

# Murray: un rêve démesuré... et technique

ANDRÉANNE JOLY  
L'horizon

En 2001, Martin Murray a arrêté de fumer. Un an après avoir passé à travers l'enfer de la cessation, il s'est rendu compte de l'importance et de l'incidence d'une bonne santé physique.

De fil en aiguille, son aventure le mènera, dans les prochains jours, au lac Winnipeg, l'une des plus grandes étendues d'eau à l'ouest des Grands Lacs, qui occupe une partie du Manitoba.

Martin Murray quittera sa famille au lendemain de Noël. Il conduira jusqu'à Winnipeg. Puis un contact doit le transporter jusqu'au nord de l'imposant lac. Ensuite, une aventure de 380 kilomètres s'ouvrira à lui. Ce sera une vingtaine de jours passés à l'extérieur, par -25° C.

Après deux ans de préparation, il a tête de quitter, de faire glisser ses skis sur la croûte du lac. « Ça me fait relaxer, décrocher des responsabilités », explique l'aventurier.

Il nuance: son aventure ne sera pas solitaire. À tous les jours, il doit entrer en contact avec sa famille via un téléphone satellite.

Et si ses proches n'ont pas de nouvelles, ils devront alors choisir que faire: téléphoner les services d'urgence ou prendre leur mal en patience. « Il peut arriver n'importe quoi », dit Martin, calmement. « J'ai un système d'urgence, qui permettra à un hélicoptère de venir me chercher si j'ai une blessure physique qui nécessite une évacuation ou un bris d'équipement majeur. » Par bris d'équipement, Martin entend la cassure d'un ski, un incendie ou la contamination de sa nourriture.

Martin a prévu divers scénarios, est



Le périple de Murray s'étirera sur 380 kilomètres.

équipé d'un localisateur personnel et a mis en place une procédure de largage. S'il manque de vivres, on pourra venir lui en porter. Il a aussi contacté l'armée, par mesure de prudence.

Mais au-delà de l'inquiétude, celle de sa famille et la sienne par rapport à la fatigue, Martin Murray est charmé par l'aspect technique de son aventure. Il y a la navigation pour se guider dans ce désert blanc, l'effort personnel, les techniques de camping hivernal. Vraisemblablement, l'organisation est aussi partie intégrante de son voyage. « Mon prof de soudure m'a dit qu'il faut toujours un plan », lance-t-il,

nommant au passage Marcel Couture.

En 2005, il a fait quelques expéditions de camping d'hiver et a traversé le lac Abitibi, une randonnée de 100 kilomètres. Ça lui a permis d'ajuster sa préparation: qu'avoir sur lui, que ranger dans son traîneau contenant sa nourriture, sa tente, son sleeping bag, son réchaud, sa trousse de premiers soins... « Je sais maintenant que je devrai avoir sur moi un miroir et ma crème pour protéger mon vi-sage du vent, du soleil, de la neige et du froid. »

Il sait aussi qu'il lui faut une tasse qui se referme avec le pouce, pour éviter tout dégât liquide dans la tente. « Il faudrait alors attendre que ça gèle pour le ramasser. » L'eau et l'humidité sont des ennemis.

Outre l'aspect technique, il a aussi dû entreprendre son entraînement physique. Plusieurs l'ont aperçu, cet été, pédaler entre chez lui, à Val Rita, et au garage OK Tire de Kapuskasing. Maintenant, il en est à la préparation mentale.

« En camping, je suis porté à paresser au réveil. Mais là, je devrai sortir du sleeping bag dès le réveil, m'habiller et marcher pour me réchauffer. » Dans la tente, en se levant, il faudra faire bouillir l'eau du déjeuner pour que la température passe à un « confortable » 2° C, estime le campeur. Mais dès qu'il mettra le nez dehors, le mercure chutera vers -25°.

« C'est à peu près la même température qu'à Kapuskasing. Je ferai donc deux semaines avant les grands froids de janvier. »

Il prévoit, dans les bons jours, parcourir une trentaine de kilomètres, mais il espère en franchir plus, quand il le pourra.

Suite de l'article en page 8.

## Santé des franco: Des chiffres pas expliqués

L'historien Gratien Allaire trouve difficile de tracer un bilan du second « Rapport sur la santé des francophones de l'Ontario ». « Il y a plusieurs indicateurs liés aux déterminants de la santé », relève le co-directeur de la recherche.

Ce rapport, rendu public la semaine dernière à Sudbury, relève que les francophones de l'Ontario perçoivent leur état de santé comme moins bon que l'ensemble de l'échantillon ontarien, un indicateur positif, selon le chercheur. Le tabagisme est plus élevé chez les Franco-Ontariens, encore plus dans le Nord-Est de la province. Leurs visites dentaires sont moins fréquentes que ce que propose la moyenne provinciale dans son ensemble. Dans le Nord-est, le taux de scolarisation est moins élevé.

Chez les jeunes, toutefois, l'équilibre entre les Franco-Ontariens et l'ensemble de la population provinciale semble se pointer. Les jeunes francophones sont autant scolarisés que dans les autres groupes.

Ces informations demeurent quantitatives. « Il n'y a pas moyen d'expliquer ces chiffres. Ce ne sont que des variables. On n'a pas moyen de connaître les raisons », explique M. Allaire, soulignant que les questions posées par Statistique Canada en 2001 n'étaient pas à développement.

Les explications relatives à l'appartenance, beaucoup plus présente dans le Nord-Est, ne sont pas fournies non plus. « On a posé des questions sur l'appartenance, mais pas sur l'appartenance à quelle communauté. Est-ce à la région de Sudbury? À la communauté Franco-Sudburoise? », questionne le chercheur.

Gratien Allaire espère bien que cette zone laissée grise par l'étude aura un effet boule de neige. « J'espère que le rapport mènera à des demandes de subventions pour expliquer le tabagisme, la fréquence des visites dentaires, l'appartenance », dit-il. « On sait déjà qu'il y a un lien entre la littéracie et l'état de santé. »

Par exemple, les aînés ont davantage de problème de santé, selon le rapport. « Est-ce lié à la scolarité ou à l'âge », se questionne le Sudburois.

Donc, il souhaite que l'ouvrage de quelque 159 pages ait des répercussions sur la recherche. « On pourrait mesurer l'impact du facteur culturel », lance-t-il. Mais il espère aussi un impact sur les politiques, avec un ajustement des services et que les messages s'adressant aux francophones soient pondus en fonction des besoins. La programmation scolaire est aussi une cible du « Rapport sur la santé des francophones de l'Ontario », afin que les programmes scolaires soient influencés que les habitudes développées à l'école aient un effet à long terme.

## Fonds Oui-à-la-vie: mission accomplie



Le fonds Oui-à-la-vie, veillant à soutenir financièrement la famille d'Amanda Lalonde pendant un séjour forcé dans la Ville-Reine, le temps que la jeune fille de 12 ans obtienne une greffe du rein, a atteint son objectif. Soixante-cinq mille dollars ont été amassés en moins de quatre mois.

Ils ont été nombreux à se rassembler, la semaine dernière, pour souligner un don de plus de 700 \$ de l'école catholique Jeanne-Mance aux fonds Oui-à-la-vie. Étaient présents: la mère Tanya Murray Gendron, Lise Bélanger du comité Oui-à-la-vie, le directeur Jean Beausoleil, l'enseignante Nathalie Marchand, Marielle Cousineau de Oui-à-la-vie. Assis: Line Guénette du Fonds, Mélanie Isabelle, Karl Gendron, Rémi Dumais, Audrie Gendron, l'enseignante et maman Anne Fournier-Dumais et la mère et membre du comité Sophie Dallaire. Henri Comeau de l'école et la mère Lise Isabelle étaient aussi de la partie. Deux membres de Oui-à-la-vie manquaient à l'appel, Nathalie Éthier et Lou-Anne Lepage.

# La traversée de Martin Murray - suite de la page 3

Les journées de tempête, il devra faire au moins 12 kilomètres.

Il a suffisamment de nourriture pour 23 journées. Une nutritionniste spécialisée en alimentation polaire a prévu ses repas, sa mère a pris soin de les mijoter et de les déshydrater. Il aura droit à un déjeuner, un souper, et, entre le démontage et le montage de sa tente, à une soupe, du pain sec, du fromage et diverses formes de protéines, du jerky, des saucissons, des noix, des barres énergétiques, ainsi qu'un breuvage chaud.

Dans les premières journées de son parcours, un défi l'attend. Il devra quitter la rive pour se rendre jusqu'à l'île Reindeer, un trajet de 61 kilomètres avec une ouverture de 110 kilomètres de vents du nord-ouest dans le dos.

Il voulait d'abord faire la traversée dans l'autre sens. « Je voulais l'avoir difficile », sourit-il. Il s'évite maintenant le vent de plein fouet au visage. « Je ne voulais pas arriver deu-xième. Mais, tout de même, je fais l'expédition en janvier », laisse-t-il

planer. Effectuer la traversée en janvier, ça lui donne déjà une expérience extrême. »

Il sait que ce sera difficile, mais pour le moment, l'aventure demeure plus ou moins concrète. Du moins jusqu'à ce que le désert blanc soit ouvert devant lui.

Il pourrait se faire une foulure dès les premiers jours. C'est le risque d'entreprendre une traversée sur le lac : sans sillons, les skis peuvent facilement glisser latéralement sur la glace, entraînant une blessure aux genoux. Il s'amènera des anti-douleurs,



Martin Murray sur le lac Abitibi.



**Les vrais amis se mêlent parfois de nos affaires.**

Il n'est pas toujours facile d'empêcher un ami qui a bu de prendre le volant. Mais c'est ce qu'il faut faire. Vos véritables amis vous en remercieront après coup. En cette période des Fêtes, l'alcool au volant, prenez tous les moyens pour y mettre fin.

**LCBO**

**MADD**  
Les mères contre l'alcool au volant

mais compte bien installer des seaux sur chacune des bouteilles pour pouvoir prouver qu'il a complété sa traversée de 380 kilomètres sans avoir recours à quelconque produit pharmaceutique.

Parce que pour Martin Murray, le lac Winnipeg, ce n'est qu'une pièce du casse-tête. Il sourit, parle du Pôle Nord. Une fois, en pleine fête, il avait lancé à quelqu'un qu'il y irait. Son interlocuteur ne l'avait pas cru. Ce souvenir ne le quitte pas.

« C'est peut-être le cheminement du premier grand voyage. Au prochain, ce sera moins stressant. »

Parfois, il sourit et précise, « si je reviens ». Parce que dans son entourage, certains n'ont pas hésité à le trouver fou. À l'approche de la date de départ, ils réalisent ce dans quoi il se lance. « J'ai vu André Filion, qui aime beaucoup les expéditions. C'était bien d'entendre quelqu'un emballé par mon projet », lançait-il.

Ses proches trouvent le projet d'une ampleur incroyable. « L'autre jour, au garage, j'avais froid. Alain [Gagnon] s'est mis à rire et m'a demandé ce que je ferais sur le milieu du lac, en janvier », ricane-t-il. « Mais ce n'est pas la même chose. » La programmation mentale, en somme, n'est pas la même.

Ses parents, eux, ont compris le sérieux du projet quand il s'est présenté au chalet, cet été, avec ses multiples cartes pour leur montrer son trajet. Puis, récemment, sa mère lui a dit que tous les jours, elle priait pour que tout se déroule bien. « C'est un bel appui », croit-il.

« C'est un sport égoïste, un peu. Ça n'a rien de familial. J'espère qu'un jour, ce que je fais aura une valeur pour eux », lance le père.

« Alors que je fumais encore, j'ai vu un reportage sur l'Everest avec [mon épouse] Martine. Je l'ai regardée, et je lui ai dit que je ferais l'Everest. Ça, c'est mon petit Everest », lance-t-il.