



L initiative



PERSPECTIVES ÉCONOMIQUES

L'économie canadienne vers un coup de frein en 2026 ?

Page 3



DOSSIER EMPLOI & ENTREPRENARIAT

Pages 4 & 5



PORTRAITS

- Karima Bougherara
- Moumouh

Page 10

Solidarité

De l'aide financière pour composer avec les coûts liés au cancer

Au Québec, plusieurs organismes proposent des aides financières aux patients vivant avec le cancer pour alléger les coûts liés aux traitements, au transport, à la perte de revenus et aux besoins quotidiens. Ces soutiens monétaires sont souvent accessibles selon les revenus et la situation familiale. Les principales formes d'aides financières disponibles proviennent d'organismes sans but lucratif ou fondations. Cependant, les deux paliers de gouvernement offrent des crédits pour diminuer la charge fiscale des patients et leurs familles.

**La Fondation québécoise du cancer**

La Fondation offre différentes formes d'aide comme le programme d'aide à la vie quotidienne (PAVQ), lequel constitue une aide de dernier recours pour les personnes cancéreuses ayant un faible revenu. Elle fournit également des services complémentaires tels que de l'hébergement à prix réduit, du transport, et du soutien psychologique. La FQC propose aux personnes atteintes de cette terrible maladie, en situation de précarité, des services juridiques. Ces dernières peuvent faire appel à l'équipe d'avocat.e.s et de notaires de Juripop afin de les accompagner dans leurs démarches juridiques en matière de droit civil, droit de la famille, droit du logement, droit contractuel et droit successoral. Cependant, pour toutes ces formes d'aide, seules les demandes soumises par les travailleurs sociaux ou intervenants en oncologie, accrédités par la Fondation québécoise du cancer, sont analysées. En plus, de proposer les services indiqués précédemment, la FQC permet aux patients de participer gratuitement à différentes activités de loisirs, un aspect non négligeable, puisque ce genre d'ateliers est généralement plutôt onéreux. On compte parmi ces gratuits, l'art thérapie, la méditation guidée, la kinésiologie, la

massothérapie, le yoga et l'acupuncture.

La Société canadienne du cancer

Connue depuis longtemps, pour son soutien envers les personnes malades d'un cancer et leurs familles, la SCC défraie une partie des coûts liés aux déplacements vers les lieux de traitement (essence, taxi ou autobus). Elle peut, de plus, aider à trouver un chauffeur bénévole, en plus de procurer un hébergement temporaire pour les personnes qui souffrent de cette maladie (et parfois leurs proches) qui doivent se déplacer hors de leur domicile pour traitement. Finalement, elle effectue le prêt ou le don de matériel de soutien (prothèses capillaires, prothèses mammaires, matériel pour stomie, matériel de soutien pour lymphœdème, accessoires d'incontinence) sous certaines conditions et aspect, ainsi qu'un site web regorgeant de conseils destinés aux patients et leurs familles. Un document de soutien pour personnes atteintes de cancer du sein indique que la SCC compte parmi les services remboursables, les services de garde des enfants, parmi les dépenses que l'aide peut couvrir dans ce contexte.

Leucan : Spécialement pour les patients pédiatriques

Pour les familles devant composer avec une unité en oncologie pédiatrique, l'organisme Leucan défraie le gardiennage des frères et sœurs lors des nombreux déplacements pour les traitements, mais propose aussi, des bourses d'accueil et une bourse de soutien trimestrielle, ainsi que des bourses d'études pour encourager les patients dans la poursuite de leurs études.

Les services de popote roulante

Oui, les personnes touchées par cette pathologie, ont accès à la popote roulante au Québec, surtout si elles vivent une perte d'autonomie temporaire ou permanente liée à la maladie. Ce service est offert par plusieurs organismes communautaires et peut être adapté aux besoins nutritionnels et médicaux. La popote roulante est un service de livraison de repas chauds et équilibrés à domicile, destiné principalement aux aînés, aux personnes en convalescence, aux malades chroniques, dont le cancer, ainsi qu'aux personnes ayant des limitations physiques ou cognitives. Vous pouvez accéder au service en communiquant avec un CLSC, un travailleur social ou en appelant directement l'organisme. Les repas sont souvent à faible coût (entre 5 \$ et 8 \$), et il est possible de recevoir plusieurs repas par semaine selon vos besoins.

Les programmes d'aide financière gouvernementaux

Différents crédits d'impôt provinciaux permettent aux familles dont un des membres souffre du cancer, d'économiser sur leur facture fiscale. En effet, Revenu Québec offre des crédits remboursables et non remboursables, destinés à alléger le fardeau financier des personnes malades, tels que le crédit d'impôt pour frais médicaux, le crédit d'impôt pour aidants

naturels : si vous soutenez un proche atteint de maladie, ainsi que le programme de soutien aux personnes handicapées : selon les limitations fonctionnelles causées par la maladie. Il existe aussi, un programme d'exonération financière pour services d'aide à domicile (PEFSAD) élaboré par le Gouvernement du Québec visant la réduction du coût des services à domicile (y compris le repas) selon le revenu. On y trouve les informations sur Québec.ca

Pour tous ces programmes gouvernementaux ou non, il est conseillé de conserver tous vos reçus liés aux traitements, déplacements et hébergement, ainsi que vos données financières, incluant vos déclarations de revenus, à portée de mains, question de bénéficier rapidement des aides offertes. N'hésitez pas à vous faire accompagner par un travailleur social en oncologie pour vous aider à compléter les formulaires et accéder aux bons programmes.

Martine Dallaire, B.A.A.

Votre annonce
dans cet espace

à partir de

15\$

Contact :

514-360-6267

pub@initiative.ca

ABONNEMENT

Un an d'abonnement (12 numéros) pour un montant de 36 \$

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.

Perspectives économiques

L'économie canadienne vers un coup de frein en 2026 ?



Dans un contexte mondial marqué par des incertitudes persistantes malgré les efforts d'adaptation suite à la hausse des droits de douane, les projections de croissance mondiale, selon le FMI (Perspectives de l'économie mondiale, octobre 2025) anticipent un ralentissement modéré de la croissance pour 2026. La croissance mondiale devrait ralentir, de 3,2% en 2025 à 3,1% en 2026.

Les économies avancées devraient connaître une croissance plus faible (environ 1,5%), tandis que les marchés émergents pourraient afficher une reprise plus forte (plus de 4%). L'inflation devrait continuer de reculer à l'échelle mondiale, tout en affichant des écarts selon les pays : elle demeurerait au-dessus des cibles aux États-Unis, avec des risques de hausse, tandis qu'elle resterait plus modérée dans les autres économies. Selon toujours les projections de l'institution de Bretton Woods, les perspectives pourraient être revues à la baisse en raison de l'incertitude persistante liée à la montée du protectionnisme et aux divers risques économiques et financiers. Dans un contexte économique qui demeure marqué par de nombreuses incertitudes, quelle trajectoire l'économie canadienne suivra-t-elle en 2025 ?

Un ralentissement de la croissance, mais loin d'une récession

Pour l'année 2026, l'économie canadienne devrait connaître un ralentissement modéré en raison de plusieurs facteurs internes et externes. Plusieurs institutions et groupes d'analyse s'accordent sur un scénario de croissance nettement inférieure aux rythmes observés avant les perturbations liées aux droits de douane et aux tensions commerciales. La Banque du Canada dans son rapport sur la politique monétaire (octobre 2025) s'attend à ce que l'économie canadienne progresse de 1,4% en 2026. Cette trajectoire

demeure toutefois loin d'une récession selon les perspectives économiques de BMO (décembre 2025), qui prévoit une croissance modérée sans contraction généralisée. Ce ralentissement s'explique principalement par les effets négatifs de droits de douane qui affectent à la fois les exportations de produits non énergétiques, notamment l'automobile, l'acier et l'aluminium, la demande intérieure et les investissements des entreprises.

Cependant, malgré l'évitement d'une récession nette, le marché de l'emploi demeure fragile avec un taux de chômage qui ne cesse d'augmenter ces derniers mois pour atteindre 6,5% (Statistique Canada). BMO s'attend à ce que le taux de chômage augmente légèrement au premier semestre de 2026 pour dépasser la barre des 7% avant de connaître une baisse au deuxième semestre, sous l'effet d'une croissance économique plus vigoureuse. Dans une telle perspective, le déficit budgétaire, qui avoisine aujourd'hui près de 2,5% en raison des mesures prises tout au long de 2025 pour soutenir l'économie canadienne (soutien aux entreprises, infrastructures et défense) devrait progressivement baisser.

L'évolution de l'économie canadienne en 2026 sera marquée par des différences régionales notables. En effet, l'économie du pays ne progressera pas de manière uniforme. Selon le Conference Board,

des provinces comme Terre-Neuve-et-Labrador et Saskatchewan devraient afficher une croissance supérieure à la moyenne nationale en 2026, grâce à une moindre exposition aux tarifs commerciaux et à des économies diversifiées. À l'inverse, des provinces comme le Québec et l'Ontario pourraient être plus lentement tirées vers le bas par des secteurs manufacturiers plus exposés aux tensions commerciales avec les États-Unis. Selon le Conference Board, l'économie québécoise devrait enregistrer la croissance la plus faible au Canada en 2026, avec une progression de ses exportations d'électricité vers les États-Unis.

Sofiane Idir

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

L'initiative

Éditeur : Réda Benkoula

Contact : admin@linitiative.ca

Téléphone : 514-360-6267

Site web : linitiative.ca

 : facebook.com/linitiative.ca

 : https://x.com/linitiativemtl

 : linkedin.com/company/linitiativevmtl

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

• Représentants des ventes

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

Seules les personnes sélectionnées en entrevue seront contactées

Financé en partie par le gouvernement du Canada dans le cadre du programme Fonds du Canada pour les périodiques



Entreprenariat

En quoi la perte d'entreprise est-elle différente de la perte en capital ?

Le contribuable peut et a le droit de déduire les pertes d'entreprise subies dans l'année, de tous ses autres revenus. De plus, toute perte non déduite peut être reportée sur les trois années antérieures et sur les vingt années subséquentes. Toutefois, assurez-vous que le montant déduit ne vous fera pas perdre vos crédits d'impôt non remboursables (crédits personnels, crédits pour dividendes et autres).



Une différence importante

Votre entreprise a subi une perte ? Au lieu de la voir comme un simple déficit, il est possible d'en faire un véritable outil fiscal. Les pertes fiscales reportables peuvent vous permettre de réduire l'impôt sur des bénéfices réalisés dans le passé ou à venir, améliorant ainsi

vos finances et optimisant votre fardeau fiscal.

Toutefois, toutes les pertes ne se valent pas : certaines relèvent des pertes d'exploitation, d'autres du report de pertes en capital, et certaines encore concernent les investissements dans des entreprises privées. Bien comprendre la nature de ces pertes et utiliser une stratégie de report adaptée vous aidera à maximiser vos économies d'impôt tout en renforçant la gestion de votre situation financière.

Attention! Cette perte est différente de la perte en capital

Une perte fiscale reportable correspond à une perte subie par une entreprise durant une année d'exploitation. Cette perte est strictement liée à un exercice financier et non, à une perte subie lors de la revente d'un actif mobilisé ou immobilisé appartenant à l'entreprise, laquelle s'avère plutôt une

perte en capital.

La perte d'entreprise dont il est question ici, est véritablement celle qui découle des activités économiques elles-mêmes, soit un déficit d'exploitation mieux connue sous l'expression québécoise « être dans le rouge ». Cette perte d'exploitation, peut être utilisée pour diminuer l'impôt à payer en la déduisant de revenus imposables passés ou futurs. Cette mesure permet soit de récupérer une partie des impôts déjà versés, soit de réduire l'impôt sur les bénéfices à venir. Elle a également une limite de report avant de 20 ans et non, illimitée comme pour la perte en capital.

Au Canada, les règles fiscales prévoient deux possibilités d'utilisation : un report rétrospectif sur trois ans, c'est-à-dire que l'entreprise peut appliquer ses pertes aux trois années précédentes où elle a réalisé des bénéfices, ce qui lui donne droit à un remboursement d'impôt.

La seconde option est le report prospectif jusqu'à 20 ans, c'est-à-dire que les pertes peuvent être utilisées pour réduire un revenu imposable futur, ce qui diminue l'impôt sur les bénéfices ou les gains en capital imposables des années suivantes.

Pourquoi le report d'une perte d'entreprise est-il permis ?

Cette marge de manœuvre fiscale aide les entreprises à traverser les fluctuations économiques, à maximiser leurs économies d'impôt et à stabiliser leur situation financière à long terme. Elle permet également d'optimiser la déclaration T2 en veillant à ce que toutes les pertes admissibles soient correctement revendiquées et utilisées de manière stratégique, en conformité avec les exigences de l'Agence du revenu du Canada.

Martine Dallaire, B.A.A.

Recherche d'emploi

L'apparence physique durant un processus d'embauche

L'apparence physique exerce-t-elle toujours une influence sur la carrière ? Il semblerait que oui, selon une recherche menée à HEC Montréal, par une experte en recrutement et sélection du personnel. Toutefois, les critères d'évaluation diffèrent selon le secteur d'activité.

Dans les milieux à forte composante créative, les cheveux colorés ou les piercings seront généralement mieux acceptés que dans des environnements plus traditionnels. Cependant, dans ces secteurs orientés vers la mode et les tendances, on s'attendra également à ce que la présentation du candidat soit particulièrement soignée.

L'habit ne fait pas le moine, mais...

Contrairement au proverbe bien connu, cette perception ne correspond pas entièrement à la réalité du marché du travail. La tenue vestimentaire constitue en quelque sorte la deuxième peau d'une personne. Elle reflète son identité et sa capacité à s'adapter à un environnement donné. En réalité, lorsqu'on souhaite intégrer une entreprise, il est utile de comprendre les éléments qu'elle valorise. La chercheuse cite l'exemple d'une candidate convoquée à une entrevue dans une grande entreprise de cosmétiques : « Sans devoir afficher une apparence de

mannequin, elle a tout intérêt à se présenter soignée — maquillage approprié, ongles bien entretenus, cheveux propres et coiffés. »

L'image de l'entreprise et les droits individuels

Si ce concept n'est pas formellement formulé, il est indéniable que la plupart des employeurs s'attendent à ce que l'image d'un employé correspondent à leurs valeurs. Ce facteur joue de manière plus marquée, lorsque la description du poste implique que l'employé.e doit représenter l'entreprise à l'externe, auprès de clients ou partenaires. Certains gestionnaires ou recruteurs pourraient avoir des préjugés à l'égard de certaines tenues vestimentaires ou détails physiques.

Le droit de choisir en fonction de la mission de l'entreprise et les droits individuels

Si les entreprises peuvent rechercher

des candidat.e.s qui les représenteront adéquatement, conformément à leurs propres critères, cela doit toutefois, se faire dans le respect des règles encadrant la discrimination, notamment en ce qui concerne le sexe, la couleur de peau ou le poids. Il peut néanmoins, être frustrant pour un employé de se voir interdire le port du jean ou l'utilisation de piercings. Doit-on alors se conformer à ces exigences ou remettre en question de telles pratiques ?

Il est généralement préférable d'engager le dialogue, afin de comprendre les raisons qui motivent les exigences de l'entreprise. Elles peuvent être liées à l'image, mais aussi à des considérations d'hygiène. Par la suite, chacune des parties peut évaluer si ces règles sont raisonnables et si, elles entrent en conflit avec ses propres valeurs. Les parties peuvent également en arriver à un compromis acceptable comme par exemple, porter un chandail ou une chemise à manches courtes, plutôt qu'une camisole.



Si l'étude prouve que la tenue vestimentaire et l'apparence ne soient pas automatiquement une cause d'une exclusion à l'embauche, il n'en demeure pas moins qu'elles viennent souvent jouer sur l'avancement de carrière, selon les conclusions de l'étude.

Martine Dallaire, B.A.A.

Travailleur autonome

Quelles sont les incidences fiscales du rachat d'un véhicule en location?

Pour un travailleur autonome, le rachat d'un véhicule de tourisme en fin de location est fiscalement avantageux, si l'usage professionnel est élevé (80%+) ou s'il souhaite amortir un véhicule plus cher (plus de 30 000\$).

Le processus implique de racheter le véhicule au prix résiduel pour l'amortir via la DPA (Déduction pour amortissement), tout en déduisant les frais d'utilisation (essence, entretien, assurances) au prorata de l'usage d'affaires, et en respectant les plafonds fixés par l'ARC pour les véhicules de luxe. Sachez qu'il n'est pas permis de déduire l'entièreté du coût en capital, à titre de dépenses d'affaires.

Véhicules à moteur : deux catégories fiscales

Un véhicule de tourisme peut appartenir à la catégorie 10 ou à la catégorie 10.1. Afin de déterminer la catégorie à laquelle votre véhicule appartient, vous devez utiliser le prix de la voiture incluant la TPS et la taxe de vente provinciale de la province où le véhicule a été acheté. Pour les fins du présent article, considérons que la location de l'entrepreneur autonome a pris fin en mai 2025 et fut donc, racheté le même mois.

La raison pour laquelle il importe de choisir l'année du rachat, est liée au prix plafond permis par les autorités fiscales. Pour les véhicules à essence, en 2025, le prix plafond est fixé à 38 000\$ pour la plupart des véhicules alors, qu'il est de 61 000\$ pour les véhicules à zéro émission, admissibles. Au-delà de ces montants, le véhicule sera réputé faire partie de la catégorie 10.1.

Attention à la règle du demi taux de la DPA pour la première année de propriété

Il est recommandé de consulter un comptable ou un fiscaliste, si vous êtes dans le doute quant à la façon de calculer la déduction pour amortissement, puisqu'il existe des règles de calcul précises quant à la manière d'effectuer le calcul de la DPA, dans le respect des lois. Lors du rachat du véhicule de location, vous êtes fiscalement réputé ne posséder ledit véhicule que depuis l'année du rachat et ce, même si comme locataire, vous aviez les mêmes responsabilités quant

à son entretien. Ainsi, vous ne pourrez déduire que la moitié du montant de la DPA pour la première année. Il va de soi que vous devrez ensuite, multiplier par le pourcentage d'utilisation affaires. Pour les années subséquentes, vous pourrez déduire la fraction non amortie du coût en capital (FNACC), sans devoir tenir compte de la règle du 50%, toujours en tenant compte du pourcentage d'utilisation pour affaires.

Attention à la récupération d'amortissement

La récupération d'amortissement survient lorsqu'un contribuable doit inclure dans son revenu une partie des déductions pour amortissement (DPA) qu'il a déjà réclamées. Cette situation se présente généralement lors de la vente d'un bien locatif ou d'un actif amortissable, comme un véhicule à moteur, par exemple. Concrètement, elle se produit lorsque le produit de disposition d'un bien amortissable est supérieur à la fraction non

amortie du coût en capital (FNACC) de ce bien.

Autrement dit, si vous vendez un actif pour un montant excédant la valeur qui reste à amortir, vous devez « récupérer » les déductions déjà utilisées et les déclarer comme revenu imposable. Par exemple, vous avez payé 30 000\$ pour votre véhicule et, avez amorti 15 000\$, il vous reste donc, 15 000\$ en FNACC. Votre véhicule étant en très bon état, vous le vendez 20 000\$. Puisque le produit de disposition de 20 000\$ est supérieur à la FNACC de 15 000\$, vous devrez ajouter 5 000\$ à vos revenus d'entreprise, à titre de récupération d'amortissement. Toutefois, si vous vendez à un prix inférieur à la FNACC, vous pourrez déclarer une perte en capital, mais contrairement à d'autres pertes, elle ne pourra être reportée antérieurement, ni ultérieurement à d'autres années d'imposition.

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



DÉCLARATION D'IMPÔT

Particuliers
Travailleurs autonomes
Propriétés à revenu

514.621.8425
lecarrefourimpot.ca
lecarrefourinfo@gmail.com

7090A 17e Ave
Montréal QC
H2A2R1

CHOIX DU CONSOMMATEUR
2025
LE DE MONTREAL



Dominic Perri
Maire de l'arrondissement

Nous vous souhaitons,
chers concitoyennes et chers concitoyens,
tous nos meilleurs vœux pour le temps des Fêtes.

Que 2026 soit une année de bonheur,
de prospérité et de santé pour vous
et les êtres qui vous sont chers!

Arij El Korbi
Conseillère de la Ville
Saint-Léonard-Est

Linda Paquin
Conseillère d'arrondissement
Saint-Léonard-Est

Gemma Marchione
Conseillère d'arrondissement
Saint-Léonard-Ouest

Mauro Barone
Conseiller de la Ville
Saint-Léonard-Ouest

Saint-Léonard
Montréal

Postes Canada

De nouveaux timbres pour célébrer l'arrivée des fêtes de fin d'année



Postes Canada a lancé deux émissions de timbres pour marquer l'arrivée prochaine des Fêtes. Les nouveaux timbres des Fêtes illustrent un conte hivernal nostalgique sur l'amitié et le plus récent timbre de Noël représente une scène chaleureuse de la Nativité.

Les timbres font partie d'une tradition de Postes Canada qui émet de nouveaux timbres chaque année depuis 1964 pour célébrer Noël et les Fêtes. Ces timbres populaires sont émis suffisamment en avance pour être utilisés sur le courrier envoyé pour la période des Fêtes et Noël.

La nouvelle émission de timbres des Fêtes illustre l'esprit de la saison à travers un conte mettant en scène un renard rusé, une lapine enjouée et deux écureuils travaillants qui décorent leur forêt avec entrain pour les Fêtes.

Source : Postes Canada

Évènements à ne pas rater



20 décembre 2025. Soirée de fin d'année à Saint-Léonard animée par les chanteurs Bouchaib et Abdel Kadiri à la Plaza Vogue, 4371 Boulevard des Grandes-Prairies à Saint-Léonard.

26 décembre 2025. RaiFest présente Cheba Warda au Complexe La Providence, 6566 Rue Jarry Est à Saint-Léonard.

27 décembre 2025. Soirée de fin d'année 100% femmes animée par les chanteurs Said Alouazzani et Yazid Arabi au 5441 Beaubien Est à Montréal

27 et 28 Décembre 2025. Le Festival-M à Laval ambitionne de devenir un événement phare et inspirant, un véritable catalyseur pour dynamiser la communauté, en mettant l'emphase sur l'impact positif de ses initiatives et en célébrant sa diversité, son innovation et son engagement pour construire un avenir meilleur pour tous au Château Royal, 3500 Boulevard du Souvenir à Laval.

31 décembre 2025. Party New Year

avec Hamid Lmardi, Bola Bola, Rachid Ghandouz.

31 décembre 2025 et 3 janvier 2026. Soirée du nouvel an avec Chaba Yamina, Naceddine Houra, Islam Hadjeb et DJ Samir à la salle RB Alliance, 3895 rue Jean-Talon Est à Montréal.

03 janvier 2026. Célébration de Yennayer 2976 avec DJ Souad, 100% Femmes au Complexe La Providence, 6566 Rue Jarry Est à Saint-Léonard.

10 janvier 2026. L'Amicale des Algériens au Canada organise l'Évènement Interculturel à Gatineau pour la célébration de Yennayer 2976 au Palais des Congrès de Gatineau.

11 janvier 2026. Festival Yennayer dans une ambiance chaleureuse et festive au Complexe La Providence, 6566 Rue Jarry Est à Saint-Léonard.

31 janvier et 1^{er} février 2026. Nadia Yasmine en concert à l'Hôtel Montréal Metropolitan, 3400 Boul Crémazie Est à Montréal.

Nous vous souhaitons un joyeux temps des Fêtes!


ASSEMBLÉE
NATIONALE
DU QUÉBEC

***En espérant la nouvelle année 2026 remplie de santé,
de douceur et de solidarité pour vous et vos proches***



Andrés Fontecilla
Député de Laurier-Dorion

Haroun Bouazzi
Député de Maurice-Richard

Gabriel Nadeau-Dubois
Député de Gouin

Alejandra Zaga Mendez
Députée de Verdun

Manon Massé
Députée de Sainte-Marie-Saint-Jacques

Guillaume Cliche-Rivard
Député de Saint-Henri-Sainte-Anne

Ruba Ghazal
Députée de Mercier

Alexandre Leduc
Député de Hochelaga-Maisonneuve



VOS DÉPUTÉS FÉDÉRAUX LIBÉRAUX
VOUS SOUHAITENT UN

Joyeux temps des fêtes

et une

Bonne année 2026 !

YOUR FEDERAL LIBERAL MPs WISH YOU A

Happy Holiday Season

and a

Happy New Year!



ANJU DHILLON
DÉPUTÉE / MP
Dorval – Lachine – LaSalle
Anju.Dhillon@parl.gc.ca
(514) 639-4497



FAYÇAL EL-KHOURY
DÉPUTÉ / MP
Laval – Les Îles
Faycal.El-Khoury@parl.gc.ca
(450) 689-4594



CLAUDE GUAY
DÉPUTÉ / MP
LaSalle – Émard – Verdun
Claude.Guay@parl.gc.ca
(514) 363-6800



HON. STEVEN GUILBEAULT
DÉPUTÉ / MP
Laurier – Sainte-Marie
Steven.Guilbeault@parl.gc.ca
(514) 522-1339



ANTHONY HOUSEFATHER
DÉPUTÉ / MP
Mont-Royal / Mount Royal
Anthony.Housefather@parl.gc.ca
(514) 283-0171



HON. MÉLANIE JOLY
DÉPUTÉE / MP
Ahuntsic – Cartierville
Melanie.Joly@parl.gc.ca
(514) 383-3709



NATILIEN JOSEPH
DÉPUTÉ / MP
Longueuil – Saint-Hubert
Natilien.Joseph@parl.gc.ca
(450) 928-4778



ANNIE KOUTRAKIS
DÉPUTÉE / MP
Vimy
Annie.Koutrakis@parl.gc.ca
(450) 973-5660



EMMANUELLA LAMBROPOULOS
DÉPUTÉE / MP
Saint-Laurent
Emmanuella.Lambropoulos@parl.gc.ca
(514) 335-6655



PATRICIA LATTANZIO
DÉPUTÉE / MP
Saint-Léonard – Saint-Michel
Patricia.Lattanzio@parl.gc.ca
(514) 256-4548



CARLOS LEITÃO
DÉPUTÉ / MP
Marc-Aurèle – Fortin
Carlos.Leitao@parl.gc.ca
(450) 622-8858



MARIE-GABRIELLE MÉNARD
DÉPUTÉE / MP
Hochelaga – Rosemont – Est
Marie-Gabrielle.Menard@parl.gc.ca
(514) 201-8608



BIENVENU-OLIVIER NTUMBA
DÉPUTÉ / MP
Mont-Saint-Bruno – L'Acadie
Bienvenu-Olivier.Ntumba@parl.gc.ca
(450) 922-7900



ABDELHAQ SARI
DÉPUTÉ / MP
Bourassa
Abdelhaq.Sari@parl.gc.ca
(514) 323-0980



ERIC ST-PIERRE
DÉPUTÉ / MP
Honoré – Mercier
Eric.St-Pierre@parl.gc.ca
(514) 353-5882



SAMEER ZUBERI
DÉPUTÉ / MP
Pierrefonds – Dollard
Sameer.Zuberi@parl.gc.ca
(514) 624-5725

Santé

Le lourd tribut des enfants face au tabagisme passif

Le tabagisme passif désigne l'inhalation involontaire de la fumée de tabac dégagée par un fumeur. Les risques liés au tabagisme passif sont significatifs, notamment des maladies respiratoires, des cancers et des problèmes cardiovasculaires. Concernant les enfants qui la respirent sans le vouloir, cela détériorera sur le long terme leur santé. En effet, que ce soit la femme ou l'homme fumant une cigarette tenant un enfant dans ses bras, les risques sont les mêmes. Les personnes qui inhalent involontairement et sur le long terme de la fumée, comme les personnes qui vivent sous le même toit qu'un fumeur, sont susceptibles de développer de graves maladies.

La fumée environnante, surtout dans un milieu clos, provoque un inconfort immédiat : irritation du nez, des yeux, des poumons, nausées, maux de tête, voire crise d'asthme. En effet, la fumée contient des produits chimiques cancérigènes qui peuvent provoquer des cancers, comme le cancer du poumon.

Pour les professionnels de santé, le tabagisme passif est tout aussi dangereux que le fait de fumer plusieurs cigarettes



par jour. Les non-fumeurs qui inhalent la fumée de cigarette ne sont pas à l'abri de développer des problèmes pulmonaires. Si ce risque est déjà bien établi dans le milieu scientifique, une récente étude australienne publiée dans la revue Thorax démontre que les hommes exposés au tabagisme passif pendant leur enfance risquent davantage de transmettre une mauvaise santé pulmonaire à leurs propres enfants.

Des résultats qui suggèrent que « le tabagisme peut affecter négativement la fonction pulmonaire non seulement chez les fumeurs, mais aussi chez leurs enfants et petits-enfants », expliquent ainsi les chercheurs australiens.

Le tabagisme passif est un fléau pour la santé publique. Sachons qu'il pourrait engendrer des problèmes pulmonaires héréditaires.

L'exposition passive prépubère paternelle à la fumée peut augmenter le risque d'asthme infantile. Cependant, son association avec des trajectoires de fonction pulmonaire altérées à risque de bronchopneumopathie chronique obstructive chez la progéniture n'a pas été étudiée.

Il ne faut pas oublier que, même si le tabagisme passif est un facteur de risque majeur, près de la moitié des enfants exposés sont également devenus fumeurs à un moment donné de leur vie. Et les jeunes enfants y sont particulièrement sensibles, car leurs poumons et leur organisme étant encore en développement.

Même si ces recherches sont prometteuses, les scientifiques rappellent qu'il s'agit d'une étude d'observation. Cela signifie qu'ils ne peuvent pas prouver que l'exposition des pères au tabagisme passif est directement responsable de la mauvaise santé pulmonaire de leurs enfants. Un lien génétique pourrait également entrer en jeu, mais des recherches plus poussées restent nécessaires.

Ce que l'on sait généralement moins, c'est que le tabac n'est pas anodin non plus pour les animaux.

La fumée de tabac renferme un grand nombre de toxines. Les principales – et probablement les plus dangereuses – sont la nicotine, le goudron, le monoxyde de carbone, le formaldéhyde, le cyanure d'hydrogène, le benzène et le cadmium.

Ces substances sont connues pour avoir différents impacts négatifs sur la santé des humains comme des chiens : irritation des voies respiratoires, dysfonctionnement de la moelle osseuse, accélération du rythme cardiaque, dégradation des veines et artères, effets cancérogènes...

Dans le cas d'un chien, elles pénètrent dans son organisme directement quand il respire, ou se déposent sur son pelage puis sont avalées lorsqu'il se lèche.

Mais l'omniprésence de nouveaux produits comme les cigarettes électroniques, prisées par les adolescents, ou le tabac chauffé sans combustion, complique sérieusement la donne. Les chercheurs appellent donc à surveiller aussi leurs effets indirects sur la santé des enfants.

Mohand Lyazid Chibout (Iris)



Creative Clic
AGENCE DE PUBLICITÉ



**Créations de supports
de communication pour diffuser
vos messages publicitaire**

Le print
(Affiches, flyers,
plaquettes commerciales, brochures,
promotion des ventes...),

La presse
(Journaux, annonces...),

Le web
Bannière publicitaire...

creativeclic.com
contact@creativeclic.com

CRÉATIVE & RÉACTIVE
Tél.: 514.360.3445



**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 (cimelières) 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
12-1405 Bd Henri Bourassa O, Montréal, QC H3M 3B9
info@sepulturemusulmane.ca | www.sepulturemusulmane.ca

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



<p>LE JOURNAL DE MONTRÉAL</p> <p>« C'est donc avec humour que le livre nous relate des nouvelles drôles. » Anne-Lovely Etienne</p>	<p>LA PRESSE</p> <p>« L'actualité des livres Sortie de la semaine. » Chantal Guy</p>
<p>L'initiative</p> <p>« Le livre prend en compte des paroles que nous pensons insignifiantes, pour leur accorder toute l'importance qu'elles méritent. » Lamia Bereksi Meddahi</p>	<p>RCI </p> <p>« L'auteur transmet avec humour les préoccupations et les soucis de la société canadienne. » Colette Dergham</p>

L'hypertension artérielle

Une maladie silencieuse et insidieuse

Qu'est-ce que l'hypertension ?

La pression artérielle, ou tension artérielle, est mesurée à l'aide d'un tensiomètre et varie d'une personne à l'autre. L'hypertension ou haute pression sanguine se caractérise par une pression artérielle trop élevée. Cette pression anormale et continue exercée par le sang sur les parois des artères entraîne une charge supplémentaire sur le cœur et les vaisseaux sanguins. Cela peut à la longue augmenter le risque de maladies cardiovasculaires, comme les accidents vasculaires cérébraux (AVC) et crises cardiaques.

Les personnes souffrant d'hypertension artérielle peuvent ne pas ressentir de symptômes. La seule façon de le savoir est de faire vérifier sa tension artérielle. Elle est fréquente mais peut être grave si elle n'est pas traitée.

Quelles sont les causes de l'hypertension artérielle ?

Les causes et facteurs de risques d'hypertension artérielle sont nombreux. Les plus courants sont :

- L'âge : le risque d'hypertension peut augmenter avec l'âge, en raison de la rigidité des artères (perte en élasticité).

- L'hérédité : les antécédents familiaux sont un facteur de risque. La génétique a donc une incidence.

- Une pathologie : l'hypertension artérielle peut être provoquée par une pathologie, par exemple une insuffisance rénale ; le diabète (qui endommage les vaisseaux sanguins), une maladie endocrinienne (syndrome de Cushing, phéochromocytome), l'obésité...

- Le mode de vie : une mauvaise alimentation peut être un facteur de risque d'hypertension. Par exemple, manger en quantité excessive des acides gras saturés, couplé à une consommation excessive de plats riches en sel, sucre, et consommation insuffisante de fruits et de légumes, Consommer du tabac également, car la nicotine contenue dans les cigarettes peut engendrer une constriction des vaisseaux sanguins. Idem pour la consommation excessive d'alcool.

- Consommation excessive de caféine : les boissons contenant de la caféine (café, thé fort comme le thé noir et certaines boissons énergisantes ou certains sodas) peuvent provoquer des montées de tension



ponctuelles. La caféine stimule en effet le fonctionnement du cœur et des vaisseaux sanguins.

- Déshydratation : la déshydratation peut entraîner une diminution du volume sanguin. Résultats : on observe une augmentation de la concentration de sodium dans le sang conduisant potentiellement à une augmentation de la tension artérielle.

- Excès de stress : le stress et les émotions intenses stimulent la production d'adrénaline et de cortisol. Ces deux hormones vont augmenter le rythme cardiaque et la pression artérielle.

- La prise de certains médicaments comme les anti-inflammatoires non stéroïdiens (AINS) ou des traitements spécifiques...

- Les troubles du sommeil (moins de 7 heures par nuit) ou le syndrome des apnées obstructives du sommeil (SAOS) peuvent augmenter le risque d'hypertension.

- Respirer un air pollué : la pollution de l'air est reconnue comme jouant un rôle dans l'hypertension artérielle.

- Vous êtes enceinte : faites surveiller votre tension, l'hypertension est une maladie sérieuse pour la femme enceinte et son enfant.

Mesure de la pression artérielle

La valeur normale de la pression artérielle est de 120/80 mmHg. Le chiffre le plus élevé est la pression maximale, lorsque le cœur se contracte pour se vider. C'est la pression systolique. Le chiffre le moins élevé est la pression minimale, lorsque le cœur se relâche pour se remplir. C'est la pression diastolique.

Une tension est dite normale lorsqu'elle est inférieure à 140/90 mmHg au cabinet médical. Lorsque la tension artérielle est prise en automesure, elle est normale lorsqu'elle est inférieure à 135/85 mmHg.

La valeur limite au-delà de laquelle on

parle d'hypertension artérielle est de 140/90 lorsque la mesure est faite au cabinet médical, et 135/85 lors d'une automesure. Plus la tension est élevée, plus le risque de maladie cardio-vasculaire est important.

La tension artérielle n'a pas une valeur constante chez une même personne, et elle n'est pas la même : au cours de la journée, lors de l'activité physique, au repos ou pendant le sommeil (où elle est plus basse) ; en cas de stress ou d'émotions (la tension est alors plus élevée). Par exemple, la TA peut monter lorsqu'elle est prise au cabinet médical, en raison d'une appréhension en présence du médecin. C'est l'effet « blouse blanche » ; la tension peut, à l'inverse, être plus élevée à domicile qu'au cabinet médical. C'est « l'hypertension masquée ».

Par ailleurs, durant l'automesure tensionnelle, le fait de parler augmente les valeurs de tension de 6 à 7 mmHg.

Les symptômes de l'hypertension artérielle

Dans la plupart des cas, l'hypertension artérielle ne présente aucun symptôme. L'hypertension est appelée le tueur silencieux, pour la raison qu'elle « se faufile » toujours soudainement chez le patient.

Les personnes ayant une pression artérielle très élevée (habituellement 180/120mmHg ou plus) peuvent notamment éprouver les symptômes suivants : maux de tête intenses ; douleurs thoraciques ; vertiges ; difficulté à respirer ; nausées ; vomissements ; vision floue ou autres altérations de la vision ; anxiété ; état confusionnel ; bourdonnement dans les oreilles ; saignements de nez ; anomalie du rythme cardiaque.

Moyens naturels pour traiter l'hypertension

Les objectifs de baisse de la tension artérielle sont fixés par le médecin traitant

ou le cardiologue. Le changement de mode de vie et, si besoin, les médicaments antihypertenseurs visent à réduire au maximum le risque de survenue de complications cardiovasculaires et rénales de l'hypertension artérielle.

La nutrition joue un rôle énorme dans la régulation de la pression sanguine. L'exercice et le contrôle du poids sont également très importants. Le magnésium, le potassium, l'ail, les fibres, le poisson gras, réduction de sel, exercices physiques...

Différence entre hypertension et hypotension

- L'hypertension artérielle est une condition où la pression du sang contre les parois artérielles est suffisamment élevée pour éventuellement causer des dommages à long terme. L'hypertension, souvent appelée tension artérielle élevée, survient lorsque la force exercée par le sang contre les parois des artères reste élevée sur une période prolongée.

Contrairement à l'hypertension, l'hypotension se caractérise par une pression artérielle anormalement basse, ce qui peut affecter l'apport en oxygène et nutriments aux organes vitaux. Bien que souvent moins préoccupante, dans certains cas, elle peut signaler des problèmes de santé sous-jacents.

Les personnes atteintes d'hypotension peuvent ressentir des étourdissements ou des évanouissements, particulièrement en se levant rapidement, une condition connue sous le nom d'hypotension orthostatique.

La fatigue, la dépression, et une concentration diminuée peuvent également accompagner cette baisse de pression. Une baisse de tension se manifeste par une fatigue importante et des vertiges notamment au moment du lever ou après un repas mais aussi par des nausées, des palpitations et des problèmes de concentration.

Les personnes anormalement maigres sont plus sujettes que les autres à l'hypotension mais d'autres éléments peuvent provoquer une chute de tension comme des règles abondantes, une forte déshydratation, une alimentation insuffisante, une infection, une grossesse, certains médicaments, des problèmes cardiaques, du diabète, une forte consommation d'alcool.

Karima Bougherara

Présidente de « Gosbat Music »



Karima Bougherara

La scène artistique à Montréal, au Québec et dans le reste du Canada permet de constater qu'à l'instar de toutes les communautés installées au pays, la communauté algérienne est friande d'événements qui lui permettent de se retrouver et de se rassembler.

Cette effervescence à la recherche de Rihet El Bled est propulsée par des artisanes et des artisans du domaine de l'événementiel qui font des pieds et des mains pour organiser des rendez-vous culturels où les artistes rencontrent leur public lors des festivals ou à l'occasion des événements communautaires.

Parmi ceux-ci, il y a une femme qui s'est engagée dans l'organisation des événements depuis un peu plus de dix-huit ans à Montréal. Karima Bougherara a quitté l'Algérie avant de s'installer au Québec en 2007.

Comme de nombreuses femmes, il lui a fallu trouver un équilibre entre son rôle de mère, sa vie professionnelle et la voie qui l'a menée dans le monde de l'événementiel au sein de la communauté.

Alors qu'elle travaillait comme chauffeuse d'autobus au sein de la STM, son profil a attiré l'attention du Centre justice et foi ainsi que l'organisme LaVoiEdesFemmes qui ont préparé un projet de sensibilisation sur l'islam et la diversité des personnes musulmanes. Ainsi, en 2015, on découvrait

dans l'exposition « QuébécoisEs, musulmanEs... et après? », des clichés de Karima Bougherara parmi la vingtaine d'hommes et de femmes qui ont participé à ce photoreportage. Son changement de carrière en rejoignant le réseau de l'éducation il y a huit ans, n'a pas empêché Karima d'être active dans le monde de la culture...bien au contraire.

Elle a organisé tour à tour La Nuit du Chaâbi en 2014, le spectacle de Djmawi Africa en 2015 dans le cadre de Mondial Montréal, les spectacles de Fairouz Oudjida en 2014 et 2015 ainsi que le Kiosque Algérie au Festival Orientalys en 2015. Passionnée de musique, elle a même fait partie de l'Orchestre Chaabi de Montréal.

Plus tôt cette année, elle organisait sous la bannière de sa boîte de production « Gosbat Music », le spectacle Casbah Mon Amour avant de propulser son agence en solo en organisant le One Man Show de Wari Nichen.

Le spectacle était initialement prévu pour le 2 novembre dernier dans le cadre de la programmation du Festival du Monde Arabe

(FMA). Malheureusement, l'évènement a dû être annulé, car l'humoriste s'est retrouvé dans une période de deuil familial.

Cette annulation de dernière minute est un exemple des défis auxquels sont confrontés les entrepreneurs tels que Karima qui doivent assumer les contrecoups des imprévus.

Avec beaucoup de sérénité et de professionnalisme, elle s'est mise en mode solutions avant d'annoncer au journal L'initiative et à d'autres médias que la nouvelle date du spectacle de Wari Nichen se tiendra le 30 avril 2026 au Théâtre Le National à Montréal.

Depuis qu'elle a fondé Gosbat Music en 2017, Karima tente de construire des ponts entre l'Algérie et le Canada en s'impliquant à sa façon pour faire rayonner la culture algérienne.

Pour la petite histoire, elle a choisi le nom de sa boîte de production en hommage à la ville natale de son père qui se situe dans la commune de Gosbat dans la wilaya de Batna en Algérie.

Réda Benkoula

Moumouh

Président de « ME2S events »

Depuis plusieurs années, il y a comme un parfum de Rihet El Bled au Canada. En effet, à Montréal ou ailleurs au Québec, on constate que des artistes et des interprètes algériens ont eu l'occasion de fouler les scènes et les théâtres de la Métropole. Ces rendez-vous culturels sont des occasions uniques pour rassembler les membres de la communauté derrière un étendard de fête et de nostalgie en terre d'accueil.

Derrière l'organisation de ces événements, il y a des artisanes et des artisans du domaine de l'événementiel qui œuvrent pour concrétiser ces rendez-vous culturels, où les artistes venus d'ici et d'ailleurs se produisent lors des festivals et des galas à la rencontre de leur public.

Parmi ceux-ci, on retrouve Amirouche Messaoudi que tout le monde surnomme Moumouh. Propriétaire du café Tikjda, Moumouh propose aussi le couscous traditionnel algérien à ses clients qui se donnent rendez-vous dans cet établissement qui est bien connu de la rue Bélanger à Montréal.

Engagé au sein de la communauté, il organise par ailleurs des spectacles depuis

plusieurs années en conviant à la Métropole des artistes de renom de la scène kabyle et algérienne.

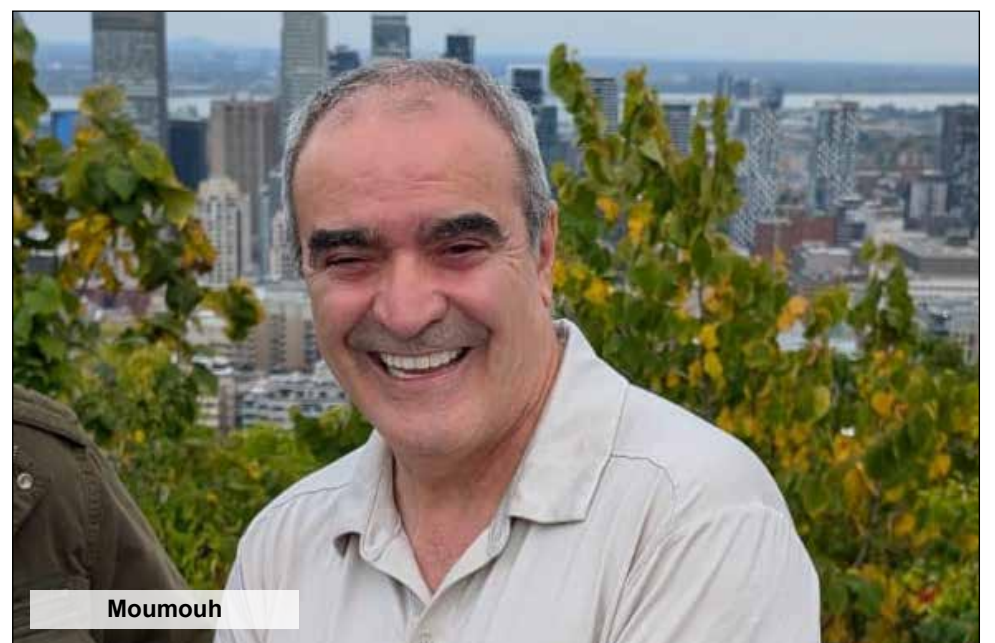
D'ailleurs, si vous vous rendez aux événements qu'il organise, vous l'aurez sûrement aperçu à dire bonjour à celles et ceux qui le connaissent tout en travaillant à coordonner son équipe.

ME2S events

ME2S est en fait le diminutif du nom de famille de Messaoudi. Sous la bannière « ME2S events », Moumouh a organisé de manière récurrente les spectacles de plusieurs artistes. Depuis qu'il a fondé sa boîte de production en 2018, il a invité le rappeur Niro en 2019, le chanteur Rabah Asma en 2022, Takfarinas en 2022 et 2024, Ali Amran en 2023 et 2024 ainsi que Lounis Aït Menguellet en 2022, 2024 et 2025.

Originaire de Aïn El Hammam à Tizi Ouzou, Moumouh avoue qu'il a souvent des affinités avec les artistes qu'il invite. Cette dimension humaine est peut-être la clé du succès des spectacles qu'il organise où on retrouve un parfum de nostalgie.

Il préfère d'ailleurs organiser des spectacles en automne et au début du printemps. Ce



Moumouh

choix stratégique dit-il, lui permet d'arrimer ses événements avec la demande du public. Moumouh contribue ainsi à promouvoir la culture algérienne et la scène kabyle en particulier, comme on a pu le constater lors du spectacle de Lounis Aït Menguellet à l'Olympia de Montréal.

Même si ce n'est pas la première fois qu'il organisait les spectacles de ce chantre de la chanson kabyle, l'évènement de septembre

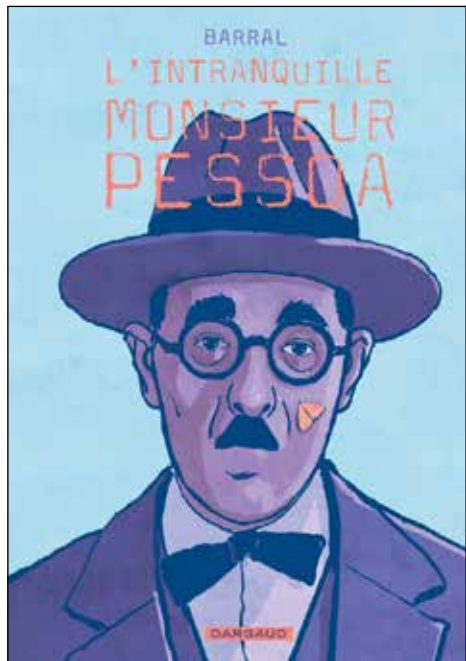
dernier s'est distingué par la présence sur scène de trois générations : Lounis, ses garçons (Djaffar et Tarik) et ses petit-fils (Yanis et Lounis Jr).

Profitant d'un petit répit, Moumouh confiait être en mode préparation pour organiser un nouveau spectacle avec Ali Amran en 2026.

Réda Benkoula

Barral : L'Intranquille Monsieur Pessoa L'écrivain aux hétéronymes location?

Fernando Pessoa est un écrivain, critique portugais. Il est né le 13 juin 1888 et meurt le 30 novembre 1935. Il répétait à qui voulait l'entendre : « La littérature n'est-elle pas la preuve que la vie ne suffit pas ? » Autour de cette vision le pigiste Simao Cerdeira va sur ses traces en se chargeant de sa nécrologie. Le dessinateur Nicolas Barral, sous forme d'une bande dessinée retrace la vie de cet écrivain qui vacillait entre alcoolisme, écriture et errance.



Malgré l'ubiquité qui peut faire partie du quotidien d'un auteur, vient un moment où les générations qui suivent s'intéressent à cette bribe de vie.

La bande dessinée *L'intranquille Monsieur Pessoa*¹ reflète les rues du Portugal, rejoint le souvenir d'un paquebot dans la tempête au large du cap de Bonne- Espérance en 1896 puis la maladie qui a frappé l'écrivain. Les images qui y sont happent lecteur, reflets d'une fidélité au réel. A travers l'alliance entre les phylactères et les dessins se révèle une vie parsemée de mystères et d'intrigues. A la question : « Pourquoi ce mystère des fameux hétéronymes si bien incarnés que Pessoa leur parle ? » Nicolas Barral répond : « On a besoin de témoins à son existence, pour lui donner un sens. Alors que faire quand on n'a pas d'amis ? On les invente. Combien ?

Autant que nécessaire, le ciel est la limite ».

Saluer le soleil

Lors des cours reçus pendant son enfance à Durban, en Afrique du Sud, Fernando Pessoa exprime cette pensée : « I know not what tomorrow will bring » ce qui veut dire : « Je ne sais pas ce que demain me réserve. » En effet, c'est cette incertitude qui accompagne l'écrivain. Dans sa vie de bohème, il fait valser son imagination. Il écrit le 29 novembre 1935 : « C'est peut-être le dernier jour de ma vie, j'ai salué le soleil, en levant la main droite, mais je ne l'ai pas salué pour lui dire adieu, j'ai fait signe que j'aimais bien le voir encore : rien d'autre ».

Le besoin de s'attribuer plusieurs personnalités s'explique comme suit :

«M'étant vu saboter toute amitié prometteuse, tout amour naissant, je me suis mis en retrait du monde...Dans cet exil volontaire, l'alcool aura été ma consolation et ma perte...Car mieux valait pour moi écrire que risquer de vivre».

Nicolas Barral confirme qu'un événement de quelle nature puisse-t-il être mérite de voir le projecteur s'allumer sur lui. Cette bande dessinée *L'intranquille Monsieur Pessoa* qui prend une envergure historique rend hommage à un homme qui s'attribuait des hétéronymes pour échapper à la solitude.

¹Barral, *L'intranquille Monsieur Pessoa*, Ed/ Dargaud, 2024. 136 pages.

Lamia Bereksi Meddahi

Astérix en Lusitanie

Un 41^e album qui est signé de Fabcaro et Didier Conrad

Atendu depuis plusieurs mois, « *Astérix en Lusitanie*¹ » vient étoffer l'univers du plus célèbre des Gaulois de la bande dessinée. À travers un ton léger et humoristique, petits et grands trouverons dans ce 41^e album, les valeurs positives qui ont fait le succès de la bande dessinée depuis plus de soixante ans.

Le scénariste Fabrice Caro, dit Fabcaro est aux commandes du scénario de cette palpitante aventure, qui nous fait découvrir l'accent, la gastronomie et les habitudes des Lusitaniens. Reconnu en tant que romancier et auteur de nouvelles, Fabcaro est aussi très prolifique dans le monde de la bande dessinée (*La formidable épopée de Steve Lumour*). Sa marque de fabrique humoristique lui a permis de faire équipe avec le dessinateur Didier Conrad en publiant en 2023 son premier album d'Astérix « *L'Iris blanc* », avant de réitérer l'aventure une nouvelle fois en 2025.

Didier Conrad qui n'est pas un novice du genre, a embarqué dans l'univers d'Astérix dès 2013 en signant avec d'autres scénaristes : « *Astérix chez les Pictes*, *Le Papyrus de César*, *Astérix et la Transitalique*, *La Fille de Vercingétorix*, *Astérix et le Griffon* ». Avec « *Astérix en Lusitanie* », les deux bédéistes français

prouvent qu'ils sont les dignes héritiers d'Albert Uderzo et René Goscinny, les créateurs de la série.

Un humour mélancolique

Après avoir exploré dans leurs précédentes aventures, le flegme breton, la fierté hispanique, la propreté helvétique, la jovialité belge, Astérix et Obélix s'en vont dans une destination qui va les mener en Lusitanie (le Portugal actuel) à la découverte du sentiment de mélancolie.

Boulquiès un Lusitanien a fait le voyage jusqu'au village des Gaulois pour solliciter leur aide afin d'innocenter son ami Mavubès : « Mon plus grand ami, Mavubès, est producteur d'un garum que César affectionne particulièrement et qu'il fait venir spécialement jusqu'à son palais à Rome...Mais voilà que Mavubès est accusé d'avoir voulu empoisonner César avec son garum!...C'est une aberração! Certes, nous n'aimons pas beaucoup les Romains, mais

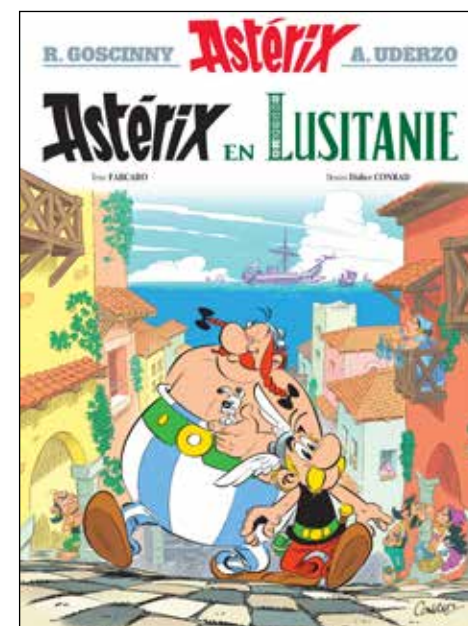
je ne vois pas Mavubès commettre un tel acte...et pour ça, César a ordonné qu'il soit jeté aux Lions! » (p.6).

Boulquiès qui confie avoir vu les Gaulois affronter les Romains lors du chantier du «Domaine des dieux», espère qu'Astérix et Obélix pourront l'aider à rétablir la vérité et sauver son ami Mavubès.

Face aux romains, Astérix (le petit anxieux) pourra compter sur la potion magique qui lui permettra de décupler sa force. Bien entendu celle-ci est interdite à Obélix (le gros nonchalant), car il est tombé dedans quand il était petit.

Publiée à plus de 5 000 000 d'exemplaires², cette nouvelle destination des aventures d'Astérix est déjà disponible partout au Québec et au Canada

¹*Astérix T.41 : Astérix en Lusitanie* | Fabcaro (Texte), Didier Conrad (Dessins) | Éditeur : Albert René | 2025 | 48 pages



²Le 13 novembre dernier, plus de 1 033 000 exemplaires étaient déjà vendus en français en moins de 3 semaines.

Réda Benkoula

Japon

Irrésistible et accessible

Sous toutes ses coutures et coutumes, qu'on le découvre pour une première fois ou qu'on y retourne après un coup de foudre, le Japon, plus accessible que jamais, gagne le cœur des voyageurs et se hisse aujourd'hui comme une destination incomparable pour qui cherche un doux dépaysement.

Le rayonnement de sa gastronomie raffinée et de son art paysager, de ses mangas et de sa littérature, offre un aperçu furtif d'un univers foisonnant et complexe. Les Japonais naviguant avec délicatesse entre conventions et audace, tout visiteur, qu'il soit touriste ou travailleur, gagnera à mieux connaître les principaux codes et rites qui émaillent ici les conventions sociales et la vie quotidienne.

Japon – 25 Itinéraires de rêve

Abondamment illustré de photographies spectaculaires, « Japon – 25 itinéraires de rêve » est une splendide source d'inspiration pour imaginer un prochain périple au pays du Soleil levant. L'ouvrage transporte les voyageurs aux quatre coins de l'archipel japonais, à la rencontre de ses fascinantes

mégapoles et des paysages naturels de ses diverses régions et les invite à vivre des moments de pur bonheur : grands tours du Japon par la mer ou en train; plongée dans la captivante trame urbaine de Tôkyô pour savourer, à pied et à vélo, un véritable concentré de l'essence du Japon, découverte du vénérable mont Fuji et des Alpes japonaises; immersion authentique dans la sublime Kyôto et visite des trépidantes Ôsaka et Kôbé; exploration de l'île de Kyûshû, entre mer et montagnes; aperçu des jardins exceptionnels du pays, de son architecture, entre tradition et futurisme, recueillement dans des temples et sanctuaires empreints d'histoire; pèlerinage dans l'île de Shikoku, initiation à l'exquise gastronomie nippone, et bien plus encore.

Pour une grande expédition permettant de goûter à un peu tout cela ou pour une petite balade le long d'un canal verdoyant à Tôkyô, pour explorer des chemins historiques ou répondre à l'appel de la nature, pour se familiariser avec une région, découvrir ses spécialités ou la sillonner autrement, à vélo, en van ou à pied, les propositions qui émaillent Japon – 25 itinéraires de



rêve sauront combler les connaisseurs de la culture japonaise tout comme ceux qui s'initie à ses innombrables trésors.

Naviguer en connaisseur dans la société japonaise

De format pratique et de facture dynamique, l'ouvrage « Comprendre le Japon » regorge d'informations essentielles ou étonnantes et de conseils utiles à mettre en œuvre lors d'un voyage ou d'un séjour d'affaires. Le livre est divisé en quatre chapitres :

- Histoire et civilisation japonaise offre un panorama historique, un survol des éléments culturels importants (musique, littérature, manga et anime, arts de la scène), la religion, les superstitions et croyances populaires, les événements et festivals, le système politique et l'éducation ainsi que les mouvements sociaux émanant de la jeunesse;
- Le quotidien japonais aborde les subtilités

de la langue, les modes de transport et la consommation, les différences et désagréments (préjugés, normes sociales et désastres naturels), les soins de santé et les loisirs;

- Vivre en société traite des mœurs et des coutumes japonaises ainsi que des règles de l'étiquette à respecter lors de rencontres, d'invitations ou d'événements spéciaux, depuis l'importance de l'apparence physique à la hiérarchie, des premiers échanges aux notions d'uchi, de soto et de « face », sans oublier comment se comporter à table, chez les gens ou lors de réceptions;
- Le monde des affaires s'intéresse pour sa part à l'économie et aux particularités du monde des affaires au Japon, et à ce que l'on doit savoir pour négocier et transiger efficacement avec des partenaires japonais.

Source : Guides De Voyage Ulysse

Chroniques des centres d'appels

En vente en ligne uniquement en format PDF sur **linitiative.ca**



LE JOURNAL
DE MONTRÉAL

« C'est donc avec humour que le livre nous relate des nouvelles drôles. »

Anne-Lovely Etienne

LA PRESSE

« L'actualité des livres
Sortie de la semaine. »

Chantal Guy

L'initiative

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

Lamia Bereksi Meddahi

RCI RADIO CANADA
INTERNATIONAL

« L'auteur transmet avec humour les préoccupations et les soucis de la société canadienne. »

Colette Dergham