

Volume XVI, numéro 3, Montréal, 1er février 2009

L'ITINÉRAIRE ^{2\$}

SAMIAN
RAPPEUR
SANS FRIME



Faire les bons choix

30% de crédits
d'impôt
+ REER

Épargner avec Fondation, c'est bénéficier d'avantages fiscaux intéressants et contribuer au maintien et à la création d'emplois au Québec.

Renseignements et coordonnées de nos bureaux :
514 525-5505 • 1 800 253-6665 • www.fondaction.com

Adhésion en ligne • Prêt REER

FONDATION
CSN POUR LA COOPÉRATION
ET L'EMPLOI

Ceci ne constitue pas une offre publique de valeurs. Veuillez lire le prospectus simplifié de Fondation, disponible à nos bureaux ou dans notre site Internet.

As-tu l'oreille à Montréal?

CIBL Radio-Montréal 101,5 FM

MUSIQUE SPÉCIALISÉE

Tradosphère

Marc Bolduc et Christiane Campagna mettent la tradition de l'avant!

Mardi 20h30

Faites d'la place


Mathieu Francœur fait toute la place à la scène locale indépendante!

Mercredi 21h30

Dimension latine

Don Dany chauffe les ondes avec de la musique latine à 101,5 degrés!

Samedi 18h



Pour sortir de la rue, pour retrouver
la dignité et devenir des citoyens
à part entière, les jeunes de la rue
ont besoin de nous.

Et nous, nous avons besoin
de votre appui.

Merci de tout coeur!

IMA
Porte-parole de
Recours des sans-abri

Photo: Dominik Gravel

www.leger.org

1 877 288-7383

**L'ŒUVRE
LÉGER** 

Pour la dignité humaine
au Québec et dans le monde

Actualité et vie urbaine

- 8 Aider les hôpitaux de Gaza
- 9 Visiteurs illégaux en Jordanie

Culture

- 11 Intifada culturelle avec le Freedom Theatre

La une

- 12 Samian / Rappeur sans frime

Santé/Bien-être

- 14 Du sélénium, des probiotiques, et...
- 15 Coeur d'homme, coeur de femme, y a-t-il une différence?
- 17 Guérir l'envie de mourir/Entrevue avec le psychanalyste Maxime-Olivier Moutier

Développement social

- 18 Un docteur à la défense des Noirs
- 19 Gaz Métro engagé dans sa communauté
- 22 En marche, dans la rue et ailleurs, vers une politique en itinérance

Environnement

- 21 Des frigos intelligents

Économie/consommation

- 24 Les fonds de travailleurs : investir dans des valeurs sociales
- 25 Le *bogolan* ou l'histoire d'un tissu inspirant

Expression

- 27 Mots de camelots
- 30 L'hypocrisie polluante de nos décideurs

Cahier spécial développement international
La Semaine du développement international

Le magazine *L'itinéraire* a été créé en 1992 par Pierrette Desrosiers, Denise English, François Thivierge et Michèle Wilson. À cette époque, il était destiné aux gens en difficulté et offert gratuitement dans les services d'aide et les maisons de chambres. Depuis mai 1994, *L'itinéraire* est vendu régulièrement dans la rue. Cette publication est produite et rédigée en majorité par des personnes vivant ou ayant connu l'itinérance, dans le but de leur venir en aide et de permettre leur réinsertion sociale et professionnelle.

La direction de *L'itinéraire* tient à rappeler qu'elle n'est pas responsable des gestes des vendeurs dans la rue. Si ces derniers vous proposent tout autre produit que le journal ou sollicitent des dons, ils ne le font pas pour *L'itinéraire*. Si vous avez des commentaires sur les propos tenus par les vendeurs ou sur leur comportement, communiquez sans hésiter avec le 514 525-5747, poste 230.

L'ITINÉRAIRE

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

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

Le Café sur la rue
• 2101, rue Ste-Catherine Est
MagDVD Le 3^e Ciel
• 2103, rue Ste-Catherine Est, 2^e étage
Téléphones : 514 597-0238
514 525-5747
(services rue Ste-Catherine)

Télécopieur : 514 597-1544
Courriel : itineraire@itineraire.ca
Site : www.itineraire.ca

Le magazine *L'itinéraire*

Éditeur et directeur général : Serge Lareault
Rédactrice en chef : Audrey Côté
Adjoint à la rédaction : Jérôme Savary
Infographiste : Serge Cloutier
Photo de couverture : Jonathan Desjarlais
Révision : Lorraine Boulais, Hélène Paquet, Sylvie Martin, Sophie Desjardins, Pierre Aubry, Isabel Matte, Jean-Pierre Bourgault, Noëlle Samson et Philippe Robert
Site Internet : Serge Cloutier, Drafter.com
Imprimeur : Quebecor World

Conseillers publicitaires
Renée Larivière: 1 866 255-2211 / renee.lariviere@itineraire.ca
Mario St-Pierre: 1 866 570-6668 / mario.stpierre@itineraire.ca



Le conseil d'administration

Président : Robert Beauré
Vice-président : Jean-Paul Baril
Trésorier : Catherine Isabelle
Secrétaire : André Martin
Conseillers : Tanéa Castro, Gabriel Bissonnette (rep. camelots), Alexandre Péloquin, Yvon Massicotte et Pierre Goupil

L'administration

Directeur général : Serge Lareault
Directeur marketing/communications : Richard Turgeon
Directrice de l'insertion sociale : Jocelyne Sénécal
Directeur de l'administration et des ressources humaines : France Beaucage
Adjointe à l'administration : Nathalie Gélinas
Conseiller au développement stratégique et financement : Mario St-Pierre
Coordonatrice de la publicité : Karoline Bergeron
Conseiller au développement stratégique et partenariats : Guillaume Lacroix

Abonnement www.itineraire.ca ou 514 597-0238

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*, 2100, boul. de Maisonneuve Est, Montréal (Québec) H2K 4S1, itineraire@itineraire.ca

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

Canada

L'itinéraire est appuyé financièrement par

L'ŒUVRE
LÉGER

Pour la dignité humaine
au Québec et dans le monde

L'itinéraire est membre de :



Association
nord-américaine
des journaux de rue



Le réseau international
des journaux de rue

ISSN-1481-3572

QUEBECOR

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



Audrey Coté
Rédactrice en chef
audrey.cote@itinaire.ca

Prévention du suicide Il est temps d'aller au-delà de la pilule!

C'était il y a 10 ans. Pour la troisième fois, Céline tentait d'en finir en se jetant, totalement ivre, dans le canal Lachine. À chacune de ses tentatives de suicide, aucune aide psychologique n'a été proposée à Céline. «Le lendemain de ma tentative de suicide, je sortais de l'hôpital avec des pilules, toujours aussi désespérée et avec pour seule envie de ne pas me rater la prochaine fois», confie celle qui va maintenant bien et qui participe à un programme d'insertion sociale à L'itinéraire. Dix ans plus tard, rien n'a changé au Québec. Les pilules sont encore trop souvent le seul «réconfort» qu'on offre à une personne qui vient d'attenter à ses jours. Veut-on que ça continue ainsi encore une autre décennie?

Dans le cadre de la semaine nationale de prévention du suicide, qui a lieu du 1^{er} au 7 février 2009, *L'itinéraire* s'est entretenu avec Maxime-Olivier Moutier, écrivain, psychanalyste et intervenant dans un centre de crise pour personnes suicidaires. Vous pouvez lire cette entrevue en page 17. Le psychanalyste, qui a déjà lui-même tenté de se donner la mort, connaît le sujet sous tous ses angles et dénonce avec justesse le manque de ressources en santé pour ceux et celles qui voient le suicide comme unique solution à leur détresse psychique : «La prévention du suicide dans notre société se résume à empêcher les gens de se suicider : appeler les services d'urgence, les droguer ou les endormir avec une piqûre à l'hôpital. Tout ce qu'on veut, c'est que les statistiques baissent et que le ministre soit content. Après, on s'en fout de votre problème : prenez vos pilules, travaillez, fonctionnez, et demandez-en le moins possible», a fait valoir Maxime-Olivier Moutier à *L'itinéraire*.

Les propos de Maxime-Olivier Moutier devraient faire réagir notre ministre de la Santé et des Services sociaux, Yves Bolduc. Trop peu de ressources d'aide psychologique sont déployées pour venir en aide aux suicidaires et aux personnes qui souffrent de divers problèmes de santé mentale. Est-il acceptable qu'encore en 2009, «aider» un suicidaire se limite généralement à la prescription d'antidépresseurs et à un numéro de téléphone pour obtenir un rendez-vous avec un psychologue... dans six mois? Si c'est ça, la prévention du suicide dans notre société, on repassera! Le psychanalyste Maxime-Olivier Moutier croit au pouvoir de guérison de la parole. Et il a raison. Après ses trois tentatives de

suicide, ce ne sont pas uniquement les antidépresseurs qui ont redonné à Céline le goût de vivre. C'est une thérapie... qu'elle a obtenue après plusieurs mois d'attente. Des mois pendant lesquels elle aurait pu mettre fin à ses jours une bonne fois pour toutes. Mais elle a tenu bon, Dieu seul sait pourquoi. «Il y a un déni de ce qui va mal chez l'humain dans notre société. Il faut aller au-delà de la pilule parce que si quelqu'un va mal, il faut qu'il s'explique là-dessus. Dès qu'une personne se met à parler, sa perception change et ça l'amène ailleurs», plaide très justement Maxime-Olivier Moutier.

«La prévention du suicide dans notre société se résume à empêcher les gens de se suicider : appeler les services d'urgence, les droguer ou les endormir avec une piqûre à l'hôpital. Tout ce qu'on veut, c'est que les statistiques baissent et que le ministre soit content. Après, on s'en fout de votre problème : prenez vos pilules, travaillez, fonctionnez, et demandez-en le moins possible»

— Maxime-Olivier Moutier

Selon l'Institut de la statistique du Québec, 1 136 personnes se sont suicidées au Québec en 2006.¹ Chaque jour, trois personnes s'enlèvent la vie. Mais au-delà des statistiques, certaines de ces 1 136 personnes ont probablement appelé à l'aide des intervenants des services de santé, comme on crie dans le désert. Peu avant de commettre l'irréparable, certains

sont peut-être parvenus à obtenir un rendez-vous avec un psychologue... mais ont été incapable d'attendre le délai désespérant et insoutenable : c'est «ici et maintenant» qu'on a besoin de parler quand on ne va pas bien. Pas dans trois ou six mois! Pure spéculation? Malheureusement non, car la détresse humaine ne se comptabilise pas. Les statistiques ne parlent pas des femmes ou des hommes qui, comme Céline, ont tenté de s'enlever la vie pour abrégier leurs souffrances. Les chiffres n'expliquent pas l'isolement, la dévalorisation et l'angoisse qui finit par gruger entièrement la raison. Les statistiques ne disent pas non plus à quel point le simple fait de parler rapidement à un psychologue compétent aurait peut-être changé la perspective de certaines de ces 1 346 personnes qui se sont suicidées.

D'aucuns diront que notre système de santé craque de partout et que les ressources manquent déjà pour soigner tous les maux physiques; encore que le «manque de ressources» s'avère un argument facile pour justifier le manque de volonté politique. Mais a-t-on idée des coûts sociaux et financiers qu'engendre la négligence en matière de prévention réelle du suicide?

¹Au moment de mettre sous presse, il s'agissait des plus récentes données disponibles de l'Institut de la statistique du Québec. Des statistiques pour 2008 sont maintenant en ligne au www.stat.gouv.qc.ca.

Lisez l'entrevue complète avec Maxime-Olivier Moutier à la page 17.

■ Pour plus d'information sur la Semaine nationale de prévention du suicide : www.aqps.info

Un don pour la réinsertion sociale



Faites le choix d'une ou de plusieurs façons de contribuer :

Don¹ à l'organisme de charité

Je fais un don de _____ \$

Abonnement³

Je m'abonne pour 1 an, 24 numéros

(48\$, taxes et frais d'envoi inclus) _____ \$

Total de votre paiement: _____ \$

Un camelot vous a encouragé à vous abonner ?
Nom ou numéro d'identification pour sa récompense:

Vous pouvez aussi faire un don en ligne ou vous abonner à

www.itineraire.ca

M. Mme.

Prénom : _____ Nom : _____

Entreprise : _____

Adresse : _____ App. _____

Ville : _____ Province : _____

Code Postal : _____ Téléphone : () _____

Courriel : _____

Paiement

Chèque au nom du Groupe communautaire L'itinéraire

Visa, Master Card

No de carte

Expiration ____ / 20 ____

Mois Année

Signature X _____

Postez ce coupon au Groupe communautaire L'itinéraire

2100 de Maisonneuve Est. Suite 001, Montréal (Québec) H2K 4S1 Pour information : www.itineraire.ca ou 514 597-0238 poste 235

Don en matériel pour la réinsertion en emploi

Pour la formation des jeunes en production vidéo et audio

Tout matériel pour le montage vidéo et enregistrement

- Chaises de bureau
- Ordinateurs Pentium 4
- Ordinateur Mac G4 (1Go de Ram)
- Des casques d'écouteur
- Compresseur
- Console avec pré-ampli
- Micros avec pré-ampli

Pour le Café sur la rue et services psychosociaux

Tout équipement de restaurant utile

- Frigos, bar à salade
- Plaque chauffante portative
- Laveuse / sècheuse
- Pannes de cuisson pour réchauds
- Réchaud pour les sauces
- Douilles à pâtisserie
- Spatules neuves
- Pilon à patate industriel
- Bons couteaux

Pour le Café sur la rue

Pour l'aménagement de la salle de projection

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

Contactez Jocelyne Sénécal 514 525-5747, poste 230 jocelyne.senecal@itineraire.ca

Bénéficiaire de la Sécurité du revenu :

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

Programmes Devenir et Interagir

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

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

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

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

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





Encore cette année, le *Solidaridon du temps des fêtes de L'itinéraire* a été un franc succès. Nous remercions tous les donateurs, bénévoles et collaborateurs de L'itinéraire d'offrir aux plus démunis un peu de réconfort durant le temps des fêtes.

Nous tenons tout particulièrement à souligner le soutien et l'implication de tous les partenaires de réalisation du *Solidaridon du temps des fêtes de L'itinéraire* et à dire un gros merci à tous les artistes et professionnels du milieu des médias qui ont travaillé bénévolement sur la production de la vidéo : Le studio Victor a réalisé l'enregistrement professionnel de la chanson Un p'tit montant, interprétée par Pierrette Robitaille, accompagnée du Bébert Orchestra d'Yves Lambert. Les messages publicitaires télé et radio de 30 secondes et le vidéoclip de deux minutes, ont été produits sous la direction d'Amélie Couture-Telmosse, réalisatrice, en collaboration avec le Groupe Peak Banane et le studio IDHD pour la postproduction. La station de radio CIBL a de son côté collaboré à l'enregistrement des trames sonores des messages publicitaires télé et radio.

Cette vaste campagne de sensibilisation auprès du grand public a été rendue possible grâce à la collaboration des plus importants médias du Québec. Nos remerciements les plus chaleureux s'étendent donc aussi aux réseaux TVA et Canal Vox de Quebeco Média, Radio-Canada, Télé Québec, le réseau des sports RDS, Musique Plus, les chaînes de télé spécialisées d'Astral Média, Canal Évasion, Corus Québec, ARTV, TQS et 105.7 Rythme FM, lesquels ont massivement diffusé le message de 30 secondes et le clip de 2 minutes du *Solidaridon du temps des Fêtes de L'itinéraire* du 1^{er} décembre 2008 jusqu'au 6 janvier 2009.

Merci aux employés de *La Presse* et de *Cyberpresse*

Du 10 au 17 décembre dernier s'est déroulé l'encan annuel des employés de *La Presse* et de *Cyberpresse*. Cette année encore, l'événement a été une réussite et il a permis d'aider de nombreux organismes communautaires. À la suite de cet encan, les employés de *La Presse* et de *Cyberpresse* ont fait un don de 1500 \$ à L'itinéraire. Nous tenons à remercier chaleureusement tous les employés et bénévoles de *La Presse* et de *Cyberpresse* pour ce généreux don. Depuis maintenant 11 ans, l'encan de *La Presse* vient en aide à des dizaines d'organismes de la région de Montréal offrant ainsi un soutien financier important à ces derniers.

LA PRESSE

Tu veux travailler ? Le GIT peut t'aider !

G·I·T·>

Pour t'inscrire :
Tél.: 514 526-1651
Télé.: 514 526-1655

Services gratuits

- Ateliers de groupe
- Stages en entreprise
- Suivis individualisés
- Activités post-formation
- Aide dans la recherche d'emploi

Tu es

- Âgé/e de 16 ans ou plus
- Motivé/e à intégrer ou réintégrer le marché du travail
- Démuni(e) face à l'emploi

Les services du GIT sont offerts grâce à la contribution financière d'Emploi-Québec

G·I·T·>

Groupe Information Travail 2260, av. Papineau Montréal (Québec) H2K 4J6 git@infotravail.net

Aider les hôpitaux de Gaza

Depuis le début des attaques meurtrières lancées par l'armée israélienne contre Gaza, le 27 décembre, les hôpitaux, les ambulanciers et les intervenants en premiers secours sont débordés et le matériel médical est presque épuisé.

Après 18 mois de siège imposé par Israël sur Gaza, une grave crise humanitaire frappe le million et demi de Palestiniens, avec, comme conséquences, le manque des moyens de base pour leur survie (eau, nourriture, médicaments) et l'effondrement du système des services essentiels (électricité, carburants, transport, etc.).

Face à cette situation dramatique qui risque de se détériorer encore plus, l'Aide médicale pour la Palestine (AMP) s'associe

avec l'organisme israélien, Médecins pour les Droits humains, pour fournir du matériel médical d'urgence aux hôpitaux de Gaza.

L'AMP lance un appel urgent à la population québécoise pour contribuer généreusement à sa campagne d'urgence pour secourir la population de Gaza.

■ Aide médicale pour la Palestine :
5722, rue St-André, Montréal, QC H2S 2K1 Tél. : 514 843-7875.
Courriel : info@ampcan.org

Dons en ligne : Veuillez cliquer sur l'onglet "faire un don" de notre site web www.ampcan.org puis cliquer sur "faites un don". Sélectionner l'organisme "Medical aid for Palestine" puis la rubrique "campagne d'aide d'urgence pour Gaza"



Photo : REUTERS/Baz Ratner

Des tanks israéliens s'approchant de la frontière nord de la bande de Gaza, le 7 janvier dernier.



Photo : REUTERS/Mohammed Salem

Des Palestiniens étudient les dommages subis dans leur maison après une attaque aérienne israélienne le 5 janvier dernier.

Visions Poétiques... prise 2!

Norman Rickert, camelot

Avez-vous manqué l'exposition photos «Visions Poétiques» qui a eu lieu à la Maison de la Culture Mont-Royal en mars 2007? C'est dommage... mais rassurez-vous, vous pourrez la voir à nouveau! Le vernissage de l'exposition «Visions Poétiques Prise 2» a lieu samedi 7 février de 13h à 16h à la Mission Old Brewery.

Cette exposition de photos réalisées avec la technique Camera Obscura, procédé photographique consistant à laisser passer un filet de lumière par un trou minuscule ou sténopé dans une boîte dont une des parois est recouverte d'un papier photographique, avait connu un franc succès. Ces photos floues et vaporeuses nous laissent entrevoir un univers intuitif et imaginaire qui se démarque de la majorité des images digitales et unidimensionnelles inondant l'Internet par centaine de

millions. Je remercie encore une fois les photographes Miki Gingras et Patrick Dionne, responsables du projet réalisé en partenariat avec L'Itinéraire, de nous avoir permis de produire et d'exposer ces images magnifiques.

Les participants à ce projet photo ont choisi de remettre en question notre système de valeurs et la société de consommation. C'est ce que j'ai tenté de faire en abordant la thématique du québécois dans la société québécoise.



Quant à Anne-Marie Chatel, elle abordé le thème de la mort et Serge Morin celle de l'enfance. Vous désirez en savoir plus? Alors sortez de votre Lazy-Boy, courez, venez en bus, métro ou voiture au vernissage de l'exposition «Visions Poétiques Prise 2».

■ La Mission Old Brewery est situé au 902 rue St-Laurent. Venez en grand nombre!

Réfugiés irakiens en Jordanie

Visiteurs illégaux

Simon Coutu

Amman, Jordanie – Dans toutes les sphères de la société jordanienne, les réfugiés irakiens se sont taillé une place. Depuis l'invasion américaine de l'Irak en 2003, ils sont des centaines de milliers à avoir tenté de se rebâtir une vie en Jordanie, une terre de transit pour des visiteurs acculés à l'illégalité.

Tous les jours, Mohammad Saeed travaille au noir dans un café Internet du centre-ville d'Amman. Malgré son diplôme de technicien informatique obtenu à Bagdad, il gagne environ quatre dollars canadiens par jour. Il a un statut de réfugié, mais il n'est pas autorisé à travailler.

«Ma vie a été détruite par la guerre en Irak, dit-il en expirant la fumée aromatisée aux pommes d'une pipe à eau. Je dois maintenant tout recommencer à zéro. Si la police m'attrape au boulot, je risque la prison.»

En 2006, alors que Mohammad sort de son université à Bagdad, des membres de l'Armée du Mehdi, une milice chiite, le kidnappent. «Ils m'ont masqué, questionné, battu et torturé. Ils connaissaient tout à mon sujet puisqu'ils ont des agents à l'université. Après une journée de détention, mon oncle a payé 20 000 dollars américains pour ma libération. Ils m'ont ensuite dit que s'ils me renvoyaient en Irak, ils me tueraient, sans demander d'argent.»

Une forte proportion des réfugiés en Jordanie ont été victimes d'enlèvement. Le mari de Nadia (nom fictif) a passé trois jours entre les mains des milices chiites. «Ils ont tiré sur mon mari alors qu'il entrerait dans sa voiture, se rappelle-t-elle. Ils l'ont ensuite enlevé tout simplement parce qu'il est sunnite. Tous les jours, nous recevions un message nous menaçant de mort si nous ne quittions pas le pays.»

La vie est plus sécuritaire à Amman, la capitale de la Jordanie, mais elle n'est pas nécessairement plus facile. Nadia a 22 ans et elle est mère de deux enfants. Elle reçoit une petite allocation de l'organisme Save the Children. Elle aide de jeunes Irakiens qui ont des difficultés d'apprentissage.



Photo : Simon Coutu

Une réfugiée Irakienne vendant des cigarettes au centre-ville d'Amman

«J'ai dû vendre tous mes bijoux en or, dit la jeune femme voilée. Je vis maintenant grâce au peu d'argent que je reçois de ma famille en Irak. Mon mari travaille illégalement aussi. Lorsqu'il est en retard le soir, je panique puisque j'imagine qu'il a été arrêté.»

Des visiteurs

Il n'y a pas de camps de réfugiés en Jordanie. Il est extrêmement difficile d'estimer le nombre d'Irakiens qui y vivent. Le ministère jordanien de l'Intérieur estime qu'ils sont environ 700 000. Selon une étude commandée par le gouvernement jordanien à une firme de recherche norvégienne, il en y aurait plutôt entre

450 000 et 500 000. Toutefois, seulement 53 000 d'entre eux sont enregistrés au Haut commissariat des Nations unies pour les réfugiés (UNHCR).

Malheureusement, les options sont peu nombreuses pour les ressortissants irakiens en Jordanie. Le pays est pauvre, le coût de la vie est élevé et les ressources sont limitées. Aucun d'entre eux ne peut obtenir de citoyenneté.

«Le gouvernement jordanien accueille les réfugiés irakiens comme des visiteurs, affirme le porte-parole du ministère de l'Intérieur, Ziad Al Zubi. Personne n'a le droit de travailler, à moins d'obtenir un

Suite à la page 10



«Depuis que je suis à Amman, j'ai vu presque tous mes amis immigrer dans des pays occidentaux. J'irais n'importe où, même au Soudan. Même si la situation s'améliore, je ne veux plus jamais retourner en Irak.»

— Mohammad Saeed, un Irakien travaillant au noir dans un café Internet du centre-ville d'Amman, en Jordanie

permis spécial. Si les Irakiens contreviennent à ce règlement, ils risquent d'être renvoyés dans leur pays.»

Depuis mai 2007, les réfugiés irakiens doivent obtenir un visa pour entrer sur le territoire jordanien. Auparavant, ils y étaient accueillis à bras ouverts. Selon, la porte-parole du UNHCR à Amman, Dana Bajjali, même s'il est devenu plus sélectif, le gouvernement jordanien a tout de même été très généreux.

«Le roi Abdallah a donné aux enfants l'accès universel aux écoles publiques, dit-elle. Ils sont traités comme des citoyens jordaniens. Même que les Irakiens ont maintenant accès au système de santé publique.»

Un pays de transit

La situation n'est pas encore assez sécuritaire en Irak pour encourager les réfugiés à retourner chez eux, pense Mme Bajjali. L'UNHCR ne peut que les aider à se trouver un autre pays où immigrer. Depuis 2007, 160 000 d'entre eux ont trouvé de nouvelles terres d'accueil.

«C'est l'unique solution durable, explique la porte-parole. Malheureusement, nous ne pouvons offrir cette option qu'à un petit nombre de gens. Les pays tiers ont des critères très stricts qui ne s'appliquent pas à tous les cas de réfugiés.»

Assise sur son lit, dans un appartement d'une seule pièce, Nedhal Kareem Nijan rêve à l'Allemagne. Elle est grand-mère depuis peu, mais elle ne peut pas voir sa petite-fille qui habite Berlin. «Je suis en Jordanie depuis l'an dernier. La région où j'habitais en Irak était contrôlée par Al Qaïda. L'organisation terroriste a demandé à mon fils de rejoindre ses rangs. J'ai refusé. En Irak, le problème est que nous ne savons pas avec qui nous devons nous battre.»

De son côté, Rasheed El Ezzeah dort sur le toit d'un hôtel dont il nettoie les chambres. Il n'espère même plus pouvoir un jour trouver un pays d'accueil. «J'aimerais pouvoir immigrer, mais je n'ai pas assez d'argent pour le voyage. Je travaille pour un salaire de misère.»

Ajlaa Al Nashi, une biologiste irakienne, vient d'apprendre qu'elle a obtenu un visa pour immigrer en Australie. Malgré la joie de quitter les conditions de vie difficiles de la Jordanie, elle est amère. «Auparavant, j'étais une citoyenne irakienne et maintenant, je suis une réfugiée. Mon cœur est en Irak. Un jour, j'y reviendrai pour reconstruire mon pays.»

Mohammad Saeed attend présentement un visa pour aller vivre aux États-Unis. Son meilleur ami, Mohammad Al Assad, n'a même pas cette chance. Il est en Jordanie depuis 2003, mais il n'a pas encore obtenu le statut de réfugié. Il ne peut donc pas entreprendre de démarches pour quitter le pays. Pour l'instant, il travaille illégalement dans une horlogerie.

«Depuis que je suis à Amman, j'ai vu presque tous mes amis immigrer dans des pays occidentaux, dit-il. J'irais n'importe où, même au Soudan. Même si la situation s'améliore, je ne veux plus jamais retourner en Irak.»

Docteurs en exil

À l'Hôpital du Croissant rouge d'Amman, des médecins irakiens en exil traitent les blessures des victimes de la guerre. Le projet a été mis sur pied par l'organisme Médecins sans frontières. Le docteur Rachid El Ezzeah a quitté l'Irak en 2003. Il n'en pouvait plus de travailler dans des conditions misérables.

«Les Américains ont attaqué l'hôpital de Fallujah. Je traite les patients, peu importe leurs allégeances, dit-il. Plusieurs fois, nous devons travailler sous la supervision des troupes américaines qui arrêtaient des patients et des docteurs.»

L'Irak souffre maintenant d'un grand manque de médecins. Les conditions de travail sont devenues insupportables, selon le médecin résident, Nagham M. Hussein. «Lorsqu'un docteur peut trouver un travail à l'extérieur du pays, il quitte sans hésiter. Il y a un grand manque de médicaments et beaucoup trop de personnes à traiter. Une explosion peut faire 700 blessés. Les hôpitaux manquent de lits, les patients couchent sur le sol.»

Les docteurs en Irak sont particulièrement visés par les enlèvements. Le docteur Rachid El Ezzeah considère que la situation n'est toujours pas assez sécuritaire pour regagner son pays. Mais l'an prochain, il a espoir de revoir Bagdad.

«L'occupation a détruit nos vies. Les Irakiens sont un peuple éduqué. Nous avons un bon système de santé. L'embargo américain était un problème et nous étions limités, c'est vrai, mais au moins, notre vie était paisible.»

Ce reportage a été rendu possible grâce à la bourse Jacques-Langlois en journalisme de l'UQAM.



Freedom Theatre

Intifada culturelle

Simon Coutu

Jénine, Cisjordanie — Au beau milieu du camp de réfugiés de Jénine, en Cisjordanie, le jeu a pris la place de la violence, grâce au Freedom Theatre. Dans la vie des jeunes de cet îlot de culture, le quotidien est maintenant rythmé par des pièces de théâtre, plutôt que par les incursions des chars d'assaut israéliens.

Jénine est une ville du nord de la Cisjordanie, coupée du monde par une série de points de contrôle israéliens. En 2002, durant la deuxième *intifada*, le camp de réfugiés a été complètement détruit par l'armée israélienne, en représailles aux nombreux attentats suicides originaires de Jénine. Depuis, elle entre quotidiennement dans la ville de 35 000 habitants pour y effectuer des arrestations.

En 2006, le Freedom Theatre est né pour redorer d'espoir le quotidien des Palestiniens du camp. «On espère qu'une nouvelle génération de leaders verra le jour en Palestine, affirme Jonatan Stanczak, le gérant du théâtre, d'origine suédoise. Il s'agit d'être en mesure d'utiliser le théâtre et la créativité comme moyen d'unification pour mener à une troisième *intifada* basée cette fois sur des valeurs culturelles.»

Résistance multidisciplinaire

En plus des ateliers de théâtre ponctuels, le Freedom Theatre offre maintenant un programme d'art dramatique professionnel de trois ans. Des cours de cinéma, de photo et d'anglais y sont aussi offerts. L'organisme a aussi un site Internet, et publie un magazine.

Depuis deux ans, le responsable des ateliers de photographie et de cinéma, Mustafa Istaite, passe ses journées à transmettre son savoir aux plus jeunes du camp. «Je sais maintenant qui je suis, dit-il. Le théâtre m'a sauvé la vie. Je suis un artiste, mais je ne m'oppose pas aux personnes qui prennent les armes contre Israël. Je marche avec eux, mais moi, mon arme, c'est ma caméra.»



photo : Simon Coutu

Des enfants palestiniens de Jénine participent aux activités du Freedom Theater.

Juliano Mer Khamis est le directeur du Freedom Theatre. Né d'une mère israélienne et d'un père palestinien, il a laissé une carrière d'acteur en Israël pour venir s'établir à Jénine. Sa mère avait fondé un premier théâtre dans les années 1990 à Jénine. Le bâtiment a été détruit par l'armée israélienne durant la deuxième *intifada*.

«Ces jeunes vivent dans un cercle malsain. Ils ne font que s'amuser avec la violence et la mort. C'est la seule chose qu'ils connaissent. Nous sommes des Palestiniens, nous voulons la liberté et nous voulons un pays. Le théâtre peut former de vrais leaders et forger les bases d'une révolution culturelle.»

— Nabil Al Raee, coordonnateur du programme de théâtre

«Je crois que toutes les formes d'art sont une façon de résister, que ce soit à New York, à Tel-Aviv ou à Jénine. Mais il ne faut pas se faire d'illusions : nous ne faisons que du cinéma et du théâtre.»

Ahmad Hossen est l'un des premiers acteurs à avoir participé au Freedom Theatre. Il a vu plusieurs de ses amis tomber sous les balles de l'armée israélienne. «S'il n'y avait pas de théâtre, j'attendrais la mort, confie-t-il. Je n'aurais pas les outils pour exprimer mon histoire et celle de mon camp de réfugiés. Les Israéliens n'aiment pas le théâtre, ils ont peur de ceux qui écrivent et qui s'expriment.»

Résistance du milieu

Les défis et les problèmes ne sont pourtant pas tous causés par l'occupation israélienne. À Jénine, le Freedom Theatre fait maintenant partie du paysage. Toutefois, obtenir le respect de la population palestinienne a nécessité un travail ardu. «Le théâtre est un endroit qui génère la libre pensée, explique Juliano Mer Khamis. C'est une menace pour toutes les sociétés, particulièrement lorsqu'elle est traditionnelle, religieuse et sous occupation.»

Le plus difficile a été de convaincre les habitants du camp et de la ville de laisser les plus jeunes assister aux activités du Freedom Theatre. «Nous avons été acceptés, mais le chemin a été long, ajoute fièrement M. Mer Khamis. Les enfants ne sont pas le problème, le défi est de convaincre ceux qui les éduquent.»

Tous les petits changements de comportement des jeunes qu'observe le coordonnateur du programme de théâtre, Nabil Al Raee, compensent largement les efforts investis pour se faire accepter.

«Ces jeunes vivent dans un cercle malsain, dit-il. Ils ne font que s'amuser avec la violence et la mort. C'est la seule chose qu'ils connaissent. Nous sommes des Palestiniens, nous voulons la liberté et nous voulons un pays. Le théâtre peut former de vrais leaders et forger les bases d'une révolution culturelle.»

■ www.thefreedomtheatre.org

Samian

RAPPEUR SANS FRIME

Audrey Coté
Rédactrice en chef

De la rime, pas de frime. Le rappeur algonquin Samian ne chante pas pour ne rien dire. Depuis la sortie son premier album, *Face à soi-même*, il fait revivre la mémoire de ses ancêtres, dénonce la dure réalité des réserves et la difficulté des jeunes à trouver leur place au soleil.

À 25 ans, Samuel Tremblay, alias Samian (son prénom algonquin), a déjà plusieurs vies derrière lui. Il a longtemps erré avant de trouver sa voie, celle qui allait l'amener à se réconcilier avec lui-même et avec les injustices vécues par son peuple.

Né d'un père québécois et d'une mère algonquine, le statut de Métis de Samian contribue aujourd'hui à ouvrir les frontières entre blancs et autochtones. Mais il n'en a pas toujours été ainsi sur la réserve de Pikogan, en Abitibi, où il a grandi : «Quand je sortais de la réserve, je m'faisais péter la gueule et dans la réserve, je me faisais aussi péter la gueule parce que j'étais pas un Algonquin.»

Sans même avoir complété son secondaire I, Samian quitte le foyer familial à l'âge de 15 ans. C'est là que commence la galère : «J'me suis retrouvé à Montréal avec cinq *piasses* en poche, en plein dans la place qu'il ne fallait pas, confie-t-il. J'ai vendu d'la dope et j'ai déjà eu un gros problème de consommation. J'ai même perdu l'odorat et le goût à cause de la coke. Mais il y a un an et demi, le jour même de la naissance de mon fils, tout est revenu. J'ai dit à ma blonde qu'elle sentait bon.»

Magique musique

De son propre aveu, la musique a été salutaire au *bum* endurci qu'il commençait à devenir. C'est d'abord grâce à la Wapikoni Mobile, le projet de la cinéaste Manon Barbeau qui permet aux autochtones de s'exprimer par la vidéo, que Samian a pu commencer à composer et à chanter. «J'ai touché le fond et je suis remonté, grâce à la musique. Sans elle, je serais peut-être en prison.» De retour à Pikogan à 20 ans, Samian décide de fumer le calumet de paix avec ses ennemis intérieurs. Puis, il retrouve sa mère et sa grand-mère et recommence à parler l'algonquin, la langue de son enfance. «C'est avec ma grand-mère que j'ai réappris la langue algonquine. Elle a des dictionnaires et je fouille souvent dedans pour écrire mes textes», raconte le rappeur.

En 2006, deux ans après la Wapikoni Mobile, la carrière de Samian décolle véritablement lorsqu'il s'associe aux membres de Loco Locass pour composer *La paix des braves* qui parle de l'histoire des Amérindiens depuis l'arrivée des blancs. Depuis, avec son premier album, lancé en 2007, il n'a cessé de raconter son histoire et celle de ses ancêtres. «Ceux qui ignorent les aînés ou leurs grands-parents perdent l'essentiel. Ils ont tellement de choses à dire, *pis* je trouve que les jeunes gagnent à parler avec eux, car ils connaissent la vie.» Chaque fois que Samian se retrouve à Pikogan, son refuge, il s'enferme avec sa grand-mère seulement pour l'écouter parler. «*Chus* un gars de famille, qui a un sens de la tribu... J'aime être avec ma mère, ma grand-mère, mes deux sœurs dont je suis très proche, être avec ma blonde et mon fils», confie le jeune rappeur.

Rappeur et franc parleur

À son image, le rap de Samian est métissé. Le français et l'algonquin se côtoient harmonieusement. Suivant la trace de ses ancêtres algonquins, réputés pour être pacifiques, le rappeur cherche à réconcilier les blancs et les autochtones. Mais cela ne l'empêche pas de dénoncer les injustices vécues par sa communauté. *Que Dieu bénisse l'Amérique? Fuck That! Que Dieu bénisse la terre et tous les peuples qui ont souffert*, dit-il dans sa chanson *Sur le dos d'une tortue*. D'ailleurs, il a sa vision historique bien à lui de la découverte de l'Amérique par Christophe Colomb en 1492 : «Personne n'a découvert l'Amérique, car ce continent était déjà habité... depuis plus de 10 000 ans. Pour découvrir un continent, il faut qu'il ne soit pas habité», argue Samian.

Le rappeur engagé poursuit son plaidoyer au sujet des excuses officielles présentées par le gouvernement Harper en juin 2008 aux 80 000 autochtones survivants qui ont été maltraités dans les pensionnats fédéraux. Il ne mâche pas ses mots. «Le gouvernement fédéral a donné entre 10 000 et 30 000 dollars par personne pour s'excuser, mais ça ne change rien... on donne du *cash* en disant :

«J'me suis retrouvé à Montréal avec cinq *piasses* en poche, en plein dans la place qu'il ne fallait pas. J'ai vendu d'la *dope* et j'ai déjà eu un gros problème de consommation. J'ai même perdu l'odorat et le goût à cause de la coke. Mais il y a un an et demi, le jour même de la naissance de mon fils, tout est revenu. J'ai dit à ma blonde qu'elle sentait bon.»

— Le rappeur algonquin Samian

"Va boire, va jouer au casino"... et tout le *cash* revient dans les poches du Canada», s'insurge le rappeur algonquin. Il appuie son propos en mentionnant que l'Église catholique ne s'est toujours pas excusée pour les mauvais traitements infligés aux enfants autochtones des pensionnats de la fin du 19^e siècle aux années 1970 : «Je sais que j'dérange quand je parle de l'enfer des pensionnats qu'ont vécu les autochtones. Les viols et les abus de toutes sortes ont fait que cette génération, qui avait perdu toute sa fierté, a transmis son mal de vivre à la suivante... qui boit et se drogue. Ça choque du monde, mais j'le dis quand même. C'est thérapeutique pour la communauté.»

Optimiste malgré tout

En dépit du fait que tout n'est pas gagné pour les communautés autochtones du Canada, le jeune rappeur demeure optimiste. Dans un avenir plus ou moins rapproché, il croit qu'une guérison collective est possible. Sa tante organise des ateliers à Pikogan pour aider les siens à guérir de leurs blessures passées; c'est l'une des choses qui l'inspirent et lui donnent envie de continuer à chanter pour mieux faire connaître la culture algonquine.

Mais par-dessus tout, Samian veut continuer d'œuvrer à la réconciliation entre blancs et Amérindiens. «Si les États-Unis ont maintenant un président noir, pourquoi le Canada, un jour, n'aurait pas un premier ministre d'origine autochtone? Qui sait, ce sera peut-être mon fils?»





Faire le plein de vitamine D avec les champignons



Tout comme nous, les champignons synthétisent la vitamine D sous l'action des rayons UVB du soleil. Suivant une technique mise au point par des chercheurs américains, une firme californienne (Monterey Mushrooms inc.) vient de lancer un champignon portobello à teneur accrue en vitamine D.

Après la récolte, les champignons sont simplement exposés durant quelques minutes à des lampes à rayons UVB similaires à celles des salons de bronzage. Ce bain de rayons UV suffit à augmenter leur teneur en vitamine D, sans les sécher pour autant. On obtient ainsi un champignon frais, dont la consommation d'une portion de 85 g permet de bénéficier de 100 % de l'apport nutritionnel quotidien recommandé en vitamine D.

En fait, tous les champignons renferment de l'ergocalciférol (vitamine D₂), la forme végétale de la vitamine D. Ils en renferment plus que la plupart des légumes. En hiver, lorsque nous avons moins d'occasions de nous exposer aux rayons solaires, la consommation régulière de champignons peut donc contribuer à diminuer notre carence en vitamine D.

Le shiitake (*Lentinus edodes*) est particulièrement riche en vitamine D. Servi avec du saumon, également riche en vitamine D, il fera un repas capable de reconstituer vos réserves de vitamine soleil aussi bien qu'un supplément de 25 µg (1 000 UI) de vitamine D.

(Source : PasseportSanté/Pierre Lefrançois)



Clinique Nouveau Départ

Le mieux-être

Traitement de l'hépatite C et co-infections

Dr Jean Robert / BA, MD, M.Sc., FRCPC / Clinique de santé communautaire

1110, Ave Beaumont / Ville Mont-Royal Qc H3P 3E5
Tél.: 514-521-9023 / Fax: 514-521-1928

www.cliniquenouveaudepart.com

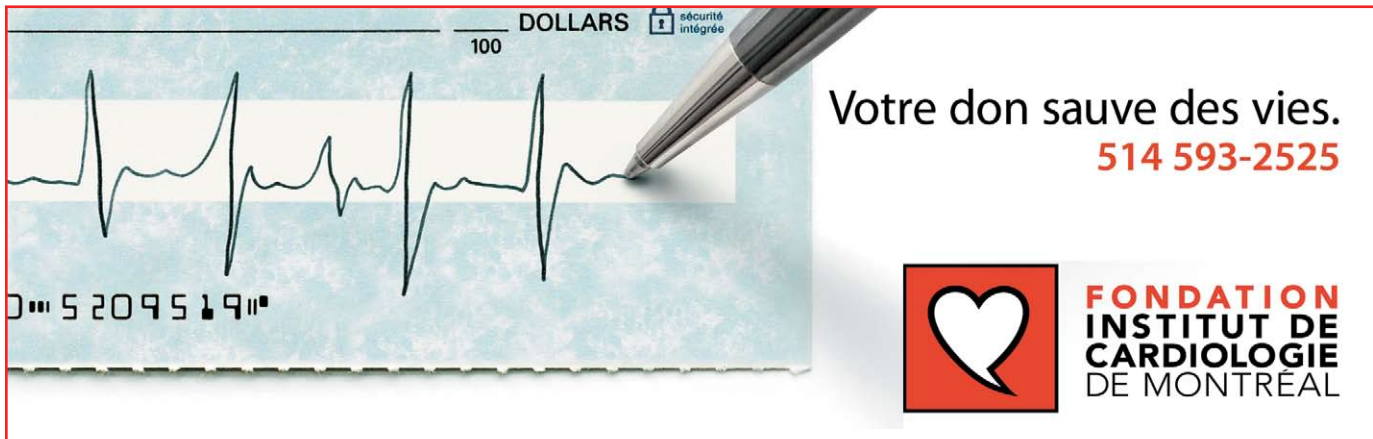
Du sélénium, des probiotiques, et...

Février. Alors que la circulation sur les ponts de Montréal est souvent difficile, le rhume et la grippe se déplacent à bon train. Pour les stopper, rien de tel qu'une défense immunitaire adéquate, construite autour d'une nourriture équilibrée. En détaillant le menu de cette stratégie antivirus, des noms bizarres apparaissent : vitamine E, sélénium, probiotiques, prébiotiques... Faisons le point avec Passeport Santé.


Pour améliorer ses défenses immunitaires, il faut varier et équilibrer son alimentation, mais pas seulement. L'augmentation de ses apports en sélénium et en vitamine E est aussi importante. Cette dernière se retrouve principalement dans les germes de blé, les amandes et noisettes, le beurre d'arachide naturel, l'huile d'olive, de canola et de sésame, la patate douce, l'igname et le riz brun. Le sélénium se retrouve dans la noix du Brésil, le thon, l'huître, le homard, le saumon, la morue, les crevettes, le hareng, les abats, le seigle, le boeuf (coupes maigres), les graines de tournesol, l'oeuf et la levure de bière.

Consommer des probiotiques des aliments prébiotiques sont utiles pour éviter d'être cloué au lit. Mais à quoi correspondent ces appellations obscures? Un «probiotique» est un supplément alimentaire qui, grâce à ces micro-organismes utiles, a des effets bénéfiques sur la flore intestinale et le système immunitaire. On en trouve notamment dans le yogourt (lactobacilles ou bifidobactéries) et le kéfir. Un «prébiotique» est un ingrédient alimentaire non digestible (comme des fibres alimentaires solubles) qui stimule, de façon sélective, la croissance ou l'activité d'une ou de plusieurs bactéries présentes dans le côlon. De cette façon, les prébiotiques peuvent renforcer le système immunitaire. Voici des sources de prébiotiques : avoine, sarrasin, orge, pomme de terre, banane, légumineuse, racine de chicorée (utilisée dans le succédané de café).

(Source : Passeport Santé)



Votre don sauve des vies.
514 593-2525



**FONDATION
INSTITUT DE
CARDIOLOGIE
DE MONTRÉAL**



Coeur d'homme, coeur de femme, y a-t-il une différence?

Le coeur d'une femme et celui d'un homme diffèrent autrement que dans leur façon d'aimer. Qu'il s'agisse des maladies cardiovasculaires elles-mêmes, ou bien des symptômes, des diagnostics ou des traitements de ces maladies, des différences existent entre l'homme et la femme.

GENESIS, financé par les Instituts de recherche en santé du Canada en partenariat avec la Fondation des maladies du coeur du Canada, est un projet multidisciplinaire qui réunit des chercheurs du pays tout entier. Leur tâche consiste à examiner en quoi le sexe et le genre jouent un rôle dans les maladies cardiovasculaires. Les conclusions sont parfois fascinantes.

Par exemple, à l'adolescence, les garçons ont une tension artérielle plus élevée que les filles. Les femmes ne rattrapent les hommes qu'après la ménopause; leur tension artérielle tend alors à augmenter.

L'angiogramme, outil utilisé pour diagnostiquer les problèmes cardiovasculaires lorsque les patients se présentent à l'hôpital en disant avoir des douleurs thoraciques, a tendance à donner un résultat «normal» pour de nombreuses femmes. «Il se peut que, dans l'avenir, le choix du médicament soit fonction du sexe du patient, dit Louise Pilote, chercheuse principale du projet

GENESIS. Peut-être qu'un angiogramme n'est pas l'examen le plus adapté pour diagnostiquer les maladies coronariennes chez la femme.»

La Dre Pilote insiste aussi sur l'importance pour les femmes de reconnaître les signes de crise cardiaque et de se rendre à l'hôpital le plus rapidement possible. En effet, les femmes n'ont pas tendance à ressentir la douleur constrictive à la poitrine qui est caractéristique de la crise cardiaque chez les hommes. Elles ont plutôt tendance à se sentir fatiguées et à avoir la nausée.

D'autres études en cours dans le cadre du projet GENESIS visent notamment à déterminer si les marqueurs génétiques pour l'hypertension et l'obésité, qui peuvent tous les deux entraîner des maladies cardiovasculaires, sont différents chez les femmes et chez les hommes.

(Source : Institut de recherche en santé du Canada)



*On vous écoute
et on vous comprend*

UNE PHARMACIE
**UN TRAITEMENT-SANTÉ
SUR MESURE**

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

Consultation et analyse pharmacologique

Conseils et services personnalisés

Courtoisie et confidentialité assurées

Membre du projet TADO

À la clinique l'Actuel : 1001, boul. de Maisonneuve Est, bureau 1130, Montréal _514.528.0877

Pharmacie Martin Duquette : 600, rue Sherbrooke Est, bureau 101, Montréal _514.842.7065

P H A R M A C I E S

MARTIN DUQUETTE

306 000 auditeurs

91,3 fm Montréal

Source de joie!

Radio
Ville-Marie

100,3 FM SHERBROOKE • 89,9 FM TROIS-RIVIÈRES
89,3 FM VICTORIAVILLE • 104,1 FM RIMOUSKI

Écoutez aussi sur le web au www.radiovm.com

4020, rue Saint-Ambroise, suite 199
Montréal QC H4C 2C7
Tél.: (514) 382-3913 Ext. Sans frais 1-877-668-6601

La STM,
toujours là!

STM.info

Ton prochain défi ...

la coopération volontaire...

Tu as plus de 22 ans

Tu possèdes au minimum un D.E.C. technique

| SESSION THÉORIQUE | STAGE |
|---|--------------------------------|
| Début le 27 avril 2009 (15 semaines) | Fin août 2009 (18 semaines) |

POUR RENSEIGNEMENTS ET INSCRIPTION :
Programme Coopérant – Volontaire
Cégep de Rivière-du-Loup (CFCI)
80, rue Frontenac, Rivière-du-Loup (Québec) G5R 1R1
Téléphone : (418) 862-6903, poste 2404 | Télécopieur : (418) 867-2137
Courriel : cfcic@cegep-rdl.qc.ca | Site Web : <http://cfcic.cegep-rdl.qc.ca>

ALLOCATION DE SUBSTANCE DISPONIBLES

Date limite d'inscription : le 13 mars 2009

Deuxième tour

Mieux comprendre pour mieux agir

Programme Coopérant – Volontaire
Les nouveaux défis de la coopération
Formation au Canada - Stage à l'étranger

CFCI / Cégep de Rivière-du-Loup
<http://cfcic.cegep-rdl.qc.ca> (418) 862-6903 poste 404



Maxime-Olivier Moutier Parler pour guérir l'envie de mourir

Audrey Coté

Il a vraiment la tête de l'emploi. Bien au-delà de la monture de lunettes en corne et de la barbichette taillée à la manière du père de la psychanalyse, Maxime-Olivier Moutier semble en constante ébullition intellectuelle. Quotidiennement, il travaille à comprendre les paradoxes de l'esprit humain. Dans le cadre de la Semaine nationale de prévention du suicide, du 1^{er} au 7 février, L'itinéraire a rencontré l'homme de trente-cinq ans qui cumule les fonctions de psychanalyste, d'écrivain et d'intervenant dans un centre de crise pour personnes suicidaires.



Le psychanalyste et écrivain Maxime-Olivier Moutier

Photo: Audrey Coté

«La détresse psychologique est dans tous mes livres : l'être humain seul dans le monde qui vit des contradictions et des déchirements. Et puis, les contradictions qui ressortent d'un roman à l'autre marquent aussi la continuité, car la vérité de l'humain est paradoxale.» Le premier roman de Maxime-Olivier Moutier, *Marie-Hélène au mois de mars*, relate sa propre tentative de suicide et son hospitalisation psychiatrique en 1995 à la suite d'une peine d'amour. Depuis la publication de ce roman en 1998, il n'a cessé d'en parler et souhaite ouvertement que, comme lui, l'attention médiatique passe à autre chose : «Ce roman fait partie de moi et je l'assume publiquement, mais cette histoire date de 14 ans.» Aujourd'hui psychanalyste et intervenant auprès des suicidaires, Maxime-Olivier Moutier est également père à temps plein de trois enfants. Il a relaté une partie de cette nouvelle vie dans *Les trois modes de conservation des viandes* publié en 2006.

Si beaucoup d'eau a coulé sous le pont Jacques-Cartier depuis sa tentative de suicide, Maxime-Olivier Moutier a continué à réfléchir au désespoir. Le sien et celui des autres. C'est notamment ce qui l'a incité à entreprendre une psychanalyse

qui a duré huit ans pour ensuite «s'autoriser à devenir psychanalyste», car aucune université ne décerne de diplôme en psychanalyse. Cette science repose sur le mentorat. «La psychanalyse, c'est une façon d'écouter la part de l'autre qui est divisée : le conflit qui fait que ça ne fonctionne plus. Contrairement à la psychologie, la psychanalyse ne cherche pas à résoudre les contradictions de l'humain. On cherche à ce que la personne creuse le trou causé par la contradiction plutôt que de le boucher, ce qui permet éventuellement de découvrir autre chose», explique-t-il.

En plus de sa pratique de psychanalyste en cabinet privé, Maxime-Olivier Moutier intervient auprès des suicidaires trois jours par semaine dans un centre de crise du nord de la ville. «Côté la vraie détresse, c'est pour moi comme une drogue parce qu'il n'y a que du vrai là-dedans. Quand quelqu'un va mal et veut mourir, il dit des choses vraies... Cette vérité là, avec des amis, je la trouve rarement. Je m'ennuie souvent dans la vie : je trouve ça plat les banalités et les conversations superficielles», confie celui qui se définit comme un être épris de profondeur depuis son plus jeune âge.

Restez vivants...et malheureux

Que ce soit au centre de crise ou sur le divan de son cabinet privé, celui qui voit tous les jours défilier la souffrance psychique des uns et des autres pose un regard critique sur la froide gestion de la détresse dans notre société qui compte le deuxième plus haut taux de suicide au monde : «On n'arrête pas de dire aux gens suicidaires de demander de l'aide, mais généralement, tout ce qu'on a à offrir comme société s'arrête à la psychiatrie : on vous prescrit des pilules et on vous retourne chez vous avec les mêmes problèmes.»

Maxime-Olivier Moutier dénonce également l'hypocrisie de notre société lorsqu'il s'agit de venir en aide aux personnes qui crient à l'aide. «La prévention du suicide dans notre société se résume à empêcher les gens de se suicider : appeler les services d'urgence, les droguer ou les endormir avec une piqûre à l'hôpital. Tout ce qu'on veut, c'est que les statistiques baissent et que le ministre soit content. Après, on s'en fout de votre problème : prenez vos pilules, travaillez, fonctionnez, et demandez-en le moins possible.» Le psychanalyste n'hésite pas à citer en exemple le fait que la majorité des personnes en détresse

Suite à la page 18



Suite de la page 17

doit attendre environ six mois avant de pouvoir obtenir un premier rendez-vous avec un psychologue payé par le système public de santé.

La parole qui soigne

En bon psychanalyste, Maxime-Olivier Moutier croit que la parole constitue le premier remède pour apaiser le désespoir : «Il y a un déni de ce qui va mal chez l'humain dans notre société. Il faut aller au-delà de la pilule parce que si quelqu'un va mal, il faut qu'il s'explique là-dessus. Dès qu'une personne se met à parler, sa perception change et ça l'amène ailleurs.» Celui qui a déjà failli commettre l'irréparable a la crédibilité de l'expérience : «C'est assez facile d'empêcher quelqu'un de se suicider... en cinq minutes de conversation au téléphone. Déjà, la personne qui t'appelle se donne une dernière chance d'être aidée. Et si elle sent qu'elle est vraiment écoutée, elle va parler et changer d'idée. Mais il faut être vraiment à l'écoute de la personne dans sa réalité du moment, éviter les phrases toutes faites et ne pas se laisser impressionner par le fait qu'elle est sur le quai d'un métro.»

À la lumière de son intervention quotidienne auprès des suicidaires, Maxime-Olivier Moutier constate que les motifs qui donnent envie à plusieurs de démissionner de la vie ne sont pas ceux qu'on croit. «Le stress, la pression sociale, ce n'est pas ça qui mène les gens au désespoir. C'est plutôt le manque d'amour et la perte du sacré remplacé par la consommation. Nos humains d'ici vivent des situations extrêmement difficiles. Essayer de retrouver l'amour à 40 ans et se faire plaquer à 45 pour ensuite se rendre compte qu'on n'aura jamais d'enfants et qu'on en voulait, ça nous éprouve plus qu'on pense. Et puis on est plus souvent déçu que nos grands-parents. Souvent, une personne doit recommencer à zéro quatre ou cinq fois dans sa vie. Mon grand-père n'a jamais recommencé à zéro.»

■ La Semaine de prévention du suicide se déroule du 1^{er} au 7 février. Détails au www.aqps.info

Splendeurs et misères du métier de psychanalyste

Ils sont une quarantaine au Québec. «Je les connais tous!», de lancer en riant Maxime-Olivier Moutier au sujet de ses confrères et consoeurs. Devenir psychanalyste n'est pas de tout repos, malgré l'image mythique qui subsiste chez la majorité d'entre nous : un maître silencieux un tantinet ronflant assis derrière un patient allongé sur le divan. «Si on savait à quel point c'est difficile, on ne choisirait pas nécessairement ce métier. En même temps, c'est tellement nourrissant!», témoigne celui qui a fait une psychanalyse pendant huit ans avant de devenir lui-même psychanalyste. Contrairement à la médecine traditionnelle où le médecin nous donne un diagnostic, la psychanalyse demande plutôt au patient de dire de quoi il souffre. «Je peux tout entendre. Je n'essaie pas de normaliser le discours de la personne. Je ne cherche même pas à ce qu'elle s'en sorte. Je sais que ça va aller de soi... la guérison vient par la prise de parole», explique Maxime-Olivier Moutier.

Les deuils inhérents à l'exercice du métier de psychanalyste? «À un moment donné, tu te rends compte que l'humain ne veut pas nécessairement être bien. Le malheur, ça le fait pas mal tripper. Les gens veulent aller mieux, mais ne veulent pas changer. C'est comme dire : «J'ai une vie de merde, mais faites que je sois bien dans cette vie de merde-là!» Celui qui reçoit les confidences sur le divan depuis six ans constate également que la plupart des patients abandonnent la thérapie pour de mauvaises raisons, notamment parce qu'ils sont poussés dans leur dernier retranchement. Étrangement, l'autre grande misère des psychanalystes concerne le rapport à l'argent. Le fait de payer a notamment pour but de marquer clairement la relation professionnelle qui unit le patient à son psychanalyste. Or, certains patients ne l'entendent pas ainsi et cherchent plutôt l'amour, donc l'échange gratuit, avec leur psychanalyste... d'autant plus que la thérapie peut durer plusieurs années. Un mythe, le taux horaire de 100 \$ et plus? «Oui, moi je ne charge pas ça du tout et ce n'est pas vrai que les psychanalystes sont riches à craquer, car la plupart ont du mal à se faire payer», répond le principal intéressé. (A.C.)



Développement social

Un docteur à la défense des Noirs

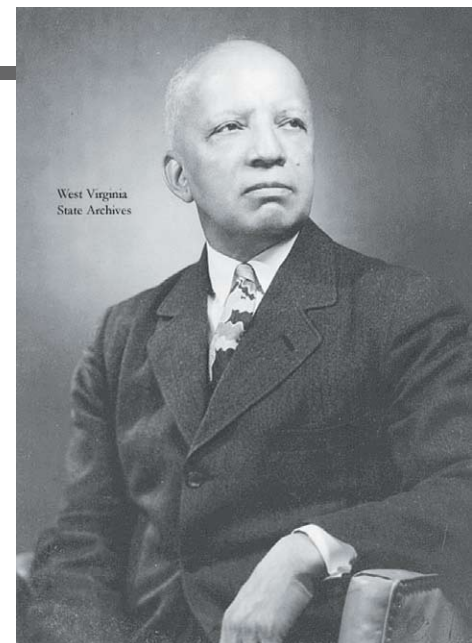
Né aux États-Unis en 1875 et décédé en 1956, Dr Carter G. Woodson fut l'instigateur de la Semaine des Noirs en février 1926, le «Negro History Week». Le mois de février fut choisi parce qu'il correspondait au mois anniversaire de naissance de deux grands abolitionnistes de l'esclavage, Frederick Douglas et Abraham Lincoln.

Cet historien a révélé à travers sa carrière et ses œuvres une autre version de l'histoire. Il fut le créateur d'un courant d'analyse plus scientifique des contributions des Noirs à l'histoire universelle. Il combattit, par la recherche et l'éducation, le racisme et les préjugés de la société. Son plus grand rêve était d'intégrer l'histoire africaine dans les programmes d'études des écoles. Pour lui, il ne suffisait pas que l'histoire africaine fasse l'objet d'un enseignement scolaire, mais que l'instruction soit faite aussi dans le respect et de manière plus sensible à la diversité.

La Semaine des Noirs devint le Mois de l'histoire des Noirs en 1976, dans le cadre des festivités du bicentenaire américain. Cet événement visait à commémorer d'une manière plus fidèle et plus objective l'histoire des Noirs. Il est célébré dans les plus grands centres urbains en Amérique du Nord, en Afrique, en France, aux Caraïbes, en Amérique centrale et en Amérique du Sud.

(Source : ministère de l'Immigration et des Communautés culturelles)

■ Le mois de février est choisi chaque année depuis 1976 pour souligner la contribution des Noirs à l'histoire universelle.



Dr Carter G. Woodson fut l'instigateur de la Semaine des Noirs en février 1926



Gaz Métro engagé dans sa communauté

Le 11 décembre dernier, les locaux du siège social de Gaz Métro ont résonné des rires de 142 enfants de l'école primaire Hochelaga. Située au cœur d'un quartier défavorisé, Gaz Métro est engagée depuis 12 ans auprès de cette école dont les élèves sont pour la plupart issus de familles pauvres.

Sensibles au sort de ces enfants vivant dans l'un des quartiers les plus pauvres au Canada, les employés du comité de parrainage de l'école Hochelaga organisent différentes activités pour améliorer les conditions d'apprentissage des élèves. Depuis plusieurs années, le comité achète et récupère des livres afin de doter l'école d'une bibliothèque bien fournie. Une collecte de vêtements d'hiver est également organisée auprès des 800 employés afin de vêtir chaudement ces petits. Mais pour eux, la journée du père Noël demeure la plus importante.

Âgés de 4 à 8 ans, les enfants de l'école Hochelaga ont eu droit à toute une journée. Spectacle de théâtre, rencontre avec le père Noël, de nombreux cadeaux... même plusieurs employés étaient déguisés pour le plaisir des enfants. À peine arrivée dans les locaux de la rue du Havre, Kimberley, six ans, était déjà tout excitée : «C'est ma journée préférée! J'aime aller à Gaz Métro, car le père Noël donne des cadeaux!»

L'énergie de ces élèves crée une ambiance de travail positive chez les employés de Gaz Métro. En ce 11 décembre, 40 employés étaient avec les enfants, dont Alfred Rioux, conseiller senior en technologies de l'information. «Cela fait des années que je suis impliqué avec les enfants», confirme-t-il. M. Rioux est également à l'origine de la journée «Carrières» destinée aux enfants de 6^e année de l'école Hochelaga. Cette journée a pour but de briser le cycle de pauvreté en présentant à ces futurs adultes les différents types d'emploi chez Gaz Métro, dont plusieurs ne nécessitent pas de diplôme universitaire.

À Gaz Métro, il serait impossible de soutenir ces élèves sans le dévouement de la dizaine d'employés impliqués dans le comité de parrainage de l'école Hochelaga, qui existe depuis 12 ans et qui regroupe des employés provenant de



Alfred Rioux, employé de Gaz Métro, fait le clown pour faire plaisir à Sacha, 7 ans, et Kimberley, 6 ans, deux enfants de l'école primaire Hochelaga.

Photo: Jérôme Savary

tous les services de l'entreprise. Martine Giguère, adjointe administrative aux expertises immobilières chez Gaz Métro, préside ce comité. «Je fais ça pour les sourires des enfants, dit-elle. Ces enfants sont issus de milieux défavorisés et pour une fois, ils sont heureux.» Brigitte Landry, enseignante depuis six ans à l'école Hochelaga, confirme : «Pour certains enfants, c'est la plus belle journée de leur vie.»

Enfances douloureuses

Cette journée du père Noël est l'occasion pour plusieurs enfants d'oublier leurs réalités souvent difficiles. «Les confidences au père Noël révèlent parfois des réalités sombres, explique Martine Giguère. Certains enfants demandent au père Noël que papa arrête de les battre. Je me souviens d'un enfant à qui le père Noël avait demandé "Que veux-tu comme cadeau? Je veux juste que ça arrête", lui avait répondu l'enfant.»

Selon l'enseignante Brigitte Landry, les parents font cependant le maximum malgré leur manque de moyens financiers. «Les parents ont vraiment à cœur la réussite de leurs enfants, mais ils n'ont pas de sous. Gaz Métro nous aide beaucoup.»

Gaz Métro de plus en plus présent

Chaque service de l'entreprise s'engage à sa façon dans la communauté. Par exemple, 200 paniers de Noël sont remis chaque année à autant de familles du quartier. Tout près du pont Jacques-Cartier, les élèves de l'école primaire Garneau ont également reçu le soutien de l'entreprise gazière, qui est le maître d'œuvre de 80, *ruelle de l'Avenir*, un projet de centre d'apprentissage réalisé dans une annexe de cette école et permettant à 2000 élèves de recevoir notamment des ateliers d'horticulture, de danse, de musique, de cuisine.

Parmi toutes ces activités, le parrainage des enfants de l'école Hochelaga garde une résonance particulière chez les employés. Philippe Batani, chef du service développement durable, est ravi d'une telle activité : «C'est touchant de voir des enfants aussi heureux. Ça crée une grande fierté chez nous, les employés.»

■ **Projet 80, ruelle de l'Avenir :** www.80ruelle.com
En savoir plus sur Gaz Métro : www.corporatif.gazmetro.com



ILS NE QUÊTENT PAS. ILS TRAVAILLENT.

En achetant L'itinéraire, vous aidez des centaines d'êtres humains en difficulté qui travaillent à retrouver leur dignité.

www.itineraire.ca

L'ITINÉRAIRE
UNE LECTURE QUI FAIT DU BIEN



ZOOM MEDIA

« Dans une vision solidaire de Montréal, l'arrondissement de Ville-Marie est fier d'appuyer l'insertion sociale et L'itinéraire. »

Benoit Labonté
Maire de l'arrondissement

Ville-Marie
Montréal



Square Benny : la géothermie au coeur d'un projet de condos

En décembre dernier, la société immobilière Développements McGill a installé 21 tuyaux géothermiques, à près de 550 pieds dans le sol, sur le site de son projet de condominium Square Benny, dans le quartier Notre-Dame-de-Grâce, à Montréal.

McGill entend obtenir la certification LEED pour ce projet de développement de condos. Or, la géothermie est une composante importante pour l'obtention du certificat LEED (Leadership in Energy and Environmental Design) du US Green Building Council.

La géothermie est un processus qui permet de chauffer le bâtiment en récupérant la chaleur qui perdure assez profondément dans le sol, même en hiver. En été, on inverse le principe et on utilise les équipements géothermiques pour climatiser le bâtiment.

Selon Développements McGill, la technologie géothermique offrira au Square Benny une efficacité énergétique de 25 % supérieure au Code modèle national de l'énergie des bâtiments.

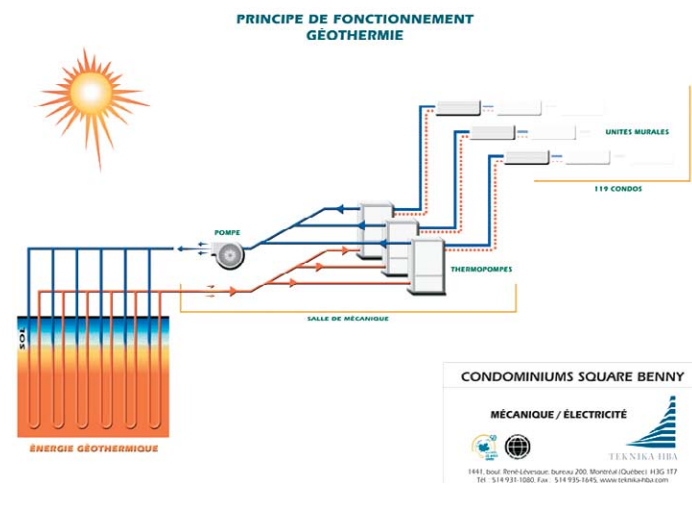
Les certifications LEED et Novoclimat ont une incidence directe sur la réduction des coûts énergétiques. Par exemple, l'optimisation de l'efficacité énergétique par la géothermie devrait permettre aux résidents de diminuer d'environ 55 % le coût de leur facture mensuelle de chauffage. De plus, la qualité de l'air s'en trouverait améliorée.

En plus de la géothermie, les condos seront dotés de fenêtres et de toits à isolation supérieure, les murs et les dalles seront en béton, les peintures et les adhésifs seront à faible teneur en composés organiques volatils (COV).

Développements McGill a déjà remporté des prix, dont ceux de Mise en valeur du patrimoine pour le Couvent Outremont et celui d'Intégration architecturale pour 777, remis par Héritage Montréal.

■ Pour aller plus loin : www.condomontrealsb.com

(Source : Vision Durable)



Des frigos intelligents qui luttent contre le réchauffement climatique

Au début de l'hiver, trois mille Britanniques ont reçu, dans le cadre d'un test financé par le gouvernement, un réfrigérateur intelligent qui prend en compte la facture énergétique et environnementale du réseau électrique. Ces appareils peuvent non seulement générer d'énormes économies d'énergie et réduire ainsi les émissions de CO², mais aussi donner un sérieux coup de pouce au développement des énergies renouvelables.

Ces frigos intelligents sont équipés d'une puce qui mesure en permanence la tension électrique et empêche la consommation d'énergie superflue. Pour faire simple: Si le réseau électrique est sous pression à cause d'une forte demande, les appareils réduisent temporairement leur consommation d'énergie. Le consommateur ne constate rien mais le réseau électrique est largement soulagé de la surcharge énergétique. Les pics de consommation sont absorbés par des centrales alternatives avec toutes les conséquences positives pour l'environnement.

Cette technologie — dénommée — «dynamic demand» peut à l'avenir également être utilisée, en plus des réfrigérateurs, pour les appareils de conditionnement d'air ou pour les stations de recharge à véhicules électriques. Le ministère britannique de l'énergie estime que les appareils intelligents procurent chaque année, en Grande-Bretagne seulement, deux millions de tonnes de CO² d'économie ce qui peut rapporter environ 250 millions d'euros d'économies.

De plus, ces appareils peuvent jouer un rôle clé dans le développement des sources d'énergie renouvelables comme l'énergie solaire et les éoliennes. Ils sont capables de gérer un « flux énergétique irrégulier » et assurer un même rendement pendant tant pendant les pics et que lors les creux de consommation sur les réseaux. Un réseau électrique intelligent joue un rôle clé dans la capture de ces fluctuations de demande et d'offre.

■ Site Internet : www.dynamicdemand.co.uk

(Source : Joren Gettemans/Inter press service)

En marche, dans la rue et ailleurs, vers une politique en itinérance

12 décembre 2007
Manifestation à Québec
pour une politique
en itinérance



L'équipe du RAPSIM

Le dossier de l'itinérance a fait de bons pas en avant en 2008, notamment grâce à la tenue d'une commission parlementaire sur la problématique de l'itinérance, à laquelle se sont ajoutées de multiples pressions pour un financement accru des groupes qui assurent la prise en charge des sans-logis, notamment les grands refuges. En 2009, l'heure est à la mise en place d'une réelle politique globale en matière d'itinérance. Il n'est pas question ici d'une résolution que l'on brandit à l'emporte-pièce, mais bien d'une nécessité absolue, gage de résultats concrets. Souhaitons qu'elle s'ajoute aux petits pas franchis avec les gens, dans la rue...



29 septembre 2008
Ouverture de la commission parlementaire
sur l'itinérance à Montréal

Crédit photos : Claude Majeau



De l'éthanol québécois bon pour la planète?

L'entreprise québécoise Enerkem est sur le point de mettre en marche sa nouvelle usine de gaz de synthèse propre, la première au monde à produire des carburants liquides à partir de bois traité issu de poteaux

électriques usagés. Exploitée par une équipe de 13 personnes, l'usine de Westbury, près de Sherbrooke, produira, à terme, cinq millions de litres d'éthanol de deuxième génération par année.

Le procédé thermochimique d'Enerkem utilise une tonne de déchets pour produire 360 litres d'éthanol, c'est-à-dire suffisamment de carburant pour parcourir 2 500 km en voiture, soit la distance de Montréal à Winnipeg.

Ces carburants contribuent à la réduction des gaz à effet de serre de deux façons : premièrement, ils utilisent une matière première qui autrement produirait du méthane au moment de l'enfouissement; deuxièmement, ils offrent un carburant renouvelable pour les voitures, les autobus et les camions.

Contrairement aux biocarburants de première génération (agrocultures) qui sont produits à partir de maïs ou de canne à sucre, et concurrencent l'approvisionnement en nourriture des populations, les biocarburants de deuxième génération d'Enerkem sont produits à partir de biomasse et de déchets.

Enerkem exploite une usine pilote depuis 2003. Elle prévoit construire une troisième usine à Edmonton, en Alberta, qui transformera les déchets domestiques triés en éthanol pour les voitures, les autobus et les camions.

(Source : Vision durable)

Beauté botanique torride

Avec l'arrivée des grands froids, les factures de chauffage vont grimper en flèche. Vous êtes prêt à tout pour en réduire le coût? Voici un moyen original et écologique d'obtenir un petit supplément de chaleur : un « philodendron chauffant ».

Aussi étonnant que cela puisse paraître, les organes reproducteurs de certaines plantes dégagent naturellement de la chaleur. La plus « chaude » d'entre elles est le Philodendron bipinnatifidum, une jolie plante d'intérieur. Au creux de la fleur, la température peut s'élever à 45°C. Attention aux brûlures!

Pourquoi la fleur du Philodendron bipinnatifidum produit-elle de la chaleur? Pour attirer les insectes pollinisateurs. En fait, la chaleur seule ne suffit pas. Son rôle est de disperser les molécules de parfum émises par la fleur. En effet, l'air chaud peut contenir plus de particules volatiles que l'air froid. Étant donné que l'apport de chaleur permet aux molécules odorantes de parcourir de plus grandes distances, cela augmente leurs chances d'être perçues par les insectes.

À quoi ressemble ce *Chanel No 5* pour insectes? À un mélange de poivre noir, de cannelle, de vanille et de résine. Cet arôme se révèle irrésistible pour les scarabées, les principaux pollinisateurs de ce philodendron. Vous vous inquiétez toujours de vos factures de chauffage? Avant de courir acheter un philodendron, sachez qu'il y a un petit hic : cette plante tropicale ne fleurit pas dans nos maisons. Et même si elle fleurissait, la chaleur produite ne suffirait pas à chauffer votre logis...

(Source : ministère du Développement économique, de l'Innovation et de l'Exportation)



Au creux de la fleur du Philodendron bipinnatifidum, la température peut s'élever à 45°C!

Pour vous, regarder un match de hockey à la télé, c'est du sport?

Vous êtes qualifié pour le


Défi Santé^{MC}
5/30

Courez la chance de devenir la «**Famille 5/30 Desjardins**»

Inscrivez-vous au DefiSante530.ca avant le 1^{er} mars 2009

Une production de : Présenté par :

En partenariat avec :



© ACT-MENU, 2009. Toute reproduction interdite. Le Défi Santé 5/30 est une marque de commerce appartenant à ACT-MENU.



La Capitale du Mont-Royal

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

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

Deux bureaux en plein cœur de Montréal:
 1152 av. du Mont-Royal est 514 597-2121
 2339 rue Beaubien est 514 721-2121

Venez voir qui nous sommes sur notre blogue: lacapitaledumontroyal.com

DEUX COMPTOIRS ACCÈS VILLE-MARIE POUR MIEUX VOUS SERVIR

Pour accéder aux programmes, aux activités et aux services offerts par l'arrondissement de Ville-Marie

Bureau d'arrondissement
 888, boul. De Maisonneuve Est, 5^e étage
 Montréal (Québec) H2L 4S8
 ☺ Berri-UQÀM

Hôtel de ville
 275, rue Notre-Dame Est
 Montréal (Québec) H2Y 1C6
 ☺ Champ-de-Mars

Les comptoirs sont ouverts du lundi au vendredi de 8 h 30 à 16 h 30 sans interruption

Renseignements : Composez le 311 — ville.montreal.qc.ca/villemarie



Le bogolan ou l'histoire d'un tissu inspirant

Maeva Vilain

Isabelle Garceau, professionnelle de la mode, vient de créer un nouveau circuit touristique au Mali pour initier les visiteurs à la fabrication du bogolan. Ce tissu africain à l'histoire millénaire est devenu pour elle une source d'inspiration sans fin.

Au cours de la visite conçue par Isabelle, les participants découvrent la longue histoire et les nombreuses légendes entourant ce tissu de l'Afrique de l'Ouest. Ils seront aussi invités à fabriquer leur propre *bogolan*. La toile qui le compose est faite de graines de cotonniers du Mali ou du Burkina Faso. Elle est teintée avec des produits entièrement naturels. À l'origine, seul le noir, obtenu avec de l'argile, était utilisé pour dessiner. Aujourd'hui, de nouvelles couleurs, faites à partir de teintures issues des plantes, ont été introduites. Certains artisans reproduisent des motifs traditionnels ayant une signification particulière. D'autres créent des dessins contemporains.

Isabelle Garceau a découvert le bogolan par hasard. Elle était en route vers le pays dogon, au Mali, pour apprendre à fabriquer l'indigo, une teinture bleue obtenue avec les feuilles de l'indigotier. À la suite d'un vol, elle n'a pu se rendre à destination. Retenue à Bobodioulasso, au Burkina Faso, elle fait la connaissance de Baba, un fabricant de bogolan, un tissu qui l'a tout de suite allumée.

Partie à la rencontre des artisans, Isabelle est tombée sous le charme des vieilles dames qui filent le coton. Une tradition en voie de disparition selon elle. «Les jeunes de là-bas ne veulent pas s'asseoir avec les aînées pour apprendre à filer. Les parents préfèrent les employer à d'autres tâches.» La perte de cette coutume inquiète Isabelle, d'autant plus qu'elle voit dans ce tissu un vecteur de valeurs essentielles. «Le bogolan génère un contact avec une autre culture et avec la terre. C'est une façon écologique de créer, de se connecter avec nos ancêtres et avec nos origines. Indirectement, nous venons tous d'Afrique.» C'est à son retour

au Québec qu'elle décide de partager sa découverte du bogolan.

«Je ne voulais pas me contenter de vendre des bogolans, explique-t-elle. Ils ne sont pas appréciés à leur juste valeur si on ne connaît pas leur histoire.» Elle conçoit alors une série d'activités qui transmettent tout ce qu'elle perçoit d'essentiel dans ce tissu. Elle se rend dans les centres pour femmes, où elle organise des ateliers de création de murales collectives. «Chaque femme crée un motif sur son propre morceau de bogolan. Ensuite, tout est rassemblé en une grande toile», dit-elle. Les résultats sont surprenants. «Dans un centre pour femmes de Shawinigan, une participante aux idées suicidaires m'a confié être restée en vie grâce à la fabrication de cette murale collective.»

«Le bogolan génère un contact avec une autre culture et avec la terre. C'est une façon écologique de créer, de se connecter avec nos ancêtres et avec nos origines. Indirectement, nous venons tous d'Afrique.»

— Isabelle Garceau, professionnelle de la mode, vient de créer un nouveau circuit touristique au Mali pour initier les visiteurs à la fabrication du bogolan

Dans les écoles, où elle projette son documentaire sur les techniques du bogolan, l'effet est tout aussi saisissant. «Il est arrivé que des jeunes de 13 à 14 ans se mettent à pleurer. Ils étaient touchés par les valeurs derrière ce tissu», témoigne Isabelle.

Avec son conjoint, percussionniste de métier, elle a créé un spectacle pour



Photo : Maeva Vilain

Isabelle Garceau, professionnelle de la mode, vient de créer un nouveau circuit touristique au Mali pour initier les visiteurs à la fabrication du bogolan

les petits, intitulé *Les Tuniques du chasseur*. Ce conte musical retrace l'histoire de la découverte du bogolan. Les petits reçoivent ensuite une petite bourse faite de coton vierge sur laquelle ils reproduisent des motifs traditionnels d'Afrique de l'Ouest. Ils y rajoutent des petits objets comme des clochettes, des osselets et obtiennent ainsi un gri-gri porte-bonheur.

■ Renseignements :

Pour découvrir les techniques de fabrication du bogolan dans le cadre d'un atelier à Montréal ou au Mali, ou pour inviter Isabelle Garceau à produire son spectacle dans votre établissement ou votre organisme, composez le 514 750-9509 ou écrivez à igarceau@yahoo.fr.

Collectivement pour un monde différent



Centrale des syndicats
du Québec



CSQ

www.csq.qc.net

0807-146

Pour une gouvernance axée sur la collégialité

fneeq 
Fédération nationale
des enseignantes et
des enseignants
du Québec

www.fneeq.qc.ca

ON LUTTE À VOS CÔTÉS

SCFP

Syndicat canadien de
la fonction publique 



L'ÉCHANGE
Livres, CD, DVD
d'occasion
707 ET 713 MONT-ROYAL EST
☎ MONT-ROYAL (514) 523-6389

 **Desjardins**
Caisse du Quartier-Latin de Montréal

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

Siège social: 1255, rue Berri, Montréal (Québec) H2C 4C6
Tél.: 514 849-3581 Téléc.: 514 849-7019



Maxime
Camelot, métro Jarry
et Fleury/De la Roche

Présent à l'État d'Urgence 2008

À la toute fin du mois de novembre, j'ai participé à l'événement *État d'Urgence*, dont le but est de sensibiliser la population aux difficultés rencontrées par les sans-abri. Cette année, j'ai trouvé que l'organisation était particulièrement réussie, car il y avait de nombreuses activités pour occuper les personnes seules venues y chercher un peu de réconfort. Par exemple, des ateliers de peinture et de sculpture étaient proposés. Des massages étaient également donnés gratuitement. C'est l'équipe de Médecins aux pieds nus qui offrait les services de massage, la même qui fournit ses services à *L'itinéraire*. Je me suis fait masser les pieds, puis le dos, ce qui ne m'arrive pas très souvent et qui m'a fait beaucoup de bien.

Marie-Claude, ma professeure de peinture de l'organisme Cactus, est même venue à *État d'Urgence* en compagnie de sa mère et de sa sœur, ce que j'ai trouvé formidable. En effet, les citoyens ont souvent peur de rencontrer des sans-abri, car ils ont beaucoup de préjugés à leur égard. Ce n'était pas le cas de la famille de Marie-Claude, puisque sa sœur m'a même aidé à faire une sculpture.

Comme c'est le cas chaque année, un repas gastronomique préparé par de grands chefs montréalais nous a été servi. Je me suis régalé de ces plats que je n'ai pas l'occasion de manger souvent. Sans compter qu'un orchestre était même présent et qu'une chanteuse d'opéra chantait pendant qu'on mangeait! Bravo à Annie Roy et Pierre Allard, le couple organisateur, pour ce projet unique au Québec!



Dominic Mason
Camelot, centre
commercial Maisonneuve

Le sourire

Un sourire ne coûte rien, mais il a une grande valeur. Il enrichit ceux qui le reçoivent sans appauvrir ceux qui le donnent. Il ne dure qu'un instant, mais on s'en souvient longtemps. Personne n'est assez riche pour le posséder. Il rend les familles heureuses, les affaires prospères et les amitiés durables. Il nous aide à combattre tous nos soucis. Cependant, il ne peut être acheté, emprunté ou volé. Il a une grande valeur seulement quand il est donné.

Un sourire nous repose quand nous sommes fatigués, nous encourage lorsque nous sommes déprimés et, finalement, nous réconforte quand nous sommes tristes.

En terminant, je tiens à écrire quelques mots à la mémoire de Jacques Boivin (1951-2008), qui était un ami et avec qui je partageais mon logement. Il a été camelot de *L'itinéraire* pendant de nombreuses années. Salut à toi Jack! Toi qui est au ciel et qui sourit aux anges.



Norman Rickert
Camelot, métros Vendôme
et Édouard-Montpetit
normartmusic@yahoo.ca

Jules, mon félin favori

Jules est entré dans ma vie par une journée d'été en 2004. Un jour, un ami m'a appelé pour me dire qu'il voulait donner un de ses chats. Lorsque je suis arrivé chez lui, il m'a montré l'individu félin en question. Dès que j'ai vu l'adorable spécimen roux et blanc angora à poils longs, j'ai éprouvé un élan de sympathie et d'affection pour ce mâle castré de deux ans. Il faut dire que sa première maîtresse envisageait de le faire euthanasier. Mais grâce à mon ami d'alors, Jules a échappé de justesse à l'issue fatale. Je n'ai jamais regretté de l'avoir pris avec moi. C'est un chat très affectueux qui ronronne suffisamment pour alimenter en électricité une dizaine de maisons! Il connaît un certain succès auprès de la gent féline, surtout l'été, lorsque je le laisse sortir dans le jardin. Monsieur Jules adore le thon et, l'été, il ne dédaigne pas les papillons de nuit. J'apprends à vivre le «ici et maintenant» en compagnie de Jules, qui demande qu'on s'occupe un peu de lui et qui ne se gêne pas pour venir me déranger lorsque je reste trop longtemps le nez collé contre mon écran d'ordinateur. D'ailleurs, Jules est déjà une célébrité, puisque sa photo apparaît dans mon dernier recueil. Qu'importe le genre de journée que j'ai vécue, mon chat vient se blottir à mes côtés le soir avant que je me couche. Monsieur vient souvent me réveiller le matin ou le midi, quand il a une fringale. Avoir Jules, c'est un peu comme avoir un enfant...



Christian Choquette
Camelot, Mt-Royal et St-André

Des chats ou des chiens, mais pas des mouches

Les animaux domestiques représentent d'excellents thérapeutes pour les gens qui sont seuls. Ces derniers peuvent à la fois donner de l'amour à leur animal, qu'il s'agisse d'un chat ou d'un chien, et en recevoir. On a tous besoin d'amour et de tendresse.

À l'époque de l'Égypte ancienne, bien avant Jésus-Christ, il y avait déjà des chats domestiqués. Pour ce qui est des chiens, peut-être que d'anciens peuples ont domestiqué des coyotes, des loups, des renards, des chacals, des hyènes ou des ours et qu'il y a eu des croisements entre eux au fil du temps.

J'essaierai peut-être d'avoir une petite chatte un jour. Elles sont plus propres que les chiens, paraît-il. Cet été, dans mon un et demi, j'ai essayé de domestiquer des mouches, mais j'ai perdu patience et elles ont toutes fini écrasées en arrière d'un livre!

Santé, paix intérieure et ne manquez de rien si possible!



Michel Lafontaine
Camelot, marché Jean-Talon

Le masque du chat

En ce moment, je suis assis au métro Jean-Talon. Je pense beaucoup à mon chat Torticolis. Je m'ennuie de lui, car la dame qui en prend soin ne me laisse pas le voir. Selon elle, je ne suis pas assez responsable pour m'en occuper, mais elle a oublié que j'en ai pris soin pendant 12 ans. Ah! Oui! Torticolis pèse approximativement 26 livres. Son signe astrologique est Lion. Sa mère, Aphrodite, est morte dans le feu de la maison de ma tante Nicole à Rawdon. Ça fait longtemps que j'ai perdu contact avec ma famille, mais c'est volontaire. Je vivais des peurs face à la vie et un sentiment de culpabilité. Il y a longtemps que je suis comme ça. Ce besoin d'approbation de la part des autres et ce manque de confiance en moi remontent à mon adolescence. Pourtant, lorsque je devrais être gêné, j'ai du front tout le tour de la tête, mais quand vient le temps de me montrer tel que je suis, je bloque. Par ailleurs, j'ai une foutue belle collection de masques. Vous êtes-vous déjà demandé si vous ne portez pas un masque? Il est si facile de se cacher derrière certaines peurs! Faites de l'introspection, regardez-vous dans le miroir et vous verrez qu'il n'y a pas d'âge pour changer de mode de vie et de pensée. Pour ma part, j'aimerais retourner dans le passé et corriger les erreurs dues à mon manque d'expérience. Quand je me dis que je vais avoir 50 ans le 22 janvier prochain, c'est fou! Mon signe astrologique est Verseau ascendant Bélier avec influence du Taureau. Selon l'horoscope aztèque, mon arbre est le roseau et mon signe chinois est le Sanglier. Pourquoi j'écris ça? Pour que vous sachiez qui se cache derrière le masque du chat.



Denis Archambault
Camelot, métro Peel

Renaissance intérieure

En quelques mots, je tiens ici à remercier chaleureusement celles et ceux qui m'ont aidé à remonter la pente. Il y a près de deux ans, je ne faisais rien. Sortant tout juste de prison, je cherchais une identité et un sens à donner à ma vie. Après quelques mois d'efforts, je crois avoir réussi à trouver un équilibre. En vendant *L'itinéraire*, j'ai constaté que les gens me manifestaient plus de respect que lorsqu'ils me voyaient *bummer* au même endroit. Le programme d'insertion sociale Interagir, que l'on m'a proposé de faire à *L'itinéraire* en tant que préposé à l'entretien, m'a aussi aidé à reprendre pied. Vos impôts servent à quelque chose, croyez-moi, car ce programme d'insertion payé par le gouvernement du Québec m'a permis de rencontrer plusieurs personnes, dont les employés du groupe *L'itinéraire*. Ces derniers m'ont encouragé à persévérer et m'ont accompagné dans mes démarches de réalisation personnelle. Plus précisément, je tiens à nommer des personnes importantes pour moi : à *L'itinéraire*, merci à Francis Caron, intervenant psychosocial, Jocelyne Sénécal, directrice de l'insertion sociale, Audrey et Jérôme, de la rédaction du magazine, à l'organisme Sac à dos, où je travaille désormais dans le cadre du programme Interagir, merci aux responsables. D'ailleurs, je me suis donné comme mission de rapprocher ces deux organismes que j'ai beaucoup à cœur. Enfin, merci à mes amies Carole et Louise, qui m'ont soutenu et encouragé pendant mes coups durs. Grâce à vous tous, je sais que je peux m'en sortir, quoi qu'il m'arrive.



Bill Economou
Camelot, Marché Atwater

Knowing the right people

It's important not to stay isolated in one corner away from people; it doesn't do you any good. Meeting the right people and developing a social network is important. These people might end up giving you some useful advice or help you get a job. Especially this time of the year when the winter really hits we need to be uplifted. Isolation doesn't help us, but rather it creates a sense of insecurity. Sometimes we need to be with others in order to share our expenses. Other times we need people to encourage us to pursue something. Very importantly we need to be around people we can trust. We might have to be aware of different things that are happening in order to protect ourselves. A painful divorce, a sickness or the loss of a loved one can be really painful, that's when we need others around us to comfort us. It's also a lot tougher to get things done when you're alone and you could be less motivated. Sharing the burden will alleviate the pain and improve your life. Living together with someone will also give you more time to do things you want at ease. More importantly being together with somebody else will give you a sense of security. I don't like being lonely. I want to be with others who share my views and have a good laugh. It's also important to be as fair as possible to everybody, so when people will see that in you they will be attracted to you. The best thing to do is to hang around with wise and holy people; this will help your moral and build you up.



Joseph Clermont
Camelot, supermarché
Métro sous le pont
Jacques-Cartier

La compréhension

Certaines personnes ne comprennent pas notre situation, quand on vit le bas fond. Pourtant, on n'est à l'abri de rien. Dans la vie, on connaît des hauts et des bas. Quand je vois des personnes indifférentes qui me snobent, cela m'enrage, car j'ai déjà été très à l'aise financièrement mais j'ai connu le bas fond et j'ai tout perdu. Dites-vous qu'on n'est à l'abri de rien, surtout en cette période de crise économique. Par ailleurs, moi aussi je suis capable de rendre service aux autres et j'aide beaucoup mon prochain, croyez-moi.



Lucie Hamel, camelot sur Mont-Royal

Une battante jusqu'au bout

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

Lucie Hamel est décédée le 22 décembre dernier, à l'âge de 60 ans. Depuis presque les débuts de L'itinéraire, elle était camelot sur l'avenue Mont-Royal, coin Papineau (en face de la SAQ). C'était son « spot »... et une grande partie de sa vie. Les lecteurs du magazine auront été sa source de joie et la rue, son point de rencontre avec la société.

Lucie est morte du cancer après des mois de lutte contre la maladie. La dernière année, elle ne pouvait presque plus vendre, mais elle écrivait encore un peu dans le magazine, histoire de tenir ses clients informés. Car ses clients, c'était sa fierté, sa raison de vendre dans la rue, presque autant que le besoin d'argent. Elle connaissait tout le monde qui passait devant la SAQ. Elle parlait aux uns et aux autres, jasait longuement avec Mme Chapleau qu'elle appelait «sa dame élégante». Cette dernière lui a manifesté une remarquable attention jusqu'à la fin et nous saluons sa générosité et sa sympathie.

Car la vie de Lucie n'a pas été facile. Ce fut une bataille de tous les instants contre la pauvreté et l'isolement. Comme plusieurs femmes de la rue, elle a côtoyé les dealers de drogues et certaines personnes mal intentionnées qui s'en prennent aux femmes. Elle «défendait son spot devant la SAQ» (le meilleur en ville!) avec un aplomb et un courage que peu auraient manifesté. Nous devions aller la voir régulièrement pour ne pas qu'elle se fasse trop malmenée. Elle n'avait pas la langue dans sa poche pour défendre son point et défait les plus durs.

Malgré son combat contre certains et ses demandes de justice, les textes qu'elle publiait dans *L'itinéraire* étaient généralement positifs et faisaient part des bons côtés de la vie et des gens que l'on peut rencontrer.

Ma dernière conversation avec elle a été touchante. Me disant qu'elle n'en n'avait plus pour longtemps, elle me lançait du même souffle son grand bonheur d'avoir renoué avec sa fille dans les derniers mois : «Le plus beau cadeau que la vie pouvait me faire! Et en plus, elle m'a amené deux belles petites filles!» Merci à tous les lecteurs de *L'itinéraire* qui lui ont démontré de l'affection et de la sympathie au cours des dix dernières années. Merci aux employés de la SAQ qui ont aussi eu des attentions pour elle. Vous ne pouvez imaginer à quel point vous avez été importants dans la vie de Lucie. Le Groupe L'itinéraire, le coin Mont-Royal/Papineau, les clients, vous avez été son monde, son point d'encrage, sa raison de continuer. Lucie, on te souhaite un aussi bon spot, où que tu sois maintenant!



Lucie Hamel
Camelot,
SAQ Mont-Royal/Papineau

Son dernier mot de camelot

Particules d'amour

Dépêchez-vous de vivre vos rêves, vos passions et vos désirs le plus tôt possible, car le temps passe vite, très vite même, et cela s'accroît plus nous avançons en âge!

J'ai eu 60 ans à la fin du mois d'octobre dernier. Lorsque j'avais 10 ans, je voyais les gens de 60 ans vieux et vieilles, avec leurs cheveux poivre et sel ou tout blancs, leurs yeux voilés derrière des lunettes ou complètement obstrués par des cataractes. Nous éprouvons une urgence de vivre, mais notre corps ne répond pas toujours à notre commandement. En tous cas, sûrement pas à la même vitesse qu'auparavant. Quand les organes internes sont atteints, un gros problème surgit. Dans mon cas, le problème se nomme «cancer». En quelques mois, les métastases sont arrivées. Elles courent un peu partout à l'intérieur de moi et s'accrochent à mon estomac, à mon foie et à mes intestins. Certaines se sont même attaquées à ma colonne vertébrale et à mes côtes. Une s'est même fêlée et j'en ai eu le souffle coupé pour quelques semaines.

À part cela, la vie est belle! Elle m'a ramené ma fille, avec ses deux petites filles Alice et Angélique, ainsi que son ami Alexandre.

Sur ce, je vous souhaite de joyeuses fêtes et une bonne et heureuse année. Santé, prospérité et le paradis à la fin de vos jours!

P.S. : Une petite prière pour moi serait une belle consolation et un gage d'amitié. Au revoir et à la prochaine!



Gilles Bélanger
Camelot, Complexe
Desjardins /Guy Favreau,
Jeanne-Mance/René-Lévesque

Au cœur de la Saint-Valentin!

Je tiens particulièrement à remercier Line et Ginette que j'apprécie beaucoup, car elles me soutiennent dans mon travail de camelot depuis mes tout débuts, il y a onze ans déjà. Je me suis toujours senti entouré de leur amitié pour moi. Nous sommes dans le mois de la Saint-Valentin, qui est la fête des amoureux, mais aussi celle des amis, c'est pourquoi je tenais à souligner cette belle amitié. Le 14 février, je reçois régulièrement des chocolats en forme de cœur de la part de certains clients. Ils doivent certainement savoir que j'ai la dent sucrée!

La fin d'année a également été pour moi le temps des cadeaux. Plusieurs de mes clients m'en ont donnés et cela m'a fait chaud au cœur. Nathalie, une nouvelle cliente, m'a offert un beau foulard! Quelle belle attention! Merci à ces très chers clients de leur considération envers moi. Et un gros merci à tous ceux que je croise chaque jour sur mon lieu de vente.



Anne Dupéré
Camelot, Avenue du Parc
(supermarché P.A.)

Une flamme

Ah! L'amour est-il bijoux?

Que de l'amitié en creuse mes joues.

Comme lasse elle s'évanouit dans le rêve.

Que bonne modeste parle dans ses prières.

Que bon temps enlace cette vigne.

Que succès compatriote efface le louche.

Dans le secret des secrets il y a la joie.

Les frontières gaies épanouissent la jolie.

Rêveuse elle se dit.

Mais peine d'amour égale poignard d'horizon.



Steve St-Yves
Camelot, métro Cadillac

Sur la bonne voie

Je suis camelot depuis deux ans. Au début, je vendais *L'itinéraire* pour payer ma drogue, mais depuis quelques mois, je suis de plus en plus sobre. Je prends davantage soin de moi : je me suis ainsi acheté des vêtements d'hiver, une bicyclette neuve et une télévision. J'espère continuer dans la bonne voie et je remercie les gens qui m'achètent *L'itinéraire*. Je souhaite de joyeuses fêtes à tout le monde.

L'hypocrisie polluante de nos décideurs

Hélène Ouellette

Camelot, ave. De Bordeaux /du Mont-Royal

J'ai commencé à fumer la cigarette vers la fin des années 60. Cette cigarette était tout simplement fabriquée à partir du tabac, soit une plante saine et bien exploitée, grâce à des méthodes de production naturelles utilisées à cette époque chez les agriculteurs. Les Amérindiens l'ont toujours utilisé pour exprimer leur satisfaction, comme un bienfait de la nature et en un geste de paix. Au 20^e siècle, fumer une cigarette en public représentait pour la femme une sorte d'émancipation, une certaine provocation envers la société, car c'était auparavant l'un des trop nombreux privilèges réservés aux hommes.

Malheureusement, depuis les dernières décennies, cette plante est exploitée, selon les règles démesurées de notre système de capitalisation, en polluant les récoltes de matières nocives afin de les faire pousser abondamment et rapidement, tout en négligeant la santé et l'écologie environnante. Ce processus est également tout à fait répandu dans d'autres sortes d'agriculture, comme les produits alimentaires. Comment nous nourrir convenablement? Pourquoi acceptons-nous que nos gouvernements laissent mettre la santé publique en danger? C'est tout à fait irresponsable de leur part, et nous devons nous demander à la solde de qui ces gouvernements opèrent-ils et aussi pourquoi ils sont réélus.

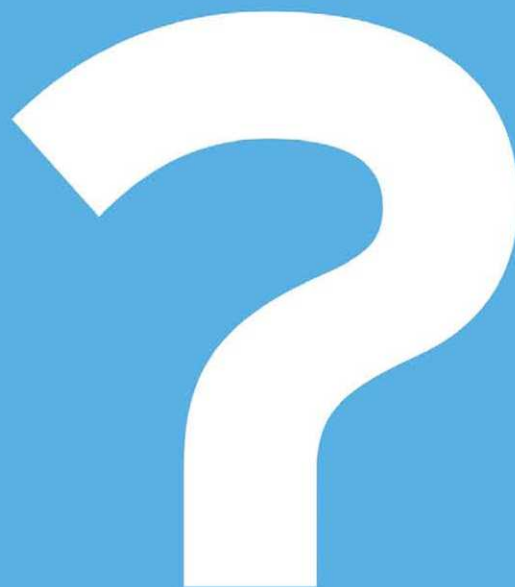
Nos gouvernements préfèrent entretenir cette «fumeuse» fixation de dangerosité envers la cigarette afin d'écarter les vrais problèmes. Notre gouvernement québécois a donc ordonné cette année aux vendeurs de tabac, par l'intermédiaire d'une moralité burlesque, de «cacher ces cigarettes que la population ne doit pas voir», afin de montrer sa volonté de vouloir enrayer la pollution. Cela m'a rappelé un texte d'un écrivain français du 17^e siècle, Molière, qui faisait dire à l'un de ses personnages, l'hypocrite et vicieux Tartuffe : «Cachez ce sein que je ne saurais voir!» Notre gouvernement a donc imposé aux commerçants de dresser un «mur» (à leurs frais, bien entendu), entre ce soit dit poison social et leur clientèle. Il prétend ainsi démontrer qu'il veut enrayer la pollution en ciblant essentiellement le tabac tout en s'acquérant l'approbation bornée de plusieurs non-fumeurs. En même temps, ces mêmes commerçants se sont trouvés dotés de nouveaux terminaux de loterie, affriolants de couleurs, d'images et de bruits se voulant incitatifs au jeu! Cela veut-il dire que le jeu est moins nocif pour la population selon l'échelle des valeurs gouvernementales, ou qu'il est une source de profit exorbitant tout en ne polluant pas, soi-disant, les proches (ce qui est faux)? Il y a une profusion de polluants dans notre société, comme le bruit, le pétrole, le jeu, la drogue, et j'en passe, cela sans compter les injustices sociales de nos gouvernements, qui minent la santé physique et mentale des citoyens!



Un dimanche matin de juin 2008, les clients, d'un hôpital de Montréal n'ayant pas le droit de fumer, se sont vus troublés par un bruit digne d'une catastrophe interplanétaire. Mais non, ce n'était que des avions de guerre canadiens qui saluaient à pleins gaz cette belle course de formule 1 ayant tellement de retombées financières pour les gouvernements et surtout des retombées polluantes pour les citoyens. Il y a quelques années, nos gouvernements ont pourtant investi à grands coups de millions pour aménager des fumoirs que l'on a finalement condamnés... et dire qu'on persiste à parler d'économie!

8 sur 8

La combinaison gagnante



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

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



une initiative de Loto-Québec

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

1 866 SOS-JEUX
1 866 767-5389

JEU : AIDE ET RÉFÉRENCE



NE GARDONS PAS LE SILENCE DEVANT UN CRIME

LA VIOLENCE CONJUGALE EST SOUVENT CRIMINELLE

QU'EST-CE QUE LA VIOLENCE CONJUGALE ?

La violence conjugale s'exerce toujours dans le cadre d'une relation amoureuse, actuelle ou passée. Cette forme de violence, qui a pour effet de compromettre l'intégrité de la personne qui en est victime, se manifeste par des comportements quotidiens, depuis les menaces verbales, le harcèlement, les coups superficiels jusqu'aux blessures graves, en passant par l'agression sexuelle et la violence psychologique et économique.

La violence conjugale est une façon de contrôler l'autre et non pas le résultat d'une perte de maîtrise de soi.

L'agresseur emploie plusieurs stratégies de contrôle dans le but de dominer sa victime et de s'assurer qu'elle ne le quittera pas.

QUE PUIS-JE FAIRE POUR AIDER UNE VICTIME DE VIOLENCE CONJUGALE?

Le rôle des témoins et des proches est crucial. Vous devez aider les victimes à briser le mur du silence. Vous pouvez soutenir les personnes qui subissent de la violence dans un contexte conjugal.

- Soyez à l'écoute.
- Accompagnez-les vers les ressources d'aide.
- Informez-les des scénarios de protection mis à leur disposition.
- Gardez le contact avec les enfants s'il y a lieu.

Mais surtout, passez à l'acte.

Parce que vous avez le recul et la force dont une victime a besoin, vous avez le pouvoir de l'aider. Faites des démarches avec elle et fournissez-lui des renseignements utiles. Les ressources sont là pour vous aider. N'hésitez pas à les consulter.

DES RESSOURCES UTILES

POUR LES VICTIMES

- S.O.S. violence conjugale, au numéro sans frais 1 800 363-9010

www.sosviolenceconjugale.ca

Référence vers des maisons d'hébergement

- www.ViolenceConjugale.gouv.qc.ca

INFORMATION SUR LE PROCESSUS JUDICIAIRE CRIMINEL ET ACCOMPAGNEMENT

- Centre d'aide aux victimes d'actes criminels (CAVAC), au numéro sans frais

1 866 LECAVAC (1 866 532-2822)

POUR LES VICTIMES, LES CONJOINTS VIOLENTS ET LES ENFANTS EXPOSÉS

- Centres de santé et de services sociaux (CSSS)

www.msss.gouv.qc.ca/etablissements

POUR LES CONJOINTS VIOLENTS

- À cœur d'homme au **418 660-7799**

www.aceurdhomme.com

Sources : *La violence conjugale... C'est quoi au juste?*, Regroupement provincial des maisons d'hébergement et de transition pour femmes victimes de violence conjugale et *Craignez-vous votre conjoint? Comment identifier les situations risquées?*, Fédération des ressources d'hébergement pour les femmes violentées et en difficulté du Québec et le Centre de recherche interdisciplinaire sur la violence familiale et la violence faite aux femmes (CRI-VIFF).

NON VIOLENCE
CONJUGALE

Québec