

GUIDE CINÉ-DÉBAT

DÉCOUVRIR C'EST VOIR AUTREMENT

etrebiendanssatete.ca



MOUVEMENT
SANTÉ MENTALE
QUÉBEC



Promouvoir. Soutenir. Outiller.

PRÉSENT PARTOUT AU QUÉBEC ET ENGAGÉ DANS LES RÉGIONS PAR L'ACTION DES ORGANISMES MEMBRES :

SMQ – Bas-Saint-Laurent • SMQ – Chaudière-Appalaches • SMQ – Côte-Nord • SMQ – Haut-Richelieu • SMQ – Lac-Saint-Jean •
SMQ – Rive-Sud • SMQ – Pierre-De Saurel • ACSM – Filiale de Québec • ACSM – Filiale Saguenay • CAP Santé Outaouais •
Comité Prévention Suicide L-s-Q • PCSM • RAIDDAT

NOUS REMERCIONS :

Le ministère
de la Santé et des
Services sociaux

Défi
Santé

 GROUPE
ENTREPRISES
EN SANTÉ

Promouvoir, soutenir et outiller la santé mentale



De 2018 à 2025, le Mouvement Santé mentale Québec met en lumière « 7 astuces pour protéger sa santé mentale » par le biais d'une campagne annuelle qui donne successivement la place à chacune des sept astuces. Au cours des années 2019 et 2020, vous êtes invité.e.s à embarquer dans la Campagne *Découvrir c'est voir autrement* ! Pour ce faire, le Mouvement Santé mentale Québec développe de nombreux outils que l'on peut trouver sur <etrebiendanssatete.ca> ! Parmi ces outils, le *Guide ciné-débat* qui rassemble une sélection exhaustive de films à visionner pour lancer le débat sur l'astuce *Découvrir c'est voir autrement*.

À utiliser à l'école, à la maison, au travail, dans votre organisation ou ailleurs !

Qu'est-ce que la santé mentale ?

La santé mentale est une composante essentielle de la santé. Elle consiste en un équilibre dynamique entre les différents aspects de la vie : social, physique, économique, spirituel, émotionnel et mental. Elle nous permet d'agir, de réaliser notre potentiel, de faire face aux difficultés normales de la vie et d'apporter une contribution à la communauté. Elle est influencée par les conditions de vie, les valeurs collectives dominantes ainsi que les valeurs propres à chaque personne.

Un guide ciné-débat pour découvrir et voir autrement

Pourquoi un guide ciné-débat ?

Avec ses genres variés – courts et longs métrages, documentaires et fictions, drames, comédies, films historiques, d'aventure, de guerre, d'amour, de science-fiction, études sociales, psychologiques et autres –, le cinéma est une forme d'expression culturelle et artistique qui, en bousculant nos émotions et en nourrissant nos connaissances comme nos réflexions, nous laisse rarement indifférent.e.s.

C'est en raison de ce riche potentiel et avec l'astuce *Découvrir c'est voir autrement* bien en tête, que le Mouvement Santé mentale Québec vous propose le *Guide ciné-débat* à travers trois thématiques :

- Découvrir les autres, découvrir la différence;
- Découvrir dans le changement, dans la résilience;
- Découvrir ses forces.

Que permet l'astuce découvrir ?

Découvrir permet de reconnaître ses forces et celles des autres, de manifester de l'ouverture à soi, aux autres, aux événements, de voir une situation sous divers angles, d'envisager de nouvelles expériences, d'essayer des stratégies pour surmonter les obstacles. *Découvrir*, c'est s'ouvrir à la vie.

Embarquez dans la montgolfière le temps d'un film

Organisez un ciné-débat pour :

- Promouvoir l'astuce *Découvrir c'est voir autrement*;
- Ouvrir le débat sur le thème de la découverte et de ses effets positifs pour la santé mentale;
- Encourager la découverte de soi, des autres et de la différence;
- Susciter la curiosité des spectateurs et spectatrices;
- Aborder le concept de résilience et les stratégies d'adaptation devant une situation particulière qu'on retrouve dans un film.

OUTILLEZ-VOUS !

Parlez de l'astuce *Découvrir c'est voir autrement* à l'aide des outils développés par le Mouvement Santé mentale Québec et offerts sur <etrebiendanssatete.ca>.

Écouter et débattre

Suggestions de thèmes à débattre :

- Qu'est-ce que ce film nous fait *découvrir* et *voir autrement* ?
- En quoi le sujet traité par ce film est-il méconnu, voire stigmatisé ?
- Comment le ou les personnages du film découvrent-ils ou utilisent-ils leur force ?
- Pourquoi est-il bon pour notre santé mentale d'avoir l'esprit curieux ?
- Quelles sont les stratégies d'adaptation que mettent en place le ou les personnages du film ?
- Comment auriez-vous réagi à la place du ou des personnages du film ?
- En quoi les actions du ou des personnages du film font-elles preuve de résilience ?

Ces suggestions sont conçues à partir des thématiques abordées au cours de la Campagne *Découvrir c'est voir autrement*. Elles peuvent être développées et adaptées selon le film visionné.

Conseils pour organiser un ciné-débat



- Choisissez un film selon la thématique retenue, le public cible et vos objectifs de débat.
- Ayez en main une copie du film choisi qui est compatible avec un support pour diffusion publique. Vous pouvez, par exemple, communiquer avec les salles de cinéma (communautaires, indépendantes ou conventionnées) ou encore les bibliothèques municipales ou universitaires pour solliciter un partenariat.
- Renseignez-vous sur le droit de diffusion du film auprès du distributeur. (Voir la rubrique « Droit de diffusion » ci-dessous.)



- Recherchez une salle pour la projection-débat de votre film. Vous pouvez, par exemple, vous adresser à des organismes communautaires, des cafés communautaires, des bibliothèques, des municipalités, des cinémas de quartier.



- Informez-vous des coûts de location de salle et d'équipement de projection.
- Si cela engage des frais, vous pouvez les partager avec les personnes participantes en déterminant une légère contribution (moins de 10 \$) ou en proposant une contribution volontaire.



- Invitez une ou plusieurs personnes concernées par le sujet du film pour animer le débat, apporter des informations supplémentaires et répondre aux questions du public.
- Si cela est possible, invitez la personne qui a réalisé le film ou son équipe à venir présenter le projet, la démarche et la vision. C'est un bon moyen de susciter la participation à votre ciné-débat et d'y nourrir les interactions.



« Si vous organisez votre ciné-débat ailleurs que dans un lieu privé (votre maison, condo ou appartement) ou pour un auditoire autre que votre famille et vos ami.e.s[1] », vous devez faire la demande d'une licence de présentation publique auprès du propriétaire des droits, du représentant ou du distributeur. Pour faciliter vos démarches, vous pouvez joindre dans un premier temps Audio Ciné Film, « un représentant officiel pour de nombreux studios de cinéma et a donc l'autorité nécessaire pour émettre des licences de présentation publique pour des milliers de films[2] ».

[1] Audio Ciné Films, « À propos des droits d'auteur », [en ligne]. [<https://www.acf-film.com/fr/faq.php>].

[2] *Ibid.*

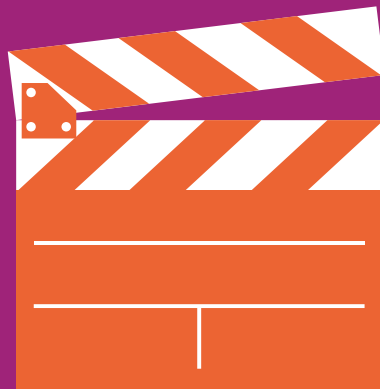
Liens utiles pour accéder à des ressources en ligne



- Office national du film : <https://www.onf.ca>
- Télé-Québec : <https://www.telequebec.tv>
- Radio-Canada : <https://ici.radio-canada.ca/archives>
- Tout.tv : <https://ici.tou.tv>
- Bibliothèque et Archives nationales du Québec : <http://www.banq.qc.ca/accueil>

N. B. Veuillez noter que les synopsis présentés dans ce *Guide ciné-débat* dont la référence n'est pas précisée proviennent du site internet de Cinoche.com : <https://www.cinoche.com>.

Bon visionnage,
bon débat !



DÉCOUVRIR LES AUTRES, DÉCOUVRIR LA DIFFÉRENCE

Au bout du fil¹

2006 | 14 min | Documentaire | Réalisation : Chedly Belkhodja | Québec

Dans un milieu sensibilisé à la diversité culturelle, de jeunes immigrants peinent à faire reconnaître leurs compétences sur le marché du travail. Ce documentaire est issu du projet La tête de l'emploi, de l'ONF, qui vise à mettre fin au racisme direct et à la discrimination systémique dans les milieux de travail au Canada. Il cherche également à suggérer de nouvelles stratégies pour lutter contre le racisme auquel sont confrontés les minorités visibles et les autochtones.

→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/au_bout_du_fil/].



Médecins sans résidence²

2010 | 10 min | Documentaire | Réalisation : Tetchena Bellange | Québec

Ce court métrage documentaire montre comment la discrimination empêche des médecins formés à l'étranger d'exercer au Canada – même lorsqu'ils ont obtenu une attestation de compétence des autorités médicales canadiennes. Des entrevues avec des professionnels de la santé et des défenseurs des droits de la personne illustrent comment le racisme systémique joue un rôle dans cette situation. Ce film a été produit dans le cadre du projet La tête de l'emploi par l'Office national du film du Canada avec la participation de Ressources humaines et Développement des compétences Canada.

→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/medecins_sans_residence/].



Ma vie de courgette

2017 | 1 h 07 | Animation | Réalisation : Claude Barras | France, Suisse

Un jeune garçon de 10 ans prénommé Icare, mais que tout le monde appelle Courgette, a l'impression que son monde s'effondre quand sa mère, alcoolique, décède accidentellement. Il est alors persuadé qu'il est seul au monde et irrécupérable. Placé en centre jeunesse, Courgette crée peu à peu de nouvelles amitiés avec Simon, Ahmed, Jujube, Alice et Béatrice, qui ont tous leur histoire, à la fois dures et touchantes. Quand Camille, une fillette malicieuse, débarque au foyer pour enfants, elle ne laisse pas Courgette indifférent, même si celui-ci refuse de se l'avouer. Icare apprendra beaucoup de choses au cours de cette période difficile, peut-être même à être heureux.



¹ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/au_bout_du_fil/].

² Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/medecins_sans_residence/].

Mon père³

2000 | 26 min | Documentaire | Réalisation : Danic Champoux | Québec

Dans son premier court métrage documentaire, réalisé pour la série *Libres courts*, le cinéaste Danic Champoux braque sa caméra sur son propre père. Celui-ci fait partie de ces hommes qui doivent se déraciner et quitter leur famille pour pouvoir travailler. Combien d'entre eux ont la terrible impression de perdre leur vie à la gagner ? Pourvoyeurs exemplaires, travailleurs anonymes, bâtisseurs nomades, ils se déplacent d'usine en barrage, d'un chantier au suivant, et composent une société à part. Chaque jour, ces hommes doivent se montrer à la hauteur. Chaque soir, il leur faut apprivoiser un peu plus la solitude.

→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/mon_pere/].



Nouveau départ (Titre original : We Bought a Zoo)

2011 | 2 h 04 | Comédie dramatique | Réalisation : Cameron Crowe | États-Unis

Dans le sud de la Californie, un veuf, père de deux enfants, décide d'acheter une propriété hors de la ville et de relancer le zoo abandonné qui s'y trouve. Avec l'aide des employés du zoo dédiés de tout cœur à la santé et au bien-être des animaux, il s'engage financièrement et émotionnellement dans le projet, qui doit recevoir l'aval de l'inspecteur sanitaire de la région, particulièrement craint par les employés, avant l'ouverture officielle. En parallèle, son fils adolescent se referme à ce changement soudain, tandis qu'un tigre âgé se prépare lentement à mourir.



En quête de sens

2016 | 1 h 28 | Documentaire social | Réalisation : Nathanaël Coste et Marc de la Ménardière | France

Marc de la Ménardière n'a pas 30 ans et mène une vie de rêve à New York, comme représentant d'une multinationale d'eau embouteillée. Malheureusement, un accident le force à l'inactivité. Cloué au lit, Marc décide de visionner une série de documentaires que lui a laissés son ami d'enfance, Nathanaël, avant de partir en voyage en Inde. Bouleversé par ce qu'il a vu, Marc quitte son emploi et s'en va rejoindre son bon compagnon. Pendant six mois, les deux compères parcourent le monde en quête d'un sens à donner à leur vie. Ils filment leur périple et leurs rencontres avec des personnalités inspirantes tout en partageant leurs réflexions à l'écran.



Querelles⁴

2011 | 1 h 25 | Drame | Réalisation : Morteza Farshbaf | Iran

C'est la nuit. Arshia, 10 ans, est témoin d'une violente querelle qui oppose ses parents suivie de leur départ précipité. Dès le lendemain, son oncle et sa tante, tous deux sourds-muets, décident de prendre la route avec lui, pour rechercher ses parents soudainement disparus. Tandis qu'ils traversent le pays, des montagnes iraniennes à Téhéran, ce voyage donnera l'occasion au couple de revenir sur toutes ces années de vie commune et de régler quelques comptes, sous le regard du jeune garçon...



³ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/mon_pere/].

⁴ Synopsis tiré de UniversCiné, [en ligne]. [<https://www.universcine.com/films/querelles>].

Variations sur un thème familial⁵

1994 | 57 min | Documentaire | Réalisation : Carmen Garcia, German Gutierrez | Québec

Ce long métrage documentaire nous plonge dans le quotidien de sept familles d'aujourd'hui : du couple de lesbiennes aux parents sourds en passant par l'autochtone engagée; de la famille acadienne tricotée serrée à la mère monoparentale victime d'abus de toutes sortes; du prêtre étonnant qui s'entoure d'exclus à la joyeuse « tribu » mixte. Ce film démontre que peu importe sa composition, la famille demeure l'amarre fondamentale de l'être humain.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/variations_sur_un_theme_familier/].

Jade⁶

2010 | 14 min | Documentaire | Réalisation : Cat Garingan | Colombie-Britannique

Et si les Blancs formaient les minorités visibles victimes de discrimination raciale en milieu de travail ? Voyez ce qui se produirait dans *Jade*, un documentaire incisif et humoristique qui vous incitera à discuter de racisme et de discrimination.

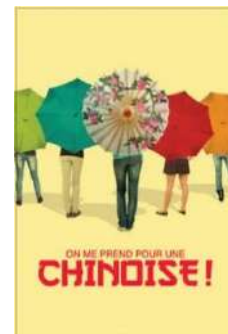


→ Disponible en ligne [<https://www.onf.ca/film/jade/>].

On me prend pour une Chinoise⁷

2011 | 52 min | Documentaire | Réalisation : Nicole Giguère | Québec

La première vague de fillettes chinoises adoptées au Québec depuis les années 1990 est arrivée à l'adolescence. La caméra de Nicole Giguère s'est posée sur cinq d'entre elles et les a accompagnées tout au long de cet intense parcours vers l'âge adulte. Dans cette période de recherche d'identité, comment ces jeunes Québécoises vivent-elles leur différence ? Un voyage intime et touchant aux pays d'Alice, Léa, Julia, Anne et Flavie.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/on_me_prend_pour_une_chinoise/].

Rain Man

1989 | 2 h 14 | Comédie dramatique | Réalisation : Barry Levinson | États-Unis

À la mort de son père, Charlie Babbitt, homme d'affaires pressé, hérite d'une vieille Buick qu'il convoitait depuis longtemps, mais se voit spolié de quelque trois millions de francs versés à l'institution psychiatrique Wallbrook au profit d'un bénéficiaire anonyme. Charlie se rend à Wallbrook et découvre l'heureux bénéficiaire. Il s'agit de Raymond, savant autiste, celui qu'il appelait dans son enfance *Rain Man*, qui représente ses seuls souvenirs heureux et qui n'est autre que son frère.



⁵ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne].

[https://www.onf.ca/film/variations_sur_un_theme_familier/].

⁶ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [<https://www.onf.ca/film/jade/>].

⁷ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne].

[https://www.onf.ca/film/on_me_prend_pour_une_chinoise/].

Le monde de Nathan

2015 | 1 h 53 | Drame | Réalisation : Morgan Matthews | Grande-Bretagne

Nathan est atteint d'une forme d'autisme depuis sa naissance. À la suite d'un terrible accident de voiture causant le décès prématuré de son père, Nathan ne trouve de réconfort que dans le monde des mathématiques. Encouragé par son tuteur Martin Humphreys et grâce à son impressionnant talent, il est sélectionné pour participer à un entraînement au sein de l'équipe britannique en vue de concourir à l'Olympiade internationale de mathématiques. Nathan s'envole donc aux côtés de son tuteur et de sa mère pour Taïwan, où il fera la connaissance d'une jeune Chinoise très amicale et d'un enseignant hors du commun.



Majeur et TDAH⁸

2018 | 43 min | Documentaire | Réalisation : Michael McNamara | Québec

Le documentaire vise à dissiper les mythes et la honte liés au trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité. La D^{re} Ainslie Gray, de la clinique Springboard, à Toronto, ainsi que les D^{rs} Russell Schachar et Jennifer Crosbie, de l'hôpital pour enfants SickKids, expliquent comment on a longtemps pensé que le TDAH disparaissait une fois atteint l'âge adulte. Toutefois, il est maintenant reconnu que les symptômes peuvent se poursuivre jusqu'à l'âge adulte, souvent sans que la personne n'ait jamais été diagnostiquée. Les personnes aux prises avec un TDAH sont souvent des aventuriers, de celles et ceux qui acceptent de prendre des risques et qui constituent, par conséquent, une partie importante de notre tissu social.



Au Canada⁹

2014 | 21 min | Documentaire | Réalisation : Michael Morein | Canada

Film bilingue qui présente les histoires et expériences personnelles de différents immigrants au Canada de partout dans le monde. Les impressions personnelles et les réflexions partagées dans le film touchent les thèmes du voyage, de l'arrivée et de l'appartenance. *Au Canada* est à la fois animé et drôle, il pousse à la réflexion et présente le côté personnel de l'expérience de l'immigration canadienne.

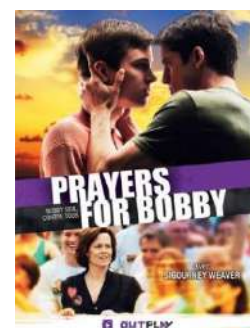
→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/au_canada/].



Bobby : Seul contre tous (Titre original : Prayers for Bobby)¹⁰

2009 | 1 h 30 | Drame | Réalisation : Russell Mulcahy | États-Unis

Mary Griffith, fervente pratiquante, a élevé ses enfants selon les principes conservateurs de la foi religieuse. Le destin de la famille va être bouleversé le jour où Bobby décide de confier à son frère aîné un terrible secret : il préfère les garçons. Lorsque sa mère l'apprend, elle met tout en œuvre pour « guérir » son fils, car selon la Bible, Bobby sera condamné à l'Enfer. Mais une tragédie va remettre en cause toutes les convictions de Mary...



⁸ Synopsis tiré de ICI Tou.tv, [en ligne]. [<https://ici.tou.tv/majeur-et-tdah>].

⁹ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/au_canada/].

¹⁰ Synopsis tiré de UniversCiné, [en ligne]. [<https://www.universcine.com/films/prayers-for-bobby-bobby-seul-contre-tous>].

Mange, prie, aime

2010 | 2 h 20 | Drame | Réalisation : Ryan Murphy | États-Unis

Après un divorce difficile, Liz Gilbert décide de prendre une année sabbatique et de changer de vie. Elle entame alors un périple initiatique qui va l’emmener au bout du monde et d’elle-même. Lors d’un voyage aussi exotique que merveilleux, elle retrouve l’appétit de vivre et le plaisir de manger en Italie, le pouvoir de la prière et de l’esprit en Inde, et de façon tout à fait inattendue, elle trouvera la paix intérieure et l’amour à Bali.



Joy

2015 | 1 h 44 | Chronique biographique | Réalisation : David O. Russell | États-Unis

La vie de Joy n'est pas de tout repos. Entre ses enfants en bas âge, son ancien mari qui habite au sous-sol, sa mère dépendante de la télévision, sa grand-mère bienveillante et son père qui revient habiter à la maison, il n'y a pas de quoi s'ennuyer. Misérable dans son travail, elle a l'idée de créer une serpillière spéciale à force de se faire mal aux mains en ramassant les dégâts des autres. Afin de concrétiser son invention, la jeune femme met sa famille récalcitrante à contribution. Il ne lui manque qu'un contact pour faire connaître ce produit domestique au grand public...



L'histoire d'Hannah¹¹

2007 | 29 min | Documentaire | Réalisation : Juanita Peters | Manitoba

Ce court métrage documentaire raconte l’histoire d’une fillette de 11 ans qui incite les adultes à adopter un nouveau comportement, en leur montrant le bon exemple à suivre. Lorsqu'elle n'avait que cinq ans, Hannah Taylor aperçut pour la première fois un sans-abri dans une ruelle de Winnipeg. C’est à partir de ce moment troublant qu’elle décida de changer le monde, tout simplement. Elle fonda ensuite l'impressionnante fondation Ladybug qui, sous sa gouverne, amassa plus d'un million de dollars pour le bénéfice des plus démunis.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/histoire_dhannah/].

Juno

2007 | 1 h 36 | Comédie dramatique | Réalisation : Jason Reitman | États-Unis

Juno MacGuff, jeune fille de 16 ans vive et futée, est confrontée à une grossesse inattendue – la sienne – le fautif étant son camarade de classe Paulie. Avec l'aide de sa meilleure amie, la pulpeuse Leah, Juno trouve des parents plus qualifiés pour son futur bébé en la personne de Mark et Vanessa, un riche et séduisant couple de banlieue qui désire ardemment adopter. Très déterminée dans sa démarche, Juno peut aussi compter sur le soutien inconditionnel de ses parents. Soutien nécessaire, car l'adolescente, dans ses relations régulières avec les futurs parents adoptifs, devra faire face à des situations bien complexes avant de trouver sa place dans le monde des adultes.



¹¹ Synopsis tiré de l’Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/histoire_dhannah/].

DÉCOUVRIR DANS LE CHANGEMENT, DANS LA RÉSILIENCE

Dallas Buyers Club

2013 | 1 h 57 | Drame | Réalisation : Jean-Marc Vallée | États-Unis

Ron Woodroof est un cowboy du Texas qui est diagnostiqué sidéen dans les années 1980. Quand les médecins lui annoncent qu'il ne lui reste pas plus d'un mois à vivre, Woodroof refuse le diagnostic et décide de se battre contre la maladie. Comme les médicaments qu'on lui offre à l'hôpital ne donnent pas des résultats satisfaisants, le cowboy se rend jusqu'au Mexique pour obtenir des drogues plus efficaces. En cours de route, il rencontre Rayon, un travesti, lui aussi atteint du VIH, avec qui il s'engage dans une entreprise de contrebande de médicaments pour soigner les malades à leur façon.



Incendies

2010 | 2 h 11 | Drame | Réalisation : Denis Villeneuve | Québec

À la lecture du testament de leur mère, Jeanne et Simon se voient remettre deux enveloppes : l'une destinée à un père qu'ils croyaient mort, l'autre à un frère dont ils ignoraient l'existence. Jeanne voit dans ce legs la clé du silence de sa mère, enfermée dans un mutisme inexplicable les semaines précédant sa mort. Elle décide immédiatement de partir au Moyen-Orient exhumer le passé de sa famille.



Ici chez soi, le coût réel de l'itinérance¹²

2012 | Série web documentaire | Réalisation : Manfred Becker, Sarah Fortin, Darryl Nepinak, Louiselle Noël et Lynne Stopkewich | Canada

Le chemin pour se sortir de la maladie mentale et de l'itinérance n'est pas une trajectoire en ligne droite. Ce parcours sinueux est emprunté par une portion de sans-abri coincés dans le cercle vicieux de l'itinérance et de l'exclusion. Face à ce problème, l'approche la plus courante est de vouloir changer la vie des individus pour qu'ils quittent la rue et se trouvent un logement.



Les statistiques montrent que ça ne fonctionne pas. Et si on inversait le scénario ? Que se passerait-il si on donnait d'abord à chaque itinérant un logement et un accès à des services ?

→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/interactif/ici_chez_soil].

Être ou paraître ? Les jeunes face aux stéréotypes sexuels¹³

2009 | 24 min | Documentaire | Réalisation : Sophie Bisonnette | Québec

Ce court métrage documentaire sociologique donne la parole à des préadolescents et préadolescentes, qui abordent les stéréotypes sexuels et la difficulté de se forger une personnalité en dehors de l'image ou des modèles véhiculés par les médias et la publicité. Film éducatif pour les jeunes de 11 à 13 ans conçu en tant qu'outil d'animation et de discussion.



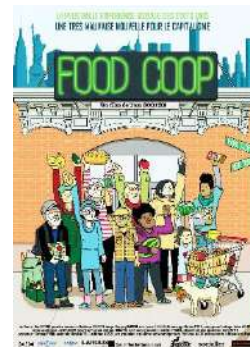
¹² Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/interactif/ici_chez_soil].

¹³ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/etre_ou_paraître/].

Food Coop

2016 | 1 h 37 | Documentaire | Réalisation : Thomas Boothe | États-Unis

En pleine crise économique, dans l'ombre de Wall Street, une institution qui représente une autre tradition américaine est en pleine croissance. C'est la coopérative alimentaire de Park Slope, un supermarché autogéré où 16 000 membres travaillent trois heures par mois pour avoir le droit d'y acheter les meilleurs produits alimentaires dans la ville de New York à des prix on ne peut moins chers.



Les oubliés du XXI^e siècle ou la fin du travail¹⁴

2000 | 52 min | Documentaire | Réalisation : Jean-Claude Bürger | Canada

Long métrage documentaire sur les conséquences de l'entrée dans l'ère technologique sur le monde du travail. Pour les financiers devenus maîtres de l'économie mondiale, la rationalisation de la production semble passer par la substitution des ressources technologiques aux ressources humaines. Sommes-nous entrés dans le siècle de l'« horreur économique » ? Voici un film qui soulève des questions cruciales et propose des pistes pour repenser l'avenir. Avec l'économiste et sociologue Jeremy Rifkin, le politologue et économiste Ricardo Petrella, le journaliste, sémiologue et ancien directeur du *Monde diplomatique*, Ignacio Ramonet, et l'auteure de *L'horreur économique*, Viviane Forrester.

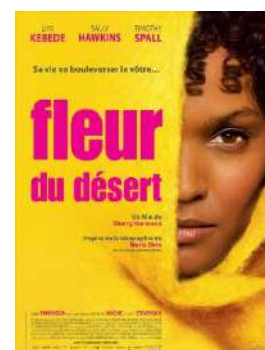


→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/oublies_du_xxie_siecle/].

Fleur du désert

2009 | 2 h | Drame | Réalisation : Sherry Hormann | Grande-Bretagne, Allemagne, Autriche

La véritable histoire de Waris Dirie, une femme de front, qui un jour décidera de fuir la Somalie afin d'échapper à un mariage forcé. Découverte par un photographe, la jeune femme commencera une prodigieuse carrière de mannequin pour ensuite se révéler en tant qu'activiste luttant en faveur des droits humains. Waris causera l'émoi lorsqu'elle dévoilera au grand public toute la barbarie entourant la pratique rituelle d'excision génitale.



24 jours à Brooks¹⁵

2007 | 42 min | Documentaire | Réalisation : Dana Inkster | Alberta

Affluant par milliers à Brooks, en Alberta, pour travailler à l'abattoir local, les immigrants ont radicalement transformé le visage de cette petite ville. *24 jours à Brooks* relate les vingt-quatre jours de la première grève jamais déclenchée à l'abattoir et illustre que des travailleurs immigrants et non immigrants peuvent faire cause commune au nom du respect, de la dignité et du changement.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/24_jours_a_brooks/].

¹⁴ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/oublies_du_xxie_siecle/].

¹⁵ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/24_jours_a_brooks/].

Femmes debout¹⁶

2015 | 23 min | Documentaire | Réalisation : Marie Ka | Colombie-Britannique

Dans ce court métrage documentaire, trois femmes francophones originaires du Sénégal, du Mexique et de la Belgique posent un regard sur leur expérience d'immigration à Vancouver, où elles élèvent seules leurs enfants. Avec force et résilience, ces femmes prennent le pari de reconstruire leur vie et d'offrir « cet autre possible » à leur enfant, tout en cherchant à faire leur place dans la société canadienne.



La révolution silencieuse

2018 | 1 h 52 | Drame | Réalisation : Lars Kraume | Allemagne

1956. Pendant une visite dans un cinéma de l'Allemagne de l'Est, Theo et Kurt voient une image dramatique d'un soulèvement hongrois aux nouvelles télévisées. De retour en classe, ils décident spontanément de tenir une minute de silence en appui aux victimes. Leur geste engendre des répercussions bien plus grandes que ce à quoi ils s'attendaient. Alors que le directeur s'efforce de contrecarrer le mouvement, les étudiants persistent et leur geste pacifique devient rapidement une affaire d'État. Le ministre de l'Éducation condamne leurs actions et demande au meneur de se livrer. Mais les étudiants restent solidaires, faisant face à une décision qui changera leur vie à jamais...



Demain

2016 | 1 h 58 | Documentaire | Réalisation : Mélanie Laurent et Cyril Dion | France

Et si montrer des solutions, raconter une histoire qui fait du bien, était la meilleure façon de résoudre les crises écologiques, économiques et sociales, que traversent nos pays... À la suite de la publication d'une étude qui annonce la possible disparition d'une partie de l'humanité d'ici 2100, Cyril Dion et Mélanie Laurent sont partis avec une équipe de quatre personnes enquêter dans dix pays pour comprendre ce qui pourrait provoquer cette catastrophe et surtout comment l'éviter. Durant leur voyage, ils ont rencontré les pionniers qui réinventent l'agriculture, l'énergie, l'économie, la démocratie et l'éducation. En mettant bout à bout ces initiatives positives et concrètes qui fonctionnent déjà, ils commencent à voir émerger ce que pourrait être le monde de demain...



Les désoccupés¹⁷

1997 | 52 min | Documentaire | Réalisation : Raymonde Létourneau | Québec

L'emploi pour tout le monde, pour la vie, c'est fini ! Aux confins d'une époque qui s'achève, le monde du travail est en pleine mutation. Aux portes de l'an 2000, de gré ou de force, une personne sur trois sera pigiste, une sur quatre ne trouvera plus du tout de travail. Pourtant, malgré ce véritable état de crise, des individus réinventent leur vie; de nouvelles solidarités jaillissent. Ce film, véritable porteur d'espoir et de renouveau, nous plonge en plein cœur de la vie de ceux et celles qui subissent cette crise, et qui, au fil des défis, redécouvrent la nécessité de donner vie à leurs rêves pour continuer d'exister.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/desoccupes_les/].

¹⁶ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/femmes_debout/].

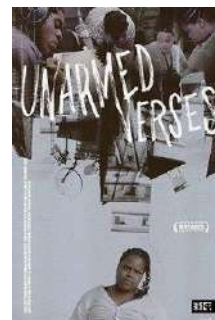
¹⁷ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/desoccupes_les/].

Notes d'espoir (titre original : Unarmed Verses) | Canada¹⁸

2016 | 1 h 25 | Documentaire | Réalisation : Charles Officer | Canada

Ce long métrage documentaire brosse le portrait vivant et plein de délicatesse d'une communauté forcée de déménager. Au cœur du récit se trouve une jeune fille noire de 12 ans, aussi perspicace que lumineuse, qui, au fil de ses bouleversantes observations sur la vie, l'âme et la puissance de l'art, se fait la porte-parole des gens que la société réduit souvent au silence. *Notes d'espoir* témoigne en images du besoin universel de trouver sa voix et son appartenance.

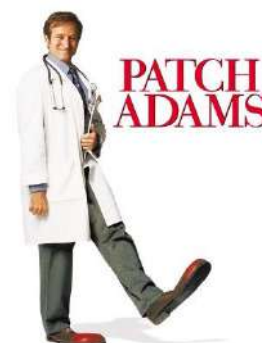
→ Disponible en ligne [<https://www.tv.o.org/video/documentaries/unarmed-verses>].



Patch Adams

1998 | 1 h 55 | Comédie dramatique | Réalisation : Tom Shadyac | États-Unis

Voici l'histoire vraie d'un étudiant en médecine qui défia la profession et risqua son avenir en prônant les vertus thérapeutiques du rire. Tout commence en 1969, quand Hunter Patch Adams, admis dans un hôpital psychiatrique après une tentative de suicide, découvre qu'il a le don de reconforter les patients par ses clowneries.



¹⁸ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [<https://www.tv.o.org/video/documentaries/unarmed-verses>].

Grandir en musique¹⁹

2014 | 57 min | Documentaire | Réalisation : ALBUM Productions | France

El Sistema-France s'inspire des préceptes de José Antonio Abreu pour les adapter aux spécificités de l'Hexagone. La première expérience est faite en 2013 dans une école primaire d'Angreviers, en Loire-Atlantique. Quarante-sept enfants, âgés de 7 à 12 ans et pour beaucoup en difficulté scolaire, sont formés gratuitement à la musique classique.

→ Disponible en ligne [<https://www.arte.tv/fr/videos/070159-001-A/grandir-en-musique/>].

arte

Réussir... à quel prix ?²⁰

2006 | 10 min | Documentaire | Réalisation : Sobaz Benjamin | Canada

Documentaire brossant le portrait d'une certaine jeunesse noire qui a réalisé ses rêves à force de détermination. Ce documentaire est issu du projet La tête de l'emploi, qui vise à mettre fin au racisme direct et à la discrimination systémique dans les milieux de travail au Canada. Il cherche également à suggérer de nouvelles stratégies pour lutter contre le racisme auquel sont confrontés les minorités visibles et les autochtones.

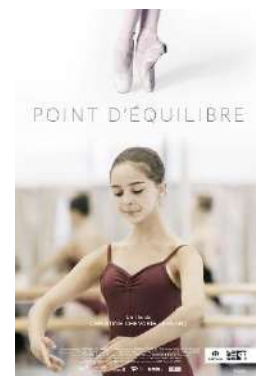
→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/reussir_a_quel_prix/].



Point d'équilibre²¹

2018 | 1 h 15 | Documentaire | Réalisation : Christine Chevarie-Lessard | Québec

Certains enfants choisissent de poursuivre un de leurs rêves au détriment de tous les autres. Ils ont 11 et 12 ans et entrent au programme professionnel de l'École supérieure de ballet du Québec. Le film *Point d'équilibre* s'invite au cœur même de l'enfance, ce moment de la vie où les mots sont encore trop petits pour dire l'ampleur de ce que l'on ressent.



¹⁹ Synopsis tiré d'ARTE Concert, [en ligne]. [<https://www.arte.tv/fr/videos/070159-001-A/grandir-en-musique/>].

²⁰ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/reussir_a_quel_prix/].

²¹ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [<https://www.onf.ca/film/point-dequilibre/>].

Nous avons le regret de vous informer...²²

2015 | 11 min | Documentaire | Réalisation : Eva Colmers et Heidi Janz | Alberta

Dans une société qui met tout dans des cases et qui nous divise dans des catégories bien définies, où se situe une personne avec un esprit fort et un corps affaibli ? En suivant Heidi Janz dans sa vie quotidienne, avec sa série unique de responsabilités, d'occasions et de défis, *Nous avons le regret de vous informer...* pose un regard sans pathos et sans complexe sur ce que signifie être à la fois « handicapé » et « productif ».



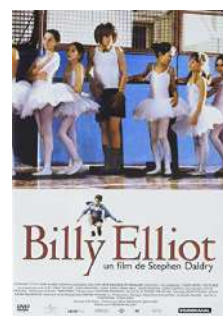
→ Disponible en ligne

[https://www.onf.ca/film/nous_avons_le_regret_de_vous_informer/].

Billy Elliot²³

1999 | 1 h 50 | Drame | Réalisation : Stephen Daldry | Royaume-Uni

Dans un petit village minier du nord-est de l'Angleterre, Billy, 11 ans, découvre avec stupeur qu'un cours de danse partage désormais les locaux de son club de boxe. Il est bientôt fasciné par la magie du ballet, activité trop peu virile au regard de son père et de son frère Tony, mineurs en grève. Partagé entre une famille en crise et un professeur de ballet têtu, le jeune garçon va partir à la découverte de lui-même.



Little Miss Sunshine

2006 | 1 h 42 | Comédie dramatique | Réalisation : Jonathan Dayton, Valerie Faris | États-Unis

Une famille, déterminée à voir sa jeune fille dans un concours de beauté à l'autre bout du pays, fait le voyage dans son mini-van.



Les robots pour les enfants autistes²⁴

2014 | 10 min 24 | Documentaire | Réalisation : FutureMag | France

À Birmingham, au Royaume-Uni, Nao, le petit robot programmable, interagit avec des enfants autistes. À son contact, ils apprennent mieux et développent des relations sociales dont ils étaient auparavant incapables. Une véritable révolution pour ces enfants souvent coupés du monde.



→ Disponible en ligne

[<https://www.youtube.com/watch?v=iUpbCC4samQ>].

²² Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne].

[https://www.onf.ca/film/nous_avons_le_regret_de_vous_informer/].

²³ Synopsis tiré de UniversCiné, [en ligne]. [<https://www.universcine.com/films/billy-elliott>].

²⁴ Synopsis tiré de FutureMag, [en ligne]. [<https://www.youtube.com/watch?v=iUpbCC4samQ>].

La classe de Madame Lise²⁵

2005 | 1 h 29 | Documentaire | Réalisation : Sylvie Groulx | Québec

Ils s'appellent Rafik, Solace, Rahat, Jessica et Adonay. Ils ont 6 ans. Ils habitent Parc-Extension, un quartier multiethnique au cœur de Montréal. Ce sont les élèves de Madame Lise. Pendant toute une année scolaire, la réalisatrice Sylvie Groulx observe leurs apprentissages, les regarde vivre. Ainsi, elle témoigne du travail patient d'une enseignante composant simplement avec les nouvelles réalités urbaines : enfants d'origines ethniques diverses, différences culturelles majeures, apprentissage du français dans un milieu familial ignorant tout de cette langue. *La classe de Madame Lise*, c'est aussi la bonne volonté d'un groupe d'enfants disparates, les complicités qui se tissent dans la différence, les sourires entendus, les bouderies et les moqueries dénuées de méchanceté. *La classe de Madame Lise*, c'est enfin le portrait de Lise Coupal, institutrice chaleureuse et attentive, tolérante, mais ferme, heureuse de découvrir chez un garçon timide un potentiel qu'elle ne soupçonnait pas.



Les génies de Stephen Hawking²⁶

2017 | Série documentaire | Réalisation : ICI Tou.tv

Le professeur Stephen Hawking révèle notre véritable potentiel dans une nouvelle émission scientifique qui demande à des volontaires et aux téléspectateurs de penser comme les plus grands génies de l'histoire pour répondre à certaines des questions les plus essentielles et les plus complexes de l'humanité.

→ Disponible en ligne [<https://ici.tou.tv/les-genies-de-stephen-hawking>].



Comment j'ai musclé mon cerveau²⁷

2017 | Série documentaire | Réalisation : ICI Tou.tv

Devenir plus intelligent, accroître ses capacités mémorielles ou ralentir le vieillissement du cerveau, tout cela est désormais possible grâce à la science de la neuroplasticité. Mettant à l'étude les différents mécanismes par lesquels le cerveau est capable de se modifier, un cerveau ordinaire pourrait alors devenir un « super » cerveau en seulement trois mois. Todd Sampson, le présentateur et PDG australien parmi les plus influents, a décidé de relever le défi et de participer à un programme d'entraînement pour améliorer les capacités et les performances de son cerveau.

→ Disponible en ligne [<https://ici.tou.tv/comment-j-ai-muscle-mon-cerveau>].



²⁵ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [https://www.onf.ca/film/classe_de_madame_lise/].

²⁶ Synopsis tiré de ICI Tou.tv, [en ligne]. [<https://ici.tou.tv/les-genies-de-stephen-hawking>].

²⁷ Synopsis tiré de ICI tou.tv, [en ligne]. [<https://ici.tou.tv/comment-j-ai-muscle-mon-cerveau>].

Hippocrate

2014 | 1 h 42 | Comédie dramatique | Réalisation : Thomas Lilti | France

Son premier stage d'interne, Benjamin a décidé de le faire dans le service de son père. Talentueux, ordonné, charismatique, il n'est pas à l'abri des erreurs, dont une qui a failli mettre tout l'hôpital dans l'embarras. Protégé par ses supérieurs, le jeune homme de 23 ans se sent en compétition avec Abdel, un interne plus expérimenté que lui qui tente d'obtenir ses équivalences afin de faire venir sa famille d'Algérie. Ensemble, ils devront faire face au manque cruel de ressources humaines et financières et aux politiques internes qui n'ont pas toujours de sens afin de bien soigner les patients.



La théorie de l'univers (titre original : The Theory of Everything)

2014 | 2 h 03 | Drame biographique | Réalisation : James Marsh | Royaume-Uni

Stephen Hawking et Jane Wilde se rencontrent alors qu'ils étudient à Cambridge. Peu de temps après leur premier rendez-vous, alors que Stephen n'a que 21 ans, les médecins lui diagnostiquent une grave dystrophie neuromusculaire qui fera ultimement de lui un impotent. Bien qu'il tente de convaincre Jane qu'il serait préférable qu'elle le quitte maintenant, la jeune femme décide de suivre son cœur et d'épauler Stephen dans l'épreuve. Alors que les médecins lui prédisaient une très courte espérance de vie, Stephen a dépassé toutes les attentes et a mené une existence heureuse et méritoire, devenant l'un des physiciens théoriciens les plus célèbres au monde.



Le chemin de la guérison²⁸

2017 | 1 h 37 | Documentaire | Réalisation : Alanis Obomsawin | Manitoba

Cinquantième film de la réalisatrice Alanis Obomsawin, *Le chemin de la guérison* rend compte de l'enrichissement d'une communauté crie du Manitoba grâce à l'éducation. À Norway House, l'école Helen Betty Osborne bénéficie d'un financement dont jouissent peu d'établissements autochtones. L'œuvre transmet un message d'espoir : avec un encadrement scolaire adéquat intégrant leur histoire, leur langue et leur culture, les jeunes Autochtones peuvent réaliser leurs aspirations.



Sans honte : l'art d'être handicapé²⁹

2006 | 1 h 11 | Documentaire | Réalisation : Bonnie Sherr Klein | Canada et États-Unis

Ce long métrage documentaire sur l'art, le militantisme et les personnes vivant avec un handicap propose un portrait à la fois intime et amusant de cinq artistes étonnants, y compris la réalisatrice Bonnie Sherr Klein. Avec un humoriste, une poétesse, un danseur et un sculpteur, Klein se rend dans diverses provinces canadiennes et aux États-Unis afin de créer des autoportraits aux multiples facettes. Un regard tendre et humoristique sur la passion de l'art et la vie avec un handicap, ses complications et ses richesses inattendues.



→ Disponible en ligne [https://www.onf.ca/film/sans_honte_lart_detre_handicape/].

²⁸ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne]. [<https://www.onf.ca/film/chemin-de-la-guerison/>].

²⁹ Synopsis tiré de l'Office national du film, [en ligne].

[https://www.onf.ca/film/sans_honte_lart_detre_handicape/]

La vie secrète de Walter Mitty

2013 | 1 h 55 | Drame | Réalisation : Ben Stiller | États-Unis

Walter Mitty, un célibataire endurci de 42 ans au tempérament rêveur, travaille depuis des années pour le magazine *Life*. Natif du New Jersey, il est tombé amoureux de sa collègue Cheryl, mais est incapable de lui adresser la parole. Il est chargé de la gestion des négatifs des photographes du magazine, dont ceux envoyés par le célèbre Sean O'Connell. Lorsque le négatif de la photo la plus importante de sa carrière est perdu, Walter se lance à la poursuite du photographe-aventurier. Ce voyage le mènera de New York à l'Islande, en passant par l'Himalaya et Los Angeles.



Retrouvez toute l'information du Mouvement
Santé mentale Québec et de la Campagne
Découvrir c'est voir autrement
sur <etrebiendanssatete.ca>



mouvementsmq.ca | campagne@mouvementsmq.ca

