大紀元 ÉpoqueTimes
ÉDITION MONTRÉALAISE

9e année no 9 www.epoquetimes.com 29 avril au 12 mai 2013

MONTRÉAL : MÉTROPOLE CLASSIQUE

Une foule de partitions de musique classique seront jouées pendant ce mois de mai à Montréal. Le Festival de musique de chambre de Montréal, du 9 mai au 1er juin, et le Concours Musical International de Montréal (CMIM), du 7 au 17 mai, se chevaucheront en plus des autres grandes institutions qui célèbrent régulièrement les compositeurs ayant pour la plupart plusieurs siècles. Bien que ces «transmetteurs de passion» soient bien ancrés dans la métropole, leur état de santé ne peut jamais être tenu pour acquis et les défis se présentent chaque année.

PAGES 2 ET 3

PhilippeJasmin

Molière à bicyclette
Entre le vertueux et le dépréciateur

ART ET CULTURE PAGE 7

Métropole Films

Ministre de l'Immigration : « Multiculturalisme n'égale pas relativisme culturel »

Alors que les récents évènements démontrent que certains individus en sol canadien préfèrent s'attaquer au Canada que s'y intégrer, Jason Kenney a envoyé un message clair aux gens qui pensent venir s'installer au pays, mais qui ne partagent pas les valeurs canadiennes de démocratie : «Restez chez vous.»

PAGE 4

Montage Yvan Pinard

Nouvelles mesures antiterroristes bientôt en vigueur

Tandis que le gouvernement juge ces mesures nécessaires pour contrer la menace terroriste qui a rappelé son existence tangible dernièrement, des détracteurs considèrent qu'elles sont inutiles, puisque les autorités sont déjà capables de déjouer les attentats.

PAGE 4

Timothy A. Clary/AFP/Getty Images

25 avril 1999 : comment a commencé la persécution d'un groupe pacifique

Il y a 14 ans, le Parti communiste chinois a trouvé un prétexte pour lancer une des plus brutales persécutions de l'histoire.

PAGE 5

Samira Bouaou/Époque Times

Des pratiquants de Falun Gong participent à une vigile à la chandelle devant le consulat chinois de New York le 25 avril 2013. Le 25 avril 1999, 10 000 pratiquants avaient fait appel devant le Bureau des plaintes à Pékin, évènement qui a ensuite été utilisé comme prétexte par le régime pour lancer la persécution du groupe.

Platopolis

Platopolis
Le Plateau pour les familles

PAGE 6

VOYAGE | PAGE 12

Le Péloponnèse, un petit goût de paradis

Charles Mahaux

ACTUALITÉ

MONTRÉAL : MÉTROPOLE CLASSIQUE

Mathieu Côté-Desjardins
Époque Times

Une idée des soirées intimistes que propose le Festival de musique de chambre de Montréal.

Jacques Robert

« L'énergie fondamentale à l'appréciation de la musique »

Pour Denis Brott, violoncelliste, la musique classique doit passer par un canal particulier : celui de la musique de chambre. Ayant été chambriste dans le quatuor à cordes Orford pendant presque dix ans, il a accepté un poste de professeur au Conservatoire de musique de Montréal à la fin des années 1980. À ce moment, il a rapidement saisi qu'il y avait un vide à Montréal. Il s'est donc lancé dans la création d'un évènement. En 2013, le Festival de musique de chambre de Montréal compte déjà 18 bougies que M. Brott rallume loyalement chaque année comme fondateur et directeur artistique.

«La musique de chambre est de la musique classique. Ça peut aussi être du jazz, par exemple, il n'y a pas de chef et chaque personne joue une ligne différente. On pourrait dire que c'est une sorte d'égalité, de démocratie en action. Le total est plus grand que la somme des parties. Ça exige l'intelligence et l'implication de chaque individu, qui a la liberté de créer une synthèse. Ce qui est plus connu comme musique de chambre, c'est la musique qui date du XVIIe et du XVIIIe siècle», explique le mélomane passionné.

«À l'époque, la musique de chambre faisait partie de chaque maison. Ce n'était pas seulement pour les élites, c'était pour tout le monde. Comme on n'avait pas de radio ni de télévision, si on voulait entendre de la musique, on devait la jouer nous-mêmes. Souvent, on avait un piano à la maison. C'était une façon de s'amuser et de communiquer. Ce que j'adore de la musique de chambre, c'est que c'est une langue, un langage émotionnel : on peut la jouer n'importe où au monde et on vous comprend», affirme l'ancien premier violoncelliste de l'Orchestre de chambre McGill de 1989 à 1997.

Le Festival de musique de chambre de Montréal est celui qui lance la saison des festivals dans la métropole. Il ne s'agit pas d'un simple diffuseur qui invite les artistes étrangers à venir jouer un soir ou à faire un concert. Les musiciens n'arrivent pas la veille, jouent leur concert le soir suivant et quittent. Ils ne sont pas à Montréal seulement pour 24 heures.

«Rien ne reste à part l'expérience d'assister à leur spectacle dans ces circonstances. Alors que pour notre Festival, les artistes sont là pour une semaine. Souvent, il y a cette interaction avec les artistes de chez nous, il y a des cours de maître, le public qui a l'opportunité d'assister à plusieurs spectacles a l'occasion d'assister à une réception, un cocktail dans l'église Saint-George [coin Stanley et de la Gauchetière] afin de venir rencontrer, parler aux musiciens, de devenir encore plus intime. À la base, c'est ça la musique de chambre», clarifie-t-il.

Intimiste

La différence majeure des autres festivals est bien son caractère intime. «Cette communication sur scène, sans chef, exige un traitement physiologique, non verbal, musical. L'église Saint-Georges contribue aussi à cette intimité. L'acoustique est sans pareil. On crée une scène avec cette église; pour que tout le monde puisse bien voir, les bancs ont des coussins et c'est très accessible. Surtout au XXIe siècle, on vit à une époque où on est isolé par la communication, tout le monde derrière son téléphone intelligent et autres technologies, le contexte d'intimité requiert la présence de quelqu'un d'autre. Cette énergie est fondamentale à la création de la musique et à l'appréciation de la musique», précise M. Brott.

La musique de chambre ne pourrait être de la musique de chambre si elle se jouait au Centre Bell, par exemple. Cela entraîne évidemment des contraintes et implique des exigences. «Rien ne remplace l'excellence. Le public, heureusement, est toujours attiré par l'excellence. Nous avons donc un public fidèle depuis 18 ans, ils ont maintenant la confiance, même s'il ne connaît pas l'artiste ou ce qui est au programme. Le public fidèle de 300 à 350 spectateurs est composé de gens qui vont venir à tous les spectacles. Bien sûr, il y a d'autres intéressés. Nous sommes combles à 500 places vendues mais, sans cette base de public, ce ne serait pas possible de fonctionner du tout. Cette fidélité est quelque chose de difficile à gagner et difficile à retenir. On ne doit jamais tenir notre public pour acquis», est persuadé Denis Brott.

Une des lacunes de Montréal, c'est qu'il n'y a pas de salle de musique de chambre aux dires de M. Brott. Il a pu également comprendre avec le temps qu'il s'agit d'une des villes les plus chargées au monde en ce qui a trait au nombre de concerts par rapport à sa population.

«On a cinq écoles de musique performance : McGill, Université de Montréal, Conservatoire de musique de Montréal, Concordia et l'UQAM. C'est incroyable pour une ville de près de deux millions d'habitants! Il y a quelque chose comme 800 concerts classiques à Montréal par année et je ne parle que des concerts professionnels. Le public est surchargé, super sollicité. On a trop de musique classique à Montréal, c'est parfois une bataille. Cette concurrence demande que nous soyons à la hauteur des attentes du public. Comme n'importe quelle concurrence, ça rend le produit plus élevé», croit le violoncelliste ayant étudié à la fois à Montréal et aux États-Unis.

Le Festival de musique de chambre de Montréal se terminera par un marathon de la musique de Tchaïkovski nommé *Tout le monde aime Tchaïkovski*. En plus, au programme, une série de concerts de jazz, le 50e anniversaire des Swingle Singers interprétant du classique et du moderne dont les Beatles. Des causeries seront aussi au menu de l'évènement.

Denis Brott

Denis Brott, directeur artistique et fondateur du Festival de musique de chambre de Montréal qui aura lieu du 9 mai au 1er juin 2013.

ÉpoqueTimes
ISSN#1712-8099
1099, rue Clark, bureau 2
Montréal QC H2Z 1K3
www.epoquetimes.com
Téléphone : 514 931-0151
Télécopieur : 514 868-0843

Directeur
Olivier Chartrand
[olivier.chartrand@epochtimes.com]

Rédaction
Mathieu Côté-Desjardins
[mathieu.cote-desjardins@epochtimes.com]

Ventes
Kathia Myriam Guay
[kathia.myriam@epochtimes.com]

Distribution
John Halas

Tirage : 10 000 exemplaires distribués gratuitement, en main et en présentoir, deux fois par mois au coeur de la ville de Montréal

Publié par : Époque Times

ÉpoqueTimes fait partie du réseau d'information le plus largement distribué au monde. Toute reproduction des annonces ou informations, en tout ou en partie, est interdite sans la permission écrite de l'éditeur. ÉpoqueTimes ne se tient pas responsable financièrement des erreurs typographiques; textes, dates ou autres pouvant survenir dans les textes publicitaires, mais elle s'engage à reproduire la partie du texte où se trouve l'erreur dans une édition subséquente. Le journal se réserve le droit de refuser toute publicité ne convenant pas à sa politique.

Faire sa part pour le classique

Jean-Pierre Coallier, célèbre animateur âgé aujourd'hui de 75 ans, rêvait d'une radio qui ne diffuserait presque exclusivement que de la musique classique. Il a attendu 23 ans avant que son projet se réalise, pendant qu'en arrière-plan l'histoire de la musique classique au Québec commençait à se dessiner. En 1998, il en faisait partie avec le lancement de Radio-Classique, CJPX 99,5 FM.

Plus qu'une radio d'ambiance, Radio-Classique diffuse de la musique classique 24 heures sur 24, 7 jours sur 7. À Montréal, la chaîne diffuse depuis l'île Notre-Dame, dans le parc Jean-Drapeau. Son antenne est située au sommet du Mont-Royal. Elle a aussi un petit frère : Radio-Classique Québec 92,7 (CJSQ-FM). La radio de Montréal a une portée hebdomadaire moyenne de 471 630 auditeurs. La station dépasse de plusieurs auditeurs Espace musique de Radio-Canada dans plusieurs catégories (Radio Printemps 2012 – Sondages BBM).

Radio-Classique n'a jamais pu profiter d'une subvention. La station est autonome grâce à ses annonces commerciales. M. Coallier est non seulement animateur depuis 57 ans (et depuis 15 ans à Radio-Classique), mais il œuvre à tous les paliers de la station, autant sur le plan administratif, technique que commercial.

De refus en refus

«Le premier refus afin d'obtenir un permis pour propulser mon projet de radio a lieu en 1975. Le Conseil de la radiodiffusion et des télécommunications canadiennes (CRTC) avait dit "non". On est retourné en 1980, le CRTC disait encore "non". En 1985, toujours "non". En 1995, il n'a pas dit "oui", mais j'avais trois stations à l'époque. Ce que j'ai fait, c'est que j'ai dit au CRTC : "Ne me donnez pas de fréquence, je vais prendre une des miennes, je vais l'amener à Montréal." C'était CIME FM, je l'ai envoyée à 99,5 FM et c'est là-dessus que j'ai mis ma station de musique classique. On m'a juste donné la permission de diffuser de la musique classique. À l'époque, c'était Radio-Canada qui voulait avoir la dernière fréquence majeure disponible qui était 95,1 FM. Je me disais que, contre Radio-Canada, je n'avais pas beaucoup de chance de gagner», déballe M. Coallier.

Le CRTC est un organisme public indépendant qui règlemente et supervise la radiodiffusion et les télécommunications canadiennes.

Révolution tranquille… et classique

«Dans le milieu des années 1960, les stations FM du temps avaient de la musique d'ascenseur, de la musique pseudoclassique, ils ne se servaient pas de leur station FM commercialement. Avec CFGL Laval, en 1968, nous avons utilisé le FM pour faire passer de la musique populaire, pour vendre des commerciaux, pour faire des nouvelles, pour faire du bla-bla-bla. C'est avec l'arrivée de CFGL Laval que le FM s'est démocratisé davantage. Du côté de Radio-Canada, il y avait sur la station FM et AM de la musique classique. C'est de cette façon-là que la musique classique était distribuée dans les années 1960-1970», sort Jean-Pierre Coallier de sa mémoire phénoménale.

«À la fin des années 1970-début 1980, c'était à l'époque où M. Charles Dutoit [chef d'orchestre suisse ayant occupé le poste de directeur musical de l'Orchestre symphonique de Montréal de 1977 à 2002] arrivait à Montréal, un monsieur qui a fait beaucoup pour l'OSM. Il y a eu notamment la naissance de l'Orchestre Métropolitain de Montréal, l'ensemble Arion, etc. La musique classique est devenue un peu plus populaire. Il y a eu une effervescence à ce moment. Quand on est arrivé avec notre station classique en 1998, il y avait le FM de Radio-Canada [appelé La chaîne culturelle] et en 2004 Espace musique. On avait donc le champ libre pour offrir que du classique. La chaîne CBC Radio 2, dans le milieu anglophone, le fait entre 10 h le matin et 14 h l'après-midi», poursuit le légendaire animateur québécois.

Jean-Pierre Coallier a su faire apprécier la musique classique à ses quatre enfants, dont le plus connu, Marc-André Coallier. Son secret? «Tout simplement, je faisais écouter de la musique classique à mes enfants pendant leur jeunesse. Ils pourraient vous dirent qu'ils se cachaient sous leur lit le dimanche matin quand je leur faisais entendre à tue-tête Toccate et Fugue de Jean-Sébastien Bach, joué par l'organiste Marie-Claire Alain», raconte-t-il avec plaisir.

Radio-Classique CJPX 99,5FM

Icône de l'animation au Québec, Jean-Pierre Coallier consacre beaucoup de son temps à sa station de musique classique, Radio-Classique CJPX 99,5 FM.

Apprendre à laisser une place au classique

Gunther Gamper

Le gagnant du concours de violon 2010, le jeune Benjamin Beilmann, lors du Concours Musical International de Montréal.

Pour le Canada, le Concours Musical International de Montréal (CMIM) est l'une des grandes réalisations artistiques du pays. Pour sa directrice générale et directrice artistique, Mme Christiane LeBlanc, c'est un retour aux sources, en plus d'être une précieuse opportunité de s'enrichir culturellement et de transmettre sa grande expérience à un évènement déjà merveilleusement implanté au cœur de la cité.

Fondé en 1963, le CMIM est un important lieu de diffusion musicale permettant de découvrir, de récompenser et d'aider des jeunes musiciens de haut niveau, provenant de différentes familles musicales. Cette rencontre, qui a lieu du 7 au 17 mai 2013, a pour but de stimuler les talents de jeunes du monde entier et leur propose un rayonnement auprès de la communauté artistique internationale.

L'expérience professionnelle de Mme LeBlanc est considérable. Elle a été active pendant plus de 25 ans au service de la Société Radio-Canada. Elle a, entre autres, créé la chaîne radio *Espace musique*. Elle a été responsable des jeunes interprètes de CBC/Radio-Canada et a été l'instigatrice des Révélations Radio-Canada Musique. Aussi bien en vue à l'international, elle a été présidente de la Commission musique des Radios Francophones Publiques et déléguée de Radio-Canada au Groupe Musique de l'Union Européenne de Radiotélévision. Comme réalisatrice de radio, elle a pu prendre part aux plus grands concours internationaux de musique.

«C'est vrai que mon parcours à Radio-Canada m'a amenée vraiment à m'ouvrir les oreilles et les yeux sur plusieurs genres musicaux mais, à la base, je suis fille de musicienne et j'ai fait un bac et une maîtrise en musique classique. C'est un retour aux premiers amours. Je suis très très heureuse de m'être enrichie au contact de différents types de musique, musique du monde, jazz, chansons, mais je pense que j'avais un souhait de revenir à la base de ma formation», relate la gente dame possédant une maîtrise en musicologie de l'Université McGill et un diplôme des HEC en gestion des ressources humaines.

«La musique classique demande un peu plus de temps, ne serait-ce que les œuvres sont plus longues à écouter. De plus, je sentais que j'étais de plus en plus loin de la musique de façon générale, comme j'étais plus en gestion à Radio-Canada. Le Concours me permet de retrouver la musique classique et le temps de l'écouter à nouveau», exprime avec légèreté Mme LeBlanc.

État de santé montréalais

«Je la trouve [ville de Montréal] particulièrement en santé [sur le point de vue classique] parce que je trouve qu'il y a eu des efforts remarquables et remarqués, par exemple, du côté de l'Orchestre symphonique de Montréal (OSM). Kent Nagano, avec une programmation très originale, a réussi à aller chercher un nouveau public, il l'a fait en associant différents mondes à la musique, par exemple, il a fait des concerts avec des joueurs de hockey, avec des projections, avec le cinéma, le cirque, il a trouvé différentes avenues pour faire découvrir l'orchestre symphonique et la nouvelle salle. Il y a l'Opéra de Montréal qui a aussi, depuis quelques années, fait beaucoup d'efforts et réussi à rajeunir son public et ses abonnés. Je pense qu'il faut continuer dans cette veine», est convaincue Christiane LeBlanc.

«On a signé une nouvelle entente avec le Musée des beaux-arts de Montréal qui est maintenant un partenaire du Concours, parce qu'il est un autre exemple qui a vraiment réussi à élargir son public et à ouvrir les portes pour que tout le monde s'y sente bienvenu et invité. On a approché le Musée et, grâce à cette entente avec lui, on va avoir quelques activités gratuites en parallèle au Concours. Il y aura, entre autres, une exposition de lutherie contemporaine : une quinzaine de luthiers québécois vont exposer des violons, des altos, des violoncelles, des contrebasses, etc. le dimanche 12 mai tout l'après-midi, de 11 h à 16 h. Le public est invité à poser des questions, à essayer des instruments, on va inviter les membres du jury à faire de même. Dans la grande verrière, pendant quatre jours, du 8 au 11 mai, des luthiers vont travailler différentes étapes du violon devant les gens», révèle-t-elle.

Éducation déficiente

«La chose la plus importante et mais déficiente à Montréal, comme un peu partout en Amérique du Nord, c'est l'éducation. Dès qu'on est initié un peu plus à cette musique, on est en mesure d'apprécier davantage. Un enfant qui goûte à différentes cuisines durant son enfance : qu'il mange du chinois, de l'italien, de l'espagnol, peu importe, il va être plus ouvert à la vie adulte. Je pense que c'est la même chose avec la musique. Il y a des ateliers qui peuvent faire en sorte que, dès un bas âge, les jeunes aient accès à ce répertoire extraordinaire de la musique classique, chantent dans des chœurs, dans des chorales, etc. Il faut qu'il y en ait plus. C'est la responsabilité de tous les organismes musicaux d'avoir un volet éducatif, un volet qui va assurer notre relève, également la relève de nos activités», insiste Mme LeBlanc.

Le CMIM fait sa part cette année en invitant Isabella Perron qui vient d'avoir 13 ans. «Elle est très passionnée, dévouée et voudrait participer au Concours dans trois ans. Non seulement elle va participer à une classe de maître qui sera organisée, mais on l'a aussi un peu adoptée. Pour la durée du concours, elle aura l'occasion de vivre le Concours en salle et dans les coulisses et, en échange, elle va écrire un billet par jour sur son expérience. Elle va aussi participer au blogue de Françoise Davoine, animatrice à la radio de Radio-Canada, pour qu'on ait les impressions d'une jeune fille de 13 ans sur la manière dont elle vit le Concours. On lui laisse le champ libre. Elle est une protégée de Gregory Charles qui lui trouve un talent extraordinaire. Il l'a pris sous son aile. Cela pourra attirer les jeunes», déclare Christiane LeBlanc.

«J'aimerais amener la population à comprendre qu'un jeune musicien de 16, 17 ou 18 ans qui se prépare à un concours international, sa préparation est tout aussi exigeante. Il faut ouvrir un peu plus les coulisses de nos évènements pour que les gens comprennent ce que veut dire d'être debout comme ça sur scène, de jouer pendant 45 minutes cinq œuvres de mémoire devant un jury international», juge Mme LeBlanc.

Christiane LeBlanc

Possédant une vaste expérience, notamment à Radio-Canada, Christiane LeBlanc prend pour une deuxième année le mandat de direction générale et direction artistique du Concours Musical International de Montréal 2013.

Isabella Perron, 13 ans, musicienne protégée de Gregory Charles, invitée cette année par le CMIM.

Gracieuseté d'Isabella Perron

Actualité

Les nouvelles mesures antiterroristes ne font pas l'unanimité

Époque Times

OTTAWA – Lorsque les conservateurs ont soudainement décidé de passer au vote de nouvelles mesures antiterroristes, ils se sont justifiés avec les évènements des dernières semaines.

La décision d'aller de l'avant avec la *Loi sur la lutte contre le terrorisme*, après avoir été laissée de côté en Chambre durant plusieurs mois, a été prise quelques jours après les explosions au Marathon de Boston qui ont tué trois personnes et blessé des dizaines d'autres.

Pendant ce temps, les autorités continuent d'enquêter sur l'implication d'un groupe de jeunes de London, Ontario, dans l'attaque contre une installation gazière en Algérie en janvier dernier.

Les deux derniers jours de débats sur le projet de loi ont aussi coïncidé avec l'arrestation, par la GRC, de deux hommes qui sont accusés d'avoir planifié un attentat contre un train.

Il est maintenant temps d'agir, ont affirmé les conservateurs en présentant le projet de loi, qui a été adopté le 24 avril par un vote de 183 voix contre 93.

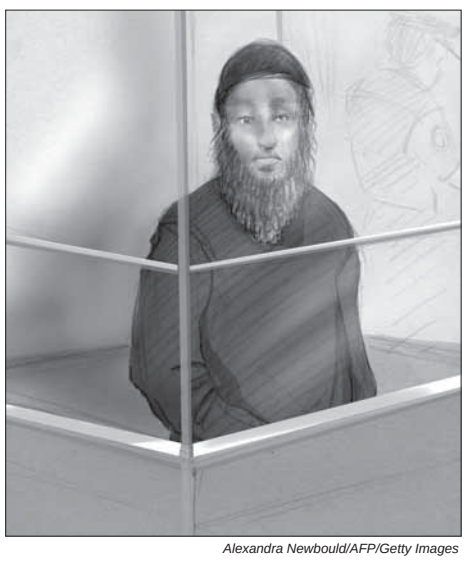
Les récents incidents ont soulevé des questions au sujet de la radicalisation et de la menace que cela pose à la sécurité intérieure et internationale. Toutefois, le gouvernement a reconnu que la nouvelle loi ne s'attaque pas à cette question.

«Le projet de loi S-7 ne se penche pas directement sur la question de la radicalisation», a déclaré dans un courriel Andrew Gowing, porte-parole du ministère de la Justice.

«Néanmoins, il s'assure que les agences d'application de la loi ont les moyens pour anticiper et pour répondre efficacement au terrorisme, ce qui complémente les efforts actuels du gouvernement pour lutter contre la radicalisation qui mène à l'extrémisme violent.»

Interrogé à savoir si le gouvernement pouvait identifier un cas récent où la nouvelle loi aurait pu s'appliquer, M. Gowing n'a pas répondu directement.

Des militants des droits de la personne affirment que plusieurs clauses de la loi ne sont pas nécessaires et ils remettent en doute leur constitutionnalité.



Alexandra Newbould/AFP/Getty Images

Croquis de Raed Jaser apparaissant en cour le 23 avril 2013 à Toronto. Jaser et Chiheb Esseghaier sont accusés d'avoir planifié un attentat contre un train.

La police, bien qu'elle apprécie les nouveaux outils, reconnaît également que la loi ne permet pas de répondre à certains défis de la lutte antiterroriste.

C'est pourquoi l'opposition affirme que l'adoption de la loi relève davantage de l'opportunisme que d'un impératif en matière de politique.

« Si nous allons vraiment nous attaquer au terrorisme, alors trouvons ce juste équilibre entre les ressources dont nous avons besoin et les lois déjà en place. »

«Un gouvernement canadien responsable ne se serait pas contenté de repousser l'échéance jusqu'à ce qu'une tragédie se passe quelque part dans le monde», a déclaré le député néodémocrate Dany Morin durant la période de débat.

Bien que les conservateurs aient souligné la nature urgente du projet de loi, sa version actuelle fait son chemin à travers le processus parlementaire depuis février 2012 lorsqu'elle a été introduite au Sénat.

Les nouvelles mesures introduites après le 11-septembre en 2001 sont venues à échéance cinq ans plus tard et ne sont donc pas en vigueur depuis 2007.

Lorsque le projet de loi obtiendra la sanction royale et entrera en vigueur, les mesures seront applicables pour cinq autres années, à moins que les deux chambres du Parlement adoptent une résolution pour les prolonger.

«En réintroduisant les audiences d'investigation et les engagements assortis de conditions pour cinq ans, le projet de loi S-7 va aider les agences d'application de la loi, avec l'assentiment de la cour, à enquêter les infractions passées et futures en matière de terrorisme et à prévenir l'activité terroriste», affirme M. Gowing.

Mesures inutiles?

Selon l'Association canadienne des libertés civiles (ACLC), les nouvelles mesures sont inutiles.

«Les lois sur les arrestations préventives et les audiences d'investigation, en vigueur de 2001 à 2007, n'ont jamais été utilisées aux fins prévues, et chaque incident majeur relié au terrorisme au Canada depuis 2001 a été perturbé et empêché sans le besoin de détention préventive ou d'audience d'investigation», a déclaré l'ACLC la semaine dernière.

Il y a quand même de nouvelles clauses dans le projet de loi qui interdisent aux gens de quitter ou de tenter de quitter le Canada dans le but d'aller commettre certaines infractions terroristes.

Des responsables canadiens en matière de sécurité estiment que jusqu'à 60 Canadiens ont quitté le pays précisément pour cette raison. Puisque le Canada n'a pas de système pour déterminer quand les gens sortent du pays, les responsables sont incapables de dire quand exactement les individus suspects ont quitté.

Au début d'avril, la GRC a confirmé que deux Canadiens avaient été impliqués dans l'attentat en Algérie, mais elle a dû admettre qu'elle ne savait pas comment les deux jeunes hommes s'étaient retrouvés là-bas.

Cependant, il y a deux ans, la GRC avait affirmé avoir empêché quelqu'un de partir.

En 2011, Mohamed Hassan Hersi, 25 ans, a été arrêté à l'aéroport Pearson de Toronto alors qu'il embarquait dans un vol à destination de Londres et du Caire.

Les allégations sont qu'il s'en allait en Somalie pour joindre une organisation terroriste et il a été accusé de tentative de participation à une activité terroriste et d'avoir fourni des conseils à une personne pour qu'elle participe à une activité terroriste.

L'affaire n'est toujours pas passée devant les tribunaux.

«Chaque cas est très spécifique et on ne peut déterminer si l'application préventive serait assez étendue pour couvrir la majorité des cas», a déclaré le commissaire adjoint James Malizia durant son témoignage lorsqu'on lui a demandé pourquoi de nouvelles mesures étaient nécessaires si la police pouvait déjà empêcher les gens de partir.

Alors que les libéraux ont appuyé le projet de loi, les néodémocrates s'y sont opposés.

«Si nous allons vraiment nous attaquer au terrorisme, alors trouvons ce juste équilibre entre les ressources dont nous avons besoin et les lois déjà en place», a déclaré le 24 avril le député du NPD Randall Garrison.

«Si nous avons appris quelque chose des accusations portées dans l'affaire Via Rail, c'est que nous n'avons pas besoin de nouvelles lois pour [contrer] ça.»

Avec des informations de la Presse canadienne.

Contre les valeurs canadiennes? « Restez chez vous », dit le ministre de l'Immigration

Matthew Little
Époque Times

OTTAWA – Le ministre de l'Immigration, Jason Kenney, avait un message plutôt direct aux futurs immigrants qui ne partagent pas les valeurs canadiennes fondamentales : restez chez vous. M. Kenney a fait cette déclaration aux journalistes après avoir témoigné devant le comité parlementaire sur l'immigration le 25 avril.

Le commentaire du ministre est survenu dans le contexte de l'arrestation de Raed Jaser et de Chiheb Esseghaier le 22 avril, accusés d'avoir planifié un attentat inspiré par Al-Qaïda, selon la GRC. Les deux hommes visaient à faire dérailler un train entre Toronto et New York.

Esseghaier a déclaré à un tribunal de Toronto le 24 avril que le Code criminel n'est pas un livre sacré, donc il n'a pas à se conformer à ce dernier.

M. Kenney a ajouté que le gouvernement travaillait déjà de pair avec les agences de sécurité et les groupes culturels pour identifier les individus problématiques avant qu'ils ne s'enfoncent davantage.

«Il y a beaucoup de choses dont vous n'entendez pas parler, qui ne sont pas révélées au public, alors que des gens dans certaines communautés informent la GRC qu'il se passe quelque chose [de suspect]», a-t-il mentionné.

Lorsque la GRC est mise au courant, elle peut communiquer avec la famille de la personne qui est dans un processus de radicalisation, et possiblement impliquer un chef spirituel.

« Notre pays est ouvert. La question est plutôt de savoir comment gouverner avec ouverture d'une manière à réduire les risques à la sécurité nationale du Canada. »

M. Kenney estime que même si le gouvernement peut faire tout ce qui est en son pouvoir, «au bout du compte, il est impossible de prévenir complètement le processus de radicalisation».

Toutefois, cela ne veut pas dire que les immigrants de certaines régions du monde ne sont pas les bienvenus.

«Notre pays est ouvert. La question est plutôt de savoir comment gouverner avec ouverture d'une manière à réduire les risques à la sécurité nationale du Canada […] Nous n'allons pas établir une liste noire des pays d'où les gens ne peuvent venir au Canada.»

Selon le ministre, le Canada fait déjà un bon travail pour filtrer les immigrants extrémistes, mais la tâche serait facilitée par la biométrie, les documents de voyage électroniques et les ententes de partage de renseignements.

M. Kenney a également critiqué la rectitude politique qui empêche les gens, y compris le chef libéral Justin Trudeau, de reconnaître la menace que certaines personnes posent à la sécurité nationale et aux valeurs fondamentales du Canada.

Le ministre a affirmé que des personnes arrivent au Canada avec la croyance que certaines «pratiques culturelles barbares» sont légitimes.

«Une partie du problème émerge de l'incompréhension du concept de multiculturalisme. Certaines personnes ont interprété le multiculturalisme comme étant une sorte de relativisme culturel qui justifie même les pratiques culturelles les plus aberrantes qui vont clairement à l'encontre de nos valeurs démocratiques.»

M. Kenney affirme que c'est la raison pour laquelle le gouvernement ne mâche pas ses mots pour condamner certaines pratiques culturelles et pour dire que les gens qui considèrent le monde occidental comme leur ennemi ne sont pas les bienvenus au Canada.

«Si vous détestez les valeurs sur lesquelles le Canada est fondé, alors ne venez pas ici et n'amenez pas votre haine au Canada. C'est le message que nous envoyons.

Matthew Little/Époque Times

Le ministre de l'Immigration, Jason Kenney, a lancé un message aux gens qui veulent venir au Canada, mais qui ne partagent pas ses valeurs.

La guerre d'un régime contre le Falun Gong

MATTHEW LITTLE
Époque Times

Le Parti communiste chinois a lancé sa campagne visant à éradiquer le Falun Gong avec un barrage de propagande dépeignant un groupe de gens qui méditent souvent dans les parcs comme des révolutionnaires suicidaires voulant détruire la Chine.

Peu de Chinois ont cru à cette interprétation, même si on l'a répétée des centaines de fois. Jusqu'à 400 articles ont été publiés dans les grands quotidiens durant les 30 premiers jours de la campagne.

Le Falun Gong était bien établi, avec 28 000 points de pratique à travers la Chine. Il était très familier pour beaucoup et le groupe avait la sympathie du public.

L'ex-dirigeant chinois, Jiang Zemin, a commencé à tenter de réprimer le Falun Gong en 1996, mais ses efforts ont buté contre des gestes pacifiques de désobéissance civile, ce que les Chinois n'avaient pas vu depuis le massacre de la place Tiananmen.

Jiang, qui a gravi les échelons du pouvoir en appuyant la répression du mouvement étudiant pour la démocratie, était jaloux et se sentait menacé par le fait qu'il y avait plus de pratiquants de Falun Gong que de membres du Parti communiste. Il y avait environ 60 millions de membres du Parti et 100 millions de pratiquants de Falun Gong.

Jiang voulait aussi éliminer la résurgence des croyances traditionnelles chinoises que le Falun Gong représentait. Il croyait qu'en orchestrant une persécution, il serait en mesure de consolider son pouvoir, car tous allaient devoir choisir leur camp.

Comme il a expliqué dans sa lettre où il plaide en faveur de la persécution, il ne pouvait tolérer que les adeptes du Falun Gong aient des croyances autres que le matérialisme et l'athéisme du communisme chinois.

Pendant trois ans, les forces policières ont harcelé les pratiquants de Falun Gong. À la suite de la publication d'un article diffamatoire à Tianjin, à proximité de Pékin, les pratiquants se sont rassemblés pour demander le retrait de l'article. La police a arrêté 45 d'entre eux et elle a dit aux autres, qui demandaient leur libération, de s'adresser aux autorités de Pékin.

Dix mille pratiquants de Falun Gong se sont retrouvés devant le Bureau des plaintes à Pékin le 25 avril 1999. La foule était si nombreuse que la police a dirigé les gens sur les trottoirs autour de Zhongnanhai, le complexe des dirigeants communistes.

Ce soir-là, Jiang a écrit aux membres du Comité permanent du Politburo que «dans les coulisses», les cerveaux du Falun Gong se préparaient à s'en prendre au régime. Il a qualifié l'évènement du «plus sérieux incident depuis les troubles politiques de 1989».

Les pratiquants n'avaient fait que protester contre les abus, demandant au gouvernement central qu'il applique ses propres lois.

Jiang a écrit que le Falun Gong se disputait les masses avec le Parti. «Nous devons comprendre que cette question en est une politique, une qui implique l'existence même du Parti et de la nation. Nous devons enquêter sur cette affaire jusqu'au bout et ne démontrer aucune tolérance!»

Tous les autres membres du Comité permanent se sont opposés à la proposition de Jiang de réprimer le Falun Gong, mais l'évènement du 25 avril a donné à Jiang le prétexte dont il avait besoin. Il a donc «unifié» leurs opinions et a foncé.

Persécution

S'en est suivie une avalanche de propagandes médiatiques diabolisant le Falun Gong, en plus d'une grande mobilisation des ressources de l'État pour surveiller, arrêter, détenir, imposer le lavage de cerveau et torturer les pratiquants de Falun Gong.

La répression a été systématique, exhaustive et brutale. Jiang a créé une entité extrajudiciaire appelée le «Bureau 610» ayant suprématie sur tous les autres organes pour rechercher, arrêter et «transformer» les adeptes du Falun Gong.

Les ressources utilisées sont colossales et la persécution du Falun Gong est devenue tellement importante que la Commission des affaires politiques et législatives, qui contrôle l'appareil de sécurité, avait un budget plus important que les forces armées.

Toute la société s'est tournée contre les pratiquants, qui peuvent perdre leur emploi, leur domicile et leur place à l'école s'ils n'abandonnent pas leurs croyances.

Le Falun Dafa Information Center (FDIC) estime entre 200 000 et 2 millions le nombre de pratiquants actuellement détenus dans des camps de travail forcé, où ils sont victimes de lavage de cerveau et de torture et utilisés comme main-d'œuvre esclave pour fabriquer des produits d'exportation.

Les méthodes de torture utilisées sont variées et bouleversantes : décharges électriques sur les parties du corps les plus sensibles; viols et autres abus sexuels; injections de drogues psychotropes; gavages avec des substances indigestes, etc. Une liste des méthodes de torture peut facilement remplir une page.

Après des jours ou des semaines de torture, les victimes sont affreusement mutilées ou décédées. Le FDIC peut confirmer que plus de 3500 pratiquants sont morts de torture, mais le nombre véritable est probablement beaucoup plus élevé.

L'objectif des mauvais traitements est de briser la volonté des adeptes afin qu'ils abandonnent la pratique du Falun Gong. Le Parti communiste appelle ce processus la «transformation».

Les personnes «transformées» décrivent la honte et la culpabilité dévastatrices d'avoir trahi leur conscience. James Ouyang est un survivant qui a raconté son histoire.

Le lavage de cerveau, les passages à tabac et la torture avec des matraques électriques ont brisé sa volonté. Après six jours de torture sans arrêt, il a cédé aux demandes des gardes et a passé trois jours à dénoncer le Falun Gong. Même à ce moment-là, les gardes l'ont électrocuté. Lorsqu'ils ont été convaincus que sa transformation était «sincère», il a été amené devant un groupe de détenus du Falun Gong où il a à nouveau dénoncé la pratique pendant qu'il était filmé.

Ensuite, il a subi un lavage du cerveau pendant 20 autres jours. Après avoir dénoncé le Falun Gong pendant 16 heures par jour, il a «passé le cours».

«La pression sur moi était et est incroyable», a-t-il dit en entrevue avec le Washington Post. «Au cours des deux dernières années, j'ai vu le pire dont l'homme est capable.»

AFP/Getty Images

Après le séisme du 20 avril dans le Sichuan, Chine, des résidents du village de Lingguan manifestent dans la rue avec des pancartes sur lesquelles était écrit «J'ai froid et faim» pour souligner la pénurie de matériel de secours.

La stabilité du régime avant les efforts de secours en Chine

À la suite du séisme de Ya'an, le gouvernement veut garder un contrôle ferme sur l'information

ARIEL TIAN
Époque Times

Le Parti communiste chinois interdit aux bénévoles d'entrer sans permission dans les zones affectées par le séisme au Sichuan et il fait appel aux dons d'argent plutôt que des dons de matériel.

Après le tremblement de terre dévastateur qui a frappé le comté de Lushan à Ya'an le 20 avril, des bénévoles de toute la Chine ont constitué des groupes de secours et se sont dirigés vers les zones affectées. Plusieurs organismes de bienfaisance non gouvernementaux et des militants des droits civils ont aussi voulu s'impliquer, mais ils ont buté contre une résistance farouche des autorités.

« Si du personnel de secours non rattaché aux autorités arrivait sur les lieux, la vérité serait révélée. »

New Tang Dynasty (NTD) Television s'est entretenue avec Huang Qi, fondateur du China Tianwang Human Rights Center, qui a quitté Chengdu pour se rendre à Lushan à toute vitesse avec trois autres bénévoles. Après le séisme de Wenchuan en 2008, Huang avait fait la lumière sur la piètre qualité de construction des écoles qui avait causé la mort de nombreux enfants.

Quand les quatre hommes sont arrivés à la ville de Ya'an, ils se sont fait bloquer le passage par les autorités et ont été emmenés au poste de police. Les agents ont vérifié leur identité et leur ont dit qu'ils n'étaient «pas bienvenus».

Huang raconte que la police leur a dit de ne pas «causer de problèmes» et que ce serait néfaste pour les habitants s'ils se rendaient dans la zone sinistrée.

L'organisme de Huang a de nouveau révélé des constructions de mauvaise qualité qui se sont effondrées dans le séisme à Ya'an. Selon lui, les autorités communistes ont peur qu'ils puissent documenter d'autres cas s'ils se rendaient sur les lieux. «Les autorités ne veulent pas que nous entrions en contact avec les victimes du séisme. J'estime que c'est principalement parce qu'elles ne veulent pas que nous révélions les problèmes associés au séisme.»

Le jour suivant le tremblement de terre de Ya'an, le ministère des Affaires étrangères a déclaré que la Chine possédait le personnel médical et de secours adéquat, qu'il y avait assez de matériel de secours et que l'aide étrangère n'était pas nécessaire pour l'instant.

Toutefois, deux nouvelles publiées par des médias officiels, le Quotidien du peuple et la China National Radio, ont contredit cette déclaration indiquant qu'il y avait une pénurie de matériel de secours. Les médias ont annoncé que 30 000 tentes et 40 000 couvertures étaient requises et que Ya'an manquait de nourriture et d'eau, avec une réserve d'eau pour trois jours seulement.

Zhu Jianguo, un auteur établi à Shenzhen, a commenté à NTD qu'il croit aussi que le régime tente de camoufler l'étendue des dégâts dans la zone sinistrée. «Si du personnel de secours non rattaché aux autorités arrivait sur les lieux, la vérité serait révélée. Alors le gouvernement rejette l'aide étrangère et même l'aide non officielle le plus tôt possible.»

Beaucoup d'internautes ont critiqué le refus des autorités d'accepter des dons de matériel et de demander seulement de l'argent, d'autant plus que les médias officiels ont rapporté qu'il y avait une grave pénurie de matériel.

Un blogueur a commenté : «Je leur ai dit : "Nous n'allons certainement pas vous donner de l'argent. La corruption de la Croix-Rouge est notoire. Je ne donnerai pas un sou à la Croix-Rouge contrôlée par les autorités."»

D'autres ont commenté que le Parti communiste a adopté cette approche fermée aux efforts de secours parce qu'il accorde une plus grande importance à la stabilité du régime qu'à protéger la vie des gens.

EXTRAIT DES NEUF COMMENTAIRES

Depuis la publication des *Neuf commentaires sur le Parti communiste* en novembre 2004 par le *Dajiyuan* (édition chinoise d'*Époque Times*), plus de **137 100 000** personnes ont démissionné du Parti communiste chinois (PCC) et de ses organisations. Nous republions donc ces commentaires ayant déjà une portée historique. Leur intégralité est disponible sur le site [www.epoquetimes.com].

Huitième commentaire

EN QUOI LE PARTI COMMUNISTE CHINOIS EST UNE SECTE PERVERSE

I. Les caractéristiques sectaires du PCC (suite)

4. Inciter à la violence, au carnage et au sacrifice pour le Parti

Mao Zedong a dit : «Une révolution n'est pas un dîner, ou la rédaction d'une dissertation, ou la peinture d'un tableau, ou de la broderie; cela ne peut pas être si raffiné, si modéré et doux, si tempéré, gentil et courtois, si contenu et magnanime. Une révolution est une insurrection, un acte de violence par lequel une classe en renverse une autre»[1].

Deng Xiaoping a observé : «Tuer 200 000 personnes en échange de 20 ans de stabilité.»

Jiang Zemin a ordonné : « Détruisez-les [pratiquants de Falun Gong] physiquement, diffamez-les, ruinez-les.»

Le PCC encourage la violence et a tué d'innombrables personnes au cours de toutes ses campagnes politiques précédentes. Il enseigne aux gens à traiter l'ennemi «aussi froidement qu'un hiver glacial». Le drapeau rouge est rouge pour avoir été «teint en rouge avec le sang des martyrs». Le Parti adore le rouge en raison de son goût du sang et du carnage.

Le PCC fait étalage d'exemples «héroïques» pour encourager les gens à se sacrifier pour le Parti. Lorsque Zhang Side est mort dans un four où l'on produisait de l'opium, Mao Zedong a fait son éloge en disant que sa mort était «aussi pesante que le mont Tai»[2]. Durant ces années de frénésie, des «paroles courageuses», telles que «ne craindre ni les épreuves ni la mort» et «les rudes sacrifices renforcent la détermination, nous osons faire briller le soleil et la lune sous de nouveaux cieux», ont nourri les aspirations à une époque où l'on manquait de tout.

À la fin des années 1970, les Vietcongs ont envoyé leurs troupes et ont renversé le régime des Khmers rouges qui avait été soutenu par le PCC et avait commis des crimes innommables. Malgré sa colère, le PCC n'a pas pu déployer ses troupes pour soutenir les Khmers rouges, puisque la Chine et le Cambodge n'ont pas de frontières communes. Pour sanctionner les Vietcongs, sous prétexte de se défendre, la Chine a alors entamé une guerre contre le Vietnam le long de leur frontière commune. Des dizaines de milliers de soldats chinois ont ainsi sacrifié leur sang et leur vie pour cette bataille entre partis communistes. Leurs morts n'avaient en réalité rien à voir avec des questions de territoire ou de souveraineté. Néanmoins, plusieurs années après, le PCC a scandaleusement immortalisé le sacrifice insensé de toute cette jeunesse naïve et radieuse comme de «l'esprit héroïque révolutionnaire», empruntant irrévérencieusement la chanson appelée *L'élégante conduite tachée de sang*. Alors que 154 martyrs chinois mouraient en 1981 en reprenant le mont Faka dans la province de Guangxi, le PCC l'a simplement rendu au Vietnam, une fois que la Chine et le Vietnam eurent réexaminé leur frontière.

Début 2003, alors que le SRAS se propageait de manière galopante et menaçait la vie des gens, le PCC a, sans hésiter, engagé de nombreuses jeunes infirmières. Ces femmes ont alors été rapidement confinées dans des hôpitaux pour s'occuper de patients atteints du SRAS. Le PCC pousse les jeunes sur la ligne de front la plus dangereuse dans le but d'établir sa «glorieuse image», celle de «ne craindre ni les épreuves ni la mort». Pourtant le PCC reste muet sur les 65 millions de membres actuels du Parti et sur l'image qu'ils donnent du Parti.

1. Tiré du Rapport d'enquête sur le mouvement des paysans de Hunan *de Mao en 1927.*
2. Le mont Tai (Taishan) est la première des cinq célèbres montagnes de la province de Shandong en Chine. Elle fait partie du patrimoine mondial par les Nations Unies depuis 1987.

IMMOBILIER

Le Plateau pour les familles

Nathalie Dieul
Époque Times

Le Plateau Mont-Royal est, de l'avis de tous ceux qui le connaissent, probablement le quartier de Montréal le plus agréable à vivre. Toutefois, jusqu'à récemment, il était difficile d'y trouver un logement neuf, bien insonorisé, avec tout le confort d'un édifice en béton et, encore plus, de trouver un condo pour une famille nombreuse comportant toutes ces caractéristiques. C'est maintenant possible grâce au Platopolis, un projet de quatre édifices offrant de beaux espaces verts entre les bâtiments.

«On est peut-être un peu plus cher dans le quartier mais, par rapport à tout ce qui se vend dans Griffintown ou au centre-ville, on est bien moins cher», affirme Allan Fadi Coussa, promoteur de Platopolis. «On a construit ce que le quartier n'offre pas : la sécurité incendie, le béton, l'insonorisation, les stationnements intérieurs, l'ascenseur, l'accessibilité.»

Le Platopolis a été conçu pour les familles, contrairement à la plupart des projets de condominiums qui sont plutôt orientés vers une clientèle de jeunes professionnels ou encore de préretraités dont les enfants viennent de quitter la maison. Les familles ont bien senti qu'elles étaient plus que les bienvenues au Platopolis. «L'idée, c'est que ça soit vivant. Les gens font des BBQ l'été, deux ou trois voisins ensemble. C'est fascinant quand tu conçois quelque chose et que c'est utilisé pour ce que tu as prévu», explique celui qui, en plus d'être promoteur du projet, en est aussi l'architecte.

Le bloc C comportait déjà beaucoup d'unités de trois chambres à coucher. «Dans ce bloc-là, on a fait deux unités de quatre chambres, ça s'est vendu dans la première semaine!», s'exclame M. Coussa. Dans le bloc A, en construction actuellement, les plans sont conçus pour 12 unités de quatre chambres à coucher, soit près du tiers des 42 condos du bâtiment.

Parmi les autres condos du bloc A, il y a beaucoup de variantes : pas moins de 10 modèles différents sont offerts, parmi lesquels de nombreux condos de trois chambres à coucher. Il y a même quatre «condoplex», c'est-à-dire des unités sur deux étages, où le salon et la cuisine sont en bas alors que les chambres et la salle de bain complète sont à l'étage. Ces «condoplex» bénéficient d'un espace extérieur privé clôturé.

Le premier bâtiment du Platopolis, le bloc D, a été complété en juillet 2011. Il comprenait la construction d'une épicerie qui s'inscrit tout à fait dans le cadre d'une densification urbaine intelligente, puisque des logements ont été construits au-dessus de celle-ci, offrant un ensemble architectural intéressant. Le bloc D est composé de logements sociaux. L'architecte est fasciné d'avoir pu faire sa part sociale dans le quartier : «On n'était pas obligé d'en faire tant que ça, mais c'est un engagement. On arrive dans un terrain, les logements sociaux sont en demande, la Ville exige un certain pourcentage… Ce ne sont pas des HLM : les logements sociaux, ce sont des gens qui travaillent, mais ils n'ont pas assez pour payer de gros loyers.»

Découvrir le Plateau

Tous ceux qui connaissent le Plateau Mont-Royal sont amoureux de ce quartier branché de Montréal. En 2004, il a d'ailleurs été classé parmi les 20 endroits où la qualité de vie est la meilleure en Amérique du Nord, par l'organisme new-yorkais Project for Public Spaces. Il y fait bon vivre et s'y promener, faire ses courses, profiter des espaces verts tels que le parc Lafontaine. Il est bien difficile de croire qu'il s'agit du quartier le plus densément peuplé de la ville puisque, lorsque l'on pense densification, on imagine plutôt de grandes tours d'habitations que de jolis duplex ou triplex avec des escaliers extérieurs bien typiques.

Un fait intéressant à noter est que, malgré le fait que le Plateau soit densément peuplé, le nombre de voitures y est relativement bas. En fait, comme tout est à proximité, que ce soit le magasinage, les commerces de proximité offrant une variété de produits fins, les bonnes boulangeries ou poissonneries, ou encore un choix de cafés et de restaurants pour tous les goûts, il n'est pas nécessaire d'avoir une auto. D'autant plus que de nombreuses pistes cyclables quadrillent le quartier et que la densification permet d'avoir un excellent réseau de transport en commun avec des autobus qui passent à intervalle de 10 minutes pour se rendre aux stations de métro. Et pour ceux qui veulent garder leur voiture, il n'est pas nécessaire d'acheter une place de stationnement sous-terrain comme au centre-ville : une vignette permet de se stationner dans la rue, près de son lieu de résidence.

«La plupart des gens qui y vivent, ce sont des travailleurs, des artistes. Ce n'est pas un quartier riche, mais il est riche dans sa culture, sa variété, ses boutiques, ses restos», commente le promoteur du Platopolis. La population de cet arrondissement à la mode situé près du centre-ville est jeune, la plus jeune de la ville : selon le recensement de 2011, près de 30 % des habitants du Plateau étaient âgés de 20 à 34 ans. Une étude du groupe Hill Stratégies Recherche, en 2005, estime que c'est là que l'on retrouve la plus grande concentration d'artistes dans tout le Canada, près de 10 fois plus qu'ailleurs dans le pays.

Plus des deux tiers des habitants du Plateau sont capables de soutenir une conversation dans les deux langues officielles, le français et l'anglais : il s'agit d'un pourcentage plus élevé que dans la moyenne de la ville. Environ 20 % de la population de l'arrondissement ne parle que le français, et 10 % uniquement l'anglais.

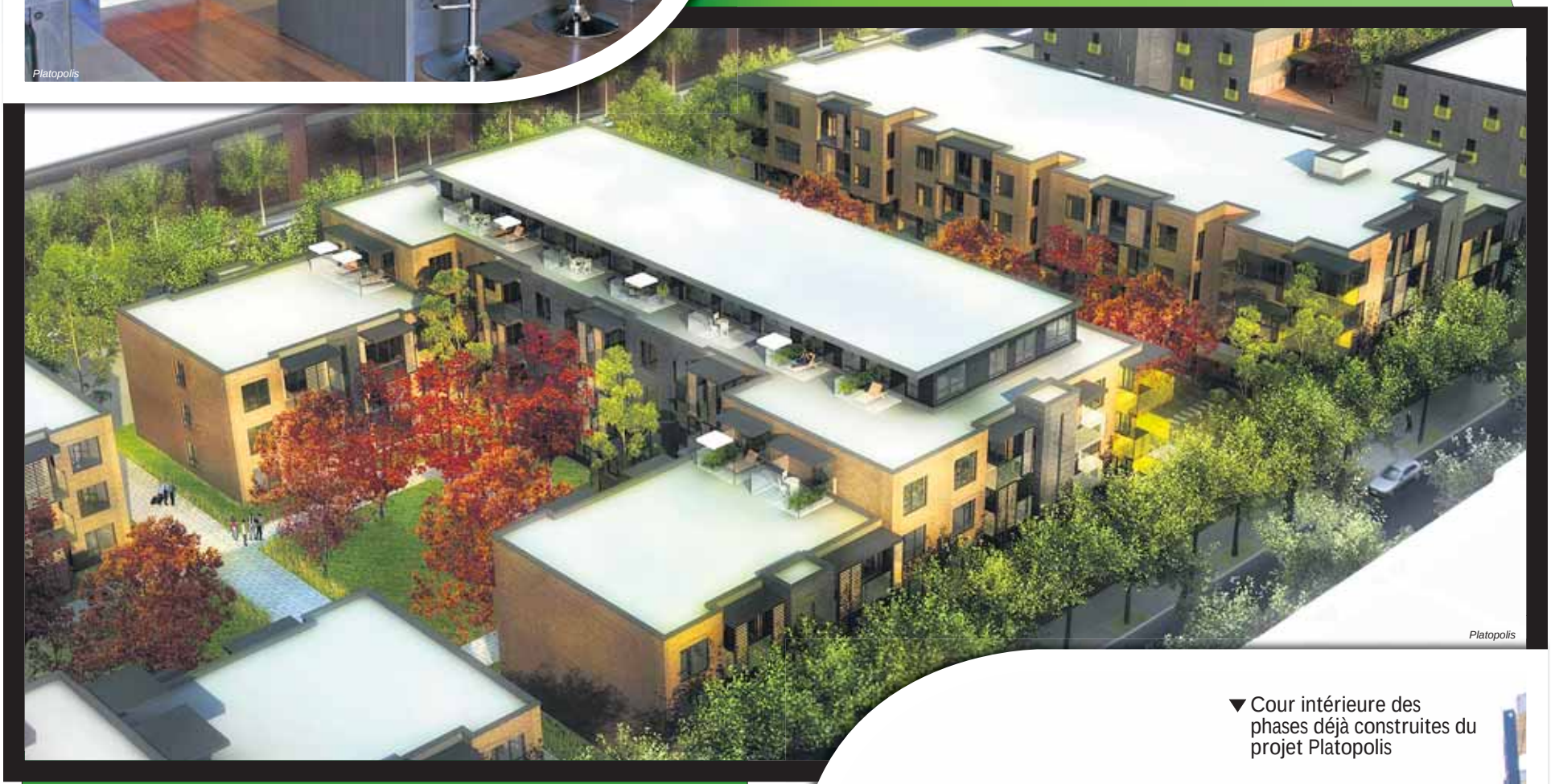
Pour de plus amples informations sur le projet : www.platopolis.ca

Pour de plus amples informations sur l'arrondissement : www.arrondissement.com/tout-get-document/u4017-portrait-arrondissement-plateau-mont-royal

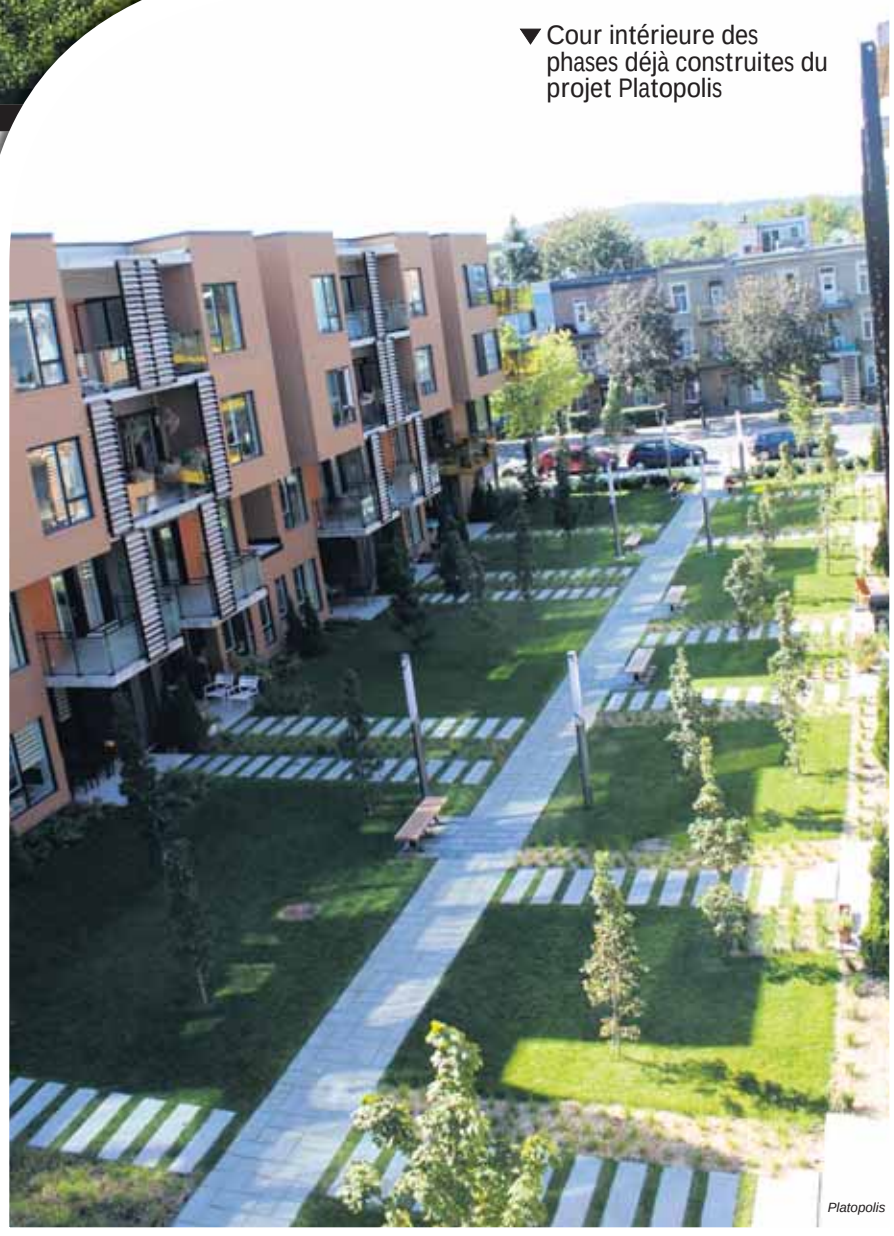
Platopolis

◀ Les cuisines du Platopolis sont des cuisines Mobalpa, importées d'Europe, et comprennent tous les électroménagers. «Ils sont un an en avance dans les designs, dans les couleurs, dans les matériaux», souligne M. Coussa.

▼ Quelque 50 % de l'espace sur lequel est construit Platopolis est réservé aux espaces verts.


Platopolis

▼ Cour intérieure des phases déjà construites du projet Platopolis


Platopolis

Fiche technique

- Projet en quatre phases pour un total de 196 condos : Bloc D (42 condos) déjà occupé, bloc C (54 condos) occupé à 95 %, bloc A (42 condos) en construction pour occupation à l'automne 2013 (30 % vendu), bloc B à suivre à la fin de l'année.
- Bloc A : 10 modèles différents de condos, dont des unités de 2 et 3 chambres à coucher sur 2 étages (condoplex)
- Superficies : de 550 (une chambre à coucher) à 1500 pieds carrés (4 chambres à coucher)
- Prix : de 185 000 $ (une chambre à coucher) à 460 000 $ (unité de coin de 4 chambres à coucher, avec terrasse) plus taxes
- Stationnement sous-terrain : 42 500 $ plus taxes
- Stationnement à vélo intérieur
- Espace de rangement au sous-sol pour chaque unité
- Cuisines Mobalpa importées d'Europe
- 50 % du terrain est composé d'espaces verts
- Situé à 20 minutes à pied du métro Mont-Royal, ou 10 minutes par l'autobus 97
- Épicerie intégrée à même le projet, petits commerces de proximité de qualité en tous genres ainsi que restaurants et cafés à distance de marche
- École primaire à 7 minutes de marche
- Plusieurs piscines publiques intérieures et extérieures à moins de 10 minutes de marche

Molière à bicyclette

Entre le vertueux et le dépréciateur

Mathieu Côté-Desjardins
Époque Times

Métropole Films

Gauthier (Lambert Wilson, à droite) répète *Le Misanthrope* de Molière.

À la suite d'une balade en bicyclette avec Fabrice Luchini sur l'île de Ré (France), le réalisateur et scénariste Philippe Le Guay (*Les Femmes du 6e étage*, *Le Coût de la vie*) a eu cette idée de faire le film *Molière à bicyclette*. Lors de cette activité, Luchini lui avait récité quelques passages de la pièce de théâtre *Le Misanthrope* de Molière qu'il avait adorée. Fait étonnant, le titre du film en France est *Alceste à bicyclette*. Il est plutôt rare de voir un titre français être modifié pour le Québec. Est-ce parce que notre connaissance des personnages de Molière n'est pas aussi aiguisée que dans le vieux pays?

Isolé sur l'île de Ré, loin du monde des acteurs qu'il ne peut pas sentir (pour en avoir été un dans le passé), Serge Tanneur (Fabrice Luchini) reçoit la visite d'un ancien collègue, Gauthier Valence (Lambert Wilson). Son passage n'est pas désintéressé. Il vient lui proposer un rôle de théâtre qu'il ne saurait refuser.

D'abord un film d'acteurs, *Molière à bicyclette* met en vedette Fabrice Luchini (*Dans la maison*, *Les Femmes du 6e étage*). Loin d'être sa première collaboration avec Philippe Le Guay, il joue un rôle d'un ancien comédien rongé par la dépression. Son caractère comique se dégage dans son jeu intense alors qu'il répète Molière, dans ses éclats de colère et dans les moments, ici et là, où il est piteux. Il joue Molière avec un talent rare et forme un duo illustre avec Lambert Wilson.

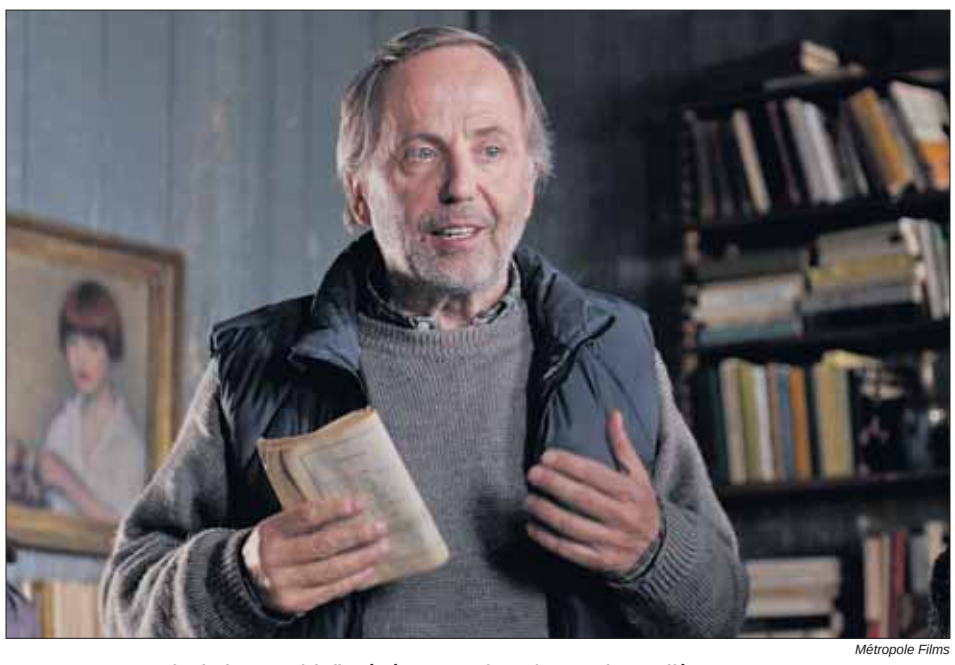
Quant à Lambert Wilson (*Vous n'avez encore rien vu*, *Des hommes et des dieux*), on a droit à un jeu de haut niveau, mêlé à de belles répliques, cadeau de Philippe Le Guay aux commandes du scénario. Les séquences du Docteur Morange, personnage de télévision qu'il joue dans un feuilleton inséré dans le film, sont hilarantes par leurs absurdités et leur caricature.

L'apothéose du film a été possible grâce au personnage de Francesca, interprété par la fabuleuse Maya Sansa (*Les Femmes de l'ombre*, *Villa Amalia*). Il s'agit du personnage le mieux écrit et le mieux développé par Le Guay. Au commencement, il est enragé, antipathique, pour devenir progressivement séduisant et respectable. Évolution magistrale, très bien joué et s'intégrant admirablement aux deux grandes stars françaises que sont Luchini et Wilson.

On sent presque l'air salin de l'île de Ré lors des scènes tournées sur les sentiers et sur la plage. Le rythme de la production est doux et donne l'impression d'être véritablement sur cette île près de La Rochelle, en France. Peu de lieux de tournage, on pourrait croire qu'il s'agissait d'une pièce de théâtre adaptée au grand écran.

Le Guay arrive à créer un flou où l'on perd le fil de qui sont les personnages. On ne sait plus si on est dans *Le Misanthrope* de Molière ou dans son film *Molière à bicyclette*. Il est intéressant de connaître le réalisateur, aussi scénariste, dans un film moins élémentaire que ses derniers. Cependant, il glisse jusqu'à faire de ses personnages des objets complexes. Plus le film progresse, plus il devient ardu de suivre l'évolution psychologique de chacun. Ce qu'on pouvait croire une comédie se termine par être un drame psychologique.

Il persuade le cinéphile à aller lire l'œuvre originale, *Le Misanthrope*, un peu comme l'a fait Jean-Pierre Améris avec son adaptation cinématographique de *L'homme qui rit*, roman de Victor Hugo.



Métropole Films

Serge Tanneur (Fabrice Luchini) répète *Le Misanthrope* de Molière.

Du vent dans mes mollets

Regards d'enfants carencés

Mathieu Côté-Desjardins
Époque Times

Partant d'une bande dessinée et d'un roman éponymes de Raphaële Moussafir, *Du vent dans mes mollets* a été amené au cinéma par la scénariste-réalisatrice Carine Tardieu, mais aussi a découlé de ses grandes affinités avec l'auteure et son univers. Après avoir organisé l'audition de près de 500 fillettes non professionnelles, Carine Tardieu a pu trouver les perles rares qui sauraient propulser sa vision cinématographique.

Prenant un peu plus conscience du monde dans lequel elle vit, la jeune Rachel (Juliette Gombert), 9 ans, termine une phase de morosité alors qu'elle se fait une nouvelle amie appelée Valérie (Anna Lemarchand). Elle devient de plus en plus en mesure de comprendre sa mère (Agnès Jaoui), son père (Denis Podalydès) et le reste du monde, entre autres, avec l'aide d'une psychologue particulière (Isabella Rossellini).

Colette, le personnage interprété par Agnès Jaoui (*Parlez-moi de la pluie*, *Comme une image*), est fascinante. On éprouve beaucoup d'empathie pour elle, même si elle échoue dans son rôle de mère alors qu'elle veut si bien élever ses enfants. La scénariste l'amène à se confier dans différentes scènes et à grandir tout au long du film. La dynamique qu'elle a avec le père de Rachel, Michel (Denis Podalydès), est vraiment convaincante et souvent comique. On souhaiterait rapidement en voir plus sur ce couple de personnages et d'acteurs dans une prochaine production française.

Denis Podalydès (*La Conquête*, *Le Mystère de la chambre jaune*), toujours très tendre, assure comme un chef le peu de présence qu'il a dans le film. Le passage d'Isabella Rossellini ajoute peu à l'ensemble, bien qu'il soit toujours réjouissant de revoir la célèbre actrice. Sans prédire deux grandes carrières de comédiennes, Juliette Gombert (Rachel) et Anna Lemarchand (Valérie) ont une belle complicité à l'écran.

Isabelle Carré joue encore un autre personnage fragile, doux et délicat. Cela dit, il est difficile de se lasser de la voir. Elle est un peu contrastante dans l'environnement vulgaire d'une société en perte de repères moraux qu'a bâtie la scénariste et réalisatrice Carine Tardieu.

Au point de vue de l'ensemble du film, Carine Tardieu livre avec succès une fresque des années 1980 commençant à entrer en déclin, avec des couleurs, une bande sonore, un certain onirisme et une vitalité frappante. Les petits ajouts de film super 8 sont une idée sympathique. Le traitement de l'histoire à travers les yeux d'enfants est ce qui donne du corps au film.

Les répliques vont d'un humour modéré à cinglant, mais tombent un peu trop souvent dans le grossier. Beaucoup de potentiel de la part des acteurs, dans la vision sensible et juste de la réalité de la scénariste-réalisatrice, mais une bonne quantité s'envole dans des directions multiples. Tardieu avance aussi des répliques franches, honnêtes et sincères, tout en surprenant par certains dénouements à travers un scénario qui ne se prend au sérieux qu'à l'occasion. Son analogie du couple avec la cuisine est délicieuse.

FunFilmDistribution

Rachel (Juliette Gombert, droite), 9 ans, et sa famille disjonctée (Denis Podalydès et Agnès Jaoui, centre; Judith Magre, gauche) dans le film *Du vent dans mes mollets*

FunFilmDistribution

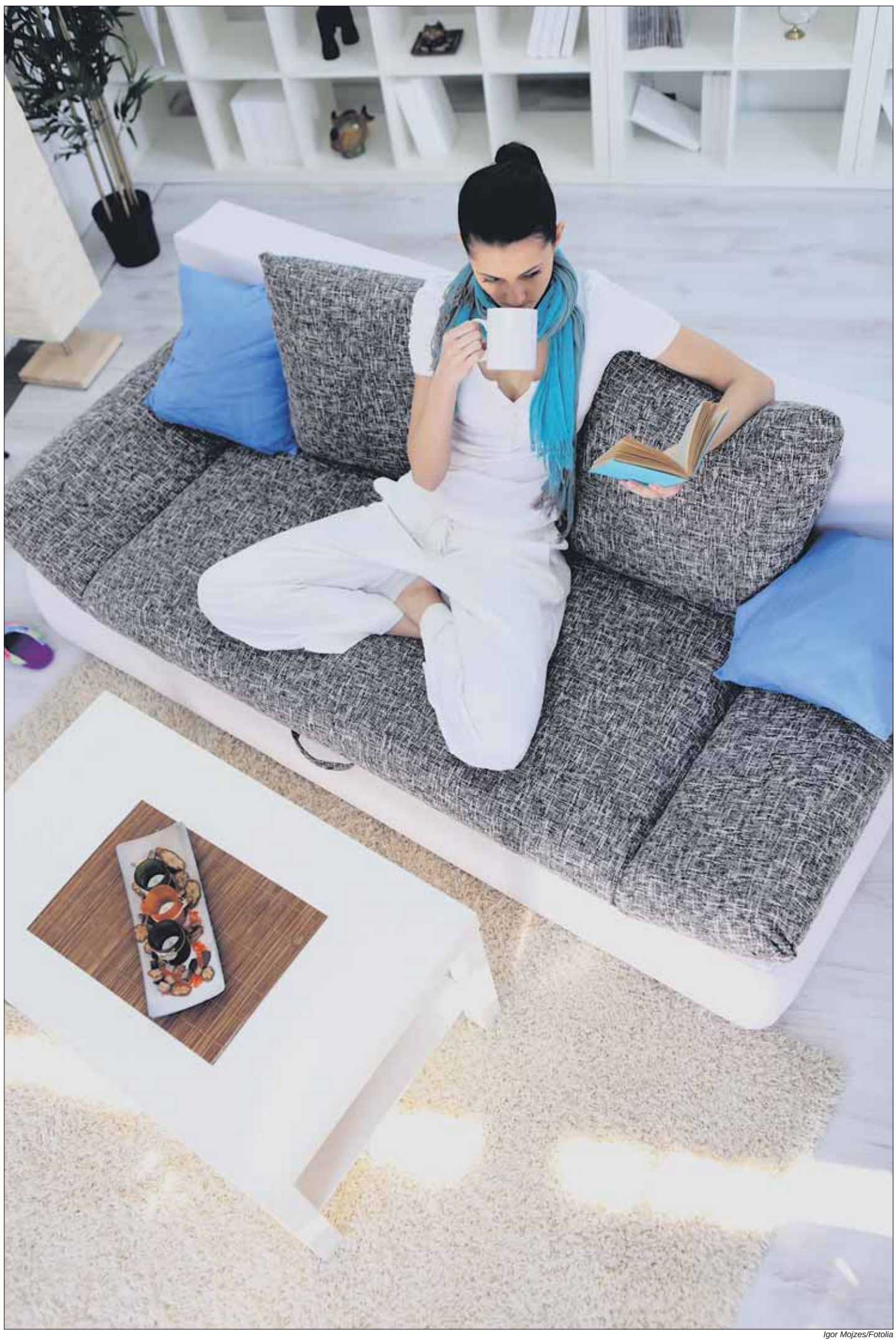
Isabelle Carré (à droite) joue Catherine, la mère de Valérie (Anna Lemarchand) et de son frère (Virgile Leclaire). Le père de Rachel, Michel Gladstein (Denis Podalydès), se trouve de plus en plus avec Catherine.

FunFilmDistribution

Rachel (Juliette Gombert) et sa nouvelle amie à l'influence douteuse, Valérie l'intrépide (Anna Lemarchand)

Optimiser l'espace, « une place pour chaque chose et chaque chose à sa place »

Edwige Ansah
Époque Times



Igor Mojzes/Fotolia

Pour ceux qui décident d'emménager dans un appartement, être capable d'analyser, de comparer et de choisir est important et influencera leur qualité de vie pour les années à venir. Plusieurs critères sont pris en compte : le quartier, le prix, acheter ou louer, les transports, les écoles... En plus de ces aspects, la grandeur du logement est souvent décisive.

Bénédicte Régimont, diplômée de psychologie du travail et ayant étudié en commerce, ne semblait en rien prédisposée à devenir coach déco. Toutefois, l'aménagement intérieur, la décoration et l'écriture sont ses trois passions. En 2001, elle a ouvert son agence Félicie le Dragon, en France. Pour elle, c'est plus qu'un métier, c'est une passion. «Tout est une passion quand je m'intéresse à quelque chose», précise-t-elle.

L'importance du mode de vie

Pour Bénédicte Régimont, il faut avant tout réfléchir au mode de vie : «C'est vrai que notre mode de vie a totalement changé, totalement évolué… comme notre habitat. Le meilleur exemple est celui de la salle à manger. Avant, la salle à manger était une pièce qui était très importante, une pièce de réception. Aujourd'hui, on accepte plus facilement d'avoir un appartement plus petit, sans salle à manger, parce que l'on va faire des apéritifs dînatoires, on mange sur le pouce, on fait plateau télé. Donc, l'évolution de la société conditionne aussi nos intérieurs.»

Elle nous invite à sortir de nos habitudes. «La première question quand on choisit un lieu d'habitation, c'est qu'il faut être capable de sortir de ce que l'on a eu l'habitude de vivre, même quand on était enfant, et se dire, aujourd'hui, comment ai-je envie de vivre? Est-ce que j'ai réellement besoin d'une si grande cuisine, est-ce que j'ai besoin d'une salle à manger, est-ce que j'ai besoin que les chambres soient si grandes?»

Ainsi, elle nous amène à faire le bon choix : «La réflexion en amont de comment est-ce que je vis et de comment est-ce que j'ai besoin de vivre peut conditionner le choix de la surface au départ.»

Faire le tri dans le mobilier : «Ai-je besoin de tout conserver?»

«L'armoire antique héritée d'une tante est jolie. Elle a son charme, mais elle n'est pas pratique, elle prend un énorme volume : en a-t-on besoin, ainsi que de tout ce qui est rangé à l'intérieur?»

Cela revient à «réfléchir en amont. Cela permet de gagner du temps, de l'argent et ensuite de réfléchir à des solutions d'aménagement qui seront beaucoup plus pratiques parce que l'on va réfléchir en termes d'usage et non plus de stockage». Le rangement est différent du stockage qui consiste à entasser des choses dont on n'a plus besoin. Le mieux est encore de s'en débarrasser!

À partir de ce moment, on se rend compte que l'on n'a pas besoin d'avoir dix assiettes à dessert, quand on est dans un petit appartement parce que l'on ne recevra jamais dix personnes en même temps. Donc, c'est toute cette réflexion que l'on doit mener pour savoir si l'on a besoin de plus de surface ou de solutions de rangement, précise Bénédicte Régimont. «Si l'on réfléchit en se disant est-ce que j'ai finalement besoin de tout cela, on se rend compte que l'on peut vivre dans des espaces qui sont beaucoup plus restreints. Ceux qui sont maîtres en la matière, ce sont les Japonais.»

Savoir donner une impression d'espace

Quant à la conception de l'espace, c'est plus une perception. «On peut se sentir totalement oppressé dans un appartement de 150 m². À l'inverse, on peut se trouver dans un appartement de 40 m² et avoir une impression d'espace. Donc, l'impression d'espace est une perception personnelle. On donne cette impression en créant des unités.»

Les unités proposées par Bénédicte sont rendues par la couleur unie sur les murs et le plafond par exemple. «Au niveau du sol, pas de démarcations entre les pièces : lorsque les portes sont ouvertes, le regard est attiré plus loin. Cela revient à supprimer dans l'espace ce qui va venir polluer la vue», dit-elle.

Ceci nous amène à «travailler sur cette impression d'espace et à ne rien avoir de superflu».

«On peut avoir de très beaux objets qui vont apporter un sentiment de sérénité et de bien-être. Je ne dis pas qu'il ne faut pas avoir de bibelots, mais il faut les choisir. Mieux vaut avoir un très beau vase en cristal que d'avoir 25 statuettes en porcelaine qui n'ont pas de valeur, que l'on oublie, qui amassent la poussière et qui vont polluer visuellement l'intérieur.»

Bénédicte Régimont avance aussi le même conseil à propos des murs qu'il faut savoir laisser vides : «On est toujours sur le même principe. Mieux vaut avoir un très beau tableau qui va attirer le regard, plutôt que d'en avoir partout. Gardez à l'esprit : je veux une surface plus grande… eh bien maintenant je peux la travailler simplement visuellement.»

Supprimer tous les bibelots inutiles qui polluent l'espace

C'est un concept qu'elle a expérimenté. Ses fréquents déménagements lui ont appris à «se débarrasser de tout ce qui est inutile». Son indicateur est le plaisir. Elle souligne que «si l'on n'a pas un plaisir, un vrai plaisir à conserver un objet, cela ne sert à rien».

Son conseil se résume en ces mots : «Il faut que les objets aient une fonction. C'est très important de réfléchir à la fonction de l'objet. Cette armoire antique, est-ce qu'elle me sert? Si oui, elle est pratique parce que j'ai pu y caser toutes mes archives, alors elle a une fonction pour moi. Donc, on conserve le meuble.»

Elle fait allusion à la philosophie du détachement des Japonais, la mettant en corrélation avec le risque sismique auquel ces populations doivent faire face à tout instant. Cette habitude de vie les amène à privilégier le souvenir et non l'objet souvenir.

Elle établit le lien avec nos sociétés occidentales où le bibelot fait office de souvenir, car il peut nous rappeler l'un de nos proches. «Finalement, le bibelot, on l'oublie. Qu'est-ce qui est le plus important? Le souvenir de la grand-mère ou le bibelot? Si l'on part sur l'histoire des souvenirs, on constate que la société occidentale a cristallisé énormément de choses sur le matériel», reconnaît-elle.

«C'est vrai que c'est une philosophie, un mode de vie. C'est aussi une réflexion. Les échanges entre l'Orient et l'Occident aujourd'hui conduisent un peu plus à cette approche. Toutes les personnes qui s'intéressent au yoga, au bouddhisme, à toutes les philosophies orientales, finalement… cela sème des petites graines et c'est tant mieux», ajoute-t-elle.

Exploiter toutes les surfaces

«C'est quelque chose que l'on apprend à faire de plus en plus. C'est vrai que l'on a souvent des meubles qui s'arrêtent à 50 ou 60 centimètres du plafond. Dans le meilleur des cas, on va caser trois boîtes ou quelque chose de pas très esthétique. Autant réfléchir et exploiter toute cette hauteur sous-plafond, parce que cela recrée une unité d'ensemble. Lorsque ce meuble va jusqu'au plafond, on a plus souvent l'impression du volume en dehors de ce meuble. On peut donc avoir une impression d'espace avec des meubles plus importants simplement parce qu'ils vont jusqu'au plafond.»

Sur ce point précis, elle révèle deux petites astuces.

La première est d'exploiter le mur qui comprend la porte d'entrée. Créez des rangements tout autour de la porte, même en incluant le dessus de la porte et de part et d'autre de la porte. Ainsi, quand on entre dans la pièce, on ne voit pas ce meuble. Le regard est attiré plus loin. Or, cela fait une énorme surface de rangement. Elle précise que l'on n'a pas besoin d'avoir une grande profondeur, 25 cm au maximum. En y intégrant des portes coulissantes, il sera possible d'y ranger énormément de choses.

La seconde astuce est d'exploiter l'espace réservé aux toilettes. Cette pièce, pour respecter les normes en vigueur relatives aux personnes à mobilité réduite, a souvent une surface allant de 1,5 à 2 m². Cet espace est souvent bienvenu pour ranger les produits d'entretien, balais et autres matériels réservés à l'hygiène de nos lieux de vie.

Les couloirs peuvent devenir aussi de bons espaces de rangement, surtout les coins. Ces espaces triangulaires souvent difficiles à exploiter peuvent nous permettre de bénéficier d'étagères ou de rangements intégrés tout à fait adaptés à nos intérieurs.

Elle nous rappelle que l'espace sous le lit peut également être exploité, en y recevant du linge, comme les couettes d'hiver, par exemple. Elle parle de rangement en développant le concept : «Une place pour chaque chose et chaque chose à sa place.»

Les conseils de Bénédicte Régimont :

Les erreurs à ne pas commettre

- Penser que l'on a besoin de plus d'espace, alors que l'on a certainement besoin de moins d'objets.
- Vouloir une grande chambre, alors que l'on y passe peu de temps.
- Choisir des armoires profondes, mais peu hautes, qui laissent un espace trop important sous le plafond.
- Ne choisir que du mobilier avec des pieds et posé au sol.
- Ne pas mener de réflexion en amont, donc ne pas savoir si l'on a absolument besoin d'un trois-pièces ou d'un quatre-pièces, alors qu'en optimisant l'espace on peut vivre dans un espace plus petit.

Les astuces pour donner de l'espace

- Créer une unité au niveau du sol (un même parquet dans toutes les pièces).
- Les tapis réduisent l'espace. S'ils ne sont pas nécessaires pour absorber le bruit, les enlever.
- Fixer les tringles à rideaux juste en dessous du plafond et non pas au-dessus des fenêtres.
- Ne pas choisir de lustre dans les petites pièces dont la hauteur de plafond est de moins de 3 mètres.
- Dégager au maximum le regard.
- Attirer le regard le plus loin possible dans la pièce grâce à un point lumineux.

Pour en savoir davantage :
www.felicie-le-dragon.com
Propos recueillis par Isabelle Meyer

Bien se nourrir : conseils pour les familles actives

CHANNALY PHILIPP
Époque Times

Vous êtes très occupé au travail et en plus vous avez des enfants à nourrir? Prenez note, il est possible de bien manger même en ayant peu de temps à consacrer à la cuisine. Voici quelques conseils de Mareya Ibrahim, maman de deux enfants et célèbre chef à l'émission de cuisine *Recette Rehab*

La préparation durant le week-end

Mareya prend quelques heures le week-end pour laver et couper les légumes ou cuire la viande pour la semaine. «Cela fait toute la différence!»

Une nourriture saine et équilibrée

Garder dans votre cuisine des produits frais, des protéines maigres et des graisses de bonne qualité. Utiliser des céréales complètes. «Si je peux cuisiner avec de la stévia, un édulcorant naturel, ou des céréales complètes et obtenir les mêmes résultats, alors pourquoi devrais-je utiliser le sucre et la farine raffinés?»

Les aliments de base qu'elle affectionne sont les œufs qu'elle ajoute aux boulettes de viande pour une meilleure liaison et plus de protéines. Un autre ingrédient qu'elle apprécie est le lait de tournesol, idéal pour les parents dont les enfants présentent des allergies aux noix.

Un bon raccourci est d'acheter des fruits et des légumes en purée. Vous pouvez en faire différentes sauces ou les ajouter à de la farine d'avoine, les cuire en galettes ou en faire des *smoothies* (fruits et légumes se marient très bien pour ces recettes).

Interdire la «malbouffe» dans la maison

«Même si vous ne pouvez pas la voir, même si elle est sur l'étagère du haut et même s'il faut un escabeau pour la prendre, vous la trouverez à 2 heures du matin. Le mieux est de ne pas en apporter à la maison.»

Transformer votre frigo en un comptoir à salades

Mareya prépare tous les légumes de saison et les met dans des contenants en plastique. Ils sont prêts à être cuits ou à faire de bonnes salades.

Un petit-déjeuner pour dîner

Voici pour un repas vite fait. Mareya aime faire des expériences de cuisine avec les œufs, comme une omelette verte avec basilic frais et roquette.

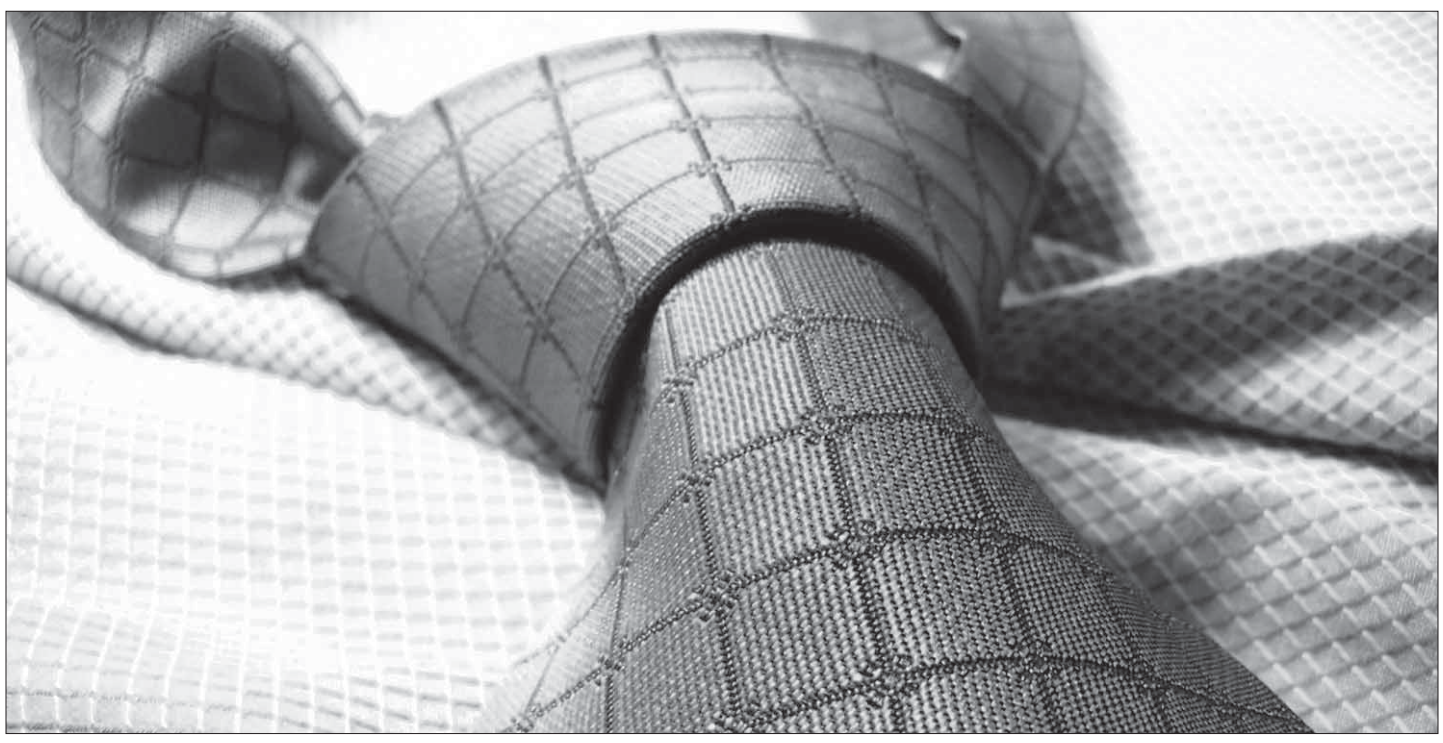
Mareya Ibrahim offre des conseils et des ressources pour une alimentation saine et facile à faire ainsi que des conseils hebdomadaires sur son site eatcleaner.com.

Channaly Philipp/Époque Times

Mareya Ibrahim, mère de deux enfants, offre des conseils sur la façon de bien manger.

Trois points pour améliorer son CV

SONG WOO
Époque Times



Lighthouse Management Group

Les candidats se concentrent souvent sur l'expérience professionnelle décrite dans le profil du poste. Il en découle que leurs CV ne reflètent pas la réalité.

Le recrutement n'est pas une science exacte, mais beaucoup d'employeurs voient en lui une forme d'art. Je n'ai jamais rencontré quelqu'un pouvant dire si ses recrutements passés étaient de bons recrutements ou non. Il y a tellement de variables qui entrent en compte, allant des compétences techniques, de l'expérience dans la société jusqu'aux facteurs subjectifs tels que la personnalité et les passe-temps. Tous ces attributs doivent être pris en compte pour rendre le recrutement optimal.

De nos jours, plusieurs employeurs utilisent des outils pour évaluer la viabilité d'un candidat à un poste, tels que la vérification des antécédents, les tests antidrogue, les tests de personnalité, le contrôle des références et les réseaux sociaux pour n'en nommer que quelques-uns. Malgré toutes les ressources dont ils disposent, recruter le meilleur candidat reste encore un incroyable défi.

Que peuvent faire alors les candidats pour rendre la vie des recruteurs plus facile? Pour le savoir, j'ai interrogé 500 directeurs des ressources humaines de différentes sociétés. Les réponses se tournent majoritairement vers une façon plus efficace de lire un CV. Plus précisément, ils souhaiteraient voir dans un CV certains points souvent enquêtés chez leurs candidats. Ces points les aideraient à revoir l'information plus rapidement et à perdre moins de temps à interviewer des candidats ne correspondant pas au poste.

Pour la plupart, les candidats se concentrent essentiellement sur leur expérience professionnelle en l'adaptant à la description du poste. Un CV élaboré ainsi ne se démarquera pas des autres. En fonction du poste, il peut y avoir une centaine de CV similaires. Il est facile d'intégrer une expérience professionnelle et ses qualifications dans son CV, mais les employeurs veulent en savoir davantage. Comme c'est impossible de s'entretenir avec tous les candidats, ils recherchent les informations supplémentaires qui les incitent à se diriger vers un profil ou un autre.

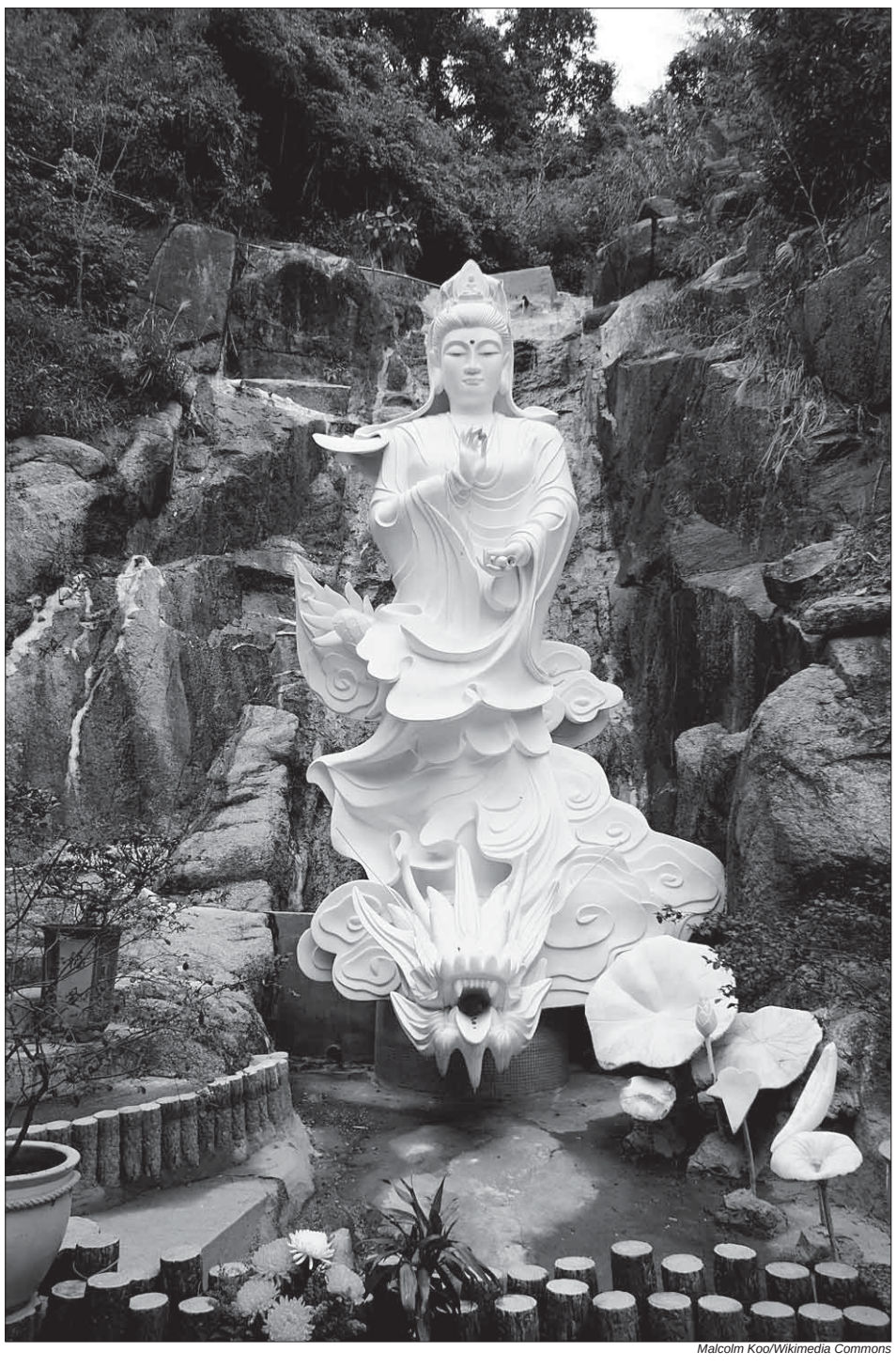
En tant que recruteur, les trois points que les employeurs discutent le plus avec moi au sujet d'un candidat sont son éthique de travail, sa stabilité, sa loyauté et sa performance par rapport à ses pairs. Les employeurs trouvent que ces trois critères ne ressortent pas clairement des CV qu'ils reçoivent. Certains candidats chanceux sont épaulés d'un conseiller pour leur CV, mais c'est loin d'être monnaie courante. Si votre CV parle clairement de lui-même de ces trois qualités, les conditions vous seront favorables.

Pour que votre CV parle clairement de votre profil, n'hésitez pas à citer des exemples concrets traitant de votre éthique au travail. Ce n'est pas parce que vous écrivez juste quelque part sur votre CV que vous «avez une forte éthique de travail» que l'employeur va le croire.

Les expériences passées forment un bon indicateur en vue d'une expérience future. Décrivez clairement des faits, quelques-uns si possible, comment vous avez travaillé dans un rôle similaire et comment vous avez réussi.

Actuellement, personne ne veut embaucher quelqu'un qui est passé de poste en poste. La loyauté et la stabilité sont plus importantes que vous ne l'imaginez. Beaucoup de temps et d'énergie sont nécessaires dans chaque recrutement. Aucun recruteur ne souhaite faire un mauvais choix. Plus vous serez en mesure de mettre en valeur ces trois traits dans votre CV, plus la probabilité que votre CV soit retenu sera élevée. Vous rendrez aussi la vie des recruteurs plus facile.

Song Woo, expert en gestion de recrutement et de carrière, est le président directeur général de Lighthouse Management Group.



Malcolm Koo/Wikimedia Commons

Ancienne histoire de cultivation

Être désintéressé même au sein du danger

Clearharmony.net

Sous la dynastie Jin, un homme appelé Zhang Chong vivait dans la ville de Chang'an. Il croyait aux bouddhas et priait chaque jour. Un jour, une guerre civile éclata et des milliers de personnes s'enfuirent de Chang'an. Les réfugiés furent capturés par l'armée d'un seigneur, qui massacra les hommes et enleva les femmes.

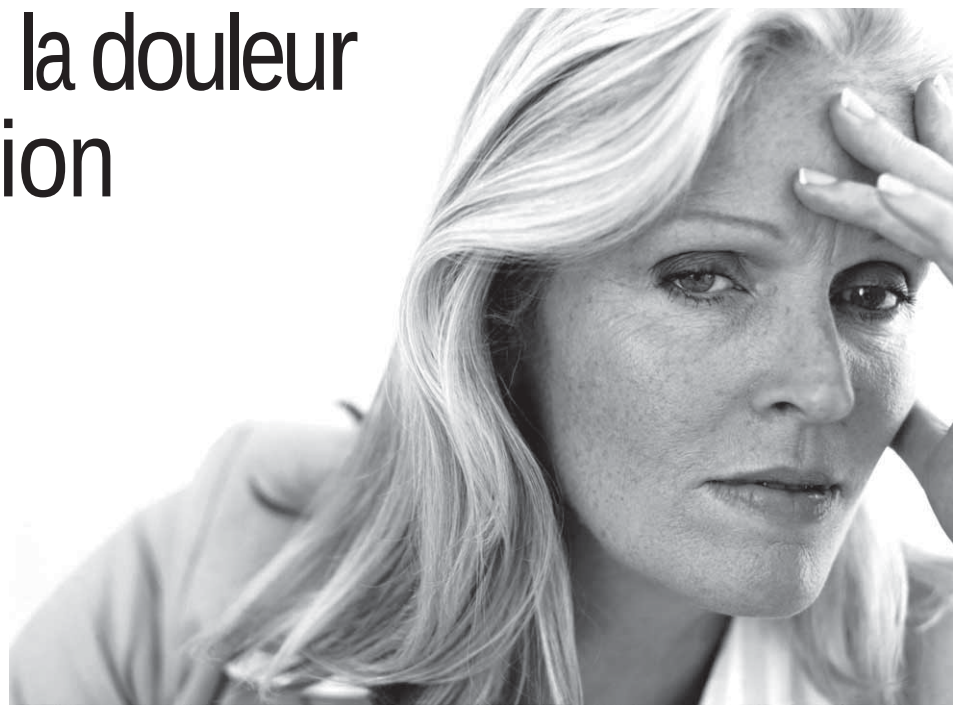
Zhang Chong était parmi les prisonniers. Les soldats attachèrent solidement les mains et les pieds de Zhang et enterrèrent toute la partie inférieure de son corps. Ils avaient prévu de s'amuser à lui tirer dessus quand ils monteraient à cheval le jour suivant. Zhang Chong pensait qu'il allait mourir. Il pria sincèrement la bodhisattva Guanyin. Soudainement, à minuit, les cordes qui l'enserraient se détachèrent mystérieusement, et une force le tira hors de terre.

Zhang Chong essaya de s'enfuir, mais ses pieds étaient trop douloureux pour courir. Il pria encore une fois la bodhisattva Guanyin du fond de son cœur. Il prit une pierre et fit ce souhait : «Je vais à l'est du fleuve dénoncer cette atrocité à l'empereur Jin ainsi il pourra sauver les femmes qui ont été enlevées. Si mon souhait peut être réalisé alors que la pierre se fende en deux.» Ayant prié, il jeta la pierre par terre. La pierre se fendit en deux.

Zhang Chong arriva à Pékin et relata les évènements qui se produisaient. L'Empereur envoya alors ses hommes pour sauver et consoler les femmes. Il paya aussi une rançon afin de libérer les femmes qui avaient déjà été vendues.

Relation entre la douleur et la dépression

CHRISTINE LIN
Époque Times



Photos.com

Selon une étude publiée dans la revue *Psychosomatic Medicine*, deux tiers des patients traités pour dépression ont aussi signalé ressentir des douleurs physiques comme des maux de tête fréquents, des maux de dos, des douleurs articulaires et des douleurs abdominales.

L'esprit et la matière sont comme la poule et l'œuf; il en est ainsi pour la douleur, qu'elle soit émotionnelle ou physique. Les guérisseurs et les scientifiques admettent depuis longtemps l'interrelation entre les facteurs mentaux et les symptômes physiques.

Une étude, publiée dans la revue *Psychosomatic Medicine* en 2004, a constaté que les deux tiers des patients traités pour dépression souffrent aussi de douleurs physiques telles que des maux de tête fréquents, des douleurs dorsales, articulaires et abdominales.

«La dépression et les douleurs physiques ont une connexion biologique plus profonde qu'une simple cause et effet; les neurotransmetteurs qui influencent la douleur et l'humeur sont la sérotonine et la norépinephrine», révèle un rapport du National Institute of Health en 2004. «Le dérèglement de ces émetteurs est lié à la dépression et à la douleur.» Bien que les complications avec les neurotransmetteurs jouent un grand rôle dans la dépression et la douleur, l'histoire ne s'arrête pas là.

Depuis les années 1950, les médecins et les compagnies pharmaceutiques ont vanté les antidépresseurs comme étant la méthode à employer pour le traitement de la dépression et de certains cas de douleur.

Dans ce processus, les patients devaient vivre avec les effets secondaires associés à ces médicaments ou devaient prendre plus de médicaments pour les contrer, alors que les laboratoires pharmaceutiques récoltaient les bénéfices. Maintenant, les patients et les médecins se tournent de plus en plus vers d'autres traitements, plus intuitifs et qui ont des effets plus durables, pour aborder les facteurs psychosomatiques liés à la douleur et à la dépression.

Depuis 5000 ans, la médecine chinoise a traité l'être humain de manière holistique. Sa philosophie fondamentale explique qu'un être humain existe simultanément physiquement, émotionnellement et spirituellement, et qu'aucune facette de sa santé ne peut être appréhendée et comprise en l'isolant. En outre, les gens ne vivent pas dans une bulle, ils sont aussi membres de leur communauté et de l'Univers. Ainsi, lorsqu'elle est pratiquée intégralement, la médecine chinoise incorpore des concepts issus de nombreux domaines qui sont aujourd'hui des spécialités distinctes.

La médecine chinoise estime que les symptômes physiques ont leurs causes profondes dans les états mentaux et émotionnels, et qu'ils s'expriment par un blocage du *qi* (énergie de vie). De même, puisque le *qi* est le conduit pour toutes les fonctions de l'être humain – mentale, émotionnelle et physique – un dysfonctionnement peut être traité en manipulant le *qi*. C'est de là que sont nées les méthodes de guérison chinoises traditionnelles telles que l'acupuncture, la phytothérapie et le *qi gong*, pour ne nommer que celles qui sont les plus connues en Occident.

Selon DR Jingduan Yang, spécialiste en médecine chinoise et psychiatre exerçant à l'hôpital de l'université Thomas Jefferson à Philadelphie, une insuffisance de *qi* yang ou un surplus de *qi* yin se manifeste souvent par une dépression. Les déséquilibres du *qi* affecteront aussi d'autres domaines et se manifesteront par des douleurs.

La recherche moderne suit de près une compréhension similaire de cette relation complexe. Le *Scandinavian Journal of Pain*, en 2011, a tenté de démontrer le lien de cette façon : «Premièrement, la dramatisation joue un rôle central autant dans la douleur que dans la dépression. Elle est donc susceptible de constituer un lien important entre ces deux états», expliquent les chercheurs. «Deuxièmement, la régulation de l'émotion est importante dans la dépression et dans la douleur, puisque les deux peuvent être considérées comme des facteurs de stress émotionnels importants.»

Traitement à double action

La douleur et la dépression vont souvent de pair et parfois c'est le même évènement traumatisant qui déclenche les deux symptômes qui s'exacerbent mutuellement.

La douleur neuropathique, par opposition aux douleurs musculaires communes et aux douleurs arthritiques, dérive de dysfonctionnements dans le système nerveux central ou dans le système nerveux périphérique. Le trauma provoque une activité électrique disproportionnée dans les nerfs, les personnes souffrant d'affections neuropathiques chroniques comme le syndrome douloureux régional complexe (SDRC) perçoivent un contact normal ou une légère chaleur comme une douleur.

L'acupuncture corrige les blocages du *qi* qui provoquent ces douleurs et, lorsqu'elle est utilisée correctement, peut réduire l'hypersensibilité associée à la douleur neuropathique. Utilisée comme traitement complémentaire aux modalités classiques, elle peut augmenter le taux de récupération tout en réduisant le stress. Comme elle agit sur le *qi* de la personne et que le *qi* régule les émotions, l'acupuncture est efficace pour stimuler l'humeur aussi.

Un autre traitement alternatif qui agit sur le corps et le cerveau est la perfusion de kétamine. La kétamine est un anesthésique qui, lorsqu'il est administré par un médecin qualifié ou un anesthésiste, agit sur le système nerveux pour diminuer les signaux extrêmes de la douleur.

«Il bloque la transmission de la douleur du corps à la colonne vertébrale et au cerveau, donnant une chance au système nerveux de redémarrer», déclare DR Glen Z. Brooks, un anesthésiste de New York, qui propose ce traitement.

En cas de dépression, la kétamine favorise la croissance des synapses, ce qui permet au cerveau de s'autoguérir en inversant les causes structurelles de la dépression, explique-t-il.

Les doses de kétamine et le traitement pour les patients souffrant de dépression et les patients atteints de douleurs sont différents et doivent être adaptés à la masse corporelle de la personne, ils sont personnalisés pour chaque patient mais, quelle que soit leur condition, leurs symptômes en sont souvent améliorés.

Dix superaliments à intégrer dans votre alimentation

NICK LIVERMORE

Eyewave/Photos.com

Les bleuets sont riches en antioxydants bénéfiques pour la vision et le fonctionnement du cerveau.

Les «superaliments», le terme par lui-même entraîne une frénésie et de nombreux nutritionnistes ne supportent pas le concept. Cependant, il repose sur les meilleures intentions du monde. Essentiellement, le terme superaliment est utilisé pour décrire un aliment qui présente un profil nutritionnel particulièrement élevé et des ingrédients négatifs minimes.

Nous ne préconisons pas de les manger en excès. Nous suggérons de les acheter et de les intégrer à votre alimentation. Ce sera bénéfique pour votre tour de taille et, d'une manière générale, pour votre santé et votre bien-être.

L'avocat

Riches en de bons gras mono-insaturés, les avocats sont également chargés de fibre et de lutéine, un antioxydant lié à la santé oculaire et cutanée.

Les bleuets

Riches en antioxydants, principalement en anthocyanes, les bleuets sont bénéfiques pour la vision et le fonctionnement du cerveau. Ils sont excellents sous forme de collation.

Le chocolat noir

Bourré de flavonols et d'antioxydants, un morceau de chocolat noir (80 % minimum) fournit une bonne dose de ces composés qui luttent contre les maladies et peut même réduire le cholestérol.

L'avoine

Riche en protéines et en minéraux comme le zinc, le calcium, le magnésium et le fer, l'avoine est aussi une excellente source de fibres solubles. C'est une céréale idéale pour le petit-déjeuner.

Les œufs

L'œuf est l'un des aliments les plus riches en protéines au monde. Il est également bourré d'acides aminés et autres nutriments. De récentes études affirment que l'on peut manger les jaunes, ils ne seraient pas la cause du taux élevé de mauvais cholestérol.

Les amandes

Généreuses en fibres qui réduisent le cholestérol et en acides gras mono-insaturés. Elles sont excellentes en collation et peuvent être facilement intégrées, quel que soit le repas.

Le vin rouge

Il a été démontré qu'un verre de vin rouge augmente le taux de bon cholestérol et contient une bonne dose d'antioxydants comme le resvératrol, une molécule présente dans le raisin, et les saponines.

Le saumon

Selon l'association américaine de cardiologie, manger du poisson deux fois par semaine permet de diminuer les risques de contracter des maladies cardiaques, le cancer, la maladie d'Alzheimer, les accidents vasculaires cérébraux, le diabète et l'arthrite. Les poissons gras, comme le saumon, peuvent aussi aider à soulager la dépression. Assurez-vous que c'est un poisson sauvage, qu'il n'a jamais été congelé et qu'il provient d'un magasin qui favorise l'agriculture durable.

Les céréales anciennes

Les céréales anciennes ont une valeur nutritionnelle bien supérieure au blé moderne, qui a été croisé et peut-être modifié génétiquement. Les céréales telles que le kamut, l'épeautre et l'amarante contiennent généralement des niveaux plus élevés de protéines, d'antioxydants, de minéraux et elles sont habituellement plus délicieuses.

Les graines

Le chia, le quinoa, les graines de lin, entre autres apportent énormément d'avantages nutritionnels, tels que des antioxydants, des minéraux, des protéines et des fibres.

Eco18 est un collectif de rédacteurs créatifs venant d'horizons différents avec un objectif commun : vivre un style de vie plus sain et plus naturel. Leur expertise, leur humour et leurs opinions conjuguées explorent le développement durable d'une manière pratique et amusante. www.eco18.com

Le Groupe Antonopoulos est à la recherche des candidats enthousiastes pour le lancement d'un nouveau restaurant japonais situé au sein du Place d'Armes Hôtel & Suites dans le Vieux-Montréal :

CHEF DE CUISINE – IZAKAYA

Fonctions :

- Participer activement à la création d'un menu authentique
- Assurer le bon déroulement des opérations en cuisine

Qualifications :

- Expert en cuisine Izakaya
- 3 à 5 ans d'expérience significative en cuisine japonaise

CHEF DE CUISINE – SUSHI

Fonctions :

- Participer activement à l'élaboration d'un menu varié de sushis uniques
- Assurer le bon déroulement des opérations en cuisine

Qualifications :

- Spécialiste dans la création et la mise en œuvre de sushis
- 3 à 5 ans d'expérience significative en cuisine japonaise

Les candidats qualifiés sont invités à faire parvenir leur curriculum vitae à:

LE GROUPE ANTONOPOULOS

Le Groupe Antonopoulos
Ressources Humaines
Courriel:
carrieres@experiencevieuxmontreal.com

Petites Annonces

514 931-0151

Heure de tombée : Vendredi 18:30
Veuillez vérifier le contenu de votre annonce et nous contacter si vous désirez apporter des corrections.

IMMOBILIER

À vendre

Condos sur un ou deux étages, situés dans cité universitaire, près nouvel hôpital GRAND CHUM. Face métro Berri-UQAM. Matériaux dernier cri, édifice en béton, terrasse sur toit. Possibilité acheter garage. Faites vite car fin du projet.
Courtiers immobiliers Sutton-Action Inc.
Claire Blouin 514 501-6648
David Cunningham 514 826-4663

À VENDRE SALON DE COIFFURE +Équipement + 1 appartement habitable adjacent pour 2 personnes. Seul dans région résidentielle au centre-ville, en face du parc Lafontaine, coin Rachel.
En opération depuis 30 ans.
Vente rapide pour cause déménagement.
Appeler Mme Lee : 514 560-2478

PETIT RESTAURANT À VENDRE
dans région Côte-des-Neiges, bas prix.
Appeler Anna : 514 344-8488

RESTAURANT À VENDRE région AHUNTSIC.
Sécuritaire, achalandé. Très bon emplacement
120 sièges + sous-sol + stationnement
Prix inclut équipement: 110 000 $
négociable. 514-384-0806

RESTAURANT SUSHI À VENDRE à BOISBRIAND. 25 sièges. Prix 50 000 $
Appelez 450 419-4188 /514 476-7704

À VENDRE ou À LOUER. Espace commercial sur St Denis, près UQAM et Collège Maisonneuve. Très bon pour restaurant à emporter, sandwiches, ongles ou autres commerces. Beaucoup d'étudiants et touristes.
Loyer 1250 $ / mois. 514 992-6889

À VENDRE : Avez-vous de l'expérience dans la couture et les altérations d'habits ? Voici l'opportunité ! Commerce établi depuis 25 ans, très bonne clientèle. 19 000 $ Appelez : 514 729-0657

À VENDRE – RESTAURANT BIEN SITUÉ dans station Berri-UQAM, très proche de l'Université UQAM, avec terrasse et permission de tous mets, sauf la pizza.
Prix demandé : 174 000 $ négociable.
514 677-0964 // 514 288-8841

À louer

CHAMBRE À LOUER, centre-ville. Non fumeur, tranquille. Pas d'animaux. Appeler Martha 514 281-0746 entre 17h et 20 h.

BUREAUX À LOUER À VILLE ST-LAURENT près Métro Du Collège, 300 à 1000 pi². Taxe affaires, chauffage, eau chaude, éclairage inclus. Meublés ou non. Situés au 2e étage d'un centre d'achat occupé avec stationnement. Prix raisonnable. Angelo: 514 341-4900 www.gestionlemonde.com

2 BUREAUX À LOUER DANS VIEUX-MONTRÉAL coin St-Antoine Est et St-Denis. 3000 pi² et 950 pi². Air climatisé, chauffage et électricité inclus, possibilité de stationnement, Métro Champs-de-Mars, en face du nouveau CHUM. Occupation immédiate 514 871-9823

514 937-2756 : GRANDE CHAMBRE À LOUER, près Métro Georges-Vanier, meublée, pour étudiante ou femme aimant la tranquillité, la propreté et ne fumant pas.
Pas d'animaux. 350 $/mois.
Laisser message : 514 937-2756

LOCAL COMMERCIAL À LOUER : 3570, HENRI BOURASSA E. , coin Av. Laurentides. Ancien local pour Banque. 1er plancher, 2000 p.c. + sous sol 1200 p.c. Région achalandée, face Tim Horton, local propre, prêt à utiliser. Libre immédiatement. Tél. : 514 526-8160

ESPACE COMMERCIAL À LOUER 750 pi². Très bon emplacement, 8025, Blaise-Pascal, Rivière-des-Prairies, région Montréal, H1E 3X7. Prix: 800 $ rien d' inclus.
438-764-8635 // 514-495-8499

GRANDS APPARTEMENTS 1 ½ et 2 ½ À LOUER sur Ave du Parc, coin Milton. Frais peinturé, 'non fumeur', près Université McGill. Libre immédiatement. Tout compris. Prix 665 $ et 765 $ /mois. Georges 514 772-7357 ou 450 628-7357

À LOUER, JARRY, PRÈS DE CHABOT, 4 1/2 très propre, dans un duplex. Entrées laveuse/sécheuse. Pour locataire sérieux, disponible 1er juillet. 514 721-7860

3 1/2 À LOUER, DANS ROSEMONT
1 pièce double ouverte avec balcon donnant sur parc, sdb, cuisine avec balcon donnant sur ruelle verte, au 2ème étage, calme, propre, entretenu, à louer 560 $/mois, à proximité Jardin Botanique, Hôpital Maisonneuve, Centre de Cardiologie. Idéal pour célibataire, non fumeur, ou profession libérale. Disponible.
Contact: M. Fayet (514)-509-9478

CENTRE POUR PROFESSIONNELS À LOUER, À côté du Métro Iberville, 2348 Jean-Talon, Libre immédiatement, plusieurs bureaux déjà sur place. Tél. 450 661-1743, 514 722-2644, 450 661-9592

COURS ET FORMATIONS

Musique

COURS DE CLARINETTE ET DE PIANO
Professeure diplômée de l'Université de Montréal. Parle français et anglais.
Diane : 514 592-0705

PROFESSEUR AFFILIÉ À L'ÉCOLE PRÉPARATOIRE DE MUSIQUE DE L'UQAM
Cours de piano, 30 $/h
lupiensimon@hotmail.com
819 347-8484 (Métro Jean-Talon)
Arrangeur/compositeur, Pianiste/claviériste

École Internationale de Chant Populaire, Rock, Jazz, R&B, Gospel, Academia Musika
À Montréal depuis 1995. Technique vocale, articulation, respiration justesse, timbre, stylisme, traitement des cordes vocales, improvisation et soutien. Professeur diplômé de Maitrise Arts, chant et réalisation de spectacles musicaux; lauréats et diplômés de concours/festivals internationaux. 506 Cherrier, métro Sherbrooke. Tél. : 514 845-3733

ACADÉMIE DE MUSIQUE DE LASALLE
Cours de guitare, basse électrique, piano, clavier, chant, saxophone, flûte à bec, violon, batterie, théorie musicale et composition, écriture de chanson, etc.
10 % de rabais sur 10 leçons (45 à 60 min.). 514 363-6771 **www.academielasalle.com**

COURS DE PIANO. PROFESSEURE DIPLÔMÉE UNIVERSITÉ BISHOP'S.
Surtout musique classique. Pour enfants et adultes. Plusieurs années d'expérience et consciencieuse. Métro Jolicoeur. 514 765-0713

Cours de piano, théorie, composition, improvisation : Pédagogue expérimenté, doctorats de conservatoire de Moscou et UdM, chargé de cours de l'UdM, lauréat de UNESCO et des concours internationaux. **Donne aussi des cours d'Échec :** professeur de l'Association Échecs et Mats. Alexander : 514 768-7120

PROFESSEUR RUSSE DE PIANO, diplômé Conservatoire Tchaikovsky et UDM. 15 ans d'expérience, tous les niveaux. Cours privés, approche personnalisée, préparation examens RCM et McGill. Profitez de l'excellence de l'école russe! 50$/h. 514 462-8579 www.montrealpianoduo.com.

COURS PRIVÉS D'ACCORDÉON
pour débutants et avancés. Tout genre de musique 514 686-4498

Cours de violon Étudiante à l'Université McGill. Plusieurs années d'expérience en enseignement en violon. Bilingue. Michelle Picard 514 249-5745

COURS DE GUITARE Tous niveaux, tous styles. Approche pédagogique efficace. Professeur diplômé (Maîtrise Musique). Résultats garantis. Plateau Mont Royal. 514 597-0621

Arts Visuels

ATELIER ET FORMATION EN DESSIN ET PEINTURE. Apprenez avec artiste peintre professionnel les différentes notions de bases pour débutants, intermédiaires et avancés en utilisant crayon, fusain, acrylique et huile.
Pour info, 514 254-3119

Langues

COURS PRIVÉS DE FRANÇAIS
Niveaux primaire et secondaire, offerts à mon domicile (quartier Rosemont). Expérience pertinente, 25 $ / h.
Appeler : Isabelle 514 573-1605.

ESPAGNOL. Conversation tous les niveaux. Cours d'appoint Grammaire, professeure native de Barcelone.
Nora Perez 514 524-7832

Professeure de français avec 10 ans d'expérience. Aide aux enfants pour faire leurs devoirs et leurs leçons du primaire au secondaire, préparation aux examens du Ministère de l'Éducation du Québec ou corriger des thèses de maîtrise.
Linda 514 373-7215

COURS DE CHINOIS MANDARIN
Conversation pratique et écriture. Pour personnes sérieuses voulant étudier le chinois et avoir une base solide. En groupe ou en privé. Appeler Mme Li Bai : 514-932-1194 ou cell. : 514 518-5356.

Divers Cours

FORMATION COMPLÈTE EN FISCALITÉ WORD, EXCEL ET LOGICIELS COMPTABLES. Horaires flexibles. Pour information : 514 518-2982 Courriel : info@legroupeadar.ca

COURS COMPLET DE : COUTURE, BRODERIE, CROCHET, PATCHWORK, TRICOT... Aussi des garnitures de toutes sortes et coton pour patchwork. Appelez Marya : 514 543-1203. Visitez au 5145 boul. Décarie (Métro Snowdon)

COURS DE BOULANGERIE ET PÂTISSERIE, DÉCORATION DE GÂTEAUX. Métro sauvé. Mme Marie Pamphile 514 852-1779

SERVICES

Déménagement

VOUS DÉMÉNAGEZ? LA SOLUTION : PREMIUM DÉMÉNAGEMENT
Relocalisation résidentielle, emballage, entreposage et transport général
Appelez M. Gagnon : 514 377-1632
www.premiumdemenagement.com

DÉMÉNAGEMENT HIDALGO Résidentiel et commercial. Service professionnel. Confiance et sécurité. Estimation gratuite. Prix raisonnable. Appeler Dionicio : 514 805-9662 ou 514-699-2009 (langues parlées : français-anglais-espagnol).

DÉMÉNAGEMENT POLANCO
- À prix abordables.
www.transportpolanco.com
Pour espagnol : 514 239-0909, pour francais : 514 754-5225

TRANSPORT Réel Mikah et DÉMÉNAGEUR
pour toutes occasions demandé Hakim Saidj au 514-839-5025

Rénovation

RÉNOVATION de sous-sol, salles de bain, cuisine, portes, fenêtres, balcon, clotûres
R.B.Q. 5640-2431-01
Mario 514 774-4244

SERVICES PLUS pour tous genres de réparations intérieures et extérieures, nettoyage, peinture, service de platrier et plus. Stéphane:514 808-8104.
RBQ # 8359-3053-01

Impôts-Comptabilité

IMPÔTS & COMPTABILITÉ. Vous n'avez pas le temps? Déposez simplement vos documents. Nous nous déplaçons aussi. Rapidité et confidentialité. Nous vous représentons auprès de Revenus Canada/Québec. Situé près métro. 514 728-6045 / 514 583-2980.

BUREAU COMPTABLE, spécialisation impôts des particuliers et entreprises.Rapidité et confidentialité. Service offert de pickup et livraison de documents.
11 327 Avenue Garon (Métro Pie IX, bus 139 N.).
514 658-2337, 514 571-9749

Immigration

SERVICES D'IMMIGRATION
Évaluation du dossier, Visa touriste, Résidence permanente, Travailleurs qualifiés, Étudiants étrangers, Investisseurs, Parrainage membres de famille, Travailleurs temporaires, Citoyenneté, etc. Appelez 514 660-8027 ou rendez-vous au 645, boul. Décarie, métro du Collège.

AVOCAT EN IMMIGRATION
Services immigration canadienne à prix abordables. Parrainage pour conjoint, certificat sélection Québec, autres demandes immigration/Visa temporaire. Appelez pour consultation sans frais: 514-233-6580 ou canady97@yahoo.ca

Divers Services

FERRAILLES – ACHAT DE VOITURES pour recyclage jusqu'à 1000 $. Remorquage gratuit. Georges : 514 655-6512 SAAQ. Sur toutes les régions de Montréal et de Laval.

ENTRETIEN MÉNAGER
Grand ménage, lavage de vitres.
Travail professionnel, honnête, 8 ans d'expérience. Chantale 514 570-7134

DEVON L. WYRE Commissaire à l'assermentation. Pour rendez-vous, appeler 514 366-1512
Courriel : devonlwyre@bell.net

Nous achetons toutes les voitures usagées à un bon prix.

Appelez : West & West Island Auto Recycling Reg'd
David : 514 363-6010

J'offre des services de traduction entre anglais et chinois pour individus et compagnies, et aussi des cours privés de mandarin. S'il vous plait appelez Mme Bai : 514 932-1194

RAMASSAGE GRATUIT pour recyclage :
Lot electro-ménagers, objets informatiques, tout genre d'aluminium, etc. 514 603-9383

PAYSAGISTE SARA

Pavé uni, asphalte, trottoir en ciment, dalles, murets, nouveau gazon, gazon artificiel, scellant.
20 ans d'expérience
Peter 514 808-8536

Remorquage ÉLIE
Achat d'autos et de camions pour la ferraille accidentés ou non, payons argent comptant, reçus pour SAAQ

514 617-7905
ouvert 7 jours

www.multi-prets.com/gregoirelafontant
Multi-Prêts HYPOTHÈQUES
AGENCE HYPOTHÉCAIRE
Grégoire Lafontant
Courtier Hypothécaire
Mortage Broker
Tél: (514) 516-4058
Fax: (514) 906-6623
2011
• Pré-qualification
• Achat
• Refinancement
• Investisseurs
Programme pour nouveaux immigrants et travailleurs autonomes

COURS DE QIGONG (GRATUITS). FALUN GONG - FALUN DAFA
Exercices de méditation traditionnelle chinoise et enseignements. Appeler :

Thanh (Mtl): 514 937-2756
Claire (Mtl): 514 327-0277
John (Mtl): 514 435-9043

DIVERS

Femme d'âge d'or, pas d'enfants, cherche compagnon sérieux âge d'or avancé, pas d'enfants, qu'on puisse finir nos jours en harmonie. Appels sérieux seulement.
Tél. : 514 820-5331

SERVICE ENTRETIEN Résidentiel et commercial
Personne fiable, honnête avec expérience
Contacter Vicky 514 238-9472

À VENDRE PETIT RÉFRIGÉRATEUR HAIER
presque neuf 120 $
Laisser message : 514 937-2756

ACHAT D'AUTOS POUR FERRAILLES 24/24, 7/7.
Service rapide. Débarrassez votre entrée et terrain de vieilles voitures, camions, etc.
514 951-4203 / www.autopourferraille.com

AUTO CAD - Dessin assisté par ordinateur. Formation et stage. Réalisation de dessin. 450 646-3284.

OFFRE MES SERVICES AU MONDE DE L'ÂGE D'OR Femme mature de confiance, à tout faire, avec voiture, pour personnes sans famille ou restant toutes seules.
Appeler Maggie : 514 820-5331.

Organisme communautaire du Plateau recherche enseignants bénévoles pour cours francais ou anglais.
Contacter Dora-Marie 514 843-4356 # 223
www.benevolat@maisondelamitie.ca

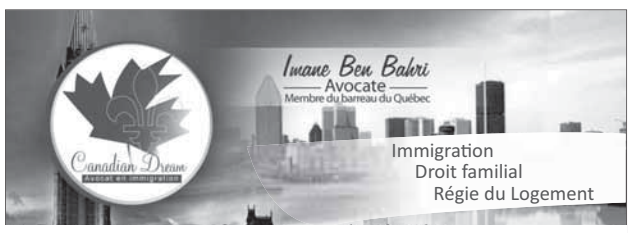
RECHERCHE CHANTEUSES ET GUITARISTE
Lead et rythmé pour former band. Âge : 40 ans et plus. Style : des années 50 à aujourd'hui. Pratique 1 fois aux 2 semaines. Pour plaisir et performance sur scène.
Denise : 450 627-3156 à Laval O.

Recherchons travailleurs agricoles au sein d'une entreprise maraîchère pour la saison 2013, d'avril à novembre.
Plantation, entretien, récoltes, traitements, lavage, emballage et livraison. Doit avoir permis de conduire et être en bonne forme physique. Salaire minimum, Saint-Chrysostome, 45 min au sud de Montréal.
info@lesjardinsdambroisie.com

COURS ET ATELIERS D'ÉVEIL À LA CRÉATIVITÉ
Dessin et peinture
À l'aide d'exercices psychocorporels (enracinement, respiration, etc.) pour stimuler votre énergie vitale et vous centrer sur le présent, le but de ces cours et ateliers est de réapprendre la spontanéité du geste, recontacter avec votre intériorité, libérer votre imagination, affirmer votre personnalité et exprimer votre potentiel créateur dans tous les domaines de votre vie.
Lilissa Fortier
Artiste-peintre professionnelle
Professeure d'art, dessin/peinture
Psychothérapeute en analyse psychocorporelle dynamique
514 590-0308 www.creationsplurielles.com atelierlilissa@hotmail.com

PLANTES EXOTIQUES
pour votre maison, bureau et jardin/paysage
www. flora exotica .ca
(514) 268-2323, 747-7618
Grande collection de plantes exotiques : herbes, légumes, fleurs et fruits.

DENIAN®
Électrique
Entrepreneur électricien
Membre de la CMEQ et RBQ
RBQ : 5643-5134-01
Service professionnel. Travaux garantis.
• Rénovation
• Travaux électriques
• Expertise pour assurance
514 632-0618



3516, Lacombe, Suite 307,
Montréal, Qc, H3T 1M1, Canada.
Tel.:514 839-3875 ou 514 815-0761
Email: avocate@canadian-dream.ca
info@canadian-dream.ca
www.canadian-dream.ca

EXTERMINATION DES NUISIBLES
Araignées, punaises, fourmis, rongeurs, etc.
Techniciens certifiés et qualifiés
Résidentiel – Commercial
Estimé gratuit – service 24h – garantie écrite
WWW.EXTERMINATION4AS.COM
EXTERMINATION
24 SERVICE
Assurance Responsabilité
4 As
Techniciens Diplômés
(514)766-4387 RONGEUR
514 766-4387 www.extermination4as.com
10 $ de rabais, un coupon par client

ANNONCES SPÉCIALES

IMPÔTS
TVB TOUT VABIEN
TOUT VA BIEN EXPERTS-CONSEILS INC.
• Impôts-Financement-Hypothèques
• Services comptables & Conseils
www.groupetoutvabien.com
Courriel : infos@groupetoutvabien.com
MONTRÉAL : 5450, Côte-des-Neiges, bur. 104
Côte-des-Neiges. 514 223-2792
BROSSARD : 6200, Taschereau, bur. 406
(Terminus Panama) 450 812-2233

Superbe 9-Plex à Laval! 759 000 $ négociable.
Immeuble détaché, 9 x 4 1/2, chauffage électricité / locataires.
Autres Immeubles commerciaux à vendre!
Bons locataires et Bonnes affaires!!!

Veuillez communiquer avec nous.
Lina Ioanna 514 726-7072
bureau : 450 682-4666
pasqualina.ioanna@century21.ca
Walter Laframboise 514 754-1840

Imprimerie Printing
-Offset
-Numérique (Digital)
ALMA ANNY
4130, av. de Courtrai
Montréal QC H3S 1C2
Coupons
Catalogues
Affiches
Calendrier
Menu
Enveloppes
Cartes postales
Factures
Magazines
Cartes d'affaires
Etc.
Gratuit désigner
Fax : 514 277-9114
@: info@alma-inc.ca
Tél: 514 277-3025 Cell: 438 874-5767
Le Van Linh

TOUT-EN-UN DÉMÉNAGEMENT ET TRANSPORT INC.
Résidentiel et commercial
Local et longue distance
SPÉCIAL POUR : Toronto – Montréal – Calgary
Saskatoon – Edmonton – Vancouver et États-Unis
Tél. : 514 825-4779 / 416 826-5113
Courriel : info@allinonemoving.ca
Website : www.allinonemoving.ca

AVOCATS
Droit du travail
(congédiements, contrats de travail)
Immigration
(visas, permis de travail et étudiant, résidence)
Régie du logement
Vices cachés (immobilier, automobiles, etc.)
Responsabilité civile
Métro Place d'Armes, près du Quartier chinois
Tél. : 514 360-3260

Saviez-vous que vous pouviez obtenir jusqu'à 10800$[1] en incitatifs gouvernementaux pour les études postsecondaires de votre enfant?
Informez-vous sur votre admissibilité au BEC (Bon d'études canadien), pouvant atteindre 2000 $[2] supplémentaires par enfant.

LES FONDS UNIVERSITAS
Spécialistes en épargne-études depuis 1964
DAC DUNG BUI «Philippe»
Représentant en plans de bourses d'études
Téléphone: 514 573-5191
dacdung.bui@universitas.ca
universitas.ca/agencecblais
REEE Régime enregistré d'épargne-études
(1) Subvention canadienne pour l'épargne-études (SCEE) de 20 % à 40 %. Incitatif québécois à l'épargne-études (IQEE) de 10 % à 20 %. Maximum annuel de 600 $ en SCEE et de 300 $ en IQEE. Selon le revenu familial net. Certaines conditions s'appliquent. Consultez le prospectus sur notre site Internet ou communiquez avec l'un de nos représentants autorisés. (2) Pour un enfant né après le 31 décembre 2003 et dont la famille reçoit le Supplément de la prestation familiale pour enfants.

PARADIS VÉGÉTARIEN
Boutique d'aliments végétariens et simili-viande
Fournisseur de plus de 200 produits différents
Tous les produits sont pré-cuits. Juste à réchauffer et prêts à servir
Pour sautés, BBQ, au four, etc.
Contactez-nous pour les prix de gros
Heures d'ouverture :
Du mardi au dimanche
de 12h à 18h30
Fermé les lundis
4381, rue Saint-Denis
514 845-7174
Métro Mont-Royal
www.paradisvegetarien.com

Emplacements des présentoirs

- Café Dépôt, 150 Ste-Catherine Ouest, complexe Desjardins
- Palais de justice
- La tour Radio-Canada
- Galerie du Parc, 3575 Parc
- Métro McGill, sortie 20/20
- Marché Tau, 4238 Saint-Denis
- Édifice Balfour, 3575 St-Laurent
- Centre de commerce mondial
- Édifice Berman, 4040 St-Laurent
- Le Commensal, 1204 McGill College
- Jean Coutu, Mont-Royal coin Berri
- Omer De Serres, 334 St-Catherine est
- Second Cup et Café Dépôt, Place Dupuis
- Guy-Favreau Y Centre, 200 boul. René-Lévèsque ouest
- Terra verde, 159 Saint Antoine ouest, Palais des Congres
- Pâtisserie St-Louis de France, 3575 Berri Métro Sherbrooke
- Café étudiant de L'Institut d'Hôtellerie, Métro Sherbrooke
- Second Cup, au coin des rues McGill et Président-Kennedy
- Café Suprême, Place Bonaventure, 800 rue de la Gauchetière
- Café Panfiore, 1080 Beaver Hall, coin Belmont, Métro Square-Victoria
- Vieux Duluth express, 800 rue de la Gauchetière, Métro Bonaventure
- Jardin du Plateau, 933 Mont-Royal est
- Boulangerie Premiere Moisson 860 Mont-Royal est
- Bibliothèque Mont-Royal, 465 Mont-Royal est
- Bibliotheque Mile End, 5434 av.du Parc
- Banque Laurentienne, 1100 Mont-Royal est
- YMCA, 5550 av. du Parc
- YMCA, 1440 rue Stanley 5e étage
- Caisse populaire, 1145 Bernard ouest
- Bibliothèque publique d'Outremont, 41 St-Just Ave.
- Banque Laurentienne, 1447 av. Van Horne
- Clinique Medical Plateau Mont-Royal, 1374 Mont-Royal est, suite 103
- Société de développement de Montréal, 330 rue Champs de Mars

VOYAGE

Le Péloponnèse, un petit goût de paradis

1re partie

Charles Mahaux

Le monastère Philosophos est perché juste au-dessus des gorges de Loussios dans un décor sauvage de rocaille et de maquis.

Christiane Goor
Époque Times

Pour préparer vos vacances d'été et même d'automne, le Péloponnèse se prête à un voyage itinérant avec, à chaque étape, sa double facette de patrimoine culturel et naturel. Ce n'est pas pour rien que la mythologie grecque s'enracine dans la presqu'île et que toutes les civilisations y ont laissé des traces! Mer bleue et chaude, villages de pierre authentiques, visites de sites historiques remarquables, découvertes gastronomiques et prix doux… Que demander de plus?

À 80 km à peine d'Athènes, Corinthe est la porte d'entrée du Péloponnèse. C'est ici que cette presqu'île est reliée au continent par une bande de terre, l'isthme de Corinthe, percé en 1893 par un canal – une rigole disent les Grecs – qui relie les mers Égée et Ionienne. Sa longueur rectiligne et son étroitesse attirent les curieux, surtout lorsqu'un bateau se glisse entre les parois lisses et verticales qui semblent hachées au couteau. Avant de partir à la découverte des sites antiques qui jalonnent la région, pourquoi ne pas prendre quartier à Loutraki, au bord de la mer? Le charme désuet de cette petite ville d'eau qui s'étire le long d'une étroite plage de graviers offre une vue exceptionnelle sur le golfe de Corinthe et la silhouette massive du Péloponnèse auréolée de pourpre et d'or au coucher du soleil.

Terre des dieux

Corinthe, Olympie, Sparte, Messène, Épidaure, Tirynthe ou Mycènes, autant de sites antiques dont les seuls noms évoquent des civilisations lointaines qui ont rempli les pages de nos livres d'histoire. Il suffit de quelques pas sur les allées pavées qui bordent les vestiges des anciens sanctuaires pour que les héros et les divinités qui ont bercé nos rêves d'adolescent prennent vie. La fascination est toujours aussi vivace.

Comment ne pas succomber au charme d'Olympie, ce vaste sanctuaire dédié à Zeus qui présidait les jeux et recevait les sacrifices des athlètes. C'est en 776 av. J.-C. qu'eurent lieu les premiers Jeux olympiques et durant 12 siècles, Olympie a réuni, le temps d'une trêve sacrée d'un mois, les cités grecques, amies et ennemies, autour de compétitions sportives sous tendues par un idéal de paix. Avant de concourir, les athlètes se recueillaient devant l'autel de Zeus et, à l'issue de chaque épreuve, le vainqueur recevait une palme puis, le dernier jour des jeux, une couronne de rameaux d'olivier taillés dans un arbre sacré avec une serpe d'or. En flânant entre les ruines qui émaillent le site, on est saisi par la sérénité qui règne encore sur les lieux. On imagine l'entraînement des athlètes dans la cour enfermée par un alignement de doubles colonnades, on s'incline devant l'imposante masse des colossales colonnes du temple de Zeus qui jonchent aujourd'hui le sol, on croit entendre les vivats des 45 000 spectateurs qui encourageaient les coureurs sur la piste du stade…

Le site d'Épidaure est encore à l'état de casse-tête et il faut au néophyte beaucoup de bonne volonté pour déceler ce que fut la vie autrefois dans ce sanctuaire consacré au dieu guérisseur Asclepios. On y pratiquait la médecine par les songes et sans aucun doute croyait-on à la vertu apaisante des spectacles donnés dans le plus accompli des théâtres grecs. Érigé au milieu des montagnes tapissées de verdure, l'amphithéâtre est doté d'une acoustique exceptionnelle, à tel point que même des gradins les plus élevés, on peut entendre résonner une pièce qui tombe sur la scène. Pas étonnant que les touristes s'amusent à y déclamer des textes pour le plus grand plaisir des spectateurs occasionnels qui applaudissent tout comme le public il y a 6000 ans.

C'est encore au dieu Asclepios qu'un temple a été édifié à Ithomi, l'ancienne capitale de la Messénie, où ont été exhumés et restaurés des pans entiers du site. S'asseoir sur les gradins du théâtre qui ouvre sur une scène tapissée de dalles de marbre polychromes ou encore sur les degrés en fer à cheval qui encadrent le stade cerné de portiques dont de nombreuses colonnes ont été redressées, c'est s'offrir une merveilleuse incursion dans le passé. Au cœur de cette vallée riante adossée au mont Ithomi et ombragée par des oliviers centenaires, l'imagination se laisse emporter pour vagabonder à l'époque où le général Épaminondas a édifié ici une ville prospère pour stopper l'expansionnisme de Sparte. Pour protéger la cité, il a construit, sur près de 9 km, une gigantesque muraille qui serpentait entre la plaine et la montagne en épousant les moindres contours du relief. Aujourd'hui encore, la route emprunte la monumentale porte d'Arcadie dont l'appareillage des murs de type cyclopéen stupéfie le visiteur.

Terre de pèlerinage

Le calendrier orthodoxe compte environ 300 saints et le pays foisonne d'églises byzantines, de la chapelle familiale la plus humble au monastère le plus imposant, qui s'animent de services religieux et de festivités mêlant piété et plaisirs profanes à l'occasion de la fête du saint patron avant de replonger dans une apparente torpeur qui surprend toujours le touriste d'un jour.

Contrastes à vivre, entre autres, à Mystra, l'ancienne capitale byzantine d'un territoire qui couvrait presque tout le Péloponnèse au XIVe siècle. Surmontés par une imposante forteresse franque perchée sur un éperon rocheux et noyée dans une végétation touffue, les vestiges de la cité s'étagent sur les flancs de la colline, offrant un aperçu saisissant d'un empire brisé : dédale de maisons détruites, de palais éventrés, de portes monumentales et d'églises chapeautées de coupoles qui symbolisent la voûte céleste. Un sentier plus raide débouche sous le portique du monastère de Pantanassa, adossé aux murailles de la ville haute. Des chats s'étirent au soleil dans une cour fleurie où bruisse une fontaine, une nonne vêtue de noir surgit au détour d'une arcade. Sans un regard pour le visiteur, elle glisse le long des murs. Un escalier invite à grimper vers l'église où le silence est encore plus perceptible, à l'image de cette autre nonne dont la silhouette sombre semble statufiée. Les murs sont décorés de superbes fresques dont le réalisme dans l'expression des personnages et des décors naturels s'accentue encore dans la lumière vacillante des chandelles offertes par les visiteurs, troublés par la force de la foi qui habite ces moniales.

La même exaltation muette se manifeste dans les murs des monastères suspendus à flanc de falaises, au-dessus de gorges profondes. Scellé à la façade rocheuse qui surplombe le canyon de Lousios, le monastère Ioannis Prodromou semble défier la terre, telle une forteresse de la foi dressée contre les agressions du monde extérieur. Une visite qui se mérite, car la promenade est longue et ardue pour atteindre le site. Couverts d'un paréo qui cache jambes et bras nus, les rares visiteurs s'égarent en silence entre escaliers et coursives, d'un espace à l'autre. Une porte qui s'entrouvre, une longue silhouette vêtue de noir, des pas feutrés, c'est à peine si on perçoit la présence des quelques moines qui invitent ainsi leurs hôtes à se recueillir dans le silence. Une odeur d'encens imprègne les lieux, la roche noircie par la fumée des bougies est tapissée d'icônes et d'anciennes fresques. La vue qui s'ouvre sur le ciel depuis les balcons est immense, à l'image du plongeon de l'âme dans un monde de vertige.

À suivre dans la prochaine édition...

Charles Mahaux

Du fameux sanctuaire d'Epidaure dédié au dieu guérisseur Esculape, seul le théâtre est demeuré intact, un théâtre qui déploie sa conque de marbre dans une superbe pinède.