

c'est ma vie!

Une précieuse amie

PAR JACQUELINE SIMONEAU



Louise MacDonald

Le bulletin *Une véritable amie*, destiné aux femmes désireuses de vivre une ménopause et une post-ménopause en santé, fête ses 20 ans ! Il y a huit ans, Louise MacDonald en prenait les rênes. Sa passion est toujours intacte.

Louise MacDonald a œuvré pendant plusieurs années en éducation, notamment comme présidente du comité exécutif à la Commission des écoles catholiques de Québec et membre de la Commission de l'enseignement secondaire du Conseil supérieur de l'éducation. Par la suite, elle a occupé la fonction de directrice au cabinet du Président de l'Assemblée nationale et de secrétaire de la Commission de protection du territoire agricole du Québec. Rien à voir avec la santé. Le hasard a pourtant bien fait les choses.

« Une amie m'a refilé quelques bulletins d'*Une véritable amie*, explique-t-elle. J'étais alors en préménopause et je me questionnais beaucoup. J'ai été agréablement surprise par la qualité et la diversité de l'information. Le fait qu'il n'y ait ni commandite ni publicité pouvant porter atteinte à l'indépendance des propos m'a aussi ravie. Je me suis abonnée. À l'époque, je devais subir une hystérectomie et je m'inquiétais de la pertinence d'une telle opération. J'ai donc communiqué avec la rédactrice du bulletin, Lucette Proulx-Sammut, qui m'a fourni des références et de bonnes pistes de réflexion. J'étais conquise. Je me suis dit qu'à ma retraite, je leur offrirais mes services. Quand je l'ai fait, quelques années plus tard, Mme Proulx-Sammut quittait la rédaction en raison de problèmes de santé. Un groupe de femmes du Centre ménopause Québec prenaient la relève. Je

leur ai fait part de ma disponibilité. Quelques mois plus tard, elles m'invitaient à la première assemblée générale... où j'ai été élue présidente ! J'ai joint l'équipe en place et j'ai appris sur le tas. Quelle expérience ! »

Au début, *Une véritable amie* traitait uniquement de ménopause. À présent, le bulletin touche la santé globale. Les femmes rendues au mitan de la vie restent le public cible. « Ce qui n'empêche pas les conjoints d'y jeter un coup d'œil et d'apprécier plusieurs des sujets traités », dit Louise MacDonald.

« Vingt ans plus tard, les interrogations et les problématiques des femmes restent les mêmes, avoue-t-elle. Par contre, les réponses ont changé. La recherche a apporté des explications. De plus, il existe de nouvelles avenues tant médicales qu'alternatives. C'est encourageant. »

Son avenir ? « Je poursuis mon travail de bénévole à *Une véritable amie*. J'ai beaucoup de plaisir à travailler avec l'équipe en place. C'est un beau défi qui me garde allumée. Quant au bulletin, j'ose espérer qu'il vivra longtemps. On ne veut pas être commandité afin de préserver notre objectivité, ce qui entraîne parfois des maux de tête côté argent. Mais on trouve des trucs. Et puis nous recevons tellement de beaux témoignages que cela nous donne le courage et le goût de continuer. On est optimiste. On prépare la relève. »

Rendez-vous pour le 40^e anniversaire ? Et pourquoi pas !

Une véritable amie, Comptoir postal Belvédère, C.P. 20008, Québec (Québec) G1S 4Z2.

www.uneveritableamie.com