

L'APRÈS FAE

Le journal de l'Association de
personnes retraitées de la FAE

SOMMAIRE

- 2 Mot de la présidente
- 3 Mot de la responsable politique
- 4 La santé avant tout !
- 9 Bouquinons un peu !
- 11 La culture sous toutes ses coutures
- 14 Parcours de vie
- 15 Récit de voyage
- 17 La parole est à vous !
- 20 Membres du Conseil d'administration et des différents comités, numéros à conserver et coordonnées de l'APRFAE





MOT DE LA PRÉSIDENTE : UNE ANNÉE SOUS LE SIGNE DU 15^E ANNIVERSAIRE DE L'APRFAE

Nicole Frascadore

Il y a de cela 15 ans, plus précisément le 17 novembre 2010, se tenait l'assemblée générale de fondation de l'APRFAE, composée alors de 299 membres. Après plusieurs consultations et à la suite des recommandations d'un comité provisoire composé d'une membre de chacune des régions, le Conseil d'administration a autorisé un plan de festivités, supporté par un plan de communication dédié spécifiquement au 15^e anniversaire. Les informations et les événements seront annoncés graduellement jusqu'au moment culminant prévu pour le mercredi 27 mai 2026. Une date à inscrire à l'agenda.

Dans un autre registre, le Congrès de la FAE, tenu en juin dernier, a défini les paramètres de financement de l'association jusqu'en 2038. Le Conseil d'administration pourra donc poursuivre le développement de l'APRFAE en comptant sur cet appui financier fort apprécié qui sera modulé durant les dix prochaines années en vue de l'autonomie financière prévue au cours de la prochaine décennie. Comme il le fait depuis toujours, le Conseil d'administration poursuivra une gestion responsable du budget en assurant l'équilibre entre notre développement et la saine gestion de nos avoirs.

Heureusement qu'il y a ces bonnes nouvelles, car le contexte politico-social est loin d'être encourageant. Si on additionne les inepties répétées du président des États-Unis et celles découlant de l'attitude revancharde du gouvernement du Québec, il y a matière à grande inquiétude pour notre bien-être et pour notre démocratie. Les nombreuses lois présentées et adoptées à la vapeur au cours de l'automne par le gouvernement de la CAQ, qui visent particulièrement les syndicats et leurs membres, imposent de nombreux fonctionnements que peu de personnes remettaient en question. Par ricochet, ces actions souvent improvisées, rarement documentées et mal justifiées marquent le tournant idéologique de ce gouvernement marqué par un profond désir de centralisation des pouvoirs. Une dérive de plus en plus autoritaire qui fragilise notre régime démocratique si cher aux Québécoises et Québécois.

Plutôt que de s'enliser dans ce saccage, le gouvernement, pour le temps qu'il lui reste, devrait plutôt s'attaquer aux vrais problèmes subis par les citoyennes et citoyens notamment en santé et en éducation.

Nicole Frascadore
Présidente de l'APRFAE



MOT DE LA RESPONSABLE POLITIQUE DU JOURNAL L'APRÈS FAE : UNE HEUREUSE ANNÉE EN SANTÉ POUR CE 15^E ANNIVERSAIRE !

Maryse Vézina

Chers membres,

Voici le premier numéro de notre journal qui paraît en ce début janvier 2026. Et comme le veut la tradition, je vous souhaite une année en bonne santé, prospère et en parfaite cohérence avec vos désirs les plus précieux.

Qui dit renouveau dit aussi se souvenir ! Voilà pourquoi cette année nous publierons deux numéros de notre journal. Tout d'abord, cette première édition, que nos rédactrices et rédacteurs, collaboratrices et collaborateurs, vous invitent à lire. Ils vous feront part de leurs expériences de vie, du charme et des beautés des Îles-de-la-Madeleine, de souvenirs cinématographiques et de diverses lectures.

Aussi, une nouvelle rubrique saura vous interpeller à coup sûr. En effet, vous pourrez lire deux articles-entrevue qui mettent de l'avant des professions « santé » qui sont couvertes par notre régime d'assurance collective.

Notre deuxième édition de l'année 2026, elle, sera entièrement dédiée au 15^e anniversaire de l'APRFAE. Des souvenirs, des réalisations et des témoignages vous permettront de comprendre encore mieux qui nous sommes, d'où l'on vient et ce que nous devenons.

C'est avec plaisir que je vous invite dès maintenant à nous lire.

Maryse Vézina

Responsable politique du journal L'APRÈS FAE



APRFAE

15 ans déjà



La santé avant tout !

UNE CHRONIQUE OCCASIONNELLE EN LIEN AVEC NOTRE RÉGIME COLLECTIF D'ASSURANCE MALADIE

Tout le monde sait que nous avons un régime collectif d'assurance maladie complémentaire qui comporte plusieurs garanties. Nous constatons par ailleurs que certains services professionnels sont moins fréquentés. Peut-être que le besoin n'y est tout simplement pas ou que certains sont mal connus. L'objectif de cette chronique est double : donner des informations complémentaires sur certains services moins connus et couverts par notre régime et permettre de choisir des stratégies de soins plus efficaces dans certains cas.

Dans ce numéro, nous avons choisi deux éléments : le drainage lymphatique et la thérapie du sport agréé, tous les deux mal connus. Le premier vient compléter nos connaissances en massothérapie et le deuxième offre une opportunité supplémentaire aux services en rééducation physique.

Cette chronique n'est pas nécessairement permanente puisqu'elle sera nourrie par les opportunités qui se présenteront. Si toutefois, vous connaissez des professionnels qui dispensent des services qui méritent d'être soulignés ou mieux connus, il nous fera un plaisir de les contacter pour de prochains numéros.

Nicole Frascadore,
Présidente de l'APRFAE



DÉMYSTIFIER LE DRAINAGE LYMPHATIQUE AVEC ANNIE-CLAUDE VINCENT DE LA CLINIQUE L'ESSENTIA

Pour ce premier article mettant de l'avant les différentes disciplines « santé » couvertes par notre régime collectif d'assurance, nous avons échangé en compagnie d'Annie-Claude Vincent, massothérapeute et copropriétaire de la Clinique L'Essentia.

APRFAE : Pouvez-vous nous parler de votre parcours et de ce qui vous a menée à fonder la Clinique L'Essentia ?

Annie-Claude : Ça fait 20 ans que je suis massothérapeute et, depuis 16 ans, je pratique le métier à temps plein suite à mon premier congé de maternité. J'avais envie de travailler dans un lieu à échelle humaine, un endroit convivial dans lequel la clientèle allait revenir. J'ai donc été engagé à la Clinique L'Essentia. Pendant 13 ans, j'ai travaillé à la clinique tout en bâtissant ma clientèle à la maison. Il est venu un moment où je n'avais plus besoin d'y travailler pour subvenir à mes besoins. Or, j'y étais très attachée. J'ai donc obtenu l'opportunité d'acheter la clinique. Moi et ma collègue, Sabrina Rodrigue, avons fait le grand saut ! Ça fait deux ans que nous avons emménagé dans nos nouveaux locaux et notre équipe est maintenant composée de 10 massothérapeutes.

APRFAE : Quelle est la formation requise pour devenir massothérapeute ?

Annie-Claude : Pour pouvoir pratiquer le métier, un minimum de 400 heures de formation est requis. Dans la formation que j'ai suivie, j'y ai appris le fonctionnement du système musculaire et j'ai également assisté à des cours de physiologie et d'anatomie hyper intéressants. J'ai également suivi des cours en relation d'aide afin de développer mon savoir-être avec les clients surtout dans le cas où des situations étranges surviendraient lors d'un massage. La formation inclut beaucoup de pratiques et des stages. Pour être reconnu officiellement comme massothérapeute, on doit cumuler 1 000 heures de formation.

APRFAE : Le drainage lymphatique fait partie de vos spécialités, car ce n'est pas tous les massothérapeutes qui sont en mesure de pratiquer cette technique. En quoi consiste-t-elle et à qui s'adresse-t-elle ?

Annie-Claude : En fait, le drainage lymphatique, c'est pour tout le monde. C'est un ensemble de petites manœuvres effectuées



de manière très douce. C'est indolore et très relaxant. Le système lymphatique est très méconnu. Il se situe sous la troisième couche de notre peau et il est relié au système immunitaire. Mon travail, c'est d'activer ce système pour le faire circuler dans les ganglions. L'objectif est de les drainer. Ainsi, on se débarrasse des toxines accumulées et des déchets métaboliques. De plus, le système lymphatique est responsable d'apporter toutes les protéines nécessaires à la guérison. Cette technique peut donner l'impression qu'il ne s'est rien passé, mais c'est hyper puissant au niveau du système immunitaire.

APRFAE : Quels bienfaits le drainage lymphatique peut-il apporter aux personnes à la retraite ?

Annie-Claude : Le drainage lymphatique peut être employé comme une cure à tous les changements de saison. Lors de ces transitions saisonnières, notre corps doit s'adapter. Une certaine fatigue peut s'installer ou, au contraire, on peut ressentir un surplus d'énergie. Donc, pour les gens fatigués, le drainage lymphatique peut provoquer un petit regain d'énergie. Pour les personnes vieillissantes, les sensations de jambes lourdes peuvent se manifester régulièrement. Encore une fois, c'est le système lymphatique qui est en cause. Avec le drainage, on vient atténuer significativement ces sensations de lourdeur aux jambes. En fait, pour les personnes vieillissantes, le drainage lymphatique, c'est un gros plus !

APRFAE : Comment adaptez-vous vos soins selon le niveau de mobilité, la condition physique ou les besoins particuliers de chaque client qui se présente chez vous ?

Annie-Claude : La première fois, nous faisons remplir aux clients un questionnaire pour avoir en main tous les éléments « santé ». Ces éléments qui vont nous permettre de proposer un type de massage ou du moins de l'adapter en fonction de la condition du client. D'une personne à l'autre, le soin proposé ne sera pas le même. De cette manière, nous offrons des soins hautement personnalisés.



APRFAE : Quels types de douleurs, de tensions ou de problématiques physiques rencontrez-vous le plus souvent dans votre pratique ?

Annie-Claude : Le type de douleurs que je rencontre le plus souvent se situe au niveau de la nuque, du cou, des épaules et du nerf sciatique. Et ce n'est pas étranger au travail de bureau et au fait qu'à la retraite, la sédentarité peut s'installer. La massothérapie ne guérit pas ces douleurs chroniques, mais ces maux sont soulagés grâce à la lubrification des membres, celle-ci activée par le massage.

APRFAE : Comment l'approche multidisciplinaire de la Clinique L'Essentia renforce-t-elle les effets de vos traitements ?

Annie-Claude : La massothérapie est complémentaire à beaucoup de disciplines : la physiothérapie, la chiropractie, la médecine sportive ou d'autres thérapies de rééducation physique. Souvent, nos clients sont passés chez nous avant d'aller voir ces professionnels et vice-versa. Donc, si un client omet de me mentionner qu'il a consulté un autre professionnel, je peux facilement le sentir dans son corps lors du massage. Et bien souvent, ça facilite grandement mon travail. Moi-même, pour mes besoins personnels en santé globale, je consulte d'autres professionnels.

APRFAE : Que recommanderiez-vous à une personne retraitée qui souhaite prendre soin de sa santé corporelle de façon douce et naturelle ?

Annie-Claude : C'est certain que la massothérapie et le drainage lymphatique conviennent parfaitement à une personne retraitée. Nous sommes pleinement à l'écoute de la personne et on s'assure qu'elle vivra la meilleure expérience qui soit. La massothérapie fait appel à l'un des sens parmi les plus mésestimés qui soient : le toucher. Notre corps travaille tellement fort pour nous. Lors d'une séance de massothérapie, la détente est tellement bénéfique pour notre corps que celui-ci peut se remettre en marche avec une énergie renouvelée.

APRFAE : Pour conclure, comment décririez-vous la mission et les valeurs qui animent la Clinique L'Essentia ?

Annie-Claude : Notre mission est vraiment d'offrir une belle expérience à nos clients. On veut qu'ils soient pris en charge dès qu'ils mettent les pieds dans la clinique. On veut qu'ils soient bien accueillis et qu'ils se sentent écoutés, en toute confidentialité, bien entendu. La raison de pratiquer ce métier, c'est de donner. Les massothérapeutes sont très altruistes.

**Les propos de madame Vincent ont été recueillis par le coordonnateur aux communications de l'APRFAE, Stéphane Deslauriers.*

L'ESSENTIA

— MASSOTHÉRAPIE —

Pour en savoir plus sur la Clinique L'Essentia :

Coordonnées :

Adresse :

25, rue Saint-Joseph, bureau 217
Sainte-Thérèse, Québec
J7E 4X5

Téléphone : 450 430-6277

Courriel : info@lessentia.qc.ca

Site Web : www.lessentia.qc.ca/

NUL BESOIN D'ÊTRE UN ATHLÈTE POUR CONSULTER UNE THÉRAPEUTE DU SPORT

Pour ce deuxième article mettant de l'avant les différentes disciplines « santé » couvertes par notre régime collectif d'assurance, nous avons échangé en compagnie de madame Julie A. Bertrand, thérapeute du sport et présidente de JAB Santé.

APRFAE : Pouvez-vous nous parler de votre parcours et de ce qui vous a menée à fonder JAB Santé ?

Julie : J'ai toujours cherché à comprendre comment le corps fonctionne et pourquoi nous avons des douleurs, ce qui m'a mené aux études en thérapie du sport. En effectuant mes recherches, j'ai compris que la thérapie du sport fournirait des réponses à mes questions, en plus des outils pour garder mes patients actifs tout au long de leur réadaptation.

APRFAE : Quelle est la formation requise pour devenir thérapeute du sport ?

Julie : La thérapie du sport est une spécialisation du domaine de la kinésiologie. La formation nécessite un baccalauréat, une maîtrise ou un doctorat, suivie d'une certification, qui elle, doit être maintenue et renouvelée annuellement. Cette mise à jour constante en matière de certification implique des formations en continu et un approfondissement professionnel tout au long de notre carrière.

APRFAE : Plusieurs associent la thérapie du sport aux athlètes. Pourriez-vous nous expliquer en quoi consiste réellement le rôle d'une thérapeute sportive agréée ?

Julie : En effet, le nom de notre profession porte à confusion. En réalité, nous sommes des spécialistes du corps humain et de ses fonctions. Notre travail consiste à accompagner et à faire progresser les personnes, quelles qu'elles soient, afin de bonifier au maximum leurs capacités physiques. Par exemple, si les « Olympiques » pour une personne consistent à mener une vie active en étant autonome à la maison et en prenant des marches deux fois semaine, une thérapeute du sport peut l'aider. En contrepartie, les « Olympiques » d'un autre individu pourraient s'apparenter à une pratique sportive d'un haut niveau compétitif. Bien entendu, une thérapeute du sport peut intervenir dans les deux situations évoquées précédemment, mais elle peut aussi intervenir dans tous les niveaux de différence qui existe entre les deux cas susmentionnés. Toutes ces nuances d'intervention font partie de notre quotidien. Autrement dit, dans un cas comme dans

l'autre, notre compréhension de la biomécanique du corps humain nous permet de traiter les besoins de nos patients à la hauteur de leurs ambitions.

APRFAE : Quelles sont les principales différences entre votre profession et celle d'un physiothérapeute ou d'un kinésologue, par exemple ?

Julie : Les professions mentionnées font partie de la grande famille des professionnels de la santé, nous incluant, qui travaillent avec le même outil : le corps humain et ses fonctions. Les perspectives d'approches peuvent être légèrement différentes d'une profession à l'autre.

L'approche de la thérapie du sport est axée sur l'identification d'un problème, identification toujours connectée à la globalité du corps et de son fonctionnement. Pour une simple foulure de cheville, la thérapeute du sport sera intéressée au fonctionnement de la cheville dans son individualité ainsi qu'à son fonctionnement en cohérence avec le reste du corps. La thérapeute évaluera aussi la réponse de la cheville en fonction du contact avec le sol, entre autres, ainsi que la réponse du corps au complet, qui lui, est influencé par la cheville blessée.



APRFAE : En quoi la thérapie du sport peut-elle être bénéfique pour les personnes à la retraite ?

Julie : À la retraite, il n'est pas rare de constater que notre corps a vieilli, sans que nous en ayons pris conscience, toutes et tous distraient par nos carrières et nos vies souvent trop remplies. Or, toutes ces limitations et douleurs sont des indications importantes du vieillissement corporel, mais elles ne sont pas nécessairement permanentes. Une thérapeute du sport prend en considération l'état du corps au moment présent en tentant de l'adapter aux objectifs des personnes. Avec ces informations, elle est en mesure de formuler une approche de traitement, d'éducation du mouvement et de correctifs qui, ensemble, permettent à la personne retraitée de reprendre une activité physique, quelle qu'elle soit. Ainsi, cette personne peut profiter d'une qualité de vie appréciable et méritée.

APRFAE : Est-ce que vos interventions sont adaptées à différents niveaux de mobilité ou de condition physique ?

Julie : En effet, tous les patients sont individuellement uniques. Il est donc impératif que nous sachions adapter, au cas par cas, nos stratégies d'intervention. Toutes et tous peuvent bénéficier de nos services adaptés, en commençant par les jeunes enfants, jusqu'aux personnes retraitées, en passant par des gens à mobilité réduite ou vivant avec des prothèses, orthèses et outils d'aide à la mobilité comme des fauteuils roulants.

APRFAE : Quels types de problématiques ou de douleurs traitez-vous le plus souvent ?

Julie : Les tendinites, les névralgies, les tensions musculaires et points gâchettes, les foulures et entorses, les restrictions articulaires, les limitations de mobilité, les préparations opératoires et les réadaptations postopératoires sont ce que l'on traite le plus souvent.

APRFAE : Avez-vous des exemples concrets de progrès observés chez des clients retraités ?

Julie : Souvent, avec une augmentation des activités après la retraite, nous traitons des personnes qui nous consultent lorsque la douleur est devenue intolérable. C'est très variable d'un patient à l'autre, mais en quelques rencontres, avec des exercices correctifs, de grandes améliorations sont notables. Sachez que pour corriger les blessures, un des meilleurs remèdes est le mouvement. Pour corriger la biomécanique, nous devons faire un mouvement en modifiant la façon de l'exécuter. Donc, dans ce contexte, moins longtemps un patient laisse trainer un problème, plus rapidement une thérapeute du sport peut résorber le problème.

APRFAE : Quels conseils donneriez-vous à une personne retraitée qui souhaite rester active tout en évitant les blessures ?

Julie : Premier conseil : il faut s'assurer que les mouvements qu'une personne s'approprie à faire avec force et répétition sont possibles en termes d'amplitudes et en contrôle du mouvement. Aussi, pour bien conclure une activité, vous devez régénérer la flexibilité de vos muscles. Si vous sentez des douleurs ou des limitations, il faut éviter de les ignorer. Ce sont des messages importants que notre corps nous envoie. Si vous avez bien préparé vos mouvements avant une activité, bien pris soin de la gestion après l'activité (glace, étirements, chaleur, etc.) et que vous constatez que ça ne suffit pas à diminuer la présence d'une douleur, le moment est alors idéal pour contacter une thérapeute du sport et aborder le problème avant qu'une blessure plus grave ne se déclare.

APRFAE : Quelle place occupe la prévention dans votre philosophie d'intervention ?

Julie : Chaque intervention d'une thérapeute du sport agit comme une prévention de blessures futures. Souvent, les athlètes ou les individus qui ont « appris leur leçon » des expériences

précédentes prennent l'habitude de consulter deux ou trois fois par année pour évaluer d'où viendra le prochain problème. Ces consultations qui visent à diminuer les risques de blessures et d'usure sont à la fois une assurance que la biomécanique et performance physique seront mises au point du même coup.

APRFAE : Qu'aimeriez-vous que les gens retiennent de votre profession ?

Julie : Notre approche consiste à vous garder actifs et heureux dans vos mouvements. Nous construisons nos interventions autour de ce qui EST et de ce que vous DÉSIREZ, dans la mesure du possible. Avec une vigilance et un intérêt de votre part dans le processus, vous serez surpris de ce que vous serez capables d'accomplir !

APRFAE : Pour nos membres bénéficiant d'un rabais chez vous, que recommanderiez-vous comme première étape pour découvrir vos services ?

Julie : En consultant notre site Web, ils auront déjà beaucoup d'informations. Ils verront les intervenants qui travaillent chez nous et pourront même prendre rendez-vous en ligne. Il est toujours possible de nous contacter directement par courriel dans la section prévue à cet effet sur le site. Les membres peuvent aussi nous contacter par téléphone. C'est toujours un plaisir de pouvoir répondre à leurs questions.

**Les propos de madame Bertrand ont été recueillis par le coordonnateur aux communications de l'APRFAE, Stéphane Deslauriers.*



Pour en savoir plus sur JAB Santé :

Coordonnées :

JAB Santé Nord :

206, chemin Grande-Côte, suite 208
Boisbriand, Québec
J7G 1B5

Téléphone : 514 806-0607

Site Web : www.jabsante.com/fr-ca/

JAB Santé Montréal (Centre-Sud) :

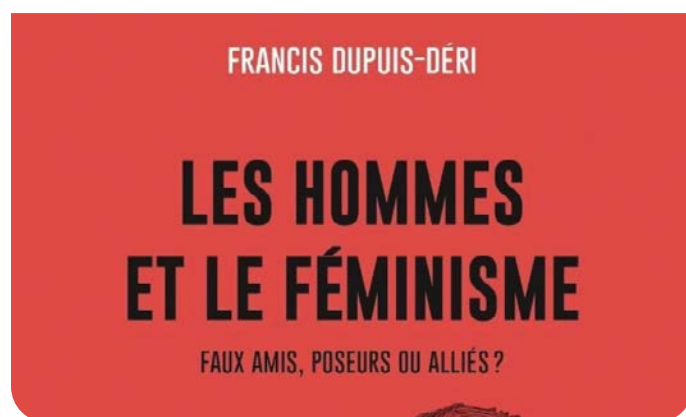
901, rue Lenoir, suite A-2-05
Montréal (Saint-Henri), Québec
H4C 2Z6

Téléphone : 514 806-0607

Site Web : www.jabsante.com/fr-ca/

Bouquinons un peu !

FRANCIS DUPUIS-DÉRI : LES HOMMES ET LE FÉMINISME, FAUX AMIS, POSEURS OU ALLIÉS ?



Pour cette édition du journal L'APRÈS FAE, je vous propose le résumé d'une lecture d'un bouquin de Francis Dupuis-Déri intitulé « Les hommes et le féminisme, faux amis, poseurs ou alliés ? ».

Francis Dupuis-Déri formule quelques réponses — parfois troublantes — à ces questions en forme d'énigme. Dans une enquête passionnante qui puise dans l'histoire méconnue des hommes proféministes et de leurs engagements en Europe, en Afrique, en Asie et dans les Amériques, l'auteur rappelle que cette posture paradoxale peut entraîner son lot de problèmes pour les féministes elles-mêmes, qui ne souhaitent ni mener la lutte en vase clos ni voir des hommes l'usurper (en portant une cape de superhéros).

En guise d'introduction

Le féminisme reste un mouvement légitime et nécessaire, surtout si l'on aspire à une société où prévalent la liberté, l'égalité, la dignité et l'intégrité psychologique, physique et sexuelle. Le féminicide est encore l'ultime punition, infligée à des femmes qui veulent s'émanciper de la domination de leur conjoint. En 1989, un jeune homme a abattu 14 femmes à l'École Polytechnique de Montréal,

en déclarant haïr les féministes. Dans les cercles masculinistes, on le présente aujourd'hui sur les réseaux sociaux comme un héros et un martyr.

Le féminisme a aussi fait son chemin dans les appareils d'états libéraux qui leur ont si longtemps été refusés. Par exemple, aujourd'hui, un ministère de la Condition féminine existe. Mais de nos jours, on le voit, se présenter comme féministe peut-être très rentable pour certains hommes. Pourtant, plusieurs entreprises se voient encore dirigées par des hommes. De plus, l'homme dont l'orientation sexuelle est homosexuelle dispose d'un meilleur salaire que les femmes hétérosexuelles. L'écart s'applique aussi aux femmes dont l'orientation sexuelle est lesbienne.

Dans le premier chapitre du livre de monsieur Francis Dupuis-Déri, « Perspectives féministes au sujet des hommes proféministes », il y a des féministes qui croient que ce ne sont pas les hommes en tant qu'individus qui causent les problèmes, mais plutôt les idées sexistes ou le système patriarcal en tant que tel. Le féminisme les émancipe de contraintes patriarcales comme l'injonction au virilisme et la valorisation d'une violence autodestructrice. Au Québec, le Conseil du Statut de la Femme a décerné des prix honorifiques pour remercier les hommes ayant défendu la cause des femmes.

La Fédération des maisons d'hébergement pour femmes a lancé un « Manifeste des hommes alliés contre les violences faites aux femmes », appelant les hommes à le signer... Mais l'engagement des hommes reste très marginal dans la sphère publique. Il n'y avait que 4 hommes sur les 350 inscriptions lors d'un colloque commémorant les 20 ans de l'attentat à l'École Polytechnique.

Il y a eu aussi précédemment des hommes proféministes hors d'Amérique du Nord et de l'Europe. Entre autres Qasim Amin, originaire du Caire, et son livre « La libération de la femme ».



Jin Tianhe, en Chine, lui, a écrit « Le Tocsin pour la femme », en 1954. La Ligue féministe d'action sociale a sollicité l'avocat et écrivain Dantès Bellegarde pour rédiger la préface de leur livre « Les femmes haïtiennes ». Au Congo, le gynécologue Denis Mukwege, qui répare les mutilations génitales subies par les femmes congolaises, a reçu le prix Nobel de la paix en 2018. Et il y a de nombreux autres exemples. Ces quelques modèles d'hommes proféministes de différentes origines permettent de contrer l'illusion que seuls des hommes blancs d'Europe et d'Amérique du Nord sont suffisamment civilisés pour appuyer l'émancipation des femmes. Enfin, une question politique importante : pourquoi penser que les hommes proféministes représentent un phénomène nouveau, s'il y en a depuis des siècles ?

Les médias s'extasient au sujet de nouvelles masculinités, s'habillant comme des femmes, poussant la poussette et changeant les couches... Le problème avec de pareilles nouveautés, c'est qu'elles sont bien anciennes et que les médias refont le coup régulièrement sans jamais regarder en arrière.

Au Québec, un mouvement plus politique a été lancé à la fin des années 60 par des jeunes dans la vingtaine anti-impérialistes, pacifistes et antiracistes. Aux États-Unis, il y a eu le mouvement « Men Against Rape » et le psychologue Jack Sawyer a publié un livre titré « Sur la libération masculine ». Dans ce livre, Sawyer lance un appel à « aux hommes à se libérer des rôles de sexe stéréotypés qui limitent leurs capacités à être profondément humains ». Une effervescence qui a ouvert la voie au développement d'une masculinité plus ou moins affirmée et organisée, avec ses propagandistes qui diffusaient la thèse que les hommes souffrent d'une crise d'identité en raison de l'émancipation des femmes et de la prétendue domination féministe.

Au Québec, la revue contre-culturelle Mainmise a publié en 1971 un texte intitulé « Pour un Front de libération des hommes » ; mais ce mouvement composé de groupes souvent éphémères va se scinder en trois groupes : antisexistes proféministes, quelques hommes qui réfléchissaient à la contraception masculine et enfin les masculinistes qui s'épanchaient sur leurs problèmes d'hommes (problématiques de conjoints ou de pères). Ces derniers ont développé des positions antiféministes.



Cinq hypothèses pour expliquer l'engagement proféministe

Il est possible de dégager cinq hypothèses pour expliquer l'engagement proféministe :

- 1) Un désordre d'identité sexuelle ou un décalage avec la masculinité conventionnelle : une identité masculine qui intègre des éléments associés à la féminité ou qui relève d'hommes violentés par d'autres hommes;
- 2) Une éthique égalitariste : les hommes proféministes dont l'engagement s'explique par une soif d'égalité ou de justice sociale;
- 3) L'affection à l'égard des femmes : énonce que l'amitié ou l'amour peuvent entraîner des hommes sur la voie du féminisme, même si plusieurs féministes se méfient de l'amour dans un cadre hétérosexuel, une arme pour maintenir la domination d'un homme sur une femme;
- 4) L'intérêt et la recherche d'avantages : l'homme qui sent que le féminisme est de bon ton. Il espère se rendre plus sympathique aux femmes ou se positionnera davantage sur le marché de la séduction;
- 5) L'influence du féminisme : l'homme réagit par le déni. Il peut entendre les arguments de féministes, sans les comprendre, puis les comprendre, et accepter, mais sans cesser d'agir de manière misogyne et antiféministe.

Enfin, l'auteur parle de « l'empowerment » et du « disempowerment ». Le « disempowerment » des hommes n'implique pas de réduire leur capacité d'agir en tant qu'êtres humains, mais en tant que membres de la classe dominante, privilégiée et patriarcale, les hommes doivent réfléchir à minimiser le pouvoir qu'ils exercent sur les femmes. Le « disempowerment » des hommes doit donc faciliter « l'empowerment » des femmes. Ce « empowerment » passera par la sphère privée, celle d'un couple hétérosexuel, par exemple, qui mettrait en place l'engagement équitable de l'homme dans les tâches domestiques et parentales.

Penser en termes d'identité de genre ou de masculinité nous renvoie à nous-mêmes, à comment se pense-t-on, se sent-on, se représente-t-on, se présente-t-on, mais sans nécessairement penser aux femmes, à ce qu'on exige et attend d'elles, à ce qu'on leur fait subir pour se convaincre qu'on est un homme à ce qu'elles font pour nous, y compris pour qu'on se sente un homme proféministe si possible.

**Ce livre est disponible à la bibliothèque de l'APRFAE.*

Marie-Andrée Nantel,
Membre du Comité de la condition des femmes



La culture sous toutes ses coutures

VIEUX ET PLUS RÉCENTS SOUVENIRS DU CINÉMA

Je profite de ces quelques lignes d'intro pour vous souligner un certain abus de parenthèses dans mes textes. Elles sont sorties comme ça et n'ai pas envie de les supprimer. Je m'amenderai une prochaine fois. Me suis permis aussi un style plus heurté et un vocabulaire plus parisien que d'habitude notamment dans ma recension de « À bout de souffle » me laissant sans doute contaminer par Godard et ses acteurs. Par ailleurs, comme ce film est disponible sur kanopy (petit « k »), je saisis l'occasion pour indiquer les étapes à suivre afin d'accéder à cette plateforme. Outre « À bout de souffle », on pourra choisir parmi de très nombreux films, tant anciens que plus récents.

En général, je ne suis pas très amateur de comédies musicales, mais celle de « West Side Story » compte parmi les réalisations du genre qui me plaisent. Peut-être saura-t-elle vous rejoindre comme moi. Pour finir, je m'attaque (sans ménagement) à un chef-d'oeuvre absolu ou considéré comme tel, à savoir « Il était une fois dans l'Ouest ». Claudia Cardinale méritait mieux que ça.

kanopy est une plateforme hébergée par la BANQ (Bibliothèque et Archives nationales du Québec). Elle permet d'accéder gratuitement à des milliers de films avec votre carte de bibliothèque. Vous pouvez regarder un certain nombre de films par mois avec des crédits de visionnement, la limite étant généralement de quatre films par mois. Les crédits sont attribués au début de chaque mois.

1. Si vous n'avez pas de carte de bibliothèque, obtenez-en une en ligne à www.banq.qc.ca/abonnement/.
2. Rendez-vous ensuite à www.kanopy.com/fr/banq.
3. Cliquez sur *Ajouter une carte de bibliothèque*.
4. Cliquez sur *Se connecter à BANQ*.
5. Suivez les directives pour ouvrir un compte sur kanopy.

Et bon visionnement !



WEST SIDE STORY (1961) (première version)

Durée : 2 h 30

Musique par L. Bernstein et Johnny Green,

Paroles par Stephen Sandheim

Chorégraphie par Jerome Robbins

Caméra par Robert Wise

Prélude musical. New York survolé à la manière d'un drone. Deux groupes de jeunes voyous s'affrontent sur fond de ruelles et de terrains de volleyball. Les Jets (les Blancs italo-irlandais) contre les Sharks (Portoricains, gens de couleur). C'est bien mené. Vient la chanson des Jets, soit l'un des « hits » de Bernstein, qui sera repris en 1973 par Alice Cooper (*School's out*). La chorégraphie, bien filmée et dynamique, reste fort réussie. Elle diminue de beaucoup les bla-bla. L'atmosphère évoque celle du film futur de Lukas, *American graffiti*. Riff insiste auprès de Tony (un ancien Jets) pour qu'il vienne danser ce soir au bal. La sensibilité gay dans ce duo, chanté plus que dansé, est présente.

Le soir, les deux gangs se rencontrent comme prévu au bal, en présence d'un arbitre et quelques jeunes filles. Mary (Natalie Wood), associée aux Sharks, fait grande impression, notamment sur Tony. Leur puissant amour naissant se voit contrarié par Bernardo (George Chakiris), le frère aîné de Mary et Riff (Tucker Smith), le chef des Sharks. La couleur du film légèrement passée ajoute à l'esthétique qui rappelle l'album illustré sorti en 1975 *Rock dreams* (de Guy Pellaert et Niko Cohn). Le conciliabule entre les Portoricains avant le rendez-vous décisif de minuit entre les Jets et les Sharks donne l'occasion d'entendre l'autre « hit » (*America*) de la partition de Bernstein, qui sera repris aussi par Keith Emerson à l'époque des Nice.

Tout ceci, encore une fois, est fort bien mené, rythmé, dansé, joué, déclamé, chanté et filmé aussi, sans fausse pudeur devant les joyeuses jupes virevoltantes. Les expressions faciales sont attachantes, voire touchantes. Cette nouvelle variante nocturne de *Roméo et Juliette* se développe donc entre Maria et Tony. Le drame approche, on le sent. L'amour y est remarquablement joué malgré la mièvrerie que l'époque y superpose. Tout ceci est filmé moins

de dix ans avant la prestation de Sha-Na-Na à Woodstock (*At The Hop*). Coca-Cola ou encore les cigarettes Viceroy commanditent plus ou moins volontairement le film en maint endroit.

La délinquance juvénile fait donc l'objet de la comédie musicale. Le racisme de l'époque y est bien patent. Tandis que les deux camps se préparent à s'affronter, leurs espoirs sont illustrés dans un magnifique contrepoint filmé, dansé, chanté et joué. L'explication redoutée a lieu lors d'un rude ballet. Je laisse un voile sur la dernière demi-heure. Libre à vous d'aller voir de quoi il retourne.



L'AVEUGLEMENT (2008)

Durée : 2 h, réalisé par Fernando Meirelles

C'est tout de même étrange de regarder un film dont les images collent si bien à celles que je m'étais formées en faisant la lecture du livre associé au film en question. Il y a là, entre la lecture et le visionnement, une adéquation rare qui tient presque du prodige. La lecture d'un livre comporte une certaine part d'aveuglement. Regarder un film empêche pendant son cours toute imagination ne laissant à la place de celle-ci qu'un ressenti dicté par les images. Si bien que le film qui nous occupe est une espèce d'envers du livre et s'offre comme son parfait (complément) dédoublement. Les dix premières minutes (apparition du phénomène) sont fort bien exploitées tant par le montage (qui ne traîne pas) que par les hauts contrastes et l'hégémonie de la lumière aveuglante. Les images, parfois saturées, s'harmonisent avec l'anxiété croissante créée par l'épidémie. Les couleurs demeurent assez peu vives et ce traitement est le bon. Différentes langues se croisent dans cette vaste désorganisation et rappellent la légende de Babel. La portée métaphorique demeure constante tout au long du film. « Se quereller a toujours été, plus ou moins, une forme de cécité. » (José Saramago) L'autorité envers les victimes, qu'elle soit celle du Gouvernement ou celle imposée par les délinquants aveugles, offre une cruauté et une méchanceté équivalentes. Plus que dans n'importe quel autre film, les protagonistes sont des ombres et sont filmés comme tels. Le rôle de l'enfant est ici beaucoup moins important que dans le livre. Après l'évasion générale des victimes,

les scènes urbaines qui suivent sont tout aussi erratiques que celles qui avaient précédé lors de la quarantaine obligée. Le traitement de la musique (assez discrète) est aussi réussi que celui des couleurs. L'allégresse de la vue retrouvée offre elle aussi un parallèle assez allusif au message biblique du film, message jamais trop appuyé cependant. Saramago et Meirelles rendent l'image de la femme indiscutablement plus digne que celle des hommes.



À BOUT DE SOUFFLE (1960)

Durée : 1 h 30, réalisé par Jean-Luc Godard

Dès les premières images, le ton est donné. Insolence de Michel (Belmondo). Ceci dans la pose du voyou charmeur. Il fume des Boyard papier maïs. Il vole une auto et dédaigne une jeune femme qui souhaite aller avec lui. Il s'adresse à la caméra dans une rhétorique d'adolescent. (Michel ici vient à peine de quitter l'adolescence.) Il flingue un motard venu l'arraisonner. Ceci sans faire ressentir l'angoisse du geste commis. Commence dans la campagne la course (la fuite) effrénée. Le revoilà à Paris. Il fréquente un mannequin, fille entichée de lui. Il lui prend son fric. Il flirte ensuite avec Patricia (Jean Seberg) jeune journaliste pas trop coquette, coiffée à la garçonne sur les Champs Élysées ; elle qu'il connaît déjà et à qui il lui donne rendez-vous le soir. Musique jazz be-bop américaine cuivre ou bien vibraphone à la Monk (première manière) et volontairement pas sérieux. Combine assez louche de remboursement dans une agence de voyages. Les dialogues ne sont pas très naturels. Un peu à côté de la tonique. Enquête policière suite au meurtre. Paris demeure le personnage central du film. Jalousie. Insistances. Film intellectuel qui fait des pieds et des mains pour ne pas faire tenir des propos tels aux protagonistes. 33 tours (Chopin, les valse) vs la radio (jazz raffiné pour piano seul). « Pourquoi tu n'aimes pas la musique ? » Réponse : « Ça dépend. Aller Patricia vient en Italie. » Michel fait l'enfant alors que Patricia se montre plus responsable (elle serait enceinte) et beaucoup plus littéraire que Michel. Plus occupée aussi. Les gens ont le look de la génération beat avec lunettes fumées. Interview d'un auteur roumain à la mode. Contraste avec

les propos de Michel-le voyou. Les réponses de l'écrivain troublent la jeune Patricia qui voit sa relation avec Michel sous un éclairage qu'elle n'avait pas soupçonné. (Disponible sur *kanopy*)



IL ÉTAIT UNE FOIS DANS L'OUEST (1968)

Durée : 2 h 25 par Sergio Leone

Ambiance de règlement de comptes dès le générique. Atmosphère chargée et silencieuse. Station ferroviaire désertique. Un train qui se fait attendre et qui finit par arriver. Un type en débarque jouant de l'harmonica (Charles Bronson). Trois autres sont là pour l'accueillir. Ceux-ci sont abattus vite fait par le nouveau venu. La psychologie très carton-pâte des protagonistes serait celle des paysans colons ? Un deuxième carnage d'une famille de rustres se produit. Les plans spectaculaires (la nature règne dans tous les plans extérieurs) sont soulignés par une musique sentimentale grandiose. Les dialogues sont rudimentaires. Les expressions faciales demeurent ou figées par une mise en scène tendue ou bien sont très bon enfant. Duel après duel, les scènes d'intimidation se suivent dans un grand calme où le temps paraît suspendu avant la ou les détonations. L'histoire racontée importe peu puisque le film ne vaut que par la tragi-comédie des pistoleros. Les drames qui se suivent ne peuvent émouvoir vu le grotesque et le goût du cruel de la mise en scène. Pour résumer, Claudia Cardinale se retrouve bien seule parmi ces hypermachos. La présence de Henry Fonda, bien ancré dans son rôle unidimensionnel de méchant, ne change rien à l'affaire. Pas plus d'ailleurs que le rôle du soi-disant gentil incarné par Bronson.

Le film n'est pas très axé sur les aspects archéologiques de l'époque évoquée. Les locomotives tout au plus ; et encore, sont-elles assez mal en point. Quant à la musique de Ennio Morricone, toujours entourée d'un concert de louanges, je la trouve bien surfaite et très guimauve lorsqu'elle tente de s'étendre aux paysages de la nature. À choisir entre l'Amérique fantasmée par Sergio Leone, je préfère de beaucoup l'humour qui plane sur l'Amérique de Lucky Luke telle que rêvée par Morris & Goscinny.

Philippe Tétreau



Parcours de vie

MA NOUVELLE PASSION

Chers collègues,

Je veux vous faire part de ma nouvelle découverte : « ma nouvelle passion ». Arrivée à ma retraite, ayant enseigné durant 31 ans, ayant fait beaucoup de bénévolat et ayant élevé trois enfants qui m'ont donné sept petits-enfants dont je suis très fière et dont mon mari et moi nous occupons avec beaucoup d'amour et de plaisir, je me demandais comment j'occuperais ma retraite joyeusement dans mes temps libres, jusqu'à la fin de mes jours !

Étant mariée depuis 52 ans avec un homme à nul autre pareil, j'ai commencé à composer pour mon mari pour nos 50 ans de mariage, nos noces d'or, une chanson intitulée « L'adieu ».

Mes enfants m'ont payé pour l'occasion, des séances en studio d'enregistrement comme auteure-compositrice-interprète. Ils m'ont encouragée à m'investir dans cette nouvelle voie qui remplit, à 73 ans, mes jours de beauté et de fierté !

Mon mari approuvant et m'épaulant dans ma nouvelle passion qu'est l'écriture musicale, cela me permet de penser que ce rêve d'auteure-compositrice-interprète puisse être réalisable, même sur le tard !

« L'adieu » sera ma deuxième prestation pour l'automne.

« L'adieu » est une chanson pleine de tendresse et de douceur qui laisse dans le cœur le doux souvenir d'une vie à 2... que la mort sépare malheureusement un jour ou l'autre, sans pour autant faire mourir cet amour qui ne cesse d'être présent et de nourrir le quotidien de celui qui reste !

Vous pourrez voir **ma première prestation** en allant sur YouTube et rédigez dans la barre de recherche : *Loulou W Les saisons de ma vie*. Sinon, voilà le lien pour visualiser la vidéo de ma prestation :

www.youtube.com/watch?v=fWXkApgMloc&list=RDfWXkApgMloc&start_radio=1.

En passant, Loulou W est mon pseudonyme pour Marie-Louise Lagarde.

Puissiez-vous trouver, vous aussi, la passion qui vous anime et vous allume !

Bonne écoute !

Marie-Louise Lagarde



Récit de voyages

LA DEVISE DES ÎLES-DE-LA-MADELEINE : AUX ÎLES, ON N'A PAS L'HEURE, ON A LE TEMPS.

Mais ne soyez pas en retard à votre rendez-vous, car les différents intervenants « petounent » la guide (rouspètent après la guide).

Depuis le temps que nous voulions aller aux Îles-de-la-Madeleine. Voici que le voyage a passé et nous sommes déjà de retour. Bou hou hou ! C'est fini !

Quelle belle escapade ! Nous étions 17 membres et amis de l'APRFAE à avoir profité de cette belle destination. Aux Îles-de-la-Madeleine (IDLM), nous sommes dans un autre monde. Petites îles, mais grandeur de cœur. Nous avons été bien accueillis, guidés par Marguerite Thériault et reçus chez elle, la dernière journée. Elle nous a servi un de ces sucres à la crème exceptionnels.

Ce qui est plaisant dans un voyage avec un guide, c'est qu'on va directement vers l'essentiel et vers les petits quartiers, petits restaurants, petits chemins, sans perdre de temps à les découvrir soi-même. Ainsi en 5 jours, nous avons fait les 7 îles essentielles de long en large, arpentant les 65 km de long et les traversant dans la largeur. La route 199, d'une distance de 99 km (en serpentant), nous a véhiculés du nord au sud.

Renée Landry qui dirige la fromagerie Pied-de-Vent nous a fait goûter le fromage du même nom *Pied-de-vent*, qui veut dire « rayons de soleil qui passent à travers les nuages », en contrejour sur les îles, annonceurs de vent. Il a gagné de nombreux prix ainsi que le *Tomme des Demoiselles*, tous deux se vendent dans nos marchés. Tout simplement sublime. Il n'y avait pas de vaches aux Îles. Aujourd'hui, les champs sur un terrain vallonné présentent ces bêtes heureuses, des vaches canadiennes, c'est leur espèce, broutant ça et là, transformant le paysage de leur île adoptive.

Léonce Arseneau est un autre conteur de la place qui a modifié la « bagosse », espèce d'alcool conçu à partir de petits fruits, de pissenlits et autres. Il a « barboché » pour élaborer cet alcool proche du porto, de vins, de liqueur, et nous faire découvrir ses produits du *Barbocheux*. C'était un autre spectacle.



Nous avons assisté à un spectacle d'humour avec Tante Emma, avec son humour des Îles, qui nous a décortiqué les différents accents du nord au sud. Celui du nord, avec un « oi », qui se prononce o (two, mwo, etc.). Celui du centre des Îles, qui ne prononce pas les r ('o'ert = Robert). Ceux du sud qui étirent l'avant-dernière syllabe (étuuuude, sa mèèère, etc.). D'autres qui prononcent le r comme un k (Be'kna'k = Bernard). Nous nous roulions à terre. Pourtant les Îles sont trop petites pour se donner des accents si distincts.

Nous avons visité une entreprise de séchage de hareng, boutiques d'artistes créatifs, la nature qui est une artiste en soi avec ses dunes et plages. Bref, nous ne nous sommes pas ennuyés.

S'est-on baigné ? Nous n'avons pas eu vraiment le temps, d'autant plus que les plages sont belles et le sable est fin dans certains endroits. La mer était relativement chaude ayant chauffé tout l'été. Le soleil nous a servi ses beaux rayons. Des « kitesurfeurs » se donnaient en spectacle, sautant à des 7, 8, 10 m de haut. C'était vraiment élégant. Nous nous sommes quand même trempé les pieds dans l'eau. Certaines ont eu l'audace de se tremper et se baigner carrément dans l'eau salée. Que dire des falaises rouges, chaque paysage était différent de l'autre. Chaque photo que nous prenions, nous nous disions que la dernière est encore plus belle. Finalement, elles sont toutes belles. C'est vraiment l'exemple d'un endroit si petit et tellement grand en richesse et beauté : les paysages, les gens, la nourriture, l'artisanat, la musique que nous n'avons pas eu le temps d'explorer. Tout est prétexte pour faire la fête.





Visiter le *Site d'autrefois* est une place à ne pas manquer, avec son village miniature. Le Capitaine Claude Bourgeois nous a raconté l'histoire du naufrage de sa famille, dont il fut rescapé : témoignage touchant de ces aventures qui sont très courantes dans les îles, en général, et en l'occurrence aux Îles-de-la-Madeleine, en particulier. Et c'est dans les petites chapelles que l'on voit quelques mémoriaux. Il était émouvant de voir des photos de jeunes et moins jeunes qui ont péri dans la mer. Les tempêtes et houles font partie de la réalité des îles. Aujourd'hui, les familles des pêcheurs surveillent leurs proches partis en mer en écoutant la bande de fréquence radio ou les téléphones cellulaires. Si elles entendent la voix de leurs proches, c'est qu'ils sont vivants. On imagine l'angoisse dans laquelle vivent ces familles de pêcheurs de crabe et de homards continuellement. Et cette émotion nous avons su la palper.

Sur fond de mer, les petites maisons bâties en bois, de toutes les couleurs, peignaient ce beau tableau joyeux de touches uniques : bleu marine et vert, rose fuchsia avec des cadrages de fenêtres jaunes, orange avec bleu, couleurs prune, lilas, violet, vert fluo, rouge tomate, turquoise, bleu royal, etc. Et quel orgueil ! Tout est propre et bien entretenu. Ces couleurs à l'origine servaient aux marins à repérer leur maison à distance lorsqu'ils étaient en mer. Les dunes sont magnifiques et les herbages (ammophiles) entretenus pour ne pas que les touristes les piétinent.

Tout le long des plages, différentes roulottes et véhicules récréatifs (VR) sont « épârés » (répandus, en madelinot) pour répondre à la demande du tourisme, car il n'y a pas beaucoup d'hôtels dans ce coin du Québec. Et si hôtels il y avait, il manque de main-d'œuvre, ainsi nous avons été prévenus, le ménage des chambres dans les hôtels n'est pas fait tous les jours et certains restaurants restent fermés. Ce qui ne nous a pas empêchés de manger de la guédille au homard, du « tchaude » aux palourdes, soupe avec une sauce blanche et quelques pop-corn sur le dessus et le « croxignole », qui est une espèce de beignet frit dans l'huile de loup-marin, croustillant et chaud que l'on trempe dans une sauce caramélisée.

À part la fromagerie et la microbrasserie que nous avons visitées, on a vu un fumoir de hareng, des magasins d'artistes dont *Arthure*, que même ses jardins représentent sa créativité. C'est incroyable ce que cette dame a pu créer durant sa vie.

Merci à vous tous de l'APRFAE d'avoir vécu ces beaux moments avec nous !

À la prochaine destination !

Marie-Rose Bascaron

La parole est à vous !

L'HOMO BANLIEUESUS

Entre ville et campagne, la banlieue est pour moi un objet de curiosité. Je suis encore subjugué par la vie sous ces latitudes, là où il y a peu de piétons et de vélos, mais beaucoup d'autos. Ici, on peut vivre comme en ville, mais on choisit de ne pas le faire. Depuis mon arrivée, je remarque des manquements au civisme et je me demande si le mode de vie n'y est pas pour quelque chose. Il y a peu de gens et on finit par se comporter comme si on est seul au monde, sans pourtant l'être. Je ne pense pas que la banlieue soit la mère de toutes les incivilités seulement que l'individualisme qui la supporte donne lieu à des comportements parfois étonnants. J'ai déjà parlé des incivilités liées à la musique, en voici quelques autres que j'ai notés en observant la population indigène.

Des jours sont réservés à la collecte des gros déchets. Pourtant ça n'empêche pas toutes sortes de bazars de fleurir les gazons, et ce, n'importe quand. Un matelas, un bureau ou un écran plat (on n'a pas saisi les « serpuariens ») apparaissent et peuvent trainer là longtemps. La méthode « Mets ça au chemin minou » est quand même utile, car des objets sont parfois ramassés. Le banlieusard est peu respectueux des règles simplement parce que la cité a peu de moyens coercitifs. Une ville sans dents...



L'homo banlieuesus se distingue à sa haie bien droite. On remarque donc chez lui, une fâcheuse tendance à se penser seul et à se servir de ses roues. Je croise peu de gens, mais certains ne semblent pas disposés à partager la voie publique, et ce, dans tous les transports confondus. Qu'ils marchent, qu'ils roulent à vélo ou qu'ils stationnent l'auto à sens inverse, ils trouvent le moyen de contrevenir au code de la route ou du simple bon sens. Pourtant, il y a de la place pour tous. Les pistes cyclables sont nombreuses et en manque total d'adéquation avec la population d'ailleurs. Bien sûr, je ne peux pas être contre la vertu et les bonnes intentions de nos banlieues pour promouvoir des modes de vie plus verts, mais la population n'est guère au rendez-vous.

La vie en banlieue est très convenue, on y est sensible à la température. Alors, quand il pleut, on ne sort pas ou peu. On s'arrime au passage des jours. Le vendredi et le samedi on festoie. Le dimanche, on n'en fait moins et le reste de la semaine est réservé aux nombreuses tâches jugées essentielles et, qui souvent, sont loin de l'être. Les fêtes et les saisons règlent tout comme du papier à musique. De l'automne, où l'on s'excite comme des écureuils à ramasser les feuilles, à l'hiver où la neige est pelletée aussitôt tombée souvent pour la mettre dans l'espace public. En passant par le printemps, la saison où l'on brise la glace qui tarde à fondre et où l'on revient à la vie, comme la marmotte et ses *marmottons*, mais avec des moteurs. Jusqu'à l'été, la saison des paroxysmes où tout pousse plus fort et force le banlieusard à sortir de l'air climatisé pour aller défricher, tondre, trimmer et *rotoculter*. Ai-je besoin de préciser que ça se fait avec une pléiade de moteurs ? Ici, à part pour la tondeuse à gazon tout est fait à la mitaine, mon jardin ne s'en porte pas plus mal et mes oreilles beaucoup mieux. L'été, donc, on entend les grillons et les moteurs de l'homo banlieuesus. Je me demande pourquoi une souffleuse à feuilles est nécessaire quand un balai ou un râteau font très bien le travail ? J'allais oublier les aboiements des chiens dont les maîtres sont parfois bien tolérants.

Le banlieusard est un animal diurne, la nuit venue, il reste caché bien à l'abri et protégé par son éclairage esthétique, ou ses lumières détecteurs de mouvement, que seules les bêtes déclenchent. La pollution lumineuse, ce n'est pas une fiction. Pourquoi cette peur du noir ? Les étoiles, c'est joli, non ? Quand on peut les voir.

La peur est à l'origine de bien des dérapages de la race humaine, peur des voleurs, d'être jugé parce qu'on a le gazon trop long ou l'arbre qui dépasse chez le voisin, des considérations bien primaires pour nous rappeler qu'on est des bêtes. Je ne dis pas qu'en ville ils n'en sont pas, seulement des bêtes d'une autre race, l'homo grandevillus. À la ville, on est habitué à devoir composer avec la présence de l'autre. Il est partout ou presque. Ici, je suis parfois contraint de m'excuser d'exister. Pourquoi ?

Je ne peux m'empêcher de penser à la société religieuse et rigide dans laquelle j'ai passé mon enfance et où les lois qui régissaient le savoir-vivre étaient puissantes, mais les enfants pouvaient aller se faire écraser dans la rue sans problèmes. Heureusement, la Révolution tranquille nous a débarrassés de ce joug, mais on l'a remplacé par la sacro-sainte sécurité. Les statistiques sont claires, il vaut mieux attacher sa ceinture de sécurité, porter son casque et manger ceci et non pas cela. On règlemente et on enrégimente. On va reconduire les enfants en auto. On les empêche de vivre à force de les protéger. Ne sommes-nous pas les produits d'une société surprotectionniste qui a adopté la banlieue à l'américaine et ses nombreux travers ? L'étalement urbain, pourtant, est un réel problème qui met en péril l'homo banlieuesus, car un jour, comme la mouffette, il n'aura plus sa place. Il semble qu'on en est à un point de rupture où la droite monte partout sur la

planète et ce manque de civisme en est l'illustration, mais peut être la cause aussi. Le tissu social s'effrite et il ne reste plus que des jeux et du vin, comme dirait Julius, et les réseaux sociaux pour se défouler. La gentillesse est out et la courtoisie aussi. Est-ce l'influence venue du sud ?

Bien sûr, il y a des avantages à ce mode de vie. L'air y est meilleur, les gens saluent sur la rue (ça doit être la rareté) et les contacts sont souvent cordiaux. On a peut-être moins la tête dans le cellulaire, car même s'il est affairé à ne rien faire l'homo banlieuesus peut prendre le temps de piquer une petite jasette avec le voisin. Le plus grand avantage ici, c'est l'espace. On a de la place et un jardin dont je suis le jardinier. Le simple fait de me mettre les mains dans la terre et de faire pousser des fleurs est pour moi la réalisation d'un rêve. Quand j'arrose à l'aube et que ça sent divinement bon, je sais que je suis à ma place. J'apprends à faire partie de la nature. Je m'en inspire. J'essaie de m'en servir, de prendre sa force et non pas de la contrôler avec des moteurs ou des lumières. Comme les vivaces que je plante, je prends racine et je m'acclimate à ce nouvel environnement. Je peux aller partout sur des pistes cyclables désertes à part pour des piétons en perdition dont l'auto est probablement au garage...

Jean-Pierre Mondor





APRFAE

ASSOCIATION DE PERSONNES RETRAITÉES DE LA FAE

Votre carrière se termine ?

Joignez-vous à nous !

Adhérer à l'APRFAE, c'est profiter :

- d'une vie associative dynamique
- de sessions de formation instructives
- d'activités sociales qui brisent l'isolement
- d'un régime d'assurance collective



Pour en savoir plus

Courriel : retraites@aprfae.ca

Téléphone : 514-666-6969 et 1 877 312-1727

8550, boulevard Pie-IX, bureau 100, Montréal (Québec), H1Z 4G2

Membres du Conseil d'administration et des différents comités 2025-2026

Le conseil d'administration est composé de sept postes :

Nicole Frascadore, présidente
Jocelyne Dupuis, vice-présidence à la trésorerie
Martine Roberge, vice-présidence au secrétariat
Maryse Vézina, administratrice
Josée White, administratrice
Michel Paquette, administrateur
André Patry, administrateur

Comité des finances :

Gaétan Asselin, William Fayad,
Erroll Picard et Jocelyne Dupuis (responsable politique)

Comité des statuts :

Siham Abou Nasr, Gaétan Asselin, Denis Gaudreault
et Michel Paquette (responsable politique)

Comité des élections :

Brigitte Goyette, Denise Martel et Flore Michaud, en plus
de deux substituts, Joanne Camirand et Manon Ipperiel.

Comité de la condition des femmes :

Christine Lord, Marie-Andrée Nantel,
Ghislaine Paquette, Lorraine Leroux, Carole Janson,
Maryse Vézina (membre du CA), Josée White (membre du CA)
et Martine Roberge (responsable politique)

Comité d'action sociopolitique :

Siham Abou Nasr, Badiâa Sekfali, William Fayad, Guy Dussault,
Carole Janson et André Patry (responsable politique)

Comité de l'environnement :

Siham Abou Nasr, Christine Favreau, Badiâa Sekfali,
Caroline Proulx-Trottier et André Patry (responsable politique)

Comité des alliées et alliés de la diversité et de genre LBGTQ+ :

Siham Abou Nasr, Manon Côté, Pierrette Paquin, Erroll Picard,
Manon Ipperiel et André Patry (responsable politique).

Comités régionaux

BLLMV :

Danielle Tremblay, Nicole Pierre, Flore Michaud,
Denise Martel et Jean-Pierre Julien

Haute-Yamaska :

Martine Roberge, Priscille Lafontaine, Anise Bourassa Lamy,
Monique Benoit, Line Raza, Sonia Riendeau, Raymond Lesage
et Sylvie Forand

Outaouais :

Manon Lagacé et Francine Chénier

Québec :

Suzanne Coulombe, Bernard Arnaudeau, Francine Poirier,
Lucie Robichaud, Jacques Lacasse, France Paiement
et Christian Cloutier

Numéros à conserver :

APRFAE : 514 666-6969 ou sans frais
1 877 312-1727

Régime d'assurance collective APRFAE

(contrat 109995) – Beneva : www.beneva.ca/fr/assurance-collective/apr-fae

Assurances générales (contrat 01275) – Beneva :
1 844 928-7307

Caisse Desjardins de l'Éducation :

514 351-1268 ou 1 877 442-3382

Retraite Québec : 1 800 463-5533

(RREGOP) ou 1 800 463-5185 (RRQ)

RAMQ : 514 864-3411 ou 1 800 561-9749

SAAQ : 1 800 361-7620

Sécurité de la vieillesse : 1 800 277-9915

Revenu Québec : 1 800 267-6299

Office de protection des consommateurs :

514 253-6556 ou 1 888 672-2556

Références-Aînés : 514 527-0007

Coordonnées de l'APRFAE

N'hésitez pas à nous faire parvenir vos articles,
annonces, concerts, expositions, voyages, etc.
Nous nous ferons un plaisir de les publier sous réserve
de l'espace disponible.

L'APRÈS FAE – Infographie et mise en page :
Tabasko Communications

Nos coordonnées :

APRFAE, 8550, boulevard Pie-IX, bureau 100
Montréal, QC H1Z 4G2

Téléphone : 514 666-6969

Sans frais : 1 877 312-1727

Courriel : retraites@aprfae.ca

Site Web : www.aprfae.ca

Facebook : www.facebook.com/AprFae/