

Commentaire présenté à l'Office des Transports du Canada (Commentaire présenté avec le formulaire)

Sujet: Consultation sur la demande d'autorisation de construction pour la voie de contournement ferroviaire de Lac-Mégantic

Nom: Marilyse Couture

Date: 2026-01-24

Bonjour

Voici une lettre d'opinion et de questions concernant le projet de voie de contournement ferroviaire.

Cordialement

Marilyse Couture
Travailleuse Sociale
Membre de l'OTSTCFQ
COUM1607290TS

Attachement N°1 –

Nantes le 24 janvier 2026

La tragédie ferroviaire de 2013 à Lac-Mégantic, a entraîné des conséquences dramatiques chez les habitants de cette ville et auprès de citoyens de la MRC du Granit. Plus de 12 ans plus tard, le rétablissement est encore un enjeu et des manifestations de l'État de stress post-traumatique (ESPT) et de détresse (INSPQ, 2025) sont toujours présentes chez une partie de la population. Certains affirment que la construction d'une voie de contournement ferroviaire est la solution pour permettre le rétablissement de la population. En tant que travailleuse sociale membre de l'Ordre des Travailleurs Sociaux et Thérapeute Conjugaux et Familiaux du Québec (OTSTCFQ), je souhaite qu'on se questionne sur la pertinence de ce projet et qu'on mesure les réels avantages par rapport aux risques environnementaux que plusieurs citoyens ont soulevés. Je tiens aussi à préciser que j'émet mon opinion personnelle qui est teintée par ma profession, mais qui ne reflètent pas nécessairement la position de l'OTSTCFQ.

Tout d'abord, au niveau du processus clinique d'intervention psychosociale, que ce soit en individuel, en groupe ou encore en intervention auprès des communautés, il est essentiel de bien évaluer et comprendre une situation problématique, avant d'émettre des recommandations ou d'intervenir.

Dans le cas de la tragédie ferroviaire de 2013, évidemment que tout de suite après les événements, le besoin de sécurité des citoyens avait été ébranlé et la voie de contournement ferroviaire semblait être la meilleure solution. Par contre, je doute qu'on avait le recul nécessaire pour bien évaluer la situation. Par ailleurs, dix ans plus tard, l'Étude sur les enjeux psychologiques, sociaux, territoriaux et ferroviaires à Lac-Mégantic 10 ans après la tragédie, démontre que 8% de la population de Lac-Mégantic présenterait des symptômes de stress post-traumatique et 4% de la population présenterait des symptômes de détresse. Ce dernier pourcentage est d'ailleurs similaire aux autres villes comparées dans l'étude.

Je serais curieuse de savoir quels arguments justifient la construction d'une voie de contournement ferroviaire pour soutenir le rétablissement, puisque tel que mentionné plus haut, une évaluation doit être réalisée avant de prescrire un quelconque traitement. D'ailleurs, légalement les données cliniques des usagers en santé et services sociaux sont protégées par le secret professionnel selon le Code des Professions (Gouvernement du Québec, 2024). Il est donc peu probable que les renseignements de ces receveurs de services soient connus des individus qui militent en faveur de la voie de contournement ferroviaire. Cela donne l'impression que les besoins psychosociaux de la communauté n'ont pas été évalués et si tel est le cas, cela m'amène à me questionner sur la pertinence clinique de cette solution. Je crains que ce soit une intervention superficielle qui ne règle pas le problème de fond.

Effectivement, il faut savoir que l'ESPT est étroitement lié aux troubles anxieux et qu'il était autrefois classé parmi cette catégorie de troubles dans le DSM, (Gouvernement du Québec, 2023). Ensuite, l'exposition à ce qui crée de l'anxiété est «LA technique qui, à l'heure actuelle, donne les meilleurs résultats thérapeutiques dans le traitement des troubles anxieux » (Turgeon, 2018), du moins selon la littérature consultée. Or, est-ce que le retrait du train au centre-ville de Lac-Mégantic est réellement une intervention adaptée aux besoins des personnes qui vivent avec des symptômes de l'ESPT? J'ai plutôt l'hypothèse que le retrait du train soit davantage associé à la fuite de la situation anxiogène, ce qui empêcherait la population de ressentir des émotions douloureuses et qui contribuerait au maintien des symptômes de l'ESPT.

Au niveau clinique, le fait de ressentir et d'exprimer les émotions est associé à l'adaptation (Neufeld 2014). Or, le contraire nous empêche de ressentir ces émotions, donc bloque le processus de rétablissement. Il est essentiel que les personnes qui vivent des sentiments de détresse et/ou des symptômes de l'ESPT reçoivent de l'aide psychologique ou psychosociale afin d'adresser leurs problèmes et ultimement pour se rétablir.

Également, dans un processus d'intervention reconnu, les moyens choisis pour répondre aux besoins des clients se doivent de faire du sens pour eux. Ce qui signifie qu'on doit les consulter et avoir leur consentement explicite avant de les mettre en action. Dans le cas de la voie de contournement ferroviaire, on ignore si la population de Lac-Mégantic accepte cette solution, car il n'y a pas eu de référendum.

D'ailleurs, toujours selon l'Étude sur les enjeux psychologiques, sociaux, territoriaux et ferroviaires à Lac Mégantic 10 ans après la tragédie, «le manque d'accès à de l'information claire et vulgarisée ainsi que l'absence d'espaces permettant d'exprimer leurs points de vues et d'influencer les décisions exacerbent diverses inquiétudes chez des individus». Il est donc probable que cet aspect affecte négativement le rétablissement de la population. Cela rejoint les propos de Sonia Lupien, chercheuse en neuroscience, qui soutient que les situations où on a l'impression d'avoir peu de contrôle, nous amènent souvent à produire des hormones de stress (Lupien, 2020) Il serait donc souhaitable que la population sente qu'elle a l'espace pour modeler et influencer l'avenir, selon ses valeurs et ses préoccupations.

Pour conclure, il est légitime qu'on craigne qu'un autre déraillement ferroviaire ait lieu à Lac-Mégantic, suite à ce qui s'est passé en 2013 et face à l'augmentation de la longueur et de la fréquence des convois, dont certains contiennent des matières dangereuses. (INSPQ, 2025) Néanmoins, avant de dépenser des centaines de millions de dollars, voire un milliard de dollars dans la construction d'une voie de contournement ferroviaire, dont les répercussions sur l'écosystème seront irréversibles, il est essentiel qu'on mesure les réels avantages pour nous assurer qu'ils soient supérieurs aux risques encourus. Je pense que d'ici là, il serait plus bénéfique pour la population d'observer un meilleur encadrement et une plus grande surveillance du transport ferroviaire, ainsi que de se sentir consultée face aux décisions. Je milite pour éviter que les citoyens de Lac-Mégantic et des environs soient revictimisés à cause du train.

Marilyse Couture, TS
COUM 1607290TS

Références

Gouvernement du Québec (2023) Trouble de stress post-traumatique-Guide d epratique clinique. P.1. Information disponible à l'adresse suivante : https://publications.msss.gouv.qc.ca/msss/document-003581/?&txt=TSPT&msss_valpub&page=1&date=DESC consulté le 2026-01-18

Gouvernement du Québec-Ministère de l'emploi et de la solidarité sociale, (2024). Code des professions, article 60,4. Document disponible à l'adresse suivante : https://www.legisquebec.gouv.qc.ca/fr/document/lc/C26/20240701#se:60_4 Site web consulté le 2026-01-18

Institut national de santé publique, 2025. Étude sur les enjeux psychologiques, sociaux, territoriaux et ferroviaires à Lac-Mégantic 10 ans après la tragédie- Portrait en amont du projet de voie de contournement. Document disponible à l'adresse suivante : <https://www.inspq.qc.ca/publications/3746>

Lupien, S. (2020) Par amour du stress. Éditions au Carré, p. 45.

Neufeld, G. (2014) Niveau intermédiaire 1. Session 4- Le Processus adaptatif. Formation réalisées à l'été 2025

Turgeon, L.(2018)- Le traitement des troubles anxieux chez les enfants et les adolescents : bilan et approches prometteuses, Formation effectuée à l'hiver 2023.