



ACTUEL



PHOTO ANDRÉ TREMBLAY, ARCHIVES LA PRESSE

La frénésie sexuelle et le besoin perpétuel de séduire sont le lot quotidien de ceux qui souffrent de dépendance sexuelle.

# QUAND LE SEXE...

ANABELLE NICOU  
COLLABORATION SPÉCIALE

« J'étais possédé par une force plus grande que moi. » Plusieurs fois par semaine, Pierre (nom fictif) ne rentrait à la maison qu'à 2 h, 3 h ou 5 h, à l'aube. Pour justifier ses absences, il mentait à sa femme et vivait dans la honte de ce qui était son obsession : les *peep-shows*, les cinémas pornos, les prostituées, qu'il fréquentait jusqu'à épuisement.

La porno, Pierre, un artisan aujourd'hui âgé de 48 ans, est tombé dedans à 7 ans, en découvrant les revues *Playboy* de son père. Une révélation pour le jeune garçon, élevé dans un foyer instable, entre un père absent et une mère aux prises avec des problèmes de santé mentale.

Il se met alors à collectionner les images, et commence à se masturber de plus en plus souvent. Il a 10 ans quand sa mère découvre sa collection et l'humilie en public. Rien à faire : l'obsession s'installe.

## Sexoliques, dépendants sexuels, compulsifs... Une maladie autrefois appelée donjuanisme pour ces messieurs, nymphomanie pour ces dames.

Pierre se marie, a deux enfants. Mais l'obsession, loin de se calmer, grandit et empire. « J'avais 30 ans quand j'ai embarqué pour la première fois une prostituée dans la rue. Je ne pensais jamais en arriver là », dit-il, le regard honteux.

Quand il évoque plusieurs dé-

pendances consacrées au sexe, Pierre rougit, baisse les yeux, et parle d'une voix faible. « Ça m'a détruit psychologiquement », dit-il aujourd'hui, alors qu'il a entrepris de se défaire de sa dépendance.

L'assujettissement, Bernard (nom fictif), un chef d'entreprise âgé de 43 ans, connaît ça. L'homme, aux faux airs de Bruce Willis, affiche une relative assurance quand il parle de sa dépendance, découverte par des magazines pornographiques sur lesquels il tombe à l'âge de 8 ans. « J'ai été

capturé par ces images », se souvient-il.

S'il donne l'impression d'être sûr de lui, Bernard concède avoir toujours éprouvé « de la difficulté à vivre » et dit s'être souvent senti « vulnérable ». À l'école secondaire, il va se masturber plusieurs fois par jour dans les toilettes. « J'avais l'impression d'être le seul à faire ça », dit-il.

Il tente de se freiner, sans succès. C'est le début de 20 années d'obsession aux cassettes pornographiques, d'objets érotiques et de relations dans lesquelles il ne parvient pas à être fidèle.

### De la carence à la dépendance

Pierre et Bernard sont sexoliques, dépendants sexuels ou compulsifs, une maladie autrefois appelée don-

juanisme pour ces messieurs, nymphomanie pour ces dames. La frénésie sexuelle et le besoin perpétuel de séduire sont le lot quotidien de ceux qui en souffrent.

Autrefois marginalisée, la dépendance sexuelle est aujourd'hui associée par les psychologues aux autres formes de dépendance : jeu, alcool, etc. Bien qu'il n'existe aucune statistique sur le nombre de personnes sexuellement dépendantes au pays, les Sexoliques Anonymes estiment que 5 % à 8 % de la population est affectée.

À l'instar des autres dépendances, la compulsion sexuelle naît de carences affectives, d'un sentiment d'anxiété et d'insécurité. « Pour moi, c'était un remède à des problèmes d'ordre émotif, se souvient Bernard. Au début, c'est le *fin*, tu te masturbes. Mais tu deviens vite accro. »

# Internet, un moyen redoutable d'assouvir sa dépendance

ANABELLE NICOU  
COLLABORATION SPÉCIALE

C'est anonyme, libre d'accès 24 heures sur 24 et sept jours sur sept, et on n'a jamais fini d'en faire le tour. Ces quelques avantages de la Toile en font un refuge pour les dépendants, notamment sexuels, soit 10 % des utilisateurs d'Internet, estime Jean-Pierre Rochon, psychologue et auteur du livre *Les Acros de l'Internet*.

Comme les autres formes de dépendance, la cyberdépendance à la pornographie naît d'une carence affective, d'un sentiment d'anxiété qui disparaît quand on l'assouvit. « L'activité sexuelle nous plonge dans un état qui permet de ne pas être en contact avec ce qui fait souffrir », décrit la sexologue Elain Grégoire.

En conséquence, les cyberdépendants développent un « réflexe » et vont sur Internet de plus en plus souvent. Avec l'avantage qu'Internet, « c'est moins gênant que d'aller louer plusieurs cassettes chaque soirs dans un vidéoclub », dit-elle.

La facilité d'accès à la pornographie que permet Internet inquiète la sexologue. « Si on compare le sexe avec le jeu, on constate que la dépendance au jeu a augmenté avec l'accessibilité, prévient-elle, et plus la facilité d'accès augmente, plus c'est difficile à combattre. »

La jeune génération, habituée à utiliser le Net, est selon elle la plus à même de développer une dépendance à la cyberpornographie. « Le phénomène semble prendre de l'ampleur », juge-t-elle.

D'après Jean-Pierre Rochon, 400 000 Québécois sont dépendants

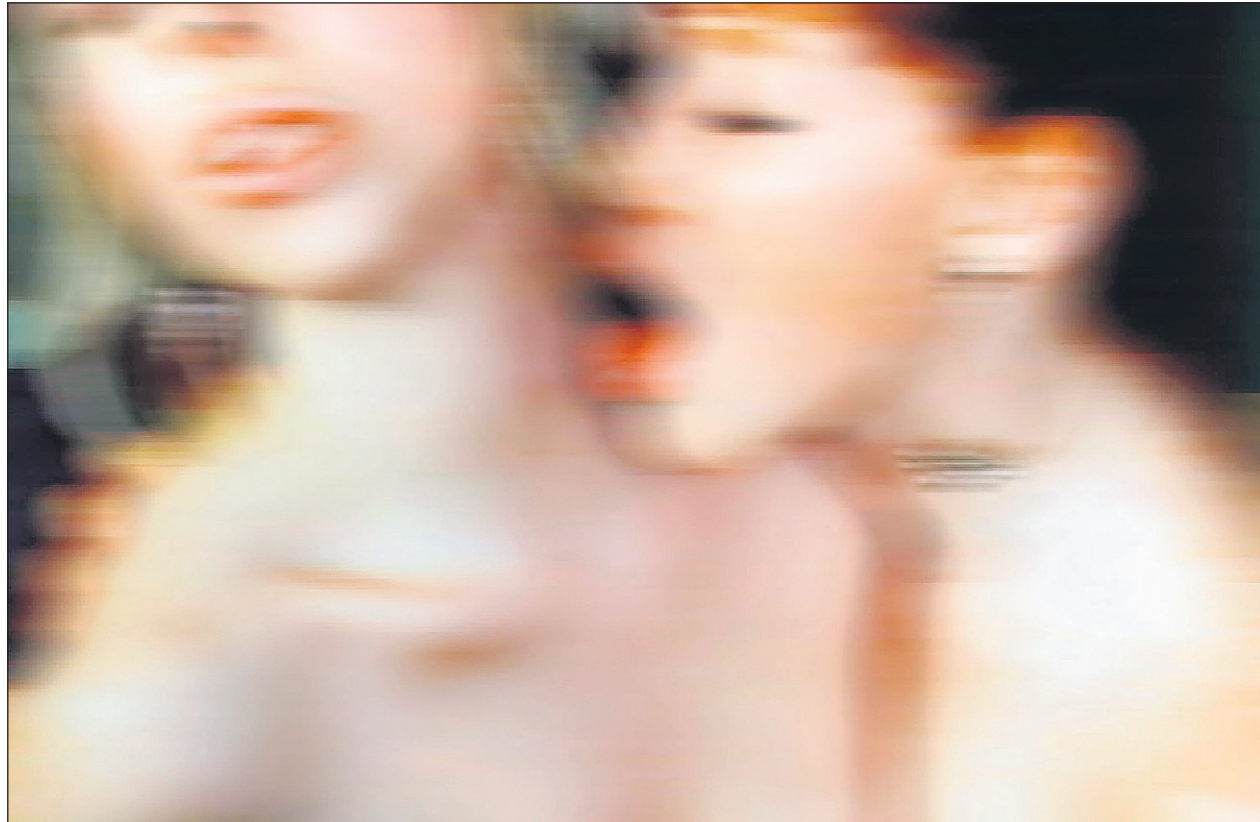


PHOTO ARCHIVES NEW YORK TIMES

Accessible sept jours sur sept, Internet est un véritable refuge pour les dépendants sexuels.

à l'Internet, et notamment à la pornographie. La psychologue raconte que certains de ses patients peuvent passer jusqu'à 15 heures par jour à regarder du porno depuis leur ordinateur. Toutefois, le thérapeute estime que « c'est la relation que l'on a avec le produit qui fait la dépendance, pas la quantité ou le nombre d'heures que l'on y consacre ».

Faut-il se méfier de son ordinateur ? Pour Jean-Pierre Rochon,

« on n'est pas accro à l'ordinateur, mais à l'expérience qu'il nous fait vivre : fétichisme, SM, vidéos pornos, zoophilie, etc. ».

Le psychologue juge le problème important bien que peu connu, mais il tient à relativiser le phénomène. Tous les utilisateurs ne sont pas exposés au même risque : « La pornographie sur Internet est un incitatif, mais la dépendance était déjà là », dit-il.

Pierre et Bernard, tous deux dépendants au sexe, se disent soulagés de ne pas avoir connu Internet dans leur jeunesse. « Internet, c'est un fléau chez les sexoliques », estime Bernard, qui, aujourd'hui encore, « ne s'approche pas de cela ».

Sources : Jean-Pierre Rochon, *Les Acros de l'Internet*, Libre Expression, 2004. [www.psynternaute.com](http://www.psynternaute.com)

## QUELQUES DÉFINITIONS

La compulsion : c'est ce qui nous pousse à accomplir une pulsion intérieure, même si on la désapprouve. Chez les dépendants sexuels, cela peut signifier aller se masturber pendant ses heures de travail ; télécharger de la pornographie ou aller chez une prostituée ; des actions que le dépendant ne souhaite pas accomplir mais qu'il ne peut s'empêcher de faire.

Les symptômes de la dépendance : pour les dépendants, la vie s'organise autour du sexe et de la recherche de l'orgasme. La dépendance peut se manifester par le besoin de se masturber plus de six fois par jour, de regarder des films pornographiques tous les jours, de multiplier les partenaires sexuels, jusqu'à 50 par année, et de se rendre le plus souvent possible dans des *peep-shows*.

Les femmes : elles sont moins présentes dans les groupes que nous avons pu rencontrer. Dans un sondage interne des Sexoliques Anonymes, sur 30 répondants, 29 étaient des hommes.

Santé : certains sexoliques prennent conscience de leur dépendance parce qu'elle a des conséquences sur leur santé physique. Notamment des problèmes érectiles ou éjaculatoires.



PHOTO ANDRÉ PICHETTE, ARCHIVES LA PRESSE

Quand il évoque toutes ces années consacrées au sexe, dont les spectacles érotiques, Pierre (nom fictif) baisse les yeux et parle d'une voix faible. « Ça m'a détruit psychologiquement », dit-il aujourd'hui.

# DEVIENT UNE OBSESSION

« On va érotiser l'affectif, on cherche des preuves d'amour, donc on fait l'amour. Or, faire l'amour, ce n'est pas une preuve d'amour », estime Kathy Francis, sexologue à Québec.

Les sexologues observent une parité entre le nombre d'hommes et de femmes touchés par la dépendance affective et sexuelle. Ils s'inquiètent toutefois de compter parmi leurs patients une part croissante de jeunes filles.

« Les adolescentes sont laissées à elles-mêmes et recherchent à combler un manque affectif par de l'érotisme », affirme Kathy Francis. Dans son cabinet de Québec, sa plus jeune patiente est âgée de 8 ans.

## Aller toujours plus loin

Le problème, c'est que les sexoliques ne sont pas toujours

conscients de leur maladie, explique Elain Grégoire, sexologue à Montréal : « Il y a un discours très répandu selon lequel les gens épanouis sont ceux qui ont une très grosse libido. »

Quand le dépendant prend conscience de son état, le sentiment de honte et de solitude prend le dessus. « Compulser dans l'alcool, c'est à la limite toléré. Mais compulsions sexuellement, ça passe un peu moins... » tranche Jean-François.

« Tout se fait dans le secret, tout est caché », dit Pierre. Il n'a jamais parlé de sa maladie à sa femme, dont il est aujourd'hui séparé, ou à ses enfants. « Mes proches ne sont pas au courant, mais en souffrent par mon absence et mes faillites », juge cet artisan, qui avoue avoir consacré une bonne partie de son temps et

de ses revenus à l'assouvissement de sa dépendance.

Bernard peut en raconter, des moments où celle-ci l'a emporté sur le reste, comme cette blonde qui l'a quitté parce qu'il lui préférait des prostituées. Mais c'est quand il a raté un entretien d'embauche parce qu'il s'était arrêté dans un *peep-show* que cet homme, compétent et passionné par son travail, a décidé de décrocher.

Pierre a lui aussi eu le déclin quand l'humiliation est devenue trop forte. Cela a commencé par des tests de détection du sida qu'il a du subir avec sa femme, et l'obligation de lui avouer qu'il avait eu des relations sexuelles avec des prostituées. Il a alors envisagé le suicide. « J'étais en détresse psychologique. J'en pouvais plus », avoue-t-il.

## Et la guérison ?

Les personnes qui prennent conscience de leur problème se tournent vers des thérapies ou, parfois, des groupes de soutien (voir autre texte). Il s'agit pour le dépendant non seulement d'arrêter de compulsions, mais aussi de régler le problème qui a créé la dépendance.

« En thérapie, on acquiert l'estime de soi, la confiance, et on apprend à gérer l'anxiété, le stress et les sensations physiologiques de manque et de carence », explique Kathy Francis.

La dépendance sexuelle est, avec la dépendance alimentaire et celle au travail, l'une des dépendances les plus difficiles à soigner, parce qu'elle naît d'un besoin fondamental, souligne le psychologue Jean-Pierre Rochon (voir autre texte).

Cela fait maintenant cinq ans que Bernard est délivré de ses compulsions sexuelles, et que le sexe n'est plus « obligatoire » mais optionnel. Malgré tout, il ne s'estime pas guéri. « Ça veut juste dire que si je ne vais pas voir des prostituées, si je ne vais pas dans des *peep-shows*, ça va. Si je fais ça, il y a de grosses chances que mes instincts reviennent », dit-il clairement.

Pierre n'en est pas encore là. Soigné de son alcoolisme, il vise seulement pour l'instant « à se libérer de cette impulsion ». Rien n'est encore gagné, mais certaines améliorations dans sa vie, comme sa relation avec ses enfants, l'encouragent : « Il y a de la bouffe dans le frigidaire, avant il n'y en avait pas. J'étais tordu, et j'entraînais tout le monde avec moi. »



PHOTO PATRICK SANFAÇON, ARCHIVES LA PRESSE

Les dépendants sexuels, hommes ou femmes, vivent des années d'obsession aux cassettes pornographiques, aux objets érotiques et, depuis quelques années, à Internet.

# Tenter de rester « sobres »

ANABELLE NICOU  
COLLABORATION SPÉCIALE

« Bonjour, je m'appelle... et je suis sexolique. »

Une salle dans le sous-sol d'une église, à Montréal. Dix chaises disposées autour d'une table. Dans un coin, le thermos à café, des jus et des biscuits secs. Comme les Alcooliques Anonymes ou les Gamblers Anonymes dont ils partagent les locaux, les Dépendants Affectifs et Sexuels Anonymes (DASA) se retrouvent chaque semaine pour tenter, ensemble, de rester « sobres ».

S'il est facile de voir ce qu'est la sobriété pour un alcoolique, la notion, une fois appliquée à la sexualité, devient plus floue. C'est d'ailleurs sur un désaccord quant à cette « sobriété » que le mouvement des Sexoliques Anonymes, émanation québécoise des Sex and Love Addicts Anonymous (SLAA) américains, s'est scindé au Québec en 1991, pour donner naissance aux SA et aux DASA.

Les uns (les SA) assimilent la sobriété à l'abstinence totale, les autres (les DASA), préfèrent laisser le choix à chacun de leurs membres pour définir son point d'équilibre.

Pierre a mis plusieurs années avant de pouvoir adhérer à la ligne dure des SA. Pourtant, il a quitté les DASA parce qu'il se sentait trop *magané* pour être dans le groupe. « J'avais l'impression d'être le loup dans la bergerie », plaisante-t-il.

Membre des SA depuis huit mois, Pierre, 48 ans, n'a toutefois pas pu rester « sobre » pendant plus de 28 jours. Bernard, 43 ans, membre du mouvement depuis huit ans, est passé par un sevrage

## LA DÉPENDANCE SEXUELLE EN CHIFFRES

> Selon les Sexoliques Anonymes, de 5 % à 8 % de la population québécoise est dépendante au sexe.

> Les sexologues observent qu'autant de femmes que d'hommes sont dépendants affectivement et sexuellement.

> La dépendance sexuelle masque un vide affectif, une anxiété et un sentiment d'insécurité. Elle se traduit par une activité sexuelle compulsive (surconsommation de pornographie, masturbation supérieure à six fois par jour, multiplication des partenaires sexuels).

total d'un an. L'occasion de faire le bilan de ses problèmes, et de voir ce que cachent les compulsions, raconte-t-il.

Plus que pour les autres fraternités, l'anonymat est de rigueur chez les sexoliques. Si les lieux et heures de réunions DASA sont en accès libre sur la boîte vocale du groupe, il faut, pour accéder aux SA, passer des tests de « pré-qualification », destinés à écarter les curieux et les éventuels opportunistes. Rencontrer des membres des DASA a été impossible, car le contact avec les médias constitue une « entorse » aux règles de la fraternité, nous a-t-on dit.

Comme pour les AA, les groupes de discussion ont adopté une rhétorique spirituelle sinon mystique. Ainsi, les sexoliques sont

invités à se serrer les coudes pour éviter les « rechutes », les « passages à l'acte », la « dénégation ». Chaque nouvel arrivant est invité à se trouver un « parrain » parmi les anciens.

Et comme si ça ne suffisait pas, le sexolique peut toujours s'en remettre à Dieu ou à son atavisme athée, la « puissance supérieure » qui, seule, peut aider à « retrouver la voie de la raison », croient les fraternités.

« Dieu n'est pas nécessaire », relativise Pierre. Mais après plusieurs échecs de thérapie classiques, croire en une « puissance supérieure » l'aide à s'en sortir. « J'ai essayé de m'en sortir par moi-même, j'ai vraiment essayé. C'était inefficace », soupire-t-il.

C'est pourtant la place prédominante de la spiritualité dans les fraternités qui laisse certains sexoliques sceptiques. « Cela revient à remplacer une dépendance par une autre », analyse la sexologue Kathy Gagnon.

Un avis que ne partage pas Jean-Pierre Rochon. Le praticien encourage vivement ses patients de Sainte-Agathe-des-Monts à se joindre aux groupes pour « rompre l'isolement ».

Pierre estime quant à lui que sa vie s'est améliorée à 80 % depuis qu'il fréquente régulièrement les Sexoliques Anonymes. « Je ne pourrais pas m'éloigner de mes amis et du mouvement. Moi, je sauve ma peau, là. »

Dépendants affectifs et sexuels anonymes, [www.dasa.org](http://www.dasa.org) (514) 983-0671

Sexoliques Anonymes, [www.sa.org](http://www.sa.org) (514) 254-8181

ACTUEL

# Le jardin

Entre deux spectacles, les Moquettes Coquettes s'adonnent à leur passion première : cultiver une vie sociale réussie. Toutes les deux semaines, elles vous livrent leurs secrets. Aujourd'hui, elles sèment, labourent, arrosent, hument et se roulent dans le gazon. Eh oui ! Les Moquettes Coquettes se donnent à fond dans le potager, les boîtes à fleurs et la culture en pots !



**LES MOQUETTES COQUETTES**  
**OVAIRES**  
**ET CONTRE TOUS**  
 COLLABORATION SPÉCIALE

**Le désherbage en trois étapes faciles**

1. Pensez-y : « Faudrait arracher les mauvaises herbes. »
2. Dites-le : « Faudrait arracher les mauvaises herbes. »
3. Agissez : « Ah pis ! Je vais me chercher une bière. »



**Les outils**

Lorsque viendra le moment de raconter à Laure Waridel votre journée champêtre au jardin communautaire, sachez vous exprimer sans bafouiller en fixant vos bottes sales. Nommez les outils par leurs vrais noms !

**La pioche** : manche de bois fixé à un bout métallique carré ou trapézoïdal. Trace de beaux sillons.  
 > Phrase suggérée : « J'ai pioché le coin des betteraves. »

**Pelle** : un manche plein d'échardes qui s'attache à un rectangle métallique carré ou pointu. Peut à la fois creuser, déplacer la terre, taper ou faire peur.  
 > Phrase suggérée : « J'ai pelleté M. Dupuis hors de mon jardin. »

**Sarcluse** : objet hétéroclite rassemblant une série de crochets disposés en V au bout d'un long manche. Sert à désherber et faire son frais.  
 > Phrase suggérée : « As-tu vu ma nouvelle sarcluse ? Je vais aller sarcler les radis. »

**Gardenclaw** : cochonnerie apparemment miraculeuse pour arracher les pissenlits sans se rompre les vertèbres lombaires.  
 > Phrase suggérée : « Voyons donc, pas un Gardenclaw ! »

**Faux** : grande lame effrayante montée sur un bout de bois ellipsoïdal avec deux poignées.  
 > Phrase suggérée : « Je vais tous vous piquer avec ma faux. »

Commentaires ou voyages de terre : [actuel@lapresse.ca](mailto:actuel@lapresse.ca)

**CHOISIS TON SACHET**

Devant un étalage de sachets, il est normal de se sentir confus. Les informations fusent : jours d'ensemencement, longueur de la pousse, espacement suggéré entre les graines, etc. Sans parler des pittoresques noms latins et des photos alléchantes qui ne font que tourmenter notre esprit davantage. Voici enfin une grille simple pour vous aider à trouver les légumes qui conviennent à votre style de vie.

	Ça pousse-tu vite ?	Soins particuliers	Conseil du pro
<b>La laitue</b>	Ça pousse comme de la mauvaise herbe.	Amour et rosée.	J'espère que vous avez beaucoup d'amis qui aiment la salade.
<b>Les corottes</b>	Ça pousse !	Encouragez la croissance par des phrases comme : « J'ai hâte de voir ça ces corottes-là ! »	Semez-les en rang pour les retrouver plus rapidement.
<b>Les kécumbres</b>	Pas pire, pas pire.	Arrosez-les comme si c'était de l'asphalte.	Ne les plantez pas trop creux: ils vont pousser en Chine.
<b>Les radis</b>	Trop vite.	Désherbez en arrachant le plus de radis possible.	Aimez-vous vraiment les radis ?
<b>Les pétacles</b>	Ça pousse dans la terre, on ne le sait pas.	Enlevez les bibittes à pétacles.	Ça ne se vend pas en sachet.
<b>Les melons</b>	Pousser ?	De l'espoir.	Achetez-les donc à l'épicerie en spécial.

**Fais-le toi-même — ton aménagement paysager**

Pour impressionner parents, voisins et collègues lors du BBQ annuel, rien de mieux qu'un aménagement digne du Jardin de Métis. C'est pittoresque, hautement distingué et tellement facile à réaliser. Pour donner à votre arrière-cour des airs de Buckingham Palace, voici les ingrédients à réunir.

1. Disposez d'élégantes statues d'androgynes nus pour cacher les zones de gazon brûlé par l'urine de votre chien. Ou prenez l'habitude d'aller le promener...
2. Un romantique étang avec poissons d'élevage assure un effet boeuf. Embrassez la pisciculture : vous aurez toujours des oméga-3 à portée de main en cas de subite fringale.
3. Choisissez des fleurs qui couvrent les différents échanciers de floraison. Vous n'aurez pas l'air d'un raté fin juillet, puisque vos hydrangées et vos phlox arrivent en août ! Et vlan !

**Plantes et asphalte : comment les distinguer**

Répondez oui ou non à chacune de ces questions :

1. Est-ce que l'asphalte s'offre en bouquet ?
2. Est-ce que l'asphalte se mange bien en salade ?
3. Est-ce que l'asphalte meurt en hiver ?
4. Est-ce que les vaches broutent de l'asphalte ?
5. Est-ce que TVA présente des émissions estivales sur l'asphalte ?

Si vous avez répondu « non » à ces questions, eh bien ! c'est confirmé : votre entrée de cour N'EST PAS une plante, ni une fleur, ni un être vivant. Vous n'avez donc pas besoin de l'arroser comme si vous entreteniez le Jardin botanique.

**Fleurs, jardins... et musique**

- *Fleur de saison* — Émilie Simon
- *Compost moderne* — La descente du coude
- *Les Fraises* — Dorothée est une salope
- *Ce n'est pas les jardins du Luxembourg* — Feu Thérèse

lait présente

**LA FÉRIA DU VELO DE MONTRÉAL**

en collaboration avec  
**ING ASSURANCE**

Demain, dimanche 4 juin 2006

## Vivez 48 km de folies urbaines au Tour de l'Île !

Demain, prenez part à un dimanche pas comme les autres : une fois par année, c'est la plus belle façon de célébrer la ville... à vélo !

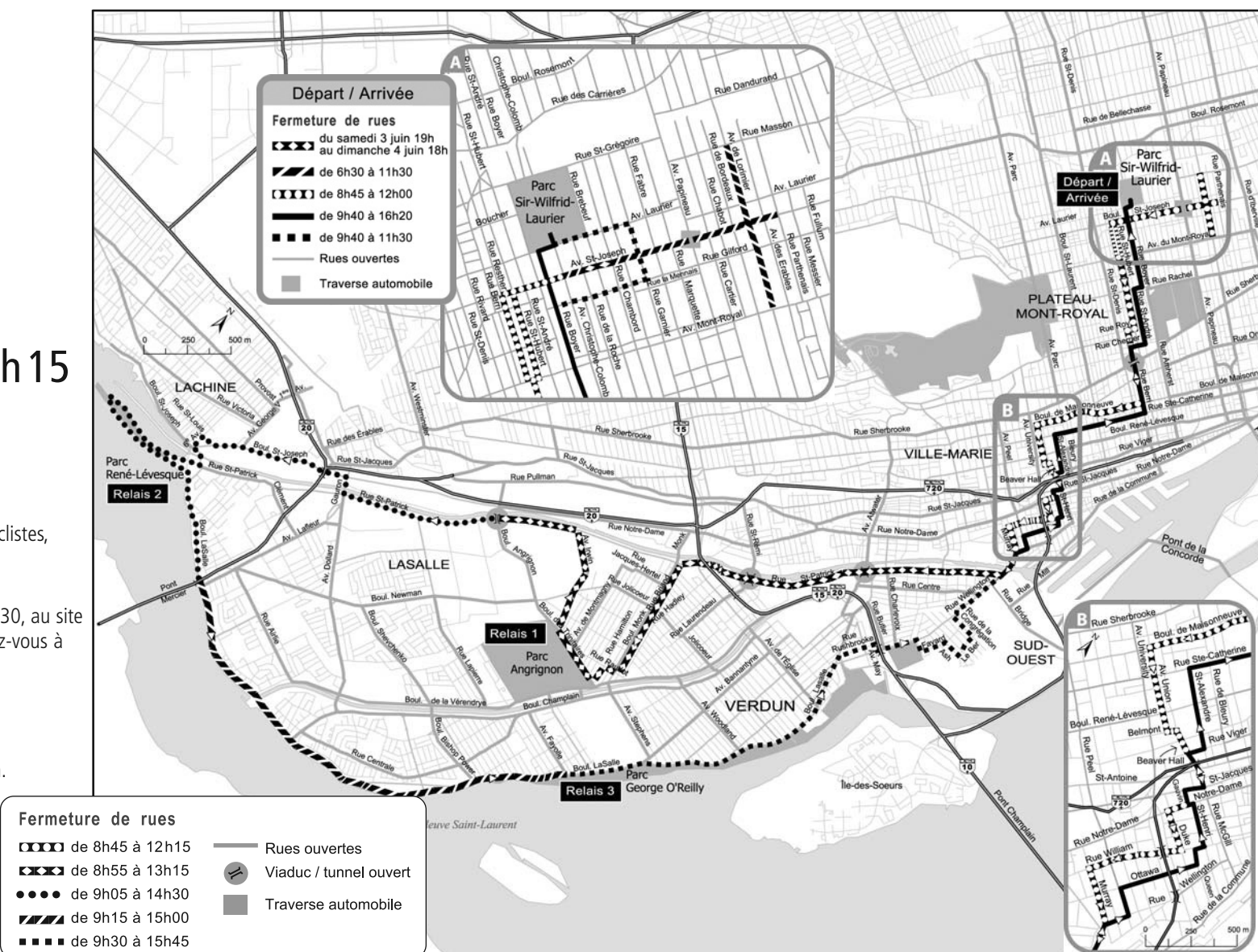
**Départ à compter de 9h15**

Pour vous inscrire ou pour récupérer votre dossard

- Aujourd'hui, le samedi 3 juin, entre 9h et 14h, par téléphone.
- Aujourd'hui entre 9h et 19h à la Maison des cyclistes, située au 1251, rue Rachel Est à Montréal (coin de Brébeuf).
- Demain, le dimanche 4 juin, entre 7h45 et 10h30, au site de départ du Tour de l'Île de Montréal. Présentez-vous à l'un des kiosques d'inscription suivants :
  - au coin des rues de Lorimier et Saint-Joseph ;
  - au coin des rues de Lorimier et Masson ;
  - au coin des rues de Lorimier et Mont-Royal ;
  - au coin des rues de Lanaudière et Saint-Joseph.

**Information sur les rues fermées**

- consultez notre site Web [www.velo.qc.ca/info-circulation](http://www.velo.qc.ca/info-circulation) ;
- téléphonez-nous aujourd'hui entre 11h et 17h



514 521-8687 1 800 567-8356  
 ou [www.velo.qc.ca](http://www.velo.qc.ca)

# ACTUELITÉS

Des conseils pratiques pour mieux vivre, chaque semaine.

NICOLAS LANGELIER  
COLLABORATION SPÉCIALE

## GROSSE SEMAINE POUR...

### Le nombre de la Bête

Mardi prochain, nous serons le 6 juin 2006. Le 06/06/06. Beaucoup de six, donc, et si vous êtes un chrétien de nature plutôt pessimiste, vous pouvez y voir un signe de mauvais augure. Après tout, il est écrit dans la Bible qu'il s'agit du nombre de l'antéchrist, et si c'est écrit dans la Bible, ce doit être vrai. Bref, vous comprendrez les craintes de Melissa Parker, une Anglaise dont l'accouchement est prévu ce jour-là : « Je suis terrifiée à l'idée que la naissance se passe mal, ou que l'enfant ait le Mal en lui ou elle. Pire encore, mon magnifique bébé pourrait être le diable en personne. » Et aucune mère ne veut donner naissance à Satan, pas même Julie Snyder. Mme Parker a donc demandé à son médecin qu'on provoque l'accouchement. Mais de toute évidence, le Royal Berkshire Hospital est de connivence avec le Malin, et a refusé. On vous aura prévenus.

Par ailleurs, question de bien organiser vos activités sataniques, voici quelques autres événements prévus pour mardi : lancement de la nouvelle version de *The Omen*, début de la nouvelle tournée de Slayer et, à Atlanta, présentation du spectacle *666*, décrit comme « un hommage au diable et au heavy metal ». Oh ! et le Festival de jazz de Montréal dévoile la programmation de ses concerts extérieurs.

# LE HAÏKU

L'actualité hebdomadaire sous la forme du poème classique japonais

## Adieu cigarettes

« Les bars ne seront plus les mêmes »  
et autres clichés



## La programmation de Radio-Canada, revue et corrigée au goût de Guy Fournier.

Mardi, 30 mai 2006

**9h** : *Des kiwis et des hommes*.

Invités : Jean-Luc Brassard, Annie Pelletier et Kim St-Pierre. Sujet du jour : « Si je n'avais pas été canadien, je n'aurais pas gagné de médaille olympique. » Recette du jour: carré de porc.

**16h30** : *Watatatow* (rediffusion).

Ariane incite Vincent à travailler auprès des jeunes délinquants en lui présentant Karl. Collin décrit à Maya les visions magiques que lui inspire le Manitoba. John veut impressionner Ariane en lui offrant un ordinateur de poche.

**17h30** : *Des vertes et des pas mûres*.

L'invitée Sophie Prigent parle de son fils Mathis, qui souffre d'un trouble envahissant du développement. Sébastien Benoit accompagne Sophie à l'école que fréquente son fils. Aussi, la comédienne parle de sa passion pour la cuisine avec son bon ami, le chef Daniel Vézina. Pour terminer, Sophie explique l'importance du fédéralisme canadien dans sa vie.

**22h** : *Le Téléjournal*.

La très honorable Michaëlle Jean présente des choses touchantes et positives en provenance des quatre coins du pays. *Au Point* : Son Excellence s'interviewe elle-même.

**23h** : *Au-dessus de la mêlée*.

Alan Labrosse et Mario Langlois parlent de Champ Car et des bienfaits de la Loi constitutionnelle de 1867.

## 10 000 CHOSES QUI SONT VRAIES

# N° 9960

### Vous jugez les gens à leurs souliers.

Oui, je sais que vous êtes quelqu'un d'éclairé et de pas du tout superficiel. Vous savez que l'habit ne fait pas le moine, et toutes ces choses sur comment il ne faut pas se fier aux apparences. Vous êtes une bonne personne, vraiment, et vos parents ont raison d'être fiers de vous.

Cela dit, vous jugez les gens à leurs souliers, et vous le savez. Vous observez leurs chaussures et, en une fraction de seconde, en tirez toutes sortes de déductions sur leur personnalité, leur niveau de revenu, leurs goûts, leur lieu de résidence et autres caractéristiques socioculturelles.

Mais plutôt qu'une contradiction avec toutes les belles choses énumérées dans le premier paragraphe, voyons-y plutôt une fascinante évolution de caractéristiques inscrites profondément dans nos gènes depuis des temps immémoriaux. Nos lointains ancêtres devaient distinguer en un clin d'oeil l'ami de l'ennemi, ou le dangereux prédateur du repas potentiel : il en allait de leur survie. En notre époque beaucoup moins dangereuse, cette capacité d'évaluation s'est modifiée : d'un seul coup d'oeil à leurs chaussures, vous savez distinguer la graphiste du Mile End de la secrétaire juridique de Dollard-des-Ormeaux, l'indie kid de l'amateur de techno industriel, le hipster du fan de Loco Locass. C'est un talent que vous avez. Un talent basé sur des approximations et des préjugés grossiers, d'accord, mais un talent quand même.



PHOTO ALAIN ROBERGÉ, LA PRESSE

Questions, réponses, commentaires, suggestions : [actuel@lapresse.ca](mailto:actuel@lapresse.ca).

# Le silence d'Estelle

RAFAËLE GERMAIN  
JE T'AIME  
MOI NON PLUS  
COLLABORATION SPÉCIALE

Je crois que tout le monde connaît quelqu'un comme Estelle. Elle a été mille fois caricaturée, elle a été dépeinte dans des livres et des films, parfois avec cruauté, d'autres fois avec tendresse. Les gens mesquins ou inconscients disent d'elle que c'est une vieille fille.

Je dis « mesquins ou inconscients » parce que je sais le tort que peut faire ce terme au bonheur fragile d'Estelle. Parce qu'elle est heureuse, oui, contrairement à ce que les autres veulent penser. Mais je sais aussi que certains matins, son bonheur lui fait l'effet d'une montagne à conquérir, d'un long chemin à parcourir.

Elle a 57 ans. Je crois qu'elle a été autrefois jolie, mais elle a aujourd'hui un petit pli au bord des lèvres qui lui donne une allure un peu dure. C'est ce pli qui fait dire à plusieurs qu'elle a « l'air d'une vieille fille ». Mais je me suis toujours demandé : si Estelle n'était pas célibataire, y penseraient-ils même ?

J'ai souvent traité des gens de vieille fille. Des hommes, des femmes, des célibataires et des « acotés ». Tous ceux qui ont des questions de principes trop arrêtées, qui refusent de changer d'avis sous prétexte que « j'ai toujours pensé comme ça », ceux qui ne savent plus rire.

Mais Estelle ? Elle est tolérante et gentille et elle rit comme une petite fille en réécoutant les vieux monologues d'Yvon Deschamps. Elle fait parfois des blagues sur elle-même, sur sa condition de « vieille fille » (« moi j'aurais été aussi ben de rentrer chez les soeurs, au moins j'aurais pas passé une partie de ma vie à expliquer pourquoi, au juste, je suis célibataire »).

Elle dit qu'elle vit bien avec son célibat, et qu'elle ne se sent que rarement seule. Et moi je m'en veux, parce que j'ai de la difficulté à la croire — et parce que je trouve que de se sentir « rarement seule », c'est déjà un peu trop.

Elle s'est fait une petite vie bien occupée — et encore là je m'en veux, parce que je ne sais pas si j'aurais dit d'une femme mariée qu'elle « s'est fait une petite vie ». Je ne suis même pas sûre que j'y penserais, que je m'attarderais aux loisirs de cette personne, que je ferais attention à ses temps libres et à ce qu'elle met dedans.

Estelle, elle, y a mis plein de

choses. Des classes qu'elle suit en auditeur libre à l'Université de Montréal, des soupers réguliers avec ses amis, du bénévolat — des activités que font beaucoup de femmes seules de son âge (ne sont-ce pas elles qui remplissent les gradins des conférences gratuites qui se donnent dans les maisons de la culture?), mais Estelle ne les fait pas simplement pour meubler des heures qui s'étirent trop quand on les égraine seule. Elle les aime.

Elle aime aussi son petit appartement, les livres et ses chats, même si une connaissance, un peu mesquine elle-même, lui a récemment dit que c'était « l'apanage des femmes seules ». Elle aime sa solitude, mais quand je lui dis que je partage son amour pour ces journées tranquilles et rondes où l'on ne voit personne, elle me sourit gentiment, et me répond « mais toi tu



ESTELLE EST FIÈRE, ET ELLE AIMERAIT DIRE À CES GENS QU'ELLE A CHOISI D'ÊTRE SEULE, QU'ELLE EST BIEN AINSI ET QUE CONTRAIREMENT À CE QU'ILS PEUVENT PENSER, LE CÉLIBAT N'EST PAS UNE TARE.

as le choix », sans amertume. Estelle aime le silence. Il ne lui fait jamais peur.

Les soirs où elle ne voit pas ses amis, elle se prépare à souper en prenant un apéro, et elle mange en regardant ses émissions préférées. Je sais que parfois l'idée que certains pourraient avoir pitié d'elle lui traverse l'esprit, et qu'elle la navre. Estelle est fière, et elle aimerait dire à ces gens qu'elle a choisi d'être seule, qu'elle est bien ainsi et que contrairement à ce qu'ils peuvent penser, le célibat n'est pas une tare.

Parce que c'est bien ce qu'elle voit dans les yeux apitoyés des gens qui la connaissent mal. Elle me dit que les femmes seules sont vues par plusieurs, et surtout par d'autres femmes, comme celles qui n'ont pas « réussi » — comme étant tristes et à plaindre.

« Tu ne peux pas savoir à quel point ça m'insulte », me dit-elle, et je la comprends. Elle me parle de sa jeunesse, des hommes qu'elle a connus mais auprès desquels elle n'a jamais été vraiment

heureuse, de cette époque où le fait d'être seule était quelque chose de joyeux et même d'enivrant.

Elle dit aussi que les femmes seules de son âge mettent les autres un peu mal à l'aise — que c'est pour cette raison qu'on en a ainsi fait des « vieilles filles », de petits personnages aigris qu'il est plus facile de caricaturer que de regarder en face.

Je lui demande de temps en temps si la présence d'un homme dans sa vie ne lui manque pas. Elle me dit que oui, et que certains jours sa solitude lui donne tellement le vertige qu'elle a peur de se perdre en elle. Parfois aussi elle me parle d'amour et dans ses yeux je ne vois plus la femme seule, je ne vois pas une vieille fille : je vois quelqu'un qui y croit encore.

Questions ? Commentaires ? Écrivez à [Rafaële Germain à actuel@lapresse.ca](mailto:Rafaële Germain à actuel@lapresse.ca) ou au 7, rue Saint-Jacques, Montréal, H2Y 1K9

## QUESTION EXISTENTIELLE

# Ingrat ou fatigué ?

SYLVIE ST-JACQUES

**Q** Ma mère a 80 ans et son compagnon, 76. Depuis 25 ans, ils déménagent chaque année. Dans les premières années, je les ai aidés à s'installer et à peindre les murs et depuis quelque temps, je me limite à une contribution financière. Étant donné leur âge, je sens cette année une pression supplémentaire pour les aider physiquement, même si cela ne me tente pas du tout. Je me dis que de toute façon, comme ils paient des déménageurs, ils n'ont pas vraiment besoin de mes « bras ». Cependant, je sais que je leur épargnerais des coûts en mettant la main à la pâte. Ce qui me décourage, c'est de savoir que tout cela sera à recommencer l'année prochaine. Que faire ?  
— Un fils unique... parfois ingrat.

**R** Dans un texte sur la culpabilité paru dans Actuel en avril dernier, ma collègue Silvia Galipeau citait la psychologue Dominique Scarfone qui décrivait ce sentiment comme « l'un des traits fondamentaux de la nature humaine ». Ma collègue abordait le sujet en parlant des parents qui se culpabilisent à propos de leurs comportements moins que parfaits. Mais votre lettre démontre qu'à l'âge adulte, c'est au tour des enfants de ressentir

de la culpabilité à l'égard de leurs parents vieillissants.

Votre lettre me fait croire que vous êtes un fils très dévoué qui prend (un peu trop) sur ses épaules le sort de sa mère, surtout que ces déménagements annuels semblent relever du caprice.

J'ai aussi l'impression que ces reproches qui vous culpabilisent viennent de vous, pas de votre mère. Votre mère est adulte. Vous aussi. Si son compagnon et elle veulent déménager chaque année, c'est leur affaire.

Sans doute que dans l'avenir, votre génitrice aura besoin de votre soutien. Mais en attendant, si elle est encore autonome et en

pleine possession de ses moyens, vous n'êtes pas tenu de vous tuer à l'ouvrage, chaque fois qu'elle déménage. Si la culpabilité vous dévore, proposez-lui de l'aider à installer les rideaux ou placer des meubles. Comme vous n'êtes pas en droit de lui imposer une sédentarité forcée, elle n'a pas à exiger que chaque année, vous vous transformiez en membre du Clan Panneton.

Des interrogations éthiques, des dilemmes moraux déchirants et autres questionnements existentiels ? Écrivez-nous à [Questions existentielles, à éthique@lapresse.ca](mailto:Questions existentielles, à éthique@lapresse.ca) ou au 7, rue Saint-Jacques, Montréal H2Y 1K9.



ACTUEL

# Tutti frutti!



JACQUES BENOIT  
DU VIN

Rares sont les beaujolais qui n'ont pas, au nez et en bouche, quelque chose de végétal, fort agaçant aux yeux de certains.

Sur le plan gustatif, cela se traduit par de petits tannins stridents, rêches, ou même parfois agressifs.

La méthode la plus courante d'élaboration de ces vins y est manifestement pour quelque chose, puisqu'elle consiste à faire fermenter les fruits en grappes entières. Sans donc les débarrasser au préalable de la partie ligneuse, ou boisée — la rafle — de la grappe.

Or, c'est souvent la rafle qui est susceptible de communiquer aux vins ces notes vertes ou végétales qui donnent de l'astringence, perçues comme quelque chose de désagréable par beaucoup de consommateurs.

Quel bonheur, par conséquent, de découvrir par pur hasard un vin du beaujolais au fruité pur, à la texture veloutée, et qui se laisse boire avec le plus grand des plaisirs!

Tel est le **Brouilly 2003 Cuvée Vieilles Vignes Jérôme Mathon**, au très joli bouquet de fruits rouges, rappelant nettement les arômes des fraises bien mûres, aux saveurs irrésistibles,

pleines d'éclat, comme un peu sucrées aussi, et à peine tannique. Rien de végétal, rien de gros non plus dans ce vin peu corsé, mais parfaitement savoureux et équilibré.

Issu, selon son producteur, d'une vigne âgée de plus de 50 ans, on peut même s'attendre à ce qu'il tienne la route quelques années. On se délecte...

**S, 10387270, 22,20 \$, ★★★ \$ \$ 1/2, à boire, 2-3 ans.**

Ce n'est pas donné, bien sûr, sauf que la qualité est au rendez-vous et que c'est une occasion de goûter un cru du Beaujolais hors du commun.

À noter toutefois que la distribution des 188 caisses de ce vin commandées par la SAQ ne faisait que commencer au moment de la rédaction de ces lignes.

**Un merveilleux Sancerre**

Il y a des aubaines dont il faut savoir profiter. Même si, à première vue, les vins en question peuvent sembler chers.

Les amateurs de vins de Sauvignon blanc, de la Loire, plus précisément de Sancerre, auraient ainsi tout intérêt... à se précipiter sur le **Sancerre 2005 Domaine La Moussière**, lequel est sur le point de succéder au 2004.

Présenté il y a deux semaines à la presse spécialisée québécoise par Alphonse Mellot, le propriétaire de ce domaine, c'est en effet un merveilleux Sancerre, au bouquet d'une rare élégance, d'une maturité exemplaire, de sorte qu'on reconnaît à peine le Sauvignon blanc. Même maturité en bouche, et puis de l'ampleur, le tout d'une souveraine distinction, et à ce point bien fait qu'on ne

perçoit pas qu'une bonne partie (40) de cette cuvée a fermenté puis a été élevée en fûts neufs.

On peut ajouter que le prix de ce vin, avec le recul de l'euro, a fléchi de plus de 30 \$ précédemment à 24,95 \$ désormais. Excellent.

**C, 33480, 24,95 \$, ★★★ 1/2 ou plutôt ★★★★, \$ \$ \$, à boire, 3-4 ans aisément.**

Mais, attention, il s'agit bien du 2005 et non pas du 2004, très bon également, mais qui n'a ni la maturité ni la distinction du 2005.

Vinifié et élevé en fûts, dont 60 % de fûts neufs, le **Sancerre 2000 Cuvée Edmond**, qui est la cuvée prestige du même domaine, goûté le même jour, au bouquet de bon volume, mais retenu et aux arômes tout aussi discrets de Sauvignon, à la bouche élégante et dont le boisé reste bien perceptible — sans être envahissant — est pour sa part, tout bonnement, un grand Sancerre.

**S, 10269273, 71 \$, ★★★, \$ \$ \$ \$ \$, à boire, 4-5 ans au moins.**

Alphonse Mellot fit aussi déguster entre autres, ce jour-là, sa Cuvée Edmond 1990, qui a parfaitement tenu. Vin très mûr mais sans lourdeur, c'est aussi un grand vin.

**Un bourgogne**

Il en reste bien peu, tout au plus une trentaine de caisses aux deux magasins Signature (Complexe Ailes de la Mode, à Montréal, et Château Frontenac, à Québec). Et il est cher...

N'empêche, les amateurs prêts à y mettre le prix se régaleront du **Volnay 1<sup>er</sup> cru Les Frémios 2003 Domaine Joseph Voillot**, rouge clair et néanmoins assez coloré pour un bourgogne, au beau

bouquet invitant, marqué par une note fumée (le bois) encore bien présente, de corps moyen et à la texture de velours, avec encore là des arômes fumés marqués. Et d'un style qui fait plus 2002 que 2003. Excellent.

**À Signature, 10294532, 74 \$, ★★★, \$ \$ \$ \$ \$, à boire, 5-6 ans.**

**À petit prix**

À prix doux — très doux —, comme tant de vins d'Espagne, le **Carinena 2002 Tempranillo & Garnacha Duque de Medina**, pourpre foncé, retient l'attention par son bouquet... de framboises, relevé par des notes d'un boisé plutôt rustique, mais qui n'a rien de choquant, avec la bouche qui suit, charnue, avec des saveurs franches, sur des tannins un peu carrés et rustiques, comme l'annonce le bouquet. Fort bon, mais peut-être aurais-je dû le noter un peu moins généreusement... Quoi qu'il en soit, on ne se trompe pas, compte tenu du prix.

**C, 10325925, 9,85 \$, ★★★, ou plutôt ★★ 1/2, \$ , à boire, 2-3 ans.**

Enfin, d'où le côté... roturier de son boisé, c'est un vine élevé trois mois en fûts de chêne américain.

**De Toscane**

La SAQ, rappelons-le, vient de mettre en vente 77 vins d'Italie, dont 31 de Toscane, par l'intermédiaire de sa publication *Le Courrier vinicole*.

À mon sens, écrivais-je samedi dernier, le Piémont y tient le haut du pavé, bien qu'on compte dans le lot — parmi les 45 vins qu'a pu goûter la presse spécialisée — de

très beaux vins de Toscane.

Voici donc, en style télégraphique, de très courtes descriptions de ceux qui m'ont semblé les plus réussis, et que j'ai tous goûtés à l'aveugle, en les notant également sur l'échelle de 0 à 20.

Numéro 11 au catalogue, **Chianti Classico Riserva 2001 Castello della Paneretta**. Pourpre-grenat et bien coloré, beau nez prometteur et distingué. Des tannins serrés, du corps.

**45 \$, ★★★ 1/2, et 17,8 sur 20, \$ \$ \$ \$, à boire, 6-7 ans ?**

Numéro 9, **Chianti Classico Riserva 2001 Le Filigare**. Grenat foncé, un bouquet associant fruits rouges et notes chocolatées (le bois). Bien en chair, dense, des tannins enrobés.

**39 \$, ★★★ 1/2, 17,7, \$ \$ \$ \$, 5-6 ans.**

Numéro 2, **Chianti Colli Senesi 2003 Carpineta Fontalpino**.

Un bouquet ample, mais retenu, une bouche relativement corsée, tannique mais sans rugosité, avec le Sangiovese qui domine. Très bon rapport qualité-prix.

**25 \$, ★★★ 1/2, 17,2, \$ \$ \$, à boire, 4-5 ans.**

Numéro 5, **Chianti Classico 2001 Angelini**. Bien coloré, un bouquet de fruits rouges, nuancé (mine de crayon entre autres). Charnu, dense, des tannins enrobés.

**34 \$, ★★★ 1/2, 17,2, \$ \$ \$ 1/2, à boire, 4-5 ans.**

Numéro 23, **Toscana IGT 2001 Canonica a Cerreto**. Beau nez distingué, faisant très bordeaux. Plus que moyennement corsé, élégant, avec une texture raffinée. Très bon.

**32 \$, ★★★ 1/2, 17, \$ \$ \$ 1/2, à boire, 3-4 ans.**

# Thaï pasteurisé

>OSS  
ROBERT BEAUCHEMIN

RESTOS

COLLABORATION SPÉCIALE

La plupart des restos japonais et thaïlandais à Montréal sont tenus par des chefs et des familles vietnamiennes. Cela n'a rien de mal, surtout si la maison a des ambitions sérieuses et si, la forme ne l'emporte pas sur le contenu — ce qui est toujours le grand danger de la restauration de notre époque.

La cuisine thaïe a un vocabulaire unique en Asie : elle est charpentée par des considérations presque mathématiques d'assemblage de saveurs, quatre en particulier — salé, sucré, pimenté et aigre — qui se chevauchent dans tous les plats, et pour lesquels les Thaïs eux-mêmes nourrissent une légère obsession. Bien connaître et surtout bien faire de la cuisine thaïe nécessite le respect de ce principe. Quand un plat manque de l'une ou de l'autre saveur, qu'elles sont en état de déséquilibre donc, on l'ajuste avec des condiments qu'on sert toujours séparément. En outre, il faut toujours bien pimenter un plat, c'est un principe aussi indissociable que l'ail en cuisine espagnole ou le beurre en cuisine française.

Plusieurs restos ont à cœur la cuisine d'abord, puis l'effet ensuite. Ce n'est pas forcément le cas du resto **Taï Nature**, qui, malgré son nom, n'est pas trop préoccupé par la nature. Ni par l'authenticité de la cuisine thaïe. Le but est noble, mais la finalité s'effondre comme un château de cartes.

Il n'y a rien de particulièrement naturel ici, ni même de particulièrement thaï sinon quelques plats vaguement réussis. La carte est un composé hybride fait de plats japonais, vietnamiens, et chinois.

En revanche, tout est présenté avec beaucoup de soin ; en un



PHOTO RÉMI LEMÉE, LA PRESSE

Le restaurant **Taï Nature**.

mot c'est beau à voir. Comme ce décor de touristes, vaguement esthète, en blanc et en noir. Mais c'est un peu comme un ballon qui se dégonfle. Tout est vaguement « bof » ! Les murs suintent, les conduites d'eau aussi, la peinture s'écaille au plafond et le bouddha de plâtre à l'air bien triste dans ce demi-sous-sol où l'on éteint les lumières pour vous rappeler (à 22h30) qu'il est temps d'aller dormir.

Les plats sont en général assez peu relevés, les cuissons un brin déficientes, les assemblages plus vietnamiens — donc délicats et un peu doux — que siamois.

Cela dit, le repas commence bien : trois soupes faites du même bouillon de base à la citronnelle et au tamarin — qui lui donne un goût aigrelet — et que l'on garnit de poulet émietté ou de fruits de mer (dans ce cas, le terme est un peu exagéré, il y a une crevette, une moule et un trognon de calmar) ou l'une que l'on maintient en son état végétarien. Une soupe en plein été, c'est toujours une belle entrée si le bouillon est léger, clair, relevé comme c'est pas

possible et pas affadi par une combinaison faite d'angoisse et de tape-à-l'oeil. C'est le cas ici.

**Un éléphant dans une ruelle**

La suite est comme un éléphant égaré dans une ruelle : drôle oui, mais irréal et pas à sa place. Une salade de mangue pas entièrement mûre, bien assaisonnée avec de la coriandre et de la sauce de poisson, est rafraîchissante et tonique. Associée à des crevettes décongelées à la hâte et sans goût, elle manque complètement de swing. Et disons les choses comme elle sont : la cuisine thaïe exige du swing, de la nervosité, du mordant.

Les rouleaux impériaux fades ont un air lymphatique. Des **Tod man pla** — les dumplings au poisson par lesquels on juge le talent d'un chef en Thaïlande — sont caoutchouteux, confectionnés sans piments et on les sert avec une sauce épaisse et sucrée qui ne convient pas.

En plat, ça se gâte complètement : un curry rouge de moules qui donnent l'impression d'avoir nagé le Pacifique au

**Taï Nature**

477, boulevard Saint-Laurent  
Montréal  
(514) 868-0660

Prix : élevé pour ce que c'est : les plats sont facturés en moyenne autour de 15 \$, et l'addition avoisine les 100 \$ pour trois, tout compris.

Faune : touristes le soir, travailleurs des environs le jour. Tout le monde s'ennuie, on les comprend.

Décor : distrayant avec cette touche d'amateur nanti, mais les détails révèlent vite le brouillon.

Genre : faux thaï déguisé en faux branché.

Service : comme c'est souvent le cas dans ce genre de resto, il s'adapte à toutes les fortunes, même les mauvaises.

Vin : une carte faites d'une dizaine de vins, tous connus et aucun approprié à cette cuisine.

- ⊕ Plus : la soupe.
- ⊖ Moins : le reste.

complet tant leur chair est flasque et inquiétante, un sauté au tofu et aux légumes d'allure souffreteuse, d'ascendance chinoise et dans lequel le chef a ajouté à peu près tous les condiments qui lui tombaient sous la main, et un pad thaï aux crevettes — le meilleur plat des trois — est plus beau à voir avec ses retailles de feuilles de bananiers que mémorable.

Bref, nous avons ici le syndrome de la cuisine d'esbroufe qui cherche la formule gagnante (et payante) à tout prix. Or, la cuisine professionnelle est un travail minutieux qui exige plus que la simple lecture d'un livre de recettes.

# La faculté de la bouffe

LILIANNE LACROIX

SUR LE POUCE

Elle l'a baptisée « Faculté de la bouffe », mais sur l'affiche discrète qui orne le balcon d'un sixplex du quartier Côte-des-Neiges, c'est devenu simplement La Fac.

Pour concrétiser son rêve, Marie-Hélène Alarie a décidé d'acheter un petit restaurant qu'elle fréquentait et de laisser derrière elle 20 ans passés au *Devoir* et son emploi de secrétaire de la rédaction avec caisse de retraite et congés payés.

Bonjour la fébrilité et la nervosité d'être sa propre patronne. Heureusement, Béatrice Braive, « une équipière plus qu'une employée », acceptait de rester au poste, au resto.

Les plats de Marie-Hélène sont à son image, disent ses amis : généreux. « Je ne réinvente rien, mais j'essaie de mettre un peu de *oumph*. »

On retrouve ainsi un sandwich aux cinq fromages fondants et oignon vert ou une salade de carottes aux trois zestes.

D'un volume imposant mais d'une légèreté quasi aérienne, sa quiche lorraine est sublime. La tarte aux petits fruits laissait la véritable saveur des baies se révéler, sans excès de sucre. Le midi, c'est bondé. À 14h, il ne reste presque plus personne.

Les plus : variations intéressantes sur thèmes connus. Les prix (environ 6 \$ pour un duo salade ou soupe et panini, sandwich ou quiche). On offre même le duo avec demi-sandwich à 4,95 \$.

Les moins : à moins de connaître, on risque de passer tout droit.

La Fac  
6070, rue Darlington  
Montréal  
(514) 738-1064

VIVEZ LA PASSION DES VINS Californiens dans toutes les succursales SAQ Sélection

**GAGNEZ** ce magnifique cellier garni de 100 bouteilles de savoureux vins californiens. Valeur de 3200 \$.

Offert par l'Institut des vins de Californie.

En collaboration avec 98,5 fm La FM parlie de Montréal LA PRESSE Vin & Passion Laval & St-Bruno

COUPON DE PARTICIPATION

Nom : \_\_\_\_\_

Prénom : \_\_\_\_\_

Adresse : \_\_\_\_\_ App: \_\_\_\_\_

Ville : \_\_\_\_\_ Code postal : \_\_\_\_\_

Tél. (rés.) : ( ) \_\_\_\_\_ Tél. (trav.) : ( ) \_\_\_\_\_

Nommez un des collaborateurs dans l'émission radiophonique du 98,5 FM « PUISQU'IL FAUT SE LEVER » avec Paul Arcand :

Réponse : \_\_\_\_\_

Le tirage aura lieu le 22 juin 2006 lors de l'émission radiophonique du 98,5 FM « PUISQU'IL FAUT SE LEVER » avec Paul Arcand.

Le concours s'adresse aux résidents du Québec âgés de 18 ans et plus. Les règlements sont disponibles au bureau de l'Institut des vins de Californie. Les fac-similés sont refusés.

Faites parvenir ce coupon à l'adresse suivante :  
Concours vins californiens, Station 98,5 FM  
211, rue Gordon, Verdun (Qc) H4G 2R2