



PORTRAITS DE NOS PARTICIPANTS

Insertion Socio-professionnelle



Par l'auteur

Michel Duchenes



▶▶▶ JEAN SAMUEL

« **Prends soin de toi, le reste suivra!** » Et emmène ta chaudière pour jaser tranquillement en nettoyant le rang ! Nous en sommes déjà à la 2e récolte de piments; débordant de fleurs, les plants donneront généreusement tout l'été.



Jean Samuel sifflote, mais il n'a pas toujours été aussi zen. Bon vendeur, il surfait de job en job, mais « **le télé-travail c'était ma mort!** » Au bord de l'épuisement, sa propriétaire lui laissa un coin dans le jardin pour faire pousser des tomates au soleil. Son stress diminua aussitôt, la santé lui revint et une idée folle lui est venue : « **Et si je faisais de ma guérison, un métier?** »

Comme vous peut être, il ignorait que la **CCHM** exploite plusieurs serres au cœur de Montréal. Les plus grandes se trouvent sur les terrains de la **SAQ**, à 2 pas du pont Tunnel ! Au même endroit où jadis des religieuses avaient des jardins pour nourrir les patients psychiatisés de l'hôpital Louis Hippolyte Lafontaine ! « **C'est flyé, hein ? Je suis arrivé trop tard pour m'inscrire la première année. Mais là, en janvier à -30, j'étais là « ouvrez-moi!** » Il rigole en enlevant les feuilles jaunies d'un plant, il laisse les coccinelles qui mangent leur lot de pucerons et s'attriste un instant de voir un nid abandonné avec ses oeufs. La mère a été tuée? Elle a fui, apeurée du va-et-vient des humains ?

« **La nature décide, nous, on est juste spectateurs.** » Jean Samuel a grandi avec un petit jardin dans la cour. « **Mon père était préposé dans un centre d'accueil et décompressait en jardinant. Mais il voulait rien savoir des fleurs, lui, il aimait quand une plante se mange!** » Ses parents lui ont répété cent fois qu'il fallait aider son prochain. Sa mère a toujours fait du bénévolat, notamment pour le **Frigo de l'Est**, qui lutte comme nous contre le désert alimentaire. Jean Samuel s'indigne : « On dirait des fois que nos gouvernements aiment pas le monde : y'alignent des millions pour des compagnies étrangères, mais oublient les gens qui en arrachent. »

Alors Jean Samuel plante un peu d'espoir et chasse ainsi son éco-anxiété : « Je me sens moins impuissant à faire pousser des légumes d'ici qui vont aider le monde d'ici. » Il salue aussi ces hôtels de Montréal qui achètent de notre production permettant de financer les dons aux organismes communautaires. Nos récoltes font du bien! Lorsqu'il est allé vendre lui même les brocolis qu'il a fait pousser au **marché Angus**, Jean Samuel disait aux clients : « Ça fait des mois que je leur dis des mots doux, nos brocolis goûtent bon ! » La récolte s'est envolée dans le temps de le dire, « **je suis resté un bon vendeur !** »

Il s'estime choyé dans la vie. Bon, l'école et lui n'étaient pas les meilleurs amis : « J'étais pas le tannant qui parle tout le temps, plus le bum discret qui dormait beaucoup. Je changeais d'école constamment, dans mon coin en boule, j'avais l'impression d'être entouré de requins. » Il se désole du peu de ressources pour aider ceux qui ne sont pas parfaits. Puis se console : une des écoles qui l'a mis à la porte se vante maintenant d'avoir une mini-serre pour initier les jeunes à l'agriculture.

« Mini, mais mieux que rien ! » Les enfants apprendront que les radis ne poussent pas dans les frigos de l'épicerie et combien jardiner réduit le stress.

Jean Samuel sait combien travailler les mains dans la terre nous connecte à nos sens. Alors pourquoi porte-t-il des gants ? « **C'est mon costume de super-héros ! Gants, bottes de cap d'acier, chapeau rigolo!** » Le soir, il redevient simple humain, incognito qui voit à embellir son petit jardin personnel. Il a coupé les réseaux sociaux et croit encore en l'humain.

Il rêve de myco-culture - les champignons - et « ce serait une entreprise en insertion sociale comme ici. » Saviez-vous que nos légumes sont fertilisés avec du mycélium ? Pas besoin d'en mettre beaucoup, comme des rêves, il suffit d'avoir le germe d'une idée et ça pousse. Fini le désespoir pour Jean Samuel : « Y'a beaucoup de belles révolutions dans l'alimentation. Je voudrais que ma génération lâche la vision pessimiste et voit le champ des possibles.

Hey je l'ai fait, vous pouvez aussi !».



CRISTELLE

Arrivée en mars au Québec, Cristelle travaille déjà chez nous : «J'allais mourir d'ennui à rien faire. Quand je suis occupée, je suis bien!» Elle nous a trouvés par elle-même, «Je scrollais sur Internet, j'ai postulé et on m'a appelée !».



Ce qui l'a d'abord intriguée ce sont nos serres au cœur de Montréal qui fournissent une part des légumes qu'on cuisine : « Au Cameroun, j'aidais les grands parents aux champs. Aux vacances scolaires, tu questionnes pas : tu laisses tes cahiers et tu vas aider! ».

Même si les champs de manioc, arachides et plantain étaient loin de son village, elle ramenait sa part à la maison puis armée de son petit couteau, donnait un coup de main à sa mère aux fourneaux.

«J'aime manger ce que j'ai préparé, c'est une fierté. » Et

ce, depuis l'âge de 5 ans.

Ici, elle adore découvrir de nouveaux aliments, mais surtout les épices ! Elle me les montre avec gourmandise : la coriandre, le safran, le sésame noir, la cardamome « C'est ici que j'ai su que ça existait » Tiens, du paprika, elle a hâte de savoir avec quoi l'apprêter. Toutes ces saveurs la ravissent et elle est tombée dans nos fromages. Mais ça donne du poids ! « Les fromages ne m'ont pas loupée !!

» Rigole-t-elle.

Alors si elle prend le bus le matin, le soir, elle rentre chez elle à pied « 1h20 de marche pour faire disparaître les fromages ! » Elle doit être crevée en rentrant ? Non, elle cuisine encore !

« Si vous êtes angoissé, cuisinez !

Ça déstresse. » Ça fait 2 semaines qu'elle et sa cohorte ont reçu leur chapeau noir, signe d'une étape franchie (les chapeaux bleus sont les petits nouveaux). Ce matin, ils préparent des portions repas pour **Répît Providence** et des écoles défavorisées du quartier. Elle me montre les barquettes de poulet basquaise , avec la sauce tomate maison, safran, poivron rouge rôti «C'est nous tous qui avons fait ça!» Elle en est fière, avec raison.

Aujourd'hui c'est un rôti avec ces patates douces « drôlement orange, au Cameroun, les nôtres étaient blanches. » Nos fours géants l'impressionnent et cette machine qui cuit le riz, les carottes... c'est quoi son nom encore ?

« En bon français, le steamer! » rigole Chef Philippe qui lui fera goûter le poulet au curry cet après-midi. Cristelle salive déjà en lisant la recette : y'a 2 nouvelles épices !

Déjà la pause midi! Tous nettoient l'espace de travail pour que ce soit impeccable au retour. Cristelle passe le balai : « Quand tu vis dans un environnement propre, tu respires. Quand c'est désordonné, tu étouffes, tu arrives pas à réfléchir par toi même. »

C'est pourquoi ses grands enfants doivent ranger tous les jours leur chambre : « Demain, ils seront compétitifs pour le travail. » L'autre jour, son fils l'aidait et écrasait des épices au mortier, son mari a dit « Voilà. Il est formé ! » Elle l'a corrigé, oh non ça ne fait que commencer ! Elle tient à montrer à ses garçons à cuisiner, même si en principe au Cameroun, les hommes ne cuisinent pas. Mais Cristelle veut que ses gars sachent se débrouiller en tout. Et vivent un jour, un véritable amour : « Un homme qui prend une épouse comme cuisinière et l'enferme à la maison, c'est pas une histoire d'amour, c'est de l'exploitation. Après ils divorcent, cette femme aura perdu son temps et sa jeunesse pour rien. »

Elle a des principes cette grande dame !

Elle dévore la vie à belles dents... et la viande aussi ! « Je suis une carnivore... mais anti junk food. » Ça l'attriste de voir les amis de ses enfants prendre l'argent de la cantine pour aller au fast food... ou se gaver de sucreries. Y'a trop de sucre partout ! L'autre soir, ses enfants sont revenus surexcités d'un anniversaire chez les voisins. Ils avaient des bonbons pour un mois, rigole t-elle, venez manger du brocoli !

Ce ne fut pas un succès, mais Cristelle tient à ce qu'ils découvrent les légumes d'ici. Le chou-fleur, le navet, « La nourriture et les épices de chez nous, on en aura pas toujours, il faut goûter à ce qui se fait ici. »

Ce qui la choque ? Le gaspillage. Elle voit tout ce que les restaurants et épiceries jettent comme nourriture et ça lui serre le cœur de penser à tous ceux qui souffrent de la faim. Elle en a connu plus d'un.

C'est fou : en quelques mois, Cristelle et sa famille sont déjà bien intégrés à la société. Cristelle remercie le ciel de ne pas être seule chez elle à déprimer et connaître du monde de partout dans le monde! « Y'a pas juste des épices, y'a plein de gens ici ! »



VINCENT

VITESSE GRAND V !

« Je suis le spécialiste des salades, c'est ma force ! » Ça tombe bien : ce matin, Chef Jessica lui confie pour mission la Commande 5064. Vincent déchiffre au babillard les commandes reçues pour ces mardis, mercredi, jeudi : **Ville de Montréal, Chambre de Commerce de l'Est** et même la **SQDC** ont fait appel à nous pour nourrir leurs troupes.



Commande 5064, où es-tu ? La voilà ! Les sandwichs focaccia sont déjà cochés, reste la salade de choux, 30x120g. Ça fait combien ça encore ? La calculatrice est cachée quelque part, Vincent la récupère avec la poivrière en grains sur la tablette des épices ... 3600g en 3600 secondes, ça se fait-tu ?

« Moi j'apprends vite : tu me le montres une fois pis je le sais pour toute la vie ! » Vincent a fait un peu de cuisine à l'école secondaire, mais ce sont ses parents qui lui ont donné la pique : « Mon père était cuisinier dans une résidence pour personnes âgées, pis le soir, il cuisinait avec ma mère : on mangeait bien petit ! » Devenu grand, mais très grand ! Vincent prend soin de son père vieillissant la fin de semaine. « Je prends mon vélo pis je vas leur faire un bon souper ! C'est sacré ! ». Sans hésiter, il assaisonne déjà d'une main experte huile, vinaigre, encore un peu de sel. Parfaite ! « Je vas attendre les ordres du chef, elle a pas juste moi à s'occuper. » Le four sonne, le poulet pour **Allô Profs** est prêt,

les burgers végés de la **SHDM** aussi. Vincent et ses co-apprenants touchent à tout, des bouchées aux desserts. Hier, il cuisait du thon pour des salades niçoises avec des patates grelots. « Bientôt j'aurai pas de chef, je vas être capable tout seul... ben pas tu seul, tu seul... Si je vois que quelqu'un de l'équipe est débordé, je vas l'aider, je le laisse pas stresser. Ça c'est ma force : je vois qui a besoin de moi pis... j'arrive ! » Un collègue confirme que Vincent est des plus serviables. « Veux-tu que j'emmène ton bol à la plonge ?

-Ce serait fin... »

Chef Jessica revient enfin, elle goûte et approuve. Vincent n'en doutait pas « **Je te l'avais dit, je suis un spécialiste !** »

Ne reste maintenant que la décoration. Vincent va chercher le nécessaire. Autour, ça jase de salade de pissenlits, la rumeur veut qu'ils mangent tous ça en France. Chef Jessica précise que c'est pas aussi répandu que la baguette ! Elle ce qu'elle leur apprend, c'est d'avoir confiance en eux et être autonome. Comme ses deux grands mamans qui lui ont montré la cuisine, une italienne, une marseillaise ! Laquelle lui donna ce précieux conseil : « **Prends des photos avec les yeux, remplis toi de souvenirs.** » Justement, Vincent s'est arrêté un moment et fixe les collègues qui s'activent aux fourneaux. « **C'est vraiment bien ici, ça va me manquer, ça va me faire de la peine de partir... C'est ma 3e maison, c'est comme ma 3e famille.**»

Mais les chapeaux noirs, en fin de formation, doivent tous un jour quitter le nid. Demain, Vincent ira porter des CV partout où il aimerait travailler.

Son collègue chantonne «Bon Dieu, donne-moi une job » des Colocs pour l'encourager. Vincent trouve ça plate qu'il soit parti Dédé, le chanteur, « **y'était ben malheureux, on sait pas pourquoi** ». Vincent se compte chanceux d'avoir trouvé son bonheur en cuisine.

Il ne part pas les mains vides.

Son téléphone déborde de recettes apprises ici : spaghetti à l'ail, jambon suisse, déjà des préférées de son coloc. «**Je les fais avec la belle présentation, tout le kit ! Il faut mettre de l'amour dans nos plats.** »

Et de la couleur ! C'est encore plus appétissant. Ce grand colosse dépose délicatement des fleurs en touche finale : une petite orange là, 2 roses de même, il centre la décoration et nettoie le bol. Chef Jessica vient donner le go final, il ne reste qu'à sceller et étiqueter. «**Où est-ce qu'il est caché le crayon!** »

Vincent appose l'étiquette « **sans que ça cache les belles fleurs, ça serait de valeur.** »

Ses 2 bols de salade de choux sont sur le rack prêts à livrer, il retourne au babillard et biffe commande 5064, check, c'est fait !

Vincent est prêt pour sa prochaine mission.

« **Quessé que je peux faire astheure, chef ?** »

LISA

Y'a pas juste les cônes oranges qui poussent en ville. À deux pas du métro L'assomption sur un terrain industriel de **Bimbo**, des rabioles et des zucchinis ont été récoltés ce matin. Par la petite équipe des serres, dont Lisa... « **Comme Lisa Simpsons!** » - la travaillante de la famille !



« **J'aime ça me lever de bonne heure ET de bonne humeur!** » Ce matin, même la pluie n'est pas venu à bout de son moral : « **On pas eu besoin d'arroser nos légumes !** »

Après les travaux d'entretien, la pause venue, 2 collègues partent à la chasse aux beignes.

Lisa me fait faire le tour du propriétaire. En plus des boîtes de plantations et murs végétaux qui ceignent l'immense entrepôt, Lisa et sa gang voient aussi au bon fonctionnement de la pépinière : « **Les bleus, c'est à nous.** » Elle touche délicatement les micropousses qu'elle aidera à faire pousser en beauté. « **Ça fait travailler ma patience!** » Elle aimerait déjà voir à quoi ressembleront ces plantes une fois devenues grandes, lisant les étiquettes pour en apprendre le nom : « **Aneth et fenouil, je connais pas ça. J'ai hâte !** »

En plus de Lisa, dans l'équipe, y'a Julien et Michelle, formée à McGill, qui en est à 6e année d'agriculture urbaine

« **et je voudrais pas faire autre chose!** »

Michelle dégage tellement de calme et de douceur qu'on comprend Lisa d'être bien sous sa gouverne. Lisa a travaillé dans une grosse épicerie, au comptoir des plats préparés, mais les clients des fois étaient bêtes et méchants. « **Ça m'aidait pas, ici, ils ont de la patience pour me montrer.** » Et avec de la patience, tout pousse, y compris la confiance.

Lisa m'amène rue Hochelaga faire la tournée des bacs à moitié dégarnis : « **Ils étaient plein de radis, mais on les a tous ramassés la semaine passée. Peut être que le fenouil va être planté ici.** »

Son assurance est belle à voir, Lisa est si contente de faire partie d'une gang alors que tant d'autres l'auraient laissée moisir d'ennui chez elle. « **J'aime ça les défis!** » Elle s'est même fait un petit jardin sur son balcon : « **Tomates, concombre, basilic : la base!** »

- Elle vit dans un appartement supervisé, sur la ligne orange et vient seule sur la ligne verte, même si le métro la stresse un peu : « **Y'a beaucoup de monde ! On est tassé comme des sardines!** » Elle respire mieux dans nos jardins, y'a plus de place, même les marmottes ont leur petit coin !

«Mais y'a un renard l'autre fois qui a mangé une bébé marmotte.»

C'est la vie, on ne peut pas tout sauver. Des fois, y'a des feuilles jaunies, des légumes abimés, c'est dans l'ordre des choses. Mais tasser des Lisa du chemin, non merci.

Tellement de gens neuro-divergents voudraient faire leur part. Tellement d'usines aux terrains gazonnés pourraient devenir des lieux nourriciers ! Prenons l'exemple de **Bimbo**.

Lisa, Michelle et les jardiniers viennent d'y planter une forêt nourricière de 120 arbres fruitiers et 200 arbustes à petits fruits .

Lisa est fière de faire partie du changement.

Et d'en récolter les fruits. Samedi passé, elle a ramené à sa mère « **des oignons plantés par moi.** » À la fête des père, elle avait invité ses parents à souper chez elle «**Ma mère m'a aidée un peu. À deux, ça va plus vite.** »

Oui, à deux ça va plus vite et tous ensemble, le monde irait mieux.



SIMON ADAM DUCHARME



Rien, mais rien, ne destinait Simon à devenir cuisiner. « J'étais un ermite scotché à ma console de jeux vidéos, le plus loin j'allais, c'était dans la cuisine pour me faire du café. C'était pas de l'eau que je buvais, moi, c'était 9 à 10 café par jour! » Il a touché le fond.

«J'étais écoeuré, je mourais en dedans. » Au pire de son enfermement, un conseiller social lui a proposé 7 choix, dont la nôtre de formation en cuisine. Bof, pourquoi pas, les gens auront toujours besoin de manger. Pas plus de zèle que ça ? « J'avais zéro expérience en cuisine ! À part 2, 3 gâteaux de fête avec ma mère quand j'étais kid! »

En entrant dans nos cuisines, il dit qu'il manquait d'initiative ou se rebellait parce qu'on faisait trop de salades ! « Ils m'ont tout montré, comment couper correctement, comment mesurer les quantités. Et à être moins sévère envers moi-même.

» Il s'est rebâti, une recette à la fois. Et il avait de l'orgueil : « **Je voulais montrer aux chefs que j'étais fiable, qu'ils avaient eu raison de me faire confiance.** »

Au point de vouloir rentrer les rares jours où il était malade !

Car une fois que l'étincelle de la confiance est rallumée, c'est le feu de la passion qui grandit.

Le nombre d'aliments qu'il n'avait jamais vu à la maison ! Les Chefs qui lui faisaient goûter à tout. « Mais pas le fromage bleu, j'ai refusé! »

Rebel un jour, rebel toujours ! Mais il en mangeait de la nouveauté, emmenez en des recettes et des portions gigantesques ! « J'ai tellement trippé dans le temps de Noël ! J'ai pelleté la neige devant la Cuisine, j'aidais les groupes qui donnaient de leur temps. Avec toutes les recettes à préparer, les familles qu'on aidait : je me sentais comme dans un film de Noël qui finit bien ! »

La magie de Noël s'est poursuivie : sa formation terminée en mai, en juin, il travaillait déjà. «**Je me vois pas comme une source d'inspiration. Mais une fois que tu fais le pas vers le changement, ça continue à mieux aller. Faut pas lâcher.**»

Avec sa collègue Océane, qui a fait le parcours de la **CCHM** comme lui, Samuel prépare de quoi nourrir 400 à 600 itinérants à **l'Accueil Bonneau**. En quelques mois, il a vu bondir la demande et tristement, les dons diminuer. Pourtant, tous devraient savoir qu'on est à deux pas de la rue, Simon le sait mieux que quiconque : « **Y'aurait pas fallu de grand chose pour que je les rejoigne ces itinérants que je nourris...** »

Car, petit, c'était pas un Walt Disney à la maison. Ça bardait pas mal. Un père plutôt violent qui lui interdisait d'aller à l'école si les coups paraissaient trop. Une grande sœur pas toujours des plus gentilles. Et le réconfort, il le trouvait où? « **À l'école, j'étais tellement pas ben. Je gossais avec des effaces et crayons, trop nerveux, pas capable de me concentrer.** » Ça le choque de voir les gouvernements couper les services aux élèves : « **Les gouvernement veulent pas des jeunes intelligents, bien encadrés, ils veulent du monde mou qui plie facilement. Alors que les profs ont la job la plus importante du monde. La jeunesse, c'est le futur d'une nation.** » Heureusement, la tempête familiale s'est apaisée, il vit chez sa mère qui lui prête sa trottinette électrique pour venir au travail.

Simon arrive 30 minutes avant tout le monde pour être seul un instant dans son petit royaume. « **Mon temps pour chiller, me faire UN café!** » Et voir ce qu'il concoctera selon les dons alimentaires reçus : « **On reçoit du poisson ? On mange du poisson!** » Comme dans bien des familles, la viande se fait rare. Samuel fait des soupes pour les 600 mal pris qui comptent sur lui. En plus des plats du jour, il prépare aussi des barquettes format individuel qui seront congelés pour les jours de disette. « **Demain, c'est un grand jour : je vais apprêter 700 haut de poitrine de poulet !** » Sandwichs au poulet, soupe au poulet, des pâtes au poulet, ne manque que les muffins au poulet !

Pour ce Noël, Simon a demandé pour cadeau un couteau qui coupe, « **les nôtres sont finis. T'sais, un vrai couteau que tu fais juste toucher la tomate avec pis le couteau passe au travers?** » D'ici là, Simon est super fier d'avoir réussi à trouver la paix d'esprit. Le zombie high speed a ralenti sa course, lui qui a fumé du weed 15 années consécutives, mais a lâché ça. « **Tu l'écriras. C'est important.** » Mais il a pas arrêté les jeux vidéos, « **Man, je vas mourir avec une manette dans les mains !** »

ZOUINA

Maudit COVID ! « Je cherchais un emploi depuis 2 ans je frappais à toutes les portes, rien, toujours rien ! » Des mois chez elle, à ne rien faire, elle qui avait son propre commerce de pâtissière en Algérie ! « **Il faut que tu bouges ! Si tu travailles pas, c'est pas la vie.** » Heureusement pour elle, elle nous a trouvés !



Zouina, ça veut dire la beauté. Son père a choisi son nom en hommage à sa propre mère. Fier amazigh, Zouina dit qu'il était gentil, patient, « **presque trop, c'était maman la plus sévère dans la famille !** ». Mais ça a porté fruit : enfant, elle préparait les plats avec elle et « **à l'âge de 11 ans, elle me laissait faire les classiques toute seule !** »

Les classiques ? Le couscous, les grillades berbères et les desserts avec les figues, abricots et raisins qui poussaient en abondance autour de la maison. « **Nous avons un grand terrain, chaque mois, il poussait quelque chose de nouveau !** » Ça doit lui faire quelque chose d'avoir laissé ce coin de paradis ? Oui et non. Il faut avancer dans la vie. L'été, l'abondance ici la ravit, elle dit qu'elle a un bon quartier où on trouve de tout. Zouina ne se plaint pas, il y a de la paix dans sa voix, il y a du calme autour d'elle, ça sent bon la confiance en soi.

Elle aide tout le monde en cuisine, « **on fait de tout ici, j'adore ça!** », allant de la chambre froide aux fourneaux, coupant un bouquet de

coriandre et soulevant des plaques de plats préparés aussitôt.

Chef Philippe lui conseille de ralentir ça et là, de tourner sa plaque plus près d'elle « sinon vous allez vous faire mal au dos et vous ne rendrez pas à samedi ! »

Zouina corrige sa posture illico car rater un samedi, ça serait la désolation.

Le samedi, Zouina reçoit la famille, c'est sacré. « **On passe la journée ensemble, on prend des marches dans le quartier, parfois on va s'acheter des glaces avec les enfants.** » En bonne mère, elle corrige : ses enfants, la plus petite a 22 ans ! Ils sont indépendants tous les 4 et maman en est fière, l'une à

l'université en architecture, la plus jeune en techniques policières, le plus vieux avec un BAC en physique qui vient de s'acheter une maison...

Zouina est comblée. Elle a son permis de conduire, mais est trop stressée par les travaux sur les routes et surtout les gens agressifs au volant. Alors les matins, son mari, qui travaille pas loin à l'hôpital Maisonneuve Rosemont, vient la reconduire et elle rentre le soir en bus. À son arrivée, ce sont ses filles qui ont préparé le souper. Zouina rigole : « J'ai bien fait de leur apprendre tôt à cuisiner! »

Dans l'équipe, il y a un colosse, Sébastien, qui parle tout doucement. Zouina l'écoute lui raconter ses petits soucis, tout en épluchant des pommes pour le curry du jour. Les pommes, on s'attriste d'enlever la pelure pleine de vitamines, mais chef dit qu'il y a déjà eu une cliente qui s'était plainte d'avoir une feuille de laurier dans sa sauce spaghetti ! Il faudra éduquer encore et encore les gens à la cuisine et aux bienfaits des aliments. « Les petits nous imitent » rappelle Zouina alors quand ils verront sa douceur sa résilience, il aura une leçon de bonheur, de lâcher prise.

D'une pomme à l'autre, les confidences déboulent. Le

colosse aux pieds d'argile se juge sévèrement : « Je suis un atout... et une malédiction en même temps »

Mais voyons mon grand ! Zouina lui remonte le moral alors qu'il lui apprend que dans sa famille on dit que plus ton épluchure de pomme est longue, plus long sera son mariage. Alors Zouina fait de longues épluchures car son mariage en est un d'amour au long cours. Elle compte raconter ça aux siens samedi prochain !

Au delà des recettes, les équipes de la cuisine se construisent, se corrigent, refont leur estime personnelle je trouve ça merveilleux.

À quoi bon rester chez soi à se morfondre, il y a de la joie dans un emploi près de chez vous.



LISE MARIE

Ses collègues l'appellent Miss Sourire, Lise Marie est une force de la nature ! Souvent déracinée, de familles d'accueil en familles d'accueil, la voilà bien installée dans son nouveau métier sans jamais avoir perdu sa joie de vous parler, « **Oui, oui, exactement!** » Enfant, vous lisiez ou écoutiez Oui-Oui, ce lutin ultra-positif ?



Oui-Oui portait le bonnet bleu, Lise Marie le bonnet noir ! Lui, dans sa voiture à Miniville, elle en autobus dans Montréal ! Lui avait sa « **maison-pour-lui-tout-seul** », Lise-Marie a une coloc et une cuisine où elle prépare ses smoothies, ses pâtes et plats préférés.

« **Dire que j'avais peur de me perdre avant!** » Maintenant, elle connaît la ligne verte de métro par cœur. « **Je débarque à Papineau, je fais juste marcher un peu pis j'arrive au travail !** » Mais elle en a parcouru du chemin. De la petite enfance Montréal Nord, pas toujours joyeuse, elle passa presque tout son primaire à Longueuil, en famille d'accueil « **ça a été difficile de quitter mes amis à ma 5e année** » ; un temps dans l'est de l'île et « **J'ai aussi vécu dans Lanaudière!** » Elle n'en garde aucun mauvais souvenirs, ni rancune, ni regret : il faudrait qu'elle nous donne sa recette du bonheur. En attendant, voici ses plats préférés : après le riz collé, c'est le poulet au beurre qu'elle a fait découvrir à sa famille d'accueil à Anjou et le pundou, un met congolais d'aubergines,

épinards, souvenir de sa famille d'accueil congolaise à Pointe aux Trembles.

À son passage à l'éducation aux adultes (**centre champagnat**), y'avait de l'informatique, des soins infirmiers, mais le déclin est venu d'un professeur à la retraite maintenant : monsieur Jean René.

Il leur parlait avec passion des vertus des fruits et légumes; Lise Marie revoit les postes de travail pour cuisiner, les vidéos D.I.Y. projetés sur le mur et son premier livre de recettes. Elle l'a encore ? « **Oui, oui!** »

Continuez à offrir des livres en cadeau, ça change des vies ! Un Noël, Lise Marie reçoit « *les mauvaises herbes*, des soins rebelles ! Elle dit le connaître presque par cœur et rêver qu'à **l'Épicerie La Collective** on vende des crèmes faits avec nos

herbes poussées dans nos serres et chez le voisin d'à côté, **Fondaction.** « La menthe, on en a déjà, mais la lavande, je sais pas si on pourrait en faire pousser en ville ? » Elle fabrique déjà ses propres crèmes hydratantes. Beurre de karité, d'amande, « j'adore les cosmétiques » Elle veut prendre soin de notre peau comme des familles ont pris soin d'elle.

Lise Marie a beaucoup voyagé, transportant sa valise des vêtements et ses quelques livres. Sa stabilité, c'est sa tante-gâteau à Laval qui la reçoit chaque année pour sa fête, le 1er de l'An ! Bébé de l'année, notre Lise Marie a appris avec elle à cuisiner et avec son père, les classiques créoles, du riz collé au crémasse ! Enfant, elle avait deux maisons, la tante vivait au 2e étage, mais à la séparation des parents, l'exil forcé. Comme Dany Laferrière elle pourrait dire «...j'en avais marre qu'on associe uniquement l'exil à une douleur ». En janvier dernier, sa fête lui a montré sa recette de côtes levées à la mode haïtienne, car oui, y'a pas que Ricardo qui a des bonnes recettes !

Lise Marie se trouve chanceuse et bien entourée : à l'école d'avant, il lui fallait toujours emmener son lunch, ici, ils ont la chance, « **la cafétéria de l'école, c'est nous!** » Chef Fabien confirme qu'à la **CSN**, on sert 80 à 200 couverts :

les gens aiment revenir travailler au bureau lorsqu'ils savent qu'on y mange si bien à si bas prix ! Ce midi, c'était le poulet aigre-doux, jambon effiloché à la bière et quand il y a des restes, c'est le staff qui dîne avec le lendemain ! Lise Marie achève de couper une chaudière pleine de carottes pour la soupe du jour, Chef Fadima les veut en cubes, une autre participante Isabelle vient en renforts car des carottes, on met une tonne quand on fait de la soupe pour 200 personnes !

« Attention, derrière! » une tôle brûlante de piments rôtis passe en coup de vent. Lise Marie se régale de l'odeur. À mi-chemin de son parcours d'apprenante, elle continue à faire des tests de crèmes et de smoothie, car l'été, y'a des fruits à profusion, et toutes ces saveurs, ça donne du goût à la vie. « **Oui, oui, exactement !** »

Tac, tac, le couteau allait bon train lorsque tout à coup à la radio joue cette chanson de Jay Scott « **C'est ma toune!** » Elle chante avec lui : « Y as-tu une crème qui va m'empêcher d'brailler ? OMG ! C'est sûr que j'pète une coche. Comme si j'étais à Woodstock ! » Si vous passez un midi dans le quartier Ville Marie, arrêtez à la **cafétéria La Solidaire** de la **CSN** : il y a du bon et il y'a de la joie ! Comme le chantait Charles Trenet et le chantera encore longtemps Lise Marie.



JONATHAN

« **Je choisis Jonathan !** » Le sourire en coin, il se réchauffe les mains autour d'un café. Sortant tout juste de la chambre froide, il y rangeait les livraisons reçues de **Moisson Montréal** aux commandes de « son » chariot élévateur.



Quand il était petit, Jonathan trippait sur les camions télécommandés, « **mais là, j'ai les vraies sensations des vraies machines!** » Sa joie est belle à voir, c'est celle d'un gars qui adore son métier et la confiance qu'on lui témoigne.

«**Avant je travaillais dans le recyclage, mais ils me laissaient jamais toucher aux machines!** »

Et à ceux qui s'inquiètent, Jos, son superviseur, vous atteste que « Jonathan, c'est le meilleur ! Y'accroche rien, y'est minutieux ! » Sa formation terminée depuis le 14 avril, il a reçu ses badges d'opérateur de lift, badges qu'il porte fièrement à son torse bombé. Il m'attire au babillard pour me montrer la photo des finissants : « **Regarde, je suis là!** », lui, Jonathan, aux côtés des six autres et pas tassé dans le coin comme du temps de la petite école. Debout.

Chaque semaine, lui et Jos accueillent différents organismes venant récupérer des dons alimentaires. Ça va du lait au café, des courgettes aux pâtes : tout ce qui peut aider à réduire la facture d'épicerie en ces temps difficiles.

Les denrées sont rassemblées sur des palettes de bois que Jonathan déplace soigneusement aux commandes de « son » chariot, de nos entrepôts au camion de l'organisme. Jonathan connaît son monde : « **Lundi, c'est Dopamine, mardi à 13h, c'est la Maison Pharillon. Regarde, c'est écrit ici sur les bons de commande.** » Il vérifie du coin de l'œil si ce qu'il me raconte est correct, Jos confirme en rigolant : « C'est toi qui donne l'entrevue! T'es ben bon! » Encouragé, il poursuit la visite guidée, on retourne au frigo car il m'avait pas montré les pains, le poulet et les céleris, « **les organismes vont nous dire combien ils en ont de besoin** » pis viens !

Ses bottes en cap d'acier claquent sur le ciment d'un corridor rouge qui semble interminable, «**ça va plus vite**

avec le lift !» Et nous voilà au dock de livraison : « Je vas te montrer comment ça marche! » Il opère le quai hydraulique, monte-descend, alors qu'un camion recule, « mais c'est pas pour nous autres! » De l'autre côté du mur, on entend les balles de **Pickle** et les joueurs survoltés qui cohabitent dans l'entrepôt avec notre pôle alimentaire. Mais le pickleball attire pas tellement Jonathan, c'est plutôt l'autre locataire en face, **ACTN Ninja Warrior Parkour** : y'a plus de la moitié des obstacles qui sont faisables à ses yeux. «Bientôt, je vas m'essayer ! » Pourquoi il se limiterait maintenant qu'il a prouvé tout ce qu'il pouvait réaliser ? Comme tous les jeunes, il a grandi avec les jeux vidéos, mais « **ici, c'est bien mieux que de rester devant mon écran! Hey, je contrôle la patente pis j'ai jamais eu d'accident!** » Et son autonomie m'épate : il a sa passe mensuelle de la **STM**, son téléphone, son logement « à moi tout seul » - où il réchauffe les plats congelés de la Cuisine Collective. Parfois, lui-aussi doit avoir recours à un panier d'aide alimentaire : « Je prends la bus 35 aux deux semaines pour aller chercher ce qu'ils me donnent.» Et les week-ends, c'est l'heure de la récompense : le **fun show** de **Beauce Carnaval** -

es manèges bien plus gros que son chariot élévateur : «Les fun shows, ça rend l'été encore plus le fun !» L'autre semaine, c'était Place Longueuil, et sous peu, le carnaval atterrira à Pierrefonds. Un peu loin, non ? Pantoute ! C'est facile d'aller là, il habitait dans le coin avant ! L'hiver, Jonathan fait même du ski alpin. Sérieux ? Mais comment se rendre-il ? « Ben là, c'est évident ! Tu vas sur internet, pis ça te dit où partent les navettes pour les montagnes.»

Vous pensiez que Jonathan avait besoin qu'on lui tienne la main pour traverser la rue ? Vous êtes dans le champ ! À peine sorti de la ligne verte du métro, il a dévalé le corridor rouge pour retrouver « son » chariot. Sourire aux lèvres, c'est lui qui sortira de nos entrepôts la nourriture qui vous aidera peut être à joindre les deux bouts.



SANDY



Des légumes frais dans votre assiette, ça n'apparaît pas par magie, il y a un peu de Sandy là-dessous ! Cueillis ce matin, ils seront nettoyés de ses blanches mains : « **Les clients seraient pas contents s'ils étaient encore pleins de terre.** » S'il y en a des mous, un bain d'eau froide les ravigote !

Une feuille de blette à carde a l'air malade ? « **Moi, je la mangerais pareil, mais bye bye !** » Et bonjour compost ! Au frigo #5, les radis et oignons attendent leur bus pour aller au marché du **pôle Angus** et aux équipes de cuisines collectives.

Avant, Sandy était serveuse aux déjeuners et dîners d'un resto, mais elle voulait découvrir autre chose : « **Ici, chaque jour est différent. Je fais quasiment plus de mathématiques qu'à l'école : peser, assembler, compter les bacs et les paquets ! Quand je parle de mes journées à mon chum, ça lui donne le goût de venir travailler ici.** » Elle a passé la semaine chez lui pour dormir davantage et être plus proche de son travail. Car c'est l'abondance côté récoltes : faut transformer les légumes, couper les invendus, congeler pour les mois d'hiver. Y'a rien qui se perd ! Surtout pas l'enthousiasme.

« On a des méthodes à suivre, on sait pas tout, c'est normal, on est ici pour apprendre. »

Et Sandy montre à son tour le quoi et le comment aux petits nouveaux qui entrent ! Ils sont gênés un peu au début, « **comme moi avant!** » mais elle leur réchauffe vite le cœur et fait de ces immenses entrepôts, un lieu invitant.

« Y'a des légumes que j'avais jamais connus avant, on a la chance d'y goûter ! Comme l'oseille, ça ressemble à de la moutarde, veux-tu essayer? »

On fait le tour ensemble de son royaume et elle distribue des

sourires à tout le monde.

Un petit chaperon rouge qui, plutôt qu'emmener des galettes et un pot de beurre à mère-grand, emmène de la laitue fraîche pour faire une bonne salade César ensemble !

Grand-maman Lise est devenue un peu la sienne. Son chum vit chez elle, il fait ses commissions « il est très aidant ! » Sandy est en amour par dessus la tête : « J'ai jamais eu une belle relation comme ça !

J'ai eu un chum qui me gardait prisonnière, **c'est pas pour moi, ça : j'aime voir le monde !** »

Replaçant les bacs oranges, elle distribue un beau bonjour à la collègue qui vide le frigo #6, un allô à Joseph qui déplace les palettes de **Moisson Montréal** et un gros bravo aux feuilles de blette à carde propres et croquantes au sortir de leur bain d'eau froide.

Le week-end, Sandy va revoir sa mère en résidence sur Pierre de Coubertin, « **sa santé est pas ben belle, une chance, elle peut prendre le transport adapté.** »

Sandy, elle prend le métro comme tout le monde. Sa vie a changé du tout au tout depuis qu'elle travaille chez nous. « **Je suis plus de bonne humeur et je maigris plus ! Ha ha !** » C'est sa coloc qui lui a donné le goût de s'inscrire à la formation et à son tour, Sandy en parle tout autour.

« **C'est pas le fun rester chez nous assise à rien faire.** » On vous l'avait dit que les légumes c'était bon pour la santé du cœur !

Michel Duchesne

L'auteur de nos portraits,
Michel Duchesne, a été
l'écrivain public du
quartier pendant 2 ans.



Il est aussi l'auteur de 4 «romans apporte-bonheur » dont justement L'ÉCRIVAIN PUBLIC, devenue série web-télé récipiendaire de 5 Géméaux et 40 prix internationaux, que diffusaient **tou.tv** et **TV5Monde**. Un autre roman, L'ÉCHO DES CHAUDRONS, chantaient les beautés et drôlerie des cuisines collectives. (À commander sans réserve chez votre libraire ou bibliothèque scolaire!) Michel Duchesne a été réalisateur télé pour **Radio Canada** et **Musique Plus**, auteur de théâtre et entraîneur des **Claude Legault**, **Charles Lafortune** et **Edith Cochrane** à la Ligue Nationale d'Improvisation. Il a reçu en 2023 une médaille de l'Assemblée Nationale pour son implication citoyenne. Une histoire à suivre !



LA CUISINE COLLECTIVE
HOCHELAGA
MAISONNEUVE

lacchm.ca & lacchm.com

