

# L'initiative

FONDÉ EN 2014

DÉJÀ 10 ANS

BONNE ANNÉE

2024

Achat en ligne sur [linitiative.ca/boutique/](http://linitiative.ca/boutique/)

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

Exclusivement sur le web



## PERSPECTIVES ÉCONOMIQUES EN 2024 :

- L'économie canadienne entre le mauvais et le bon
- Des changements au niveau fiscal
- Nouvelles résolutions pour votre portefeuille

Pages 3,4 & 5

## Soins dentaires au Canada

### Un régime plus abordable pour le plus grand nombre dès 2024

**U**n tiers des personnes au Canada n'ont pas d'assurance dentaire et, en 2022, une personne sur quatre déclarait éviter de consulter un professionnel de la santé buccodentaire en raison du coût. L'accès à des soins de santé buccodentaire ne devrait pas dépendre de la capacité des Canadiennes et Canadiens à les payer.

Le 11 décembre 2023, le gouvernement du Canada a annoncé les détails concernant la mise en œuvre du Régime canadien de soins dentaires (RCSD), une étape importante pour la santé et le mieux-être des personnes au Canada. Une fois qu'il sera entièrement mis en place, le RCSD aidera à réduire les obstacles financiers à l'accès aux soins de santé buccodentaire pour près de neuf millions de résidents canadiens qui sont non assurés dont le revenu familial annuel est moins de 90 000 \$.

Afin de répondre à la demande prévue et d'assurer un processus d'intégration sans heurts, le RCSD sera mis en place en utilisant une approche progressive au cours des prochains mois, en commençant par les personnes âgées. Les personnes âgées de 87 ans et plus pourront soumettre leur demande en décembre 2023, et les demandes se poursuivront par étapes : les personnes de 77 à 86 ans pourront déposer une

demande en janvier 2024, celles de 72 à 76 ans en février 2024 puis les personnes de 70 à 71 ans en mars 2024. Les personnes faisant partie de ces groupes d'âge qui pourraient être admissibles recevront des lettres les invitant à faire une demande, avec des indications sur la manière de valider leur admissibilité et comment faire leur demande par téléphone.

En mai 2024, les demandes se feront sur un portail en ligne et seront ouvertes aux personnes admissibles âgées de 65 ans et plus. Les personnes qui détiennent un

certificat valide pour le crédit d'impôt pour personnes handicapées, ainsi que les enfants âgés de moins de 18 ans, pourront déposer une demande en ligne à compter du mois de juin 2024. Tous les autres résidents canadiens admissibles ayant entre 18 et 64 ans pourront déposer une demande en ligne à compter de 2025.

#### LE RÉSEAU FADOQ A DES INQUIÉTUDES

« Nous sommes contents que les personnes de 65 ans et plus aient finalement eu des détails sur ce programme. Cependant, nous craignons que sa mise en œuvre soit trop compliquée et longue. Le gouvernement doit s'assurer que les personnes puissent poser des questions si elles ont des interrogations par rapport au programme », a expliqué Gisèle Tassé-Goodman, présidente du Réseau FADOQ.

L'autre inquiétude concerne les discussions nécessaires avec les provinces et territoires pour assurer le déploiement de ce régime.

Actuellement, Ottawa ne s'est toujours pas entendu avec le gouvernement du Québec, ce dernier ayant déjà annoncé son intention de se retirer du programme fédéral afin d'obtenir une compensation.

Source : FADOQ

Toutes les personnes inscrites au RCSD pourront commencer à consulter un fournisseur de soins buccodentaires dès mai 2024, en commençant par les personnes âgées. La date pour accéder aux soins de santé buccodentaire sera établie en fonction de la date à laquelle chaque groupe peut s'inscrire et la date à laquelle l'inscription a été complétée. La date d'entrée en vigueur, les détails de la couverture et la carte de membre seront envoyés par la Sun Life, le fournisseur de services sous contrat, dans une trousse de bienvenue.

Un large éventail de services de soins buccodentaires sera couvert par le RCSD pour prévenir et traiter les maladies buccodentaires. Ces services comprennent notamment les soins préventifs, tels le détartrage (nettoyage), le polissage, ainsi que d'autres services comme les examens, les radiographies, les obturations (plombages), les prothèses amovibles et les traitements de canal. Dans le cadre d'une approche axée sur l'amélioration continue, le RCSD sera examiné régulièrement en fonction des données et des éléments de preuve pour veiller à ce qu'il réponde aux besoins des Canadiennes et Canadiens.

Les professionnels de la santé buccodentaire jouent un rôle essentiel dans la prestation de soins de santé buccodentaire, et ce régime permettra à plus de personnes au Canada de recevoir des soins. Des ressources et des outils sur la manière d'aider et d'informer leurs patients au sujet du RCSD seront mis à la disposition de la communauté des professionnels de la santé buccodentaire.

Le RCSD est une partie importante du plan du gouvernement du Canada visant à rendre la vie plus abordable pour les Canadiennes et Canadiens.

Source : Gouvernement du Canada



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

Votre annonce  
dans cet espace  
à partir de

# 15\$

Contact :

514-360-6267

pub@linitiative.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 de 2024

### L'économie canadienne chancelerait entre le mauvais et le bon

**D**ans une conjoncture mondiale marquée par des tensions géopolitiques, une inflation persistante et des resserrements des critères de crédit bancaire, les perspectives de l'économie mondiale, selon le dernier rapport du FMI (octobre 2023), prévoient un ralentissement de la croissance à 2,9 % (3% en 2023). Par ce ralentissement, l'économie mondiale enregistrerait la croissance la plus faible depuis des décennies.

Ce ralentissement serait plus prononcé dans les pays développés, avec une croissance passant de 2,6% en 2022 à 1,4% en 2024, car malgré la bonne santé de l'économie américaine, la récession menace la zone euro en raison de la crise énergétique et la remontée des taux d'intérêt. La croissance dans les pays émergents et les pays en développement devrait reculer légèrement, passant de 4,1% en 2022 à 4% en 2024. Les effets du durcissement de la politique monétaire commenceront à se faire sentir sur l'inflation mondiale, qui devrait reculer de 6,9 % en 2023 à 5,8 % en 2024. Le retour progressif à l'équilibre entre l'offre et la demande, avec en corollaire le recul de l'inflation, est la bonne nouvelle avec laquelle l'économie mondiale amorcera l'exercice 2024. Mais cette bonne note est noyée dans une ardoise qui est enclin à noircir, notamment avec le ralentissement en Chine en raison de la crise de l'immobilier et les effets néfastes des hausses agressives des taux d'intérêt (baisse de la consommation, ralentissement des investissements et hausse du taux de chômage). Comment l'économie canadienne évoluera-t-elle dans cette conjoncture chancelante ?

#### EN 2014, L'ÉCONOMIE CANADIENNE SERA-T-ELLE RÉILIENTE ET CAPABLE DE CHANGER DE CAP ?

Selon le rapport Perspectives économiques (septembre 2023) de Deloitte Canada, l'économie du pays devrait connaître des difficultés durant le premier semestre de 2024 en raison de l'endettement élevé des ménages (en pourcentage du PIB, les ménages canadiens sont les plus endettés des pays du G7), de la hausse vertigineuse des paiements d'intérêts et de l'inflation persistante, avant de connaître un redressement lors de la deuxième partie de l'année, au fur et à mesure que la politique monétaire amorce la baisse des taux d'intérêt.

La lutte menée par la Banque du Canada contre l'inflation depuis le printemps



2022 place l'économie dans un cycle mettant à l'épreuve les entreprises et les ménages. Sous pression budgétaire pour faire face notamment au prêt hypothécaire, les dépenses des ménages baissent. En même temps, l'accès plus onéreux au crédit, l'augmentation de la masse salariale et l'incertitude qui minent la confiance des entreprises amoindrissent les investissements. La conjonction de ces facteurs ralentira la croissance, Deloitte Canada estime que le PIB augmentera de 0,9 % en 2024.

À mesure que la politique monétaire de la Banque du Canada amorcera la baisse de son taux directeur, l'économie canadienne devrait renouer avec la croissance au second semestre, boostée par le commerce avec les États-Unis et la croissance démographique (2,7% en 2023), prédit Deloitte Canada.

Le scénario de Deloitte Canada est à nuancer en raison de plusieurs facteurs internes et externes. En effet, les effets des hausses agressives des taux d'intérêts se font généralement sentir sur l'économie avec un décalage. Plusieurs spécialistes estiment qu'à partir de 2024 que ces effets seront palpables, ce qui freinera amplement la demande, le moteur de croissance de l'économie du pays. L'inflation pourrait rester encore tenace en raison de la croissance démographique et la pénurie de logements, ce qui rendra le processus de la ramener à sa fourchette cible encore long et dispendieux. Par ailleurs, les conflits géopolitiques imprévisibles peuvent alimenter à tout moment l'inflation via plusieurs marchés, notamment celui de l'énergie.

Sofiane Idrir

### Pensions alimentaires Indexation de 4,4 % en 2024

**L**e gouvernement du Québec informe la population que les pensions alimentaires seront indexées de 4,4 % à compter du 1er janvier 2024. En effet, depuis 1988, le Code civil du Québec assure l'indexation automatique des pensions alimentaires le 1er janvier de chaque année, suivant l'indice annuel des rentes établi en vertu de la Loi sur le régime de rentes du Québec. L'indexation automatique s'applique à tous les jugements accordant une pension alimentaire, sauf si le tribunal en a décidé autrement. Elle vise à maintenir la valeur financière réelle de la créance qui résulte du jugement accordant des aliments.

Source : Ministère de la Justice

# L'initiative

Éditeur : Réda Benkoula

Contact : admin@linitiative.ca

Téléphone : 514-360-6267

Site web : linitiative.ca

Facebook : facebook.com/linitiative.ca

Twitter : 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](mailto: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](mailto:redaction@linitiative.ca)



## RECRUTONS

• Représentants des ventes

Envoyez votre CV et votre lettre de présentation à : [rh@linitiative.ca](mailto:rh@linitiative.ca)

Seules les personnes sélectionnées en entrevue seront contactées

## Fiscalité

## Des changements pour 2024

**C**haque nouvelle année apporte son lot de nouveautés en matière de législation et la fiscalité n'y fait pas exception. Aussi, portera-t-elle plusieurs petits changements à surveiller, du côté de l'impôt des particuliers.

**L'AUGMENTATION DES PALIERS D'IMPOSITION DE BASE**

Plutôt que de choisir des mesures ciblées destinées à aider les contribuables à faible revenu seulement, tant le gouvernement fédéral que le gouvernement provincial ont choisi de hausser tous les paliers d'imposition, pour permettre aux contribuables de souffler un peu. Aussi, tous les contribuables pourront bénéficier d'un allègement fiscal supplémentaire c'est-à-dire, qu'ils pourront gagner un peu plus, avant de commencer à verser des cotisations au fisc. Les paliers d'imposition fédéraux augmenteront de 4,7 %, alors qu'au Québec, les paliers d'imposition seront indexés de 5,08 %. Ceci signifie que le montant personnel de base, soit la tranche de revenus sur laquelle on ne paie pas d'impôts passera à 18 056 \$ à Québec, au lieu de 16 143\$. Au fédéral, le montant personnel de base sera de 14 398\$.

**UN PEU D'AIDE POUR LES FAMILLES QUÉBÉCOISES**

Le gouvernement du Québec bonifiera le soutien aux parents bénéficiant des allocations familiales avec une indexation de 5,08 %. Ainsi, le montant maximal passera

de 2 782 \$ à 2 923 \$, soit un montant supplémentaire annuel de 141 \$.

**UN COUP DE POUCE DES DEUX PALIERS POUR LES AÎNÉS**

Du côté de Québec, les rentes aux aînés de moins de 65 ans, sont indexées en tenant compte de l'inflation des 12 mois précédents. La rente de retraite annuelle moyenne de 7184 \$ grimpera à 7500 \$, soit 26\$ par mois. Quant aux aînés âgés de plus de 65 ans, leur rente mensuelle grimpera à 10 127\$ au lieu de 9 700\$.

En ce qui concerne la pension de la sécurité de vieillesse du fédéral, on sait que l'augmentation tiendra compte de l'inflation, mais le montant n'est pas encore connu et, les aînés en prendront connaissance lors de la réception de leur premier chèque de 2024, soit le 29 janvier.

**PRENDRE SA RETRAITE PLUS TARD POUR AUGMENTER LE MONTANT DE SES PRESTATIONS**

Si le montant actuel mensuel versé par le fédéral, pour les personnes de 65 à 74 ans, est 707,68 \$, il atteint 778,45 \$ pour les 75 ans et plus. Quant au provincial, il sera

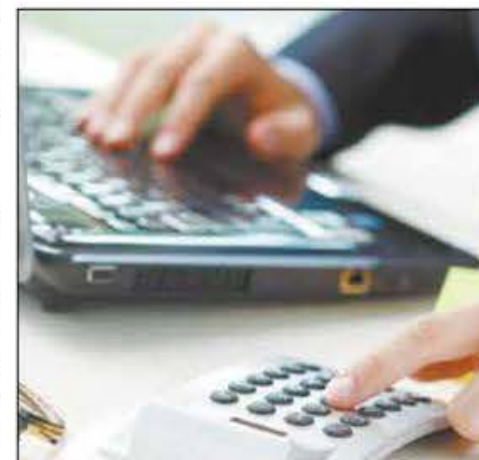
possible d'attendre jusqu'à 72 ans pour réclamer sa rente de retraite, plutôt que 70 ans comme c'est le cas actuellement. Chaque année de report bonifie le montant obtenu.

**LA BONIFICATION DES PRESTATIONS D'AIDE DE DERNIER RECOURS**

À compter du Nouvel An, les bénéficiaires de l'aide sociale obtiendront une augmentation de 5,08 % de leurs prestations. Ainsi, le montant versé pour une personne vivant seule passera de 8700 \$ à 9144 \$, une hausse de 444 \$.

**LES MIEUX NANTIS PÉNALISÉS PAR RAPPORT AU REER DES FONDS DE TRAVAILLEURS**

Autre changement important pour les contribuables dont le revenu imposable de 2022 dépasse 112 655 \$, en 2024, ils n'auront plus le droit aux crédits provenant des cotisations au Fonds de solidarité FTQ et au Fondaction de la CSN, ni au fédéral, ni au provincial. L'accessibilité aux crédits est désormais déterminée en fonction des revenus des deux années précédentes. Ce revenu imposable maximal sera indexé à



chaque année.

**LÉGÈRE AUGMENTATION POUR LES DÉTENTEURS DE CELI**

La cotisation maximale à un CELI passera à 7 000 \$ au lieu de 6 500 \$. De même, le plafond cumulatif atteindra 95 000 \$. Lors de la création du CELI en 2009, on pouvait y déposer 5000 \$ par année. Le plafond de cotisation pour le CELIAPP, quant à lui, (pour l'achat d'une première propriété) ne changera pas.

Martine Dallaire, B.A.A.

## Se libérer de ses dettes de cartes de crédit

## Un pas à la fois

**COMMENCEZ PAR LA DETTE LA PLUS COÛTEUSE EN TERMES D'INTÉRÊTS**

Commencez par rembourser la dette dont les intérêts sont les plus élevés pour éviter de cumuler un montant important d'intérêt. Payez toujours plus que le montant minimum et si vous le pouvez, ajoutez de petits montants additionnels au cours du mois.

**FAITES-VOUS ASSISTER D'UN CONSEILLER**

Si vous sentez que vous croulez sous le poids de vos dettes, contactez un conseiller. Les conseillers travaillent avec vous pour fixer un budget réaliste pour éliminer vos dettes, certains peuvent même, contacter vos créanciers pour négocier une interruption d'intérêt.

**NÉGOCIEZ AVEC VOS CRÉANCIERS**

Si vous devez beaucoup d'argent, au point d'envisager la faillite, il est fort possible, que vos créanciers veuillent conclure un accord avec vous. Débutez en appelant les numéros de téléphone au dos de vos cartes de crédit.

Un préposé peut accepter d'abaisser le montant que vous devez, ou de revoir le plan de paiement mensuel ou même, réduire les intérêts à long terme, puisque dans le cas où vous déclarez faillite, les créanciers se retrouveront avec les pots cassés.

**PAYEZ VOS FACTURES DEUX FOIS PAR MOIS**

Pour accélérer le remboursement de vos dettes et que vous en avez les moyens, pourquoi ne pas payer l'une de vos cartes, deux fois plutôt qu'une, dans le mois en effectuant à nouveau le montant minimum à votre prochaine paye. Cela peut sembler un peu drastique, mais avec le temps, vous économiserez gros!

**RÉGLEZ VOS CARTES DE CRÉDIT IMMÉDIATEMENT**

Bien que les compagnies de cartes de crédit vous accordent un délai de grâce avant que les intérêts ne grimpent sur votre solde, souvenez-vous que plus vous attendez pour effectuer votre paiement et, plus les intérêts s'accumulent. Évitez de ranger vos factures



dans le dossier «à payer plus tard» et payez-le le plus rapidement possible.

**RÉSISTEZ AUX OFFRES DE CARTE DE CRÉDIT PRÉAPPROUVÉES**

Les compagnies de cartes de crédit savent comment recruter de nouveaux clients. Aussi, ne soyez pas éblouis par le taux promotionnel à 0% pour les premiers mois. Puisque souvent, ce taux augmente à 18% et même, plus après la période de grâce initiale de six mois. Avant de vous inscrire, renseignez-vous adéquatement sur la durée de l'offre et des frais de transfert.

**RÉGLEZ LES FRAIS ANNUELS**

Certaines compagnies de cartes de crédit facturent des frais annuels en échange d'un taux d'intérêt réduit. Il est possible que ces frais annuels de carte soient supprimés. Téléphonnez au numéro à l'arrière de votre carte et dites au représentant que vous ne désirez plus acquitter ces frais, sous peine de passer à une carte de crédit différente. La plupart du temps, le premier représentant du service à la clientèle aura le pouvoir de supprimer ou de réduire les frais.

Martine Dallaire, B.A.A.

## Prendre des résolutions en début d'année C'est aussi bon pour votre portefeuille

Une nouvelle année est souvent l'occasion de prendre un nouveau départ en adoptant de nouvelles résolutions. Aussi, perdre du poids, s'entraîner, cesser de fumer ou réduire sa consommation d'alcool figurent souvent, parmi les résolutions les plus courantes, mais qu'en est-il de votre portefeuille?

### ÉPARGNER SUFFISAMMENT

Il est absolument indispensable d'épargner tous les mois une partie de son revenu. On recommande souvent de mettre de côté 15 % de son revenu. Mais selon vos revenus, ce pourcentage pourra légèrement varier. Si possible, cette épargne ne doit bien évidemment pas rester sur votre compte courant. L'argent mis de côté doit être placé sur différents placements selon l'usage que vous en ferez.

### PRÉVOIR L'IMPRÉVISIBLE

Une partie de votre épargne devrait idéalement être transférée vers un placement à capital garanti afin de se constituer un fonds d'urgence, qui servira à couvrir les imprévus. Il n'est certes pas possible de tout anticiper, et de nombreuses dépenses sont forcément imprévues (garagiste, plombier, serrurier, etc.), mais il est possible de prévoir une enveloppe destinée à les payer.

Si ce n'est pas déjà fait, mettre en place un fonds d'urgence en 2024 devrait figurer dans votre liste de priorités. Il est recommandé de prévoir un montant variant entre 3 et 6 mois de dépenses, compte tenu de sa situation financière et familiale.

### ÉVITER D'ACHETER À CRÉDIT

Si les dépenses imprévues doivent être anticipées, il en est de même, pour les dépenses courantes et occasionnelles comme les vacances (lorsque nos moyens financiers nous le permettent), par exemple. Les comptes d'épargne servent à mettre des fonds de côté visant à financer l'ensemble de nos dépenses sans avoir recours au crédit, sauf dans le cas d'un prêt



hypothécaire, les cartes de crédit et prêts à la consommation constituant les pires ennemis de votre portefeuille.

Aussi, il est préférable de placer ses épargnes dans un compte à capital garanti et si possible, à haut taux d'intérêt, question de rentabiliser une bonne habitude financière.

### FERMER LES COMPTES DORMANTS DE TOUTES SORTES

Certaines personnes possèdent plusieurs comptes courants des institutions financières différentes, mais ne les utilisent pas. Mais attention à ne pas multiplier inutilement les comptes. Il sera souvent bien plus avantageux de ne garder qu'un ou deux comptes courant maximum car la détention de nombreux comptes

pourra s'avérer trop compliqué à gérer et particulièrement onéreuse avec des frais composés des frais de tenue de compte, des frais liés aux moyens de paiement, etc. Il en est de même, pour certains types d'abonnements. Vous êtes abonnés à un compte payant pour un journal que vous oubliez de lire ou la télé payante que vous ne regardez plus ou très peu, voire même la radio satellite pour votre auto que vous n'utilisez que très rarement, car vous êtes depuis longtemps en télétravail. Pourquoi ne pas annuler ces abonnements et mettre de côté les économies réalisées ou payer vos créanciers?

### METTRE EN PLACE UN PLAN D'INVESTISSEMENT

Pour investir avec succès sur les marchés

financiers et valoriser un capital dans la durée, le mieux est encore d'investir sur le long terme en entrant très progressivement sur les marchés. D'une part, vous pourrez ainsi placer tous les mois une partie de votre épargne, de manière automatisée, sans même avoir à y penser et de façon indolore.

### REMBOURSER SES DETTES LE PLUS RAPIDEMENT POSSIBLE

C'est normal d'avoir des dettes, puisque rares sont celles et ceux qui peuvent acheter une maison comptant. Mais lorsque les mensualités du prêt hypothécaire, de la location d'auto, de la carte et de la marge de crédit étouffent tous nos revenus, on devient prisonnier de nos dettes. Aussi, établir un plan de remboursement de ses dettes que l'on suivra assidument, s'avère essentiel, en ce cas. Il est fortement suggéré de rencontrer un conseiller ou un syndic autorisé, selon l'ampleur et la nature de vos dettes.

### FAIRE UN BUDGET

Finalement, dresser un budget et suivre ses dépenses s'avère essentiel, question de savoir où va son argent. C'est inouï à quel point certaines dépenses, si inoffensives semblent-elles, peuvent représenter un montant important à la fin de l'année. Les répertoires pourraient même vous inciter à adopter des habitudes supplémentaires ou différentes pour économiser davantage et pourquoi pas, ne pas investir les sommes économisées, question de récompenser ses efforts?

Martine Dallaire, B.A.A.



**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**  
2677, rue Lacordaire, Montréal (Québec) H1N 2M5  
info@sepulturemusulmane.ca | www.sepulturemusulmane.ca



**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

Canada



VOS DÉPUTÉS FÉDÉRAUX LIBÉRAUX  
VOUS SOUHAITENT

UN **JOYEUX NOËL**  
ET **UNE BONNE ANNÉE 2024 !**

YOUR FEDERAL LIBERAL MPs WISH YOU  
A **MERRY CHRISTMAS**  
AND A **HAPPY NEW YEAR 2024!**



**HON. JUSTIN TRUDEAU**

Député / MP  
Papineau  
Justin.Trudeau.c1c@parl.gc.ca  
(514) 277-6020



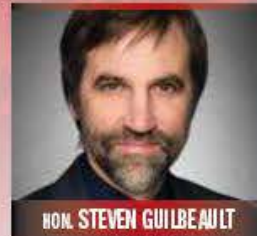
**ANJU DILLON**

Députée / MP  
Dorval — Lachine — LaSalle  
Anju.Dillon@parl.gc.ca  
(514) 639-4497



**FAYÇAL EL-KHOURY**

Député / MP  
Laval — Les Îles  
Faycal.El-Khoury@parl.gc.ca  
(450) 689-4594



**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 JOY**

Députée / MP  
Ahuntsic-Cartierville  
Melanie.Joy@parl.gc.ca  
(514) 383-3709



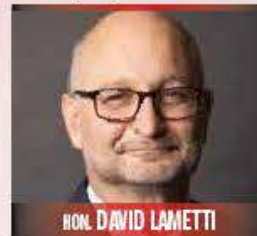
**ANNIE KOUTRAKIS**

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



**EMMANUELLA LAMBROPOULOS**

Députée / MP  
Saint-Laurent  
Emmanuela.Lambropoulos@parl.gc.ca  
(514) 335-6655



**HON. DAVID LAMETTI**

Député / MP  
LaSalle — Émard — Verdun  
David.Lametti@parl.gc.ca  
(514) 363-0954



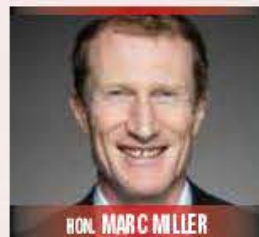
**PATRICIA LATTANZIO**

Députée / MP  
Saint-Léonard — Saint-Michel  
Patricia.Lattanzio@parl.gc.ca  
(514) 256-4548



**HON. SORAYA MARTÍNEZ FERRADA**

Députée / MP  
Hochelaga  
Soraya.Martinezferrada@parl.gc.ca  
(514) 283-2655



**HON. MARC MILLER**

Député / MP  
Vile-Marie — Le Sud-Ouest — Île-des-Sœurs  
Marc.Miller@parl.gc.ca  
(514) 496-4885



**FRANCIS SCARPALEGGIA**

Député / MP  
Lac-Saint-Louis  
Francis.Scarpaleggia@parl.gc.ca  
(514) 695-6661



**SAMEER ZUBERI**

Député / MP  
Pie-à-Épingle — Dollard  
Sameer.Zuberi@parl.gc.ca  
(514) 624-5725

Produits financiers Comptabilité Impôts Assermentation



# CENTRE D'IMPÔT LE CARREFOUR

*Paix d'esprit garantie!*

514-621-8425  
438-993-9661

lecarrefourinfo@gmail.com

7090 17AV  
Montréal QC  
H2A2R1  
Saint-Michel

facebook.com/carrefour.pro

Accrédité par: Agence du revenu du Canada



# 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



**Michel BISSONNET**  
Maire de l'arrondissement

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

Que 2024 soit une année de bonheur,  
de prospérité et de santé pour vous  
et les êtres qui vous sont chers!



**Arij El Korbi**  
Conseillère  
d'arrondissement  
Saint-Léonard-Est



**Angela Gentile**  
Conseillère  
de la Ville  
Saint-Léonard-Est



**Suzanne De Larochelière**  
Conseillère  
d'arrondissement  
Saint-Léonard-Ouest



**Dominic Perri**  
Conseiller  
de la Ville  
Saint-Léonard-Ouest

Saint-Léonard  
**Montréal**

# Nous vous souhaitons de joyeuses fêtes!

Nous espérons que cette nouvelle année 2024 sera remplie de paix,  
de santé et de solidarité pour vous et vos proches!



ASSEMBLÉE NATIONALE  
DU QUÉBEC



De gauche à droite : Andrés Fontecilla - Député de Laurier-Dorion, Vincent Marissal - Député de Rosemont, Ruba Ghazal - Députée de Mercier, Haroun Bouazzi - Député de Maurice-Richard, Alejandra Zaga Mendez - Députée de Verdun, Gabriel Nadeau-Dubois - Député de Gouin, Alexandre Leduc - Député d'Hochelega-Maisonnette, Manon Massé - Députée de Ste-Marie-St-Jacques, Guillaume Cliche-Rivard, député de Saint-Henri-Sainte-Anne.

## Autisme

### Repérer les signes précoces

L'autisme est un trouble précoce du développement cérébral du bébé qui se caractérise par des difficultés de communication et d'interaction sociale. Touchant davantage les garçons que les filles, il est un trouble du neuro-développement souvent diagnostiqué trop tardivement voire sous-diagnostiqué.

#### AUTISME : DE QUOI PARLE-T-ON ?

L'autisme est un trouble précoce du développement cérébral du bébé qui se manifeste par des difficultés de communication et d'interaction sociale mais aussi par des intérêts restreints et des comportements stéréotypés. Chez les jeunes enfants, on observe souvent qu'ils n'utilisent pas les jouets de façon fonctionnelle, l'attention étant parfois dirigée vers une seule partie de l'objet manipulé. Par exemple : les roues d'une auto renversée. Les comportements stéréotypés se retrouvent aussi au niveau du langage. En effet, les enfants autistes répètent intégralement des passages de paroles entendues qu'ils apprécient, comme des extraits d'émission télévisée, contrastant avec leurs discours spontanés qui présentent longtemps des immaturités grammaticales. L'autisme est classé dans les troubles du neuro-développement au même titre que le trouble de l'attention (avec ou sans hyperactivité), le trouble des apprentissages, le trouble du développement intellectuel et le trouble développemental de la coordination. L'autisme peut prendre plusieurs formes et ses manifestations varient considérablement d'un enfant à l'autre. C'est pourquoi on parle davantage de troubles du spectre de l'autisme (TSA) que d'autisme.

#### QUELLES SONT LES CAUSES DE L'AUTISME ?

Les troubles du spectre de l'autisme (TSA) sont d'origine multifactorielle : ils se déclareraient chez des personnes génétiquement prédisposées après exposition à un ou plusieurs facteurs environnementaux. Selon les travaux des scientifiques des Universités de Genève et de Bâle publiés dans la revue «Nature Communications» en 2018, «un mauvais fonctionnement de l'activité synaptique d'un type de neurones présents dans le système de la récompense semble être en cause». Des propos confirmés par



la présidente d'Autisme France : « On sait aujourd'hui que c'est une pathologie des synapses : la connexion des neurones dans le cerveau se fait de manière atypique. Mais, on ne sait pas encore pourquoi. »

On connaît en revanche des facteurs de risque. « La prise de certains médicaments pendant la grossesse dont le valproate de sodium - un antiépileptique - ou l'âge élevé des parents, en particulier du père, en font partie. »

#### QUELS SONT LES PREMIERS SIGNES À REPÉRER ?

Les parents sont souvent les premiers à s'apercevoir des comportements inhabituels de leur enfant comme l'absence de sourire, l'indifférence apparente aux personnes, l'absence de réaction à l'appel de son prénom...

De 0 à 6 mois

De l'âge de 0 à 6 mois, les troubles autistiques peuvent se manifester par les signes suivants : une absence ou rareté du sourire social ; une impression d'indifférence au monde sonore ; des anomalies du regard: regard vague, périphérique ; une absence de gestes d'anticipation : le bébé ne tend pas ses bras quand on va le chercher dans son lit ; une

absence de babillage, peu de vocalisations ; des troubles de la motricité; une hypotonie ou une hypertonie (hypo-actif ou hyperexcitable) ; des troubles du sommeil ; des pleurs fréquents sans raison apparente.

Chacun de ces signes n'est pas caractéristique de l'autisme s'ils sont pris individuellement. C'est la concordance et la persistance de plusieurs signes qui doivent alerter.

De 6 à 12 mois

Les signes sont : l'enfant ne répond pas à son prénom ; désintérêt pour les personnes ; intolérance au contact physique ; impression d'indifférence au monde extérieur ; absence de réaction à la séparation ou à l'arrivée des parents ; attention difficile à fixer, regard difficile à capter ; pas d'imitation dans la communication gestuelle : faire «coucou», « au revoir », « bravo », etc. ; sensibilité exacerbée aux modifications de l'environnement ; troubles de l'alimentation; habitudes mono-alimentaires.

De 12 à 24 mois

Les signes sont : l'enfant semble ignorer les autres et préférer l'isolement, la solitude; absence ou retard de langage ; absence d'imitation ; impassibilité face aux tentatives de communication ; manipulation étrange des objets : les aligner, les faire tourner,

etc. ; mouvements inhabituels du corps: balancements, battements rapides des mains en ailes de papillons.

Après l'âge de deux ans

Les signes sont : absence d'intérêt pour les autres enfants ; absence ou pauvreté des jeux ; façon inhabituelle de parler ; langage sans intention de communiquer; tendance de l'enfant à répéter ce qu'on lui dit ; préoccupation persistante pour certaines parties d'objets ; troubles des apprentissages; instabilité émotionnelle ; auto-agressivité/ automutilation : l'enfant peut se cogner la tête, s'arracher les cheveux, se mordre.

#### AUTISME : L'IMPORTANCE D'UN DIAGNOSTIC PRÉCOCE

Un diagnostic précoce des troubles du spectre de l'autisme est essentiel. Plus l'autisme est dépisté tôt, plus vite un accompagnement et une éducation adaptés seront mis en place. Il faut essayer de développer l'interaction de l'enfant, lui donner des outils de communication et de socialisation afin qu'il puisse aller vers une plus grande autonomie. Avant l'âge de trois ans, la plasticité cérébrale de l'enfant rend d'autant plus efficaces ces interventions.

Si un enfant souffre d'autisme, il faut lever le voile sur le doute en consultant immédiatement son pédiatre afin qu'il donne une réponse à l'énigme. Le diagnostic sera établi en fonction du degré de communication de l'enfant avec ses parents et les autres personnes, ainsi que l'observation de son comportement dans diverses activités et situations.

Il est vrai que certains enfants autistes ne peuvent pas aller à l'école avec des enfants de leur âge, car tout dépend du niveau du trouble. Cependant, bon nombre peuvent avoir l'opportunité d'apprendre et de grandir avec eux.

Mohand Lyazid Chibout (Iris)

<p><b>Chroniques des centres d'appels</b> En vente en ligne uniquement en format PDF sur <b>linitiative.ca</b></p>		<p><b>LE JOURNAL DE MONTRÉAL</b> « C'est donc avec humour que le livre nous relate des nouvelles drôles. » Anne-Lovely Etienne</p>	<p><b>LA PRESSE</b> « L'actualité des livres Sortie de la semaine. » Chantal Guy</p>
<p><b>L'initiative</b> « 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><b>RCI</b> « L'auteur transmet avec humour les préoccupations et les soucis de la société canadienne. » Colette Dergham</p>	

## Les silences des pères de Rachid Benzine

Publié aux éditions du seuil

**E**nseignant – chercheur à l'université de Paris-Nanterre, Rachid Benzine est l'auteur de plusieurs œuvres *Des mille et une façons d'être juif ou musulman* (2017), une pièce de théâtre *Lettres à Nour* (2018) mise en scène dans plusieurs pays, *Ainsi parlait ma mère* (2020), *Dans les yeux du ciel* (2020), *Voyage au bout de l'enfance* (2021). Dans le roman *Les silences des pères* l'auteur convoque le lien sensible entre les parents et les enfants.

### CHAGRIN ET PRISE DE CONSCIENCE

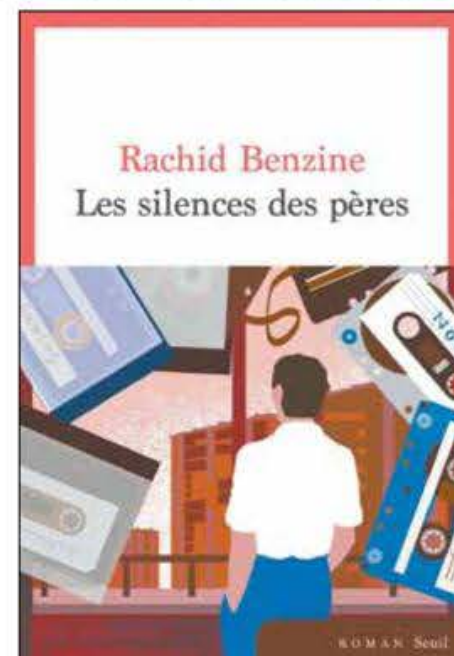
Le vécu des parents ne fait souvent pas partie de la vie des enfants. Ils suivent un rythme en exigeant d'avoir tout ce dont ils ont besoin. Pourtant les parents qui triment ne sont pas forcément en mesure de répondre à ces besoins. Étant immigrés, ils se doivent non seulement de payer les factures dans le nouveau pays où ils résident mais aussi envoyer de l'argent gagné à la famille. Partagés, ils souffrent en silence. Devenu grand pianiste, un enfant apprend le décès de son père par téléphone. Ce père taiseux : « Si je m'efforce de l'entendre, de faire résonner

sa voix dans ma mémoire, aucun son, aucune intonation» (P.17) collectionnait les cassettes où il enregistrerait son ressenti au quotidien. Les messages étaient adressés à son propre père. Toute une vie est résumée dans ces cassettes. S'il ne s'exprimait pas chez lui directement il avait un confident. C'est à son père qu'il a préféré déverser tout ce qui se tramait dans son for intérieur. Il a épargné sa famille du lourd fardeau qui peut peser sur le dos d'un exilé et ce : « (...) Parce que tous les exilés sont des cadavres en sursis» (p. 64).

Le pianiste qui est revenu chez lui après

vingt-deux ans d'absence parcourt plusieurs villes pour écouter les témoins qui ont connu son père. Chacun raconte une anecdote qui prouve la sensibilité dont il faisait preuve. Généreux et très discret, il était très fier de son fils. Un grand pianiste connu et reconnu !

Le roman *Les silences des pères*<sup>1</sup> renvoie aux non-dits qui existent entre les parents et les enfants. Ils peuvent être sujets à discordes. Non forcément fondés, les malentendus deviennent des raisons qui poussent à s'éloigner. Cet éloignement creuse un vide qui alimente l'absence



de ses multiples questionnements. En découvrant les cassettes, le fils prend conscience que le taiseux n'est pas celui qui ne ressent pas, mais celui qui éprouve un flux de sentiments qu'il n'exprime pas.

Lamia Bereksi Meddahi

<sup>1</sup>Rachid Benzine, *Les silences des pères*, Ed/Du seuil, 2023, 172 Pages.

## Les sept vagues de l'amour

Florilège de poèmes du poète/écrivain Nouredine Mhakkak

**L**e titre du florilège : *Les sept vagues de l'amour*, qui est publié par le poète /écrivain Nouredine Mhakkak est en même temps le titre du premier poème des 37 poèmes que regroupe l'ouvrage. Si l'on cherche la contextualité de ce titre dans le patrimoine culturel populaire marocain, on se précipite à se référer au sens mythique du chiffre sept en particulier et les sept vagues en général.

N'est-il pas connu dans la culture populaire marocaine que le chiffre sept a un pouvoir magique et de là, toute personne désirant se purifier le corps et l'âme de toute trace du mauvais œil, de l'envie, de la sorcellerie et de la magie n'a qu'à se laisser asperger le corps par l'eau de sept vagues successives de la mer ?

Mais qu'en est-il des : sept vagues de l'amour ? Auraient-elles un effet contraire? Toute personne ayant abordé les poèmes de ce florilège sera ensorcelée, voir aliénée par la magie de ses poèmes et par l'amour qui s'en dégage.

Voyons tout d'abord pourquoi ce chiffre 7 exactement ?

Dans toutes les civilisations, le chiffre sept est un symbole sacré.

Selon Hippocrate, il y'aurait 7 secrets qui

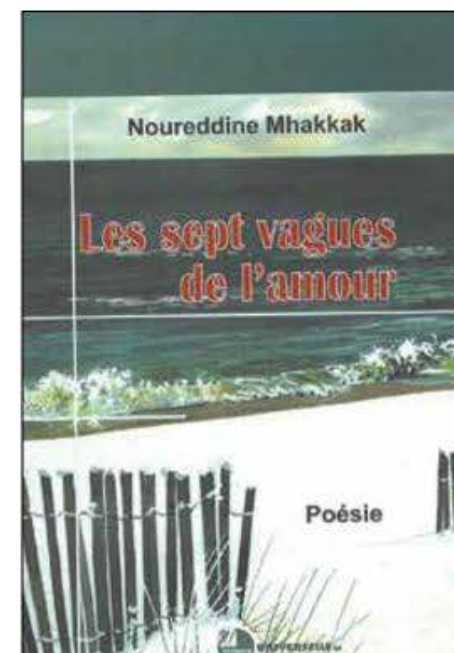
maintiennent toutes choses en existence et en ordre. En effet, il y'a : 7 planètes principales. 7 jours de la semaine. Chaque jour est relié aux sept planètes. Le chiffre 7 est béni des dieux et apporte bonheur dans la vie. Dans la civilisation égyptienne ancienne, il était le symbole de la vie éternelle. Chez les indiens : C'est un chiffre cosmique. Dans l'Islam le nombre des cieux est 7, le nombre de circumambulation( Tawaf) autour de la Kaaba est 7. Le nombre d'allers retours effectués entre les collines Safâ et Marwah par les pèlerins durant le Hajj et l'Oumra est 7 et enfin les sept dormants d'Ephese, mythe commun à la Christianité et à l'Islam (Ahl- Al kahf).

Ce chiffre serait donc l'intermédiaire entre le visible et l'invisible.

Ainsi, les 37 poèmes qui constituent ce florilège sont écrits dans un style simple

mais profond, qui les rend telle une eau limpide à contenu accessible à tout lecteur, le poète/écrivain Nouredine Mhakkak nous gave d'amour, de tolérance et de convivialité.

En feuilletant ce florilège ou en écoutant la vidéo-lecture de ses magnifiques poèmes, lecture faite par une douce voix féminine, on remarque que les thèmes dominants qu'il traite, en se basant sur les souvenirs de la belle époque de la jeunesse : les études à l'étranger, les voyages entre Casablanca à Strasbourg à Paris à Grenade et à Rome. On découvre presque la personnalité du poète/écrivain, ses préférences et ses attachements aux belles choses de la vie : le voyage, les femmes, le café, sa mère et le couscous, la côte d'Ain Diab, le quartier Sbata où réside sa mère



et bien sûr la poésie, la lecture, le cinéma et le rêve de devenir un célèbre homme de lettres.

*Les sept vagues de l'amour*, ce recueil captivant est presque un film fantastique qui transpose le lecteur au monde magique de la beauté et de l'amour depuis les temps antiques d'Antar et Abla à celui de Nouredine Mhakkak et ses bien-aimées, européennes en majorité...Un florilège qui chante l'amour sous toutes ses apparences : amour platonique, amour physique, amour des proches, amour de la patrie, amour de la vie...

Khadija Nasseur

## L'Iris blanc

### Un 40<sup>e</sup> album d'Astérix

**C**onnaissiez-vous méthode de l'iris blanc ? Et bien c'est celle que va utiliser Vicévertus pour convaincre César du bien-fondé de cette stratégie afin de mobiliser des légionnaires capables d'affronter les gaulois.

Le scénariste Fabcaro et le dessinateur Didier Conrad nous font découvrir une 40<sup>e</sup> aventure d'Astérix qui s'intitule *L'Iris blanc*<sup>1</sup>.

On y retrouve Astérix le célèbre gaulois, Obélix et son chien Idéfix, le druide Panoramix, le chef de la tribu Abraracourcis et tout le village gaulois qui résiste face à la conquête romaine.

À Rome le grand Jules César convoque ses généraux pour trouver des solutions face aux mutineries et aux désertions de ses légionnaires. Vicévertus propose à César une nouvelle méthode sur laquelle il travaille depuis quelques années : « je l'ai nommée *l'iris blanc* », dit-il. Un légionnaire heureux est un légionnaire combattif. Pour ça, rien de tel que la pensée positive et une alimentation saine.

Confie-moi l'une de tes garnisons et je te montrerai l'efficacité de mon remède. Tu resteras dans l'histoire comme celui qui a renouvelé l'art de motiver les hommes!...

Qu'à cela ne tienne, Jules César envoie Vicévertus en Armorique pour faire la preuve de sa méthode et soumettre le village gaulois. Cette stratégie sera-t-elle payante ?

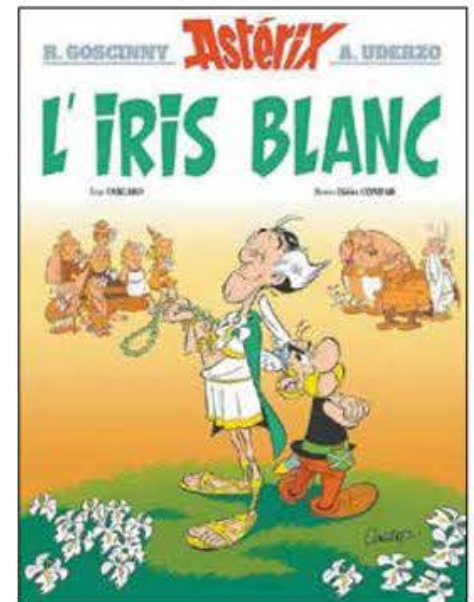
Chose certaine, Astérix devra faire preuve de son grand bon sens pour contrarier les obscurs desseins de Jules César qui ne tolère pas que le village gaulois lui résiste.

À travers *L'Iris blanc*, Fabcaro et Didier

Conrad tentent une expérience qui consiste à gérer des conflits d'époque (Antiquité) avec des méthodes actuelles (bienveillance et non-violence). Si l'exercice fait sourire de prime abord, il permet surtout aux auteurs d'explorer des situations où les gaulois se passeraient de la potion magique de Panoramix.

Sacrilège direz-vous. C'est pourtant ce que l'on découvre dans ce nouvel album qui foisonne d'humour, de rebondissements et tous plein de références.

Fabcaro et Didier Conrad perpétuent



humblement l'héritage d'Uderzo et Goscinny qui ont fait découvrir le petit Gaulois à plusieurs générations de lectrices et de lecteurs. *L'Iris blanc* est disponible en France et au Québec depuis le mois d'octobre 2023.

Réda Benkoula

<sup>1</sup>*Astérix. Tome 40. L'Iris blanc | Fabcaro (Scénario), Didier Conrad (Dessins) | Les Éditions Albert René | 2023 | 48 pages*

## Game over Tome 22 - Road Tripes

### De Midam

**L**orsque Michel Ledent alias Midam publie le premier album de Kid Paddle en 1996, rien ne laisse présager du succès que connaît la série aujourd'hui.

Puis en 2004, il publie *Game Over*, une mini-série qui met en scène le petit barbare qui représente l'avatar virtuel de Kid Paddle.

Ce personnage issu du jeu vidéo doit sauver une princesse des mains des Blorks, ces monstres qui lui courent toujours après. Si lui n'est pas très adroit, elle aussi n'est pas bien plus maligne, ce qui donne lieu à des situations rocambolesques où nos deux protagonistes trouvent la mort à chaque fois.

Si on pense avoir fait le tour des morts horribles avec Midam, lui et ses acolytes nous prouvent le contraire, puisqu'ils rivalisent d'imagination pour charcuter, écraser, exploser, embrocher, poignarder, cisailer ou mâchouiller le petit barbare et sa princesse.

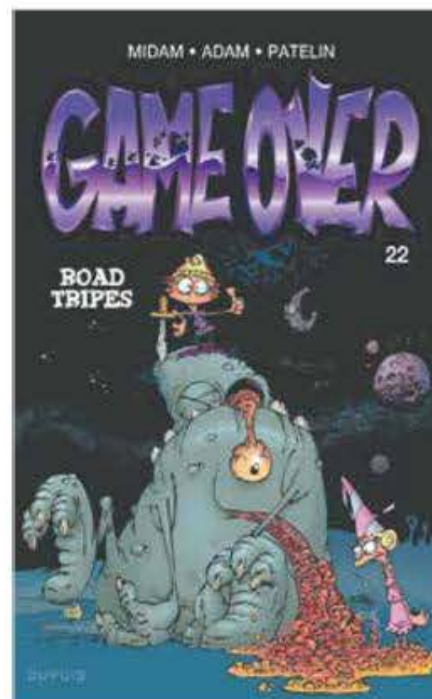
Avec un 22<sup>e</sup> album de *Game Over*<sup>1</sup> qui

s'intitule *Road Tripes*, l'auteur nous offre un concentré de fins atroces qui donnent envie d'en voir d'autres.

#### MIDAM ET SES FANS

Très actif sur les réseaux sociaux, Midam tend la main à ses fans sur son site web Midam Forever, où il promet que les meilleurs scénarios qui lui seront envoyés seront publiés l'espace d'une histoire ou d'un gag dans sa série. De plus, il invite les lectrices et les lecteurs à une chasse au trésor pour découvrir des indices qui laissent supposer l'existence de chiffres cachés dans l'album numéro 22.

Personnellement j'ai repéré les chiffres



4 et 30. Et vous en avez-vous trouvé d'autres ?

L'auteur donne rendez-vous à ses fans le 15 janvier 2024 sur les réseaux sociaux pour découvrir l'indice final et peut-être avoir la chance de gagner un lot hors du commun.

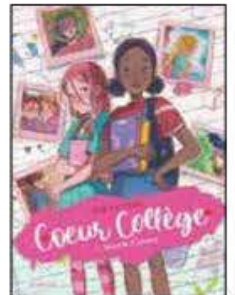
Réda Benkoula

<sup>1</sup>*Game over Tome 22 - Road Tripes | Midam | Dupuis | 2023 | 48 pages*

## Cœur Collège. Tome 1

### Secrets d'amour

**C**œur Collège<sup>1</sup> raconte l'histoire de Linon et Garance, 11 ans, deux amies lycéennes qui veulent savoir qu'est-ce que l'amour. Elles se mettent alors à la recherche



des réponses auprès des élèves de leur école. Fort heureusement elles sont très vite aidées par leur amie Charlie qui va les accompagner pour mener leur enquête. Cette bande dessinée qui s'adresse aux préadolescents et aux adolescents, traite des histoires d'amours et des rumeurs qui peuvent briser une réputation.

D'ailleurs les lectrices et les lecteurs peuvent s'identifier à ce livre, car il aborde la question de l'intimidation qui est beaucoup trop présente dans les établissements. Les morales de l'histoire sont : la persévérance, l'amitié, l'entraide et ne pas se fier aux apparences.

Lila Benkoula

<sup>1</sup>*Cœur Collège. Tome 1 - Secrets d'amour | BeKa - Maya | Dupuis | 2021 | 96 pages*

## Évènements et spectacles à ne pas rater



### 6 JANVIER 2024. YENNAYER À MONTRÉAL

Célébration de Yennayer au 8150 Place de l'Église à Anjou à Montréal.

### 12 JANVIER 2024. CÉLÉBRATION DE LA FÊTE DE YENNAYER 2024

Le restaurant Don Juan présente la fête de Yennayer 2024 avec DJ Tizinova.

### 13 JANVIER 2024. CÉLÉBRATION DU NOUVEL AN AMAZIGH À MONTRÉAL

L'école INAS vous donne rendez-vous le 13 janvier pour une soirée célébration du nouvel an Amazigh 2974 et du 15<sup>e</sup> anniversaire de sa création. L'ouverture des portes est prévue à 18H00 avec la participation de Inelmaden n Inas, Mehdi Mazeghrane, Dj Mourad et Norkane. INAS fêtera sa 15<sup>e</sup> année grâce au soutien des

parents d'élèves, de ses enseignants, des bénévoles et des sponsors.

### 13 JANVIER 2024. CÉLÉBRATION DE YENNAYER AVEC AMAR HAMEL ET SON GROUPE À QUÉBEC

Le Forum Kabyle de la ville de Québec organise la soirée de Yennayer, le 13 janvier à partir de 17h00 autour d'un couscous traditionnel. Venez écouter les poésies récitées par ami Azzedine et danser sous le rythme musical de chansons kabyles interprétées par le talentueux Amar Hamel. Les enfants seront accueillis dans leur fête à eux, avec jeux gonflables, animations par le Clown Alegria, maquillage d'enfants, sculptures de ballons et plein d'autres surprises à l'espace Saint Grégoire, sis 2 Rue Monseigneur-Marc-Leclerc Québec.

### 13 JANVIER 2024. EXPO-VENTE À MONTRÉAL À L'OCCASION DE YENNAYER 2974

Évènement Expo-Vente le 13 Janvier au

7650 boul Maurice Richard à Montréal de 10h00 à 16h00. Entrée gratuite.

### 20 JANVIER 2024. CHEBA DALILA ET CHEB FAYÇAL À MONTRÉAL

M.A.T Events & Prod Inc à le plaisir d'inviter les deux stars du raï Cheba Dalila et Cheb Fayçal avec leurs orchestre à monter sur scène pour un souper spectacle 100% familial le 20 janvier à la salle de réception Le Château Classique, sis 6010 Bd des Grandes-Prairies à Saint-Léonard.

### 27 JANVIER 2024. NABYLA MAAN À MONTRÉAL

Mosaïque Events a le plaisir de vous annoncer le concert tant attendu avec la diva à la voix cristalline, la star Nabyla Maan, la voix de la sagesse, un talent indéniable et une humilité qui fait plaisir à voir le samedi 27 janvier, au prestigieux théâtre Leonardo Da Vinci à Montréal.

## 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

## Destination soleil

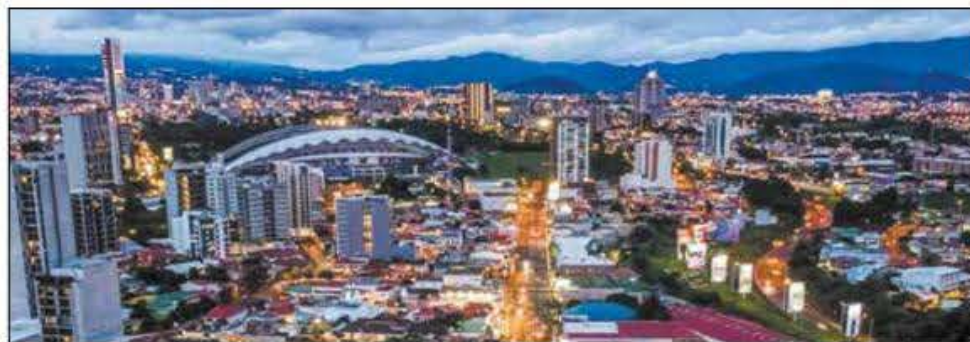
### Le Costa Rica

**D**estination chérie des guides Ulysse et des Québécois, le Costa Rica allie exotisme, culture hispanophone, écotourisme, aventure et doux farniente.

En cette année de célébrations où l'entreprise québécoise fête son quarantième anniversaire, le guide Ulysse Costa Rica, doyen de la collection – ce fut le tout premier guide Ulysse à voir le jour –, revient dans une treizième édition entièrement revue, tout en couleurs et bonifiée de nombreuses photographies. Un classique toujours aussi essentiel, encore plus facile à consulter

pour aider les voyageurs d'ici à parcourir ce magnifique pays en toute liberté.

S'il est un pays associé aux Guides de voyage Ulysse, c'est bien le Costa Rica, véritable paradis de l'écotourisme! Depuis 1990, avec la parution de son tout premier guide, Ulysse a su faire découvrir et apprécier cette magnifique destination d'Amérique



centrale à des milliers de voyageurs. Encore aujourd'hui, le guide Ulysse Costa Rica, maintenant entièrement en couleurs, s'avère la meilleure référence en la matière.

Il comprend un portrait géographique, historique et culturel étoffé, une description détaillée de tous les attraits dont les réserves et parcs nationaux (cotés selon

un système d'étoiles), une sélection des meilleurs restaurants et hôtels dans toutes les catégories de prix, de nombreuses suggestions d'activités de plein air, un lexique français-espagnol ainsi que qu'une quarantaine de cartes et plans précis vous permettant de créer un itinéraire à votre mesure.

## L'hiver à Montréal

### Activités intérieures et extérieures pour tous les goûts

**L**a Ville de Montréal offrira une programmation hivernale 2023-2024 diversifiée et inclusive, qui saura combler la population montréalaise en offrant des activités pour tous les goûts, gratuites ou à faibles coûts tout l'hiver.

De nombreuses activités de plein air et culturelles, extérieures et intérieures, sont prévues pour le plus grand plaisir de tous. Peu importe les conditions météo, les parcs de quartier, les grands parcs et les parcs-nature, les bibliothèques ainsi que les Maisons de la culture ont tout ce qu'il faut pour permettre aux petits comme aux grands de profiter de l'hiver.

#### LE PLEIN AIR EN PLEIN CŒUR DE LA VILLE

La Ville de Montréal propose plusieurs activités parcs-nature devenus blancs comme la randonnée, la raquette et le fatbike. Également, le concours de bonhomme de neige revient pour une 4<sup>e</sup> année du 10 janvier au 10 mars. C'est le moment d'émerveiller la famille et les voisins avec une touche de créativité! Sans oublier les patinoires réfrigérées, comme celle située sur l'Esplanade Tranquille, ou celle du parc du Mont-Royal qui permettent de pratiquer le patin sur glace indépendamment du point du congélation.

#### UNE PROGRAMMATION CULTURELLE VARIÉE ET DES ACTIVITÉS INTÉRIEURES DIVERTISSANTES

Lorsque la température est moins clémente, les bains libres dans les piscines municipales de quartier ou encore le TAZ sont des sorties de choix pour se dégourdir les jambes. Théâtre, cinéma, concerts,



expositions, spectacles pour toute la famille, les Maisons de la culture vous offrent une riche programmation à faible coût, voire même gratuite, pour passer de bons moments et vous émouvoir. Le tout nouveau MEM - Centre des mémoires montréalaises est également à voir avec ses nombreuses expositions. Le réseau des bibliothèques de Montréal offre aussi une multitude de loisirs ludiques tels que des activités de jeux vidéo variés sur console ou des après-midis de jeux de société et ce gratuitement.

La Ville de Montréal invite les gens à consulter son site Internet afin de s'informer sur les différentes activités extérieures et intérieures et sur les conditions des sites hivernaux avant de se déplacer. Afin de rester informé en tout temps, abonnez-vous à l'infolettre!

Source : Ville de Montréal

## Parc Jean-Drapeau

### Vibrez au rythme de l'hiver

**D**u 23 décembre 2023 au 10 mars 2024, que vous soyez adepte de sport de glisse, fondeur, cycliste, grimpeur, randonneur ou tout simplement amoureux de la nature, le Parc Jean-Drapeau propose une myriade d'activités gratuites pour une saison hivernale inoubliable.

#### DÉCOUVREZ L'HIVER AUTREMENT

Les visiteurs pourront découvrir le fameux sentier des patineurs, un parcours glacé réfrigéré, soigneusement entretenu tout l'hiver qui s'illumine à la tombée du jour, garantissant une expérience mémorable entre amis, en famille ou en solo.

Pour une expérience encore plus envoûtante sur le sentier illuminé, une nouveauté s'invite au Parc : les soirées Glisse et groove. Avec un DJ sur place pour assurer une ambiance festive, ces soirées feront vibrer le sentier des patineurs jusqu'à l'allée centrale. Que vous soyez amateur de patin ou simplement en quête d'une ambiance entraînante, ces rendez-vous inédits sauront vous combler et vous faire danser sous les étoiles. De jour, petits et grands peuvent venir dévaler la pente naturelle de l'Espace 67, qui demeure année après année une source de joie inégalée. Dépourvue d'obstacles, la pente est conçue pour une glissade sécurisée et un sentier aménagé sur le côté permet de faciliter la remontée.

#### ÉVADEZ-VOUS EN NATURE

Une activité à ne pas manquer cet hiver : le vélo à pneus surdimensionnés, un sport qui gagne rapidement en popularité parmi les passionnés de plein air. Les amateurs pourront débuter avec une boucle d'initiation, puis partir à l'aventure en découvrant les nombreux sentiers du Parc.



Pour les adeptes de ski de fond, le site propose trois pistes balisées et entretenues mécaniquement. Sur l'île Sainte-Hélène, les débutants apprécieront notre sentier d'initiation de 800 mètres, idéal pour se familiariser avec cette pratique. Sur l'île Notre-Dame, une piste de 5 km accueille les skieurs chevronnés, offrant un parcours parsemé d'art public et de trésors cachés du Parc. Un vestiaire avec des tables de fartage est à la disposition des visiteurs au pavillon de la Tunisie. Une belle nouveauté cette année : la piste du fleuve, qui part du quai de la navette fluviale jusqu'au majestueux phare de l'île Ste-Hélène, offrant une vue panoramique sur le fleuve et la ville de Montréal. Que vous soyez débutant ou intermédiaire, chaque foulée promet une expérience saisissante.

Source : Ville de Montréal - Société du parc Jean-Drapeau