

CONFIDENCES ♦ INSPIRATION ♦ DÉCOUVERTES ♦ MÉTAMORPHOSE

# Le LUNDI

QUEBECOR  
Media

ET SI C'EST À SOI  
QU'ON DISAIT  
JE T'AIME...

*Sonia  
Vachon*

«JE NE DOUTE  
JAMAIS DE  
MON TALENT»

+

- ◆ **BRÛLER 300 CALORIES**  
DE PLUS PAR JOUR
- ◆ **MANGER SANTÉ**  
SUR LE POUCE
- ◆ **UN NOUVEAU COMPTOIR**  
À PEU DE FRAIS



**RÉAL BOSSÉ**  
GRANDIR DANS  
UNE FAMILLE DE  
11 ENFANTS



**MACHA LIMONCHIK**  
«POURQUOI NE  
PAS REDONNER  
AUX AUTRES...»

Vol 36 #45

CP240 succ. St-Laurent (Qc) H4L 4V5  
P.P. 41557548

MD 3.99\$ (125)

7 18313 102652 8

Vol. 36 N° 45 22 février 2013

# SONIA VACHON

## À LA POURSUITE DE SES RÊVES

DEPUIS SON PLUS JEUNE ÂGE, SONIA VACHON A ÉTÉ ENCOURAGÉE À CROIRE EN SON POTENTIEL. SES PARENTS ONT PRIS SOIN DE CULTIVER SA CONFIANCE EN ELLE-MÊME ET L'ONT AIDÉE À S'ASSUMER PLEINEMENT. IL N'EST PAS ÉTONNANT DE VOIR L'ACTRICE ATTEINDRE LES OBJECTIFS QU'ELLE SE FIXE: ELLE A CONSERVÉ SA CAPACITÉ À RÊVER ET ELLE A DÉVELOPPÉ UNE GRANDE ESTIME D'ELLE-MÊME. SONIA VACHON A TOUJOURS VOULU DEVENIR COMÉDIENNE ET ELLE MÈNE AUJOURD'HUI UNE CARRIÈRE DES PLUS ENVIABLES. UN DE SES RÊVES LES PLUS FOUS ÉTAIT DE DEVENIR L'ÉGÉRIE D'UNE MARQUE. SON VŒU A ÉTÉ EXAUCÉ, CAR ELLE EST L'AMBASSADRICE DES MAGASINS PENNINGTONS DEPUIS JANVIER DERNIER. C'EST AU MAGNIFIQUE MANOIR ROUVILLE-CAMPBELL QUE NOUS AVONS REÇU LES CONFIDENCES DE CETTE PASSIONNÉE D'HISTOIRE ET DE LIEUX INSPIRANTS.

PAR MICHÈLE LEMIEUX / PHOTOS: BRUNO PETROZZA ASSISTÉ DE SAVERIO LARICCIA  
MAQUILLAGE ET COIFFURE: SYLVIE CHARLAND / STYLISME: ELISE LACHANCE

À LA UNE



**Sonia, tu donnes l'impression d'avoir réalisé tes rêves, notamment en devenant comédienne, et ce, même si, selon certains, tu ne correspondais pas aux attentes.**

C'est vrai. Une amie m'avait dit que je n'allais jamais devenir comédienne parce que j'étais trop ronde. Mais moi, j'ai toujours fait ce que je voulais faire. C'est ça que je voulais faire dans la vie, jouer. Mon poids ne m'a jamais arrêtée. J'avais le talent!

**Tu as cru en toi?**

Oui. Je n'ai pas cru en mon image, j'ai cru en moi.

**D'où te vient cette confiance en toi?**

De ma famille, de mes parents, de mes grands-parents, de mes oncles et de mes tantes... Lorsque je faisais des pièces de théâtre ou des spectacles, ils m'encourageaient toujours. Nous ne connaissions pas ce milieu. Peut-être que, s'il y avait eu dans mon entourage quelqu'un qui connaissait bien le milieu, on aurait essayé de me décourager. Mais de toute manière, c'était clair dans mon esprit: rien ne pouvait m'empêcher d'y arriver. Par la suite, c'est aussi une question de timing et de bonne étoile.

**Qu'on t'ait valorisée et qu'on t'ait donné confiance en toi, ça a fait une grande différence dans ta vie?**

Oui. Mes parents ont été de tous mes projets. Ils étaient heureux, ils me félicitaient. Les élèves me disaient souvent qu'ils me trouvaient chanceuse d'avoir des parents qui acceptaient ce que je voulais faire. Pour la plupart, ce n'était pas le cas. Moi, mes parents m'ont toujours encouragée dans tout ce que j'ai voulu faire. En plus, ils avaient du plaisir avec moi. Plus tard, quand j'ai eu mes premiers contrats, ma mère m'a dit que des amis leur avaient dit: «Mais pourquoi vous la laissez faire? Pourquoi vous ne la découragez pas de faire ce métier?» Ma mère ne comprenait pas pourquoi elle aurait dû le faire... À mes débuts, chaque fois que ça ne fonctionnait pas, ma mère me rappelait que quelque chose de mieux m'attendait. C'est comme ça, dans ma famille.

**Est-ce que tu as à cœur de transmettre ça à tes enfants, Gédéon et Joséphine?**

Bien sûr! La confiance en soi, c'est précieux. L'estime de soi aussi. Je cultive le respect de la différence auprès de mes enfants. Il faut accepter la différence et faire en sorte qu'elle soit extraordinaire. Je répète à mes enfants: «Imaginez, si on était tous pareils... Ce

serait tellement plate!» C'est simple, chez nous, on ne met pas de bâtons dans les roues des autres. Nous sommes optimistes!

**Es-tu allée au bout de la plupart de tes rêves?**

Bien non! (*rires*) J'en ai réalisé plusieurs, mais j'en ai d'autres. Ça se peut que ça marche, ça se peut que ça ne marche pas, mais entre-temps, ça me fait rêver... Je veux partir en Europe pendant deux mois avec mon chum et mes enfants, pour visiter les châteaux de la Loire. J'ai une fascination pour les châteaux et les églises. J'aimerais aussi m'acheter un Winnebago et faire le tour du Québec. C'est un autre rêve que je chéris. Pour qu'un rêve se réalise, il faut marcher sur la route qui y mène. Mais réaliser un rêve, ça demande d'organiser les choses et de sacrifier d'autres projets. (*Sonia s'arrête un moment pour essuyer les larmes qui coulent sur ses joues.*) J'ai les larmes aux yeux, sans être triste... Surtout le matin. Que veux-tu, j'ai été toute la nuit sans brailler... Faut que ça sorte! (*rires*) L'autre jour, j'ai vu une annonce à la télé américaine, on y parlait du PBA syndrome. Ça concerne ceux qui passent facilement du rire aux larmes, ceux qui rient et qui pleurent pour un rien.

C'est tout à fait mon cas. Les gens de mon entourage le savent: émotivement, je me vire sur un 25 sous. Ça a des bons côtés... mais des mauvais aussi. J'ai appris à vivre avec ça, mais, en vieillissant, ça m'enrage. Je n'ai pas de contrôle sur mes émotions. Elles sont tellement fortes! Quand je pleure ou que je ris pour un rien, j'ai parfois l'impression de perdre de la crédibilité aux yeux de ceux qui ne se doutent pas que je souffre de ce problème...» (*Ce qu'on appelle en anglais le PBA syndrome amène la personne qui en souffre à rire ou pleurer d'une manière incontrôlable.*)

**Le grand défi, n'est-ce pas d'arriver à se détacher du regard des autres?**

Oui, c'est vrai. Mais en 2013, j'ai l'impression qu'on doit encore travailler sur notre intolérance. Je croyais qu'un

«*À mes débuts, chaque fois que ça ne fonctionnait pas, ma mère me rappelait que quelque chose de mieux m'attendait.*»



« *Je répète à mes enfants:  
“Imaginez, si on était  
tous pareils. Ce serait  
tellement plate!”* »

**VIDÉO** ■■■ [Lelundi.com](http://Lelundi.com)  
Voyez un aperçu de la séance photos de  
Sonia Vachon sur notre site internet.

« *Si j'ai un regret dans ma vie, c'est de ne pas avoir eu un troisième enfant.* »

jour il y aurait moins de haine. C'était un de mes rêves... On travaille beaucoup sur notre apparence physique, mais on oublie ce qu'on a dans la tête. Arrêtons de ne travailler que sur l'extérieur! En vieillissant, on peut être moins patient, moins tolérant. Je me rends compte que je l'étais plus quand j'étais jeune. Pourquoi ai-je perdu ça? Par contre, une certaine lucidité s'est installée. Finalement, on est tellement mieux dans sa peau quand on accepte et qu'on lâche prise. Lâcher prise, ce n'est pas abandonner. C'est voir les choses autrement, pour être plus paisible. Remarque, je n'y arrive pas toujours... (sourire) J'ai été longtemps seule, alors j'ai appris à être bien avec moi-même. J'encourage mes enfants à lire, car on n'est jamais seul, avec un bon livre.

**Des enfants, un amoureux, une belle relation de couple qui dure... C'est que tu souhaitais?**

Oui. Je viens d'une grande famille. Ma grand-mère



maternelle était l'aînée de 12 enfants. Nous sommes tous très proches. À une époque, je me disais qu'il allait me falloir un amoureux italien... *(rires)* J'aime la famille. J'aurais aimé avoir trois enfants mais, à l'âge où j'ai rencontré Jean-Claude, il était un peu tard. J'ai eu Gédéon à 34 ans, et Joséphine à 37 ans. J'aurais aimé fonder ma famille à 25 ans. Si j'ai un regret dans ma vie, c'est de ne pas avoir eu un troisième enfant. Jean-Claude et moi, il y a 18 ans que nous sommes ensemble. Comme dans n'importe quel mariage, il y a des hauts et des bas, mais quand on me demande depuis combien de temps nous sommes ensemble, je ressens une grande fierté. Ça fait 18 ans!

**Être vue par l'autre et recevoir son approbation, c'est important pour toi?**

Oui, ce l'est. J'ai beaucoup d'admiration pour Jean-Claude, et je sais que c'est réciproque. Il ne m'a jamais fait de reproches parce que je m'absentais. Il y a

une grande liberté entre nous. Je suis très fidèle, lui aussi, et jusqu'à maintenant, nous avons été chanceux. Même dans les moments difficiles, c'est ensemble que nous sommes bien, que nous sommes heureux. Nous mettons plein d'énergie à entretenir notre voiture et plein d'autres choses. Nous, nous investissons dans notre famille.

**Tu parlais tout à l'heure des châteaux de la Loire, du fait que tu te passionnes pour l'histoire. Qu'est-ce qui t'attire tant dans le passé?**

J'aime l'honneur. J'aime le temps. Le temps qu'on prenait pour faire les choses. J'aime les valeurs de l'époque. Je m'intéresse quand même à un aspect privilégié de l'histoire, parce que je me passionne pour la royauté. Comprendre les ramifications, apprendre des choses étonnantes, ça me fascine. Savais-tu que c'est Catherine de Médicis qui a introduit la fourchette en France? Que la clé de la Bastille est dans la maison de George Washington, aux États-Unis? C'est notre histoire! Je m'évade là-dedans. Un jour que j'étais au Louvre avec Jean-Claude, j'ai défié le règlement et j'ai touché une tapisserie du XIII<sup>e</sup> siècle... Fallait que je la touche... Mon rêve, ce serait d'être seule au Louvre, les portes fermées pour la visite de M<sup>me</sup> Vachon, et je me promènerais avec M. Stéphane Bern (*animateur de Secrets d'histoire, sur TV5*) qui m'expliquerait tout en détail...

**Et ta passion pour les églises?**

Il y a quelque chose de rassurant dans les églises. Je ressens toujours une grande joie quand je roule et que, soudainement, je vois apparaître un clocher. Je n'arrive pas à expliquer ça... J'aime visiter les églises. Elles regorgent de trésors. Et l'odeur... J'entre dans les églises en Europe et j'essaie d'imaginer qui a marché sous mes pieds. Je rêve de faire un livre de photos de clochers d'église.

**Un rêve secret que tu accepterais de nous révéler?**

J'aimerais tourner un film avec des acteurs français. Jean Reno, Murielle Robin, Audrey Tautou sont des acteurs que j'aime beaucoup. Il faut croire en soi. En sortant d'une de mes premières auditions, où je n'avais pas été retenue, le comédien Hugo Dubé m'avait dit: «Sonia, ne doute jamais de ton talent.» Alors, je te dirais que je crois en moi mais, surtout, que je ne doute jamais de mon talent.

**En tant que comédienne, en tant que femme et en tant que mère?**

Là où j'ai le plus de doutes, par contre, c'est en tant que mère. Je connais mes défauts de mère... Je suis trop permissive, je n'impose pas assez de discipline ni de structures. Ça fait de moi une mère qui répète tout le temps: «Vous ne m'écoutez pas!» *(rires)* Il ne faut pas avoir peur de faire des erreurs et d'aller jusqu'au bout. Et quoi qu'on en pense, il faut prendre les événements comme des leçons de vie...



«Je n'ai pas de contrôle sur mes émotions. Elles sont tellement fortes!»



## LES PROJETS PROFESSIONNELS DE SONIA

On peut voir Sonia dans *Destinées* (le mardi, à 21 h, à TVA). «Les gens me parlent beaucoup de Jérémie, qui incarne mon fils. On me demande souvent si c'est un vrai autiste. Je peux dire que ça s'annonce bien pour Solange. Quelqu'un entre dans sa vie tout doucement... Les choses ne sont pas simples, mais ça semble être bien pour elle.» Sonia sera du long métrage *Les Boys*, dont le premier tour de manivelle a été donné à la mi-février. De plus, elle reprendra son rôle de Rose Ouimet dans *Belles-sœurs*, qui sera présentée à l'automne.  
Info: [www.belles-sœurs.ca](http://www.belles-sœurs.ca)

W S

**Sonia, tu es devenue l'égérie de Penningtons. Est-ce un grand honneur pour toi d'être un emblème inspirant?**  
Oui. C'est extraordinaire! Je magasine depuis des années dans les boutiques Penningtons. Les prix y sont abordables. J'y vais souvent pour moi, mais aussi pour ma mère, ma sœur et ma nièce, lorsque je veux leur offrir des cadeaux. J'étais convaincue que j'étais la bonne personne pour parler de ces boutiques. Je suis chez nous chez Penningtons! Les vendeuses me connaissent.

**À l'époque des mannequins aux standards inaccessibles, as-tu l'impression de parler à Madame Tout-le-Monde?**  
Même pour les tailles fortes, on voit toujours des femmes qui sont d'abord et avant tout des mannequins: elles sont grandes et belles. Moi, je ressemble physiquement à Madame Tout-le-Monde. J'ai des formes, j'ai eu des enfants, j'ai une bedaine. J'ai l'impression de mieux correspondre à l'image des femmes rondes.

**Le message essentiel qui s'en dégage, n'est-ce pas «J'ai le droit d'aimer ce que je suis»?**  
Oui, j'ai le droit d'être qui je suis. C'est ça le message que je veux transmettre: nous sommes toutes des femmes différentes les unes des autres, et c'est très bien ainsi. Nous sommes bombardées d'images surréalistes, et c'est ce qui fait que les femmes ont de la difficulté à s'accepter. On est qui on est.

♦ La rédaction du *Lundi* désire remercier le personnel du Manoir Rouville-Campbell pour son chaleureux accueil.  
Info: 1 800 250-6060, [www.manoirrouvillecampbell.com](http://www.manoirrouvillecampbell.com)



VÊTEMENTS: PENNINGTONS, [WWW.1-PLUS.COM](http://WWW.1-PLUS.COM)