

L'Activité physique et la Santé : Le Souci de l'inclusion

Entretien avec Hélène Dallaire, universitaire engagée

Natalie Beausoleil

ABSTRACT

Hélène Dallaire is a militant feminist who has been working for a long time with minority francophone women in Canada. Professor at l'Université d'Ottawa, Madame Dallaire does research and teaches in the field of equity and access to physical activity as a determinant of health. She explains that her community involvement is at the source of her enthusiasm for teaching and action research.

RÉSUMÉ

Hélène Dallaire est une féministe militante qui oeuvre de longue date auprès des femmes francophones minoritaires au Canada. Professeure à l'Université d'Ottawa, Madame Dallaire fait de la recherche et enseigne dans le domaine de l'équité dans l'accès à l'activité physique comme déterminant de la santé. Elle explique que son engagement communautaire est à la source de son enthousiasme pour l'enseignement et la recherche-action.

Natalie

Hélène, tu es une pionnière dans l'étude et la promotion de l'activité physique chez les femmes francophones au Canada. En fait, tes recherches ont toujours émané des besoins et préoccupations des communautés francophones minoritaires. J'aimerais que tu me racontes comment a commencé ton engagement auprès de la communauté francophone minoritaire.

Hélène

J'ai commencé à m'impliquer avec les personnes âgées autour des années 1974-1975, au moment où j'ai accepté de siéger sur le comité de direction du Conseil sur le Vieillissement d'Ottawa-Carleton. Je venais de terminer ma thèse de doctorat sur le concept de soi des femmes âgées. Je voyais que, d'abord sur les conseils de vieillissement la situation spécifique des femmes on n'en parlait pas tellement. De un. Et de deux c'est que sur le Council of Aging on parlait très peu des francophones. Alors moi j'ai vu une opportunité là d'aller me battre pour cette clientèle là dans le fond parce que quand on parle de vieillissement on parle de femmes. J'ai été là pendant six ans.

Natalie

Tu as aussi travaillé avec d'autres clientèles?

Hélène

Oui. Ma formation étant en andragogie, donc l'apprentissage adulte, je me suis rendue compte dans le fonds que c'était pas seulement les personnes âgées là qui avaient besoin de gens qui allaient aller au bat pour elles dans les structures intermédiaires, qui pouvaient avoir une influence au niveau des politiques sociales. J'ai dû aussi reconnaître un problème très sérieux dans notre société canadienne et c'est celui de l'analphabétisme chez les francophones en milieu minoritaire. Et c'est sûr qu'étant en milieu universitaire on est exposé à ça. Je regardais les étudiants, les étudiantes qui venaient du Québec chez nous puis nos étudiantes étudiantes franco-ontariennes puis je m'apercevais lorsque je faisais la correction des travaux écrits qu'il y avait une disparité. Alors je commençais à me questionner sur les opportunités de bien maîtriser la langue française quand t'es minoritaire en Ontario, ce qui n'est pas le cas au Québec. Et de là j'avais été approchée pour faire, préparer du matériel pédagogique pour les francophones de l'Ontario, les adultes qui étaient affligés d'une

condition d'analphabète fonctionnel. Alors j'ai développé une approche dans le début des années 1980 qu'on appelle La Boîte à Outils.

J'ai travaillé en collaboration avec une enseignante du primaire et un collègue qui est à l'Université d'Ottawa qui travaille en linguistique. Et pendant trois ans, quatre ans, on a développé toutes sortes de matériel pour faciliter l'apprentissage de la lecture et de l'écriture pour les francophones et bien entendu en respectant le contexte et la réalité de la francophonie en Ontario. Puis encore là en essayant d'utiliser une approche qui était vraiment ancrée dans leurs réalités, quand tu viens du Nord de l'Ontario par exemple la réalité est bien différente que si tu viens de la région d'Ottawa. Alors on essayait de traiter des problèmes du jour, de l'économie, qui les représentaient là-bas. On avait un chapitre sur la fermeture du moulin à Kapuskasing, comment est-ce que ça les avait interpellés. De fait toute cette approche là c'était inspiré beaucoup du travail de Paolo Freire, au Brésil.

Natalie

Tu as aussi fait une importante contribution à un organisme voué aux femmes francophones minoritaires du Canada. Peux-tu m'expliquer comment tu en es venue à faire ce travail et ce que tu as retiré de cette expérience.

Hélène

À cause de mon implication au niveau de la francophonie minoritaire et de mon engagement vis à vis la communauté de femmes, j'ai été approchée pour prendre la présidence d'un organisme national francophone féministe voué à l'amélioration de la condition des femmes à travers l'éducation. Cet organisme c'est le Réseau National Action Éducation Femmes, où j'ai été présidente pendant quatre ans, de 1989 à 1993. J'ai côtoyé les réalités de la francophonie minoritaire pratiquement quotidiennement sinon hebdomadairement avec des gens sur le conseil d'administration qui venaient de chacune des provinces, sauf le Québec, et j'ai vu les difficultés auxquelles elles étaient au prise et comme organisme comment on pouvait s'organiser pour aider ces gens-là. J'ai vu les disparités entre

par exemple la francophonie en Alberta versus la francophonie en Ontario, la francophonie au Nouveau-Brunswick. Je pense que les francophonies de l'Ontario et du Nouveau-Brunswick sont très bien nanties comparativement à la Nouvelle-Écosse, à Terre-Neuve, au Manitoba. Alors il y a à l'intérieur d'une même réalité, c'est-à-dire celle d'être francophone minoritaire, des disparités incroyables. Et ça c'est pas nécessairement reconnu par Monsieur Madame tout le monde, hein. Même entre francophones. Je pense qu'il y a énormément de travail à faire à ce niveau là, au niveau de l'éducation. Je pense que bien des gens au Canada ne reconnaissent pas qu'il y a un million de francophones qui vivent en milieu minoritaire au pays. On pense que la francophonie c'est le Québec. Mais c'est beaucoup plus que le Québec la francophonie. Puis encore là quand on parle du Québec, autant où on identifie la francophonie au Québec, autant où les francophones en milieu minoritaire ont des problèmes avec le Québec parce que ils trouvent le Québec très impérialiste, un peu comme nous les francophones on trouve les anglophones très impérialistes.

Natalie

Est-ce que ta conscience des inégalités sociales motive à la fois ton engagement communautaire et ton travail universitaire?

Hélène

Oui. J'ai beaucoup réfléchi sur la notion de pouvoir et la notion d'importance d'ouverture sur le monde, la notion de respect des différences. Parce que dans le fonds ce qui m'anime, le dénominateur commun que j'aie travaillé avec des personnes âgées, des analphabètes, des femmes, des francophones en milieu minoritaire, j'ai travaillé aussi avec des jeunes, c'est toujours le même dénominateur commun et c'est celui de la justice sociale. C'est celui de permettre à chaque individu nonobstant de sa langue, de sa race, de sa couleur, de son niveau d'habileté, de sa classe économique, d'avoir une part du gâteau et de s'actualiser. Quand je me lève le matin et que je m'en vais au bureau et je travaille en activité physique et pour moi le gros défi là, c'est

Hélène tu prépares des gens qui vont travailler avec un outil, celui de l'activité physique, comme un déterminant important de la santé. Donc pourquoi préparer les jeunes qui vont aller travailler seulement avec les gars, les bons dans les sports, pis les jeunes qui ont de l'argent? Alors je me dis si c'est un outil, si l'activité physique c'est bon pour les jeunes puis c'est un déterminant important de la santé, pourquoi ne pas préparer les professionnels qui vont aller vendre ce moyen-là sur un continuum de vie 0-100 ans, à autant des gens pauvres que des gens riches, aux francophones qu'aux anglophones. Tout le monde devrait avoir accès à ça. Alors avec ma passion c'est toujours le souci d'inclusion, de célébration des différences et de faire bénéficier Monsieur Madame tout le monde à quelque chose qui est bon pour la santé.

Natalie

Selon toi, quels sont les déterminants sociaux de la santé?

Hélène

Pour te répondre, je vais te parler d'une étude qui a été faite auprès de francophones minoritaires sur ce sujet. J'avais été nommée au Conseil du Premier Ministre du temps de Bob Rae sur la santé, le bien-être et la justice sociale, où en temps que seule francophone au sein de ce comité, et c'était un comité qui était préoccupé par les déterminants de la santé, là j'ai réussi à aller chercher des sous pour mettre de l'avant un dialogue santé auprès des francophones de l'Ontario. Et d'ailleurs il y a un rapport qui a été publié à cet effet là. On a fait une consultation à travers la province sur c'était quoi les déterminants de la santé pour les francophones de l'Ontario. C'est quoi, c'est-tu la même chose que pour les anglophones? Et c'est intéressant parce qu'on s'est rendu compte que les déterminants de la santé là c'était des choses comme l'accès à l'éducation en français. Avoir un bon emploi. Être capable d'avoir des services dans notre langue. Alors que généralement quand on parle de déterminants de la santé, on pense à des choses pas mal plus structurelles, un modèle curatif ou épidémiologique.

Natalie

Comment vois-tu l'impact de ton engagement communautaire sur ton enseignement universitaire dans le domaine de la santé?

Hélène

En milieu universitaire on est très « top down » et puis on, si on s'évertue à vendre l'approche communautaire et bien les étudiants seront pas tellement habitués à ça et puis ça passe difficilement. Mais, en tout cas, je pense que toute cette implication au niveau communautaire depuis une, au-delà de, depuis près de 25 ans a fait en sorte que je suis définitivement une meilleure enseignante. Ça a vraiment eu un impact sur ma façon d'entrer en relation avec les étudiants, les étudiantes. Ça a définitivement eu un impact sur le quoi que je veux laisser à mes étudiants comme futurs professionnels qui eux autres vont aller oeuvrer dans le milieu. Je veux vraiment sensibiliser ces jeunes là à l'importance du fait que les vrais experts dans le fonds quand on travaille avec des gens, ce sont les gens eux-mêmes. Si tu travailles avec des personnes âgées, écoute les personnes âgées. Si tu travailles avec les femmes, écoute les femmes. Entends leur réalité, établis un dialogue avec elles, converse avec elles pour arriver en mettre en oeuvre des actions concrètes qui vont vraiment les aider ces femmes-là. Et à ce moment là je trouve que c'est important parce que souvent comme experts on pense qu'on a toutes les réponses. Moi mon implication, ou mon engagement sur la scène communautaire nourrit la passion que j'ai comme prof d'université, qui enfin, c'est ça qui me définit, c'est mon rôle social, c'est être prof d'université mais dans le fond je pense que c'est, c'est l'engagement communautaire qui a fait que encore aujourd'hui je suis à l'Université parce que c'est là où je me nourris c'est dans la communauté.

Natalie

Quelle est ton approche? Comment ça se passe dans la salle de cours?

Hélène

Je valorise beaucoup les savoirs connectés comme enseignante et comme prof à l'Université je m'inspire toujours d'approches, j'ose pas appeler ça l'approche féministe parce que surtout dans le monde de l'activité physique ça fait peur à bien des jeunes, alors j'utilise une autre appellation, j'appelle ça «empowerment education». Et je valorise beaucoup la prise de parole de la part des étudiants, je valorise beaucoup l'inclusion, je valorise beaucoup l'auto-responsabilité, je valorise beaucoup le travail d'équipe. J'essaie autant que possible de valoriser leurs vécus, leurs expériences parce que ce sont des gens d'une vingtaine d'années qui ont beaucoup à leur actif mais que dans le système on n'a jamais reconnus comme du positif. On rentre dans nos cours puis on leur garroche notre matière puis on développe très peu l'esprit critique chez eux et chez elles. Alors j'essaie de m'inspirer d'une approche réflexive sur leur vécu et remettre en question leurs valeurs. D'abord nommer leurs valeurs, sont pas habitués à faire ce genre de chose là. Moi je rentre dans ces cours-là, j'ai hâte à chaque semaine et les étudiants, les étudiantes le rendent bien, ils sont au cours, il y a beaucoup de controverse, c'est merveilleux. C'est un climat dans lequel on valorise la tolérance, le respect. On permet l'ambiguïté et c'est la première fois de leur vie qu'ils ont la chance de remettre en question des choses et de se confronter. Alors on n'a pas à... et moi je leur dis il faut célébrer nos différences, il faut établir un climat «where we agree to disagree». Et je suis la personne qui dit toujours dès mon premier cours j'espère que vous allez sortir d'ici avec plus de questions que de réponses. Parce que moi les réponses ça me fait peur. Une fois qu'on a la réponse on n'a plus le goût de chercher. Puis on devient peut-être un petit peu plus passif.

Natalie

L'activité physique pourtant est un domaine traditionnellement très masculin. Peux-tu me décrire comment tu as vécu parmi tes collègues en tant que professeure féministe à l'École des sciences de l'activité physique?

Hélène

Pendant au-delà de vingt ans j'ai été la seule femme avec une équipe d'une trentaine de collègues masculins dans mon secteur. J'ai constamment dû à me battre pour prendre ma place, j'ai constamment dû à me battre pour réclamer que si on était pour travailler avec l'activité physique comme un moyen pour atteindre le bien-être, il fallait reconnaître qu'on a 52% de la population qui est là, qui éventuellement auront besoin de nos services et que ce 52% de la population ce sont des femmes et les besoins et les réalités des femmes sont très différentes de celles des hommes. Et aujourd'hui ça commence à être encourageant. On commence à avoir une petite masse critique à l'école des sciences de l'activité physique. On est maintenant sept femmes au département. Et je pense que c'est plus seulement Hélène Dallaire qui parle au nom des femmes dans la communauté mais c'est une masse critique de sept jeunes, jeunes passionnées qui viennent mettre de l'eau au moulin à ce que j'ai toujours dit depuis trente ans. Alors quand ça vient de quelqu'un d'autre et bien les collègues commencent peut-être à reconnaître ah oui c'est vrai, oui c'est vrai on devrait peut-être changer ça, puis oui c'est vrai que le domaine de l'activité physique est un domaine qui est le sport, c'est très très patriarcal, c'est un territoire mâle, puis les gars protègent ce territoire là, puis on voit comment y a une résistance vis à vis des femmes, que ce soit les femmes qui veulent entrer dans des activités traditionnellement reconnues comme des activités d'homme, je pense par exemple au hockey, je pense par exemple au football.

Natalie

Tu as beaucoup travaillé auprès des jeunes, notamment dans une recherche-action pan-canadienne. Peux-tu me parler de cette recherche?

Hélène

En 1992 j'ai fait avec une collègue sociologue, Geneviève Rail, une étude nationale auprès des adolescents et adolescentes francophones vivant en milieu minoritaire sur l'équité dans les cours d'éducation physique. Cette étude s'est déroulée sur cinq ans et ça a été, on a tenté dans cette étude de

mettre de l'avant nos convictions Geneviève et moi. On ne voulait pas aller chercher des données et faire en sorte que ces données restent sur les tablettes. Les partenaires traditionnels qui auraient pu nous subventionner tels Sports Canada, ne nous ont pas subventionnées. Les partenaires qui nous ont subventionnées c'est d'abord le Programme aux Langues Officielles, c'est Santé Canada à travers Condition Physique Canada qui existait à ce moment là et c'est la Faculté des sciences de la Santé de l'Université d'Ottawa. La première année on est allé chercher des données sur la problématique. On en est fier parce que c'est la première étude faite au Canada et elle a été faite en français auprès des francophones. Parce que toutes nos données sur le phénomène de la mixité ou de l'équité dans les cours d'éducation physique toute la littérature nous vient soit des États-Unis soit de l'Australie ou soit de la Grande-Bretagne. On n'a rien de Canadien. Alors Geneviève et moi on a utilisé une approche quantitative mais on a aussi utilisé une approche qualitative où on voulait donner la voix aux jeunes. Mille-neuf-cents soixante-trois jeunes à travers le pays de neuvième et onzième année ont rempli un questionnaire. Et 49.6 % filles 50.4% garçons. Ça a tombé pile, échantillonnage semblable garçon-fille. Et de ces jeunes là on en a eu 773 en entrevue.

Natalie

Quels ont été les principaux axes de cette recherche?

Hélène

Nous avons vérifié six variables, entre autres, la nature de la participation dans les cours d'éducation physique; le profil démographique dans les cours d'Éducation physique au niveau de la francophonie minoritaire autant chez les jeunes que chez les enseignants enseignantes; le sexisme dans les cours d'éducation physique; la mixité dans les cours d'éducation physique; l'attitude des jeunes dans les cours optionnels versus les cours obligatoires parce qu'on sait qu'après la neuvième année le cours d'éducation physique devient optionnel, et une des raisons qui nous avaient incité à faire cette étude là c'est qu'on sait qu'il y a un jeune sur deux qui lâche

l'éducation physique au pays après le cours obligatoire et un jeune sur deux, pour ce 50% qui lâche, il y a 7 filles sur 10, alors 7 filles pour 3 gars. Alors les jeunes lâchent l'éducation physique mais les filles lâchent l'éducation physique encore plus que les jeunes. Alors c'est inquiétant pour la profession.

Nous avons trouvé que la perception des jeunes est très différente de celle des enseignants. Les enseignants sont très traditionnels, les jeunes sont très ouverts. Les jeunes veulent des nouvelles choses. Les enseignants sont pognés avec leurs vieilles affaires. Même la moyenne d'âge des enseignants enseignantes en éducation physique est très élevée. Ce sont majoritairement des hommes qui enseignent l'éducation physique. On perd les femmes en éducation physique. Les femmes n'acceptent pas des postes de chef de département. Alors ça c'est les préoccupations, si on veut avoir des beaux modèles de rôle et que les femmes sont plus dans les écoles pour enseigner l'éducation physique donc pour des jeunes filles c'est peut-être quelque chose qui n'est pas accessible parce qu'elles n'en ont jamais vues.

Natalie

Quelle a été la phase action de votre recherche?

Hélène

S'inspirant d'une approche de prise en charge, la «*empowerment education*», Geneviève et moi pendant un an, on s'est promené à travers les communautés francophones au pays et on est allé leur présenter des résultats qui se dégageaient de leur province. Et on avait une pleine journée avec une série de partenaires du milieu. Ça commençait le vendredi matin et ça s'appelait cette journée là: «*Pis après: le défi de l'équité*». Alors Geneviève et moi le vendredi matin et on avait à ces journées de prise en charge on avait des jeunes, on avait des enseignants enseignantes, on avait des administrateurs scolaires, on avait des parents, on avait des gens des médias. Et pendant une journée on leur exposait sous forme de pièce de théâtre on jouait le rôle de ce que les étudiants et les étudiantes nous disaient et de ce que les enseignants et les enseignantes nous disaient. Et ensuite, après

cette forme théâtrale, qui les interpellait, ils trouvaient ça l'fun, là on leur demandait qu'est-ce que vous avez retenu. Et c'est incroyable comment est-ce qu'ils avaient vu des choses dans les pièces de théâtre mais dans le fonds ils avaient vu des résultats. L'après-midi on s'organisait pour que ces gens-là nous identifient des actions réalistes, réalisables, qui coûtent pas cher, qui pourraient être mises en oeuvre demain matin pour améliorer la situation dans les cours d'éducation physique. Et on finissait notre journée puis le groupe se donnait un nom. Alors entre autres au Manitoba ils se sont appelés SOS Équité, donc ça avait la connotation que ça presse là, faut faire des choses pour favoriser l'équité. Parce que dans le fonds c'était pas seulement les jeunes filles qui étaient mises de côté c'était aussi les jeunes garçons qui fittaient pas le modèle athlétique.

Ensuite Geneviève et moi avons tabulé tout ce qu'on nous avait dit dans les différentes provinces. Et on a été capable d'identifier à peu près 300 différentes stratégies qui ont été identifiées par les gens du milieu pour améliorer la situation dans les cours d'éducation physique. On s'est rendu compte que le problème de l'équité ou des inéquités plutôt dans les cours d'éducation physique, c'était pas seulement le problème des enseignants et des enseignantes. Et que si ça se produisait dans les cours d'éducation physique peut-être que ça se produisait dans d'autres sujets académiques. Les gens ne se rendaient pas compte quand ils mettaient sur papier des actions concrètes que ça s'adressait à sept différents partenaires : les jeunes entre eux autres, qu'est-ce qu'on perpétuent, les parents, les enseignants les enseignantes, les administrateurs scolaires; les médias, qu'est-ce que les médias nous passent quand on parle de sport par exemple qu'est-ce que les médias perpétuent, les médias perpétuent que le sport c'est pour les gars, le sport c'est la compétition, c'est la performance, on parle rarement d'activité physique comme déterminant important de la santé; c' est les Ministères de l'Éducation dans leur curriculum d'études, leur programme d'étude, qu'est-ce qu'on valorise, on commence uniquement, en Ontario on vient de développer un nouveau curriculum en éducation physique et l'accent est vraiment santé,

c'est nouveau ça. On est en 1998. Et finalement les universités, comment est-ce qu'on prépare nos futurs intervenants? Les résultats de notre recherche ont été résumés dans un petit bouquin, un petit livre dans lequel on peut lire les témoignages des jeunes, les résultats de la recherche et une série de suggestions pour améliorer le contexte des cours d'éducation physique. Ce petit livre s'appelle *L'équité en éducation physique: partenariat et création d'un milieu non sexiste pour les jeunes francophones en milieu minoritaire*. On peut l'obtenir au Réseau National Action Éducation Femmes.

Natalie

Quels sont quelques exemples de l'impact de votre recherche dans les institutions d'enseignement?

Hélène

Le Collège Mathieu, par exemple, en Saskatchewan, on a fait des changements à leur curriculum en éducation physique. Ainsi la natation ne se fait plus mixte. Ça se fait maintenant de façon séparée, les gars sont seuls, les filles sont seules. Il y a des décisions qui ont été prises là pour améliorer la situation et puis qui créent un climat beaucoup plus favorable à l'apprentissage, où les jeunes se sentent mieux entre eux et entre elles. Il y a des départements qui ont remis en question la façon dont ils évaluaient les étudiants, en admettant qu'on est trop orienté sur la performance pas assez sur le goût de l'effort. On devrait aimer l'activité physique puis avoir le goût après à cause de notre cours d'éducation physique de continuer à en faire par soi-même. Dans le fonds c'est ça qui compte.

Natalie

Et maintenant quels sont tes projets?

Hélène

Je crois à l'importance de l'activité physique sur un continuum de vie, autant chez les jeunes que chez les personnes âgées. Je reviens maintenant à mes premières amours qui sont les personnes âgées et je vais faire quelque chose en terme de recherche : activité physique et personnes âgées francophones. C'est en train de se finaliser et il y a la possibilité

d'une subvention nationale avec d'autres chercheuses. Ce qu'on aimerait répliquer dans le fonds c'est un peu le modèle de recherche-action qu'on a utilisé Geneviève et moi. On sait que pour les personnes âgées leur histoire de vie c'est important. On veut les faire parler, on veut aller vérifier des petites choses et voir la place que l'activité physique a eu dans leur vie, la place qu'elle pourrait prendre dans leur vie, parce que chez les personnes âgées l'activité physique elles en faisaient beaucoup quand elles étaient plus jeunes à cause de la société qui était pas mal moins technocratisée qu'aujourd'hui. On faisait tout à la mitaine, il fallait aller couper le bois, chauffer le poêle, transporter, puis on travaillait beaucoup physiquement. Alors cette génération est passée d'une ère très manuelle à une ère très technocratique, automatisée où on travaille très peu avec notre corps, on pèse sur un bouton, l'avènement des ordinateurs... alors ça va être intéressant de voir qu'est-ce qu'on peut tirer des témoignages de ces femmes âgées là. On n'a rien comme documentation. Et encore là ça sera fait pour la première fois au Canada, mais en français.