

L'initiative



STRATÉGIES EN EMPLOI
S'adapter au télétravail
Page 5



COVID-19
Qui sont les gagnants ?
Page 3

EXCLUSIF

**Chroniques
des centres d'appels**
- Réda Benkoula -



ACHAT EN LIGNE SUR
initiative.ca/boutique/



ARTS VISUELS

L'occupation de l'espace public par le street art

Page 8



2369-3851

Santé

Les origines de la mise en quarantaine au Canada

La pandémie actuelle oblige la quasi-totalité du globe à avoir recours à la quarantaine, une mesure draconienne moyenâgeuse pour prévenir la propagation d'une maladie à spectre de contagion extrême. Petit éclairage historique sur la notion de quarantaine.

La quarantaine consiste à isoler des personnes, des animaux, ou des végétaux durant un certain temps, en cas de suspicion de maladies contagieuses et ce, dans le but d'empêcher la propagation. En empêchant les personnes d'avoir des contacts avec des individus sains se trouvant à l'extérieur de la zone de confinement, on diminue grandement les risques de contagion et les maladies infectieuses finissent par disparaître d'elles-mêmes. Il s'agit d'une mesure de type barrière physique ; donc une des méthodes de prévention et de gestion des risques liés aux pandémies, notamment. Lorsqu'il s'agit de personnes malades «confinées», on parle plutôt d'isolement.

LES ORIGINES DE LA NOTION DE QUARANTAINE

Aux grands maux, les grands remèdes, dit l'adage. La quarantaine est une procédure vieille comme le monde, qui a fait ses preuves à travers les siècles. On en trouve d'ailleurs, quelques traces dans l'Ancien Testament. Plus tard, elle fut imposée pour faire face à la terrible peste au Moyen-Âge. La république de Raguse (l'actuelle Dubrovnik) imposa, en l'an 1377, un retrait préventif à tous les navires qui y arrivaient. Ceux-ci étaient détournés vers une île pour une durée variant entre 30 et 40 jours, d'où



le nom de quarantaine.

L'APPLICATION DE LA QUARANTAINE À TRAVERS LES ÂGES

Relativement facile à appliquer, cette pratique fut remise en vigueur pour contrer le choléra dans les Indes orientales autour de 1827. Devenue pandémie, l'épidémie décima la population en tuant plus de 7000 personnes à Londres en 1832 et 18 000 Parisiens. Se propageant par voie orale mais aussi, par les eaux souillées. La forme la plus aigüe de la maladie provoquait le décès en quelques jours.

LA MONDIALISATION : FACTEUR DE PROPAGATION

Le phénomène de la mondialisation précipite actuellement, la vitesse et les échanges de propagation des épidémies. C'était le cas également, au XIXe siècle, alors que le choléra asiatique originaire d'Asie, s'est propagé vers l'Europe. Il a ensuite, rejoint l'Amérique lors de l'arrivée d'une tranche de population immigrante européenne pauvre.

TIRER DU CANON POUR VAINCRE UN ENNEMI INFINITISME

Pendant longtemps, les habitants ne savaient quoi faire face à une épidémie dont on ne comprenait pas les causes. Non seulement les gens brûlaient-ils du charbon pendant la quarantaine, mais ils tiraient également des coups de canon, croyant ainsi, assainir l'air. Grosse-Île, la porte d'entrée vers le Canada Les Amériques du XIXe siècle ont réagi en organisant leur propre système pour empêcher l'arrivée du choléra sur leur territoire, mais également celle du typhus, alors qu'on assistait à une importante vague d'immigration en provenance des îles britanniques. Le poste de quarantaine des colonies du Haut et du Bas-Canada se situait alors, à Grosse-Île, à deux douzaines de milles marins en aval de Québec. Le site, propriété d'un particulier, fut réquisitionné manu militari le 1er mai 1832, pour devenir un poste insulaire où les navires étaient inspectés et désinfectés et où on isolait les migrants, malades ou sains.

UN ÉCHEC MONUMENTAL ET DES MILLIERS DE VICTIMES

En dépit de l'instauration d'une île de quarantaine, le choléra se propage au Québec et se répand en quelques jours alors qu'elle fait 4000 victimes. Montréal est la plus touchée et ses morts sont enterrés au fur et à mesure, là où se trouve aujourd'hui, le square Dominion.

Outre la propagation du choléra, les installations de Grosse-Île ne suffisaient pas non plus, à enrayer l'épidémie de typhus qui ravagea des milliers d'Irlandais cherchant à fuir la Grande Famine de 1845-

1849. L'île devait accueillir environ 100 000 réfugiés en une saison, soit le triple qu'en temps habituel. Le typhus fauche alors, 5424 rescapés parmi lesquels se trouve du personnel soignant.

DES MESURES QUI PERMETTENT D'AMÉLIORER L'EFFICACITÉ DES MISES EN QUARANTAINE

Les multiples essais et les erreurs ont tout de même, permis de raffiner le processus de filtrage des individus. À compter des années 1860, le gouvernement canadien prend la relève des Forces armées canadiennes pour la gestion des quarantaines, jusqu'à la fin de la Première Guerre mondiale. On y construit un hôpital en 1881 et le nombre de cas contagieux qui se rétablissent, augmente d'année en année, malgré le nombre des décès qui demeure lourd. Ainsi, 41 patients sont guéris en 1900, 167 en 1901 et 1700 en 1913. Ceci s'explique entre autres, par l'amélioration des mesures sanitaires et des conditions de voyage.

UNE LOI POUR LÉGIFÉRER LES PÉRIODES DE QUARANTAINE OBLIGATOIRE

Plus près de nous, la Loi sur la mise en quarantaine du Canada (2005) précise qu'un agent des douanes peut maintenant ordonner l'isolement d'un voyageur, mais aussi sa désinfection et un traitement médical à la suite d'un examen. Plus de 21 millions de visiteurs entrent dans le pays chaque année en provenance de 3500 villes du monde.

Martine Dallaire, B.A.A.

650 000 Québécois ont dû recourir aux comptoirs d'aide alimentaire, dont 322 000 pour une première fois

Un Québécois sur cinq ne pourra plus nourrir sa famille après la fin de l'aide gouvernementale.

À peine deux mois après le début de la crise de la COVID-19, 10% des Québécois et 12% des Montréalais ont dû se rendre à un comptoir d'aide alimentaire afin d'y recevoir des denrées pour eux ou leur famille. Donc,

650 000 Québécois ont été contraints de demander l'assistance d'un comptoir, dont 322 000 pour la première fois. En tout, 5 % des Québécois et 7% des Montréalais ont ainsi effectué une première demande. Et parmi les bénéficiaires des comptoirs depuis l'arrivée de la pandémie à la mi-mars, deux individus sur trois (63%) doivent s'y rendre

régulièrement (25%) ou occasionnellement (38%).

Sans surprise, 83% des Québécois ressentent des sentiments négatifs. Ils se disent entre autres inquiets (49%) anxieux (37%), insécures (30 %), troublés et tristes (21%), frustrés et vulnérables (20%). Ces données proviennent d'un sondage

réalisé par la firme montréalaise Synopsis Recherche Marketing¹ en collaboration avec l'agence de communication 180Deux pour La guignolée des médias dans le cadre de la collecte d'urgence Le confinement, ça donne faim, qui se déroule jusqu'au 31 mai prochain.

(Lire la suite en page 3...)

ABONNEMENT

Un an d'abonnement (12 numéros) pour un montant de 30 \$

Nom: _____ Adresse: _____

Ville: _____ Code postal: _____

Téléphone: _____ Courriel: _____

Faites votre chèque à l'ordre de: Réda Benkoula

Adresse: 2900 Chemin de la Côte-de-Liesse, App 408, Mont-Royal, QC, H4N 2P2

VOTRE SOUTIEN EST IMPORTANT

« L'initiative » est une entreprise privée qui œuvre pour le bien-être collectif de tous les citoyens Montréalais et Québécois en général. Vos dons sont importants pour nous, En vous abonnant, cela permet la pérennité du journal en couvrant une partie des frais de rémunération des collaborateurs, de l'impression, de la distribution.

Covid-19

Qui sont les gagnants ?



La nature est d'abord le plus grand gagnant de cette crise du Covid-19. Tous concourent pour donner un répit à la nature, pour se régénérer sans être agressée et ni perturbée. L'homme est forcé au confinement, les usines sont en pause, les machines et moteurs sont à l'arrêt, le milieu naturel est libéré et parvient à mieux respirer.

L'humain, paradoxalement que cela paraît, est aussi gagnant de cette crise. L'Homme, refoulé à sa réalité d'humain, confronté à sa vulnérabilité, secoué par la crise, est interpellé dans tous les sens. Même, si à première vue, il est menacé dans sa vie et son économie, il ne manque pas de gagner en expériences, qui, si mises à exploit, lui reviendraient avec beaucoup de bien.

En pareille situation, il repense son existence, ses modes de vie et habitudes de consommation, ses rapports et modes de socialisation et ses rapports avec les autres êtres.

L'Homme, quel que soit son statut, est

forcé de goûter à la vulnérabilité humaine. Forcé à vivre un peu la peur, le stress, le calvaire, que vivent en permanence, enfants, femmes et hommes, en guerre, forcés à l'exil, et en mode de survie, etc. Aurait-il la sagesse de repenser en pareil contexte, ses actes et les réviser ? Ça serait là, un grand gain pour l'humanité.

Refoulé à son intérieur, l'Homme est forcé de revivre autrement son humanité, de renouer avec sa vie de famille, avec ses rôles, de chef de famille, d'éducateur, de partie d'une petite société. Il est forcé de renouer avec la proximité familiale, avec la chaleur familiale et avec la joie de vie en famille, de réinventer le goût de vie familiale, de jouer en famille, de faire en famille, de se soutenir en famille, de découvrir et d'innover en famille.

La société, en pareil contexte, teste sa générosité, son altruisme et sa solidarité. En pareil contexte, l'Homme met à l'épreuve sa capacité de gouverner en crise et de gérer la crise.

La famille est forcée de reprendre ses

rôles, longtemps délégués, et récupérer sa force.

L'Humain met à l'épreuve son génie, son savoir et fait avancer sa technologie pour combattre le virus.

Le plus grand gain est que l'Homme retienne la leçon, pour repartir du bon pied.

Le grand gain, lorsque l'Homme réinvente l'hygiène et renoue avec les bonnes pratiques d'hygiène. Encore là, faudrait-il que l'Homme prenne conscience des choses, et cesse de causer du mal à son semblable et à son milieu, et cesse les guerres et tous les actes destructeurs. Faudrait-il qu'il parvienne à progresser sans causer de préjudice, à l'Homme et à la nature.

La socialisation, dans ses formes connues, perd de son rythme, mais ne peut disparaître, car l'homme, animal social, ne peut vivre sans société. Il est par contre appelé à composer différemment pour concilier exigence de distanciation et besoin de socialisation. Dans ce contexte de crise, l'Homme va vivre cette expérience et amorcer le processus d'adaptation avec beaucoup de pression, de stress et d'inconfort, qu'il saura vite dépasser, en usant de son génie, de son altruisme, et surtout de son intelligence émotionnelle.

Dr Brahim Benyoucef

(...suite de la page 2)

JOURS INQUIÉTANTS EN VUE

L'avenir s'annonce sombre, car un Québécois sur cinq (18%) ne pourra nourrir sa famille que pendant un mois après la fin de l'aide gouvernementale actuelle. D'ailleurs, un participant sur quatre (26%) s'attend à devoir aider un proche sur ce plan au cours des prochains mois. Justement, 14% des Québécois estiment très probable (4%) et assez probable (10%) l'utilisation d'un comptoir d'aide alimentaire.

L'enquête révèle aussi qu'un Québécois sur cinq (22%) et un Montréalais sur quatre (24%) renonceraient à se procurer des aliments de base en cas de manque d'argent. De fait, plus de Québécois se résigneraient à faire des compromis autant dans leur alimentation que dans les produits hygiéniques, les médicaments d'ordonnance et l'hypothèque ou le loyer.

AIDE GÉNANTE, MAIS ESSENTIELLE

Malgré leur rôle capital, les comptoirs



d'aide alimentaire semblent s'avérer une source d'embarras pour plusieurs participants, car 52% des Québécois seraient peu (35%) ou pas du tout à l'aise (17%) de devoir s'y rendre. De même, 53% seraient peu (26%) ou ne seraient pas du tout à l'aise (27%) de dévoiler à des proches qu'ils ont sollicité ce type d'aide.

Huit personnes sur 10 (78%) jugent d'ailleurs que de fréquenter un comptoir illustre la pauvreté. À titre comparatif, 46% estiment que d'acheter principalement des vêtements usagés symbolise la précarité. En revanche, 92% des gens pensent que si les comptoirs étaient jadis utiles, ils sont désormais essentiels. Et sept personnes

sur 10 (69%) croient que s'ils étaient auparavant destinés aux défavorisés, n'importe qui peut désormais s'y retrouver.

PLUS D'UN MILLION \$ RÉCOLTÉS

Ces chiffres révélateurs d'une réalité troublante démontrent l'urgence de contribuer à la collecte de La guignolée des médias. Lancée le 20 avril dernier, elle a déjà permis de recueillir plus d'un million \$ au bénéfice de quelque 70 comptoirs d'aide alimentaire de partout au Québec.

1 Sondage en ligne mené du 8 au 11 mai 2020 auprès d'un échantillon de 1000 adultes québécois.

L'initiative

Éditeur : Réda Benkoula

Contact : admin@linitiative.ca

Téléphone : 514-360-6267

Site web : linitiative.ca

[f](https://www.facebook.com/linitiative.ca) : [facebook.com/linitiative.ca](https://www.facebook.com/linitiative.ca)

[t](https://twitter.com/linitiativemtl) : twitter.com/linitiativemtl

Dépôt légal : Bibliothèque et Archives nationales du Québec 2014 et Bibliothèque et Archives Canada 2015. ISSN 2369-3851 (Imprimé). ISSN 2369-386X (En ligne).

Adresse : 2900 Chemin de la Côte-de-Liesse, App 408, Mont-Royal, QC, H4N 2P2

Fondé en mars 2014, L'initiative est un journal indépendant de contenu économique, social et culturel qui est imprimé et distribué à Montréal, à Laval et sur la Rive Sud. Depuis sa création, le journal a élargi son lectorat et son implication en soutenant des actions sociales et de nombreux événements économiques et culturels de la vie montréalaise. Tous les droits sont réservés. La reproduction d'articles est encouragée à condition d'en souligner la provenance et d'en informer la rédaction.

VENTES PUBLICITAIRES

Nous offrons des services à ceux qui désirent implémenter une stratégie de contenu de fond sur le journal imprimée ainsi qu'à ceux qui envisagent une transformation numérique sur le site web linitiative.ca. Renseignez-vous sur : pub@linitiative.ca

PUBLIEZ VOS ARTICLES

En tant que média participatif « L'initiative » vous encourage à soumettre vos textes en tout temps sur les sujets qui vous passionnent. L'exclusivité des contributions est exigée. En raison des contraintes liées à la pagination et pour une meilleure lisibilité des textes. Les articles ne devront pas dépasser les 400 mots et pourront être publiés sur le journal et/ou sur le site web. Indiquez en tête du document votre nom, le titre de votre texte envoyez-le à :

redaction@linitiative.ca



RECRUTONS

- Journalistes pigistes
- Représentants des ventes

Envoyez votre CV et votre lettre de présentation à : rh@linitiative.ca

Seules les personnes sélectionnées en entrevue seront contactées

Conjoncture économique

L'économie canadienne entre en récession : s'agit-il de « Great Recession » ?

Frappée de plein fouet par la pandémie de COVID-19 et le krach des prix du pétrole, l'économie canadienne entre, désormais, en récession, affirme l'Institut C.D. Howe (*think tank* économique et social, établi à Toronto) au début de mai 2020. En économie, le terme récession renvoie à une baisse significative touchant l'ensemble de l'économie pendant au moins deux trimestres consécutifs, qui affecte les grands agrégats économiques : production, revenu, emploi, consommation...

Selon les données de la Statistique Canada, et les prévisions de la Banque de développement du Canada (BDC), l'économie du pays connaîtrait deux fléchissements consécutifs lors des deux premiers trimestres de l'année. Après s'être contracté de 2,6% pendant le premier trimestre (estimation approximative), le PIB canadien subirait une baisse de 11% au deuxième trimestre, selon les prévisions de la Banque de développement du Canada (BDC). Selon une note de conjoncture publiée par la Banque Nationale en avril dernier, la contraction du PIB de l'économie canadienne pour l'année 2020 pourrait atteindre 4,8%. Le repli économique constaté depuis mi-mars est généralisé touchant plusieurs industries. Les secteurs les plus affectés par les mesures de confinement sont le tourisme, le transport, la restauration et les services personnels. Cependant, quelques secteurs résistent à cette récession en enregistrant une croissance à l'image de la distribution alimentaire et de la vente en ligne. Les données de Statistique Canada montrent que l'économie du pays a perdu un million d'emplois en mars (dont 264 000 emplois au Québec), ce qui porte le taux de chômage à 7,8%. Cette perte considérable d'emplois vient de mettre fin à une embellie de gains d'emplois qui a duré plus de trois ans. En ce contexte de récession, quelles sont les mesures prises par les gouvernements pour amortir les effets de cette crise ? Et cette récession est-elle durable dans le temps ?

DES MESURES MONÉTAIRES ET BUDGÉTAIRES EXCEPTIONNELLES

Afin d'amortir les effets du repli économique occasionné par la pandémie COVID-19, les gouvernements fédéraux et provinciaux ainsi que la Banque du Canada ont pris des mesures exceptionnelles dans le cadre de leurs politiques monétaires et budgétaires. Pour soutenir l'activité économique et maintenir l'inflation à un niveau bas et stable, la Banque du Canada a décidé d'abaisser son taux directeur trois fois en l'espace d'un mois pour l'établir à 0,25%. Un ajustement visant à maintenir le bon fonctionnement du système financier et à faciliter l'accès au crédit. Afin que les principaux marchés financiers continuent de fonctionner convenablement, la Banque du Canada a mis en place plusieurs programmes d'achat massif d'actifs, notamment les obligations du gouvernement du Canada, pour accroître la liquidité des marchés. De son côté, le gouvernement fédéral a mis en place un plan d'intervention économique pour faire face à la contraction de l'économie et soutenir tant les particuliers que les entreprises via une série de mesures (allocations directes, subventions salariales, prêts sans intérêts, report d'impôts...). Parmi les mesures de ce plan, on cite la prestation canadienne d'urgence (2000\$ par mois durant un maximum de quatre mois pour les travailleurs ayant perdu leur emploi à cause de la COVID-19), qui coûterait 35,5 milliards \$; la subvention salariale d'urgence (vise à aider les entreprises lésées par la pandémie pour payer leurs employés, pouvant atteindre un maximum



de 847 \$ par travailleur par semaine, qui devrait coûter 73 milliards \$... Ce plan d'intervention coûterait plus de 200 milliards \$ au Trésor Public, ce qui pousserait le déficit budgétaire à 252 milliards \$ au terme de l'exercice 2020-21, selon les prévisions du Directeur parlementaire du budget, Yves Giroux.

UNE RÉCESSION PASSAGÈRE OU DURABLE ?

La récession qui frappe le Canada pourrait-elle durer dans le temps et se transformer en « Great Recession » (terme utilisé dans le monde anglophone pour désigner la crise de 2008), voire en une grande dépression (elle qualifie une grave et longue crise économique comme celle qui toucha l'économie mondiale dans les années 1930)?

La réponse à cette question dépend de l'efficacité des efforts consentis pour contrecarrer la propagation du coronavirus, mais également des facteurs qui découlent

de l'économie canadienne et mondiale: comportements des entreprises et des consommateurs (investissements, faillites, baromètre du moral, niveau d'endettement des ménages...), reprise des prix du pétrole (secteur pétrolier compte 8% du PIB canadien), reprise des exportations de biens et services (36% du PIB canadien), compétitivité internationale du Canada (elle dépend de la productivité des entreprises et la valeur du dollar canadien).

Selon un sondage réalisé par Newcom Média Québec auprès des analystes financiers agréés (CFA) membres de CFA Montréal, 60% d'entre eux croient que la récession actuelle durera moins d'une année au Canada. La Banque du Canada se dit inquiète des effets de la pandémie sur l'économie du pays si les mesures de restrictions ne sont pas levées progressivement d'ici l'été. Dans le cas échéant, le repli économique causé par la COVID-19 pourrait être le pire de l'histoire, prévoit cette institution !

Sofiane Idir

Un livre unique
**DANS LA LUMIÈRE
DE LA VÉRITÉ**

Message du Graal

*Ce Message répond clairement
aux grandes questions non
encore résolues concernant
l'existence humaine.*

Prospectus gratuit sur demande:
(514) 774-9148 ou
mibach@videotron.ca

Votre annonce sur le journal
L'initiative
au prix exceptionnel de

15\$

Détails : Noir & blanc

45\$ (x1 mois)

35\$ (x3 mois)

20\$ (x6 mois)

15\$ (x12 mois)

2,5" Largeur X 3,11" Hauteur
Taille de la Police 9 (100 mots Max)

Contact :

514-360-6267 / pub@linitiative.ca

BON ANNIVERSAIRE LILA



Joyeux anniversaire ma grande fille,
tu es ma raison d'être et ma joie
de vivre, je te souhaite une autre
année en santé pleine de surprises
et de découvertes, ta 8^{ème} bougie
t'ouvrera plus de portes vers des
aventures et des rencontres encore
plus passionnantes, **je t'aime très
fort. Ton meilleur ami Abdou.**

Stratégies en emploi

S'adapter au télétravail

Quand on a passé plusieurs mois, voire plusieurs années à se rendre au bureau quotidiennement, il peut être difficile de perdre ses repères et d'être fonctionnel en télétravail. Pourtant, il est possible d'arriver à être efficace, à condition de se mettre dans de bonnes conditions, pour éviter d'être dérouté.

PLANIFIEZ UN HORAIRE DE TRAVAIL

Quand on ne quitte pas le confort de son chez soi, il peut être ardu de se conformer à un horaire. C'est pourquoi, un rituel matinal est de mise, puisqu'il permet de marquer une coupure entre le temps personnel et le temps de travail. Il faut surtout, se fixer un horaire réaliste qui, dans un premier temps, cadrera avec les objectifs de son employeur, sans nécessairement être calqué sur celui-ci. Certains ont des obligations familiales, alors que d'autres ont des rythmes physiologiques différents qui ne leur permettent pas de suivre leur horaire habituel avec la même rigueur. Il importe donc, de mettre en place un horaire qui respecte à la fois la charge de travail et ses capacités.

PRÉVOYEZ UNE ZONE DÉDIÉE AU TÉLÉTRAVAIL

Pour prévenir la confusion entre les tâches

professionnelles et personnelles, il est préférable d'avoir une pièce à part ou un espace dédié au travail. Qu'il s'agisse d'une pièce, une table dans un coin d'une pièce face au mur ou à la fenêtre ou même un espace séparé par un rideau, s'il le faut. Cela vous fera sentir davantage comme au bureau, à moins que vous ne soyez assez discipliné pour faire abstraction de tout ce qui tourne autour de vous.

On peut aussi, marquer une différence en s'habillant de manière professionnelle bien que l'on soit tenté d'opter pour une tenue de jogging. Un rituel de préparation peut aider certaines personnes à bien débiter la journée.

FIXEZ-VOUS DES OBJECTIFS

Il faut d'abord se fixer ses propres objectifs et s'y tenir, tout en répondant aux besoins de l'employeur. Il est important de les écrire et de noter physiquement ceux qu'on a réalisés. Cela donne un sentiment d'accomplissement à la fin de la journée. Il est cependant, recommandé de morceler les gros objectifs en petites tâches de manière à éviter le découragement et pour ne pas

avoir le sentiment de stagner.

DEMEUREZ CONCENTRÉ SUR SES TÂCHES

Certaines tâches exigent de la concentration et il est parfois, plus difficile de demeurer attentif à la maison, en raison des tentations se trouvant à notre portée (télé, tâches ménagères, etc.). L'utilisation d'une minuterie pourrait alors vous être utile pour vous obliger à demeurer attentif pendant une certaine période de temps. De même, le fait de savoir qu'il reste une certaine période de temps au travail permet parfois d'effectuer un petit sprint pour terminer une tâche.

RESTÉ BRANCHÉ : LA CLÉ POUR BRISER L'ISOLEMENT

Si vous le pouvez, échangez avec vos collègues de travail. Que ce soit par courriel ou dans un espace de type team works, voire même par téléphone, la communication entre collègues est essentielle à la motivation. Vous pourrez ainsi, demeurer à l'affût des derniers développements et participez aux différentes réunions de votre service. Dans un autre ordre d'idée, vous pouvez également prévoir une pause

sur le web avec vos collègues afin de décompresser.

PRENEZ UNE PAUSE-SANTÉ

Lorsqu'on est au bureau, la pause-santé se fait souvent naturellement : un collègue nous invite à aller prendre l'air ou vient bavarder quelques minutes avec nous. Chez soi, c'est un peu plus compliqué. Certes, il y a des avantages, on peut faire son lavage ou faire cuire le souper de la soirée, mais le risque, c'est de passer toute sa journée en pause. Il est donc, suggéré de noter tout ce que vous devez faire durant la journée. Une fois cela fait, vous devez établir vos priorités et tentez le plus possible, de respecter l'horaire établi chez son employeur. On conserve ainsi, ses repères. Toutefois, la physiologie humaine étant ce qu'elle est, il y a des moments où l'on est plus productif et d'autres où on l'est moins. On peut donc en profiter pour enclencher les à-côtés domestiques à ces moments. Il est également conseillé d'écouter son corps. Votre migraine ou votre dos vous font souffrir et vous empêchent de vous concentrer ? Il est peut-être temps de faire une pause.

Martine Dallaire, B.A.A.



Centre TIMGAD Express
Bienvenue Chez FATEH

Installation, Balancement électronique
Réparation et modification (silencieux)

10471 av. Drapeau,
Montréal Nord, H1H 0A3
(coin blv. Industriel)
514-325-2626



ASSOCIATION DE LA SÉPULTURE MUSULMANE AU QUÉBEC

NOTRE MISSION

- Aider les familles dans le besoin à vivre leur deuil ;
- Assister, encadrer et orienter les personnes dans le processus funéraire ;
- Veiller au respect de rite et traditions funéraires musulmans ;
- Trouver des lieux de sépulture (cimetières) appropriés ;
- Protéger et promouvoir le patrimoine funéraire musulman au Québec ;
- Sensibiliser et informer la communauté de tout ce qui concerne le domaine funéraire.

CONTACTEZ-NOUS : 514 528 1084
2675, rue Lacordaire, Montréal (Québec) H1N 2M5
info@sepulturemusulmane.ca | www.sepulturemusulmane.ca



Centre de recherche d'emploi Côte-des-Neiges Job Search Centre

Vous cherchez un emploi ? NOUS POUVONS VOUS AIDER !
Looking for a job ? WE CAN HELP YOU !

SERVICES GRATUITS FREE SERVICES 514-733-3026

crecdn.com / info@crecdn.com

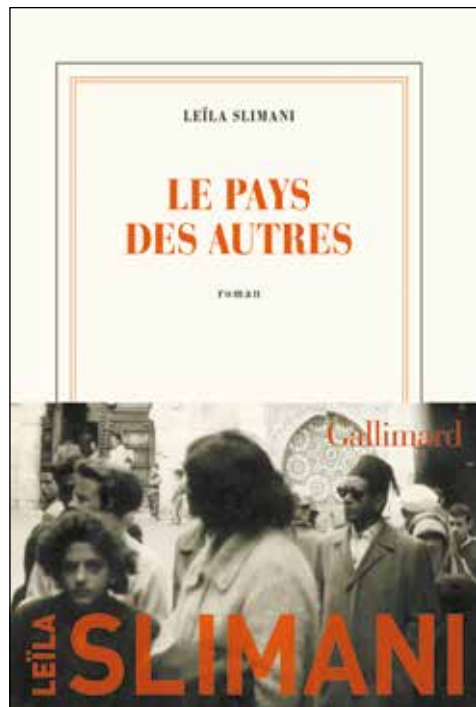
3600, Barclay Ave, Suite 421, Montreal, Qc H3S 1K5

Avec la participation financière de : **Québec**

Certifié : **EMPLOYEUR REMARQUABLE®**
CERTIFIÉ PAR LE BNS

Le citrange dans "Le pays des autres", de Leïla Slimani

Un arbre pour souder les liens



deuxième guerre mondiale à travers deux personnages Amine et Mathilde. Une alsacienne et un combattant marocain dans l'armée française. Après la libération le couple s'installe à Meknès. La nouvelle vie à laquelle est confrontée Mathilde, celle d'être isolée à la ferme avec ses deux enfants, lui procure des sentiments ambigus.

L'ÉTRANGER CHEZ LES AUTOCHTONES

Les différences prennent tout leur sens quand l'âge avance. En effet Mathilde constate les hostilités, les injustices et les maltraitances réservées aux femmes. Elle-même n'échappe pas à cette réalité. Elle qui n'est pas habituée à courber l'échine devant les hommes se retrouve dans un environnement où tout est collectif. La cohabitation avec les autochtones est de plus en plus difficile. Considérée comme l'étrangère, ses faits et gestes sont épiés et scrutés à longueur de journée. Elle étouffe mais essaye de s'occuper pour apporter le

meilleur d'elle-même comme le jour où elle a été voir le docteur Palosi non parce qu'elle avait un problème de santé, mais pour solliciter son aide auprès des patients qui souffraient : Rabia qui avait des plaques sur le ventre et qui vomissait, et le fils de Jmia, âgé de dix-huit-mois qui ne pouvait pas se mettre debout. Elle apporte ce qu'elle peut pour que son statut de femme ne soit pas minimisé. Son arrivée au Maroc a bouleversé toutes ses habitudes. Mais en écrivant à sa sœur elle préférerait enjoliver le tableau : «Elle prétendait que sa vie ressemblait aux romans de Karen Blixen, d'Alexandra David-Néel, de Pearl Buck ». Dans son attitude, elle montre la transformation subie. Celle de soigner l'image au détriment de ce qu'elle ressent.

Ce roman invite à la réflexion sur la cohabitation avec celui qui est considéré comme l'étranger. Le lieu de vie influe-t-il sur la manière d'appréhender les choses ? L'adaptation passe-t-elle forcément par la mise en veilleuse de ses propres principes ?

En prenant les deux personnages Amine et Mathilde, Leïla Slimani décrit avec un style direct des scènes de violence qui heurtent la sensibilité du lecteur. D'une séquence à l'autre, un mélange de sentiments paradoxaux naissent. Il est difficile de cerner le sens de l'amour dans cet environnement. Si le pays des autres appartient aux autres c'est qu'il garde en lui des traditions qui réfutent plutôt qu'invitent. Dans ce sens Mathilde se bat pour se faire entendre, comprendre. Puisqu'Amine retrouve son milieu, il n'éprouve aucun besoin pour modifier ses habitudes. Malgré les difficultés, un citrange est planté pour signer la possible entente.

Le pays des autres est un roman qui incite à s'interroger sur la vraie notion de l'étranger.

Lamia Bereksi Meddahi

'Le pays des autres, Leïla Slimani, Ed/Gallimard, 2020. 368 pages.

Le roman *Le pays des autres*¹ de Leïla Slimani, lauréate du prix Goncourt en 2016, revisite les événements de la

DC Comics Rebirth

À la découverte de Shazam T.1 et Birds of Prey T.1

Les fans de comics seront ravis de découvrir la collection Rebirth qui est éditée chez Urban Comics lancée aux États-Unis depuis 2016. Pour se mettre en contexte « Rebirth » est le point de départ d'une toute nouvelle période pour les personnages de l'Univers DC que tels que Batman, Superman, Wonder Woman, Flash, Green Arrow, Green Lanterns, ou encore Justice League. En somme, il s'agissait pour les éditeurs de dépoussiérer l'histoire de nos héros préférés et de remettre au goût du jour, différents détails qui entourent parfois l'origine des personnages, leurs pouvoirs, leur entourage et surtout leur rapport à la société qui évolue. Ce faisant, cette stratégie de mise à jour si l'en est de l'univers DC a porté ses fruits que ce soit pour fidéliser les fans de la franchise ou pour attirer une nouvelle génération de lecteurs.

D'ailleurs, le renouveau graphique des dessins auxquels se sont ajoutés des longs-métrages animés a conforté les studios DC à investir dans des projets cinématographiques pour donner vie ces dernières années à des films à grands budgets tels que Batman, Superman, Wonder Woman, Suicide Squad, Aquaman ou encore Justice League. Le renouveau du genre a aussi impulsé la création de séries à succès tels que Flash, Green Arrow, Supergirl ou encore Batwoman.

Bref, avec la série des « Rebirth » on ne peut que se délecter à lire, à relire et à apprécier la qualité graphique des dessins, d'autant qu'avant d'embarquer dans chaque histoire, l'éditeur prend soin de remettre les lecteurs dans le bain en ajoutant des notices biographiques succinctes et de brefs rappels qui permettent de se mettre en contexte.

On l'aura compris, une plongée dans le monde des comics est aussi un voyage immersif qui fait appel à l'imagination des lecteurs et s'adresse aussi bien aux jeunes et qu'aux plus grands. Parmi ces œuvres deux séries qui ont fait l'objet d'une adaptation cinématographique : Shazam et Birds of Prey.

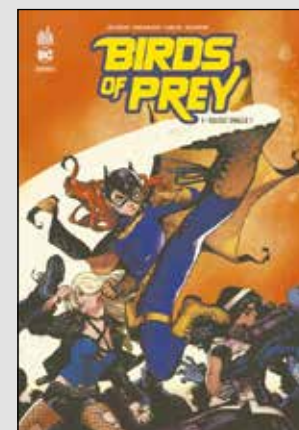
SHAZAM REBIRTH TOME 1

Le premier album de la série est intitulé « Les sept royaumes magiques » qui englobe les six premiers épisodes de la série qui est signé par le scénariste Geoff Johns. Dans cette nouvelle aventure de la famille Shazam, Billy Batson et sa fratrie se retrouvent en face du rocher d'éternité qui divulgue la carte de sept royaumes. La tentation pour Billy, Freddy, Eugène, Mary, Pedro et Darla est grande pour découvrir le premier royaume celui de l'amusement. Malheureusement la situation attrayante de ce royaume est illusoire et les six jeunes gens sont séparés. Pedro et Eugène sont projetés dans le royaume du jeu, Darla et Freddy se retrouvent dans le royaume sauvage, tandis que Billy et Mary restent prisonniers de King Kid du royaume de l'amusement qui aspire à devenir le septième champion du trône vacant. Comme toujours l'univers fantastique de Shazam réussit à captiver les lecteurs à travers la trame narrative et le talent des dessinateurs.



BIRDS OF PREY REBIRTH TOME 1

Le premier volume de Birds of Prey est signé par les sœurs Julie et Shawna Benson qui rappelons-le, sont des productrices et des scénaristes qui sont bien connues du monde de la tété américaine et surtout de la planète BD, car elles ont déjà travaillé ensemble pour écrire d'excellents scénarios dans Green Arrow et Heroes in Crisis. Dans ce premier volume qui s'intitule « Qui est Oracle ? », on découvre les premiers épisodes de Batgirl and the Birds of Prey qui ont été publiés entre 2016 et 2017. Barbara Gordon alias Batgirl, Dinah Lance la nouvelle Black Canary et Helena Bertinelli qui se cache sous le masque de Huntress mènent une enquête qui les conduira à combattre l'Aspic et toute l'équipe des reptiles et d'autres super-vilains. Pour raconter les aventures des héroïnes, rien de tel donc que le regard de scénaristes femmes qui apportent une valeur ajoutée au monde de la bande dessinée que ce soit au niveau des scénarios et au niveau des dessins, ainsi qu'au cinéma comme on a pu le voir dans l'adaptation sur grands-écrans de Birds of Prey qui a été réalisé par Cathy Yan. Pour la petite histoire, on retrouve la talentueuse Margot Robbie qui interprète le rôle de la non moins dangereuse Harley Quinn, dans ce long-métrage où elle fait équipe avec Huntress, Black Canary et Renee Montoya pour combattre Black Mask.



Réda Benkoula

Il raconte comment son père décédé est réapparu pour l'illuminer

Dannick Bouchard / Auteur-compositeur-interprète

De Saint-Constant au Québec, retentit en ce début de printemps une poésie féérique d'un chanteur hors du commun, car illuminé un soir de février dans tout son être par la réincarnation d'un père décédé alors qu'il n'avait que onze ans, mais revenu un soir comme par enchantement pour ne plus jamais le quitter un seul instant. L'enfant prodige avait perdu son père il y a de cela quinze années, ce jour-là, il le trouva inerte dans la baignoire, après avoir succombé à un malaise cardiaque. Et depuis cet instant-là, la vie de Dannick changea pour toujours ! À vingt-six ans, la nuit d'une mort subite, Dannick se remémore bien comment il avait côtoyé l'autre monde et ses anges, nous expliquant dans les détails comment en l'espace de 5 jours, il reçut les premiers enseignements de cette force inconnue; «Fait cinq jours je ne dors pas, la lumière est trop forte ! Le soir je vais mieux, l'infection est partie mais je ne dors plus, j'entends des voix, je me fais chatouiller, je ris tout seul, je pleure come un cinglé.» Écrivait Dannick sur un calepin ce dont il se rappelait durant la « semaine d'illumination », qu'il nous décrit comme une vraie possession, une force venue se saisir de tout son être.

5 JOURS DE LUMIÈRE, DE RÉVÉLATION ET DE POSSESSION !

Tout commença par une sortie entre amis fin février dernier pour assister à un concert. Accro à la cocaïne, Dannick en abusera cette nuit-là, et une overdose le fit quitter ce monde un certain temps. Jusque-là, rien d'extraordinaire, si ce n'est la suite des événements. En effet, le destin décidera que Dannick continuerait à vivre ! Un récit qui relève certes de l'imaginaire et

de l'incroyable, mais il suffit d'écouter ses chansons poétiques et de ressentir cette énergie qu'il dégage, pour accepter le fait qu'il soit réellement illuminé, comme un coup à la tête qui nous réveille d'un long sommeil.

Durant cinq jours passés sur son lit d'hôpital, Dannick explique comment il a reçu la visite de son défunt père. « Nous étions sortis entre amis pour aller assister au concert de Dadju, mais cette nuit-là, après une overdose, on m'a emmené à l'hôpital. C'est là que durant cinq nuits, j'ai senti la présence de mon père venu me transmettre un message. J'ai senti comme une illumination, et depuis ce jour-là, papa ne m'a jamais quitté. C'est lui qui m'a inspiré dans mes dernières chansons, comme s'il était revenu terminer son œuvre. Je me sentais possédé, nous ne formions désormais qu'une personne lui et moi.» Nous révèle-t-il. Quelle histoire !

Dannick nous avoue même que du jour au lendemain, il se mettait à parler anglais, alors qu'avant cette « illumination », il n'en maîtrisait pas autant. « Je me débrouillais pas mal en anglais, mais maintenant, je parle couramment, comme si je connaissais l'anglais depuis toujours. » Ajoute l'enfant de Notre-Dame-Des-Prairies. Comme si Marcel et son fils venaient de renaître en même temps, ne faisant désormais qu'un ! « Merci à la vie de me laisser vivre enfin mon rêve, merci à Marcel Mercier. Maintenant, ils me dictent quoi faire (les anges), je ne suis qu'un porteur de mélodie. En son nom (son père), je répandrais la joie autour de moi. » Affirme-t-il, persuadé que cette expérience de mort subite n'est autre qu'une bénédiction de Marcel.

Et depuis ce jour d'illumination, les textes



Dannick Bouchard « Mon père est revenu pour me faire vivre son rêve »

fusionnent dans son esprit, accompagnés d'une énergie musicale parfois douce, et parfois électrique ! Tout un art que Dannick se plait à transmettre sans intermédiaire, sans avoir recours à personne, lui seul est le maître de son œuvre, comme il nous le raconte ; « J'ai mon enregistreur toujours sur moi. Quand j'ai un air dans ma tête, je le fais avec ma bouche, et pour les paroles, je ferme mes yeux et je laisse aller mon imagination. Après je retranscris sur mon logiciel pour y donner de la magie, quelque chose de vraiment naturel...pas

du blablabla écrit par quelqu'un d'autre, non ! Moi c'est ma magie, pas celle d'un autre, sinon ça gâche tout ! » Confie Dannick, auteur de dizaine de chansons écrites en l'espace de quelques jours, force étrange oblige, dont deux de ses meilleurs morceaux ; « Comme un soldat » (Like a soldier), et « Le Remède » (The Cure), à vous d'apprécier...

...Lire l'intégralité de l'interview sur linitiative.ca

Propos recueillis par Hamid Si Ahmed

Meb Rock auteur de « Hélas ! » paru aux éditions Edilivre

Le récit d'un passionné à la plume déchirée

Entre le bien-être et la douleur, la joie et la tristesse, il n'y a parfois qu'un pas à franchir, le temps d'un soupir, tant la vie est pleine de sentiments égarés et désespérés, qui peuvent chavirer d'une rive à l'autre. Vivre avec ce sentiment de remords et de désespoir peut parfois donner sens à une vie, expliquer pourquoi s'affronter soi-même peut aussi être une raison d'être. Telle est cette magie de la poésie que nous raconte le recueil « Hélas ! », dans toutes ses facettes, dont l'auteur Meb Rock¹ ne s'en cache pas de cette force des mots qui bouleverse, qui manipule et qui nous fait rêver.

Nous accordons que la vie est ainsi faite, mosaïquée par les différentes forces de la nature et des hommes, ou parfois l'esprit se perd dans les profondeurs du doute et du

vide. Un vide dont se nourrit l'auteur pour exprimer les limites de ses espoirs et de ses croyances, avec cette mélancolie éternelle qui même en temps de joie, nous colle à la peau. Le récit de Meb Rock retrace une vie réelle monotone, sous l'emprise des caprices et des rêveries, mais qui se voit toujours ensorcelé par ce sentiment de rejet, de se plaire à vouloir caresser la solitude et l'inquiétude. Quand les regrets disparaissent, la passion les remplace... »

Au début de l'ouvrage, les poèmes « L'éden du poète », « Sentiment du poète », « Ô Muse ! », « Beau poème », « Disciple de la vie », ou « L'aube ! », nous ouvre déjà les portes de la solitude, de la peur et de la tristesse. D'enchaîner au milieu du recueil avec « Ma solitude », « L'isolement », « Perdition »,

« Détresse », « Joute avec la mort », ou bien « L'angoisse », ou l'on ressent vraiment chez l'auteur cette mélancolie éternelle qui témoigne d'une manière de penser et de décrire la vie aux limites du désespoir. Meb Rock ne nous prive pas néanmoins de jolis passages plaisants et amusants, comme « Les vapeurs du vin », « Chère madame », « La merveille », ou « Mon cœur rêvait », avec cette lueur d'espoir qui apparaît parfois comme des clichés enfouis dans son subconscient, comme pour rappeler que ce n'est après tout, qu'une manière de penser, que l'amour des mots exprime.

Hamid Si Ahmed

¹Découvrez l'entretien avec l'écrivain et poète algérien Meb Rock sur linitiative.ca



Arts visuels

L'occupation de l'espace public par le street art

Street art, art urbain ou art public que ce soit sous forme de tag ou de graffitis, sont des formes d'expression artistique très souvent confondues par la population. Pourtant, il existe des différences marquées entre ces différentes formes d'expression.

DES PHÉNOMÈNES DIFFÉRENTS

Si on relie habituellement, l'art public à une commande découlant d'une institution publique ou privée, habituellement installée à l'intérieur ou à l'extérieur d'un espace à vocation publique, le plus souvent rattaché à la mission du lieu hôte. Il s'agit d'œuvres permanentes. Quant à l'art urbain, il découle à l'origine, de la pratique du graffiti et remonte aux civilisations anciennes, le graffiti a évolué au gré des époques. On le définit aujourd'hui comme étant une inscription ou un dessin satirique ou caricatural, griffonné sur un mur, sur un monument public ou sur un quelconque véhicule permettant de faire voyager le graffiti. Si le graffiti fait partie de l'art de rue, aux yeux de certains, il est, pour d'autres, illégal et associé au vandalisme et ce, même si certaines œuvres visuelles sont beaucoup plus élaborées dans l'espace public, que le graffiti. Finalement, si vous

ignorez ce qu'est le tag, il consiste à marquer son territoire par l'inscription du nom ou du surnom de l'adepte de ce mode, pour se faire connaître et laisser la trace de son passage ou de son identité, aux plus grands nombres d'endroits visibles. Les murs, les trains et les camions aussi, car ils se déplacent et sont des supports idéaux. La signature est stylisée et doit se faire rapidement puisque cette pratique est interdite. La plupart de ces partisans sont jeunes et en quête d'identité, mais ne veulent pas être identifiables.

LE STREET ART : UN MOUVEMENT QUI PREND DE L'AMPLEUR, MAIS AU VISAGE CHANGEANT

Le mouvement street art est considéré, par plusieurs, comme initiateur d'œuvres, bien qu'éphémères, souvent grandioses et très puissantes, véhiculant un message social ou politique. Si les créateurs ne tiennent pas à être reconnus, ils veulent toutefois, rendre leurs messages visibles. On sait toutefois, que les artistes du street art sont majoritairement constitué de créateurs masculins, même si, on retrouve tout de même dans ce groupe, un faible pourcentage de femmes. De même, la génération actuelle



étant moins marginalisée, cette dernière est moins attirée par ce mouvement que la précédente.

Il y a une vingtaine d'années, les graffeurs pratiquaient un art brut et illégal, exprimant leur identité et souhaitant faire voyager leur art. Or, cette forme d'art a changé, ainsi que les outils employés. Certains graffeurs sont devenus muralistes, leur permettant de faire de leur art, un gagne-pain. Cependant, la relève s'avère presque inexistante, puisque seuls, de petits groupes de jeunes font du tag. L'avenir du street art, dans sa forme pure, n'est donc pas assuré, car il s'institutionnalise de plus en plus. En outre, il y a désormais un marché pour cette forme d'art, en mutation, devenant légal et gagnant en popularité et

qui sert même le domaine de la publicité.

UNE EXPRESSION DES VALEURS DE CRÉATEURS ÉMERGENTS

La valeur subversive du street art est très puissante et les motivations qui poussent les artistes à afficher leur art dans la rue sont des plus variées. Parfois par activisme, parfois pour signifier un mécontentement face à un fait de société, ou tout simplement pour passer un message percutant. Le street art s'avère donc la tribune de ces artistes contemporains, puisqu'il agit d'un médium de communication très puissant qui vise un large public et qu'il est facilement accessible et visible.

EN RÉACTION AUX BOULEVERSEMENTS DE SOCIÉTÉ

Bien qu'on ait pu observer les graffitis au cours des dernières décennies, suite aux guerres ou aux soulèvements populaires par exemple, le mouvement a pris son véritable sens vers la fin des années 1970, en Europe. Reste à voir la place qu'il prendra au cours des prochains mois.

Martine Dallaire, B.A.A.

Chroniques des centres d'appels
- Réda Berkesi -

« C'est donc avec humour que le livre nous relate des nouvelles drôles. »
Anne-Lovely Etienne, Le Journal de Montréal

« L'actualité des livres – Sortie de la semaine. »
Chantal Guy, La Presse

« Le livre prend en compte des paroles que nous pensons insignifiantes, pour leur accorder toute l'importance qu'elles méritent. »
Lamia Berkesi Meddahi, L'initiative

« L'auteur transmet avec humour les préoccupations et les soucis de la société canadienne. »
Colette Dergham, RCI Radio Canada

Chroniques des centres d'appels
En vente en ligne uniquement en format PDF sur linitiative.ca