

Édition spéciale réconfortante

présentée par le Lait.

métro

MONTREAL
Lundi après-midi
7 novembre 2011
journalmetro.com

DENIS BEAUMONT/MÉTRO



Un peu de tendresse

- Le programme Grand-maman tendresse de l'Hôpital Sainte-Justine permet à des nouveaux-nés d'être bercés par des bras réconfortants
- *Métro* a rencontré la plus jeune de ces mamies : Léa Palardy, 19 ans

{page 03}



**ZOOEY DESCHANEL,
LA COLOCATAIRE LA
PLUS ADORABLE ET LA
PLUS ÉTRANGE!** {page 07}



**DÉCOUVRIR
LES CULTURES
PAR LA DANSE**

{page 12}

Alimentation

Recettes savoureuses pour invités spéciaux

► Quoi cuisiner si vos invités sont végétariens ou intolérants au lactose ou au gluten {page 10}

**Les secrets
du succès de
Jonathan Duhamel**

{page 14}



Min 2°
Max 14°



MIXTE
Papier issu de
sources responsables
FSC® C011825

Dix-neuf ans et grand-maman

► Léa Palardy est l'une des «grands-mamans tendresse» de Sainte-Justine ► L'étudiante prend la relève des parents qui ne sont pas toujours disponibles pour bercer leurs nouveau-nés



BENOÎTE LABROSSE
BENOÎTE.LABROSSE
@JOURNALMETRO.COM

SANTÉ. Tous les jeudis soir, quand ses amis sortent prendre un verre, Léa Palardy se dirige vers le quatrième étage de l'Hôpital Sainte-Justine. La jeune femme de 19 ans revêt un sarrau, se lave les mains, s'installe dans sa chaise berçante... et attend qu'une infirmière lui dépose un bébé dans les bras.

L'étudiante de première année de médecine de l'Université de Montréal ne suit pas de cours du soir en pédiatrie. Elle fait plutôt partie des grands-mamans tendresse, une équipe de 28 bénévoles qui prêtent «bras-forts» à Sainte-Justine.

Les nouveau-nés placés à la pouponnière de l'Unité postnatale de surveillance spécifique y demeurent de quelques jours à quelques semaines. Certains ont de petits problèmes de santé – jaunisse, diabète, faible poids – qui les empêchent de rentrer à la maison. D'autres sont en parfaite santé, mais restent plus longtemps à l'hôpital parce que leurs parents s'occupent d'un autre enfant malade. Les grands-mamans tendresse prennent alors le relais. «Les parents sont contents de savoir que leur bébé a été bercé pendant leur absence», souligne Dominique Paré, chef du service bénévole de l'hôpital.

Léa, qui se fait souvent remercier par les familles, peut en témoigner : «Un soir, les parents du bébé que je berçais sont arrivés, mais ils m'ont demandé de la garder dans mes bras, car elle dormait, se souvient-elle. Ils m'ont entourée et ont pris des photos de moi avec la petite. C'est même moi qui l'ai présentée à sa sœur, qui la voyait pour la première fois.»

Son cours préféré

Mais qu'est-ce qui pousse une jeune fille de 19 ans à venir



► Léa Palardy réconforte la petite Sharlie, 7 jours.

«Bercer est aussi apaisant pour moi que pour le bébé. C'est du bénévolat dans les deux sens!» LÉA PALARDY

bercer des nouveau-nés dans ses temps libres? «Ça a commencé par des recherches pour un cours. Nous devons choisir un lieu pour faire du bénévolat auprès de malades. Quand j'ai vu le poste de grand-maman tendresse, ça a cliqué tout de suite!»

Menue, calme et réservée, Léa adore les bébés. La future médecin lorgne du côté de la pédiatrie. Elle n'a donc pas peur des tubes et des fils qui relient parfois les bébés à des appareils. «En choisissant Sainte-Justine, je voulais savoir si j'étais capable de tra-

vailler avec des enfants moins en santé, explique-t-elle. J'ai découvert que oui!»

«C'est de loin le cours que j'aime le plus!» avoue l'étudiante en souriant. Surtout qu'il lui permet de ne penser... à rien. «Quand je viens ici, je suis une bénévole comme les autres, pas une étudiante en médecine, précise-t-elle. Je laisse l'école de côté et j'arrête de penser pour bercer. C'est libérateur!»

Au lieu de réfléchir à son prochain examen, Léa fredonne doucement, observe les «drôles de petites bettes»

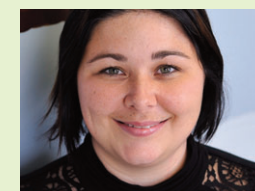
des bébés et leur prend les mains. Parfois, elle doit les consoler, mais ils arrêtent généralement de pleurer rapidement. «Je pense que le fait de sentir la chaleur de notre corps et d'entendre notre voix les réconforte. Je sens que je leur fais du bien.»

Elle-même ressort toujours de la pouponnière ressourcée. «C'est une unité heureuse et positive, car il y a de l'espoir pour les bébés qui y sont, fait-elle valoir. En plus, j'ai le sentiment de les avoir aidés.»

Finalement, qu'en pensent les amis qu'elle abandonne chaque jeudi à la sortie des cours pour «ses» bébés? «Ils me trouvent chanceuse, dit-elle fièrement. Plusieurs m'envient.»

60 secondes

PAS D'ÂGE POUR LA TENDRESSE



Les grands-mamans tendresse relèvent du service bénévole de l'hôpital Sainte-Justine. Métro s'est entretenu avec Dominique Paré, la chef de ce service.

Depuis quand les grands-mamans tendresse existent-elles?

Ça fait plus de 100 ans que des bénévoles bercent des bébés à Sainte-Justine.

Quel est l'âge moyen de vos grands-mamans?

La moyenne est d'environ 55 ans, mais j'ai des grands-mamans de chaque génération, de 18 à 70 ans! Chacune apporte une chaleur différente aux bébés.

Est-ce que seules les femmes peuvent bercer des bébés?

Pas du tout! Jusqu'à maintenant, seules des femmes se sont montrées intéressées, mais c'est sur le point de changer : un grand-papa tendresse de 70 ans fera bientôt son entrée à la pouponnière.

Le prochain recrutement des bénévoles de l'hôpital Sainte-Justine aura lieu ce printemps. Pour plus d'informations : www.chu-sainte-justine.org



Mot de l'éditeur

SPÉCIAL.
Encore une fois, Métro innove en vous

présentant ce journal en apparence ordinaire, mais totalement hors du commun. Vous remarquerez qu'il est très différent des journaux habituels. En effet, il ne comporte que des nouvelles positives, réconfortantes. Lorsque la Fédération des producteurs de lait du Québec nous a proposé de faire un journal uniquement avec des nouvelles réconfortantes, nous avons adoré l'idée. Pourquoi ne pas offrir une pause à nos lecteurs, en cet automne turbulent où les nouvelles sont rarement réjouissantes?

Nous vous présentons donc le troisième d'une série de quatre numéros hebdomadaires distribués en après-midi et ne comportant que des nouvelles positives, colligées et écrites par nos journalistes et collaborateurs.

Avant de vous coucher ce soir, plutôt que d'écouter les nouvelles qui seront probablement déprimantes, lisez quelques articles de notre journal; vous dormirez peut-être mieux.

Merci à notre commanditaire unique pour ce moment de répit, et bonne lecture!

DANIEL BARBEAU
ÉDITEUR DU JOURNAL
MÉTRO DE MONTRÉAL