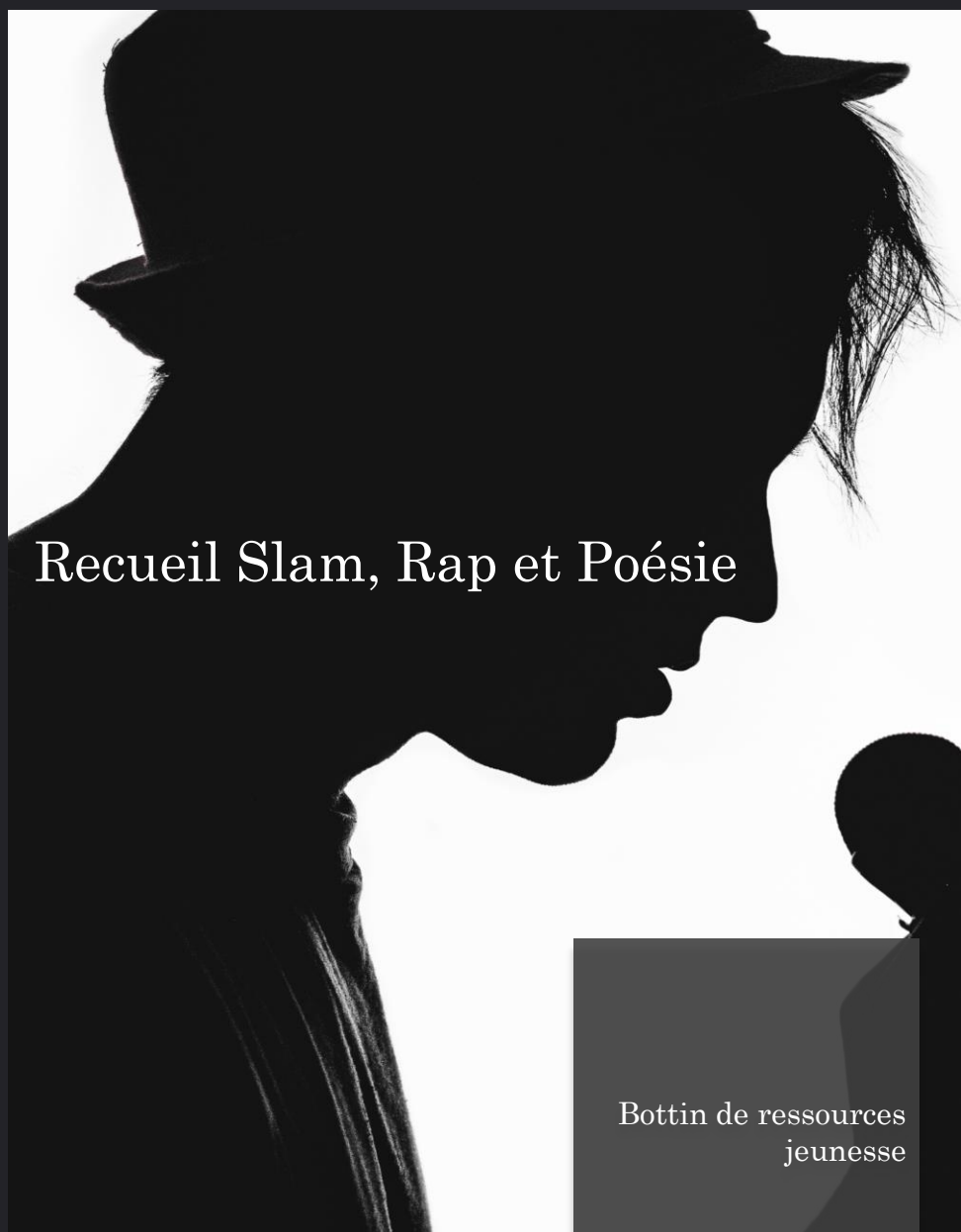


Ce recueil a été créé grâce à l'aide financière du
Gouvernement du Québec et de l'Instance Régionale de
Concertation en persévérance scolaire et réussite éducative
de la Montérégie.



INSTANCE RÉGIONALE DE CONCERTATION
EN PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE ET
RÉUSSITE ÉDUCATIVE DE LA MONTÉRÉGIE



Recueil Slam, Rap et Poésie

Bottin de ressources
jeunesse

Juin 2021

POSA Source des Monts est un organisme qui lutte à l'exclusion sociale et à la pauvreté des 35 ans et moins, une attention spéciale étant accordée aux personnes présentant divers problèmes de dépendances. Chaque année, nous rejoignons quelques milliers de jeunes avec nos activités. Nos services : travail de rue, clinique jeunesse pour les 12-24 ans du territoire du CLSC Richelieu, des programmes d'insertion sociale et projets favorisant l'empowerment des jeunes et des activités en lien avec les arts et l'éducation. Notre approche : accompagner la personne et lui offrir des outils pour son développement personnel, social et professionnel. Il nous fait plaisir de vous offrir ce recueil de poésie et de ressources jeunesse. Certains des poèmes, slam et rap son issu des ateliers offerts par SEBA et d'autres proviennent de jeunes de la Montérégie. Bonne lecture..



Sandra Bolduc
Directrice générale de POSA SDM



Éric SEBA Brousseau
Rappeur, poème et slammeur

Posa et moi, on commence à se connaître. C'est pour ça que j'ai accepté de monter un atelier avec des jeunes présentés par l'organisme. Ayant eu des moments difficiles dans ma vie, le parcours de ces jeunes m'est familier et connu. Si j'ai commencé à enseigner ma passion de l'écriture aux autres, c'est dans un premier temps pour eux.

La plupart des textes que vous allez lire ont vu le jour dans le cadre d'un atelier au printemps 2021 sur Zoom. Le but était de stimuler la création ainsi que l'espoir. Le sujet chois a donc été les rêves. Ceux que l'on fait pour son avenir, l'avenir de la planète, cet avenir rapproché post-covid. La contrainte se voulait une suggestion très ouverte donc.

Au fils des ateliers, nous avons vu comment un rap se monte. On a vu comment stimuler la créativité en développant plusieurs outils pour faire jaillir sujets, rimes et idées. On a lancé des mots et des phrases sur la feuille tous ensemble et on a peaufiné le tout en groupe.

L'expérience participative a donc été très ludique, empreinte de partage et d'ouvertures d'esprit.

Le recueil témoigne de ces rencontres bihebdomadaires que nous avons faites ainsi que de textes de jeunes de la Montérégie. J'espère que vous aurez du plaisir à les lire.

Dessin Audrey Pellerin



REMERCIEMENT

Nous tenons à remercier Éric SEBA Brousseau pour la générosité dont il a fait preuve tout au long de ce projet. Merci aussi à Bruno Desjarlais pour l'aide dans la recherche de textes provenant de jeunes de la Montérégie. Merci aussi au personnel de l'école PGO de Saint-Césaire ainsi qu'à la Maison Des Jeunes des Quatre Lieux d'avoir appuyé ce projet de recueil slam-rap-poésie ainsi que de ressources jeunesse. Nous remercions également les jeunes qui ont participé aux ateliers ou nous ont partagé leur texte. Merci Flexoplus de croire aux projets des jeunes

Ce recueil a été conçu grâce à l'aide financière du Gouvernement du Québec et de L'Instance Régionale de Concertation en persévérance scolaire et réussite éducative de la Montérégie.

Patrick POSA Source des Monts

Éclate tes horizons
Laisse couler le son
Dans ton combat ta course
Contre tes démons
On a la solution
La lutte à l'exclusion
Posa source des monts

Posa source des monts
Est le fruit de la fusion
De deux organismes ayant la même mission

Lutter contre l'exclusion sociale
Favoriser par contre l'insertion sociale

Un organisme plus fort dédié à la jeunesse
À la pauvreté d'individu de 35 ans et moins ou presque

En accompagnant la personne à prendre son chemin dans ses mains

Lui offrir les outils pour son développement personnel
Son déploiement social
Aussi bien que professionnel

Le travail de rue est un service d'accompagnement
D'écoute, d'aide et de référence offerts aux gens

Le service j'ai faim à tous les jours

Ça sert à faire des repas, des collations pour les enfants démunis de 9 écoles de la région.

Le but... Venir en aide aux familles défavorisés.
Pour que l'avenir brille dans notre municipalité

La clinique jeunesse
Offre des services de professionnels de la santé gratuits
Aux jeunes de 12 à 24 ans
Une infirmière médecin intervenant
Sur rendez-vous seulement...

Éclate tes horizons
Laisse couler le son
Dans ton combat ta course
Contre tes démons
On a la solution
La lutte à l'exclusion
Posa source des monts

-*-

Anthony Light

À la vie tu m'as fait réfléchir
Tu m'as donné espoir
Et D'un jour pouvoir m'en sortir
D'un jour espérer
Pouvoir aimer

Rattacher à la réalité
Du fait que j'avais bien beau t'aimer
Mais mon amour pour toi
Restera à jamais qu'un simple secret

J'ai mis sur papier cette confiance
Osais, mais hésitait à te l'offrir
Par peur que mon chagrin soit encore pire
Mais devrais-je encore mentir ?
La vérité va-t-elle finir par sortir ?

Garder tout et finir par m'enfoncer ?
Me blesser ? Me torturer ?
Que mon coeur soit encore déchiré ?
On m'a toujours dit une

de plus une de moins
Que tout cela ne changerait rien
Mais je tiens à toi
Et malgré tout ce désarroi
Reste qu'en l'amour j'ai repris foi
Reste que je suis en amour avec toi

Je sens le froid
L'impression d'être seule au monde
Avec tout le mal qui croit en moi
Ma vie est une symphonie
Telle une ronde m'a vie peut être longue
Et tout s'effondre en harmonie

U know what ?
Fuck that
j'prend mon courage à deux mains
J'ai passé ma vie à me morfondre
J'suis peut-être pas un Saint
Ma vie est peut-être pas tout rose
Mais elle n'est pas pour autant sombre
Je T'invite à sortir un soir

Tu m'invite à dormir chez toi
J'peux pas y croire
C'est réellement toi coller sur moi ?

J'me réveil tu dors encore
Un Ciel bleu teinté de rose
T'es couché et moi je compose
J'regarde l'aube
Le soleil qui se lève
T'es lèvre
Ton visage qui dort
j'attends juste de croiser ton regard

Le soleil m'a réveillé,
mais j'reste là à tes côtés
Sentir ton coeur battre
T'serrer dans mes bras
Non j'veux pas qu'tu parte

-*-

Anthony
Light

Quand j'chante, j'aimerais que mon
son vous hante
Ça m'tente full que ma chanson vous
enchante.
Quand j'épelle (mes mots/mes maux)
on m'trouve ridicule.
Mais quand j'chante dans le micro,
j'entends des OH! majuscules!

*

Toi qui m'a toujours méprisé, mais
surtout sous-estimé
Laisse-moi te faire réaliser, ce que je
peux t'surpasser les mains liées.
Je suis parvenu d'imparfait à parfait.
On fête ta défaite, c'est un faite.

*

Anthony
Light 2

Je m'adresse à mon paternel, sur une feuille
C'est le morceau qui me manque pour faire mon
recueil.
Vulnérable comme un écureuil
J'me sens dans une famille d'accueil.

En fait, y paraîtrait que le monde est immonde
Le monde fait peur, vérifie par toi-même en
octobre à la ronde
lorsqu'on me r'garde, j'ai l'impression de
m'faire confondre
Père, on dirait que tu veux absolument me
régler mon compte.
J'prendrais des risques, peu importe ta psychose
On sait que t'es psychotique, je suppose.

*



Maison des Jeunes des Quatre Lieux

Facebook:
www.facebook.com/MDJ4LIEUX

2002, Avenue Union, St-Césaire

Téléphone : 450-469-0110

Centre de crise et prévention du suicide

Téléphone : 1-866-277-3553

1-866-APPELLE



Centre d'action Bénévole de Saint-Césaire

1100, rue Leclair, St-Césaire

Site web : www.cabacoeur.org

Téléphone: 450-469-3279

Organisme LGBT+ Jeunes et adultes

Sensibilisation, de soutien et de référence. S'adresse à toute personne touchée de près ou de loin par la diversité affective, sexuelle et de genre, ou en questionnement.

Site web : www.lejag.org/

Téléphone : 450-774-1349

Sans frais : 1-800-774-1349

Lim Lim

Lim c'est mon nom, comme le fruit,
mais sans le « e ».

Je viens d'ailleurs, d'un autre pays,
nommé Cambodge, avec un « e ».

J'ai un parcours extrême, ma vie
n'est pas toujours la crème.
Abandonné, malade et puis sauvé,
jusqu'à maintenant je suis moi-
même.

Dans les défis et les épreuves, j'ai pu
grandir.

Et aujourd'hui, toute ma fierté, je
peux brandir.

TSA, TDAH, aveugle d'un œil et
sourd, chaque jour pour moi est un
défi.

Mais j'ai des forces particulières, et
c'est pourquoi, toujours, je souris.

Même si j'ai l'air dans mon monde,
Et que je ne comprends pas toujours
vos ondes.

J'ai des sentiments, des émotions et
des désirs.

Un monde meilleur je veux bâtir.

Niveau social, je suis malhabile, je le
sais bien.

Mais je suis craquant, vous le voyez
bien.

J'ai des loisirs et des amis.
Une vie sociale très bien remplie.

Je fais du skate et du vélo.
Et peu importe la météo.

Ma ligue de quilles, là-bas j'y brille.
Au bout de l'allée, mes yeux
scintillent.

J'ai des passe-temps, jamais je
m'ennuie,
Créer, construire ça me séduit.
Donnez-moi un cube Rubik à
assembler,

Y'en a pas un pour me résister.

J'aime la musique, chanter, danser
Je veux réussir, je veux travailler
Un monde meilleur je veux
construire

Et quand j'aurais ma place, je vais
reluire

J'ai peut-être l'air handicapé
Mais j'ai d'autres forces à déployer
Laisser mon talent s'envoler
Vous serez surpris où je peux aller

J'échoue peut-être ou vous êtes bon
Mais je suis meilleur sur un autre ton
Je vais prendre ma place de toute
façon !

-*-

Philippe Alexandre Rêve version RAP

Hey on a tous des rêves, moé cé la grève

J'suis vraiment tanné Y faut ça s'achève

Les gens trouvent que la guerre c'est vraiment trop.

Pour les médecins, y a beaucoup de bobo.

*

J'ai trouvé un tip pour faire des backflips

C'tait tellement efficace que je l'ai tourné en clip.

J'aime ça l'fait qu'on coure pour apprendre des tours.

Pour du challenge, on le fait à contre-jour.

*

J'calle mes chummy, go sur call of duty,

J'veux m'rendre manche 20 pour kill les zombies.

Sauf que mes potes, ils complotent, y m'sabotent

On est censé faire équipe, c'pour ça que j'capote.

-*-

Marc-Antoine Slam à ma mère

Aujourd'hui je vais vous parler de ma mère.
Cette femme incroyable
Qui m'a aidé à progresser
Lorsque j'étais en difficulté
Même si c'était parfois dur
Malgré tout ma mère m'a accepté comme je suis
Elle ne m'a jamais lâché

Quand j'étais jeune
J'étais demandant
Mais ma mère répondait toujours présent
Entre un an et quatre ans
Je ne parlais pas

Ma famille se demandait ce qui se passait
À trois ans j'ai été diagnostiqué autiste
Ma mère a pris la situation en main
Elle a pris tous les moyens
Même dans les périodes les plus difficiles

Elle est toujours présente
Quand j'en ai besoin
Elle est mon coussin
Je suis son poussin

C'est une personne de confiance
Elle se bat encore corps et âme pour moi
Elle est très courageuse
C'est une meneuse
Parfois notre relation est difficile
Elle est même parfois fragile
Pas facile d'endurer mon anxiété
Malgré tout on s'entend bien
On s'amuse bien

Quand on fait des activités
Ensemble on a du plaisir
À collaborer pour réussir
À me pousser à me développer
Pour vivre une grande vie

Mon parcours sera semé d'embûches
Je le sais
Je vais y arriver
Car je suis déterminé
À réaliser de grandes choses
À atteindre mes objectifs
Malgré les pronostiques

J'ai pu avancer
Parfois vous épater
Contribuer à la société
Développer ma potentialité
Être révolutionnaire
Changer les choses
Faire avancer le monde

J'ai une vision
Elle a la sienne
Et c'est correct ainsi
On se respecte au-delà de tout
Comme toute relation
Il y a des hauts et des bas
Il nous suffit de tendre vers le beau
Moi et ma mère on s'aime bien
Pour l'avenir, on verra bien!

-*-

Marc-Antoine Exponentiel

Les maths sont ma bête noire
Je les vois en noir
Pour moi c'est un cauchemar
Additions, soustractions, tables
de multiplication
C'est l'incompréhension

Casse-têtes gigantesques,
grotesques, clownesques
Les chaînes d'opération sont
en révolution
Comme les meubles Ikea
Il reste toujours des pièces en
option

Ces opérations complexes
Me laissent perplexe
1,2,3, pour certains, c'est banal
Pour moi c'est fatal
4,5,6, je fais des efforts
Je suis fait fort
7-8-9, opérations, équations,
substitutions
Je suis un peu brouillon
Quand mes méninges se
réveillent
Le différentiel est exponentiel

L'univers mathématique,
arithmétique, géométrique
Un monde immense
Qui manque de sens
Les nombres imaginaires sont
plus vrais que les nombres
réels
Ma constante est déficiente
Mon centre de gravité inversé

Zéro ne représente rien
Rien, excepté l'infinité et la
continuité

En chiffre romain ou arabe
Les maths me parlent chinois

Algèbre, exposant, coefficient
a+b, expression algébrique
théorique, excentrique
Quand l'alphabet s'en mêle,
C'est le chaos
Désordre, décompte,
disqualification
La mienne, pathétique

Quand la structure algébrique
s'expose
Je dois me concentrer encore
plus fort
Pour être en adéquation
Être plus graphique,
géométrique
Parce que pour bien des choses
Je suis loin d'être poche
Je ne suis pas un mouton
Même si, quand je les compte
Je ronfle

Les algorithmes ont leur
propre rythme
Jusqu'au bout de mon tunnel
Je commence et recommence
J'additionne et opérationne

Je m'expose
Jusqu'à devenir fou
Puis, je trouve mon centre de
gravité
Mon angle droit
Mon axe de réflexion

Je vois enfin la lumière
La réussite, la vraie, la mienne
Pas juste celle du ministère

Je m'additionne et me
multiplie
Ma fierté est de savoir
compter
Compter sur moi
Compter sur les gens que
j'aime
C'est bien plus qu'une règle de
trois

C'est ça le pouvoir
Bâtir les nombres
Repousser leur ombre

Les maths quel dilemme
D'une oreille à l'autre
Ça entre et ça sort
Il ne reste pas grand-chose
Comme un grand intervalle
sidéral

Vouloir plus pouvoir
Un binôme de feu
Si je veux, je peux

Aujourd'hui je le confirme
Les maths, j'y reprends goût
J'exprime moins de dégoût
Je suis la somme de mes
efforts

Je multiplie la patience
Je suis un conquérant
Je saurai multiplier les
coefficients
Je suis exponentiel!

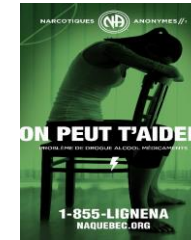
-*-



Pour trouver de l'aide en lien avec la dépendance de drogue l'alcool et les médicaments

Site web : www.aidedrogue.ca

Téléphone: 1-800-265-2626



Narcotiques Anonymes

Programme d'aide et de soutien

Téléphone : 1-855-544-6362

Site web : www.naquebec.org



Pour trouver de l'aide en lien avec la dépendance des jeux

Site web : aidejeu.ca

Téléphone: 1-800-461-0140



Accompagnements personnalisés

Site web: actionsdependances.org/

Téléphone: 450-346-6472

Philippe Alexandre
Rêve version RAP

Plus tard, je rêve de devenir un écrivain
célèbre,

Pour que tout le monde ait mon nom sur
l'bout des lèvres.

Je veux écrire de l'épouvante, des histoires
terrifiantes

Pour donner des frissons, a'ec des créatures
effrayantes.

*

Anthony
Rêve

L'environnement nous cause plein de tourments,

La pollution, c'est trop polyvalent:

L'eau de nos rivières n'est plus vraiment claire
Comme mes idées s'serrent. Dis-moi si j'suis clair?

*

Ce qui gêne l'oxygène dans l'atmosphère:

C'est l'effet de serre qui étouffe le cerf
On aurait dit un cancer qui se réfère à la gravité de
la sphère.

Mais je me dis, mais quand est-ce que j'vais allé
faire mon concert?

*

David-Olivier
Pour toi

Moi, je t'admire depuis que j'ai 8 ans.
Je te regarde depuis si longtemps, tes beaux
yeux me font penser à la nuit sous les
scintillantes étoiles lumineuses.

Ta beauté me charme, mais je préfère ton
côté gentil que je connais depuis si
longtemps.

J'espère qu'un jour on se retrouvera sous un
arbre la nuit avec cette immense lune.

Ces étoiles lumineuses accompagnées de
notre premier baiser sous la brume dense.

J'espère que ce poème te fera sourire de
mille feux.

~*~

Vincent
Mon autoévaluation

Quand il y a trop de bruit
Mon cerveau se transforme en tempête
Aussi pénible qu'un casse-tête
Je fais appel à une douce nuit

Parfois je rencontre des ennuis
Les touchers m'embêtent
Ce n'est pas la fête
Hélas! Je fuis.

Je suis là sur mes appuis
Je pars à la conquête
De mon Vincent le plus honnête
Aujourd'hui je me construis

~*~



ASSISTO Trouver une ressource

Site web : www.assisto.ca

Courriel: info@assisto.ca



SOS SUICIDE – Jeunesse

de 8:00 am à minuit le soir, 7/7, 365 jours

Site web : www.sos-suicide.org

Téléphone: 1-800-595-5580



Grand Montréal

Pour trouver une ressource

Site web: www.211qc.ca

Téléphone: 211

TEL-JEUNES



514-600-1002



1-800-263-2266



teljeunes.com

TEL JEUNES

Site web : www.teljeunes.com

Téléphone: 1-800-262-2266

Texto: 514-600-1002

David-Olivier
Pour toi

Moi, je t'admire depuis que j'ai 8 ans.
Je te regarde depuis si longtemps, tes beaux
yeux me font penser à la nuit sous les
scintillantes étoiles lumineuses.

Ta beauté me charme, mais je préfère ton
côté gentil que je connais depuis si
longtemps.

J'espère qu'un jour on se retrouvera sous un
arbre la nuit avec cette immense lune.

Ces étoiles lumineuses accompagnées de
notre premier baiser sous la brume dense.

J'espère que ce poème te fera sourire de
mille feux.

-*-

Vincent
Mon autoévaluation

Quand il y a trop de bruit
Mon cerveau se transforme en tempête
Aussi pénible qu'un casse-tête
Je fais appel à une douce nuit

Parfois je rencontre des ennuis
Les touchers m'embêtent
Ce n'est pas la fête
Hélas! Je fuis.

Je suis là sur mes appuis
Je pars à la conquête
De mon Vincent le plus honnête
Aujourd'hui je me construis

-*-

Marc-Antoine 7 minutes en Bretagne

En Bretagne, la pluie
joue avec le beau temps
Le parapluie est à la
mode
La mer et ses immenses
déferlantes
Façonnent le paysage
Le forme et le déforme
Toutes les 7 minutes

Des kilomètres de côtes
qui se donnent en
spectacle
La puissance de la
nature en action
Des mers dignes de nos
grands espaces
Des vestiges qui
racontent l'histoire
Qui racontent d'autres
vies
D'autres temps
Des villes fortifiées qui
rêvent de leur passé
lointain
Des siècles où le passé
et le futur se rencontrent
L'histoire et le
patrimoine parlent
toujours avec amour de
la Bretagne

J'aime la Bretagne
Mon cœur y a vibré, et
vibre encore
Je m'y sens bien
Des gens extraordinaires
m'ont accueilli
Claude et Christine
m'ont gâté, choyé
Une place m'a été

réservée
Je me suis amusé
Ils ont fait de moi un
petit prince
Ce voyage n'aurait pas
eu la même saveur sans
vous
Je pense souvent à vous
Je rêve de vous
retrouver à Bédée

Et que dire des crêpes
Sucrées, salées, roulées
Jamais assez
Bonnes, bonnes,
délicieuses crêpes
bretonnes
Mes papilles gustatives
explorent encore
Je me suis empiffré du
goût de la Bretagne

C'est aussi en Bretagne
que le Québec a
commencé
Grâce à Jacques Cartier
Depuis, l'amitié entre
nos deux peuples est née
Et sera pour l'éternité

Deux peuples qui
partagent la même
langue
Attribut magnifique qui
fait de nous un peuple
distinct en Amérique
Grâce à votre appui
notre langue vit dans cet
océan anglophone
Nos deux peuples
resteront unis

Quoiqu'il arrive
Le mariage parfois
nostalgique du passé et
de l'avenir me fait de
l'effet

La Bretagne ressemble à
une terre promise où les
habitants vivent heureux
7 minutes ce n'est pas
assez
Toujours recommencer
Magnifiques paysages,
nature ensorcelée
Des vagues comme des
pierres scintillantes sous
le soleil

À chaque fois qu'en
Bretagne un grain me
tombe sur la tête
C'est-à-dire toutes les 7
minutes
Je sens l'air du large
L'air breton
La brise souffle alors
dans mes voiles
Et me voilà de retour en
Bretagne

~*~

Anthony Light

Moi Je Suis
Je suis amusant, parfois tannant
Je suis sociable et admirable
Je suis comique et souvent ca clique
Je suis attachant, pas vrai maman (Clin
D'œil)

Je suis aimable et adorable
Je suis cultivé et motivé
Je suis intéressant
J'ai des ambitions en gestation
J'ai des rêves plein la tête
Je suis déterminé à bâtir ma destinée

Avec mes ambitions, c'est parfois la
collision
La réalité n'est pas toujours facile à avaler
Des fois dans ma tête c'est la tempête
Quand le vent souffle, je m'essouffle
Pas moyen de penser
Encore moins de respirer
Les tempêtes sont géantes
Elles sont bruyantes, virulentes et même
violentes

Je rêve de défier mes problèmes
Quand mes émotions bouillonnent
Je me questionne
Es dizaines de questions
À répétition
Jusqu'à l'explosion
Après, c'est difficile de se relever...

Je ne désespère pas
Je vais me transformer
Je veux m'améliorer
Je veux aimer et être aimé

Je souhaite m'affirmer
Ne pas laisser les autres décider
Je veux oser,
Je rêve à la politique
J'ai la plume prolifique
Je veux changer le monde
Et faire de grandes choses
Je veux être moi

On m'a déjà dit
Que je ne réussis pas
J'ai fait mentir les pronostics
Je vais continuer à les déjouer
Je vais progresser et me réaliser

Je suis ravi d'être ici
Parce que je veux parler
Me raconter
Je mérite le respect
Je vous respecte aussi
Je ne suis pas fou
Pas du tout
Je suis capable de tout
J'ai du potentiel jusqu'à toucher le ciel
Je suis différent
C'est évident

Ce que je vous raconte
C'est mon histoire
Il faut me croire
C'est pas du désespoir
Laissez-moi changer le monde
Être et devenir
Moi je suis qui je suis

Moi je suis Marc-Antoine
Je suis autiste mais pas fumiste
Et vous, qui êtes-vous?
Quelle est votre différence à vous?
Moi je suis qui je suis
Autiste et optimiste

Je suis qui je suis

Merci!

~*~



POSA Source des Monts

Organisme jeunesse, lutte à l'exclusion social et

à la pauvreté des 35 ans et moins

620 Senécal, Chambly

Téléphone : 450 658-989

Facebook: /POSA.Sourcedesmonts

Site web : www.posasdm.com

Jeunesse, J'écoute 

Ligne d'écoute Jeunesse

Site web: www.jeunessejecoute.ca

Téléphone: 1-800-668-6868

Textto: 686868



Clinique jeunesse

Dans les locaux de POSA Source des Monts

12 à 24 ans, territoire du CLSC Richelieu

Site web : www.posasdm.com

650, rue Senécal, Chambly

Téléphone : 450-658-2016

alloprof

ALLO PROF

Ressource d'aide aux devoirs

Site web: www.alloprof.qc.ca