

LA PRESSE

VIVRE



BEAUTÉ
À BAS
LES TACHES
PAGE 5
↓



FAMILLE
Des conseils pour
apprendre la valeur de
l'argent aux enfants sur
www.lapresse.ca/gagner

MODE
**LA HAUTE FOURRURE
SELON DOMINIQUE
OUZILLEAU**
PAGE 4

FAMILLE
**BIEN AIMER
LES ENFANTS**
PAGE 6

CANCER LA TYRANNIE DE LA PENSÉE POSITIVE

Les médecins et les psychologues s'entendent: adopter une attitude positive quand on fait face au cancer a des effets bénéfiques sur la qualité de vie, et peut même favoriser une réduction de la médication. Mais de là à dire que les émotions mènent à la guérison, il y a un pas que la science ne franchit pas, n'en déplaise au D^r Christian Boukaram, auteur du *Pouvoir anticancer des émotions*, un livre qui suscite une certaine colère dans le milieu scientifique. Les patients déprimés, font notamment valoir les détracteurs du D^r Boukaram, n'ont pas à se sentir coupables d'être malades.

Le reportage de Sophie Allard en pages 2 et 3

Julien

ILLUSTRATION JULIEN CHUNG, LA PRESSE

L'offre Autobahn pour tous
L'ingénierie allemande. À partir de seulement 17 240 \$*.

0 \$ PREMIÈRE MENSUALITÉ
SUR NOS MODÈLES 2012 LES PLUS POPULAIRES*

0 \$ DÉPÔT DE SÉCURITÉ

Jetta 2012
Louez à partir de **189 \$** par mois pour 48 mois**
ou achetez à partir de 17 240 \$*

La toute nouvelle Passat 2012
Louez à partir de **299 \$** par mois pour 48 mois**
ou achetez à partir de 25 440 \$*

Volkswagen des Sources
3850 boul. des Sources, D.D.O. - Tel.: (514) 683-2030

Insurance Institute for Highway Safety
Véhicule le plus sécuritaire
Passat 2012

PRIX WOLFSBURG

Gagnant du prix «Wolfsburg Crest Club»
Winner of the «Wolfsburg Crest Club»
2006-2007-2008-2009-2010
vw-sources.com

*Le PDSF du modèle Jetta 2012 de 2.0 L / Passat 2012 de 2.5 L neuf et non immatriculé de base avec boîte manuelle à 5 vitesses / 5 vitesses est de 17 240 \$ / 25 440 \$ (frais de transport et inspection de prélivraison de 1 365 \$ / 1 365 \$, taxe d'accise de 100 \$ sur le climatiseur, si applicable, inclus). Assurances, immatriculation, frais d'inscription jusqu'à 46 \$ au RDPRM, droits, options et taxes applicables en sus. **Cette offre de location d'une durée limitée et soumise à l'approbation du crédit de Volkswagen Finance est basée sur le modèle Jetta 2012 de 2.0 L / Passat 2012 de 2.5 L neuf et non immatriculé de base avec boîte manuelle à 5 vitesses / 5 vitesses. Frais de transport et inspection de prélivraison de 1 365 \$ / 1 365 \$, taxe d'accise de 100 \$ sur le climatiseur, si applicable, inclus dans le paiement mensuel. Acompte de 426 \$ / 1 958 \$ ou échange équivalent. Frais de 15 c du kilomètre après 64 000 km en sus. Assurances, immatriculation, frais d'inscription jusqu'à 46 \$ au RDPRM, droits, options et taxes applicables en sus. 1^{re} mensualité gratuite et 0 \$ dépôt de sécurité offerts avec une location de 48 mois (sur approbation de crédit de Volkswagen Finance) pour certains modèles Jetta / Passat 2012 neufs et non immatriculés (modèles TDI Diesel propre exclus) jusqu'à concurrence de 400 \$ / 500 \$ (taxes exclues). PDSF du modèle de base : 17 240 \$ / 25 440 \$. Offres en vigueur jusqu'au 31 décembre 2011 et pouvant être modifiées ou retirées en tout temps sans préavis. Visitez vw-sources.com pour les détails. Modèles montrés à titre indicatif seulement.

LE POUVOIR ANTICANCER DES ÉMOTIONS

ENTRE ESPOIR

Un Québécois sur deux pourrait être atteint d'un cancer au cours de sa vie. Le diagnostic sonne souvent comme un arrêt de mort, même si plusieurs y survivent aujourd'hui. Espérant une guérison miracle, plusieurs s'accrochent aux livres de psychologie populaire sur la pensée positive et l'autoguérison. Les émotions ont-elles un réel pouvoir sur le cancer?



SOPHIE ALLARD

Marika Audet-Lapointe est psychologue en oncologie. Tous les jours, elle reçoit à son cabinet des patients démolis et complètement épuisés. Par la maladie certes, mais aussi par les fausses croyances. En raison de leur attitude, les malades se sentent responsables de leur cancer. «C'est un lourd fardeau à porter», déplore-t-elle.

Malgré l'absence de preuves scientifiques, les librairies regorgent de livres de psychologie populaire, aux titres accrocheurs, prônant l'efficacité de la pensée positive pour prévenir le cancer ou en guérir. «Le cancer est une maladie multifactorielle très complexe, hautement imprévisible, qu'on comprend encore mal. En 2011, on fait tout pour soigner le patient dans sa globalité, mais il faut faire attention à la solution magique», indique Marika Audet-Lapointe, présidente du Regroupement des onco-psychologues du Québec.

Il existe plus de 200 types de cancers qui ont leurs propres déterminants comme l'hérédité, les hormones, les virus et les habitudes de vies comme le tabagisme. Il est difficile, voire

impossible, de mettre le doigt sur les causes médicales. Les malades déduisent donc qu'il est d'origine psychologique. «L'idée d'avoir du pouvoir sur la maladie est séduisante dans une société qui valorise le contrôle personnel», indique Josée Savard, professeure à l'École de psychologie et chercheuse au Centre de recherche en cancérologie de l'Université Laval.

Médecin spécialisé en soins palliatifs, le D^r Serge Daneault se désole aussi de la popularité de la pensée positive auprès de ses patients en phase terminale. «C'est une mouvance. C'est le propre de l'être humain de chercher du sens devant l'inconnu. Avant, on trouvait ce sens dans la religion, aujourd'hui on cherche ailleurs. Or, les théories psychologisantes ne valent pas plus que de prier à l'Oratoire Saint-Joseph. Ce n'est pas rationnel.»

Mais quand le miracle est annoncé par un expert – et pas un charlatan –, il est d'autant plus tentant d'y croire. L'accueil public réservé au livre *Le pouvoir anticancer des émotions* du D^r Christian Boukaram en fait foi. Un mois après son lancement, il figure parmi les meilleurs vendeurs chez Archambault et Renaud-Bray. Chef du service de radiochirurgie de l'hôpital Maisonneuve-Rosemont, le D^r Boukaram est en vedette au Salon du livre de Montréal ce week-end. Son livre, pourtant, est loin de faire l'unanimité.

Le but de l'auteur: aider les lecteurs à mieux composer avec leurs émotions pour «vivre

une vie heureuse, en parfaite communion» à l'aide d'une série de conseils. Pourquoi? Le D^r Boukaram écrit: «Selon des expériences, les cellules cancéreuses se multiplient trois fois plus vite en présence d'émotions négatives ou pendant des états d'anxiété ou de désespoir». Il écrit aussi: «Selon des études récentes, des conditions anxiogènes intenses peuvent provoquer une hausse spectaculaire (30 fois) de l'agressivité du cancer et favoriser l'apparition de métastases». Il soutient que «seule l'idée qu'on pourrait avoir le cancer serait un autre facteur de risque du cancer» et, à l'inverse, qu'«on peut grandement augmenter les chances de guérison» avec la méditation, l'hypnose et le biofeedback.

Controverse

Le hic, c'est que rien de tout cela n'est prouvé. Plusieurs personnes atteintes de cancer renversent des pronostics défavorables, certes. Mais d'autres comme Jack Layton ou David Serban-Shreiber succombent. «Si ces personnalités, qui semblent si positives et sereines, meurent du cancer, imaginez le découragement des patients qui croient en la pensée positive? Ça peut mener à une importante détresse psychologique, voire à la dépression», déplore Josée Savard, qui parle de «tyrannie» de la pensée positive. Elle a lu le livre *Le pouvoir anticancer des émotions* et crie à la tromperie.

Pour étayer sa position, le D^r Boukaram présente une liste impressionnante de données scientifiques, dont les

BIEN VIVRE SON CANCER

Recevoir un diagnostic de cancer est une expérience éprouvante. Vivre la maladie l'est tout autant. Une attitude positive et sereine, si elle ne peut chasser le cancer, peut néanmoins améliorer la qualité de vie des patients. «Le défi de vivre avec le cancer, c'est un art qui se cultive et qui s'apprend doucement, pas à pas. Ça ne s'apprend pas dans une boîte de Cracker Jack, soutient Marika Audet-Lapointe, onco-psychologue. Le patient doit prendre conscience que bien composer avec ses émotions peut permettre d'améliorer la vie pendant le cancer.»

Le D^r Serge Daneault, médecin spécialisé en soins palliatifs, abonde dans son sens. «Il est important de cultiver ce qui nous fait plaisir, ça a un effet positif prouvé. Ça peut réduire le besoin de médication, améliorer la qualité du sommeil et réduire la douleur. Ça aide à passer des jours meilleurs, pour les patients comme pour leurs proches.»

«Selon des expériences, les cellules cancéreuses se multiplient trois fois plus vite en présence d'émotions négatives ou pendant des états d'anxiété.»

— D^r Christian Boukaram

ILLUSTRATIONS JULIEN CHUNG, LA PRESSE



ET UTOPIE

références sont disponibles uniquement sur la page web de l'éditeur. Le problème? « Il a sélectionné uniquement les études qui montrent un lien entre les facteurs psychologiques et le cancer. Or, on sait que la majorité des études ont échoué à démontrer un tel lien. Pourquoi n'en fait-il jamais mention? Il n'y a aucun consensus scientifique. C'est de la malhonnêteté intellectuelle incroyable », affirme Josée Savard.

En entrevue, le D^r Boukaram rétorque qu'il ne croit pas aux études épidémiologiques. La science est rendue ailleurs selon lui. On assiste « à une révolution, à un éveil » grâce aux découvertes en épigénétique (qui étudie l'influence de l'environnement sur les gènes) et en psycho-neuro-immunologie (qui étudie les facteurs psychologiques sur le système immunitaire). « Les preuves sont aujourd'hui indéniables », assure-t-il.

Le D^r Boukaram omet de mentionner que, parmi les résultats d'études cités, plusieurs ont été obtenus en éprouvette ou sur des animaux, souligne Marika Audet-Lapointe. Elle aussi a lu son livre. « On ne peut prétendre que ces résultats sont transposables à l'humain », dit-elle. Josée Savard, qui mène des recherches sur la relation entre facteurs psychologiques et système immunitaire, confirme. « Quand on parle de stress sur des cellules, on ne peut extrapoler et parler d'anxiété chez l'humain. » Elle ajoute : « Les facteurs psychologiques peuvent moduler le

réponse immunitaire, mais on n'a pas réussi à prouver que ça a un impact sur le cancer. »

Qu'en pensent les oncologues? « Des preuves indéniables, il n'y en a vraiment pas. Tout ce qu'on a, ce sont des études épidémiologiques contradictoires. Il y a une indication indirecte, mais on n'en sait pas plus », affirme le D^r Khalil Sultanem, président de l'Association des radio-oncologues du Québec. Les autres membres du conseil exécutif de l'AROQ sont du même avis, précise-t-il. « La pensée positive n'a pas sa place en oncologie », pense le D^r Pierre Audet-Lapointe, président de la Coalition Priorité Cancer au Québec.

On doit néanmoins s'intéresser aux nouvelles pistes de recherche, selon le D^r Sultanem. « On est loin de connaître tous les facteurs sous-jacents au cancer. Il est bon d'inciter les membres de la communauté médicale à s'ouvrir l'esprit et penser *out of the box*. Avant de conclure qu'une hypothèse est vraie, il faut toutefois la prouver scientifiquement. »

Marika Audet-Lapointe est du même avis. « Nos connaissances dans les plans de traitement, en épigénétique par exemple, ne m'apparaissent pas encore suffisamment solides pour être communiquées sagement à la vulnérabilité de nos patients. On ne devrait pas publier de résultats tant qu'on n'est pas convaincu que ça fonctionne. Le problème, c'est que l'hypothèse du D^r Boukaram est tellement peu documentée que c'est

dangereux de présenter ça au public. »

« Tant que ça n'interfère pas avec les traitements prouvés, je ne vois pas de problème avec cette approche, dit le D^r Sultanem. Il faut mettre le patient en contexte et souligner qu'il n'y a pas de preuves pour ne pas créer de faux espoirs. Si ça peut aider à la qualité de vie, pourquoi pas? »

« Personne ne peut guérir d'un cancer avec la gestion du mental sans traitement médical, souligne en entrevue le D^r Boukaram. Les émotions, ce n'est pas miraculeux. Elles ne causent pas le cancer et ne le guérissent pas non plus. Tu peux développer des outils pour te sentir bien maintenant et ça pourra peut-être changer tes statistiques. »

Dans *Le pouvoir anticancer des émotions*, il conclut : « Si la maladie se déclarait, vous pourriez au moins vous dire que vous n'avez jamais jeté de l'huile sur le feu. Quant aux patients atteints de cancer, tous ces conseils agiront en synergie avec les traitements médicaux et permettront de contrôler le cancer encore mieux, pour que son cours soit plus bénin. »

Josée Savard n'en démord pas. « S'il voulait écrire un livre sur ses croyances personnelles et ses opinions, il ne fallait pas le déguiser en ouvrage de vulgarisation scientifique. » Marika Audet-Lapointe est préoccupée. « Il est vrai qu'il est inadmissible de tuer l'espoir, mais est-il plus admissible de contribuer à créer de faux espoirs? »



« Il est important de cultiver ce qui nous fait plaisir, ça a un effet positif prouvé. Ça peut réduire le besoin de médication, améliorer la qualité du sommeil et réduire la douleur. »

— D^r Serge Daneault

LE DISCOURS ÉSOTÉRIQUE

En l'absence de preuves scientifiques, les promoteurs de la pensée positive se tournent généralement vers la tradition ésotérique pour expliquer le pouvoir des émotions. On parle de l'univers, de la loi de l'attraction, de physique quantique et de champ électromagnétique. Le secret, vous connaissez? Toujours le même discours.

Avec son livre *Le pouvoir anticancer des émotions*, le D^r Christian Boukaram ne fait pas exception. « Nous récoltons dans ce monde ce que nous y projetons. Le phénomène physique de résonance explique cette loi de l'attraction », écrit-il. Le radio-oncologue de l'hôpital Maisonneuve-Rosemont dénonce le dogmatisme de la science et parle du « champ magique et intangible » dont fait partie le corps. Il avance que la physique quantique « ébranle les fondements de la vie telle que nous pensions la connaître » et que « la conscience ne fait pas intégralement partie du cerveau, mais qu'elle interagit avec lui ». Il écrit aussi que « nous sommes un vaste champ électromagnétique » et que « nos pensées et nos émotions génèrent des ondes qui peuvent se matérialiser dans le monde physique ».

Titulaire de la chaire de recherche du Canada en histoire et sociologie des sciences et professeur à l'UQAM, Yves Gingras a entendu ce discours « de la tradition ésotérique » à maintes reprises. À la demande de *La Presse*, il a lu quelques chapitres du livre du D^r Boukaram. « Ça a toutes les caractéristiques de l'usage typique de ce discours mystique sur l'univers. Tous les ingrédients de la recette sont là. Ça correspond à de la physique mal digérée et mal régurgitée. C'est de la confusion intellectuelle qui laisse songeur de la part d'une personne occupant un poste important dans le domaine de la santé », indique M. Gingras, membre du Centre interuniversitaire de recherche sur la science et la technologie.

Yves Gingras déplore que le D^r Boukaram use de son titre et

« L'idée d'avoir du pouvoir sur la maladie est séduisante dans une société qui valorise le contrôle personnel. »

— Josée Savard

de sa crédibilité pour promouvoir ses idées. « C'est un sophisme d'autorité. Il joue sur deux tableaux : il valse entre les méthodes traditionnelles d'oncologie qu'il défend pour ensuite tomber dans l'ésotérisme. » Difficile pour le commun des lecteurs, sans formation scientifique, de s'y retrouver. « C'est indestructible parce que personne ne comprend. Qui maîtrise les notions de physique quantique? C'est d'un syncrétisme : il prend un peu de vrai, beaucoup de faux et il brasse, dit Yves Gingras. Dès qu'on s'oppose, les gens prétendent que la science est arrogante. Bien sûr que la science a des dogmes, mais elle

est toujours prête à changer. Les fantômes existent? D'accord, mais montrez-nous des preuves solides reproductibles dans tous les labos. »

Le monde n'est pas immatériel et l'humain n'est pas un champ électromagnétique, dit Yves Gingras, pas plus que la conscience n'est indépendante du cerveau. « Nous a-t-on déjà montré une conscience sans cerveau? Ce n'est pas la pensée qui active les commandes d'un jeu vidéo avec casque d'électrodes ou des prothèses, mais le courant électrique dans le cerveau. C'est la vision matérialiste du cerveau qui mène à ces découvertes. »

Même David Serban-Shreiber, cité par D^r Boukaram, passe au tordeur. « Il pensait que sa rémission était due à l'écoute de son corps, c'est de la confusion logique élémentaire. Si vous éternuez et que la lumière s'éteint, c'est un hasard, pas une "connexion avec l'univers". » L'homme est aujourd'hui décédé. « Il aurait omis de suivre ses propres principes, mais c'est une thèse non réfutable, il gagne des deux côtés. Ça nous ramène à la philosophie de Popper. Ce qui ne peut être démontré faux n'a aucune valeur scientifique. C'est dommage, mais il a tout simplement eu un cancer incurable. Comme bien d'autres. »

— Sophie Allard



Bien vivre la maladie diffère d'un individu à l'autre. « Certains trouveront du bonheur dans le travail, d'autres dans la lecture ou le yoga. Il n'y a pas une recette pour tous. Pour quelqu'un, une séance de relaxation peut être très stressante! », souligne Marika Audet-Lapointe.

Personne ne sera jamais heureux d'avoir un cancer et il est normal de vivre des émotions négatives, souligne Josée Savard, onco-psychologue et auteure de *Faire face au cancer avec la pensée réaliste*. « Si cette émotion négative est très intense et persiste, c'est un signal d'alarme. On ne doit pas hésiter à demander de l'aide. » Des psychologues en oncologie sont maintenant présents dans la majorité des équipes de soins en milieu hospitalier.

Toutes les émotions ont leur rôle à jouer, même en prévention, rappelle Marika Audet-Lapointe. « Si j'ai une bosse sur un sein et que mon anxiété me pousse à consulter rapidement, elle est constructive. Si elle m'incite plutôt à l'évitement et la négation, elle est destructrice. » Parfois, c'est la chimiothérapie qui induit anxiété et dépression, sans égard au vécu.

Culte du non-mourir

Tous s'entendent : il faut cesser de parler du cancer comme d'un combat, de la mort comme d'un échec. « C'est un courant fort, amené par la pensée positive, qu'on essaie de nuancer. Combien de fois a-t-on entendu ou lu : « Jack Layton a perdu son combat »? déplore Marika Audet-Lapointe. Au contraire, il semble avoir vécu la fin de sa vie comme il le souhaitait. Ce n'est pas un échec. »

« Cette quête de la guérison à tout prix et cette peur de la mort est propre à notre société occidentale post-chrétienne. On ne voit pas ça chez les bouddhistes ou les musulmans. Ça témoigne d'un vide récent, mais important », souligne le D^r Serge Daneault, auteur du livre *Et si mourir s'approuvait*. « Ici, on a un culte du non-mourir. Il ne faut pas que ça devienne un vivre à tout prix », ajoute Marika Audet-Lapointe.

— Sophie Allard

VIVRE

DOMINIQUE OUZILLEAU

PRODIGE DE LA FOURRURE RECYCLÉE

La fourrure fait un grand retour en mode. Ce qui n'est pas pour déplaire à Dominique Ouzilleau, petit-fils de fourreur, qui s'impose en héritier pur et dur, élevant son métier au rang de l'art. Les techniques du Montréalais font rêver les maisons de couture les plus prestigieuses, Dior, Chanel, Torrente, Christian Lacroix et Karl Lagerfeld. Portrait.



ELSA VECCHI
COLLABORATION SPÉCIALE
MODE

Dominique Ouzilleau possède une petite boutique, rue Laurier Ouest. Sa vitrine donne à voir manteaux et vestes de vison, de renard ou de castor, autant de riches créations colorées et luxueuses, aux incroyables détails de couture et de tissage, réalisées à partir de fourrure recyclée. L'homme, vêtu d'un costard de velours ras, a le regard vif et pétillant de ceux que la passion fait vibrer. «Je suis la troisième génération de fabricants dans la famille» confie celui qui a travaillé ses premières peaux à 8 ans à peine aux côtés de ses trois frères et de sa sœur dans l'atelier familial. «Ma mère avait réussi ce tour de force de se faire accepter dans ce milieu d'hommes. Il y a 30 ans, les femmes étaient cantonnées à la pose de doublures. Coupes et couture leur étaient interdites», raconte le designer

qui se souvient de la rue Chabanel, surnommée à elle seule «quartier de la fourrure» où s'échinaient 5000 travailleurs spécialisés! «Aujourd'hui, nous devons être à peine 200, du fait de la crise, des multiples polémiques antifourrure, du manque d'innovation et de la flambée des prix des créations que je juge totalement injustifiée», analyse froidement le créateur, qui constate un réajustement logique et significatif, signe des temps qui changent.

L'innovation

L'innovation justement, Dominique Ouzilleau en a fait son fer de lance. Après des années d'expérimentation, il est parvenu à rendre la fourrure toujours plus légère grâce à des procédés savants, tenus secrets, concurrence oblige! Mais rendons à César ce qui est à César, le prodige montréalais ne serait pas ce qu'il est devenu sans sa rencontre avec Paul Léonard, grand designer de l'époque, qui lui a tout appris: la technique, les reliefs et tant encore, alors qu'il était un jeune diplômé (16 ans et demi) du Centre Parthenais, une école depuis disparue. Puis vint le temps de se lancer dans les affaires et, de foires commerciales en salons, de multiplier les collaborations avec de grandes maisons de couture. «Ma première collaboration fut avec Louis Féraud. Je ne signais pas mes créations en nom propre, bien sûr, mais sous le label Naturelle Fourrure».

Un détour par la mondialement réputée École de fourrure de Copenhague au Danemark, et il se lance à la conquête du marché parisien. «Je suis allé frapper à toutes les portes, de Dior, à Chanel, avec des échantillons sous le bras, et en répétant "je repars demain!"». Une technique commerciale propre à éveiller l'intérêt des plus grands, fascinés par ses pièces d'une légèreté incomparable, affichant des motifs tartan, pieds de coq, géométriques, tweed... De



PHOTOS ANDRÉ PICHETTE, LA PRESSE

véritables œuvres d'art mariant de multiples fourrures teintes dans une palette de nuances des plus inattendues. Inutile de questionner Dominique Ouzilleau sur ses procédés de fabrication, fruits d'années de réflexion et de tests. Pour seule réponse, vous obtiendrez: «Il n'y a quasiment rien que l'on ne puisse pas faire avec la fourrure!».

Haute fourrure

Après avoir été consacré Griffé d'Or en 1997, une distinction prestigieuse, Dominique Ouzilleau collabore en 2000 avec Christian Lacroix, donnant naissance à 140 pièces magistrales. Puis avec Givenchy et Alexander McQueen pour «des modèles ornés de détails en forme de cibles, pour faire écho aux attentats du 11 septembre». Point d'orgue de ces prestigieuses associations, il y ce défilé en 2003 avec Karl Lagerfeld pour sa ligne personnelle, lequel déclare publiquement: «Le travail de M. Ouzilleau ne se fait même pas en Italie!» Moment de grâce...

Justement, vient ensuite le tour des Italiens tels que Torrente ou Gianfranco Ferré. Les souvenirs se bousculent, d'une période dorée jusqu'à la flambée de l'euro, qui signe la fin d'une époque et la chute du marché. Le créateur se tourne alors vers le Japon, friand de ses créations, jusqu'à la récente catastrophe de Fukushima. Avec un regard qui appelle de nombreuses questions, il avoue compter au Québec plus de 4000 clientes fidèles, certaines d'entre elles possédant plus de quatre fourrures signées de son nom. Mais que laisse présager l'avenir? À cette question, le designer rétorque qu'il travaille sur un brevet très pointu, en briguant un partenariat avec le groupe de luxe LVMH -- autant dire le rêve. Pendant ce temps, la Russie semble aussi lui ouvrir les bras. À 44 ans, ce prodige de la haute fourrure redonne vie aux vieux manteaux de nos grand-mères avec un talent inégalable, incarnation d'un leitmotiv indéboulonnable en forme de slogan: «Rien n'est impossible!».

les bébés de l'année 2011

Le vendredi 30 décembre, LA PRESSE regroupera dans un cahier spécial et sur cahierdesbebes.com les photos des bébés nés au cours de l'année 2011.

LA PRESSE

en collaboration avec



RÉSERVEZ VOTRE ESPACE DÈS MAINTENANT.

Inscrivez-vous sur cahierdesbebes.com avant le 14 décembre minuit.

Seulement 50 \$ (taxes en sus)
Vous recevrez automatiquement ce livre de la courte échelle



bébé à la une!

ATTENTION: PREMIERS ARRIVÉS, PREMIERS SERVIS!

16 bébés se partageront l'honneur d'être en couverture du cahier spécial. Inscription au coût de 235 \$ (taxes en sus).

de plus courez la chance de gagner

un séjour de rêve pour deux personnes dans un établissement du réseau Hôtellerie Champêtre, une valeur de 1 000 \$

ou l'un des 20 chèques-cadeaux d'une valeur de 150 \$ chacun



Vous pouvez aussi vous inscrire en postant avant le 9 décembre ce coupon dûment rempli avec la photo qui ne sera pas retournée (maximum 5po x 7po) à:

La Presse, Petites annonces, Les bébés de l'année 2011, C.P. 11053, succ. Centre-ville, Montréal, QC, H3C 4Y9

Nom: _____ Prénom: _____
 Adresse: _____ App.: _____
 Ville: _____ Code postal: _____
 Tél. (dom.): _____ Tél. (trav.): _____ Courriel: _____
 Prénom et nom du bébé: _____ Fille Garçon Date de naissance: _____
 Prénoms et noms des parents: _____
 La photo de bébé dans La Presse et sur cahierdesbebes.com: 56,96 \$ (taxes incluses) Bébé à la une: 267,72 \$ (taxes incluses)
 Ci-joint un chèque ou mandat-poste à l'ordre de La Presse ltée
 ou paiement par carte de crédit: Visa MasterCard No de la carte de crédit: _____
 Date d'expiration: _____
 Signature: _____

HÂTEZ-VOUS, LES PLACES SONT LIMITÉES!



Cochez si vous désirez recevoir des offres promotionnelles de La Presse et de ses partenaires.

Le tirage aura lieu le 15 décembre 2011 aux bureaux de La Presse. La valeur totale des prix est de 4 000 \$.

IDÉES REÇUES

Comment se conserve la fourrure?

«Certainement pas dans des chambres froides, attention! L'humidité abîme la fourrure. Privilégier les endroits secs.»

Comment nettoyer sa fourrure?

«Surtout ne pas se précipiter chez n'importe quel nettoyeur à sec, apportez-les moi, je les confierai à Splendor, professionnel auquel vous n'aurez pas directement accès. Le coût est en moyenne de 35 \$.»

Quelle longévité pour un manteau en fourrure?

«En moyenne 40 ans, en fonction du traitement du cuir, autrement dit le revers de la fourrure.»

La fourrure hors de prix?

«Ici, les prix débutent à 800 \$, et chaque pièce est garantie 7 ans, altérations mineures comprises.»

La fourrure provient-elle uniquement d'élevage aujourd'hui?

«Oui... sauf pour le castor!»

Peut-on recycler toutes les fourrures?

«Oui encore, mais une expertise est nécessaire pour évaluer l'état de la peau.»

EN BREF

Van Cleef & Arpels : le comble du luxe

ELSA VECCHI
COLLABORATION SPÉCIALE

La fameuse boutique Birks de Montréal accueille jusqu'à lundi prochain des créations inédites et somptueuses de la célèbre maison de haute joaillerie française Van Cleef & Arpels, fondée en 1896. Réédition d'un grand classique des années 20, ce collier pavé de 247 diamants de 17,97 carats – tiré de la collection «Oiseaux de Paradis» – trône au beau milieu d'une vitrine, somptueuse. «La nature est le thème qui inspire ce collier sans aucune attache. L'histoire, la haute couture, le ballet sont également parmi les grandes sources d'inspiration de la maison», explique Nicolas Luchsinger, responsable du Patrimoine de Van Cleef & Arpels. Parmi les grands classiques, il y a la ligne Alhambra, le fameux trèfle devenu emblématique de la marque, mais aussi le célèbre collier Zip commandé par la duchesse de Windsor en 1930. Ici, or et diamants sont travaillés pour former une fermetière à glissière qui fonctionne. «La preuve, si vous la fermez, le bijou se transforme en bracelet» démontre Nicolas Luchsinger. Fascinant! Modèles Flocons de neige ou Dentelle, Perlée ou Charms sont autant de créations fétiches de Van Cleef & Arpels, toutes réalisées à la main dans l'atelier de la place Vendôme ou celui de New York. Sans oublier le fameux serti mystérieux, procédé inventé et déposé en 1933, qui permet de réaliser un bijou sans aucune attache pour retenir pierres précieuses ou diamants. «Elizabeth Taylor était l'une de nos plus grandes fans et collectionneuses, possédant plus de 40 bijoux siglés par la maison – la plupart en améthyste, de la couleur de ses yeux – dont certains ont été offerts par Richard Burton. Ils seront d'ailleurs mis aux enchères le 13 décembre prochain à New York», raconte Nicolas Luchsinger (Van Cleef & Arpels).

CHASSE TACHES

Flours de cimetière, tavelures, hyperpigmentation... Autant de synonymes pour parler des taches pigmentaires, qui font surface dès qu'on s'expose aux UV et tendent à s'intensifier au fil des années. Lumière sur le phénomène, et sur les différentes potions et crèmes formulées pour le faire « blêmir de honte ».



ANGÉLIQUE MARTEL
COLLABORATION SPÉCIALE
BEAUTÉ

Plus les années passent et plus les décolorations menacent de faire tache d'huile sur le visage, les mains et le décolleté, jetant de l'ombre à notre beauté. Pourquoi en est-il ainsi? Parce que ces régions corporelles sont souvent exposées – à nu – à la lumière du jour et aux agressions environnementales. Or, dès que la peau se sent agressée (en raison surtout des rayons UV, mais aussi à cause de la génétique, des fluctuations hormonales, de la grossesse ou de l'utilisation de cosmétiques irritants) elle active ses mécanismes de défense et se met à produire de la mélanine de façon

anarchique. Et puisque la mélanine est responsable de la pigmentation cutanée, elle brunit d'abord la peau par endroits et peu à peu, elle s'oxyde au contact de l'air et fait se muer le hâle en tavelures intenses, éparses et persistantes.

Orient express

La préoccupation qu'on a pour les taches pigmentaires ne date pas d'hier, mais les produits formulés pour en diminuer le contraste ne sont sur le marché nord-américain que depuis quelques années. Car bien avant nous, les Asiatiques étaient friandes de potions éclaircissantes, produits phares de la cosmétique orientale depuis des lunes. Pour expliquer cet engouement, deux états de fait. D'abord, les femmes asiatiques vouent un culte à la blancheur cutanée, qu'elles associent à la beauté et à la jeunesse des geishas. Ensuite, quand elle vieillit, la peau asiatique est plus prompte à se tacher qu'à rider.

Les idées claires

Pour éviter qu'ils nous fassent de l'ombre, les dermatologues recommandent – d'entrée de jeu – de se protéger de la virulence des UV. Au quotidien, quelle que soit la saison, il est donc de bon ton de porter un écran solaire. Mais quand le mal est fait, hormis les coûteux, mais très efficaces traitements au laser et à la lumière pulsée, les solutions de dépigmentation viennent habilement à notre secours. Leurs ingrédients vedettes? Acide kojique, extrait de réglisse, glucosamine, vitamine C, acide glycolique, soya, etc. Quant à leur mission, elle s'articule autour de trois axes: diminuer l'intensité des taches brunes existantes, freiner la montée accélérée de la mélanine et donner plus d'homogénéité au teint. Mais pour voir plus clair dans tout ça, patience et longueur de temps sont requises: jumelé à une exfoliation hebdomadaire, il faut souvent 12 à 18 mois de traitement biquotidien pour que ces soins portent fruit.

1 Coup d'éclat

Un cocktail d'agrumes et de vitamine C (concentrée à 10%), à mélanger soi-même et à utiliser aux changements de saison, durant 21 jours d'affilée. Laisse l'épiderme aussi frais que lisse, puisqu'en plus d'estomper les ombres et les taches cutanées, cette cure jouit également d'une action resurfaçante, efficace contre les ridules, les rugosités et les petites aspérités.

Cure fraîche désoxydante Aqualia Antiox de Vichy.

42\$ en pharmacies.

2 Dermabrasion maison

S'adressant aux quadragénaires, cette solution contient des végétaux (eau de rose, iris) et des acides de fruits (ananas, raisin, fruit de la passion). Sa formule enzymatique dynamise le teint sans heurter le grain de peau. Cinq minutes de pause et la carnation gagne en uniformité, les pores se resserrent et le relief cutané paraît moins accidenté.

Gel-peeling resurfaçant Expérience de l'Âge de Decléor.

72\$ dans certains La Baie et en instituts de beauté agréés.
www.decleor.com

3 Correction de la carnation

Sa formule prend en grippe les tavelures autant que les rougeurs, les décolorations, l'hyperpigmentation et les cicatrices. Sans huile, elle use de particules réfléchissantes pour baigner le teint de lumière dès la première application. Et ses antioxydants travaillent à plus long terme, pour lutter contre la résurgence de taches subséquentes. À appliquer matin et soir, sous son hydratant. Ce produit convient à toutes les carnations.

Sérum correcteur de teint Idealist d'Estée Lauder.

72,50\$ en grands magasins.
www.esteelauder.com

4 Traitement de pointe

S'il est prescrit par de nombreux médecins, c'est en raison de son fort pouvoir éclaircissant. Appliqué quotidiennement, il réduit la surproduction de mélanine, atténue visiblement l'hyperpigmentation installée (dont les résidus du fameux masque de grossesse) et donne au teint brouillé plus de clarté. Ses ingrédients actifs: de l'emblica et de l'acide kojique, tous deux concentrés à 2%.

Régulateur de pigments de SkinCeuticals.

98\$, en cabinets médicaux, spas médicaux et spas haut de gamme.
www.skinceuticals.com

5 Gommage anti-âge

En plus de combiner des extraits de fraise, de framboise et de pamplemousse, ce gommage contient aussi des microbilles minérales qui, en détachant les cellules mortes qui l'asphyxient, donnent au teint plus de clarté, de transparence et d'uniformité.

Exfoliant douceur rénovateur clarté Bright Plus HP de Clarins.

31,50\$ en pharmacies, grands magasins et au Clarins Skin Spa de Laval. www.clarins.ca

6 Au jour le jour

Ce traitement, en plus de cibler les tavelures conséquentes à l'exposition solaire et au vieillissement cutané, s'attaque aux taches d'acné. Il contient une concentration élevée de vitamine C pure (5%), de façon à réfréner les ardeurs de la mélanine et à éclaircir le teint en accélérant le renouvellement cellulaire.

Soin quotidien Skin Renew taches brunes de Garnier.

20\$ en pharmacies et grandes surfaces. www.garnier.ca



PHOTO. EDOUARD PLANTE-FRÉCHETTE

« INTERVENEZ ET COMMENTEZ »

Le blogue de l'édito

LA PRESSE CA
lapresse.ca/édito

BASLER et plusieurs autres
Tailles 36 à 48

Jusqu'à 50%

Modes MarieTiffany

8245, boul. Taschereau, A-13, Brossard
450 656-3161

OPPEN'S

Spécialistes de mode pour tailles fortes de 14 à 24

SUPER SOLDES DE SAISON!

3 JOURS SEULEMENT DE 25% À 60% DE RABAIS*

*Sauf exceptions.

Vendredi 18 nov., de 10h à 19h
Samedi 19 nov., de 10h à 17h
Dimanche 20 nov., de 12h à 17h

Venez découvrir votre style.

Oppen's célèbre depuis plus de 20 ans le style de vie des femmes en constante évolution.

4828, boul. St-Laurent (angle Villeneuve)
514-844-9159
oppens@bellnet.ca
www.oppens.ca

La fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin présente :

La FCMII et vous Colloque éducatif

Le samedi 26 novembre
De 9h à 15h30
Centre Mont-Royal
2200, rue Mansfield, Montréal, QC (près du métro Peel)
Frais d'admission 8 \$
20 \$ pour groupes de 3 personnes ou plus

Pour vous inscrire, contactez :
Anna Maria Trentadue
1-800-461-4683
atrentadue@ccfc.ca

Commanditaire principal

Abbott
A Promise for Life®
*Une promesse pour la vie

Cet événement sera présidé par Dr Guy Aumais de l'Hôpital Maisonneuve-Rosemont.

visitez www.ccfc.ca/symposiums

Fondation canadienne des maladies inflammatoires de l'intestin
Crohn's and Colitis Foundation of Canada

VIVRE

MOI, MON BONHEUR

SYLVIE ST-JACQUES

Hélène Bélanger-Martin

ÂGE: 41 ans

PROFESSION: cinéaste et propriétaire de la Galerie Roccia

DEVISE: «C'est une phrase que je répète à mes enfants qui est devenue notre mantra familial: "Le vent tourne toujours." Autant se rappeler que tout passe, quand ça va mal, que d'en profiter, quand ça va bien.»

> SON HISTOIRE

«À l'époque où je devais m'inscrire à l'université, j'avais deux grandes passions: les arts visuels et le cinéma. Je me demandais dans quel domaine je devrais me diriger, pour essayer de me rapprocher le plus possible de ce que j'aime. Finalement, j'ai choisi l'histoire de l'art, au grand désespoir de mon entourage qui me disait qu'il y avait davantage de débouchés en communications (mon autre choix). Je leur répondais: "Je ne le sais pas, je suis dans le moment présent et ça me tente." J'ai donc fait mon bac en histoire de l'art, qui m'a fait passer trois années extraordinaires. T'es formée, tu regardes de l'art, tu comprends l'art, tu l'étudies... J'ai tellement aimé ça! J'ai vu des milliers d'œuvres et ça m'a nourrie. Par la suite, j'ai décidé de faire une mineure en arts plastiques, me disant que pour comprendre l'art profondément, il faudrait que j'y touche. Finalement, je me suis rendu compte que ma facilité n'était pas d'en faire, mais de le comprendre. Ensuite, j'ai fait des études



PHOTO ANDRÉ PICHETTE, LA PRESSE

« Quand j'ai eu 40 ans, j'ai pris une grande résolution dans ma vie: celle de me réserver chaque semaine une journée complète. Une fois par semaine, donc, je ne prends aucun engagement, pour aucune raison », raconte Hélène Bélanger-Martin.

en cinéma et signé plusieurs films, dont le documentaire *La peau et les os, après...* Il y a deux ans, j'ai décidé de revenir dans le milieu de l'art visuel et j'ai ouvert ma propre galerie. »

> SA PHILOSOPHIE

« Elle est inspirée d'une phrase qu'un de nos grands

amis, le metteur en scène Pierre Bernard, répète souvent à mon compagnon, l'artiste André Desjardins, quand il peint. À un moment donné, il lui disait souvent "sors du cadre". Cette phrase s'applique aussi en affaires et m'amène à me questionner sur la façon de gérer mon entreprise de manière différente. Parce qu'en réalité,

gérer une entreprise, c'est de la création. Chaque jour, il faut voir comment on peut aller plus loin, plus haut... »

> COMMENT ELLE SE NOURRIT ARTISTIQUEMENT?

« Je consomme beaucoup! (rire) Quand j'ai eu 40 ans, j'ai pris une grande résolution

dans ma vie: celle de me réserver chaque semaine une journée complète. Une fois par semaine, donc, je ne prends aucun engagement, pour aucune raison. Seule, je pars le matin, je reviens en soirée, et je fais ce que je veux. La dernière fois, par exemple, j'ai passé quatre heures dans un magasin à écouter de la musique et ensuite, j'ai vu deux films de suite. Il peut m'arriver aussi de faire toutes les galeries... »

> UN COUP DE CŒUR ARTISTIQUE RÉCENT

« La sculptrice Nathalie Trépanier (dont les pièces sont exposées à la Galerie Roccia). Elle est arrivée à la galerie à un moment où je me disais que ma collection permanente était complète, que je ne prendrais plus de nouveaux artistes. Mais elle a poussé la porte avec une de ses œuvres sous le bras, qu'elle a déposée sur son bureau. On a parlé pendant deux ou trois heures et elle n'est jamais partie. Je l'ai prise sous mon aile et j'ai fait un film sur son processus créatif. »

> LE DERNIER LIVRE QU'ELLE A LU

« *The \$12 Million Stuffed Shark*, un ouvrage qui explique le marché de l'art aux États-Unis et retrace l'histoire de l'art contemporain. »

> SON AMBITION

« Ouvrir une Galerie Roccia en Europe, probablement à Barcelone, et faire plus de films sur les artistes que j'aime. »

ALIMENT SOUS LA LOUPE

MARIE ALLARD

MINI BURGERS LUNCHMATE



PHOTO IVANO H DEMERS, LA PRESSE

PRODUIT
Mini Burgers Lunchmate

PRIX PAYÉ
3,49 \$ pour un repas de 109 g.

CE QUE DIT SCHNEIDERS
« Source d'énergie, source de fer. »

RÉALITÉ
Cet épouvantable repas contient deux miniburgers de bœuf déjà cuits, de la moutarde, du ketchup et trois bonbons. La viande est grise et peu appétissante. Mais

il est vrai qu'il s'agit d'une source d'énergie (290 calories) et de fer (15 % des besoins quotidiens). « Le nom Lunchmate amène le consommateur à y voir une solution pratique pour la boîte à lunch des enfants », observe Bernard Lavallée, nutritionniste et auteur du blogue *Gay nutrition*. C'est une mauvaise idée: les miniburgers « ne contiennent pas suffisamment de fibres, ni de protéines pour pouvoir soutenir jusqu'au prochain repas », analyse M. Lavallée. Ils contiennent, par ailleurs, trop de sel. « Ce n'est vraiment pas un repas équilibré: ni fruit, ni légume, ni produit laitier », souligne le nutritionniste.

FAIT INTRIGANT
Selon la date d'expiration inscrite sur la boîte, on peut manger les burgers de bœuf jusqu'à deux semaines après l'achat. Le Lunchmate n'est pourtant pas surgelé, mais simplement conservé au frigo. Pour le prix, on peut facilement donner un meilleur dîner aux enfants. Difficile, en fait, d'imaginer pire.

TOUS LES SCÉNARIOS...

CINÉMA



McGill

Le Centre de recherche sur le cancer
Rosalind et Morris Goodman

présente le 2^e d'une série de 4 forums publics gratuits

Partir au combat contre le cancer au 21^e siècle

Cancer du pancréas

Progrès, défis et changements de paradigme

Ce forum portera sur le traitement et le changement des probabilités du cancer du pancréas, et comprendra le point de vue du chercheur et le témoignage d'un survivant.

Le mardi 22 novembre 2011 18 h 30 à 20 h 30

Pavillon McIntyre des sciences médicales
Amphithéâtre Martin, 6^e étage
1200, av. des Pins O., Montréal

Entrée libre. Nombre de sièges limité.
Toutes les séances auront lieu en anglais; la période de questions sera bilingue.
Inscription et info: Annette Novak au (514) 398-4970 ou annette.novak@mcgill.ca

EN FAMILLE



IMAGE TIRÉE D'UNE VIDÉO DU THÉÂTRE QUÉBÉCOIS D'EXPRESSION CRÉATIVE

Dans le clip, qui s'inspire du mouvement Free Hugs, on voit plusieurs enfants sauter dans les bras de différentes vedettes.

Aimez vos enfants, tout simplement

SILVIA GALIPEAU

« Vous aimez vos enfants? Vous voulez les chérir, vous voulez les protéger? Alors, aimez-les, chérissez-les, embrassez-les. Avec cœur et amour. » C'est là l'essentiel d'un message tout simple, mais essentiel à la fois, lancé ce matin dans une vidéo de sensibilisation contre... l'exploitation sexuelle des enfants.

Avouez que vous ne vous y attendiez pas? Un message aussi dur, disons que ça sort de l'ordinaire. C'est pourtant la voie qu'a choisie le Théâtre québécois d'expression créative (TQEC), responsable de la production de la vidéo, rendue publique ce matin, à la veille de la Journée mondiale pour la prévention des abus envers les enfants (demain), et de la Journée mondiale des droits de l'enfant (dimanche).

Dans le clip, qui s'inspire du mouvement Free Hugs – ou Câlins gratuits, un mouvement social mondial né en 2004 –, on voit plusieurs enfants sauter dans les bras de différentes vedettes, notamment Isabelle

Blais, Geneviève Brouillette, ou encore Pierre Gendron. Des câlins gratuits donc, sympathiques, et surtout authentiques. Sans arrière-pensée. La trame sonore, signée André Gagnon, donne un aspect très tendre à l'ensemble de l'œuvre.

« L'enfance, pour moi, c'est un immense terrain de jeu où tout est possible. Quand tu nais, tu nais pur. Un enfant qui grandit dans des conditions malsaines, on lui enlève cette candeur, cette pureté », explique à la caméra Isabelle Blais.

« Si on veut faire de la prévention, souvent on dérange et on choque. C'est une stratégie que je respecte, mais qui vise davantage le court terme », explique Alain Gariépy, président du TQEC. « On peut aussi choisir, et c'est le choix que nous avons fait, non pas de dire, "ne faites pas ça", mais plutôt, "faites ceci". Ce qu'on veut, c'est prôner des relations saines entre adultes et enfants. »

Le tout, dans une perspective de prévention. « Il faut reconnaître qu'il est normal et naturel d'avoir des besoins affectifs

et sexuels. Encore faut-il choisir des personnes consentantes, dit-il. Souvent, par malheur, des personnes commettent des actes sexuels graves parce qu'ils ont des besoins sexuels ou affectifs qu'ils n'arrivent pas à combler. »

Or, plutôt que de s'attarder à dénoncer les actes répréhensibles, la vidéo cherche à valoriser les bons gestes. « Nous, on veut travailler dans la promotion des gestes sains », poursuit Alain Gariépy. Qui dit gestes sains, dit « gestes intelligents », à savoir des « contacts sains et simples », en un mot « chaleureux ». « Un contact généreux, dans le cadre d'un câlin, c'est un geste intelligent qu'on peut poser à l'égard d'un enfant. »

À noter: ce projet découle des activités entourant le premier Colloque international sur l'exploitation sexuelle des enfants et les conduites excessives, qui s'est tenu à La Malbaie, au printemps dernier. Un deuxième colloque est déjà prévu l'automne prochain.

Voyez la vidéo sur www.exploitationsexuelle.com.