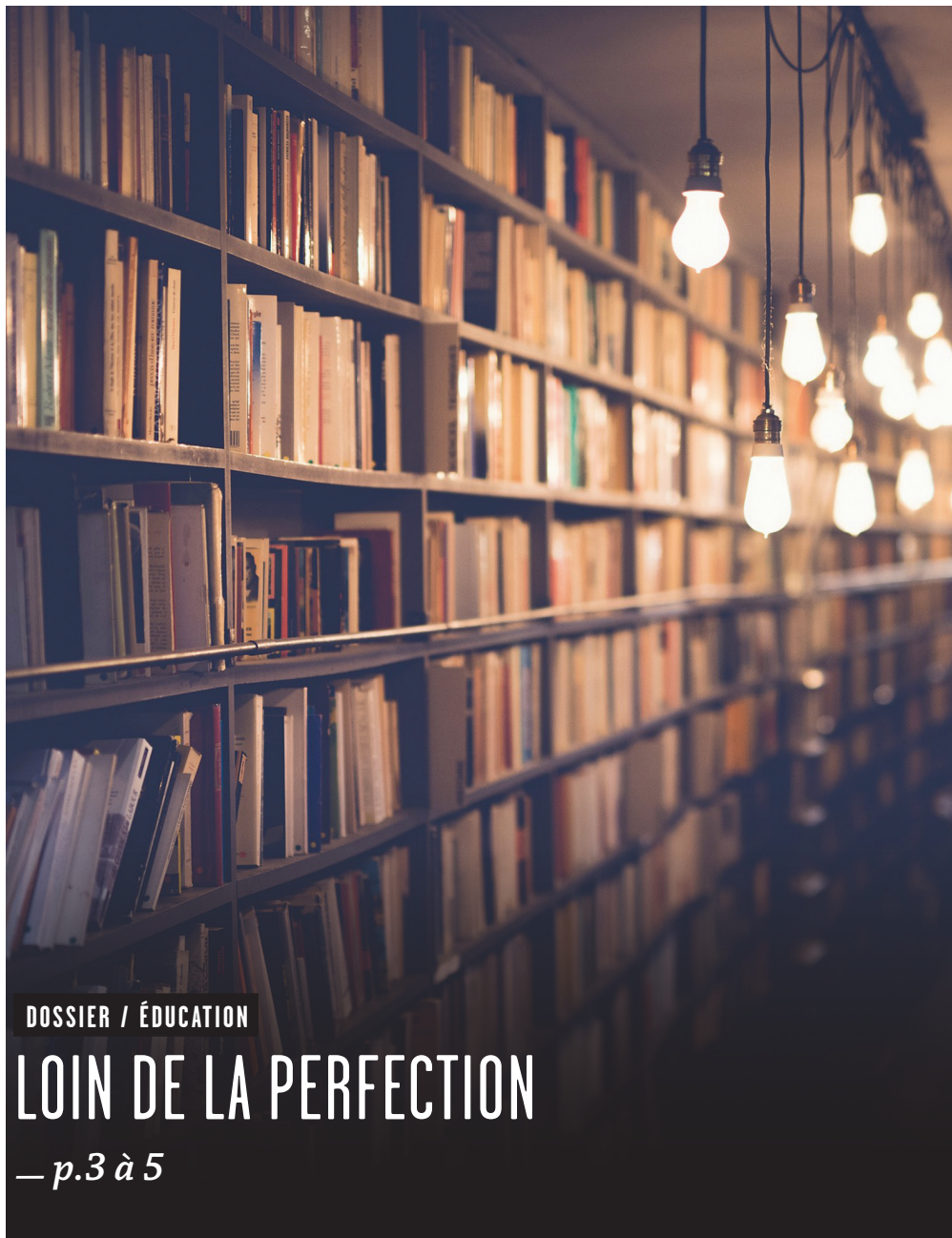




Le **troup!e-tête**  
LES YEUX OUVERTS



DOSSIER / ÉDUCATION

## LOIN DE LA PERFECTION

— p.3 à 5



## DROGUES ET AUTRES SOLUTIONS

— p.14 à 19



## IDENTITÉ(S) : TROUVER SES REPÈRES

— p.6 à 11

**TABLE DES MATIÈRES / LE MÉTIER D'ENSEIGNANT :**  
UNE MISSION NOBLE, MAIS DIFFICILE\_3 / ÉDUCATION  
ET « ÉDUCATION »\_4 / « LA PLUS BELLE ROBE, C'EST  
ENCORE LE PRÉSERVATIF »\_6 / UN POUR TOUS ET TOUS  
POUR UN!\_8 / SORTI DE SON COCON\_9 / QUAND SEXTER  
DEVIENT CRIMINEL\_10 / BIENVENUE À BORD !\_12 / UN  
PEU DE LSD, UNE MIGRAINE EN MOINS !\_14 / LES SUPER-  
BACTÉRIES : UN SUPER DANGER POUR L'HUMANITÉ\_15  
/ UNE PILULE, LA SOLUTION ?\_16 / RÉAPPRENDRE À  
VIVRE SANS LA DÉPENDANCE\_18 / VACCINÉ CONTRE  
LA DÉSINFORMATION\_19 / HOMME D'UN SOIR\_20 /  
UN ENJEU VOILÉ\_21 / CINQ ANNEAUX OLYMPIQUES  
MÉCONNUS\_22 / NOS GLORIEUSES\_24 / DES LIVRES À  
DÉVORER\_26

## CRÉDITS

### RÉDACTRICE EN CHEF

Cloé Jeannotte

### ASSISTANTES À LA RÉDACTION

Julianne Brassard et Maggy McDonald

### COLLABORATEURS

Laurence Benjamin, Charlène Bouffard-  
Demers, Julianne Brassard, Lila Desjardins-  
Mansot, Clara Duchesne-Maheux,  
Vanessa Fortin Ouellet, Cloé Jeannotte,  
Coralie Haché, Annie Harkins, Ève Ménard,  
Maggy McDonald, Maude Paquin,  
Olivier Payette, Virginie Pellerin,  
Mégane Pilon, Tommy Pilon,  
Marilou Prud'homme et Aurélie Tremblay.

### ÉDITION ET RÉVISION

Anne-Marie Charland, Mariève Desjardins,  
Constance Harrison-Julien, Mélanie Plourde

### GRAPHISME ET MISE EN PAGE

Émélise Charette-Paquette

### CRÉATION DE LA GRILLE

Rachel Monnier

### PHOTOS

COUV. / P.3 / P.4 / P.7 / P.8 / P.9 / P.13 / P.14  
/ P.16 / P.20 / P.23 - Pixabay  
P.10 - Unsplash (Dries De Schepper)  
P.15 - Unsplash (Joshua Coleman)  
P.18 - Unsplash (Matthew T Rader)  
P.23 - Unsplash (Matthew Fournier)  
P.26 - Unsplash (Arif Riyanto)

PAR CLOÉ JEANNOTTE



## UN JOURNAL *PATCHÉ*

Éducation, drogues, littérature, sexualité... Tellement de sujets qui n'ont, à première vue, aucun lien possible entre eux. Sauf peut-être l'éducation à la drogue, l'éducation à la littérature, l'éducation à la sexualité, bref l'éducation en général. Mais ici, le point commun de tous ces sujets ce n'est pas leur matière éducative, c'est juste une belle gang de jeunes qui ont décidé d'apporter leur point de vue sur une multitude de sujets et de l'écrire dans plein d'articles.

Parfois, les gens pensent que pour écrire dans un journal, il faut être journaliste. Nous, on a décidé de révolutionner cette vision et dans notre journal on a décidé de faire écrire... des gens! Des gens qui ont envie d'écrire, d'écrire sur ce qui les passionne et aussi, parfois, parce qu'ils sont obligés d'écrire pour leurs cours, mais dans le fond, c'est bon ce qu'ils font ! Donc, dans notre journal, on a des articles journalistiques, mais on a aussi des chroniques dénonciatrices, des témoignages, des articles de vulgarisation scientifique, des articles judiciaires... Même si c'est complexe de recoudre le décousu que ça peut donner, nous sommes fiers d'apporter un journal qu'on a tous *patché* un peu à notre façon.

C'est des heures de travail, des nuits blanches, des réunions cacophoniques et interminables, mais c'est un résultat plus que satisfaisant et, surtout, une équipe plus que motivée qui signe cette édition du *Trouble-Tête*.





# LE MÉTIER D'ENSEIGNANT : UNE MISSION NOBLE, MAIS DIFFICILE

PAR CLARA DUCHESNE-MAHEUX



*Selon les statistiques disponibles sur le site du Carrefour national de l'insertion professionnelle en enseignement (CNIPE), les enseignants qui commencent leur carrière ont tendance à abandonner le métier au bout de deux ans de pratique.*

Frédéric Bourgoin Richer est un tout nouvel enseignant fraîchement diplômé de l'Université du Québec à Montréal. Il enseigne au primaire depuis maintenant deux ans. Selon ses dires, ses débuts dans l'enseignement ont été très difficiles et stressants : « J'ai cependant été très chanceux d'avoir eu, lors de ces deux années, des enseignant(e)s qui se sont proclamés mentors et qui m'ont aidé à mes débuts. Si ce n'était pas d'eux, je crois que je ne serais plus en enseignement. » Monsieur Bourgoin Richer a été favorisé par le sort et a obtenu ce que bon nombre n'arrivent pas à obtenir : du soutien.

## LE CHOC DE LA RÉALITÉ

Une croyance populaire serait que le métier d'enseignant est assez facile : de belles vacances l'été et des avantages sociaux alléchants. Pourtant, la réalité est tout autre raconte monsieur Bourgoin Richer : « il y a des désavantages très difficiles à gérer personnellement. Bien évidemment, le manque de temps et le temps supplémentaire non rémunéré, le manque de ressources et de soutien tant pour les élèves en difficulté (surtout avec les spécialistes) que pour les nouveaux enseignants sont des problématiques dans le milieu ». Le jeune enseignant rapporte qu'il n'est pas rare que dans certains établissements scolaires, on attribue des tâches qui n'ont rien à voir avec leurs fonctions habituelles. Par exemple, faire de la suppléance le matin. Alors, au lieu de préparer le matériel requis pour le cours du matin, il se voit obligé de préparer le tout la veille tout en corrigeant les travaux de ses trente élèves. Parlons de ceux-ci justement; la tâche première d'un professeur est d'inculquer des connaissances. Malheureusement, ce n'est pas tout le monde qui apprend au même rythme. Selon les données recueillies par le ministère de l'Éducation, pour l'année scolaire 2013-2014, près de 20 % des élèves de niveau préscolaire, primaire et secondaire présentaient des difficultés d'apprentissage et ce chiffre ne cesse d'augmenter d'année en année. « Pour certains de ces cas, les parents sont collaboratifs et font leur part, alors que pour d'autres,

les parents ne font absolument rien pour aider. Ces enfants sont souvent obligés de rester en classe étant donné le manque de ressources et nuisent à l'enseignement des 20-25 autres élèves de la classe », raconte monsieur Bourgoin Richer. Dans bien des cas, les enseignants ne sont pas nécessairement rémunérés pour le temps supplémentaire qu'ils se voient obligés d'accorder : « si je me limite au temps pour lequel je suis payé, mon enseignement en sera inévitablement affecté. En enseignement, il faut être énormément proactif pour éviter toute perte de temps ».

## LES RESSOURCES D'AIDE

Diverses formations sont offertes aux professeurs au cours de l'année scolaire. Ces formations portent sur de nouvelles approches pour gérer certains problèmes. Par exemple, elles permettent de connaître certaines techniques pour apaiser les élèves avec des besoins particuliers ou simplement comment créer un climat agréable et sécurisant dans la classe. Dans l'établissement scolaire où travaille monsieur Bourgoin Richer, les enseignants peuvent échanger des courriels avec un conseiller pédagogique qui leur offre du matériel pour tenter de venir en aide aux élèves, mais ce n'est pas le réel problème : « Le matériel est toujours apprécié, mais c'est de support moral et non matériel dont j'ai besoin puisque j'en suis qu'à ma deuxième année, et je me mets en question pratiquement chaque jour. Mis à part ça, je n'ai aucune idée des ressources disponibles. Je connais mon programme d'enseignement et je connais ma matière, mais il y a tellement d'aspects bureaucratiques de mon métier que j'ignore complètement; ça me dépasse. » Selon les dires de monsieur Bourgoin Richer, les jeunes enseignants ne seraient pas assez préparés à affronter la réalité qui les attend.

# ÉDUCATION ET « ÉDUCATION »

PAR VIRGINIE PELLERIN



*L'éducation forme la partie la plus importante de nos vies. Chaque personne est formée différemment; que ce soit au Québec, aux États-Unis, en Chine ou en Finlande, l'éducation est relative à chaque culture. Chaque pays décide des moyens qu'il utilise pour transmettre des connaissances aux jeunes, pour les aider à bâtir leur futur. Il en existe une variété et malheureusement certaines méthodes devraient subir une grande révision, et s'inspirer du modèle finlandais, considéré comme étant le meilleur système au monde.*

## Éducation,

nom féminin,

Formation de quelqu'un dans tel ou tel domaine d'activité ; ensemble des connaissances intellectuelles, culturelles, morales acquises dans ce domaine par quelqu'un, par un groupe.

Source : Dictionnaire Larousse.

## Correction :

## Éducation,

nom féminin,

Enseignement nécessaire au développement basé sur les valeurs et intérêts des jeunes.

## PORTRAIT

Tout d'abord le système finlandais a subi une large transformation durant les dernières années. Maarit Korhonen, enseignante depuis plus de 30 ans en Finlande, est l'une des pionnières de ce système, qui connaît un grand succès partout à travers le monde. Dans une entrevue avec Jean-Pierre Frigo, auteur du livre *Les Finlandais: lignes de vie d'un peuple* paru en 2016, elle raconte qu'elle s'est rendu compte de l'absurdité du fonctionnement de l'école traditionnelle où on y enseigne la langue première, une langue étrangère, les mathématiques, les sciences ainsi que l'histoire.

Selon elle, les gens changent et évoluent, et la manière d'enseigner reste la même depuis trop longtemps. Korhonen a donc commencé à « révolutionner » sa manière d'enseigner de façon assez radicale, c'est-à-dire en retirant les manuels scolaires et en divisant ses élèves selon leurs comportements en situation d'apprentissage, car c'est cela, au fond, la recette magique : enseigner en se basant sur ce que les enfants veulent devenir et ce qu'ils veulent apprendre.

Après plusieurs années d'enseignement, l'enseignante finlandaise a jugé qu'il était temps de donner une nouvelle vie à l'éducation. L'école est nécessaire au bon développement de l'enfant, mais seulement si elle est gérée de manière efficace.

## UN SUCCÈS ENVIÉ

Le système scolaire finlandais fait fureur pour plusieurs raisons, car ses élèves réussissent mieux que les autres élèves du monde entier en travaillant moins fort et moins longtemps. Comment cela est-il possible ? Parce que les jeunes aiment aller à l'école puisqu'ils sont dans un environnement favorable à leur apprentissage et tout est mis en place pour maximiser leur réussite.

Les élèves finlandais font partie du top 10 des pays les plus performants, selon les résultats du dernier test PISA (Program for International Student Assessment) en 2015. Cet examen consiste à tester les jeunes de 15 ans dans plus de 72 pays à travers le monde sur trois sujets de base, soit les sciences, les mathématiques et la lecture. La Finlande s'est classée huitième selon les derniers résultats disponibles.

## COMPRENDRE LES DONNÉES

Mais pourquoi dit-on que les Finlandais sont les meilleurs au monde s'ils ne sont pas toujours premiers au test PISA? Il faut d'abord comprendre les conditions dans lesquelles les élèves sont éduqués. Par exemple, pour deux pays ayant les mêmes résultats au test PISA, l'un aura des élèves motivés, entourés de ressources et d'aide pour performer





et l'autre offrira un environnement très difficile où l'on bourre constamment les élèves d'informations et où l'on enseigne de manière très stricte.

C'est d'ailleurs le cas entre autres pour la Corée du Sud et le Japon, pays dont les taux de suicide reliés à l'école sont les plus élevés, même si ceux-ci se sont aussi classés dans le top 10 du dernier test PISA. Les élèves de ces pays croulent sous la pression et se sentent forcés de performer, contrairement aux étudiants finlandais. C'est ce qui explique la raison pour laquelle on dit que la Finlande réussit le mieux, car on compare les résultats aux conditions d'apprentissages des jeunes.

## MOINS D'HEURES, PLUS DE PLAISIR!

Ce qui caractérise ce système d'éducation, c'est que les jeunes Finlandais ont des heures de cours moins longues que partout ailleurs. Ils commencent donc l'école plus tard dans la journée, mais aussi dans leur vie. En Finlande, la première année de scolarisation commence à sept ans. Le système éducatif finlandais n'est pas un programme où les cours sont montés de A à Z avec des questions d'examen précises et des manuels à apprendre par cœur. Il se veut plutôt une façon de penser, en s'adaptant aux enfants en fonction de leurs préférences et aptitudes, et en changeant la manière d'apprendre pour la rendre plus efficace tout en étant agréable et motivante.

## LE POINT DE VUE INTERNATIONAL

Michael Moore, un écrivain, essayiste et réalisateur américain, est allé interroger le corps enseignant finlandais dans le cadre de son documentaire *Where to invade next*, pour obtenir des indicateurs expliquant cette si grande réussite des jeunes. La réponse d'une enseignante l'a renversé : les jeunes Finlandais n'ont pas de devoirs ou presque, car on veut leur laisser plus de temps pour s'amuser en dehors des heures de cours et vivre leur enfance.

Ils ne mélangent pas la vie extérieure à l'école, ce qui ne les sature pas d'informations et de travaux. Ils créent donc une séparation entre ces deux environnements et cela est très bénéfique. Dans le film, les spécialistes indiquent qu'il est important de donner une pause aux élèves et la majorité des pays ne l'ont pas compris. Il faut laisser le temps au cerveau d'assimiler l'information au lieu de le faire travailler constamment en espérant que l'information soit apprise et comprise en deux jours.

## UN CORPS SAIN DANS UN ESPRIT SAIN

Un autre aspect important qui est d'ailleurs souvent négligé, ce sont les arts et les sports. Ces matières permettent aux enfants de se découvrir individuellement. L'école, trop souvent, tue la créativité et l'unicité des jeunes pour les rendre tous pareils et égaux, mais avec les arts et les sports on peut se démarquer et être libre, faire les choses à notre manière. En Finlande, on parle même d'abolir, pour les élèves de 16 ans et plus, l'approche basée sur les matières comme les mathématiques et la géographie pour la rentrée de 2020 en les remplaçant par des sujets plus concrets. L'Union européenne et les Grandes Guerres par exemple seront alors à l'ordre du jour. Ces changements seront instaurés afin de présenter la réalité aux jeunes et pour qu'ils soient prêts à vivre et à être indépendants en tant que jeunes adultes.

Autre aspect à observer dans le système finlandais : toutes les écoles sont équivalentes et le privé n'existe pas. Que les jeunes viennent d'une famille riche ou pauvre, tout le monde est intégré de la même manière et cela diminue les écarts de classe sociale et les problèmes d'intimidation. Grâce à l'ensemble de son approche, la Finlande demeure assurément un exemple à suivre en matière d'éducation.

# « LA PLUS BELLE DES ROBES, C'EST ENCORE LE PRÉSERVATIF »

- JEAN-PAUL GAULTIER

PAR MAUDE PAQUIN



*Parler de sexe, y'a rien là non ? Il faut pas vous choquer. La sexualité, c'est du plaisir, de l'expérimentation, mais surtout de l'apprentissage. Et y'a rien de tout ça qui devrait rester encore tabou aujourd'hui. Voici donc une analyse et une recherche sur le port du condom chez les jeunes (avec une bonne dose de mon opinion!).*

## Mise en garde

L'auteure de ce texte choisit d'utiliser les vrais mots pour parler de sexualité. Elle n'utilisera pas région pelvienne, bas ventre ou zone génitale féminine pour te parler de la région où est située la vulve.

## PÈTE OU PÈTE PAS

Je ne sais pas si c'est un mythe ou bien une crainte que les gens ont envers le port du condom, mais suis-je la seule qui pense qu'il va péter à tout bout d champ chaque fois que je fais l'amour? Je me suis questionnée à savoir si ce sont mes expériences personnelles qui me font croire cela ou bien si, en réalité, le condom n'est pas si fiable qu'on nous le dit.

J'ai rencontré la professeure de sexualité humaine du cégep de Saint-Jérôme Jade Landry-Cuerrier ainsi que sa collègue Marie-Josée Morin. J'ai vite réalisé que si les condoms ont aussi souvent fendu dans le passé, c'était sûrement à cause d'une mauvaise utilisation. En effet, plusieurs jeunes - et même certains adultes - n'utilisent pas correctement le condom et c'est à cause de cela que le contraceptif masculin déchire. Ce qui engendre une augmentation des risques d'attraper des ITSS ou d'avoir une grossesse non désirée.

Selon Jade Landry-Cuerrier, il y a bel et bien des témoignages de personnes qui disent que certaines marques de condom sont moins fiables, mais : « la source du problème des "condoms qui pètent"

découle des erreurs commises lorsqu'on l'utilise ». Même encore au cégep, dans ses cours de sexualité humaine, elle fait une démonstration de la technique d'installation. Au départ, il y a toujours un grand nombre d'étudiants sceptiques, mais plusieurs se rendent compte qu'ils ont appris des trucs pratiques malgré le fait qu'ils pensaient tout savoir à ce sujet.

Jade nous informe des erreurs classiques concernant le condom. D'abord, ne pas mettre le condom dès le début des rapports sexuels : les ITSS peuvent se transmettre lors de frottements vulve-pénis, pénis à pénis, langue à anus (peu importe! je ne connais pas tes préférences sexuelles).

Ensuite, il faut absolument utiliser le condom pour la fellation, la sodomie ou tout autre type de pratiques. Il y a une bonne poignée d'ITSS qui peuvent infecter le fond de la bouche et même le rectum. Tu peux saigner du cul, avoir des écoulements verdâtres qui sortent de ton pénis ou du pus dans le fond de la gorge si tu n'es pas traité! Je ne sais pas pour toi, mais moi ça m'attire vraiment pas.

Une autre erreur commune : surtout, il ne faut pas oublier de pincer le bout du condom tout au long du déroulement, et ce, jusqu'à la base du pénis. Et puis, en vrac : ne pas le mettre du mauvais côté pour ensuite le tourner de l'autre bord pour le remettre, éviter de le retirer tout de suite après l'éjaculation et utiliser un condom soit trop petit, soit trop grand.





## RÉFLEXION PERSONNELLE

Je vais vous avouer, j'ai réalisé que juste dans cette petite liste, il y a des erreurs que j'ai moi-même déjà commises. J'ai 19 ans, je n'en ai pas 14! Je me dis que j'ai une tête sur les épaules, je me considère comme une personne responsable, mais qu'y'a pas mal de trucs que j'ignore encore en matière de sexualité. Je ne dois pas être la seule qui ne savait pas qu'une chlamydia pouvait se développer dans le fond de ma gorge si je faisais une fellation sans condom à un gars !

Bref, j'ai compris qu'il y a des jeunes qui ignorent certaines notions primordiales à propos de la sexualité, car, comme moi, personne ne le leur a appris. Mais il y a aussi, d'un autre côté, ces autres jeunes qui, eux, ferment tout simplement les yeux sur les responsabilités liées au fait d'avoir des relations sexuelles et qui banalisent les répercussions de leurs gestes par la suite.

## DE LA BANALISATION

En explorant une étude nommée PIXEL, mandatée par le gouvernement du Québec et qui fait le portrait de la santé sexuelle des jeunes adultes au Québec, j'ai pu observer deux gros problèmes chez les jeunes. Tout d'abord, il y a un usage du condom qui change selon le partenaire et il y a un trop gros nombre d'excuses utilisées par les jeunes pour ne pas mettre de préservatifs.

On y indique entre autres que « cinq jeunes sur dix (48 %) ont utilisé un condom lors de leur dernière relation sexuelle avec un autre type de partenaire que de couple. » Shit! Juste 48 % ! Ce n'est même pas la note de passage ça! Si c'est la recherche du risque pis de l'adrénaline qui te poussent à essayer de défier les probabilités d'attraper une ITSS, pour vrai, trouve-toi un autre hobby. Va au casino et joue à la roulette, va faire un saut en parachute ou commence à investir en bourse au pire! De plus, on y indique que « seulement six jeunes sur dix (60 %) ont utilisé un condom lors de leur dernière relation sexuelle avec un partenaire d'un soir. » Rien à rajouter.

J'espère que si t'es en train de lire mon texte, tu n'as pas déjà utilisé des raisons merdiques pour éviter de mettre un condom quand tu faisais l'amour, sinon je vais te juger profondément, *sorry not sorry* ! Comme raisons les plus souvent évoquées, j'ai pu découvrir que trop souvent certains « croi[ent] que l'autre partenaire aurait un condom, av[ai]ent] confiance que l'autre personne n'avait pas d'ITSS et ne couchait pas avec d'autre monde ou que l'autre partenaire voulait tout simplement faire l'amour sans condom ». Selon moi, il n'y a aucune de ces raisons qui soit valable pour prendre une chance d'attraper une ITSS, car, au final, c'est toi qui seras pénalisé.

## LE COMMENT DU POURQUOI

Mais comment en sommes-nous venus là? Mon hypothèse : il n'y pas assez de prévention, d'enseignement sur le sujet et de cours d'éducation sexuelle. Comme me l'a si bien dit Jade : « Si t'as jamais eu de modèle, si t'as jamais entendu quelqu'un parler de sexualité et que ça toujours été tabou autour de toi, c'est normal d'être gêné ou bien de ne pas avoir les bonnes connaissances sur le sujet. On apprend par imitation et observation, alors on est le reflet de ce qu'on connaît et de ce qu'on voit autour de nous ». Donc, s'il y a un problème chez les adolescents et les jeunes adultes, c'est entre autres parce qu'on n'a pas été assez bien informés en ce qui concerne tous les aspects du condom.

Pour contrer le déni, il faut simplement éclairer les jeunes et ce n'est pas juste avec des p'tites lampes de poche, mais plutôt avec des méchants gros *spotlights* en plein dans leur face. Si on ne m'avait jamais appris à écrire, je n'aurais jamais su que B, Q et S sont des lettres de l'alphabet.

# UN POUR TOUS ET TOUS POUR UN!

PAR MARILOU PRUD'HOMME



*Même s'il est facile de croire qu'en 2019 les mentalités ont évolué et que la société est davantage ouverte d'esprit, il est important de relativiser cette fausse perception. Effectivement, encore aujourd'hui, énormément de propos injurieux sont proférés à l'endroit des minorités. Bien que chacune mérite sa propre tribune, il sera ici question de l'homophobie et de tous ses dérivés.*

Partout des efforts sont nécessaires, mais il sera plus simple de se concentrer sur un plus petit échantillon : parlons du Québec, plus particulièrement des établissements d'enseignement supérieur. Une fausse croyance est souvent véhiculée : les jeunes y sont plus ouverts d'esprit. Non ! Il est totalement faux de croire que puisque l'acceptation est plus répandue, tous les jeunes sont maintenant ouverts d'esprit. Au contraire, comme il est souvent possible de l'entendre, les jeunes sont souvent méchants à l'égard de ce qu'ils ne connaissent pas, il est alors nécessaire d'éduquer la population étudiante.

Il peut être intéressant de se demander si l'éducation est assez avancée, si les groupes LGBTQ+ font assez d'efforts pour promouvoir l'acceptation de leur communauté, si les parents pensent à parler de ces enjeux avec leurs enfants, beaucoup de « si » qui débouchent trop souvent sur un « rien ».

Au cégep de Saint-Jérôme, et aussi dans plusieurs autres cégeps, il y a un comité LGBTQ+, le CACHH. Il s'agit d'un comité d'action contre l'homophobie et l'hétéronormativité qui tente de lutter pour faire entendre sa voix au sein d'une communauté collégiale parfois difficile d'approche. C'est une petite communauté ouverte d'esprit, où l'acceptation est de mise et où les discussions sont toujours enrichissantes.

Ce genre d'endroit où tous peuvent se rassembler est encore très utile, alors que beaucoup de jeunes ont toujours de la difficulté à se sentir inclus et acceptés. Ces lieux sont aussi importants pour qui

ignore par quelles étapes passer pour en arriver à l'acceptation de soi et aussi pour demander conseil et se sentir écouté alors que, parfois, même les parents ne sont pas capables de le faire. Se sentir accepté par des gens qui vivent les mêmes histoires que nous peut s'avérer très rassurant.

Les regards qui se posent sur les gens rassemblés dans ce petit local font parfois mal, les commentaires entendus sont souvent difficiles à accepter. Encore en 2019, le terme « queer », qui voulait dire auparavant « bizarre », prend alors encore tout son sens. Heureusement, la communauté LGBTQ+ s'est approprié le terme et « queer » désigne maintenant l'ensemble de la communauté. Un seul terme qui empêche enfin de se faire catégoriser et étiqueter.

Je passe la plupart de mon temps au CACHH parce que je peux y trouver des personnes qui, comme moi, veulent un endroit où l'on se sent à l'aise et en sécurité. J'ai eu la chance de questionner certains de mes camarades dans le but de mieux faire comprendre le CACHH. À travers nos origines différentes - de la Belgique au Pérou -, qu'on soit là pour se faire des ami(e)s ou pour s'enfuir de tout ce qui se passe à la maison et même pour reproduire des *Vines*, nous avons, tous ensemble, créé une bonne fraternité. Tout en ayant des opinions divergentes, nous avons un point commun : nous sommes tous aussi différents. Tout ça ne nous a pas arrêtés pour créer une sorte de famille.

On s'entraide, on rit mais, surtout, on s'aime !





# QUAND SEXTER DEVIENT CRIMINEL

PAR CHARLÈNE BOUFFARD-DEMERS



PAR VANESSA FORTIN QUELLET



*Véritable phénomène mondial, et largement répandus dans la culture adolescente, les égoportraits (ou « selfies ») font leur apparition massive autour de 2010 avec la création des réseaux sociaux et des téléphones intelligents possédant un appareil photographique frontal. Toutefois, certains dangers de cet engouement pour les égoportraits surviennent lorsque les frontières de l'intime sont franchies. Et ne soyons pas dupes, nombreux sont ceux qui se servent des égoportraits pour partager des photographies d'eux-mêmes dans leur plus simple appareil...*

Plusieurs jeunes personnes considèrent que l'envoi de photographies à caractère sexuel fait partie du processus de la découverte de la sexualité. Notre intention n'est pas de valider ou d'invalider cette pensée, mais plutôt de soulever les aspects juridiques de cette pratique. Et plus particulièrement lorsqu'il s'agit d'autoexploitation juvénile, aussi appelée sextage ou partage non consenti d'images intimes.

## QUELQUES DÉFINITIONS

Compte tenu des réalités actuelles, le milieu judiciaire a cru bon d'encadrer ce phénomène. Le *Guide pour les familles*, créé par le Centre canadien de protection de l'enfance, le définit comme étant « le fait, pour une jeune personne, de créer et de transmettre ou de partager avec d'autres jeunes, par l'entremise d'Internet ou d'appareils électroniques, des photos/vidéos à caractère sexuel. »

Par ailleurs, l'article 163.1 du *Code criminel* considère la pornographie juvénile comme « toute représentation photographique, filmée, vidéo ou autre, réalisée ou non par des moyens mécaniques ou électroniques [...] où figure une personne âgée de moins de 18 ans ou présentée comme telle et se

livrant ou présentée comme se livrant à une activité sexuelle explicite [...] dont la caractéristique dominante est la représentation, dans un but sexuel, d'organes sexuels [...] ». Nous pouvons déduire de ces définitions que le sextage peut être interprété comme de la pornographie juvénile. Selon le même article du *Code criminel*, la sentence associée à ce crime est une peine d'emprisonnement variant de 6 mois à 14 ans dépendamment de la nature de l'infraction.

## CAS DE FIGURES

Mais est-ce que deux amoureux de 17 ans pourraient être incarcérés pour s'être échangé des sextos ? Serait-ce raisonnable ? La réponse est non puisqu'il s'agit alors d'autoexploitation juvénile.

Par contre, faisons une mise en garde et reprenons la situation précédente sur l'échange de sextos en augmentant l'âge d'un des deux amoureux à 18 ans. Y aurait-il une réponse différente concernant le caractère raisonnable de la sentence ? Tout à fait puisque l'âge est la clé. L'un des partenaires est mineur alors que l'autre est majeur. Prenons maintenant l'exemple d'une rupture difficile. Advenant que l'ex-amoureux majeur décide de se venger en produisant, distribuant, possédant ou rendant



accessible une photographie compromettante de son ex-partenaire mineur, qu'advient-il ? Il se rend criminellement responsable de pornographie juvénile et serait donc passible de la peine d'emprisonnement selon l'article du *Code criminel* mentionné précédemment.

Et si la même rupture difficile se produit dans un couple où les deux partenaires sont majeurs ? La même vengeance entre-t-elle dans la définition de pornographie juvénile ? Non. L'article 162.1 du *Code criminel* évoque plutôt la notion de publication non consensuelle. Celle-ci s'applique lorsqu'une personne publie, distribue, transmet, vend ou rend accessible une image intime d'une autre personne, en sachant que cette dernière n'y a pas consenti, dans le but évident de lui nuire. La personne coupable serait alors notamment passible d'une peine d'emprisonnement maximale de cinq ans.

Nous constatons donc que chacune de ces trois situations est propre à certains concepts juridiques et pourrait entraîner des poursuites judiciaires différentes en fonction de l'âge des personnes impliquées.

## AUTOEXPLOITATION JUVÉNILE

Revenons maintenant sur le cas des adolescents et de l'autoexploitation juvénile. Une distinction importante doit être établie entre le sextage, de manière volontaire, dans un but de séduction, et le partage de photographies/vidéos à caractère sexuel à l'insu de son auteur.

Mais attention, malgré cette distinction, si un des jeunes prend une photographie de lui-même dénudé et l'envoie à un autre jeune qui la lui réclame (d'où l'utilisation du terme « auto » dans l'expression autoexploitation juvénile), il commet un acte criminel puisqu'il a produit et distribué de la pornographie juvénile selon le *Code criminel*. Le jeune qui reçoit l'image et qui décide de la partager à ses amis peut alors être reconnu coupable de possession,

d'accès et de distribution de pornographie juvénile. Nous avons vu que le *Code criminel* est clair quant aux sentences prescrites en matière de pornographie juvénile. Or, rappelons-nous que les adolescents ne sont pas jugés au même titre que les adultes.

Partant de ce fait, selon la *Loi sur le système de justice pénale pour les adolescents*, la sentence imposée n'est pas l'emprisonnement, mais plutôt des mesures extrajudiciaires ou des sanctions extrajudiciaires. Ces mesures peuvent prendre la forme d'un avertissement ou d'une mise en garde, voire mener à la fermeture du dossier en cas d'infraction trop minime. Les sanctions sont quant à elles ordonnées s'il est établi que l'adolescent doit réparer le préjudice causé à la victime (ou à la société) ou encore participer à des activités d'intégration sociale. Dans le pire des cas, l'adolescent est poursuivi en justice et est condamné à effectuer une peine allant du travail bénévole à la garde en établissement dans un centre jeunesse. Comprenons que le but ultime de ces mesures ou sanctions est la dissuasion.

La Ville et le service de police de Saint-Jérôme, en collaboration avec différents acteurs du milieu judiciaire et scolaire de Saint-Jérôme, ont développé le Projet Sexto, servant de balise pour gérer les cas d'autoexploitation juvénile dénoncés. Innovant par rapport aux autres programmes déjà existants, son but principal n'est pas simplement la prévention, mais aussi la cessation de la distribution d'images pornographiques

### Le saviez-vous?

Un professeur qui confisque le téléphone cellulaire d'un adolescent ne devient pas possesseur de pornographie juvénile. Par contre, le téléphone doit rester éteint en tout temps et le professeur ne doit, à aucun moment, avoir consulté les photographies.

En principe, un adolescent qui reçoit une photographie alors qu'il ne la désire pas ne sera pas accusé, mais sera rencontré pour s'assurer que les photographies ne sont plus en sa possession. Or, en cas de récidive de l'adolescent, des sanctions pourraient s'appliquer.

Les photographies qui font l'objet d'un dossier judiciaire dans un cas de sextage ne sont vues par personne. Ainsi, ni les intervenants ou professeurs de l'école, ni les policiers ni même les procureurs de la couronne n'y auront accès.

# BIENVENUE À BORD ! LA PROTECTION DES PASSAGERS AÉRIENS

PAR ANNIE HARKINS



*Vous avez travaillé toute l'année pour arriver à mettre de côté l'argent nécessaire pour réaliser un projet que vous chérissez depuis plusieurs années : partir à l'aventure vers cette contrée que vous avez toujours rêvé d'explorer. Mais vous ressentez quelques inquiétudes depuis que vous avez remarqué les publications Facebook d'une vieille amie, à propos de ses péripéties aériennes rocambolesques et sur qui la malchance s'acharne. Qu'advient-il de vos dollars durement gagnés en cas de pépin?*

Est-ce qu'une compagnie aérienne qui abandonne vos bagages à Londres alors que vous êtes à Dublin sans aucun bien en votre possession doit vous dédommager? Si on vous refuse l'embarcation lors d'une correspondance et que vous devez passer une nuit, voire plusieurs nuits à l'aéroport de Toronto, est-ce que vous devez supplier le transporteur aérien pour qu'il vous vienne en aide et est-ce qu'il aura l'obligation de vous loger et de vous nourrir? Recevrez-vous une compensation financière si le vol dans lequel vous prenez place fait demi-tour pour l'aéroport de Montréal alors que vous étiez dans les airs depuis déjà deux heures à destination de Lisbonne?

Jusqu'à ce jour les droits des passagers aériens sont diffus et il faut une bonne dose de patience (et de temps libre) pour arriver à faire un tant soit peu respecter ces droits. Les compagnies aériennes font la pluie et le beau temps et édictent leurs propres règlements et tarifs, qui hélas sont rarement en faveur des voyageurs. Il est souvent ardu pour un individu de devoir remplir tous les critères requis pour faire la preuve que ses droits ont été bafoués par les géants de l'aviation. Outre une plainte à l'*Office des transports du Canada* (OTC), les passagers peuvent s'adresser aux tribunaux, par exemple à la Division des petites créances de la Cour du Québec, pour réclamer des dommages et récupérer les sommes qui leur sont dues.

Ailleurs sur la planète, une législation a été mise en place pour protéger adéquatement les droits des voyageurs. Il était grand temps que le Canada emboîte le pas, notamment à l'Union européenne et aux États-Unis.

## NOUVELLE RÉGLEMENTATION

Les adeptes de voyage peuvent enfin apercevoir la lumière au bout du tunnel! Grâce à la nouvelle *Loi sur la modernisation des transports* qui est entrée en vigueur l'été dernier, l'OTC se doit d'adopter un règlement édictant des normes minimales que les compagnies aériennes devront respecter. Ces nouvelles dispositions concernent les communications avec les passagers, les retards et annulations de vols, les retards de plus de trois heures sur l'aire de trafic, les refus d'embarquement, l'attribution de sièges aux enfants de moins de quatorze ans, les bagages perdus ou endommagés et les instruments de musique. Les transporteurs devront s'assurer que la communication aux passagers de leurs droits et recours fasse en sorte que la compréhension de ces derniers en soit simplifiée et accessible pour tous.

Dans la section intitulée «consultations» du site internet de l'OTC, on apprend que dès le mois de mai 2018, l'organisme a amorcé l'élaboration de ce règlement tant attendu. Des consultations ont donc eu lieu auprès des Canadiens et Canadiennes,



des aéroports et des intervenants du milieu de l'aviation, des droits des consommateurs et du domaine du voyage.

Les médias réfèrent régulièrement à cette nouvelle réglementation et il est quelque peu difficile de s'y retrouver et de cibler à partir de quel moment nous pourrions bénéficier de ces nouvelles protections. Essayons d'y voir plus clair.

Tout d'abord, le terme utilisé par plusieurs journalistes est celui de *Charte des voyageurs*. Dans les faits, le mandat de l'OTC de légiférer est né des modifications créées par le *Projet de loi C-49*, lui-même devenu une loi sanctionnée en mai 2018. Les modifications qui nous concernent se retrouvent dans la *Loi sur les transports au Canada*. Le 22 décembre 2018, l'OTC franchit une nouvelle étape et le projet de *Règlement sur la protection des passagers aériens* est publié dans la *Gazette du Canada* (vol. 152, no 51). Comme il est toujours à l'état de projet, le règlement n'est toutefois pas encore en vigueur. Cette période de publication qui se poursuit jusqu'au 20 février 2019 permet à tout intéressé de déposer ses commentaires auprès de l'OTC qui en tiendra compte lors de l'élaboration de la version finale de son règlement. Nous pourrions, d'ici l'été 2019, enfin connaître les tenants et aboutissants du *Règlement sur la protection des passagers aériens*. Nous devons donc encore patienter quelques semaines pour que les dispositions

prévues entrent officiellement en vigueur. Il est important de se rappeler que d'ici là, ce sont les droits et obligations prévus à la présente *Loi sur les transports au Canada* et aux articles 2030 à 2058 du *Code civil du Québec* qui sont appliqués. Pour l'instant, le rôle de l'OTC se limite à la réception des plaintes des usagers du transport aérien.

### D'HIER À DEMAIN

En 2014, après s'être fait refuser l'embarquement sur un vol pour cause de surréservation, votre amie a dû passer une douzaine d'heures à l'aéroport sans aucune compensation financière, sans repas et sans hébergement. Elle a bien entendu tout tenté auprès de la compagnie aérienne, mais cela n'a donné aucun résultat. Dorénavant la situation sera bien différente puisque la compagnie devra dédommager financièrement les passagers, pour un montant allant jusqu'à 2 400 \$. Avec ce montant en poche, votre amie aurait clairement plus apprécié son séjour à l'aéroport!

Si l'avion décolle en retard ou rebrousse chemin, que vous soyez à l'aéroport ou déjà à bord de l'avion, vous devrez recevoir un minimum de confort, notamment des breuvages et de la nourriture, l'accès à des toilettes et à une ventilation adéquate. Cependant, le projet de loi prévoit que ces normes ne s'appliqueront qu'après un retard de deux heures, ce qui n'est pas tout à fait raisonnable

si cette attente se fait à l'intérieur de l'avion. Malheureusement, dans la version actuelle du projet de règlement, les passagers peuvent demeurer jusqu'à 3 h 45 dans un avion cloué au sol avant que le transporteur ne soit obligé de les faire descendre de l'appareil.

Fini les nuits blanches sur les bancs inconfortables de l'aéroport! Le transporteur aérien fautif devra héberger gratuitement les voyageurs. De plus, une compagnie aérienne pourrait avoir à déboursier jusqu'à 1 000 \$ pour un retard de plus de neuf heures! Nous sommes bien loin des conditions qui prévalent en ce moment.

Il y a fort à parier que les compagnies aériennes feront dorénavant de plus amples efforts pour respecter leurs clients, sinon la facture pourrait être salée, car en cas de violation du nouveau règlement elles pourront avoir à payer une pénalité allant jusqu'à 25 000 \$. En espérant qu'elles ne décident pas de refiler la facture à leur clientèle, qui serait alors la grande perdante.

Pour ce qui est de ce voyage dont vous rêvez depuis toujours et pour lequel vous travaillez si fort, votre amie vous suggère de faire preuve de prudence et de le planifier pour la fin de l'été ou le début de l'automne, vous pourrez ainsi profiter du beau règlement tout neuf!



# UN PEU DE LSD ET UNE MIGRAINE EN MOINS !

PAR OLIVIER PAYETTE



*Bien que controversée et illégale, l'utilisation de certaines drogues psychédéliques telles que le LSD et les champignons magiques demeure répandue. Plusieurs consommateurs les prennent pour leurs effets hallucinogènes, les émotions ressenties et l'aspect créatif qui émane de la consommation de ces substances. Mais peut-il y avoir une valeur scientifique reliée à la consommation de drogues hallucinogènes?*

De fait, quelques personnes ont commencé à introduire ces substances dans leur traitement contre certaines maladies, comme pour des migraines sévères. Une étude menée en 2006 par l'Université Harvard auprès de 53 patients céphalalgiques - qui souffrent de migraines - présente des résultats plutôt stupéfiants en soulignant des effets bénéfiques pour atténuer les symptômes de ce mal.

## VERS DE NOUVELLES MÉTHODES

Face à ces révélations, en septembre 2009, Matthias Karst, John H. Halpern, Michael Bernateck et Torsten Passie ont commencé leur propre étude à ce sujet à la faculté de médecine de Hanovre, en Allemagne. Cette étude préliminaire a été essentiellement dirigée vers des patients atteints de la céphalée de Horton.

Ce type de migraine est causé par la libération de neuropeptides, comme de la sérotonine, qui permettent la vasodilatation de vaisseaux sanguins. Cela semble peut-être anodin, mais cette dilatation entraîne une forte pression sur le nerf trijumeau, impliquant par la suite une douleur sévère au visage. Le but de cette recherche : parvenir à trouver un agoniste sélectif des récepteurs de la sérotonine pour bloquer spécifiquement la libé-

ration de ces neuropeptides vasoactifs. En gros, il s'agit d'utiliser à travers la drogue une composante qui reproduira le même comportement que la substance d'origine et qui permettra ainsi de guérir la migraine. La suggestion pour y parvenir : utiliser un analogue du LSD, un composé possédant une structure chimique semblable au LSD, soit le 2-dibromo-LSD.

## CONTOURNER LES RÈGLES

Pourquoi ne pas utiliser du LSD tout simplement ? Bien, parce que c'est illégal ! Le 2-dibromo-LSD possède la même tête de série que le LSD, mais ne comporte pas ses effets hallucinogènes tant recherchés chez les amateurs de sensations fortes. Il ne s'agit pas ici d'offrir une drogue aux patients, mais plutôt une composante légale pour les aider.

Après plusieurs semaines de tests sur six différents patients atteints de la maladie à différents degrés, les résultats ont été concluants. L'analogue a permis soit de briser le cycle des migraines, soit de diminuer la fréquence et l'intensité des attaques tout en augmentant leur rémission. En vérité, le 2-dibromo-LSD possède un côté agoniste sélectif des récepteurs de sérotonine, c'est pourquoi il permet de traiter ces migraines.

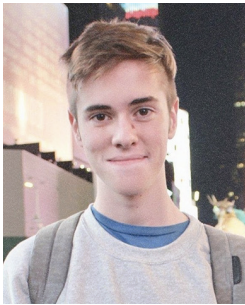
## ET DANS LE FUTUR ?

Comme il s'agit d'un dérivé d'une drogue psychédélique illicite et que ce ne sont que des études préliminaires, il sera donc très surprenant de voir apparaître cet agoniste dans un rayon de la pharmacie sous peu. Néanmoins, avec ses effets secondaires très minimes, il ne serait pas inimaginable de voir des études plus poussées à ce sujet qui permettront d'offrir une solution à un patient souffrant de migraines en recherche de remède.

Vous êtes curieux d'en apprendre davantage ? Les résultats de recherche de Karst, Halpern, Bernateck et Passie ont été publiés dans le numéro 30 de la revue *Cephalalgia*, disponible en ligne.

# LES SUPER-BACTÉRIES : UN SUPER-DANGER POUR L'HUMANITÉ

PAR TOMMY PILON



*Lorsqu'il a découvert la pénicilline en 1928, Alexander Fleming était probablement bien loin de se douter qu'elle engendrerait une nouvelle caste de super-bactéries. Bien qu'ils puissent sembler être la cure idéale pour des dizaines de maladies bactériennes autrefois mortelles, les antibiotiques sont en train de se retourner contre nous en raison de la résistance développée par les bactéries. C'est ce que constatent Julian et Dorothy Davies, des chercheurs de l'Université de Colombie-Britannique, dans une étude parue en 2010.*

Il faut savoir que lorsqu'on utilise des antibiotiques pour traiter une infection, les bactéries possédant des mutations génétiques aléatoires leur permettant de tolérer les antibiotiques seront les seules à pouvoir survivre et se reproduire. Elles légueront ensuite ces mutations à leur descendance, ce qui engendra une nouvelle forme de super-bactérie résistante aux antibiotiques, qui est intraitable par les moyens actuels. En surprescrivant les antibiotiques, les médecins et autres professionnels de la santé se tirent dans le pied en accélérant le développement des super-bactéries.

## DES BACTÉRIES QUI SE TRANSFORMENT

Durant les cinquante dernières années, les scientifiques ont observé une corrélation, un fort lien, entre l'utilisation d'antibiotiques et l'apparition de super-bactéries. Un cas notable est celui des antibiotiques  $\beta$ -lactames, qui tuent les bactéries en arrêtant la formation de leurs membranes cellulaires. On estime que plus de 50 % des antibiotiques prescrits dans le monde appartiennent à cette classe. Au fil du temps, les spécialistes ont observé que de nombreuses bactéries avaient acquis la capacité de synthétiser une enzyme appelée  $\beta$ -lactamase, qui est capable de « digérer »

les antibiotiques  $\beta$ -lactame en modifiant leur structure moléculaire, ce qui les rend inefficaces.

Un autre mécanisme d'adaptation utilisé par les bactéries pour réussir à vaincre les antibiotiques est le biofilm. Un biofilm est comme une soupe de nombreuses bactéries dans une enveloppe composée de sucres, de protéines et d'ADN. Ce regroupement bactérien est insensible aux antibiotiques, qui peinent à reconnaître les bactéries qui sont protégées par la matrice qui les enveloppe.

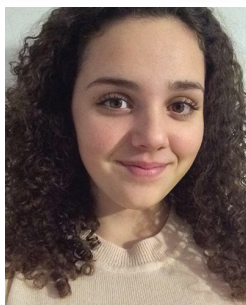
## VERS UNE SOLUTION ?

Pour mettre un frein à ces intraitables bactéries, l'Organisation mondiale de la santé recommande de sensibiliser le personnel médical aux dangers de la surprescription, c'est-à-dire de ne traiter les patients avec des antibiotiques que lorsqu'il est nécessaire de le faire. Plusieurs techniques sont présentement en développement pour réussir à traiter les super-bactéries, notamment les bactériophages qui sont eux-mêmes des bactéries, mais qui pourraient devenir nos plus précieux alliés.



# UNE PILULE, LA SOLUTION ?

PAR AURÉLIE TREMBLAY



PAR LILA DESJARDINS-MANSOT



*Entre 2006 et 2015, le taux de TDAH, pour les jeunes de 13 à 17 ans, est passé de 3,4% à 9,9%, selon les données de l'Institut national d'excellence en santé et services sociaux. Naturellement, cette hausse de diagnostics a engendré une hausse de la médication. En optant pour la pilule, privilégie-t-on la solution facile ?*

Dans sa carrière d'enseignante, Johanne Valade, maintenant retraitée, a vu 28 cohortes de petits élèves défilé dans son local de classe. Elle affirme avoir ajusté sa façon d'enseigner au cours des années afin que celle-ci soit mieux adaptée à des enfants plus agités. Circuler entre les bureaux l'aide à mieux gérer ses groupes turbulents.

L'école primaire où elle enseignait, l'école Harmonie-Jeunesse, a aussi fait des ajustements au cours des années. Par exemple, à la fin de la carrière de Mme Valade, il y avait trois techniciennes en éducation spécialisée (TES) intégrées dans l'équipe de travail de l'école. L'enseignante confirme que ces techniciennes étaient d'une grande aide pour les enfants et un énorme support pour les enseignantes. Le seul aspect qu'elle déplore, c'est que cette décision d'opter pour de l'aide supplémentaire revient à la direction de l'école. En d'autres mots, les écoles ont besoin d'une direction qui prône l'aide aux enfants. Johanne Valade expliquait que l'argent de l'école aurait pu être investi ailleurs, mais que grâce à la compréhension de la directrice, l'argent a très bien servi.

« Les TES ont plusieurs trucs pour les enfants par exemple, elles prenaient un tape puis elles séparaient le bureau de l'élève en quatre parties », explique l'enseignante. Elle poursuit en affirmant que cette technique aide à l'organisation de l'élève, souvent défaillante chez les élèves TDAH. De cette façon, celui-ci sait où mettre son crayon, son efface, son cahier.

## COMME DES BONBONS ?

Isabelle Gingras, psychoéducatrice au Foyer de groupe l'Arrimage, croit comme Mme Valade que le milieu familial des jeunes étant souvent très mouvementé, les parents choisissent la solution rapide: la médication. L'heure tardive de l'arrivée des parents du travail serait un autre facteur ainsi que les divorces de plus en plus fréquents. Mme Gingras explique qu'auparavant, les parents débordés pouvaient trouver de l'aide dans les CLSC, mais depuis que le gouvernement a fait des coupes budgétaires dans les services sociaux, il n'y a plus assez de personnes disponibles pour aider ces parents. « Ça peut prendre six, neuf, dix mois avant d'avoir quelqu'un qui puisse venir chez toi », explique la psychoéducatrice.

De plus, les coupes budgétaires ont aussi affecté les pédopsychiatres, ce qui fait que les familles se tournent plutôt vers des médecins généralistes. Selon l'étude sur la santé mentale des enfants de Statistiques Canada publiée en 2013 : « [...] les diagnostics les plus fréquents sont le trouble d'apprentissage et le déficit d'attention avec ou sans hyperactivité (respectivement 10% et 12%). Conséquemment, entre l'âge de 41 mois et 10 ans, 12 % des enfants ont pris de façon régulière du Ritalin à au moins un volet ».

Mme Gingras explique que cette hausse de prescriptions est due au fait que les évaluations pour le TDAH ne sont généralement pas faites par les bons





spécialistes. En effet, elle explique que la plupart du temps, ce sont les médecins généralistes qui font le diagnostic et qu'ils se basent sur un questionnaire qu'ils font remplir par la famille et les professeurs de l'enfant. Ce questionnaire est parfois biaisé puisque la famille et les professeurs peuvent confondre l'anxiété et un TDAH. Pour mieux faire cette distinction, Mme Gingras affirme qu'il serait préférable d'avoir recours à une évaluation neuropsychologique, qui est mieux adaptée pour évaluer la présence d'un TDAH.

## EFFETS DE LA MÉDICATION

Mme Valade pense qu'il existe plusieurs autres solutions que la médication. Elle rapporte des exemples de jeunes pour qui la médication n'avait pas d'effets thérapeutiques. Ces enfants ont comme effets secondaires à la médication l'insomnie et ou la perte d'appétit. « Il y en a beaucoup, je pense, qui prennent des médicaments, mais qui ne devraient pas. » Par contre, elle souligne que parfois cette approche a des effets positifs. Par exemple, elle connaît un jeune qui a bénéficié d'une meilleure estime personnelle suite à la prise de médicaments. Dans les faits, selon une étude du docteur Benoît Hammarrenger dans un article publié sur le site de l'Association des neuropsychologues du Québec (AQNP), 70% des jeunes ayant un TDAH répondent très bien à la médication.

## SOLUTIONS

Mme Valade a proposé plusieurs solutions, dont certaines qu'elle appliquait en tant qu'enseignante. Elle affirme qu'il faut toujours occuper les élèves lorsqu'ils ont fini leur travail. Par exemple, ses élèves devaient faire un journal étudiant qui nécessitait de faire des entrevues, donc cela les amenait à se déplacer dans l'école. L'enseignante propose que dès qu'il y a un doute de trouble déficitaire de

l'attention avec ou sans hyperactivité chez un élève, les parents, la direction de l'école, l'enseignante et la TES se rencontrent pour faire un plan d'action. De cette façon, les enfants pourraient bénéficier d'un meilleur soutien à la maison comme à l'école. Mme Valade croit que le système de l'éducation devrait faire des classes entièrement constituées d'enfants TDAH. Par contre, les élèves ne seraient que 10 à 12 par classe. Selon elle, les élèves avec plus de difficultés pourraient bénéficier de plus de soutien et les élèves avec plus de facilité pourraient voir la matière plus rapidement.

De son côté, Mme Gingras recommande de rendre les neuropsychologues plus accessibles pour réduire la charge des médecins généralistes, d'adapter le milieu scolaire en accordant plus d'importance au sport. Elle demande aussi à ce que les parents prennent le temps de bien encadrer leurs enfants pour qu'il puisse mieux s'adapter à l'école et dans la vie en général.

Enfin, l'enseignante et la psychoéducatrice s'entendent pour dire qu'avec un meilleur soutien, il est tout à fait possible que le nombre de diagnostics du TDAH puisse être réduit au Québec chaque année.

# RÉAPPRENDRE À VIVRE SANS LA DÉPENDANCE

PAR MÉGANE PILON



*Josée Laprise, 44 ans, est une femme accomplie qui aime son travail et qui profite de la vie à tous les jours. Pourtant, pendant 5 ans, elle a consommé de l'héroïne. Jusqu'à ce qu'un événement vienne perturber sa piqûre quotidienne. Histoire d'une renaissance.*

Un jour, après s'être injecté cette drogue dérivée de la morphine, la jeune femme a dû être transportée à l'hôpital pour une cellulite dans sa cheville, une infection dangereuse au sang.

En route pour l'hôpital, un des ambulanciers lui a demandé : « Qu'est-ce que vous faites ici, mademoiselle ? J'en ramasse à tous les jours du monde sur le bord de la route, mais il me semble que vous *fittez* pas ici. » Puisqu'elle n'était pas d'humeur à se faire faire la morale, elle n'a pas réfléchi à ce que cet homme lui avait dit. Juste avant de sortir de l'ambulance, il a posé sa main sur son épaule et lui a dit : « Je le sais que vous allez vous en sortir. »

Ces quelques phrases ont permis à Josée de prendre conscience de sa situation : « Cet homme est mon ange-gardien », a-t-elle affirmé. Deux mois plus tard, elle quittait la ville de Montréal pour commencer son processus de sevrage.

## RÉINTÉGRER LA SOCIÉTÉ

Josée a participé à une thérapie d'une durée de six mois. Dans celle-ci, elle a réappris à vivre en s'adaptant à une routine quotidienne dans laquelle elle devait faire son lit, manger trois repas par jour, participer aux tâches ménagères, faire de l'exercice. Elle explique qu'à la fin de cette thérapie, les participants n'ont plus envie de perdre ce qu'ils ont bâti dans leur processus.

Josée a également dû affronter plusieurs défis dans son quotidien. Le premier était de se trouver un travail ainsi qu'un logement. Ensuite, il était très important pour elle de se remettre en forme physiquement puisqu'elle n'avait plus aucune force dans son corps. À cela s'ajoutent les obligations normales d'un citoyen, délaissées pendant ces années passées à la dérive. Elle a dû faire ses rapports d'impôts des cinq dernières années. Il a aussi fallu qu'elle paye de nombreuses contraventions et qu'elle rebâtisse son crédit. Elle a effectué toutes ces étapes avec succès.

La jeune femme a beaucoup appris en quittant ce mode de vie. Elle a compris que sa dépendance à l'héroïne avait un lien avec sa dépendance affective envers son conjoint avec qui elle a commencé à consommer cette drogue. « Ces deux dépendances ont pris le contrôle sur ma vie. Avec celles-ci, j'essayais de combler un mal-être qui vivait à l'intérieur de moi. »

Cette prise de conscience lui a permis de travailler sur elle-même et de gagner cet amour propre qu'elle n'avait jamais réellement connu. Elle lui a aussi permis de réaliser qu'elle avait envie de vivre la vie qui lui a été donnée. « J'ai réalisé que j'avais une force physique et mentale extraordinaire », a-t-elle ajouté.

## LA VIE À JEUN

Durant son processus de sevrage, il était difficile pour elle de pratiquer des activités sobres qu'elle pratiquait normalement sous l'influence de la drogue. Par exemple, elle n'avait plus envie de dessiner ou de peindre, ce qu'elle adorait faire en tant normal lorsqu'elle consommait. Avec le temps, elle a réappris à apprécier ces activités sans l'influence de la drogue.

Aujourd'hui, Josée a retrouvé une vie stable et saine. Elle essaie de garder ses journées occupées et de nourrir sa vie d'une bonne façon. Passionnée des sensations fortes, elle s'est découverte une passion pour la plongée sous-marine. Possédant désormais ses cartes de plongée, elle voyage plusieurs fois par année dans des pays où elle peut pratiquer sa passion. De plus, elle assiste à des cours de yoga plusieurs fois par semaine. Elle vit chaque jour à la fois et continue de travailler sur elle-même.

Le principal conseil qu'elle donnerait à une personne dans une situation semblable à la sienne serait de ne pas perdre espoir. Elle est persuadée que chaque personne a le pouvoir de s'en sortir avec de la volonté et les bonnes personnes autour de soi. « Surtout, n'arrêtez jamais d'y croire », conclut-elle.

# VACCINÉ CONTRE LA DÉSINFORMATION

PAR LILA DESJARDINS-MANSOT



*Récemment, le débat sur la vaccination a repris de plus bel avec le mouvement « anti-vaxx » sur les réseaux sociaux. Si la vaccination peut prévenir près de 25 maladies, pourquoi certains parents hésitent toujours à faire vacciner leurs enfants ? Devrait-on aller jusqu'à exclure des écoles ces enfants ? Entrevue avec Éve Dubé, anthropologue médicale à l'Institut national de santé publique du Québec.*

S'il y a plusieurs raisons qui expliquent le refus des parents de faire vacciner leurs enfants, Dr. Ève Dubé en identifie une principale : la peur des effets secondaires de certains vaccins. Effectivement, certains craignent que le vaccin contre la rougeole, les oreillons et la rubéole (RRO) cause l'autisme chez les enfants qui reçoivent ce vaccin. Cette rumeur est d'abord apparue dans une étude publiée dans une revue médicale britannique appelée *The Lancet* en 1998 par le Dr. Andrew Wakefield. Cependant, d'autres recherches ont été conduites après celle du Dr. Wakefield. Ces recherches sont toutes arrivées à la même conclusion : il n'y a aucun lien entre le vaccin RRO et l'autisme. Malgré cela, des groupes antivaccins comme Vaccine Choice Canada continuent de diffuser cette fausse information au public, ce qui alimente la peur des parents au sujet des effets secondaires des vaccins.

## OBLIGER LA VACCINATION ?

En Ontario et au Nouveau-Brunswick, les enfants sont obligés d'être vaccinés pour être admis à l'école. Mais, est-ce vraiment la meilleure solution ? Dr Dubé croit que non. D'abord, elle explique que la proportion des personnes vaccinées de ces deux provinces et de celle du Québec sont presque identiques. « C'est sûr que de forcer les gens qui ont des questions, des doutes, qui sont un peu plus résistants à se faire vacciner peut augmenter l'opposition, donc rendre les gens encore plus contre les vaccins », croit même Dr Dubé. Elle suggère plutôt de « privilégier l'information, la promotion et l'éducation » de la vaccination plutôt que son obligation.

## UN VIRUS : LA DÉSINFORMATION

Comme l'exprime Dr Dubé, il y a toujours eu des rumeurs au sujet de l'efficacité des vaccins. Mais depuis l'émergence des réseaux sociaux, ces

rumeurs se propagent beaucoup plus rapidement. Puisque le contenu sur les réseaux sociaux est accessible à tous, il est beaucoup plus facile pour les groupes « anti-vaxx » de propager leurs idées. Les gens peuvent également tomber sur du contenu anti-vaccination sans nécessairement être en train de faire une recherche sur ce sujet. Les réseaux sociaux peuvent donc créer des doutes chez des gens qui normalement n'en aurait pas eu et, ainsi, contribuer à la désinformation de la population. Pour contrer la désinformation au sujet des vaccins, plusieurs plateformes sociales dont Facebook, YouTube et Pinterest bloquent le contenu anti-vaccination.

Dr Dubé propose, elle aussi, plusieurs solutions. D'abord, elle suggère aux écoles primaires d'offrir une meilleure éducation au sujet des vaccins pour les démystifier et pour enseigner aux élèves comment distinguer une rumeur d'un fait scientifique quand ils naviguent sur internet. Elle motive aussi les professionnels de la santé à s'impliquer plus dans les réseaux sociaux pour pouvoir diffuser l'information de façon plus proactive et rejoindre plus de jeunes.

De plus, elle mentionne un programme récent nommé « EMMIE » (Entretien Motivationnel en Maternité pour l'Immunisation des Enfants). Ce programme a pour but d'informer et de rassurer les parents ayant récemment donné naissance au sujet de la vaccination pour les motiver à respecter le calendrier de vaccination recommandé.

Plutôt que d'obliger les enfants à être vaccinés, Dr. Dubé propose d'offrir une meilleure éducation sur la vaccination pour que les parents se rendent compte que les avantages des vaccins sont plus importants que leurs désavantages. Elle conseille aussi aux gens qui sont pro-vaccins d'être plus ouverts d'esprit envers les gens qui sont plutôt hésitants, car ils ont parfois seulement besoin d'être rassurés ou plus informés.



# HOMME D'UN SOIR

PAR ROMÉO



Bon, on va mettre quelque chose au clair. Je fais peut-être cinq pieds, mais je suis haute en couleur. Ça fait que le 12 janvier dernier, j'ai été *game* de m'inscrire au Purple's got Talent. Mais c'est quoi ? Eh bien, c'est un concours de talents, mais pour les drag queens et les drag kings. Pour vous faire un petit cours 101, si une drag queen, c'est un homme qui personnifie la femme, un drag king, c'est l'inverse. Donc, du haut de mes cinq pieds, ou plutôt quatre pieds onze et demi, pour être exacte, j'ai personnifié un homme pour faire un show. Eh oui !

Vous auriez dû voir la face à ma mère quand je le lui ai annoncé. Je vous jure que ça valait 1000 piasses. Bien en fait, je n'ai pas vu sa face, j'étais au téléphone avec elle, mais whatever.

Je me suis donc inscrite pour l'événement qui a eu lieu le 23 février dernier, avec la belle intention de m'amuser et non de gagner. Je n'ai jamais fait de drag, jamais fait de théâtre, à part en maternelle. Je n'ai jamais fait non plus d'impro, à part une fois un peu boboche dans un camp de vacances. Alors, vous comprenez bien que moi et la scène, ça fait trente-deux. Cependant, j'ai bien trouvé que c'était un défi de taille à relever. Alors pourquoi ne pas foncer la tête première dans une humiliation certaine, me suis-je dit !

Croyez-le ou non, j'ai tripé bin raide. La foule était en délire total. Je ne m'étais pas pratiquée. Genre zéro chorégraphie ici et je m'opposais à des drag queens qui se sont déjà produites en spectacle et qui avait répété depuis plusieurs semaines. Donc, comme dirait Jay Du Temple : « C'est quoi les chances ? » Croix de bois, croix de fer, j'ai remporté la première manche. Je me rendais donc en finale...

J'ai adoré faire le show, pour de vrai, je recommanderais n'importe quand. Mais quand t'es au cégep, pis que t'as sept cours, en plus de travailler les fins de semaine et en essayant d'avoir un semblant de vie sociale, c'est pas évident. Donc, planifier du temps pour essayer de créer une chorégraphie en t'inspirant des vidéos YouTube, parce que bien évidemment, tu fais ça depuis toute ta vie, ce n'est pas si facile que ça. Alors, quand on m'a annoncé que je gagnais, j'étais heureuse, parce qu'au fond de moi ça repimpait mon ego, mais en même temps, ça m'ajoutait une charge de travail que je n'aurais pas eue si j'avais été plus sage. **MAIS À QUOI BON ÊTRE SAGE SI ON PEUT ÊTRE WILD ?!**

Le 30 mars se déroulait enfin la finale du fameux Purple's got Talents. Je n'ai jamais été aussi stressée par le fait que je n'étais pas prête, encore plus que dans les examens « surprise » de mon prof, *no joke*.

Dans la vie, sachez une chose de moi, je m'investis à fond. Donc, bien que je n'aie pas vraiment répété pour la grande finale, j'ai mis le paquet, et non je ne parle pas de la paire de bas exubérante dans mes boxers pendant le show. J'ai fini par me taper les boules tout en faisant un spectacle d'une demande en mariage qui s'est finie en strip-tease sur Pony, de Ginuwine. Yeah, elle est folle de même la fille, je sais. Mais sincèrement, bien que je n'aie pas remporté le concours, j'ai tout de même gagné un souper pour deux. J'dis ça comme ça (clin d'oeil).

Au fait, mon nom à moi, c'est Roméo, mais tu peux juste m'appeler...

Signé,

Roméo

# UN ENJEU VOILÉ

PAR MAGGY MCDONALD



« Les immigrants volent nos jobs ! Les musulmans sont l'ennemi... » Voilà des phrases souvent entendues par Dalila Awada, une militante québécoise d'origine musulmane, qui porte le voile depuis l'âge de 12 ans. Le Québec est reconnu comme étant une terre d'accueil, mais est-ce vraiment le cas ?

Le 27 mars dernier, le gouvernement caquiste de François Legault a déposé un projet de loi sur la laïcité. Si ce projet de loi est adopté, il n'admettra plus le port des signes religieux -hijab, burka, croix, kippa, kirpan, etc.-, cachés ou non, pour tous les employés des institutions gouvernementales, professeurs et directeurs d'écoles publiques primaires et secondaires inclus. Ce projet de loi ne s'appliquera pas aux employés d'écoles privées et aux éducatrices des CPE, ni aux professeurs de cégep.

LOVE  
MY  
MILITANTISM

Heureusement, car depuis toute petite, c'est au cégep que Dalila Awada rêve d'enseigner. Cette étudiante à la maîtrise en sociologie à l'UQAM milite contre le racisme, l'islamophobie, le sexisme, et pour le véganisme, à travers diverses tribunes médiatiques (*Voir, Métro*), mais ses aspirations et ses nombreuses prises de position ont récemment été occultées par sa défense du port du voile.

## « SUR QUELLE PLANÈTE IL VIT ? »

Dalila avoue tristement que, depuis l'attentat perpétré par Alexandre Bissonnette en 2017 à la mosquée de Québec, le Québec n'a rien amélioré aux tensions raciales dans la société.

« C'est un travail à long terme, ça prend un travail de sensibilisation », défend Mme Awada qui, comme la communauté musulmane qui l'entoure, s'attendait à de nouvelles mesures faites par le gouvernement. Rien n'a avancé.

Deux ans plus tard, François Legault, premier ministre au Québec, a affirmé que l'islamophobie n'existait pas dans la province. Plus ou moins un mois après, des commentaires haineux sur la mort d'enfants syriens dans un incendie en Nouvelle-Écosse sont rédigés sur les réseaux sociaux par des Québécois. Dalila pense que Legault ne prend pas ses responsabilités au sérieux : « Une fois qu'il y a une personne en position de pouvoir qui dit ça, il vient légitimer ce genre de discours. »

« Il y a beaucoup de divisions qui se créent, notamment parce que les conditions de vie ne sont pas si bonnes ». Selon elle, on assiste à une multiplication de groupes d'extrême droite, partout en Occident, mais aussi au Québec. La Meute, les Soldats d'Odin, la Fédération des Québécois de souche et Horizon Québec Actuel sont des groupes qui sont hostiles à l'immigration. Elle trouve la situation profondément décourageante. « Ce n'est pas juste aux musulmans/es de chercher à donner une bonne image », affirme la militante. Elle trouve également que le gouvernement stigmatise beaucoup les femmes avec le débat sur la laïcité.

Elle explique que les gens se cherchent un bouc émissaire et que c'est souvent la communauté musulmane mondiale qui endosse. Elle affirme qu'au Québec, il y a une drôle de façon de prioriser les enjeux : « La chose qu'il juge prioritaire en ce moment est d'interdire à des personnes compétentes de travailler », ironise-t-elle, en rappelant l'urgence du débat sur l'environnement.

## PLUS LOIN QUE LA POLITIQUE

D'après elle, non seulement les Québécois ont du travail à faire de manière individuelle, mais les médias aussi : « Il faut que les médias soient moins sensationnalistes. Les chroniqueurs doivent comprendre leurs responsabilités. » À son avis, même s'il ne mesurent pas les conséquences de leurs paroles, les chroniqueurs des gros médias ont une grande influence puisque les citoyens absorbent leur position. Elle pense qu'il faudrait parler de l'islamophobie de manière nuancée, sérieuse et constructive. Les médias rapportent des nouvelles de partout dans le monde et sensibilisent beaucoup les citoyens au terrorisme. « Il y a beaucoup de gens qui parlent de l'islamophobie pour la nier. C'est une façon de faire taire les critiques, une façon de brimer la liberté d'expression », affirme-t-elle. Dalila se sent dépassée par les propos mis sur les réseaux sociaux : « La haine est encore la même, on dirait même qu'elle est pire. »

Elle juge que la communauté musulmane ne trouve plus sa place dans le monde puisqu'au Moyen-Orient elle est confrontée à du terrorisme et en Occident, à de l'islamophobie. « Pourtant, les musulmans sont des Québécois comme les autres », rappelle la militante.

# 5 ANNEAUX OLYMPIQUES MÉCONNUS

PAR ÈVE MÉNARD



## LES OLYMPIQUES SPÉCIAUX

Le mouvement des Olympiques spéciaux, dont la mission est « d'enrichir par le sport, la vie des personnes présentant une déficience intellectuelle », est d'envergure internationale alors qu'il est actif dans 170 pays et regroupent 4,2 millions d'athlètes. Le mouvement québécois, plus précisément, a été fondé en 1981. Les Jeux d'hiver, cette année, avaient justement lieu du 7 au 10 mars dernier à Valleyfield et regroupaient plus de 500 athlètes du Québec. Annie Pelletier, médaillée d'or en plongeon, est la marraine du mouvement québécois et s'y implique bénévolement depuis 20 ans. Elle, dont le frère Michel vit avec une déficience intellectuelle et fut sauvé par son amour pour le bowling, mentionne avoir le mouvement tatoué sur le cœur. Elle croit fermement au pouvoir du sport qui peut améliorer la vie de ces jeunes, comme ce fut le cas avec son frère. « Le sport devient une source de fierté, d'émotions, de leçons à apprendre, de répit pour les parents, de nouvelles ouvertures sur le monde par les voyages et les différentes expériences vécues. » Tout en est bonifié, que ce soit leur confiance en soi, leur condition physique, les opportunités d'entrer en relation avec les autres ou encore les nombreuses situations où ils doivent apprendre à gagner, à perdre, à s'améliorer et à persévérer. L'ancienne plongeuse olympique décrit les compétitions comme étant toujours palpitantes, énergisantes, touchantes et motivantes. « Tout le monde y gagne d'une façon ou d'une autre. »

## LE SPORT UNIVERSITAIRE

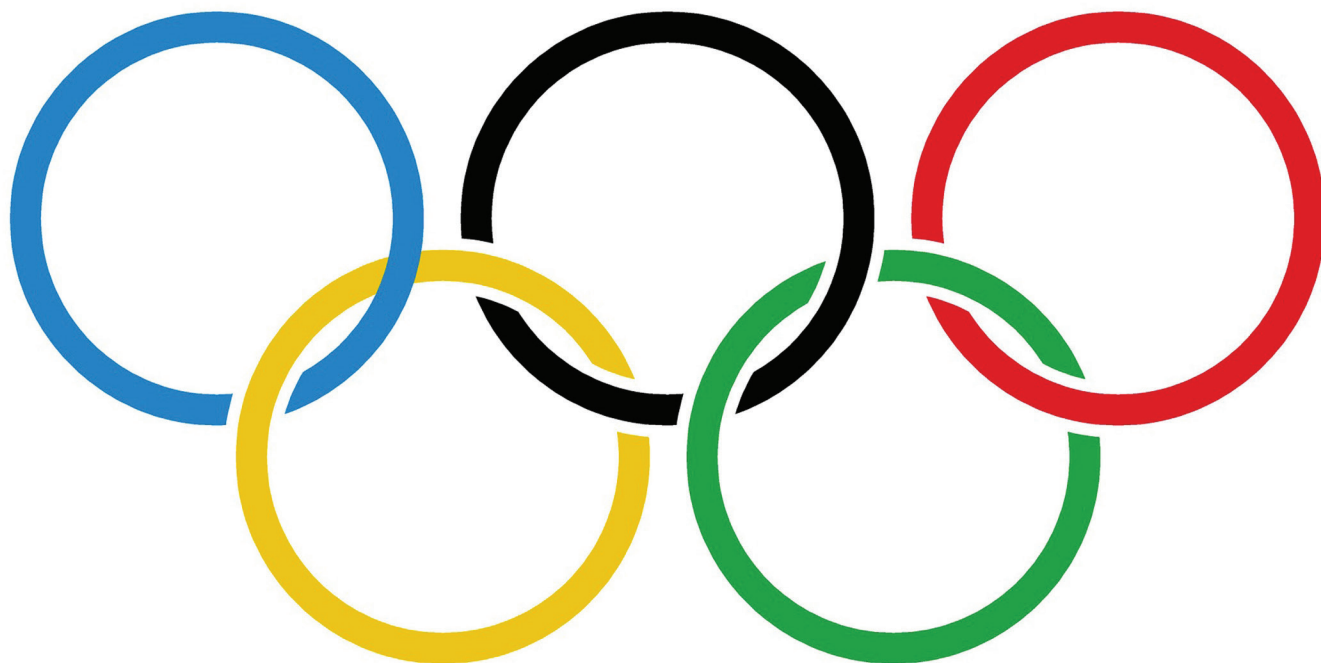
23 mars 2019 : Le Rouge et Or de l'Université Laval l'emporte par la marque de 2 à 1 devant les Carabins de l'Université de Montréal lors de cette finale de soccer masculin intérieur. C'est dans une ambiance festive, très propre au milieu du sport universitaire, que se conclut ce championnat. Après l'avoir moi-même vécu lors de cet affrontement, je n'ai pas

de peine à croire Jean-Pierre Chancy, coordonnateur du sport d'excellence pour le programme de sport des Carabins et ancien entraîneur de l'équipe féminine de volleyball de cette même organisation, lorsqu'il me parle de cette ambiance unique. Les athlètes universitaires sont animés d'une passion sans pareil qui les pousse, selon les dires de monsieur Chancy, à pratiquer leur sport de manière très intense, c'est-à-dire presque au même niveau que les athlètes professionnels. Cet engagement leur permet ainsi de développer le travail d'équipe, la discipline et la projection d'objectifs à long terme. D'ailleurs, ils développent un sentiment d'appartenance fort, comme le souligne le coordonnateur des Carabins : « La particularité du sport étudiant, c'est que l'athlète a plus qu'un sentiment d'attachement. Il y a son équipe dans sa discipline sportive, mais il y a aussi toutes les équipes qui portent le même nom. Ce sentiment d'appartenance peut durer toute une vie. » L'Université de Montréal regroupe maintenant 500 étudiants-athlètes. Le réseau du sport universitaire est en constante évolution et donne naissance à nos athlètes professionnels de demain.

## LES JEUX PARALYMPIQUES

À l'âge de 13 ans, la vie de Chantal Petitclerc a basculé : une porte de grange tombe sur elle et la prive de l'usage de ses deux jambes. Aujourd'hui, elle est sénatrice canadienne et vingt-et-une fois médaillée paralympique en athlétisme. Elle dit en devoir beaucoup au sport qui lui a permis de retrouver une confiance en elle, une certaine autonomie, une passion et un sens à sa vie. Elle louange son pouvoir : « Le sport dans l'histoire a fait avancer la place des femmes, des Noirs africains. Le sport a permis de franchir les barrières économiques et dans le cas des personnes handicapées, de faire avancer la perception. » Chantal Petitclerc mentionne avoir énormément de respect pour les athlètes paralympiques d'aujourd'hui et est





grandement impressionnée par le mouvement qui devient de plus en plus fort, organisé et reconnu. « Il reste beaucoup à faire, c'est vrai, mais quand on regarde d'où on part, c'est quand même incroyable le chemin qui a été parcouru. »

## LES JEUX AUTOCHTONES

Robert Frosi, journaliste à Radio-Canada, a séjourné deux jours, en juillet 2017, dans le petit village de Wemotaci à l'occasion des Jeux autochtones interbandes. C'était alors, selon l'article rédigé par le journaliste le 10 juillet 2017, plus de 1000 jeunes âgés entre 9 et 17 ans provenant des communautés des Premières Nations du Québec, qui étaient présents pour compétitionner dans une vingtaine de disciplines. C'est une expérience que le journaliste qualifie de difficile, mais fabuleuse. « Tu es confronté à une liesse populaire jeune, extraordinaire, drôle, mais derrière laquelle dès que tu grattes un peu, tu retrouves tellement de drames humains et tu les sens. » Or, il pouvait quand même y voir énormément d'espoir et son objectif était alors de démontrer que « les autochtones, ce sont des gens comme vous et moi. » Ce mouvement prend

de plus en plus d'ampleur et aide la jeunesse à sortir de son isolement. D'ailleurs, les Jeux autochtones nord-américains, ayant lieu tous les trois ans, auront lieu du 12 au 18 juillet 2020 au Canada, plus précisément à Halifax. Ce seront alors entre 5000 et 6000 athlètes provenant de 756 nations qui se réuniront pour participer à ces Jeux de l'espoir.

## LA RETRAITE SPORTIVE ET LA SANTÉ MENTALE

« Ils ont été encadrés les trois-quarts de leur vie, toute leur enfance, jusqu'au podium, mais là, du jour au lendemain, il n'y a plus personne. » C'est ainsi que, selon la perception de Robert Frosi, les athlètes vivent leur retraite et doivent se rebâtir. C'est un processus difficile qui peut affecter la santé mentale des individus concernés. Sophie Brassard est conseillère d'orientation à la Fondation de l'Athlète d'Excellence du Québec (FAEQ). Elle accompagne les athlètes dans la planification de leur transition d'après carrière. Selon elle, le plus difficile pour eux est « le changement de rythme de vie, la perte de leur réseau social principal, de l'adrénaline et du dépassement de soi ainsi que pour certains, la perte de leur identité. » C'est notam-

ment le cas d'Annie Pelletier qui dit avoir eu de la difficulté à trouver sa place dans la sphère du travail. Après des essais non concluants en télévision, c'est finalement au poste des communications à la FAEQ qu'elle s'est établie neuf ans après avoir pris sa retraite sportive. Comme le mentionne Chantal Petitclerc, la retraite est d'autant plus difficile qu'il faut « faire le deuil d'une vie qui nous a apporté énormément. » Bref, la dure réalité de la retraite sportive est mieux reconnue et de plus en plus de ressources sont mises en place afin de bien encadrer l'athlète après sa carrière.

# NOS GLORIEUSES

PAR ÈVE MÉNARD



*Le Canada possède les meilleures hockeyeuses au monde. Nous avons dominé les Jeux Olympiques pendant 16 années consécutives en remportant la médaille d'or à quatre reprises devant les Américaines. Nous avons louangé ces filles une fois tous les quatre ans. Et pour les remercier, on leur dit que le Canada ne leur offrira dorénavant aucune plateforme pour démontrer leur talent et l'exercer.*

C'est désolant, profondément dommage et, par-dessus tout, frustrant. Le 31 mars, à 10 h 34, la fermeture de la Ligue canadienne de hockey féminin a été annoncée pour le 1er mai.

Ce ne sont pas seulement les joueuses, mais tout le personnel, en majorité féminin, qui se donnait cœur et âme pour cette ligue. Les arbitres, les entraîneuses, les directrices... Ce sont plusieurs emplois féminins liés au monde sportif qui sont supprimés.

## RENDRE HOMMAGE

Cela faisait maintenant 12 ans que la ligue existait. Je pense à toutes celles qui ont travaillé fort pour la faire vivre. Des pionnières du hockey féminin. Je pense à Caroline Ouellette, qui a joué pendant 20 ans, remportant quatre médailles d'or olympiques et évoluant pendant neuf saisons avec le club de Montréal, soulevant à quatre reprises la Coupe Clarkson. Elle était maintenant entraîneuse des Canadiennes, équipe montréalaise de la ligue.

Je pense à Lisa-Marie Breton, à l'origine de la création de la ligue de hockey canadienne et l'une des quatre joueuses cofondatrices. Elle a été la première capitaine des Stars de Montréal, désormais l'équipe des Canadiennes, et a remporté trois coupes Clarkson. Elle était jusqu'à tout récemment assistante-entraîneuse de l'équipe.

## FAIRE LE DEUIL

On vient de leur enlever non seulement leur poste, mais aussi ce à quoi elles se dédient depuis si longtemps. Tout ce qu'elles ont construit, on le leur a détruit.

Je pense à toutes ces petites filles qui, du jour au lendemain, ne peuvent même plus rêver de jouer professionnellement au hockey au Canada. Parce que des petites filles, c'est principalement ce qu'on retrouvait aux matchs des Canadiennes. Elles s'imaginaient déjà porter leur chandail et évoluer pour ce club qu'elles idolâtraient. On leur a enlevé leur équipe, leurs idoles, leurs ambitions et leur rêve.

Et au final, je pense à moi. Je pense égoïstement à moi parce que je souhaite devenir journaliste sportive. Et un de mes rêves, ce n'était pas de couvrir les Canadiens de Montréal, c'était de couvrir les Canadiennes. Je voulais participer à la croissance de cette ligue et de cette formation, et à l'essor du hockey féminin professionnel. Je me voyais déjà être une de celles qui permettraient une plus grande visibilité de ce magnifique sport. Et on a aussi détruit cet idéal que je chérissais.

Mais pourquoi donc avoir brisé tous ces rêves et ces efforts? Simple : pour une raison à laquelle personne ne peut échapper, une raison financière.



Mais était-ce, justement, un motif trop facile? En fait, c'est complètement insensé que la solution ait été de fermer la ligue. Des alternatives sont pourtant possibles.

## EN MODE SOLUTION

permettait de faire vivre la ligue et ses joueuses pour toute l'année, c'est-à-dire les héberger, les nourrir, les équiper et les payer.

À la suite de l'annonce de la fermeture de la Ligue canadienne de hockey féminin, plusieurs ont critiqué l'inaction de la Ligue nationale de hockey. Et si cette ligue se décidait à financer le hockey féminin pour un montant de 4 millions de dollars? Ainsi, disons que la ligue de hockey féminin se prépare donc à la prochaine saison avec en tête le désir d'augmenter quelque peu son budget et atteindre les 4 millions grâce à l'aide de la LNH.

Radio-Canada Sports rapportait en juin 2018 que, pour la saison en cours, chaque équipe de la ligue nationale de hockey posséderait un plafond salarial de 105 millions de dollars. Il y a 31 équipes. Donc, si nous divisons les 4 millions de dollars à travers les formations, chacune devrait remettre 130 000\$ pour le hockey féminin, ce qui réduirait leur plafond salarial à 104 870 000\$.

Si nous allons encore plus loin pour analyser l'impact d'une telle dépense, séparons-la parmi les joueurs. Il y a environ 25 joueurs sous contrat dans chaque équipe, même souvent davantage. Si nous divisons 130 000 \$ parmi ces joueurs, chacun débourserait, hypothétiquement, 5 200 \$ de sa poche. C'est ce qui serait soustrait à leur salaire. Mais qu'est-ce que cela représente en fonction de leur rémunération annuelle? En moyenne, les joueurs sont payés environ 3 millions de dollars par année. Ainsi, pour un joueur professionnel de la Ligue nationale, 5 200 \$ représente seulement 0,17 % de son revenu.

Pour ramener cette réalité à plus petite échelle, transposons cette situation à la nôtre, jeunes étudiants travaillant au salaire minimum. Disons que nous sommes moniteurs l'été dans un camp de jour. Nous amassons environ 4 000 \$ d'ici la fin de la saison estivale; 0,17 % de cette somme représente 6,80 \$, ce qui équivaut au coût d'un hamburger et d'une frite au McDo!

## DU MATÉRIEL CÔUTEUX

Le journaliste Stu Cowan, dans un article publié dans le *Montreal Gazette*, le 21 mars dernier, révèle que Brendan Gallagher, des Canadiens de Montréal, utilise un nouveau bâton à chaque match qui coûte à l'équipe 200 \$. Calcul rapide pour les 82 matchs de

la saison régulière : le total grimpe à au moins 16 400 \$ par année, uniquement pour les bâtons de hockey du petit attaquant. Et il n'est pas le seul à suivre un tel rituel. Ainsi, si nous transposons cette situation individuelle à une situation collective, c'est 377 200 \$ déboursé par les Canadiens pour les bâtons de leurs vingt-trois joueurs pour une saison. C'est au moins trois fois plus, uniquement pour cette pièce d'équipement, que le plafond salarial total de 100 000 \$ octroyé aux Canadiennes de Montréal. Et après, on vient nous dire que la Ligue canadienne de hockey féminin ferme ses portes pour des raisons financières.

## Y CROIRE

Voilà exactement pourquoi il est ridicule de croire que la solution réside dans l'abandon du hockey féminin. En effet, la Ligue nationale chez les hommes nage dans l'argent alors que les femmes se noient, faute de ressources suffisantes.

Il ne faudrait pas croire que faire vivre une ligue de hockey féminin au Canada est hors de notre portée. Bien au contraire. Cette fermeture m'a profondément déçue et blessée dans mes ambitions. Or, je n'ai pas encore fini de rêver. Heureusement, d'autres femmes aussi continuent d'y croire. Il faudra s'unir pour sauver le futur de nos glorieuses. Nous leur devons au moins ça.



# DES LIVRES À DÉVORER

La 16<sup>e</sup> édition du Prix littéraire des collégiens a bien failli ne jamais avoir lieu. Quand les organisateurs ont annoncé qu'Amazon devait en être le principal commanditaire, les réactions du milieu littéraire ont été à ce point vives que le géant américain de l'édition a dû se retirer. Cette levée de boucliers a donné le ton à une édition chargée en récits polémiques et en rebondissements.

## Gagnant du Prix littéraire des collégiens 2019



### UNE AVENTURE FICTIVE PASSANT PAR LA RÉALITÉ

Par Laurence Benjamin

Le roman *Ce qu'on respire sur Tatouine*, de Jean-Christophe Réhel, est une fresque reflétant avec brio le désert étouffant et ardent de Tatouine, qui asphyxie ses poumons. Cette histoire autobiographique teintée de sarcasme renferme les dessous de la fibrose kystique qui ronge tranquillement le personnage principal. L'auteur réussit à imager la maladie dont il est lui-même atteint à travers un univers parsemé de références de films et de musiques. Chaque situation et circonstance banale se métamorphose en fiction farfelue ridiculement inattendue venant dédramatiser sa maladie. Fanatique de *Star Wars*, le personnage veut s'enfuir sur la planète de Luke Skywalker. Cet univers interstellaire façonne l'intégralité de la pensée du personnage. Chaque occasion est bonne pour se comparer à Darth Vader ou à Qui-Gon Jinn. Chaque lieu devient une planète, comme Dagobath qui représente sa chambre située dans le sous-sol d'une maison.

Écrit sans chapitre ni paragraphe, le récit nous met à bout de souffle, comme les poumons à moitié fonctionnels du personnage principal. À l'image de la couverture, le titre coloré de variante de bleus rappelle à la fois la capacité minimisée de ses poumons et la froide température de Tatouine. À la fois touchant, loufoque et attachant, le personnage nous amène en plein cœur de son quotidien monotone, déprimant et épuisant. Par contre, l'étrangeté et le malaise sont au rendez-vous. Crachant dans des boîtes de souliers au magasin ou encore faisant un ange de neige devant le Super C, le personnage principal ne se prive pas d'agir à sa guise puisque ses jours sont comptés. Ce récit nous met un pied dans la réalité et un pied dans la fiction. L'histoire suffocante du personnage transporte le lecteur aux quatre coins de la galaxie en restant dans le juste milieu de l'humour et de la détresse.

Jean-Christophe Réhel, *Ce qu'on respire sur Tatouine*, Del Busso Éditeur, 284 pages.



## COMBAT À LA MÉMOIRE D'UNE GRAND-MÈRE IDOLE

Par Coralie Haché

Le récit *Créatures du hasard* de Lula Carballo s'inscrit dans la tradition littéraire migrante intime des années

1980. Elle-même immigrante en provenance d'un village pauvre de l'Uruguay, l'auteure ravive la mémoire de sa grand-mère à travers le récit de sa propre enfance, qu'elle a passée en état de guerre contre elle-même et contre tout. Nous entraînant dans son récit à la façon des *Malheurs de Sophie*, Carballo, de sa voix d'enfant, tente de fuir sa triste réalité par le jeu et l'expérimentation, ce que font aussi toutes les femmes de sa famille, accros aux jeux de hasard.

Si le style d'écriture franc et sans fioritures surprend, l'auteure parvient toutefois à conquérir le lecteur par ses manières effrontées. C'est à l'aide des photographies et des gravures trahissant la postmodernité dont est teintée l'œuvre que l'on comprend finalement le message qu'a voulu faire passer l'auteure. En effet, ces images témoignent d'un bonheur que l'on ne saisit pourtant pas du tout dans le récit, au contraire marqué par la lourdeur du combat perpétuel pour la survie que mènent les personnages. Par cette violente opposition, *Créatures du hasard* dénonce la culture du bonheur à tout prix en apportant une vision différente de ce que peut être le bonheur, tout cela vu à travers les yeux d'une enfant. Que ce soit une couleur, un objet, un bonbon ou une personne, les plus jeunes savent toujours apprécier les petites choses de la vie, ce qu'ont bien de la difficulté à faire les grands. Pour la petite Lula, pas besoin d'artifice; sa grand-mère sera toujours synonyme de joie à ses yeux, peu importe le côté repoussant dont peuvent la teinter le monde extérieur et les malheurs de la vie.

Lula Carballo, *Créatures du hasard*, Le Cheval d'août, 146 pages.



## FELLATION MARGINALE

Par Julianne Brassard

Le roman *Querelle de Roberval*, de Kevin Lambert, enrobe la vie d'un homosexuel d'un réalisme glauque. L'image de la couverture

représente tout à fait l'émotion des lecteurs : ce livre est prêt à nous scier en deux. Les histoires de ce jeune homme détonnent avec les descriptions plutôt précises et tragiques de certains événements, ce qui peut laisser une amertume dans la bouche de certains lecteurs.

Querelle est un personnage façonné avec ses allures viriles, sculpté à la perfection et tout aussi « mâle » sinon plus que ses confrères à la scierie où il travaille, ce qui ne les laisse pas moins indifférents à sa présence. Kevin Lambert éradique et expose la culture hétéro-normative en donnant un certain pouvoir aux marginaux. C'est d'ailleurs avec une insensibilité surprenante que l'auteur nous projette dans l'univers du site de rencontres gai Grindr, avec son personnage principal en quête d'un ou de plusieurs amants. Ici, c'est la Loi du Talion qui l'emporte : la grève sévit à Roberval, avec les multiples fatalités et disparités sociales qu'elle peut entraîner pour ses ouvriers, qui se battent contre le patronat.

Ainsi, on démontre la ligne qui sépare les régions urbaines des villages, tout comme les ouvriers des étudiants universitaires. Kevin Lambert nous livre une parcelle de son univers dans son roman avec un style lugubre peu commun, en touchant aux mentalités les plus conservatrices et en espérant susciter une remise en question chez le lectorat quant à l'acceptation des différences dans notre société.

Kevin Lambert, *Querelle de Roberval*, Héliotrope, 277 pages.