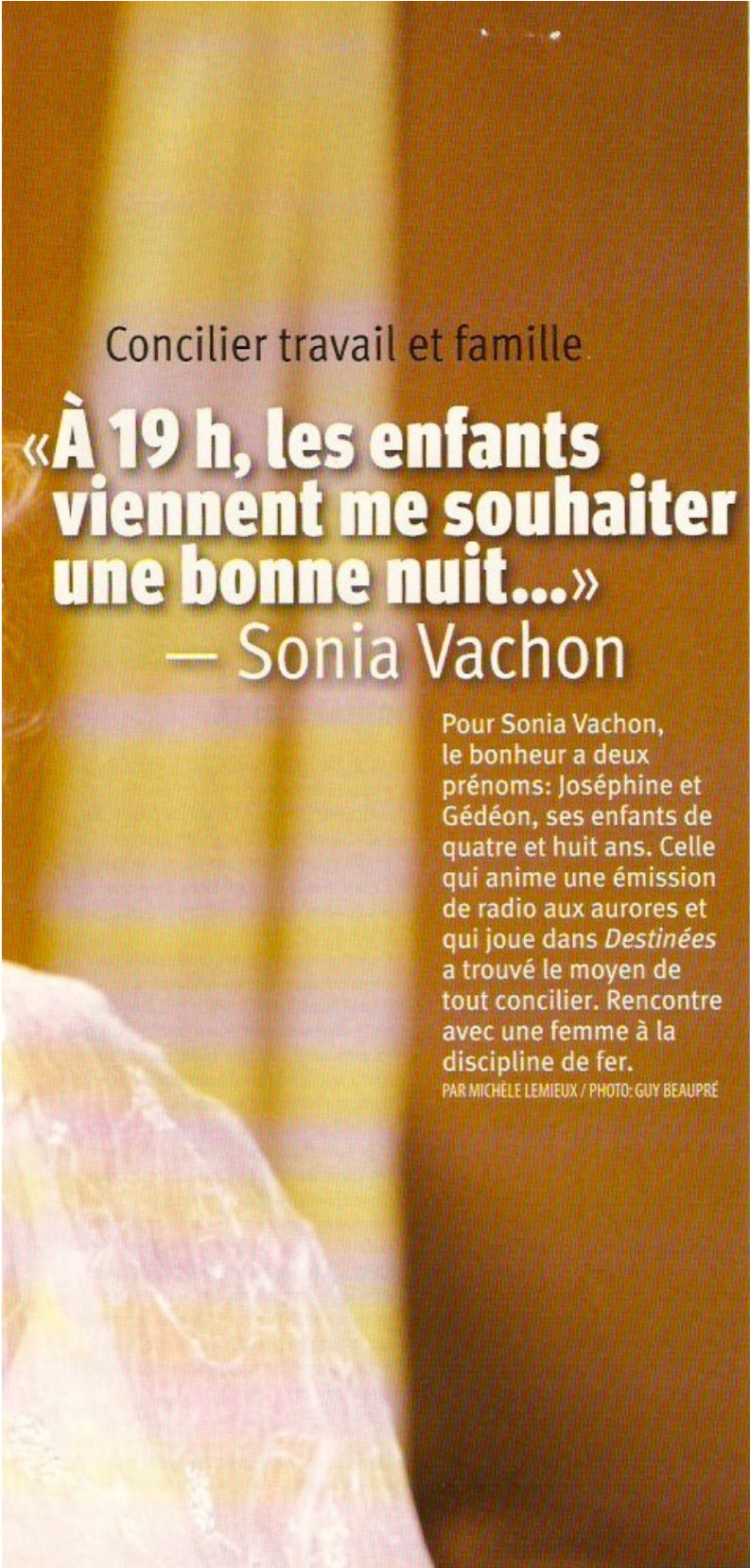


RENCONTRE





Concilier travail et famille

«À 19 h, les enfants viennent me souhaiter une bonne nuit...»

— Sonia Vachon

Pour Sonia Vachon, le bonheur a deux prénoms: Joséphine et Gédéon, ses enfants de quatre et huit ans. Celle qui anime une émission de radio aux aurores et qui joue dans *Destinées* a trouvé le moyen de tout concilier. Rencontre avec une femme à la discipline de fer.

PAR MICHELE LEMIEUX / PHOTO: GUY BEAUPRÉ

**Sonia, pour arriver à tout faire, tu dois te lever tôt...**

Oui, je me lève vers 2 h 45. Mon chum se lève presque à la même heure. Nous ne sommes pas une famille à inviter à souper; il faut plutôt nous inviter à bruncher! (*rires*) À 19 h, ce sont les enfants qui viennent me souhaiter une bonne nuit... Ils ne se couchent pas de bonne heure! Quand Gédéon était plus jeune, je lui disais: «Tu es le petit garçon qui se couche le plus tard au monde!» À un an et demi, il ne voulait déjà plus faire de sieste. Il ne voulait dormir ni le matin ni l'après-midi. Le soir, il se couchait entre 21 h 30 et 22 h, et le lendemain matin, il dormait jusqu'à 7 h 30.

**Joséphine dort-elle un peu plus longtemps?**

Oui, elle fait de grandes siestes; alors, quand je rentre à la maison après la radio et que je n'ai rien de particulier au programme, j'aime bien faire une sieste avec elle.

**C'est un moment privilégié.**

C'est formidable! Nous nous tenons par la main pour dormir... (*sourire*) J'en profite le plus possible, car je vois comme Gédéon grandit vite. C'est un grand garçon; il va avoir huit ans. Le temps file... Chez nous, en raison de mon horaire, il n'y a pas vraiment de routine, comme il y en a au sein d'autres familles. Parfois, je trouve ça dommage. Je constate que le fait d'avoir une routine, c'est important. J'essaie donc de régulariser certaines choses, le repas du soir, par exemple. J'essaie toujours de souper à la même heure et de sortir ensuite avec les enfants. Mais sortir le soir, nous sommes les seuls à le faire, même si nous vivons dans une rue où il y a plusieurs enfants...

**As-tu l'impression que tes enfants peuvent s'adapter facilement aux changements d'horaire?**

Oui. Ils n'ont pas de difficulté à changer d'horaire. Ils ne sont pas déstabilisés lorsque les choses changent pour une raison ou pour une autre. Le soir, Joséphine me demande toujours si je travaille le lendemain. Comme elle est encore à la maison, elle voudrait que je sois toujours avec elle. Elle va à la prématernelle deux matins par semaine. Si elle pouvait aller à l'école tous les jours, elle serait contente.



## UN TOURNANT POUR SONIA DANS DESTINÉES

«On sait que mon personnage a recours aux services d'une agence de rencontre. Elle cherche l'amour et va enfin rencontrer quelqu'un. Cette personne va être très présente durant l'année. Solange ne sera donc plus seule avec Jérémy, son petit garçon artiste.»

Solange aura moins besoin de l'aide de la gardienne pour veiller sur Jérémy.

### «Le mercredi matin, c'est mon petit moment à moi.»

Gédéon, quant à lui, trouve ça difficile parfois d'aller à l'école.

#### Les filles aiment souvent plus l'école que les garçons.

Je le constate au sein de ma propre famille. Je ne crois pas que ce soit sexiste. Les garçons aiment jouer, ils ont besoin de bouger. Gédéon m'avait dit qu'il aimait la maternelle parce qu'il y jouait. Joséphine, par contre, s'applique déjà à écrire; elle aime ça. Gédéon a trippé sur les fusées, les dinosaures... Actuellement, ce sont les guerriers qui l'intéressent. Joséphine aime les princesses, les robes, le rose... Et nous n'avons rien fait pour qu'il en soit ainsi!

#### Les jouets étaient autant accessibles à l'un qu'à l'autre.

Effectivement. Et j'ai déjà acheté un polo rose à Gédéon, mais il n'a jamais voulu le mettre! (rires) Pourtant, c'était très masculin comme vêtement. Leurs goûts sont bien définis.

#### Les garçons et les filles, ce sont deux mondes.

Oui. Lorsque Joséphine est née,

Gédéon était très attentionné, très doux avec elle. Quelqu'un m'a alors dit: «Attends un peu, tu vas voir, ils vont se chicaner un jour!» Effectivement, je crois que c'est inévitable: ils se chicanent. Mais ils vivent aussi de grands bonheurs ensemble: ils jouent, ils s'amusent, ils rient...

Joséphine est très indépendante et, parfois, dans les magasins, elle part de son côté pour aller voir quelque chose qui lui plaît. Je suis toujours obligée de lui répéter de rester près de moi. Quand on pense à ce qui s'est passé l'été dernier avec Cédrika... J'en ai parlé avec mes enfants.

#### Il faut les aviser des dangers qu'ils courent.

C'est un fait. L'autre jour, en faisant l'épicerie, je me suis rendu compte que Joséphine s'était éloignée. Gédéon s'est alors précipité à sa recherche et il l'a retrouvée au bout de l'allée. Il l'a ramenée à mes côtés et il lui a dit: «Joséphine, ne fais pas ça! Mon cœur est devenu tout chaud au-dedans de moi!» J'ai vu qu'en

dépit de leurs petites chicanes il y a aussi cette tendresse qui les lie. Ils s'aiment, malgré les désaccords. Je suis heureuse de voir cet amour qu'ils éprouvent l'un pour l'autre.

#### Comptes-tu sur quelqu'un pour s'occuper des enfants lorsque tu travailles?

Oui, car sinon, je n'y arriverais pas: mon conjoint, Jean-Claude, a sensiblement le même horaire que moi. Nous avons donc quelqu'un qui vient s'occuper des enfants et qui reste à la maison pour servir les repas lorsque nous ne sommes pas là. Quand je rentre à la maison, même si je suis fatiguée, je veux être avec les enfants. Cela exige une grande organisation, mais j'y arrive.

#### Parviens-tu à avoir du temps pour toi?

Depuis quelque temps, j'ai décrété que le mercredi matin, c'est mon petit moment à moi. Je me fais faire un massage des pieds. Je mets mes écouteurs et je fais une sieste de 30 à 40 minutes.

W3 <https://7jours.canoe.ca>

Ne ratez pas, sur le site Internet du magazine 7 Jours, le point de vue de Sonia Vachon sur le fait d'avoir 40 ans dans ce métier.



De 5 h 30 à 9 h, du lundi au vendredi, Sonia est aux côtés de Patrice L'Ecuyer, de Mario Jean et de Pascale Wilhelmy pour animer *Les matins de Montréal*, à la radio de Rythme FM.



*Destinées*, le mercredi à 20 h, à TVA.