

JULIE MASSE

“JE VEUX ÊTRE EN SANTÉ”

PAR LOUISE ÉTHIER / PHOTOS: PIERRE DIONNE

Julie Masse domine les palmarès. Elle tient une place privilégiée dans le cœur d'un public de tous les âges et occupe les scènes de toutes les villes du Québec et d'ailleurs. Depuis son premier 45 tours, *C'est zéro*, et son triomphe au *Gala de l'ADISQ* en 1990, alors qu'elle interprétait un pot-pourri des meilleurs succès, Julie Masse ne cesse d'évoluer grâce à l'expérience acquise tout au long de ses activités professionnelles. Jour après jour, elle apprend à canaliser ses énergies. C'est une fille dynamique, vivante, saine, respectueuse d'elle-même et de ceux et celles qui l'entourent.

Cette chanteuse idole prépare sa prochaine tournée 93, qui démarrera à la fin février. Son périple l'amènera de l'Abitibi-Témiscamingue jusqu'au Lac-Saint-Jean, en passant par Montréal, Ottawa et Toronto. Au moins 25 spectacles en deux mois sont déjà prévus. Quant à la planification de la tournée du printemps et des festivals d'été, elle est en cours. Un agenda aussi rempli exige une santé à toute épreuve. Consciente de l'exigence de son métier et des joies qu'il lui procure, Julie Masse nous dit comment elle se tient en forme physiquement et mentalement, et comment elle se prépare chaque jour à sa vie d'artiste.

■ **Julie, dès ton premier succès, *C'est zéro*, le public t'a adoptée. As-tu alors ressenti une plus grande confiance en toi?**

C'est sûr, mais j'avais déjà une grande confiance en moi! Même avant que *C'est zéro* tourne à la radio, j'avais plein de projets, et ce n'était pas nécessairement de chanter. Je suis une fonceuse qui veut ouvrir des portes. Le fait que les gens acceptent *C'est zéro* m'a motivée. Je m'amuse beaucoup depuis trois ans à faire mon métier. Je n'ai jamais senti de pression ni de panne de confiance. Le fait de n'avoir pas tout misé sur le succès m'a peut-être permis de bien prendre les choses. J'avais 19 ans et je me disais que si ça ne fonctionnait pas, je continuerais d'aller à l'école, j'étudierais la biologie ou je travaillerais au magasin de mes parents. Je

n'avais pas peur. J'ai une anecdote à vous raconter... Pendant deux ans, j'ai été coanimatrice d'un spectacle régional annuel donné au cégep Édouard-Montpetit. La troisième année, le comité a décidé qu'il ne voulait plus de nous. Voyant ça, mon coanimateur, Albert, et moi sommes allés à la réunion du conseil pour les convaincre de nous rengager. Et ç'a marché!

■ **Crois-tu que les valeurs intérieures d'un individu se reflètent à l'extérieur?**

Parfois, on parle de certaines gens comme de très belles personnes sans qu'elles soient nécessairement belles physiquement. On apprécie leur personnalité, leur gentillesse ou leur honnêteté. Justement, je n'ai pas triché en écrivant le menu type de deux semaines que 7 JOURS m'a demandé. J'ai tout dit, même pour les chips!

■ **On dit que le succès embellit. Qu'en penses-tu?**

(Grand éclat de rire) Peut-être. Tu sais, les gens ne nous voient plus de la même manière. Quand on a du succès, le public ne voit plus seulement la chanson; il voit aussi la fille, sa personnalité, ce qu'elle dégage. Le fait que le public nous apprécie, ça nous valorise. Ce bien-être transparait sans doute. Et on redonne cette belle énergie et cet amour que l'on reçoit. C'est un simple retour des choses.

■ **Crois-tu qu'un certain bien-être intérieur t'incite à prendre soin de ton corps?**

Oui, vraiment. Je suis plus attentive à ma santé depuis le début de ma carrière et depuis que je côtoie des amis fin gourmets et sportifs. Avant, je m'attardais moins à ce que je mangeais et j'étais moins sportive. Maintenant, je suis plus attentive et j'ai développé de nouveaux goûts en cuisine. J'adore tenter des expériences culinaires à la maison. La plupart des menus que vous trouverez dans mon régime, je les prépare moi-même. Mon frère aime la générosité dans son assiette et moi, la qualité. Je m'amuse avec des recettes. Quant au sport, mes amis me donnent un coup de pouce. Parfois, j'aimerais mieux rester à la maison, mais si on me téléphone et ▶