qu'elle soit la cible de blagues désobligeantes. À compétences égales, la femme redevient une femme avec un corps de femme, et elle sait que les portes s'ouvriront avec plus de facilité si son physique est avantageux. Toutefois, que cette femme entre dans les critères de beauté ou non, elle ne se fera pas nécessairement respecter.

Les jeunes filles et la pression sociale

Le livre nous explique à quel point, aujourd'hui, les jeunes filles prises dans une société hyper-sexualisée sont souvent dans un mode de séduction et désirent plaire à l'homme. Les hommes masculinistes vont souvent déclarer que ce sont les femmes elles-mêmes qui se mettent cette pression et qu'elles souhaitent user de manipulation avec leurs attributs. Les insultes sexistes, attribuées à ces femmes, à caractère psychologique du genre « *va te faire baiser salope* », réduisent encore une fois la femme à son corps pour ne pas dire objet. « *Si elle se fait violer, elle l'aura bien cherché* » pensera un masculiniste.

Le taux de suicide est plus élevé chez les hommes que chez les femmes. Des masculinistes incriminent les féministes en



Essai

Le mouvement masculiniste au Québec
L'antiféminisme démasqué

Sous la direction de Mélissa Blais et Francis Dupuis-Déri
Éditions du remue-ménage - 2015, 320 pages

affirmant qu'elles sont responsables de ces décès. Les auteurs du livre remarquent, selon les dernières études, qu'un homme peut avoir différentes raisons de vouloir se donner la mort, entre autres s'il est pauvre, s'il vit en ville, s'il a perdu son emploi, une peine d'amour, etc.

Mais n'oublions pas que la très grande majorité des gens qui voudraient mourir continuent leur chemin. Il est également prouvé que les femmes font autant de tentatives que les hommes, mais ceux-ci parviennent plus souvent à leurs fins, car ils utilisent des méthodes plus violentes.

Violence physique, psychologique, verbale et sexuelle

Il y a malheureusement beaucoup de violence conjugale au Québec. Les auteurs m'ont appris qu'une femme sur trois a été victime au minimum d'une agression, une femme sur sept a déjà vécu un abus sexuel par son conjoint, et 40 % des femmes ayant un handicap ont vécu au moins un abus sexuel. Ces sondages sont encore plus élevés dans les couples marginalisés. Et l'on estime que cette violence est beaucoup plus fréquente que les sondages le laissent entendre car plusieurs femmes ne dénoncent pas, ayant peur des représailles.

Contrairement aux hommes masculinistes qui affirment ne pas dévoiler la violence par peur d'être ridiculisés, les femmes ne la rapportent point par crainte que la violence qu'elles ont subie par leur agresseur puisse s'aggraver. Par ailleurs, la violence est souvent « tolérée », que ce soit au travail ou au centre commercial. Les gens n'agissent pas toujours face à la violence parfois cruelle. ■

Entrevue avec Mélissa Blais et Francis Dupuis-Déri

Homme victime, femme bourreau ?

Mélissa Blais et Francis Dupuis-Déri sont venus à L'itinéraire afin de nous parler du masculinisme et son impact, sujet du collectif qu'ils ont dirigé : *Le mouvement masculiniste au Québec - l'antiféminisme démasqué*. Ce phénomène mal connu nous donne des pistes de réflexion sur les difficultés que rencontrent les femmes de nos jours.

D'entrée de jeu, précisons que le masculinisme est un mouvement réactionnaire par rapport au féminisme. Il peut prendre plusieurs formes. De manière générale, ce sont des hommes qui se disent dominés et manipulés par les femmes ou encore qui sont en pleine crise identitaire blâmant les féministes de leurs maux.

Selon ce que j'ai pu apprendre dans ce livre, les hommes masculinistes ou ceux qui tiennent ce discours ne vont pas nécessairement faire partie d'un groupe ou se définir comme tels. Ils ont développé un vocabulaire pour défendre leur position de victime. Par exemple, plusieurs hommes masculinistes vont minimiser les violences faites aux femmes, énoncer qu'ils en vivent autant qu'elles sinon plus. Ils nient les sondages indiquant que les femmes subissent beaucoup plus de violence et essaient de prouver le contraire. Si l'homme masculiniste divorce, il se battra pour ne pas payer de pension alimentaire et voudra contrôler son ex-conjointe.

« Bon nombre de masculinistes parasitent internet avec des propos haineux envers les femmes. Ils téléphonent à des émissions de télévision qui défendent le féminisme pour faire pression. Certains vont jusqu'à faire des menaces à des féministes pour les faire taire », informe Mélissa Blais.

Elle rajoute : « Un homme n'a pas peur de se faire violer par une femme à trois heures du matin ». Donc, bien évidemment, les personnes agressées sont plus souvent des femmes.

« Marc Lépine, celui qui fait 14 victimes à l'École Polytechnique simplement parce qu'elles étaient des femmes, le 6 décembre 1989, est devenu un symbole pour les masculinistes », laisse entendre Mme. Blais. On peut également lire dans ce bouquin que certains

hommes ont même avoué y avoir déjà pensé, éprouvant même de la sympathie pour ce « pauvre » Marc accusant les féministes d'être responsables de la tuerie.

Féministe ou non ?

Selon moi, il est difficile pour une femme de se définir comme féministe car ce mouvement prône l'égalité entre les hommes et les femmes. Quand une femme dit haut et fort les problématiques de notre société patriarcale, elle risque de se faire regarder bizarrement... ce n'est pas très séduisant d'être féministe, c'est délicat. Il y a ce fameux tabou que des hommes vont traiter les féministes engagées de lesbiennes ou de frustrées.

Pour sa part, Francis Dupuis-Déri conclut : « Si on pose les questions suivantes à une femme qui ne se définit pas comme féministe : 'Es-tu pour l'égalité des salaires ? Es-tu pour le choix de tes relations ? Désires-tu un divorce équitable ? Es-tu pour le droit à l'avortement ?' Si elle répond oui, alors elle est féministe. Quand on croit en nos valeurs tout est possible ! »

Le masculinisme veut garder sous silence le féminisme et c'est pourquoi notre devoir en tant que femmes est de continuer à se battre pour l'égalité. N'oublions pas nos filles, nos nièces, nos sœurs, ainsi que les générations à suivre. Nous écrivons l'histoire en ce moment même ! ■



Les participants parlent tous à la fois. Cindy, à qui c'est le tour de raconter comment s'est passée l'entrevue, me dit « je ne sais pas si tu m'entends ? » Elle veut se faire entendre, s'exprimer, décrire, partager, dire. À voix haute. Maintenant. Avec enthousiasme, application, énergie. Elle s'investit tout au complet dans le projet. Oui, je t'entends, Cindy. Et je souhaite à beaucoup d'autres de t'entendre, de te lire, de te côtoyer. Ton point de vue original, unique, compte.

Chantal Francoeur, journaliste

La communication

La première étape, c'était de sortir de mes problèmes. J'avais eu des problèmes de consommation, et je n'étais pas bien dans ma tête. Je vivais aussi des émotions difficiles. Je suis allé chercher les outils nécessaires. Mais, surtout, le monde autour de moi m'a beaucoup aidé à être mieux dans ma tête. La communication, c'est le plus important. J'étais une personne bloquée auparavant, dans ma tête, renfermée. Je n'étais pas dans de bons milieux de vie non plus. J'ai changé de milieu et maintenant, à L'itinéraire, je me suis ouvert. J'ai appris à me connaître moi-même. Ce sont des gens qui me ressemblent, beaucoup sont renfermés de nature. On discute ensemble, et je suis maintenant une personne heureuse.

SYLVAIN BERTHIAUME
CAMELOT-PARTICIPANT

Se serrer la vis

Pour le moment, ce n'est pas évident. J'allais si bien il y a cinq mois. Je m'étais sorti de la rue, j'avais une blonde, on avait du fun, on faisait plein de sorties, on s'amusait. Mais là, je suis de nouveau dans la rue. Pour me remonter, je me serre la vis. J'ai besoin de ça. C'est à force de le répéter que ça fonctionne. On doit aller dans les organismes qui sont là pour nous aider, changer notre cercle d'amis. C'est important d'avoir des loisirs qui nous permettent de dépenser de l'énergie. Moi c'est la natation et le basket. Il faut se valoriser, se faire plaisir, être fier de ce qu'on entreprend.

ALAIN PERRIER
CAMELOT MÉTRO BONAVENTURE

Des gens autour de soi

Je pars en char et je m'en vais sur le bord de l'eau pour écouter les oiseaux. Montréal, ça représente le stress. En campagne il n'y a pas de stress, seulement les sons de la nature. Qu'il fasse soleil, qu'il neige ou qu'il mouille, l'important est le contact avec la nature. Ça permet de se reposer et de méditer. Quand je suis à Montréal je vais prendre un bain de vapeur. Ça fait sortir les mauvaises ondes. Aussi, avoir des gens autour de moi m'aide à comprendre que je ne suis pas seul à avoir des problèmes. Quand on écoute les autres on se rend compte qu'on est mieux dans notre peau qu'on pensait. Ça permet de mettre les choses en perspective. Je me considère chanceux de me réveiller à tous les matins.

DAN ET ROZI
CAMELOT JARRY / LAJEUNESSE

Des astuces pour être bien dans ma tête

Dans le cadre de la
65^e Semaine nationale de la santé mentale
qui aura lieu du 2 au 8 mai,
le Mouvement Santé mentale Québec
a lancé sa campagne sous le thème
« 7 astuces pour être bien dans ma tête ».
Nos camelots en partagent 10 avec vous.

Se questionner et penser positif

J'accepte la situation, c'est déjà la moitié du chemin de fait. Je me lève, je me fais mon café... ça commence bien la journée. Comme pour mon café, je vois la vie au quotidien. L'itinéraire m'aide aussi beaucoup à être bien dans ma tête. Quand je ne vends pas beaucoup, je me questionne. Je me centre sur moi et j'essaie de dégager une énergie, d'avoir une attitude différente. Mon aura est très importante : je souris, je pense positif. Depuis que je travaille, je ne m'ennuie plus, je ne vois pas le temps passer. C'est bon signe ! J'ai confiance en mes capacités, je dis ce que je pense, ça m'a beaucoup aidé dans ma vie.

MICHEL MARCIL
CAMELOT MÉTRO VERDUN ET SAINTE-CATHERINE / SAINT-ANDRÉ

Comprendre ses problèmes pour mieux avancer

Il faut prendre du recul et se dire que les problèmes que tu as, tu dois les régler et ils ne doivent pas se répéter. Ça prend un certain de travail de conscience, une pratique. Ça doit se faire au quotidien. Il faut comprendre ses problèmes, son noyau, pour apprendre. Reconnaître le problème, l'admettre soi-même. J'en ai parlé ouvertement, on n'a pas à avoir honte. Il ne faut pas être gêné de parler et s'ouvrir. Il faut séparer ses problèmes de la vie en elle-même. Il ne faut pas massacrer ta vie parce que tu as fait des erreurs, il ne faut pas empirer son cas. Il faut que je me connaisse et m'accepte comme moi-même, ça me redonne confiance. La confiance nous permet d'avancer, d'agir pour soi-même.

MICHEL DUMONT
CAMELOT MÉTRO JOLIETTE ET MANSFIELD / RENÉ-LÉVESQUE

S'accepter et s'aimer

Je suis schizophrène affective. Parfois, j'entends des voix et je vois des trucs qui ne sont pas là. J'ai de la misère à comprendre mes pensées. Je ne peux pas vraiment le contrôler. Mais je prends des médicaments, j'ai un suivi avec une psychiatre. J'ai aussi fait un gros pas pour m'accepter comme je suis. Ce n'est pas parce que j'ai une maladie que je ne suis pas normale. La schizophrénie est une maladie comme les autres, au même titre que l'asthme. L'une de mes connaissances est schizophrène... et avocate ! Ça me montre que moi aussi je suis capable de faire des affaires. Je sais qu'intérieurement, j'ai beaucoup de qualités et de belles valeurs.

NANCY LEBLANC
CAMELOT-PARTICIPANTE

Décrocher

Les loisirs aident à se détendre et à se sentir mieux dans sa tête. Moi je fais des modèles réduits de bateaux et d'avions. Ça me détend et ça me fait décrocher du quotidien. J'oublie les problèmes que j'ai ou la journée que je viens de passer. C'est important de penser à soi et de décrocher à un moment donné. Faire du vélo, aller marcher ou aller au cinéma, c'est du temps que je prends pour moi, et ça, c'est essentiel. Il faut aussi se faire confiance dans ce qu'on entreprend et aller de l'avant. Prendre des chances, des risques. Vaut mieux avoir essayé et échouer que de ne pas essayer. Ça nous permet de grandir et d'acquérir de la maturité. L'audace permet de bâtir une confiance en soi.

JEAN-GUY DESLAURIERS
CAMELOT PROMENADE MASSON

Trouver un équilibre

Des astuces, j'en ai plein. Par exemple, je fais de l'exercice. En fait, c'est d'avoir une bonne hygiène de vie : alimentation, sommeil, exercice. Quand on est bien dans son corps, on est bien dans sa tête. Il faut être connecté, à l'écoute de son corps. C'est important de se faire plaisir, mais sans aller dans les excès. Trouver un équilibre en alignant tout : esprit, corps, tête et cœur. Ce que je trouve difficile, c'est d'en assumer les conséquences. J'étais travailleuse sociale, je suis maintenant camelot. J'avais le choix : être une superwoman ou être bien. Mais je fais encore du travail social dans le métro !

MARIE-ANDRÉE BARIL
CAMELOT MÉTRO PRÉFONTAINE

Moins dans ma tête

J'essaie de me trouver un abri, je suis quelqu'un qui vagabonde beaucoup dans ma tête, trop. Avec mon ergothérapeute puis tout ça, on travaille pour que je puisse bien m'organiser, autant physiquement que dans mes idées, avec des séances de relaxation, par exemple. J'essaie, mais ça ne marche pas nécessairement. Je travaille beaucoup sur ça ces temps-ci, mais ça ne fonctionne pas toujours, donc je dois essayer, par essais et erreurs. Je vais finir par trouver quelque chose qui me convient. Quand je fais des activités sociales, ça m'aide beaucoup. Je suis moins dans ma tête, plus avec le monde. Je suis concentré sur autre chose.

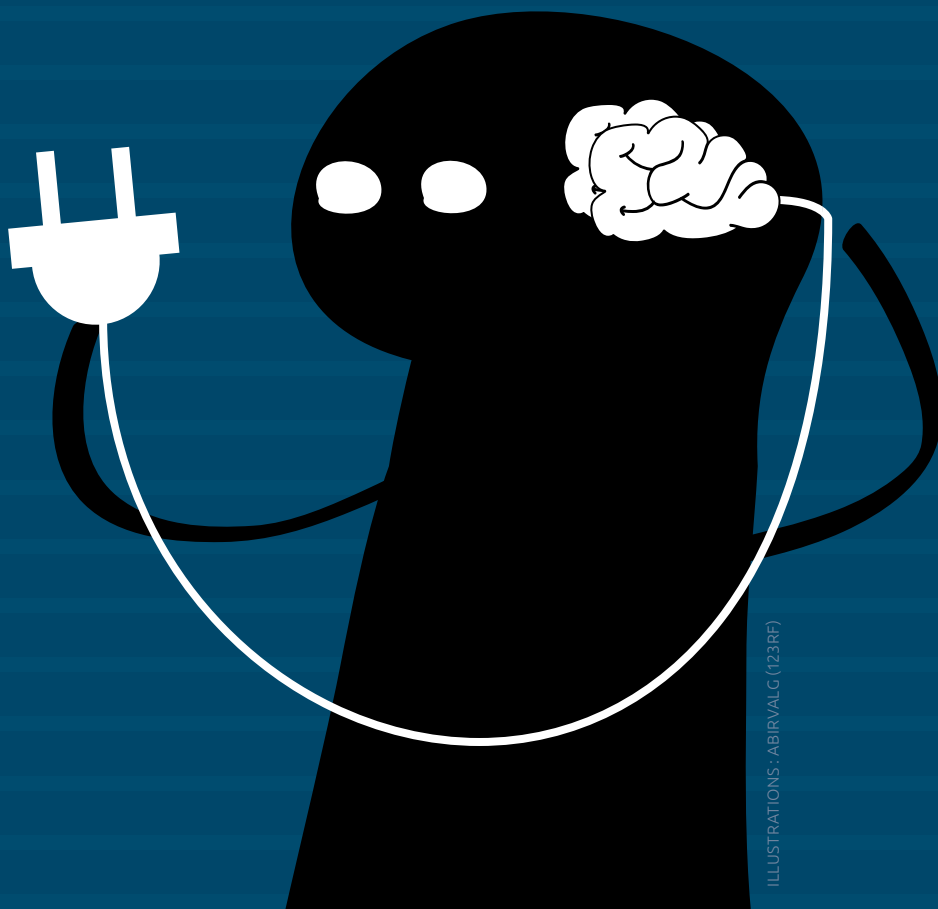
SIOU DESLONGCHAMPS
CAMELOT BORDEAUX / MONT-ROYAL



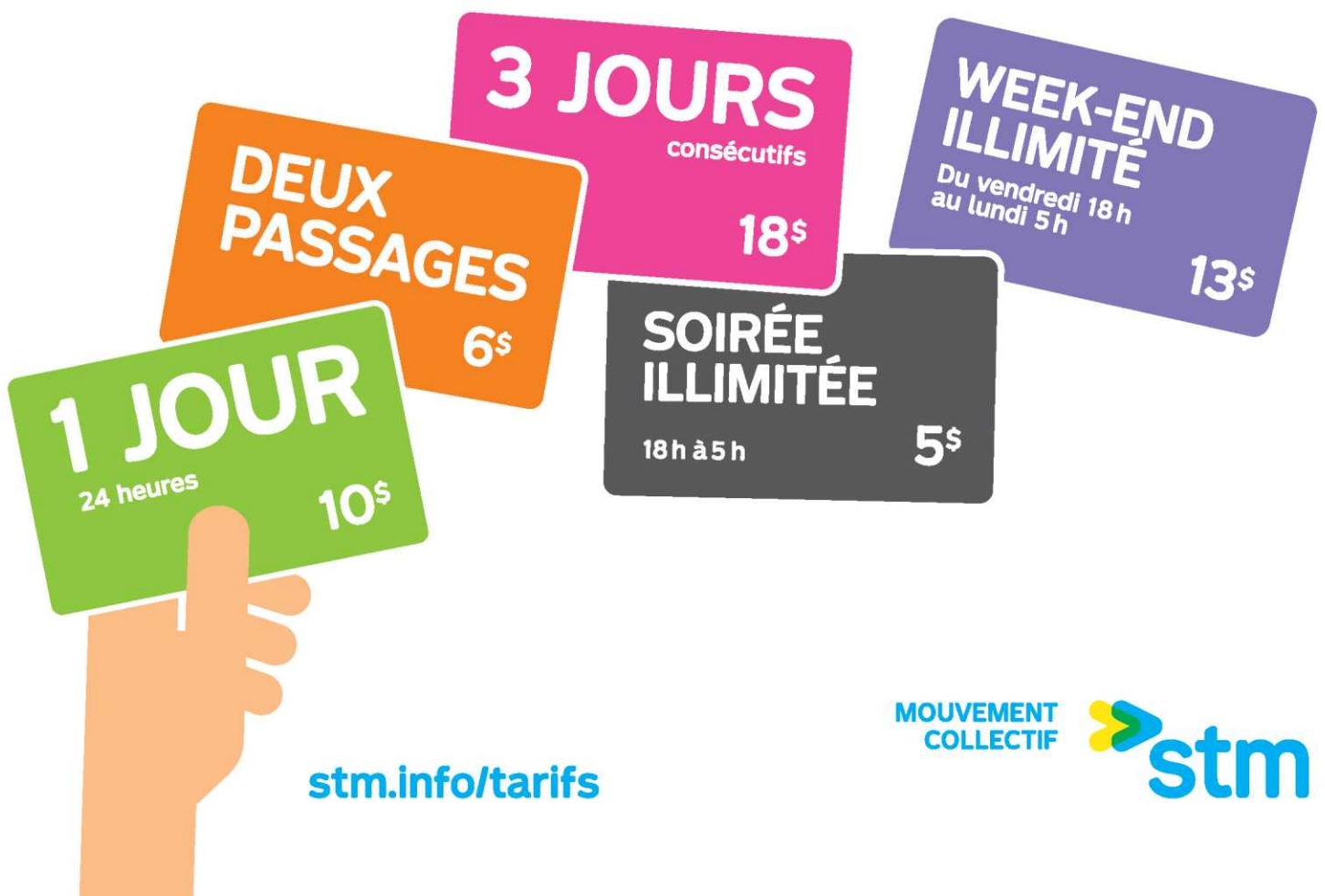
La fuite

C'est clair que j'essaie de ne pas trop penser au gouvernement ! La lecture me relaxe aussi, ça me permet de fuir. C'est la fuite littéraire. En prison, ça aide beaucoup à rester bien dans sa tête. Je joue aussi de la musique, ça me permet aussi de m'évader. Je dois fuir, je suis un hypersensible.

IANIK BRASSARD
CAMELOT DE LORIMER / RENÉ-LÉVESQUE



ON A LE TITRE QU'IL VOUS FAUT



stm.info/tarifs

MOUVEMENT
COLLECTIF



EXPOSITION

PAR TUAN TRIEU-HOANG
CAMELOT MÉTRO HENRI-BOURASSA

Fragments d'humanité au musée Pointe-à-Callière

Si les pierres pouvaient parler...

J'ai eu l'occasion de visiter en avant-première à Pointe-à-Callière *Fragments d'humanité*, une exposition consacrée à l'archéologie québécoise. J'ai toujours aimé apprendre l'histoire d'un pays et de précieux souvenirs resteront gravés dans ma mémoire.

Les historiens mettent beaucoup l'accent sur la présence des premiers colons en Amérique du Nord. Mais on oublie souvent de mentionner que le Québec a été habité auparavant par des Autochtones. Des recherches m'ont permis d'apprendre l'origine et la signification du nom Québec. Il viendrait de la langue iroquoise et signifierait « *là où le fleuve se rétrécit* ».

L'exposition propose au visiteur un voyage dans le temps, dans l'histoire du Québec plusieurs fois millénaire, avant l'arrivée de de Maisonneuve, Jacques Cartier, Champlain, Jeanne Mance et des communautés religieuses. Cette exposition m'a permis d'en savoir un peu plus sur l'histoire du Québec avant l'arrivée des Européens. Des artefacts témoignent de la traversée du détroit de Béring par des Autochtones il y a des milliers d'années, ainsi que l'arrivée des Vikings au Labrador longtemps avant Christophe Colomb.

Les histoires englouties

L'artefact qui m'a impressionné le plus dans cette exposition est une pirogue sortie directement de la préhistoire, longue de 16 pieds, construite au 15^e siècle et découverte dans la région de Chertsey. Après un séjour de 500 ans à 23 pieds sous l'eau, son état de conservation était quasi intact ! Je devrais souligner ici le travail remarquable et professionnel de l'équipe d'archéologues qui a su conserver et mettre en valeur une telle relique.

Mais si les artefacts nous dévoilent la vie des Amérindiens, ils nous permettent aussi de découvrir d'autres aspects de l'histoire du Québec. L'exposition présente notamment l'Elizabeth and Mary, une barque qui fait partie de ce qui reste de la flotte britannique échouée à l'Anse aux Bouleaux de Baie-Trinité sur la côte Nord et découverte par un plongeur en 1994. Même s'il ne reste que quelques vestiges architecturaux de la flotte elle-même, les artefacts nous ont permis d'en savoir plus sur le quotidien des marins à l'époque et sur l'invasion britannique de la ville de Québec en 1690. C'est lors de cette bataille que le gouverneur Frontenac a prononcé la célèbre phrase : « *Je vous répondrai par la bouche de mes canons et par le feu de mes mousquets !* »

La dramatique histoire de l'Auguste m'a profondément touché. En 1761, ce navire avait l'ordre de ramener en France les 17 membres de l'équipage et plusieurs personnalités de l'élite canadienne-française. Parti de Québec le 11 octobre, le voyage prendra fin abruptement au large de Cap-Breton le 15 novembre, après avoir essuyé trois jours de tempête. La funeste odyssee sera racontée par Luc de La Corne, l'un des sept survivants.

Les Forges-du-Saint-Maurice

Cette exposition m'a aussi fait découvrir le côté historique de la ville de Trois-Rivières. Première industrie sidérurgique au Canada mais aussi premier village industriel du pays. Voilà l'essence même du lieu historique national des Forges-du-Saint-Maurice. Les artefacts permettent d'entrer dans l'univers particulier de cette communauté industrielle originale. Ils révèlent les mystères de la fabrication de la fonte et du fer. Les vestiges archéologiques témoignent de cette époque où la vie de toute une communauté battait au rythme d'une production intensive.

En conclusion, la chose la plus importante à dire sur cette exposition pour moi serait de ne pas oublier que le Québec était déjà habité avant l'arrivée des Européens. Au fil de l'exposition, le visiteur découvre des objets et des artefacts qui retracent le quotidien et le parcours de ces peuples qui ont habité le Québec et des tout premiers colons il y a fort longtemps. En effet, si les pierres pouvaient parler... elles raconteraient une mémoire qu'on oublie trop souvent. ■

« Le Québec était une terre d'Amérindiens avant l'arrivée des Blancs »

Fragments
d'humanitédu 16 février 2016
au 8 janvier 2017Musée Pointe-à-Callière
350, Place Royale, Montréal
info@pacmusee.qc.ca

CI-HAUT Une pirogue sortie directement de la préhistoire, longue de 16 pieds construite au 15^e siècle et découverte dans la région de Chertsey. Après 500 ans à 23 pieds sous l'eau, son état de conservation est quasi intact !

CINÉMA

PAR JO-AN BLANCHET-GIRARD
CAMELOT MÉTRO JOLICOEUR

Avant les rues de Chloé Leriche

Une immersion dans la culture amérindienne

J'ai toujours été fascinée par les Amérindiens et la beauté de leur culture : leur esprit communautaire, d'entraide, leur langue, leurs différents rites. *Avant les rues*, le premier film de la réalisatrice Chloé Leriche et mettant en vedette Rykko Bellemare, Jacques Newashish et Dolly Petiquay-Niquay, a été pour moi une véritable immersion dans cette beauté culturelle et humaine.

Avant les rues raconte l'histoire de Shawnouk (Rykko Bellemare), un jeune Amérindien d'une vingtaine d'années qui vit dans la réserve de Manawan dans la région de Lanaudière. Son père est le policier du village. Shawnouk a des amis blancs et un jour l'un d'eux lui propose de commettre un vol dans un chalet parce qu'ils ont besoin d'argent. Shawnouk veut en ramener à sa famille. Tout ne se déroule pas comme prévu et cela pèse sur la conscience de Shawnouk. Il en est profondément affecté, des problèmes se développent avec sa famille et sa femme. Réussira-t-il à les surmonter ?

Avec la communauté

La plupart des acteurs du film sont des Amérindiens sans expérience au cinéma et sans formation professionnelle. Eh bien, ça ne paraît pas quand on voit *Avant les rues*.

Cela rend le film très crédible : l'histoire se rapproche d'eux, de leur réalité. D'autant plus qu'ils s'expriment dans leur langue maternelle, l'attikamekw. Le film est entièrement en attikamekw d'ailleurs. On a l'impression d'y être avec eux.

Chloé Leriche, la réalisatrice, qui a dû les choisir et les former, voulait que ce soit « *un film avec eux, et non pas seulement sur eux* ».

Rykko Bellemare, l'acteur principal, est tellement dans son rôle que l'on peut ressentir les émotions de son personnage. Je ressentais tellement sa souffrance que cela m'a arraché des larmes, pour de vrai !

L'engagement social

Le choix d'utiliser des acteurs et la langue de la communauté démontre bien le grand « *engagement social derrière le film* », comme le souligne la réalisatrice.

Dans l'une des scènes, Shawnouk, le héros, fait une tentative de suicide et l'on voit toute sa famille pleurer. Il y a aussi ce moment où il s'enfuit dans la forêt. Il s'arrête au milieu de la forêt et crie parce qu'il se sent piégé. La détresse est un sentiment que vivent beaucoup de jeunes Amérindiens aujourd'hui.

La manière dont le village est filmé et ce qui s'y passe représentent aussi bien les enjeux liés à la vie des Amérindiens. Au début du film, Shawnouk et son ami fument du pot et l'on voit qu'ils ne vont pas vraiment à l'école. On remarque aussi que leurs maisons sont piteuses.

Une culture inspirante

Mais ce film ne montre pas que les problématiques dans les communautés amérindiennes. Il accorde une place de choix à la beauté de leur culture traditionnelle, qui doit demeurer ! Le chamane avec sa magie représente cette culture traditionnelle qui date d'avant les Blancs et qui est peut-être un peu oubliée aujourd'hui.

L'entraide entre ces gens est impressionnante. À un moment, Shawnouk court sur un sentier et il voit une jeune fille qui crie à l'aide car sa maman est tombée par terre. Il aide la mère à se relever, qui à son tour voit que Shawnouk ne va pas bien. Elle l'invite chez elle pour manger et se reposer. Elle soulage sa fièvre avec de la sauge, puis elle lui propose de l'emmener dans une tente de sudation.

Cet extrait du film montre la solidarité des Amérindiens, une valeur qui fait pas mal défaut dans notre société. On est plutôt individualistes, on a beaucoup à apprendre de la culture amérindienne. Il faut le réaliser rapidement parce qu'elle est en voie de disparaître.

Je connaissais un peu la manière dont vivent les Amérindiens, mais pas tant que ça. Ce film, c'était donc une immersion pour moi. Je vous conseille de la vivre aussi, le film sort en salle le 15 avril. ■

Question à
Chloé Leriche, réalisatrice

Réaliser un film aussi réussi avec des jeunes Autochtones qui n'avaient aucune expérience en cinéma n'a pas dû être une chose facile. Comment êtes-vous parvenue à les former si rapidement ?

C'est une démarche que j'ai déjà réalisée plusieurs fois. J'ai travaillé pour Vidéo Paradiso, une roulotte qui se promenait à travers la ville de Montréal. On approchait le monde dans la rue et on leur demandait s'ils voulaient faire un film. J'enseignais le cinéma comme ça. J'ai beaucoup travaillé avec des acteurs du milieu de l'itinérance à Montréal. Manon Barbeau, avec qui je travaillais, a démarré Wapikoni Mobile, la même chose que Vidéo Paradiso, mais dans les communautés autochtones. On accompagnait des jeunes qui voulaient s'exprimer par la vidéo.



MUSIQUE

PAR GABRIEL BISSONNETTE
CAMELOT MÉTRO BERRI-UQAM

Le retour en force du vinyle

Les nouvelles technologies sont là pour rester. Les automobilistes ne troqueront pas leur véhicule pour des chevaux comme moyen de locomotion, et les télévisions haute définition ne seront pas remplacées par celles en noir et blanc. Mais il y a des modes qui viennent, repartent et reviennent encore. Et dans le monde de la musique, on sait que tout est possible ! Avec le retour du vinyle, on revient 25 ans dans le temps.

J'étais très sceptique au retour du vinyle sur le marché, il y a quatre ans, et je me disais même « *c'est une mode, comme pour les vêtements !* » J'étais conscient qu'il restait des collectionneurs ainsi que des D.J., mais pas assez pour le retour de ce gros cercle plastifié qui pèse environ 180 grammes. Depuis 2010, les ventes de vinyle ont toutefois pris des proportions intéressantes au Québec et au Canada.

La firme Nielsen Soundscan, après un recensement en 2011, a établi que deux albums sur trois étaient numériques et que le téléchargement avait frôlé les 20 % d'augmentation par rapport à l'année précédente. Mais le plus surprenant, c'est que la vente du vinyle avait grimpé de 40 % dans le même temps, à travers l'Amérique du Nord. C'est au Québec qu'on retrouve le plus grand engouement : en 2012, la Belle Province a connu une hausse de 57 % des ventes, contre 18 % dans le reste du monde. Pour 2015, le vinyle a continué sa progression au Québec, avec 10 % de ventes supplémentaires.

Du changement chez les disquaires

En visitant quelques disquaires sur l'avenue du Mont-Royal à Montréal, j'ai été surpris des changements effectués par les commerçants, tant au niveau de leurs superficies qu'au niveau de l'organisation de leurs magasins, afin de faire de la place aux vinyles.

La boutique FreeSon, qui se spécialise dans le rock, le progressif et le heavy metal, a fait des changements majeurs dans sa boutique pour proposer plus de vinyles qu'auparavant. Elle a vu ses ventes augmenter de 30 % dans le vinyle, alors que ses ventes de CD sont en baisse constante d'année en année. Mais le propriétaire de la

boutique pense que le numérique ne va pas mourir et que la qualité proposée par ce format va peut-être le sauver.

Ce n'est pas la même chose pour L'Échange. En entrant dans la boutique, je me suis aperçu que la musique prenait de moins en moins de place. On dirait qu'elle est en train de mourir pour être remplacée par les nombreux livres usagés.

Aux 33 tours, différent son de cloche. Ce commerce est sans doute le plus achalandé en vinyles à Montréal. Les styles de musique qu'on peut y retrouver sont extrêmement variés. On ne vend pas seulement des vinyles neufs et usagés, mais aussi des tables tournantes, des amplificateurs et des haut-parleurs.

Le plus impressionnant dans la résurrection de cette vieille technologie, c'est que les jeunes en sont les consommateurs numéro 1 ! Notez que 75 % des vinyles vendus au Québec sont les classiques rock tels les Beatles, Pink Floyd, Led Zeppelin et le rock progressif. Partir pour mieux revenir, comme on dit... ■



Gabriel est un mordue de musique. Les références à tel ou tel groupe rock d'avant l'ère du disque compact abondent chez lui. Son choix de traiter d'un sujet sur les vinyles tombait donc sous le sens. Allumé et cultivé, ce D.J. inspire par son originalité et ses connaissances variées. De plaisante compagnie, nul doute que de nombreux autres textes culturels l'attendent.

Catherine Bouchard, journaliste

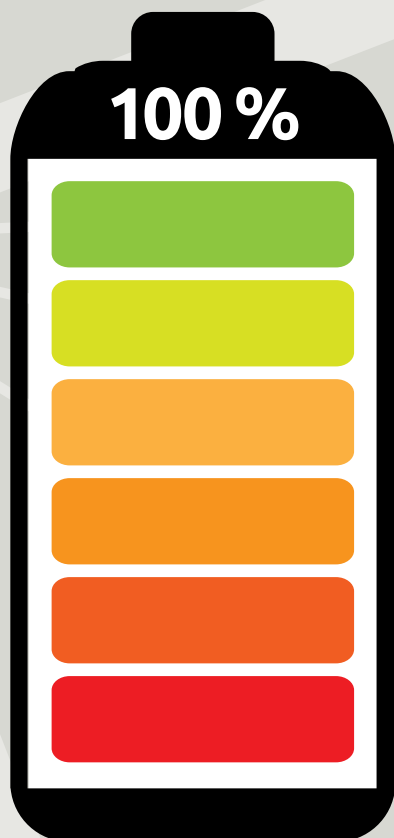


BD

PAR ISABELLE RAYMOND
CAMELOT LAURENDEAU / BIENCOURT

La Stigmatisation De la maladie mentale Au travail





L'édition 100% CAMELOTS 2016

Nos camelots prennent le contrôle du magazine !

Pour marquer le 22^e anniversaire de
L'itinéraire, l'édition du 15 mai sera
entièrement conçue par nos camelots.

Préparez-vous à être étonnés,
touchés et émerveillés.

À ne pas manquer !

L'ITINÉRAIRE

Sans but

Un homme marchait,
avec une cape et un chapeau,
il allait sans but précis,
avançant lentement sous la pluie.

Je l'ai suivi et j'ai aperçu,
qu'il entrait dans une église,
peu importe la religion,
cet homme croyait.

J'aimerais être comme lui,
et croire très fort,
à un être suprême,
qui serait en moi aujourd'hui,
et pour toute la vie.

J'essaie chaque jour d'être meilleure,
je demande son aide,
je prie pour qu'il me donne le courage,
de continuer dans le droit chemin.

C'est ça, croire sans voir.

FRANCE BEAUMONT
CAMELOT SAQ
SHERBROOKE EST /
DU TRIANON



Poème d'épicerie

Oh ! Ma petite fraise rouge
Je suis ton concombre préféré
Ton complément quoi
Tu me dis que je suis imparfait
Et aussi que je ne participe pas assez
Nous vivons notre vinaigrette séparément
Mais quelle salade ça fait !

Si tu étais un fruit
Tu serais sûrement une pomme
Je ne te prends pas pour une poire
Mais pour un fruit qui mûrit avec le temps
Et moi aussi je mûris
Je tends à sortir de ma coquille
Pour repartir en neuf

À deux c'est mieux
Et ça se fait mieux
C'est tant mieux

BENOIT CHARTIER
CAMELOT IGA PLACE
FRONTENAC
ET MÉTRO RADISSON



POÈMES DE CAMELOTS

Debout

Debout dans la ville
Dans un champ
À mes pieds des rampants
Des vers de terre des vipères
Des congénères
Ils mendient
Ils déblatèrent

C'est dans l'air du temps
Au loin

Un comme moi
Debout

Il gesticule
Me fait signe

Je veux le rejoindre
Mais à mes pieds
Les rampants s'agglutinent à moi
M'empêchent d'avancer

GUY BOYER
CAMELOT
SAINT-DENIS /
DULUTH





VIE DE QUARTIER

PAR RAOUL JOUBERT
CAMELOT MÉTRO MONTMORENCY

Promenade à Laval

Je suis camelot au métro Montmorency depuis bientôt un an. Mais pendant mes jeunes années, j'ai vu Laval et ses différents quartiers se transformer graduellement pour devenir la ville qu'on connaît aujourd'hui.

Le pénitencier Saint-Vincent-de-Paul

Dans mon Oldsmobile Dynamic 88 1966, je passais souvent devant le pénitencier Saint-Vincent-de-Paul (situé dans le Vieux Saint-Vincent-de-Paul à l'est de l'île). Je voyais les détenus dans les jardins, planter des patates, des fraises ou je ne sais quoi. Je me disais alors que pendant qu'ils travaillaient à l'extérieur, ils étaient mieux qu'enfermés entre quatre murs, à penser à leur sentence.

Le pénitencier Saint-Vincent-de-Paul a été ouvert en 1873. Fermé en 1989, il a été désigné lieu historique national du Canada en 1990. Le bloc principal surmonté d'un dôme, deux ailes qui s'y rattachent ainsi que les tours de guet sont protégés et échappent à la démolition.

Le Vieux Pen, comme on l'appelait, a déjà été ouvert au public, mais a été fermé en 2007, envahi par les moisissures et devenu dangereux. Auparavant, une cinquantaine de films, dont des superproductions hollywoodiennes y ont été tournés.

C'est ainsi qu'une page de notre histoire disparaît en nous rappelant des souvenirs.



Saint-François-de-Sales de l'île Jésus :
les ruines du moulin Saint-François

PHOTO : ARCHIVES DE LA VILLE DE MONTRÉAL



PHOTO : WIKIPEDIA CREATIVE COMMONS

L'Aviron, hébergement communautaire

Le Darling Bowling représente une belle option de divertissement ! J'adore les quilles parce que tous les groupes d'âge y trouvent leur compte : que l'on joue entre amis ou en famille, tout le monde a du plaisir. Étant moi-même un grand joueur de bowling, je suis capitaine d'une équipe au centre le Domaine. J'ai plusieurs souvenirs de cette salle de quilles, dont certains avec l'équipe de L'itinéraire. Je me rappelle que tous les camelots voulaient faire équipe avec moi !



PHOTO : L'AVIRON

« Je suis dépendant de mes clients. Je leur dis de venir me voir même s'ils ne m'achètent pas le journal ce jour-là. Ça fait du bien de parler. »

Mostapha et Amélia

Camelot : Mostapha Glillah

Cliente : Amélia Alexandrescu

Point de vente : Métro Université de Montréal

Amélia, jeune étudiante en psychoéducation, a l'empathie dans les veines et beaucoup de compassion pour les plus démunis. Elle est parmi les gens qui t'adoptent au premier regard, qui t'offrent une amitié sincère dès qu'ils se sont assurés de ta bonté et de ta noblesse. C'est donc un honneur qui m'échoit, chers lecteurs, de vous la présenter en sa qualité de cliente fidèle et engagée pour la cause.

Amélia, peux-tu nous décrire en quelques mots ton parcours ?

J'ai émigré de la Roumanie il y a treize ans de ça. J'ai suivi toute ma scolarité à Laval et j'ai étudié en génie civil. Je finis cette année mon bac en psychoéducation. On dirait que j'ai comme une passion pour les gens depuis que je suis toute petite.

D'où vient cet intérêt pour le travail social ?

J'aime les gens, j'aime profondément l'être humain. J'aime les petits détails de la vie, les sourires, les plis dans les yeux quand quelqu'un est triste ou joyeux. J'aime voir à quel point la réalité est différente d'une personne à l'autre. Si on s'attarde sur chaque personne, on peut voir un parcours auquel on ne s'attend pas forcément. Dans la vie on part avec des préjugés. Être professeur, être étudiant ou être itinérant, ça ne définit pas qui tu es. Il faut prendre la peine de voir plus loin que l'apparence de la personne.

Tu as un amour maternel pour moi, c'est quelque chose que je trouve rare en Amérique...

Tu es attachant dès le début, dans ta manière de vendre *L'itinéraire*. Quand je t'ai demandé ton nom, tu m'as tout de suite montré ta carte de camelot comme si on ne t'avait jamais demandé comment tu t'appelais. Dès que tu me vois arriver au loin, tu souris.

Sincèrement, avais-tu des préjugés à l'encontre des itinérants avant de me connaître ?

On a tous des préjugés, ça vient de ce que la société nous enseigne, on nous fait croire que les itinérants sont dangereux, qu'ils ont des problèmes de santé mentale. Je sais pertinemment que ce n'est pas un choix de se ramasser dans la rue. Et ceux qui le décident sur un coup de tête, ça symbolise le décrochage d'une société qui est malade. Ce n'est pas la personne qu'on a en face de soi qui a un problème, c'est l'environnement dans lequel elle vit. Les gens ne peuvent pas tous s'en sortir dans cette société, trouver un emploi et s'épanouir.

Ta perception de *L'itinéraire* a-t-elle changé ?

Oui, définitivement. D'abord, vu que je connais mon camelot, le magazine a un aspect beaucoup plus humain. Je connais ta réalité, on s'est beaucoup parlé. Tu as une belle résilience dans ta vie de tous les jours, tu n'as pas lâché prise. J'avais déjà acheté quelques copies de *L'itinéraire* mais ça restait très vague pour moi parce que je ne mettais pas forcément de visages sur les témoignages. Maintenant que je te connais, je me rends compte que ce n'est pas un journal « banal ». Il faut aussi se rendre compte que c'est difficile de vendre quelque chose à quelqu'un, encore plus aujourd'hui quand les gens n'ont pas toujours de la monnaie sur eux. Et il ne faut pas oublier qu'ils sont sur le lieu de vente chaque jour, peu importe le temps.

Quel message voudrais-tu adresser à nos lecteurs ?

Allez parler aux camelots. Allez juste leur demander comment ça va, comment s'est passée leur journée. Eux autres, ils vont faire le reste, ils vont vous raconter quelque chose. À partir du moment où il y a une proximité qui se développe entre deux personnes, on arrête d'être un vendeur et un acheteur. Une relation s'installe, on rend service à quelqu'un et on l'aide. Ça peut être valorisant pour les deux personnes. ■

Réassortir	↓	Couvents fortifiés	↓	Écoulements	↓	Rose	↓
Rupestre		Répétaient		Terminaison de verbe		Charges	
↳		↓		↓		↓	
Maladie des vers à soie	→						
Espionna							
↳				Monnaie	→		
				Alcaloïdes			
S'appliquer	→			↓			
Hâtas							
↳							Fatigué
Erbium	→		Puis	→		Missives	↓
Attacha							
↳			Gratta	→		↓	
Polissions	→						
Céréale							
↳			Aire de vent	→			Pronom
Dans	→						↓
Chef militaire breton			Dieu gaulois	→			
↳					Sélénium	→	



**JOSÉE
CARDINAL**
DISTRIBUTRICE

JEUX DE MOTS

Jeux réalisés par Josée Cardinal
joseecardinal@yahoo.ca

Solutions dans le prochain numéro

HORizontalement

1. Choisir.
2. Acclame. - Dêvétu.
3. Dispensatrice.
4. Fixe par des cordages. - Colorant minéral jaune.
5. Fondamental.
6. Titane. - Anesthésies.
7. Atomes. - Métaux. - Fonce.
8. École d'administration. - Pronom. - Bouclier.
9. Mondaines.
10. Déchiffrés. - Mesure agraire.

VERTicalement

1. Ustensile pour préparer les glaces.
2. Retournement vers l'extérieur.
3. Bois à coups de langue. - Crevé.
4. Étendues. - Aluminium.
5. Encaustiquent. - Terre entourée d'eau.
6. Au bout de peu de temps. - Temple grec circulaire.
7. Admettre au sein d'une société secrète.
8. Possèdent. - Petite erse.
9. Huile extraite de la fleur d'oranger. - Chrome.
10. Quatre-vingt-dix-neuf. - Fit adhérer par fusion.
11. Enduites d'encre. - Erbium.
12. Invasion. - Judicieux.



	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1												
2												
3												
4												
5												
6												
7												
8												
9												
10												

PROBLÈMES

DROGUE, ALCOOL OU MÉDICAMENT ?



Narcotiques Anonymes
Narcotics Anonymous



1 855 544-6362
www.naquebec.org

Nous pouvons t'aider

SOLUTIONS DU
1^{er} avril 2016

Curaçao	L	Tua	T	Raz-de-marte	T	Bélas	A
Enfant malpropre	S	Poisson	ON	Hume	T	Tenteras	A
Louche	S	A	L	I	S	S	O
Secours	V	E	R	E	U	S	E
Rigolé	D	E	P	A	N	N	E
Mesure au sel	R	I	A	T	A	R	I
RADAR	R	A	D	A	M	A	E
Courtes d'un tonnerre	I	O	D	A	I	S	Inclinés
Outils	A	S	S	E	S	P	
Raboteux	I	N	E	G	A	L	
Enjeu	P	A	R	I	L	I	
Tiste	P	E	N	A	U	D	E
Ruses	F	I	N	E	S	S	E

EXPERT

DIFFICILE

MOYEN

FACILE

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

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

Source : Éditions Goélette

Solution dans le prochain numéro



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

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

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



AGENCE IMMOBILIÈRE
Vitrine de la rénovation écologique

1152, avenue Mont-Royal Est, 514.597.2121
www.viacapitaledumontroyal.com

À PROPOS DES...

« FOUS »

Il y a plus de fous en ce monde que de stupides.

Nicolas Charles Joseph Trublet

Le fou copie l'artiste, et l'artiste
ressemble au fou.

André Malraux

Les fous peuvent souvent parler
avec bon sens des sottises que
font les gens d'esprit.

William Shakespeare

Si Dieu décide de détruire, il
commence par rendre fou.

Euripide

Si tous les fous étaient enfermés,
que de vides dans le monde !

Charles Régismanset

On peut vivre fou, mais non pas mourir tel.

Edward Young

Sage, le sourire est sensible ;
Fou, le rire est insensible.

Alain

J'ai un projet, devenir fou.

Charles Bukowski

Le fou est celui qui perd son
chemin sans pouvoir le retrouver.

Gilbert Keith Chesterton

Il y a toujours des raisons
d'être fou, et ces raisons
sont toujours respectables.

Henry de Montherlant

Notre devoir n'est pas de nous
débarrasser du fou, mais de
débarrasser le fou de sa folie.

Albert Londres

Ce n'est pas le doute, c'est la
certitude qui rend fou.

Friedrich Nietzsche





L'arrondissement de Ville-Marie est fier de soutenir le **Carrefour de ressources en interculturel.**

Le Carrefour de ressources en interculturel (CRIC) est un organisme rassembleur qui développe des outils pour favoriser le rapprochement interculturel entre toutes les communautés du quartier.

Projet à l'affiche : **Les Rendez-vous interculturels du Centre-Sud**

Événement jeunesse haut en couleur, Les Rendez-vous interculturels du Centre-Sud visent à lutter contre la discrimination et mettent en valeur la diversité culturelle. Les projets développés par les jeunes permettent de défaire les préjugés à l'égard des communautés culturelles et de la société d'accueil.

Soirée 5 à 7 des Rendez-vous interculturels

Découvrez les projets des jeunes, voyagez au rythme de la musique du monde, vivez la diversité culturelle!

Jeudi 28 avril | 17 h à 19 h
École secondaire Pierre-Dupuy
(2000, rue Parthenais)

 **514 525-2778**

 **criccentresud.org**

 **/Cric Cric Centre Sud**

Pour tout savoir sur l'arrondissement de Ville-Marie, abonnez-vous à l'infolettre :

 **ville.montreal.qc.ca/villemarie**

 **/centrevillemontreal**

 **@centrevillemtl**



LES LIMITES QUOTIDIENNES NE S'ADDITIONNENT PAS LE WEEK-END.

Le corps réagit mal à l'excès d'alcool. Or, les limites recommandées sont de 2 verres pour elle et de 3 verres pour lui. Et ce n'est pas en se privant la semaine que la limite quotidienne change le week-end. Elle reste la même. Pour un maximum de 10 par semaine pour la femme et de 15 pour l'homme, sachant qu'on ne boit pas tous les jours. Le corps a ses raisons. Faites-lui plaisir.



Éduc  **alcool**

La modération a bien meilleur goût.

educalcool.qc.ca/2340