



MANGER :

BRISONS LE TABOU DES TCA

Ancienne professeure d'art devenue autrice de bande dessinée, Éléonore Marchal signe, avec *Manger*, un roman graphique puissant et nécessaire sur les troubles du comportement alimentaire (TCA). À travers une narration en trois couleurs et des personnages issus de la pop culture, elle livre un témoignage personnel transformé en outil de sensibilisation universel.

Le roman graphique est divisé en trois couleurs. Qu'est-ce que vous cherchiez à représenter ?

« J'aime bien avoir une structure, je trouve que ça aide. En plus de ces couleurs, j'ai essayé d'associer des éléments : le vert, c'est l'herbe ; le bleu, c'est la mer... Un professeur m'a rappelé qu'il était important de montrer que les personnes qui ont des troubles du comportement alimentaire ont des projets, une vie à côté, elles ne sont pas résumées à leur maladie. Le fait d'avoir des projets, c'est ce qui leur permet de se projeter au-delà et de s'émanciper. La couleur est émancipatrice dans l'histoire : quand le personnage est en recherche de couleur, ce sont les moments où il n'y a plus du tout de troubles du comportement alimentaire. Ça permet de structurer et en même temps, c'est ce qui émancipe le personnage de sa maladie. »

Comment en êtes-vous venue à ce projet ?

« Je suis venue à Bruxelles il y a 10 ans pour faire un master en bande dessinée à l'ESA Saint-Luc. En dernière année, il fallait choisir un projet d'assez grande envergure à présenter ensuite à une maison d'édition. Je me suis questionnée : "Quels sujets manquent, quels sujets sont tabous ?" À cette période, les troubles du comportements alimentaires prenaient une place importante dans ma vie, j'avais beaucoup de matière et c'est un sujet qui manque cruellement de représentation. Je me suis dit : "Mon travail portera sur les TCA." »



Pourquoi avoir choisi de représenter les personnages comme des animaux ou des figures de pop culture ?

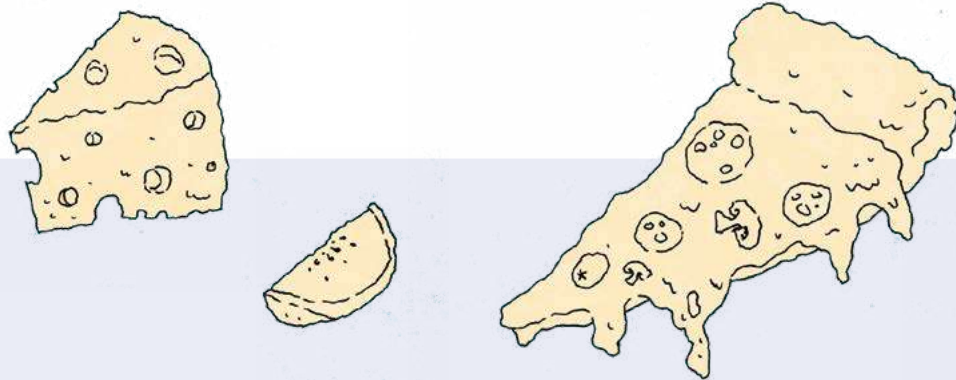
« Il y a un auteur, Bruno Bettelheim, qui a réalisé une analyse des contes de fées. Il explique que les contes permettent plus facilement à l'enfant de se relier à son inconscient. Si on lit une histoire avec un prince dans un château, le petit garçon va facilement s'identifier au prince. En revanche, si on filme son voisin, même si ça lui ressemble beaucoup plus, il aura plus de mal à s'identifier. Le fait d'utiliser des personnages issus de la pop culture permet d'universaliser le propos. Par exemple, quand il y a les Super Nanas, je n'ai pas besoin de faire la description des personnages pour comprendre que c'est inspiré de super filles, de super amies. Je trouvais ça aussi plus drôle et plus amusant. »

Vous êtes vous-même concernée par ces troubles. Comment avez-vous abordé ce sujet si personnel ?

« Quelques années avant de commencer ce projet, j'ai pris conscience d'être atteinte de TCA. En effectuant des recherches, je me suis rendu compte qu'il y avait plein de comportements que je pensais personnels qui, en fait, sont des symptômes de la maladie : le fait de prendre des laxatifs, de se faire vomir, de compter ses calories, de traquer toutes les compositions des aliments... On ne concrétise pas, on banalise. Lorsqu'on se rend compte qu'on est malade et qu'on se renseigne, on découvre plein de syndromes tout bêtes qui reflètent nos comportements. J'ai essayé de me représenter au maximum mes souvenirs pour que les personnes concernées ou non concernées puissent avoir plus d'échos à leur vécu. »



© Éléonore Marchal



© Éléonore Marchal

Le père est incarné par un cheval très musclé. Quel trouble souhaitiez-vous évoquer ?

« La bigorexie ! C'est le fait d'exercer un nombre excessif d'heures de sport par semaine et être très mal à l'idée de ne pas en faire. Je voulais essayer de montrer le maximum de représentations que je connaissais sur les TCA et le rapport au corps. J'avais du mal à dessiner le père, donc j'ai dessiné un cheval. À un moment dans l'histoire, on évoque le fait qu'un cheval de course sur dix meurt de mort subite parce qu'ils sont tellement poussés à l'effort que leur cœur lâche. C'est un des risques quand on fait trop de sport et qu'on n'écoute plus ses limites, quitte à se tuer. »

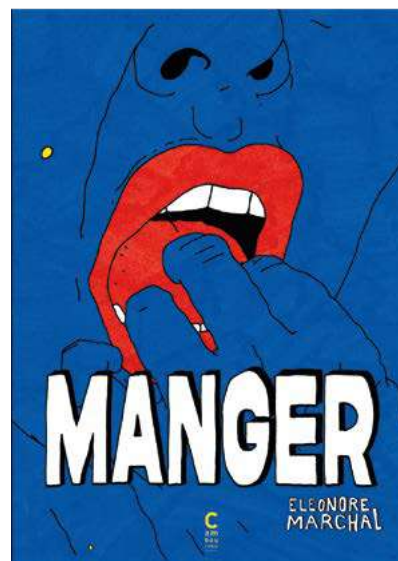
Entre votre master et la publication plusieurs années se sont écoulées. Qu'est-ce ce qui vous a donné envie de persévérer ?

« C'est un sujet qui manque cruellement de représentation. Pour moi-même, ayant vécu des troubles du comportement alimentaire, dès que je voyais des petites représentations dans des films ou des séries, ça se marquait dans ma tête parce que c'est tellement rare. Il y a énormément de tabous, de honte, et les personnes concernées sont très seules. J'ai reçu des messages de personnes qui me disaient que c'était la première fois qu'elles avaient l'impression de pouvoir parler de ça, ou de proches qui me disaient que ça leur avait permis de comprendre leur copine, leur enfant. Autour de l'addiction, il y a un grand mythe : celui de la motivation, l'idée qu'il suffit d'être motivé pour aller bien, alors qu'il s'agit vraiment d'une maladie. C'est dans le cerveau, il y a une plasticité à refaire. Tant que ça reste tabou, on ne peut pas s'en sortir. »

Quel message souhaitez-vous faire passer aux jeunes qui découvriront votre roman graphique ?

« Il y a plusieurs choses. D'abord, faire de la sensibilisation. Ces maladies sont mortelles. Il y a des personnes qui meurent d'anorexie, la boulimie vomitive peut causer des déchirements de la trachée... Il y a des répercussions sur le corps qui n'arrivent pas tout de suite mais qui arrivent. Faire attention aussi au contenu qu'on consomme via les réseaux sociaux, se rappeler que tous les corps sont beaux. S'il y a des personnes concernées autour, il faut faire très attention. De la même manière qu'on ne fait pas de blagues racistes ou sexistes, on ne fait pas de blagues grossophobes ni de blagues sur le poids ou la manière de manger. Il faut faire attention aux gens autour de nous. » ■ **Pauline Jans**

CONCOURS



Éléonore Marchal,

Manger,

Éditions Cambourakis, 264 p, 24€

Pour remporter l'un des trois exemplaires du roman graphique *Manger*, rendez-vous jusqu'au 2 mars sur le site entrees-libres.be.

Les gagnants du concours de janvier seront avertis par email. Bravo à eux !



Jozef Verlinden,
Adrien de Gerlache,
le pionnier de l'Antarctique
Editions Nevicata, 29€, 608p.



Aurélien Dony, Nina Neuray
Cric ! Crac !
Les taupes passent à l'attaque !
Cot Cot Cot éditions, 16,20€, 60p.

LE PIONNIER DE L'ANTARCTIQUE

1897. Adrien de Gerlache, officier de la marine belge, part explorer l'Antarctique à bord du Belgica. L'expédition est un succès : survivre à un hiver antarctique et revenir avec d'innombrables données scientifiques. Ces travaux jetteront les bases du Traité Antarctique de 1959, qui donne à ce territoire un statut unique, dédié à la recherche et à la paix. Cette aventure rendra de Gerlache mondialement célèbre. Reconnu par ses pairs – Amundsen, Scott, Cook – ce pionnier belge nourrissait aussi l'ambition de donner un rôle important à la Belgique dans les régions polaires.

Jozef Verlinden, scientifique et guide polaire passionné, signe ici la première biographie extensive de cet explorateur. Il s'intéresse non seulement au marin intrépide mais aussi à l'homme aux multiples facettes : écrivain, diplomate, patriote, humaniste visionnaire. Minutieuse et fouillée, cette biographie rend hommage, presque 130 ans après l'épopée du Belgica, à l'un des grands explorateurs polaires. Un héritage qui résonne aujourd'hui face aux défis climatiques que connaissent les pôles.



Aldebert, Maud Roegiers,
Le grand voyage,
Alice éditions, 14,90€, 32p.

LE GRAND VOYAGE

« Papa, dis-moi qui j'étais avant d'arriver sur Terre ? Un personnage de conte de fée, une esquisse, un courant d'air ? » Après *La vie, c'est quoi ?*, le duo franco-belge Aldebert-Maud Roegiers nous revient avec ce nouvel album plein de douceur.

Cette magnifique mise en image de la chanson éponyme d'Aldebert nous emmène voyager dans les étoiles avec un petit garçon qui pose mille questions à son papa sur le sens de la vie, de la mort. « Tu vois les étoiles mon trésor, c'est là-haut que tout se conçoit. Quand l'une d'elle brille plus fort, c'est que quelqu'un veille sur toi. »

La poésie d'Aldebert, qui joue subtilement avec les mots, se marie sublimement avec les illustrations délicates de Maud Roegiers. À lire et à écouter de 3 à 99 ans, seul ou blotti sous la couverture, en classe ou rassemblés dans un coin doux. Juste se laisser porter, chanter et voyager.

CRIC ! CRAC ! LES TAUPES PASSENT À L'ATTAQUE !

Mira, une taupe audacieuse, ose sortir de son terrier pour découvrir les merveilles de la nature. Au bord d'un ruisseau, elle rencontre une petite fille en pleurs : un projet de supermarché menace leur environnement idyllique. Petite fille, taupes, animaux de la plaine et de la forêt vont alors se liquer pour arrêter cette folie humaine. « *Nous sommes la nature qui se défend* » : tel est le cri de ralliement de cette résistance.

Cette fable écologique, accessible dès 6 ans, touchera petits et grands par sa poésie. Les mots mélodieux d'Aurélien Dony, écrivain passionné par les questions de transmission, et les illustrations éclatantes de Nina Neuray créent un album remarquable. Les couleurs vives célèbrent la beauté de la nature. Une histoire qui invite à réfléchir à notre rapport à la nature et à notre consumérisme.



Laurent Turcot, Héroïse Le Glaunec,
La drôle d'histoire du corps,
Point Néo, 21,90€, 168p.

LA DRÔLE D'HISTOIRE DU CORPS

Comment cracher, bronzer ou avoir ses règles a-t-il évolué à travers les siècles ? Dans cette BD, l'historien et youtubeur québécois Laurent Turcot (créateur de la chaîne « L'histoire nous le dira », 600.000 abonnés) s'associe à l'illustratrice Héroïse Le Glaunec pour raconter l'histoire du corps de manière drôle et décomplexée.

31 histoires étonnantes sur la médecine, la sexualité, les mœurs et tabous sont proposées dans ce format original. Des questions intimes (les poils, la sueur) aux sujets de société (le sport, le bronzage), chaque thème est traité avec humour et rigueur historique. L'ouvrage montre que nos comportements quotidiens ne sont pas « naturels » mais socialement construits.

Loin des récits classiques, cette approche ludique mêle anecdotes fascinantes et dessins vivants. Un livre idéal pour découvrir le corps humain autrement, dès l'adolescence.

■ Déborah Buekenhoudt