# **EPOQUE TIMES**

Cidre chaud à la cannelle

**VIVRE PAGE 10** 

À noter : le prochain journal sera distribué le lundi 5 janvier. L'équipe d'Époque Times

# Éviter le SANTÉ PAGE 9 blues de l'hiver











# Hong Kong: mélange de déception et d'espoir



Des ouvriers démantèlent une bannière où on peut lire «Ce n'est qu'un début» sur le site principal des manifestations le 11 décembre 2014 à Hong Kong.

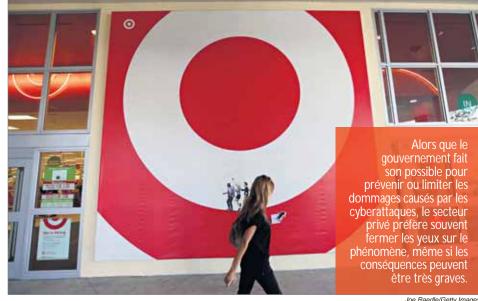
# La purge communiste qui frappe les capitalistes occidentaux PAGE 4

#### Parties à la recherche de l'eldorado chinois, nombre de multinationales se sont liées avec le réseau de népotisme de l'ex-dirigeant chinois Jiang Zemin. Naintenant que la faction de ce dernier est démantelée par une purge menée sous la bannière anticorruption, voilà que les capitalistes occidentaux subissent également les conséguences de leurs négoces pas toujours propres.

Microsoft a subi des sanctions en Chine dernièrement, peut-être en raison de ses liens tissés avec la faction de l'ex-dirigeant Jiang Zemin.

# Cachez cette cyberattaque que je ne saurais voir

PAGE 2



Une cyberattaque a ciblé le détaillant Target à la fin 2013, affectant des dizaines de millions de clients ayant utilisé leurs cartes de crédit dans les magasins.



# Les cyberattaques compromettent les PDG et les conseils d'administration

# Des poursuites judiciaires vont s'ensuivre si les sociétés publiques n'intensifient pas leurs mesures de cybersécurité, révèle un professeur

MATTHEW LITTLE **Époque Times** 

GATINEAU – Les PDG et chefs d'entreprise ignorent souvent et camouflent même les cyberintrusions, allèguent les experts en technologie de l'information (TI) qui ont participé à la conférence sur l'espionnage à Gatineau au début du mois de décembre.

Toutefois, ces actions laissent les sociétés cotées en bourse et leur conseil d'administration dans des positions compromettantes face aux importantes responsabilités et obligations légales qui découlent de cyberattaques causant des fuites d'information sur leur clientèle ou des dommages à la valeur concurrentielle de leur entreprise.

Un professeur de droit met en garde l'assistance sur le fait que les consommateurs dont les renseignements ont été divulgués auront de la difficulté à faire la démonstration de la fuite, et les actionnaires ont plus d'avantages à avoir gain de cause dans les cas de recours collectifs qui pourraient hanter les chefs d'entreprise longtemps après leur départ.

#### L'avertissement de Nortel

Le cas de Nortel devrait lancer, en ce moment, un avertissement aux autres compagnies canadiennes. C'est certainement le souhait de Brian Shields, ancien conseiller principal à la sécurité chez Nortel.

Il a assisté de l'intérieur aux évènements qui se déroulaient alors que les dirigeants ignoraient le piratage systématique ou lorsqu'ils lui rendaient impossible la tâche de dépister les attaques ou de mieux sécuriser la compagnie.

Shields a exposé dans les moindres détails et de manière très technique la façon dont Nortel a été piratée pendant des années.

Il croit que Nortel a été mise à sa ruine parce qu'elle a fait face à une guerre de prix acharnée offerts par une concurrence. Il croit également que la progression du géant des télécommunications chinois Huawei est proportionnelle à la chute de Nortel et que le cyberespionnage qui sévit actuellement a aussi joué un rôle important dans cette affaire.

Nortel était un joyau canadien dans la sphère technologique et c'est maintenant terminé. D'autres suivront si rien ne change, prévient Shields.

«Une guerre économique sévit en ce moment et nous sommes en train de la perdre», insiste-t-il.

#### **Guerre virtuelle**

Aux États-Unis et au Canada, une foule de rapports successifs examinent en détail la portée du problème. Les chiffres avancés pourraient atteindre des trillions de dollars en perte pendant que la recherche et le développement, payés par les compagnies nord-américaines, alimentent l'ascension de leurs compétiteurs – des compétiteurs chinois la plupart du temps.

Shields était un des 20 conférenciers à la Conférence internationale sur l'espionnage et la sécurité industrielle tenue à l'hôtel Hilton de Gatineau les 1er et 2 décembre 2014

Un des thèmes récurrents à la conférence était celui de l'espionnage endémique et des compagnies mal préparées ou réticentes à s'occuper du problème. Plusieurs experts en sécurité des IT qui étaient présents ont expliqué que les dirigeants d'entreprises ne saisissent pas bien la situation ou, tout simplement, ne se soucient pas des cyberintrusions.

Après le bilan de Nortel présenté par Shields, Éric Parent, PDG fondateur de Logicnet & EVA-Technologies, a révélé à l'assistance qu'exactement la même chose est en train de se passer actuelle-

«Tout ce que vous venez d'exposer est toujours en cours», a-t-il insisté.

Parent affirme que le travail qu'il effectue en ce moment pour un client important a révélé les mêmes attaques, la même chronologie d'évènements et la même indifférence de la part des dirigreants

«Une des différences majeures est que l'information piratée ne profitait pas à une compagnie de télécommunications chinoise, mais à deux universités chinoises »

L'entreprise de Parent a dû laisser tomber ce client parce qu'il refusait de prendre connaissance des lacunes dans la sécurité. Il ne voulait pas que sa compagnie soit associée aux ruptures et aux infractions futures inévitables. En fait, l'entreprise de Parent fait de son mieux pour éviter de travailler avec les compagnies cotées en bourse.

### Camouflage des attaques

Trop souvent, les PDG préfèrent cacher les problèmes plutôt que d'y faire face par peur d'avoir à affecter le cours des actions à court terme, ou de perdre leur bonus annuel. Parent et une des membres de son équipe, Sylvie Guérin, une vérificatrice principale à EVA-Technologies, affirment que les PDG vont même jusqu'à cacher les attaques de leur conseil d'administration et jusqu'à renvoyer les principaux employés à la sécurité en technologie de l'information pour empêcher que la nouvelle ne se répande.

Parent en a rejoint d'autres et ensemble ils ont créé le Canadian Cyber Defense Network (CCDN), un site où les pirates «chapeaux blancs» qui veulent dénoncer ou révéler des vulnérabilités qu'ils ont découvertes et qu'ils veulent voir rétablies plutôt qu'exploitées peuvent aller en toute sécurité.

Les experts en TI recevront des détails concernant des problèmes de sécurité sérieux par des sources anonymes auxquelles ils attribueront des numéros de référence qui seront publiés en ligne, sans les détails de la vulnérabilité. Ensuite, le CCDN tentera d'informer les PDG à propos de ces vulnérabilités et d'effectuer des suivis sur la façon dont ces problèmes sont pris en charge. Sur leur site Internet, ils se prononceront sur le fait que les vulnérabilités ont été résolues ou non et noteront leur conclusion à la suite du numéro de référence correspondant.

# Responsabilité de la direction et des entreprises

Ce processus, pour le peu complexe, vise à s'assurer que les gens qui découvrent des vulnérabilités de système peuvent les identifier sans risques de poursuites ou de pénalités, un problème qui existe actuellement. Les gens qui identifient les vulnérabilités pourraient faire partie du personnel en TI de la compagnie dans laquelle les faiblesses ont été identifiées.

Il y a aussi une autre méthode pour forcer les dirigeants d'entreprise et les conseils d'administration à régler les lacunes de sécurité, révèle Errol Mendes, professeur de droit à l'Université d'Ottawa, qui était aussi orateur lors de cette conférence sur l'espionnage.

«Parlez-leur de la responsabilité juridique potentielle», explique-t-il. «Utilisez la matraque légale.»

Le problème auquel font face plusieurs conseils d'administration de grandes entreprises, c'est qu'ils n'ont pas l'expertise pour comprendre les aspects techniques de la cybersécurité ni les défis que cela pose aux entreprises.

Qu'ils le comprennent ou non, ils restent néanmoins légalement responsables pour les erreurs qui seront commises sous leur juridiction.

La jurisprudence, tant au sud qu'au nord de la frontière, évolue rapidement et place le fardeau de l'établissement des mesures de cybersécurité appropriées sur les conseils d'administration, comme faisant partie intégrale de leurs obligations fiduciaires face aux actionnaires.

Bien qu'ils ne comprennent peut-être pas et agissent en réaction aux menaces, ils doivent avoir des mécanismes en place pour s'assurer que l'information leur parvienne, leur permettant ainsi de prendre des décisions éclairées.

En cas d'échec, la compagnie ou les membres du conseil d'administration seront eux-mêmes redevables et assujettis aux amendes ou aux poursuites.

Les membres canadiens des conseils d'administration ne peuvent échapper à ces poursuites même après leur départ de ces compagnies, affirme Mendes.

«Si vous démissionnez après que quelque chose de ce genre est arrivé, ça ne peut pas constituer une échappatoire pour vous empêcher de faire face aux conséquences», insiste-t-il.

#### Problème complexe

À cause de cette problématique complexe dont seul un petit nombre de membres des conseils d'administration en saisissent l'étendue et les détails techniques, il recommande que les conseils d'administration mettent en place des comités spéciaux qui ont l'expertise nécessaire.

Il conseille aussi que les conseils d'administration embauchent des tiers pour évaluer leurs mesures de sécurité internes et qu'ils s'assurent que leur équipe en TI est à la hauteur des exigences auxquelles ils devront faire face.

Pour les experts en TI présents dans la salle, Mendes les a informés que cet angle légal pourrait constituer l'élément motivateur dont ils ont besoin pour pousser les conseils d'administration et les dirigeants d'entreprise à l'action. L'ignorance n'est pas une bonne défense, poursuit-il, même si le PDG cache ces lacunes ou ces brèches à son conseil d'administration.

Avec des gros titres affichant des intrusions alarmantes – comme le piratage contre JPMorgan Chase qui a exposé 76 millions de ménages et 7 millions de petites entreprises au spectre du vol d'identité – ce n'est pas un phénomène qui peut être laissé dans l'ombre.

Parent affirme que les entreprises ont l'obligation, face à leurs clients et à leurs actionnaires, de faire des efforts énergiques pour améliorer la cybersécurité.

«La sécurité et l'éthique vont main dans la main», conclut-il.

# C'est la saison des fraudes

# Méfiez-vous des escrocs pendant la période des fêtes

MATTHEW LITTLE **Époque Times** 

La plus grande coopérative de crédit du pays recommande aux Canadiens de rester vigilants face au vol d'identité pendant la période des fêtes – le moment privilégié pour les fraudeurs qui veulent perpétrer des vols d'identité ou voler votre argent chèrement acquis.

Selon Vancity, une compagnie dont la maison mère est à Vancouver, les fraudeurs utilisent une pléthore de stratagèmes pendant cette période festive tels que l'envoi de courriels d'hameçonnage incitant les gens à leur révéler des informations personnelles, à installer des logiciels malveillants ou à faire un don à une cause bidon, entre autres.

Voici une liste de recommandations, faites par la coopérative de crédit, qui pourraient vous éviter d'être victime de fraude:

- Soyez avare de tous les renseignements liés à votre identité.
- Ne faites pas de dépenses folles, limitez le montant maximal de vos cartes bancaires, de vos cartes de crédit et prenez avec vous des documents d'identification en nombre limité.
- Faites très attention si vous faites des achats en ligne. Soyez attentifs aux faux sites Internet, accédez directement aux sites officiels des commerces en tapant le lien dans votre fureteur, achetez les cartes-cadeaux

- directement des marchands ou des marchands autorisés et méfiez-vous des formulaires en ligne sur lesquels vous devez inscrire vos informations personnelles.
- Restez vigilant, protégez votre NIP et assurez-vous que personne ne regarde par-dessus votre épaule lorsque vous entrez votre NIP au guichet automatique ou dans un dispositif de paiement lors d'une transaction en magasin.
- Gardez l'œil ouvert pour identifier les fraudeurs porte-à-porte qui se présentent sous le nom de fausses organisations charitables ou qui offrent des abonnements à des magazines pour des collectes de fonds pour de bonnes causes ou des voyages scolaires qui pourraient ne pas exister.
- Sur vos réseaux sociaux, évitez de diffuser le fait que vous allez vous envoler pour des vacances sous les tropiques, indice qui informe les criminels que votre courrier contenant informations bancaires et personnelles sera intact dans votre boîte aux lettres.

«Nous recommandons à nos membres de nous informer immédiatement s'ils suspectent que leurs informations personnelles pourraient être compromises et de vérifier leurs renseignements bancaires régulièrement pour ne pas avoir de mauvaises surprises», explique Doris Orr, chef de la gestion des risques chez Vancity.

### Cyberescrocs de la «fausse romance»

Selon le Centre antifraude du Canada (CAFC), une des arnaques les plus répandues pendant la période des fêtes est la «fausse romance» ou les stratagèmes de rencontre. C'est un moment de l'année pendant lequel les gens seuls peuvent être plus vulnérables aux cyberescrocs qui exploitent leur solitude en endossant de fausses identités sur des sites de rencontres et les sites de réseautage social pour les piéger et leur extorquer de l'argent.

«Les fraudeurs essaient d'entrer rapidement en relation de confiance avec vous. Méfiez-vous lorsqu'une personne que vous n'avez jamais rencontrée vous déclare son amour», conseille le CAFC sur son site. «N'envoyez jamais d'argent, peu importe la raison ou les circonstances.»

Les escrocs peuvent aussi tirer profit de la générosité des gens pendant le temps des fêtes en inventant de faux organismes de charité avec des noms qui sont proches de ceux qui identifient des organismes légitimes. Pour se protéger, les gens sont encouragés à communiquer avec ces organismes légitimes pour s'assurer qu'ils sont à l'origine de cette demande, et à vérifier si le nom figure bien sur la liste des organismes de bienfaisance enregistrés sur le site de Revenu Canada.

Toute transaction en ligne, que ce soit l'achat ou la vente, devrait être effectuée scrupuleusement pour éviter les fraudes. Avant de faire confiance à des vendeurs, les acheteurs devraient consulter les éva-



Époque Times

En particulier pendant la période des fêtes, il faut faire très attention quand vous effectuez une transaction en ligne, que ce soit l'achat ou la vente d'un article, afin d'éviter d'être victime des fraudeurs.

luations et commentaires laissés par les autres consommateurs et éviter les commerçants qui ont des évaluations négatives. La conclusion d'affaires hors des sites d'enchères devrait être évitée et les méthodes de paiement qui offrent des protections contre les fraudes devraient être favorisées telles que les services de paiement par Internet ou par carte de crédit.

Lors d'un achat en ligne, soyez conscient que des marques populaires vendues de cette façon pourraient être des contrefaçons. Quelques-uns des signes à rechercher pour détecter les imitations sont des prix trop bas pour être vrais, les sites Internet qui ont des fautes d'orthographe ou de grammaire et les adresses courriel fournies qui proviennent de services Internet en ligne tels que Gmail ou Yahoo.

«Les contrefaçons sont de qualité moindre et posent, dans plusieurs cas, de hauts risques pour la santé des consommateurs. Par exemple, des bactéries, champignons et moisissures ont été trouvés dans des manteaux de contrefaçon», affirme le CAFC.

# ÉpoqueTimes

1099, rue Clark, bureau 2 Montréal QC H2Z 1K3 www.epoquetimes.com

Téléphone : 514 931-0151 Télécopieur : 514 868-0843 **Directrice**Pauline Paul

**Rédaction**Olivier Chartrand
[olivier.chartrand@epochtimes.com]

Ventes

Maud Bertholet [maud.bertholet@epochtimes.com]

**Distribution** 

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

Publié par : Epoque 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 survenid rans les textes publicitaires, mais elle s'éragage à reproduire la partié du texte où se trouve l'erreur dans une édition

# ACTUALITÉ



Des manifestants prodémocratie laissent, le 11 décembre 2014, un dernier message sur ce qui constituait le mur Lennon à la station Admiralty à Hong Kong.



Des manifestants prodémocratie font un dernier montage, le 11 décembre 2014, sur ce qui constituait le mur Lennon à la station Admiralty à Hong Kong.

# Fini les parapluies à Hong Kong

# Les autorités mettent fin à l'occupation, mais les contestataires affirment que leur mouvement n'est pas mort

**MATTHEW ROBERTSON Époque Times** 

Policiers, huissiers et ouvriers ont participé le 11 décembre dernier au démantèlement du campement urbain étalé sur les routes principales entourant le siège du gouvernement hongkongais. Les artères étaient occupées depuis dix semaines par des étudiants, leurs sympathisants et une constellation de groupes prodémocratie.

Des milliers de policiers étaient en devoir pour l'opération, de même que de nombreux ouvriers de la construction engagés pour enlever les barrières, les tentes, les tables et autre matériel liés à l'occupation. Des porte-parole de la police avaient réitéré avant l'opération que la force allait être employée de manière appropriée selon la situation. Ces déclarations ont été faites de façon irrévoca-

Les manifestants semblaient sentir également que la fin était proche. Ces derniers jours, les leaders étudiants dans leurs discours se sont excusés de ne pas avoir atteint les objectifs des manifestations, ils ont tenté d'analyser ce qui n'a pas fonctionné et ils ont promis que la lutte n'était pas terminée. Ils ont commencé en démontant la scène principale, qui était dotée d'un équipement de son professionnel, où de nombreux rassemblements dynamiques ponctués de chants en chœur ont eu lieu.

D'autres se sont plutôt dépêchés à préserver les œuvres artistiques militantes qui sont apparues spontanément partout sur le site depuis octobre, dont les milliers de *post-its* qui ont constitué le mur

Même si, de toute évidence, les manifestations n'ont pas réussi à obtenir le suffrage universel à Hong Kong, personne ne doute que le mouvement des Parapluies a marqué la ville à tout jamais.

Les ramifications des manifestations ne sont pas encore claires pour la jeunesse, indiquent les observateurs, mais cet épisode a changé pour de bon la nature des manifestations à Hong Kong.

Les conséquences à long terme «sont difficiles à prévoir, mais un grand nombre de jeunes ont participé à cette occupation et ont été tabassés par la police», estime Ho-Fung Hong, un professeur agrégé en sociologie à l'Université Johns Hopkins qui a écrit un livre sur les mouvements de contestation chinois.

Habituellement, les manifestants se comportent bien lors des rassemblements du 4 juin et du 1er juillet. Ils demeurent à l'intérieur des balises et font ce que la police leur demande. «Personne ne traverse la ligne de police», explique M. Hong. «Mais après cette expérience d'occupation, l'image de la police a été gravement entachée et, à l'avenir, je ne crois pas que ces jeunes vont considérer qu'obéir à la police est une nécessité.»



Un dernier dodo dans les rues de Hong Kong, le 11 décembre 2014, avant l'intervention de la police pour mettre fin à l'occupation.

### Un début accidentel

Occupy Central, comme s'appelait la campagne planifiée de désobéissance civile à grande échelle à Hong Kong, ne devait pas se dérouler ainsi.

Le groupe s'appelant Occupy Central With Love and Peace (Occupons Central avec amour et paix), composé de deux professeurs de droit et d'un pasteur, avait une idée très simple en tête : quelques centaines de personnes allaient affluer à Central, le centre financier de

Hong Kong, et attendre d'être arrêtées. Les scènes de début octobre n'étaient certainement pas planifiées, alors que des kilomètres d'artères (2,9 km plus précisément, selon le chiffre officiel) autour du siège du gouvernement étaient bondés d'adolescents et de jeunes adultes qui partageaient de la nourriture, jouaient avec leur cellulaire et se prélassaient alors qu'une procession de haut-parleurs parlait de l'importance de la démocratie et des différences entre la Chine continentale et Hong Kong.

La forme particulière qu'a prise la contestation a été forgée dès le début par une série de bourdes du gouvernement hongkongais, qui a réussi à transformer un rassemblement d'étudiants du secondaire en grève dans un parc en un immense mouvement qui a occupé l'autoroute de 12 voies qui traverse le centre de l'île de Hong Kong.

Officiellement appelées «Harcourt and Connaught Roads» (les rues Harcourt et Connaught), cette artère a été baptisée «Umbrella Square» (square Parapluie) par les manifestants, qui l'ont utilisée d'abord pour tenir de grands rassemblements et, ensuite, pour bâtir

un campement sophistiqué. Les groupes étudiants - dont Scholarism, composé d'étudiants du secondaire, et la Hong Kong Federation of Students (Fédération des étudiants de Hong Kong), qui rassemble les étudiants collégiaux et universitaires actifs politiquement – ont commencé avec un boycott des classes dans l'endroit appelé «Tamar Park», un regroupement de terrains avec des bancs qui offre un coin de repos aux fonctionnaires.

Après avoir été expulsés de Tamar Park, pour faire place à un groupe progouvernement qui voulait célébrer la fête de la République populaire de Chine le 1<sup>er</sup> octobre, ils se sont déplacés sur une zone asphaltée à l'extérieur du siège du gouvernement.

Le 26 septembre, il y a eu une escalade avec la prise du Civic Square, une avant-cour des bureaux gouvernementaux qui était auparavant accessible au public. Joshua Wang, le dirigeant charismatique de Scholarism, avait appelé à ce que le lieu soit repris par la popu-

Il a été arrêté et a passé 40 heures en détention, ce qui a attisé la colère des manifestants. Îls ont alors occupé les ponts aériens qui relient le réseau de métro au siège du gouvernement et, le 28 septembre alors que les manifestations prenaient de l'ampleur, la police a eu recours aux gaz lacrymogènes.

Tout a basculé.

«Aussitôt que j'ai vu les nouvelles au sujet des gaz lacrymogènes, je suis sortie. Pourquoi ont-ils attaqué ces étudiants avec les gaz?», a demandé le mois dernier N.L. Chung, une secrétaire de 44 ans dans une école secondaire, lors d'une entrevue à la station Admiralty.

Elle représente l'exemple typique d'un individu politisé sur-le-champ par

les gestes de la police. Beaucoup ont rapporté avoir été bouleversés en voyant les images des jeunes manifestants, non armés, être aspergés de poivre de cayenne et étouffés par

les gaz lacrymogènes. «Nous sommes tous apolitiques, on

se fout que ça se passe comme ci ou comme ça, mais il est de notre devoir civique de protéger ceux qui sont vulnérables», a déclaré Ed Lau, un des manifestants qui s'est chargé de défendre le

«front est» de la zone occupée. Charlez Kwan, un entraîneur d'athlétisme à temps partiel de 23 ans, était là les 27 et 28 septembre. «J'étais très en colère. Qu'est-ce qu'ils avaient les étudiants? Des parapluies. Des toiles de plastique. J'étais furieux.»

«Les policiers ont été tellement idiots. Ils auraient pu former une ligne et lentement repousser les gens, mais ils ont plutôt tiré les gaz dans la foule et ensuite ils ont juste attendu», a-t-il ajouté.

Stanley Ha, un agent de bureau de 29 ans, a fait des remarques semblables. «J'ai pensé que la police était tout simplement trop dure envers les étudiants. Mon ami et moi en avons été témoins et nous étions très fâchés.»

Des dizaines de milliers, peut-être plus, ont eu des réactions similaires et c'est ainsi que l'occupation a débuté.

Ceux qui n'étaient pas tellement au fait du combat pour la démocratie ont su peu à peu ce qu'il en était. Même ceux qui n'étaient pas sur les lieux étaient rejoints par des dépliants, par des étudiants faisant du porte-à-porte et par les reportages quotidiens au sujet de l'oc-

## Promesse de continuer

Le démantèlement des tentes et la chasse des étudiants mettront fin à l'occupation du site principal et, du même coup, au mouvement des Parapluies.

Les organisateurs admettent d'emblée que leurs objectifs sont lointains. «Pour ce qui est de la sensibilisation civile de la politique, nous avons fait un grand progrès», a déclaré aux journalistes Alex Chow, secrétaire général de la Hong Kong Federation of Students, selon un gazouillis transmis par un observateur. «Pour ce qui est de l'accomplissement concret, ce n'est évidemment rien.»

Toutefois, les manifestants et certains observateurs affirment que la résistance aux autorités de Hong Kong va se poursuivre. «Vous ne faites que démanteler un campement... vous ne pouvez démanteler une idée!!!», indiquait un message écrit dans la rue avec de la craie.

Une bannière attachée sur les barricades annonçait : «Ce n'est qu'un début».



Des policiers participent au démantèlement des sites occupés le 11 décembre 2014 à Hong Kong.

# INTERNATIONAL

# Nouvel ordre économique en Chine : mieux comprendre pour mieux se positionner

**EPOCH MEDIA GROUP** 

La Chine traverse actuellement une période de transition critique. Les événements se succèdent rapidement et vont affecter chaque entité faisant des affaires en Chine ainsi que toute l'économie mondiale.

La campagne antitrust et de lutte contre la corruption menée par le dirigeant chinois Xi Jinping a touché tous les secteurs économiques en Chine – des finances à l'énergie, de l'automobile aux télécommunications, des transports aux médias, de l'industrie pharmaceutique aux divertissements, de l'alimentaire à l'immobilier.

En 2013 seulement, la Commission de contrôle disciplinaire a mené plus de 170 000 enquêtes dans les différents ministères et dans le monde des affaires.

Les groupes étrangers sont également touchés de façon apparemment arbitraire, des géants comme JPMorgan Chase, Microsoft et GlaxoSmithKline.

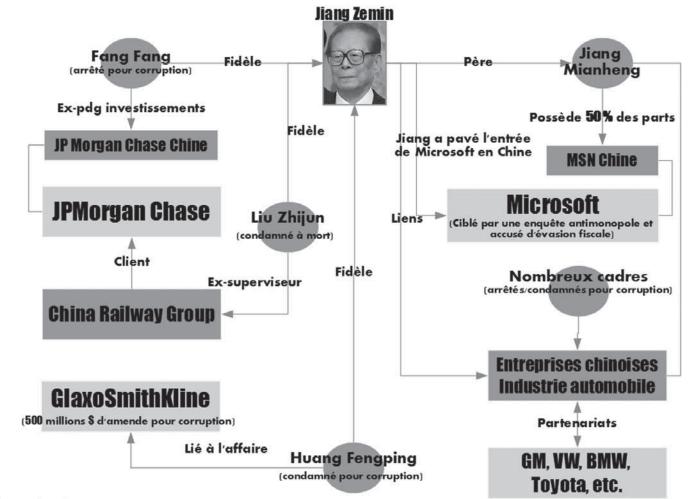
Selon un récent rapport de la Chambre de commerce américaine, les entreprises étrangères en Chine réalisent de plus en plus qu'elles sont soumises à des «réglementations sélectives et subjectives» appliquées au travers «d'approches légales ou extra-légales». Plus encore, ces entreprises ont l'impression que ces réglementations changent «de façon très opaque, donc les gérants locaux trouvent que c'est difficile d'anticiper ou de s'adapter.»

Ces changements n'ont en fait rien d'arbitraire. Ils découlent des efforts systématiques conduits par Xi Jinping pour asseoir son pouvoir en démantelant le large réseau d'influence tissé par l'ancien dirigeant suprême Jiang Zemin et briser son monopole sur les secteurs économiques.

En d'autres termes, l'ordre économique en Chine est en train de subir une restruc-

Cette campagne vise les entreprises qui ont prospéré au sein du réseau de connexions de Jiang Zemin. Les relations qui garantissaient autrefois la prospérité sont aujourd'hui devenues malsaines.

Epoch Media Group (compagnie-mère d'Époque Times) est la référence en ce qui Ciblage du réseau de népotisme de Jiang Zemin



Époque Times/Getty Images

concerne les changements qui se déroulent en Chine. Grâce à nos sources bien placées, nous avons été les seuls à prédire le processus qui amènerait la chute de Jiang Zemin, tout comme nous avons prédit le déroulement de presque chaque grand événement politique survenu en Chine ces dernières années. Parmi ceuxci, l'arrestation de nombreux membres haut-gradés du Parti, appelés les «55 tigres», des responsables si haut placés et si interconnectés qu'ils étaient considérés comme intouchables. On sait que Xi Jinping lui-même et son proche entourage

suivent nos médias avec attention, en particulier nos programmes d'analyse politique comme l'émission Daily Clicks sur NTD Television.

La Chine est toujours prête à faire des affaires – la question est de savoir avec qui vous faites des affaires. Ce n'est qu'en comprenant le changement de pouvoir à l'intérieur de la Chine que vous pourrez mener vos affaires avec succès pendant cette période de transition. Epoch Media Group fournit des informations cruciales nécessaires à toute personne qui doit prendre les meilleures décisions concernant la

réalité chinoise et veut bien se positionner pour sa réussite future en Chine.

Il faut comprendre que les accords passés dans le réseau d'influence de Jiang Zemin ne garantissent plus comme autrefois la sécurité et les bénéfices – au contraire, ces relations risquent fortement d'avoir l'effet inverse. Beaucoup d'entreprises en Chine, principalement locales mais également étrangères, ont ressenti le bout de la baguette de Xi Jinping à l'approche de cette nouvelle réalité. Voir les encadrés pour quelques exemples d'entreprises du Fortune 500.

### **Microsoft**

Microsoft a commencé ses opérations en Chine en 1995. L'entrée de l'entreprise en Chine a été personnellement supervisée par Jiang Zemin; on a fait largement la promotion dans les médias officiels de la relation entre Bill Gates et Jiang Zemin. Jiang Mianheng, le fils de Jiang Zemin, détient 50 % des actions du site web de MSN Chine à travers son entreprise Shanghai Alliance Investment.

En juillet 2014, les autorités chinoises ont soudain ouvert une enquête antitrust contre Microsoft. En novembre, Microsoft a été accusée d'évasion fiscale - une première pour un grand groupe étranger en Chine - et a dû payer 140 millions de dollars en arriérés d'impôts et d'intérêts.

Comme un signe du revers de fortune de Microsoft, le lendemain du jugement pour évasion fiscale, le Financial Times a rapporté qu'un million d'employés de la China National Petroleum Corp. gérée par l'État - autrefois dirigée par un allié de Jiang Zemin, Zhou Yongkang (aujourd'hui arrêté) - allaient transférer leurs comptes de courrier électronique de Microsoft à un fournisseur national.



### JPMorgan Chase

Les affaires de JPMorgan Chase ont commencé en Chine après 2001, lorsque l'ancien président de la banque Bill Harrison a rencontré l'ancien dirigeant chinois Jiang Zemin. En 2007, Chase a été engagé pour aider à privatiser la China Railway Group, le groupe ferroviaire chinois, pour 5 milliards de dollars. Le ministère des chemins de fer et l'expansion des trains à grande vitesse étaient alors supervisés par Liu Zhijun, un fidèle de Jiang Zemin.

Liu Zhijun a été reconnu coupable de corruption et abus de pouvoir en juillet 2013 et a été condamné à mort, avec sursis.

En mai 2014, Fang Fang, ancien PDG du département d'investissement pour JPMorgan Chase China, a été arrêté par l'agence anticorruption de Hong Kong. Fang Fang se trouvait au cœur du programme de recrutement Sons and Daughters qui a provoqué l'ouverture d'une enquête toujours non résolue et il a contribué à ce que JPMorgan Chase impute 4 milliards de dollars supplémentaires pour contrer les risques et problèmes de conformité.

Fang Fang, en tant qu'allié de Jiang Zemin, faisait partie de la Conférence consultative politique du peuple chinois, affiliée au Parti. Fang Fang est également proche de Zeng Qinghong, un haut responsable fidèle à Jiang Zemin, responsable des affaires de Hong Kong, qui a été lui-même arrêté en juillet 2014 dans le cadre de la lutte anticorruption de Xi Jinping.

#### Audi, Mercedes-Benz, Toyota, BMW, General Motors, Chrysler

L'industrie automobile, l'un des secteurs les plus floris-sants associés à Jiang Zemin, est étroitement surveillée par la campagne antitrust de Xi Jinping. De nombreux acteurs du secteur ont été touchés : des cadres ont fait l'objet d'une enquête, des bureaux ont été perquisitionnés, des amendes ont été distribuées et les fabricants étrangers ont été forcés de baisser leurs prix. Le site web de Xinhua, l'agence de presse officielle du Parti, reprend le secteur automobile dans la section spéciale sur la campagne antitrust, indiquant qu'il s'agit d'un secteur prioritaire de la campagne de Xi Jinping.

Jiang Zemin a commencé à grimper les échelons de la hiérarchie politique dans le groupe public First Auto Works (FAW) de Changchun. Ses liens personnels avec le FAW ont permis au groupe d'amasser des richesses phénoménales, en particulier dans des entreprises communes avec des marques étrangères lourdement taxées comme Volkswagen.

Jiang Mianheng, le fils de Jiang Zemin, fait partie du conseil d'administration de l'autre groupe automobile public, la Shanghai Automotive Industry Corporation (SAIC). La SAIC a des partenariats avec General Motors (GM), Volkswagen (Audi) et d'autres comme Mercedes-

Environ 50 cadres de la FAW ont jusqu'à présent été ciblés par la campagne de lutte contre la corruption.

En août 2014, Li Wu, ancien directeur général adjoint de la FAW-Volkswagen à Changchun, et Zhou Chun, directeur général adjoint chez Audi, ont fait l'objet d'une

En septembre 2014, Wang Bing, le secrétaire du Parti de la Tianjin FAW Toyota Motor Co, et Wang Gang, directeur adjoint du Groupe FAW, ont été pénalisés pour mauvais usage de véhicules publics

Huachen Automotive (ou Brilliance Auto Group), le plus grand partenaire étranger de BMW, était contrôlé par Bo Xilai, un protégé de Jiang Zemin. Ce membre du Politburo et secrétaire du Parti à Chongqing a été condamné à la prison à vie le 22 septembre 2013 pour corruption et abus de pouvoir, entre autres.

En septembre 2014, le secrétaire du Trésor des États-Unis Jacob Lew a envoyé une lettre de plainte au nom du secteur automobile à Pékin.

### **GlaxoSmithKline** (GSK)

GlaxoSmithKline a prospéré en Chine sous la supervision de Jiang Zemin. Plusieurs entreprises qui ont plus tard fusionné pour devenir GSK China se sont établies dans les années 1990. En 2007, GSK a été nommée «entreprise étrangère la plus avancée» à Tianjin et, en 2011, GSK a été désignée l'une des dix entreprises les plus admirées

En septembre 2014, GlaxoSmithKline a été déclarée coupable de corruption et a été condamnée à une amende de près de 500 millions de dollars - la plus grosse amende jamais imposée à un groupe en Chine. L'ancien dirigeant de GSK China Mark Reilly a reçu une peine de trois ans avec sursis et a été menacé d'expulsion.

Huang Fengping, un très haut dirigeant chinois lié à l'affaire GSK, a été jugé et condamné pour corruption, subornation et le détournement de 2,5 millions de dollars. Huang Fengping, un fidèle de Jiang Zemin, était directeur adjoint de la Commission municipale de la santé et du planning familial à Shanghai. Selon le journal 21st Century Business Herald, «des proches travaillant à GlaxoSmithKline et des membres de sa famille ont émigré au Canada».

Huang Fengping a été retiré de la liste des dirigeants sur le site web de la commission de la santé de Chine.

# Poutine, l'UE et le gazoduc

NICOLAS MAZZUCCHI Chercheur associé à l'Institut des relations internationales et stratégiques Géoéconomiste, fondateur de Polemos Affaires-stratégiques.info

C'est un mini-coup de tonnerre qui a eu lieu dans le petit monde de l'énergie le 1<sup>er</sup> décembre 2014 avec l'annonce par Vladimir Poutine - confirmée ensuite par Alexeï Miller, pdg de Gazprom – de l'abandon du projet de gazoduc South Stream. Tube de tous les superlatifs, South Stream devait compléter le système gazier russe vers l'Europe par une branche sud sous la mer Noire. Avec une capacité de 63 milliards de m<sup>3</sup> annuels, il dépassait son prédécesseur Nord Stream de près de 10 milliards de m<sup>3</sup> assurant un approvisionnement aux pays balkaniques et d'Europe du Sud.

Bien évidemment, les contrats long terme habituels étaient prévus pour installer la Russie comme partenaire incontournable de l'Italie à la Bulgarie. Le consortium South Stream avait été modelé sur celui de Nord Stream avec une participation majoritaire de Gazprom et de nombreux partenariats avec des compagnies sur le trajet même du tube (NIS, OMV, MOL), mais aussi des clients finaux (EDF, ENI, Wintershall). Cette stratégie d'implication des compagnies européennes permettait à Gazprom de changer l'image de son projet qui, de russe, devenait russo-européen.

Toutefois, celui-ci semble maintenant - temporairement? - enterré à la suite d'une série d'évènements géopolitiques et économiques qui manifestent, une fois encore, le rôle majeur de la géoéconomie comme cadre explicatif des nouvelles relations internationales dans la mondia-

Tout d'abord, il appartient de reconnaître que la Russie elle-même n'a pas fait mystère d'une des principales raisons de cet échec : l'opposition de la Commission européenne, notamment au sujet de l'absence d'appels d'offres pour les contrats en Bulgarie, qui bloquait l'avancée des travaux depuis quelques mois. En effet, les autorités de Bruxelles semblaient bien décidées à ralentir le projet autant que possible, d'autant plus après les tensions entre la Russie et l'Europe au sujet de l'Ukraine.

Ce sont d'ailleurs ces évènements



Tuyaux acheminant le gaz à la station de compression de Velke Kapusany, en Slovaquie.

d'Ukraine qu'il faut mettre en avant et la volonté des pays occidentaux de sanctionner la Russie pour mieux comprendre que cet abandon du South Stream apparaît également comme une forme de contre-sanction russe. En décidant unilatéralement d'abandonner le projet, Vladimir Poutine fait le choix de créer un mini-chaos dans le monde des énergéticiens européens pour mieux faire sentir le poids de son pays dans ce secteur.

Toutefois, il ne faudrait pas réduire cette décision à des facteurs uniquement géopolitiques. En effet, la baisse globale des cours du pétrole et du gaz n'est pas non plus absente de la réflexion des dirigeants de Gazprom. L'annonce par le ministre du Développement économique de l'ampleur des pertes annuelles de l'économie russe liée à ces cours, de l'ordre de 100 milliards USD, a officialisé l'impact de cette baisse continue sur une économie qui reste très dépendante de ses exportations de matières premiè-

En annonçant la fin du projet South Stream, la Russie crée une tension sur les marchés européens et table sur une remontée des cours attribuable au stress engendré. C'est d'ailleurs également une manière de limiter à terme les volumes de gaz disponibles en Europe puisque le projet concurrent du South Stream, le

TAP, ne posséderait que 1/8e des capaci-

Cela permet en outre à la Russie, sans ouvrir trop de nouveaux champs gaziers, de réorienter ses approvisionnements vers de nouveaux partenaires comme la Chine ou en renforçant ceux existants comme avec la Turquie. Dans ce dernier cas, Moscou a annoncé une augmentation des volumes d'hydrocarbures fournis, mais aussi des échanges dans les monnaies nationales pour contourner le monopole du dollar américain, stratégie déjà mise en place avec la Chine.

Le renforcement de cette relation russo-turque s'inscrit dans une réorientation globale de la géoéconomie nationale vers l'Est avec une volonté de Moscou de ne plus être autant dépendant de l'Europe. Certes, il s'agit ici d'une stratégie qui ne portera ses fruits que dans quelques années, la question de la logistique et des infrastructures étant particulièrement critique dans ce domaine, mais elle marque déjà une volonté nette de la part des autorités russes.

En outre, il faut également intégrer ce choix dans le cadre plus large de la baisse de la demande européenne. En effet, depuis plusieurs mois ou années, selon les pays, les consommations d'hydrocarbures sont en baisse et l'OCDE prévoit que cette tendance devrait s'accélérer encore dans les années à venir suivant le rythme du développement des énergies renouvelables comme des solutions d'efficacité énergétique, y compris des smart grids. L'annonce par E.ON de son changement de modèle d'affaires ou la loi française sur la transition énergétique, par exemple, va dans ce sens. Dans ce cadre, les pays émergents comme la Turquie, la Chine, la Corée du Sud ou l'Inde apparaissent comme des partenaires de moyen et long terme plus intéressants eu égard aux projections de leur demande nationale.

Reste enfin une hypothèse, celle de la volonté russe d'influencer les gouvernements européens via leurs entreprises énergétiques. Les partenariats conclus avec les compagnies gazières et les énergéticiens occidentaux comme ENI ou EDF avaient instauré un lien important entre ces derniers et Gazprom. L'annonce subite de l'abandon du projet avec la mise en cause directe par Vladimir Poutine des décideurs politiques européens peut créer des dissensions à l'Ouest. La Russie pourrait ainsi tabler sur le fait que ces entreprises, dont certaines (ENI, EDF, MOL, etc.) sont possédées plus ou moins directement par leur État, se transforment en organes de lobbying servant ses intérêts dans le but d'éviter une annulation définitive d'un projet qui, pour certaines, revêtaient un caractère éminemment stratégique.

Si certains voient avec soulagement le trident gazier russe s'effondrer avec la fin du South Stream, des questions restent toujours en suspens. De nombreux pays, principalement dans les Balkans, comptaient ainsi sur ce projet pour leur développement économique. De la même manière, si le système actuel avec Nord Stream et le réseau terrestre Ukraine-Biélorussie semble suffisant pour les besoins actuels de l'Europe, il crée un déséquilibre dans les approvisionnements au profit de certains pays, à commencer par l'Allemagne. Enfin, la fin de South Stream ne signifie pas automatiquement que celui-ci sera remplacé par d'autres projets; Nabucco semble en état de mort clinique depuis bien trop longtemps pour renaître, quant à TAP, de nombreux obstacles restent à surmonter avant qu'il ne puisse être construit comme en témoignent les manifestations qui ont eu lieu dans le sud de l'Italie à l'initiative du M5S de Beppe Grillo.

# Ebola en Sierra Leone : une tendance inquiétante

IRIN News

FREETOWN – Dans la semaine du 24-30 novembre, la Sierra Leone a signalé 537 cas confirmés d'Ebola, soit 152 de plus que la semaine antérieure et plus de quatre fois le total des cas signalés en Guinée et au Liberia à la même période, selon les dernières actualisations de l'Organisation mondiale de la Santé (OMS).

Depuis plus d'un mois, l'épidémie perd de la vitesse au Libera, qui a signalé 43 cas entre le 24 et le 28 novembre. En Guinée, où le virus a été signalé en mars pour la première fois, le nombre de cas enregistre une légère hausse depuis octobre. Soixante-dix-sept cas ont été signalés la dernière semaine de novembre, indique l'OMS.

D'après les autorités sanitaires de Sierra Leone, la négation de l'existence d'Ebola et les inhumations à risque font grimper le nombre d'infections. Soixante-dix pour cent des infections sont attribuables à l'inhumation à risque de victimes d'Ebola, a dit Brima Kargbo, médecin en chef au ministère de la Santé et de l'Assainissement, à des journalistes le 3 décembre.

«Le problème de la négation est encore [répandu] dans nos communautés en dépit d'une prise de conscience et d'une sensibilisation accrues. On continue à cacher les malades; on continue à laver les corps», a

«Ce que nous avons fait, c'est de continuer à engager le dialogue avec les chefs communautaires, afin qu'ils comprennent bien les facteurs de risque d'Ebola et la nécessité de s'impliquer dans la lutte [contre la maladie] en donnant l'alerte au plus tôt lorsque leurs proches sont malades, tout en cessant d'inhumer sans l'appui des équipes médicales.»

### «Un problème humain difficile»

En septembre, le gouvernement sierraléonais a ordonné un confinement d'envergure nationale, d'une durée de trois jours, pour tenter d'endiguer la propagation d'Ebola. Il semblerait que le couvrefeu ait été efficace. Cependant, des trois pays d'Afrique de l'Ouest aux prises avec Ebola, la Sierra Leone est celui affichant le taux de transmission le plus élevé à l'heure actuelle.

Alors que les cas d'infection ont été largement enrayés dans l'est du pays où Ebola est d'abord apparu plus tôt cette année, le virus se propage agressivement dans l'ouest, où se trouve la capitale, Freetown. Sur les 93 cas confirmés signalés le 3 décembre, 75 cas étaient localisés à l'ouest.

Le manque de place dans les centres d'isolement de l'ouest du pays, la survenue d'infections lors du transport



Un homme creuse une nouvelle tombe derrière un centre de traitement d'Ebola à 16 km de la ville de Kenema, en Sierra Leone.

jusqu'aux centres d'isolement et les mouvements de population sont quelques-uns des facteurs expliquant la propagation intensive du virus.

«Il est très difficile de changer notre comportement, en tant que composante culturelle, face à la mort. Îmaginez devoir dire à une mère de ne pas bercer son enfant mort. Qui en est capable? Les changements de comportement peuvent sembler stériles, mais si on les décompose et que l'on s'intéresse à leur signification, ça devient un problème humain très [compliqué]», a dit Winnie Romeril, porte-parole de l'OMS en Sierra Leone, à ÎRIN.

### Réponse lente

Il a également été reproché à la réponse médicale d'urgence d'être inefficace. Les appels passés au numéro vert mis à disposition pour contacter le service d'ambulance et les équipes d'inhumation pour le retrait des corps sont rarement suivis d'une réponse rapide. M. Kargbo a dit que les équipes d'inhumation et de surveillance avaient doublé, passant à 160, et qu'une évaluation était en cours pour déterminer si la réponse s'améliorait.

«Le gouvernement aurait dû prendre des mesures drastiques et mettre en quarantaine les villes et les villages où Ebola est initialement apparu. [II] n'aurait pas dû permettre qu'Ebola se propage dans tous les districts du pays», a dit Mariama Kargbo (aucun lien de parenté avec Birma), qui vit à la capitale.

«Je ne peux plus rendre visite à ma famille dans d'autres régions du pays, car il est devenu très cher et stressant de voyager. Le gouvernement doit en faire plus. Chaque jour on entend les sirènes des ambulances qui passent. Si vous levez les yeux, c'est une ambulance Ebola. Si je pouvais, je quitterais le pays. C'est très

Lors d'une conférence de presse récente, Elhadi As Sy, le secrétaire général de la Fédération internationale des sociétés de la Croix-Rouge et du Croissant-Rouge (FICR) a dit qu'en raison de la stigmatisation de la maladie «de nombreux patients se cachent et il y a encore de nombreuses personnes qui tombent malades et dont les familles ne veulent pas qu'on vienne les chercher», a-t-il dit.

### **Changement comportemental**

Toutefois, M. Sy a souligné que la plupart des patients d'Ebola cherchaient à se faire soigner et que nombreuses étaient les personnes à respecter les mesures sanitaires et de précaution et à éviter les pratiques à risque. Sidi Yahya Tunis, le chargé de la communication du Centre sierraléonais de réponse à l'épidémie d'Ebola, a dit que bien que la persistance de certaines croyances et pratiques à risque dans certaines communautés restait «l'obstacle majeur que nous observons dans cette lutte», une collaboration accrue avec les communautés se mettait en place pour contenir Ebola.

Mohamed Conteh est originaire de Kenema, une ville de l'est du pays. Il a survécu à Ebola et fait l'éloge des campagnes de sensibilisation du gouvernement et des organisations d'aide humanitaire. «Sans l'action du gouvernement pour sensibiliser la population au virus et améliorer les centres de traitement, j'aurais pu mourir ou d'autres personnes seraient mortes», at-il dit à IRIN.

Cependant, l'objectif fixé par la mission des Nations Unies pour une réponse d'urgence à Ebola d'isoler et de traiter 70 % des patients et d'inhumer sans risque 70 % des victimes d'Ebola au 1er décembre en Guinée, au Liberia et en Sierra Leone n'a été que partiellement atteint : la Guinée et le Liberia ont dépassé l'objectif s'agissant de l'isolement et du traitement des patients, mais la Sierra Leone était en deçà.

L'objectif ultime, fixé pour le 1<sup>er</sup> janvier 2015, est d'être capable d'isoler tous les cas d'Ebola et d'inhumer sans risque toutes les personnes succombant au virus.

Source: www.irinnews.org

# IMMOBILIER

# Acheter un condo sur plan : comment se protéger? 3º partie

NATHALIE DIEUL **Époque Times** 

L'achat d'un condo, qui est souvent l'investissement d'une vie, devrait être un événement heureux. Malheureusement, il arrive que des transactions se transforment en histoires d'horreur, comme dans le cas du projet Bois des Caryers, à LaSalle, rapporté récemment par *Époque Times*: 87 personnes ont perdu leur dépôt pour des condos non construits, et d'autres ont emménagé dans des maisons de ville dont les travaux extérieurs n'ont jamais été terminés.

Quelles précautions prendre avant de signer le contrat préliminaire? Que faire pour protéger son dépôt et le récupérer en cas de problème? Une notaire et une association de consommateurs nous ont livré leurs conseils dans les deux premières parties de cet article. Voici la suite de l'entrevue de l'avocat spécialiste de la copropriété, Me Yves Joli-Cœur.

« Il y a d'excellents promoteurs, des promoteurs très sérieux au Québec qui ne font pas la manchette des médias, donc il ne faut pas généraliser. »

Époque Times (É.T.): Dans le cas des grandes tours de condominiums ou autres grands bâtiments en copropriété, quelles sont les garanties que l'on peut faire valoir?

Yves Joli-Cœur (Y.J-C.): Si on arrive dans les grandes tours, là c'est un peu le Far West, parce que ce n'est pas encadré par un plan obligatoire, parce que certains promoteurs vont accréditer sur un plan de garantie qu'on appelle «optionnel». Parmi les optionnels, vous avez l'APCHQ et l'ACQ qui offrent une certaine garantie selon des paramètres qui sont définis par leurs plans privés. Il n'y a pas de recette universelle, il faut que le consommateur vérifie auprès des deux associations d'entrepreneurs quel est le niveau des garanties qu'elles donnent sur le dépôt et, surtout, dans quelles circonstances pourront-ils faire une réclamation. On vous promet de vous livrer votre appartement pour le 1<sup>er</sup> juillet, vous êtes au 1<sup>er</sup> août, ça ne veut pas dire qu'automatiquement vous avez droit au remboursement de votre dépôt. Il y a des conditions, le consommateur doit faire du cas par cas pour voir les conditions du plan.

Il y en a aussi qui n'offrent absolument rien, on parle des grands promoteurs immobiliers de Montréal, des grandes tours. À ce moment-là, le consommateur fait ce qu'on appelle une véritable profession de foi envers le promoteur, en disant «va-t-il ou non réaliser son projet?» Alors les expériences au cours des dernières décennies, c'est qu'il y a des promoteurs qui ont fait faillite, évidemment les consommateurs perdent tout leur dépôt.

É.T.: Est-ce qu'il est possible de sécuriser le dépôt dans le cas où il n'est pas couvert par le plan de garantie obligatoire?

Y.J-C.: En théorie, oui, il s'agit de verser des acomptes dans un compte en fidéicommis auprès d'un notaire et, encore là, il faut s'assurer des conditions où le notaire aura ou non l'autorisation de débourser. J'ai déjà vu des situations où des consommateurs ont fait des dépôts dans un compte en fidéicommis de notaire, mais la convention qui était signée entre le consommateur et le promoteur permettait au promoteur de demander au notaire de libérer les sommes. On pensait avoir un filet de protection, mais c'était un filet aux mailles percées. Il faut réellement vérifier la nature de la convention. Parfois, on parle de sommes impressionnantes, 80 000 \$ ou 100 000 \$ de dépôt, là ce sont des économies qui sont perdues.

**Ē.T.**: La plupart des promoteurs imposent leur propre notaire, cela signifie-t-il que ces promoteurs sont malhonnêtes?

Y.J-C.: Dans l'achat d'une unité neuve, le notaire va être imposé par le promoteur, ça s'explique de façon assez logique et cartésienne parce que le notaire va faire toutes les recherches de titre avant d'établir la déclaration cotée, c'est lui qui va monter la déclaration cotée, c'est donc lui qui a le niveau de savoir à l'égard d'un projet et qui va amener une certaine efficience lorsqu'il est temps de faire les ventes. En théorie, c'est un officier public, un officier public ne peut pas avantager une partie par rapport à une autre.

**É.T.**: Comment vérifier l'honnêteté d'un notaire?

Y.J-C.: Les gens peuvent toujours vérifier auprès de la Chambre des notaires si le notaire a des antécédents en termes de déontologie. Il y a des notaires qui ont un long passé sur les manquements déontologiques. Il faut être prudent, parce que c'est parfois un panier de crabes. Par ailleurs, il y a d'excellents promoteurs, des promoteurs très sérieux au Québec qui ne font pas la manchette des médias, donc il ne faut pas généraliser.

**É.T.**: Est-ce une bonne idée d'aller se faire expliquer le contrat préliminaire par son propre notaire avant de le signer?

Y.J-C.: Le contrat préliminaire, oui, effectivement c'est une chose à faire, mais il y a plus que le contrat préliminaire, il y a la note d'information sur le projet. Quand on parle de la vente d'un immeuble qui contient plus de 10 sections, il doit y avoir obligatoirement une note d'information [...]. Il y a vraiment une kyrielle de documents qui doivent être lus et qui peuvent être lus par un juriste indépendant. Il y a tout un cadre législatif qui vise à protéger le consommateur, ce n'est pas tous les promoteurs qui respectent le cadre législatif de protection.

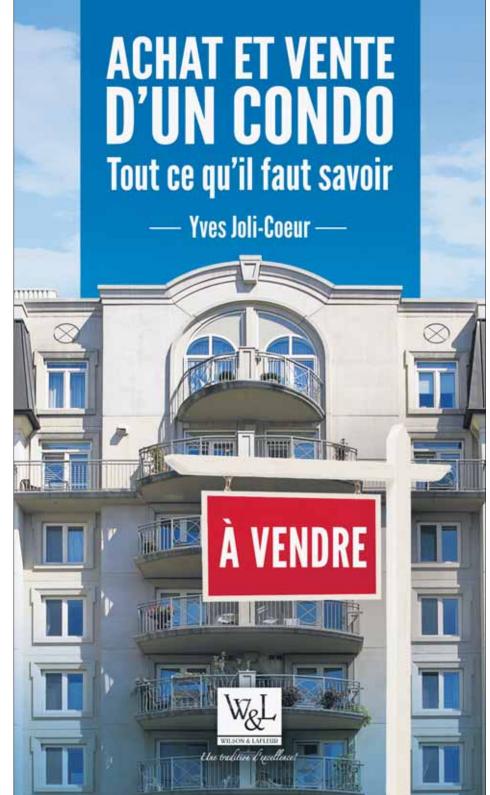
**É.T.**: Que faire si le promoteur refuse que j'aille voir mon propre notaire et que je place l'argent en fidéicommis?

**Y.J-C.:** On n'achète pas! La réponse est aussi simple. Écoutez, voulez-vous vous faire opérer par un chirurgien en qui vous n'avez pas confiance? C'est un peu simple comme exemple, mais l'achat d'un appartement est une transaction importante. Si la zone de confiance, comme avec un procès, ne fonctionne pas, bien on va voir ailleurs. Vous savez, actuellement, on est dans une dynamique de marché où l'acheteur est roi. Il y a un ou deux ans, c'était le vendeur qui était roi. Maintenant, on est dans un marché d'acheteurs. L'acheteur a une offre plus grande qui lui est présentée. Il est dans une bonne période où il peut demander plus, parce que les promoteurs ont une difficulté significative à obtenir la signature d'acheteurs. Vous devez également savoir que, pour qu'un promoteur puisse commencer à ériger sa tour, il a besoin d'un financement intérimaire d'une banque et les banques n'avanceront pas de sous tant qu'il n'y aura pas un certain pourcentage de prévente qui peut aller entre 60 et 70 %, donc le promoteur a tout intérêt à dérouler le tapis rouge par les temps qui courent.

**É.T.**: Que faire lorsque l'on s'est fait avoir par un promoteur dans un projet qui n'est pas couvert par un plan de garantie?

**Y.J-C.:** Il ne faut pas non plus tomber dans une dynamique de voir tous les promoteurs comme des gangsters, ce n'est pas parce que des gens se sont fait flouer dans un projet que c'est représentatif. Toutefois, pour ceux qui se sont fait flouer, qui cherchent à retrouver leur argent, le conseil que je vais leur donner, c'est de consulter un avocat pour qu'on puisse récupérer le dépôt. Sans faire de promesse, il y a peut-être des gestes à poser : s'il y a eu des malversations, des gestes frauduleux de la part du promoteur, on peut peut-être même intenter un recours contre les personnes qui sont les administrateurs de cette compagnie, s'il y a eu une fraude civile. Il peut y avoir un espoir. Est-ce qu'il est énorme? À tout le moins ça vaut peut-être la peine de poser certains gestes.

Pour en savoir davantage : une vingtaine de fiches pratiques sont disponibles sur le site condo légal : www.condolegal.com/index.php/fr/achat/fiches-pratiques



Gracieuseté Yves Joli-Coeur

Le livre *Achat et vente d'un condo, tout ce qu'il faut savoir*, écrit par M° Joli-Cœur sous forme de questions/réponses, est un ouvrage incontournable pour répondre à toutes les questions que l'on se pose avant de faire une transaction importante comme l'achat d'un condo, qu'il s'agisse d'une unité sur plan ou déjà existante.



Paul Fournier, photograph

Yves Joli-Cœur est un avocat spécialisé dans la copropriété. Sa contribution dans ce domaine a même amené le Barreau du Québec à lui remettre la distinction d'Avocat émérite. En plus de conseiller et de défendre les copropriétaires et leurs syndicats en tant qu'associé principal chez De Grandpré Joli-Coeur, il a écrit de nombreux livres et articles et il donne régulièrement des conférences. Il a été l'un des fondateurs du RGCQ (Regroupement des gestionnaires et copropriétaires du Québec), dont il est le secrétaire général, et il a créé le site www.condolegal.com qui permet au grand public de mieux comprendre le droit de la copropriété. Me Joli-Cœur s'est également joint récemment à l'équipe de l'ACQC (Association des consommateurs pour la qualité dans la construction) au sein de son conseil d'administration.



www.freeimages.com

## Un long week-end à Boston 2<sup>e</sup> partie Boston est le berceau des États-Unis. Toute l'histoire des États-Unis semble avoir déferlé sur cette ville qui s'illustre par sa qualité de vie aux accents résolument européens. Embarquer pour un duck tour Étonnante version *made in Boston* du tour de ville à bord d'un véhicule amphibie utilisé par les Alliés lors du débarquement **Boston** 10 h 30 Jour 1 en Normandie et recyclé depuis en véhicule de loisirs aux couleurs vives. Une

CHRISTIANE GOOR Époque Times



Entrer dans les coulisses de l'histoire

En logeant au Fairmont Copley Plaza, véritable havre d'élégance au cœur de la ville. Depuis sa création en 1912, têtes couronnées, chefs d'État et célébrités font honneur au luxe raffiné de cette vénérable institution bostonienne. Lobby paré d'or et de superbes lustres de cristal, salle à manger cossue aux lambris de bois sombre garnis de draperies dorées, tout ici concourt à recréer une ambiance d'antan. www.fairmont.com/copleyplaza

balade amusante entre terre et eaux, à travers toute la ville et même sur la rivière Charles, animée par le bagout étourdissant des guides, de quoi offrir un panorama inattendu mais assez complet de la ville. www.bostonducktours.com





12 h

Lunch à Faneuil Hall Marketplace Ancien marché et salle de réunions politiques dans le quartier du port, aujourd'hui entièrement transformé en un des sites les plus animés de Boston. Tout le monde y joue du coude dans les anciennes halles en briques rouges où l'on vend de tout, depuis l'indispensable t-shirt labellisé «Boston» aux boutiques plus chics sans oublier les nombreux snacks où il est possible de manger sur le pouce. On peut y déguster toutes les cuisines du monde, mais rien de tel qu'un bon *clam chowder*, soupe de palourdes cuisinée avec du lait et des pommes de terre. www.faneuilhallmarketplace.com



Apéro au Top of the Hub Au 52º étage de la Prudential Tower après avoir visité le Skywalk Observatory. Par temps clair, la vue à 360° sur la ville et même sur Cape Cod est époustouflante. www.prudentialcenter.com

HUBUUUUUU KANTI









Shopping dans la

Dîner dans un Legal Sea Foods Restaurant Toutes les salles de cette chaîne bostonienne déclinent le même slogan «Si ce n'est pas frais, ce n'est pas légal». La formule, vieille de 30 ans, attire toujours les gourmands qui y découvrent les casseroles de fruits de mer, les pâtés de crabe, mais surtout l'incontournable homard servi entier avec un épi de maïs, des pommes de terre bouillies et du beurre fondu. Un régal! www.legalseafoods.com

# Boston Jour 2 9 h

Suivre le Freedom Trail

Ce circuit piétonnier, marqué en rouge sur les pierres des murs et des trottoirs, relie sur près de 5 kilomètres les meilleurs sites historiques de la Révolution américaine et il permet de comprendre pourquoi les Bostoniens revendiquent le statut de berceau de la nation yankee, quitte à paraître quelque peu chauvins auprès de leurs compatriotes. Ne pas hésiter à s'égarer dans les ruelles pavées de Beacon Hill, toujours éclairées par de vénérables réverbères à gaz. Étroites, juste assez larges pour laisser passer de front deux vaches comme l'exigeait la loi fédérale, elles serpentent entre de superbes bâtisses de briques rouges, ourlées de balcons en fer forgé. www.thefreedomtrail.org



16 h

Newbury Street
La rue la plus huppée de la
ville affiche des boutiques
de luxe de renom, mais celles-ci n'attirent guère le regard avec leurs vitrines étroites au sommet d'une volée d'escaliers qui mènent à d'élégantes maisons victoriennes. En effet, les Bostoniens se protègent des excès des promoteurs immobiliers. Quelques tours d'acier et de verre surgissent à côté des bâtisses du siècle dernier, mais rien à voir avec les excroissances vertigineuses de San Francisco ou de Manhattan www.newbury-st.com

19 h



12 h



Lunch à Cambridge

Au Mr. Bartley's Burger Cottage, un classique bistrot de hamburgers, envahi par les étudiants, bruyant et amusant. Cambridge s'étend sur l'autre rive de la rivière Charles et abrite l'université de Harvard. Toucher le pied gauche de la statue de John Harvard est censé porter bonheur. Musiciens, jeunes intellectuels, skateboarders, illusionnistes, tout le monde se retrouve sur le Harvard Square, un quartier très vivant de jour comme de nuit. www.harvardsquare.com



**Dîner chez Stephanie's on Newbury** Une adresse tendance depuis son inauguration en 1994. Un incontournable lieu de rencontres pour tous ceux qui veulent voir et être vus. À Boston, on ne vient pas pour s'éclater dans les rares pubs branchés de la ville, on préfère se retrouver sur les terrasses mondaines des restaurants où tout est lisse et serein, à l'image de cette cité victorienne qui a su se préserver. Étonnant pour une ville qui fut en son temps révolutionnaire!

www.stephaniesonnewbury.com

Infos: www.visitmass.fr ou www.office-tourisme-usa.com

# AU-DELÀ DE LA SCIENCE

# Un physicien explique pourquoi l'âme pourrait exister

TARA MACISAAC **Époque Times** 

L'univers est rempli de mystères qui remettent en question notre savoir actuel. Dans la série «Au-delà de la science», Époque Times rassemble des récits à propos de ces phénomènes étranges pour stimuler notre imagination et nous amener à découvrir des horizons insoupçonnés. Sont-ils vrais? À vous de décider.

Henry P. Stapp est un physicien théoricien de l'université de Californie-Berkeley qui a travaillé avec quelquesuns des pères fondateurs de la mécanique quantique. Il ne cherche pas à prouver l'existence de l'âme, mais il dit que l'existence de l'âme s'inscrit dans le cadre des lois de la physique.

Il est faux de dire que la croyance en l'existence de l'âme n'est pas scientifique, selon Stapp. Ici, le mot «âme» se réfère à une personnalité indépendante du cerveau ou du reste du corps humain, qui peut survivre après la mort. Dans son article, Compatibility of Contemporary Physical Theory With Personality Survival (Compatibilité des théories de la physique contemporaine et de la survie de la personnalité), il écrit : «Les doutes sérieux sur la survie de la personnalité, seulement basés sur la croyance que la survie après la mort est incompatible avec les lois de la physique, sont dénués de tout fondement.»

Il travaille avec les principes d'interprétation de la mécanique quantique de Copenhague - plus ou moins les principes utilisés par les fondateurs de la mécanique quantique, Niels Bohr et Werner Heisenberg. Même Bohr et Heisenberg étaient en désaccord sur les principes de fonctionnement de la mécanique quantique, les compréhensions de la théorie se sont depuis diversifiées. L'article de Stapp sur les principes d'interprétation de Copenhague a été influent. Il l'a écrit dans les années 1970, et Heisenberg a même écrit une annexe.

Stapp a noté, sur ses propres concepts : «Il n'y avait aucun indice dans mes descriptions précédentes (ou conception) de cette mécanique quantique orthodoxe sur une quelconque notion de la survie de la personnalité.»

#### Pourquoi la théorie quantique pourrait-elle inspirer la théorisation sur la vie après la mort?

Stapp explique que les fondements de la théorie quantique demandent essentiellement aux scientifiques de diviser le monde en deux parties. Au-dessus de la séparation se trouvent les notions mathématiques classiques pouvant décrire les processus physiques de manière empirique. En dessous de la séparation, la mécanique quantique décrit cet endroit comme un domaine «qui n'implique pas complètement le déterminisme physique».

De ce domaine en dessous de la séparation, Stapp écrit : «On trouve généralement que, pour aborder l'évolution

du système se trouvant en dessous de la séparation, il est inconcevable de le rapprocher à quelconque description classique de propriétés visibles par l'observateur.»

Alors, comment les scientifiques observent-ils l'invisible? Ils choisissent des propriétés particulières du système quantique et montent un dispositif pour en observer les effets sur les processus physiques «du domaine situé audessus de la coupure».

La clé est le choix de l'expérimentateur. Lorsqu'on travaille à l'intérieur du système quantique, le choix que fait l'observateur a un impact sur ce qui se manifeste et peut être démontré au-dessus de la séparation.

Stapp cite l'analogie de Bohr pour décrire cette interaction entre un scientifique et le résultat de son expérimentation : «[C'est comme] un homme aveugle avec sa canne : quand la canne est tenue de façon relâchée, la frontière entre la personne et le monde extérieur est la division entre la main et la canne; mais lorsque la canne est tenue fermement, elle devient une partie de l'explorateur : la personne sent que le bout de la canne devient une prolongation d'el-

Le physique et le mental sont liés de façon dynamique. En ce qui concerne la relation entre l'esprit et le cerveau, il semble que l'observateur puisse maintenir une activité cérébrale qui autrement serait éphémère. C'est un choix similaire à celui que le scientifique fait lorsqu'il choisit quelle propriété du système quantique il va étudier.

L'explication quantique à propos de comment l'esprit et le cerveau peuvent être séparés ou différents et en même temps reliés par les lois de la physique «est une révélation qui est la bienvenue», écrit Stapp. «Cela résout un problème qui sévit autant en science qu'en philosophie depuis des siècles – l'observateur scientifique créatif devra soit considérer comme un seul élément l'esprit et le cerveau, soit considérer le cerveau comme étant dynamiquement indépendant de l'esprit.»

Stapp ajoute que rien n'est contraire aux lois de la physique dans le fait de penser que la personnalité d'une personne décédée puisse s'attacher à une personne vivante, comme dans le cas des soi-disant possessions par des esprits. Ça ne demande pas de changer les fondements de la théorie traditionnelle, bien que ça «demande d'assouplir l'idée selon laquelle les évènements physiques et mentaux n'existent que de façon indissociable».

Les théories de la physique classique ne peuvent qu'éluder le problème, les physiciens classiques ne peuvent que travailler à discréditer l'intuition en la reléguant sur le plan de la confusion humaine, explique Stapp. La science devrait plutôt, dit-il, reconnaître «les effets physiques de la conscience comme une problématique physique ayant besoin d'être comprise en termes dynamiques».

#### Comment cette compréhension affecte-t-elle la structure morale de la société?

En outre, il est impératif pour maintenir la moralité hu-

maine (à des niveaux acceptables) de ne pas considérer les gens seulement comme des machines de chair et de sang.

Dans un autre article, intitulé Attention, Intention, and Will in Quantum Physics (Attention, intention et désir en physique quantique), Stapp écrit : «Il est bien connu maintenant que l'assimilation par la population en général de la vision "scientifique", selon laquelle chaque être humain est – à la base – un robot mécanique pourrait sans aucun doute avoir des impacts importants et destructeurs sur les fondements moraux de la société.»

Il écrit au sujet de la «tendance croissante des gens à se disculper eux-mêmes en utilisant l'argument selon lequel ils ne seraient pas responsables directement, mais les responsables seraient plutôt les processus mécaniques internes : "mes gènes m'ont poussé à le faire"; ou "mon taux de sucre élevé m'a fait agir". Rappelons-nous la tristement célèbre défense du *Twinkie*<sup>1</sup>, qui a évité le pire à Dan White, qui n'a écopé que de cinq ans pour les meurtres du maire George Moscone et de son superviseur Harvey

1. Un Twinkie est une génoise fourrée à la crème populaire aux http://la-loupe.over-blog.net/2014/08/milk-harvey.html



«Âme immortelle de l'adepte taoïste» ou «*Origin of a new* being in the place of power». Image provenant du livre Le Secret de la fleur d'Or un livre taoïste sur la méditation.

# Les plus anciens arbres du monde : de 3000 à 9500 ans

TARA MACISAAC

**Epoque Times** 

Plusieurs arbres se tiennent debout en silence et observent tranquillement les changements de la Terre depuis des milliers d'années.

Quelques-uns sont des géants qui déclarent manifestement leur âge. D'autres sont devenus nains, rabougris et tordus comme des vieux hommes courbaturés. D'autres encore ne semblent remarquables en rien, comme de légendaires immortels qui maintiennent leur jeunesse d'une manière surprenante et se mêlent à leurs frères modernes.

Jetons un coup d'œil sur les êtres vivants les plus âgés de notre Terre.

1. L'épinette de Norvège, Suède

Une épinette de Norvège, en Suède, qui a un système racinaire vieux d'environ 9500 ans.

Cet arbre se clone lui-même, c'est-à-dire qu'il fait croître un tronc qui peut vivre environ 600 ans et, lors de sa mort, il en fait croître un autre. Sa longévité est similaire à celle du phénix, qui renaît encore et encore, mais qui demeure le même.

2. Mathusalem, le pin Bristlecone, Californie

L'apparence mystique du célèbre arbre Mathusalem est perpétuée non seulement par ces presque 4800 ans de vie, mais aussi par le mystère entourant son emplacement. Les services forestiers américains gardent son emplacement secret pour le protéger du vandalisme et aucune photo de l'arbre n'a été divulguée. Il s'agit d'un pin Bristlecone et il vit quelque part dans les montagnes Blanches, en Californie, avec plusieurs autres pins Bristlecone.

Il est appelé «Mathusalem» en référence au plus vieux personnage de la Bible. Une façon de mettre son grand âge en perspective est de penser au fait qu'il avait 1350 ans lorsque le pharaon égyptien Ramsès II est né (environ 1300 av. J.-C.).

Les pins Bristlecone sont capables de survivre aussi longtemps en partie à cause de leur bois dense et résineux que les insectes et les champignons ont de la difficulté à pénétrer.

En 2012, on a trouvé un autre pin Bristlecone qui serait le plus vieux de sa catégorie à 5062 ans (actuellement 5064 ans). Le Service forestier a aussi gardé l'emplacement de cet arbre secret.

### 3. L'if de Llangernyw, Pays de Galles

L'if de Llangernyw au Pays de Galles, Royaume-Uni, est estimé être vieux de 4000 à 5000 ans, selon l'Institut d'horticulture urbaine à l'université Cornell. Un groupe d'autres ifs en Europe seraient âgés d'un peu plus de 2000 ans. Quelques chapelles étaient abritées dans les troncs vides de ces anciens ifs et les plus vieux ifs se trouvent souvent dans les cimetières. Au Moyen Âge, la population d'ifs d'Europe a été fortement exploitée pour la confection d'arcs.

Les secrets de la longévité de l'if comprennent son habileté à survivre à une brisure mieux que plusieurs

autres espèces d'arbres ainsi qu'à sa toxicité qui le rend non comestible aux animaux ravageurs.

4. Cyprès Sarv-e Abar, Iran

Le cyprès Sarv-e Abar, à Abarqu en Iran, est estimé avoir plus de 4000 ans. Il mesure environ 25 mètres de haut et a une circonférence d'environ 18 mètres.

5. Le séquoia Général Sherman, Californie

Le Général Sherman est l'arbre le plus volumineux dans le monde, il habite le Sequoia National Park de Californie. Le volume du tronc de cet arbre est supérieur à 1487 mètres cubes. D' Andrew Douglas de l'université d'Arizona a pris un échantillon au centre de l'arbre et estime qu'il est âgé de plus de 3500 ans.

6. Le Sénateur, cyprès chauve, Floride

Une toxicomane, en Floride, a fait brûler le Sénateur, un arbre estimé être âgé d'environ 3500 ans à l'époque. En 2012, Sara Barnes, a mis le feu à l'arbre et a pris des photos avec son téléphone mobile. Elle a expliqué aux autorités qu'elle avait besoin de la lumière pour voir sa drogue. Son avocat, Me Micheal Nappi a confié à un journaliste du Orlando Sentinel, en janvier 2014, que Barnes avait complété un traitement de désintoxication, qu'elle continuait à aller aux rencontres des Alcooliques anonymes, qu'elle vit maintenant avec ses parents et qu'elle a redémarré sa vie essentiellement sur de meilleures bases.

### 7. Te Matua Ngahere, kauri, Nouvelle-Zélande

L'arbre kauri en Nouvelle-Zélande est estimé être âgé de plus de 2000 ans. Il est connu sous le nom de «Te Matua Ngahere», ce qui veut dire «Père de la forêt». Il est le second plus grand arbre de cette espèce en Nouvelle-Zélande. Imaginez la surprise et l'émerveillement éprouvés par Nicholas Yakas lorsqu'il a découvert cet arbre ancien en 1928 alors qu'il travaillait à la construction d'une autoroute dans la région.

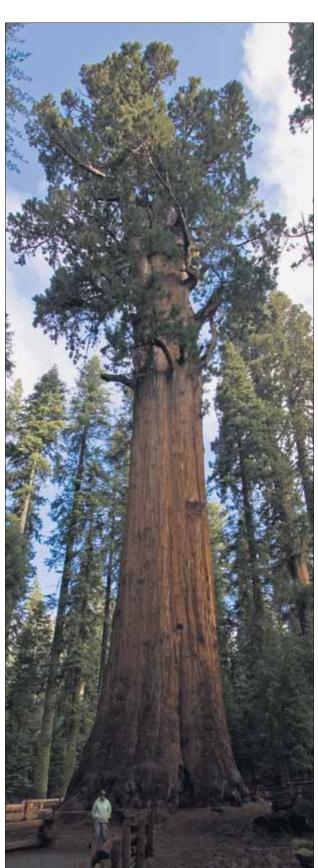
8. Jomon sugi, Japon

Le jomon sugi est l'un des arbres sugi de l'île d'Yakushima, au Japon, à se tenir encore au même endroit depuis des milliers d'années. Les arbres Jomon sugi sont estimés être âgés de 2000 à 7200 ans. Sa forme irrégulière l'aurait sauvé de l'exploitation forestière. Une souche aux alentours démontre que cet arbre de plus de 3000 ans n'a pas eu autant de chance. Selon les habitants de la région, il fut coupé pour la construction d'un temple au XVIe siècle.

Le Jomon sugi s'élève à plus de 25 mètres de haut et a une circonférence d'environ 16 mètres. L'île d'Yakushima est maintenant classée au patrimoine mondial de l'UNESCO.

9. Pando, peuplier faux-tremble, Utah

Pando est une colonie de peupliers faux-trembles partageant un seul système racinaire massif qui est considéré comme un système organique unique. Il est probable qu'il ait pris racine il y a entre 10 000 à 1 million d'années.



L'arbre Général Sherman

# Éviter le blues de l'hiver

MICHELE RISA

La dépression saisonnière, aussi appelée «trouble affectif saisonnier» ou «blues de l'hiver», est un problème courant, particulièrement chez les femmes et les personnes ayant des antécédents de dépression. Des études révèlent qu'environ 10 % de la population en est victime.

Les symptômes sont les suivants :

- un ralentissement du rythme physiolo-
- une difficulté pour se réveiller le matin.
- une diminution du niveau d'énergie,
- une augmentation de l'appétit, ce qui peut conduire à une prise de poids,
- une tendance à beaucoup dormir, • une diminution de la concentration,
- un certain repli sur soi, avec un éloignement de ses amis et de sa famille, pouvant provoquer des difficultés au travail et dans ses relations.

Toutefois, devons-nous en souffrir chaque hiver? Voici cinq solutions holistiques qui permettent de réduire le blues hivernal tout en améliorant votre santé.

#### 1. LA NUTRITION

Surveillez votre nutrition, en particulier votre apport en fer, en acides gras oméga-3 et en vitamine D. Bien que notre corps produise de la vitamine D grâce aux rayons du soleil, durant les mois d'hiver, nous pouvons connaître une carence en vitamine D, car nous passons moins de temps à l'extérieur. Demandez à votre médecin un supplément de vita-

En outre, si vous frissonnez durant l'hiver, cela pourrait être le symptôme d'anémie ou d'une faible teneur en fer. Augmentez votre consommation de légumes verts et faites vérifier votre taux de fer lors de votre prochaine visite chez le médecin. Enfin et surtout, améliorez votre santé mentale en consommant des oméga-3 et des acides gras que l'on trouve dans le saumon ou des compléments alimentaires.

#### 2. L'EXERCICE PHYSIQUE

L'activité physique est essentielle pour la santé physique et la santé mentale. Lorsque nous ne sommes pas en mouvement, notre esprit peut se fermer automatiquement et passer en mode dépression. Beaucoup de médecins considèrent l'exercice comme un antidépresseur très efficace. Voici quatre exercices que vous pouvez faire dès maintenant, à votre bu-

#### V comme Victoire

Cet exercice peut aider à augmenter votre niveau d'énergie. S'asseoir avec la colonne vertébrale droite, pieds à plat sur le sol. Lever les bras vers le haut en forme de V avec les poings serrés et les pouces étendus. Faire quelques inspirations et expirations profondes par le nez. S'assurer que la quantité d'air aspirée correspond à celle expirée, ce qui va augmenter votre apport en oxygène tout en conservant l'homéostasie. Continuer pendant 30 secondes, puis jusqu'à une minute. À la fin, fermer les yeux, prendre trois grandes respirations et sentir

#### Couper du bois

Cet exercice aide à augmenter la circulation. S'asseoir avec une colonne vertébrale droite, pieds à plat sur le sol. Entrelacez vos doigts et tendez vos bras en avant. Quand vous inspirez, levez vos bras au-dessus de votre tête et en expirant, baissez les bras à hauteur de la taille. Faites-le une minute, puis jusqu'à trois minutes. À la fin, fermez les yeux, prenez trois grandes respirations et sentez votre corps.

#### Calmer son cerveau

Cet exercice permet de mieux se concentrer. S'asseoir avec une colonne vertébrale droite, pieds à plat sur le sol. Mettez vos mains dans la position de prière devant votre sternum. Inspirez. En expirant, tendez vos bras en avant avec les paumes et les doigts pointant vers le haut. Placez vos bras tendus sur les côtés, les doigts pointant toujours vers le haut et inspirez. Pendant que vous expirez, retournez les bras vers l'avant. Puis, revenez à la posture de prière pour la prochaine inspiration. Continuez pendant une minute, puis jusqu'à 3 minutes. À la fin, fermez les yeux, prenez trois grandes respirations et sentez votre corps.

#### Des nerfs d'acier

Cet exercice peut vous aider à gérer les défis. S'asseoir avec un dos droit, pieds à plat sur le sol, les bras vers l'extérieur sur les côtés, paumes vers le bas. Effectuez de petits cercles vers l'arrière avec les bras et faites des inspirations et expirations courtes mais égales. Continuez

pendant trente secondes, puis jusqu'à une minute. À la fin, fermez les yeux, prenez trois grandes respirations et sentez votre corps.

#### 3. LES PLANTES

Entourez-vous de plantes d'intérieur. Depuis des centaines d'années, les gens ont apporté des arbres à feuilles persistantes, du houx et des couronnes dans leurs maisons à la fin de l'année. Vous vous demandez pourquoi. Les plantes vertes aident à se sentir mieux. Donc, aujourd'hui, faites un pas contre les blues de l'hiver en vous entourant de plantes vertes, lumineuses et colorées. Cela aura un bel impact.

#### 4. LA LUMINOTHÉRAPIE

Le même instinct qui nous amène à nous entourer de plantes vertes, en hiver, nous rend assoiffés de lumière, c'est pourquoi il est très fréquent d'allumer des lampes ou des bougies en hiver. Il existe des lampes spéciales qui imitent la lumière du soleil, mais si vous ne pouvez pas en avoir, prévoyez une promenade à la mi-journée dans un endroit ensoleillé.

Cela vous procurera à la fois la lumière et l'exercice.

#### 5. LES BAINS D'AROMATHÉRAPIE

Puisque nous sommes sur la lancée, voici une autre activité qui réunit deux avantages. Il combine les effets de l'aromathérapie (thérapie des parfums) avec l'hydrothérapie (thérapie de l'eau). Fait intéressant, un grand nombre de parfums, que nous associons aux vacances, ont des propriétés antidépressives puissantes. Il s'agit de la menthe poivrée, du romarin et de l'encens. Les huiles essentielles de rose, d'orange, de bergamote, de lavande et de bois de santal sont aussi intéressantes. Mettez quelques gouttes d'huile essentielle dans un bain chaud.

Cet article ne vise pas à prescrire des soins médicaux. Veuillez consulter un médecin pour le traitement de problèmes médicaux. Michele Risa est une experte en médecine préventive holistique, associant la nutrition, le yoga, la méditation et l'intelligence émotionnelle. Elle est auteure, conférencière et anime une émission de télévision. MRisa@BeyondBodyMindSpirit.com



Un manque de soleil est à l'origine du blues hivernal. Au cours de la saison froide, profitez de ses rayons chaque fois que vous le pouvez.

# L'homéopathie, médecine holistique?

**CONAN MILNER Époque Times** 

Malgré ce qu'on entend parfois communément, homéopathie et médecine holistique ne signifient pas la même chose.

Les médicaments homéopathiques peuvent offrir une approche holistique dans le cadre du traitement, mais les similitudes s'arrêtent là.

### L'homéopathie

L'homéopathie fait référence à une méthode mise au point par le médecin allemand Samuel Hahnemann entre la fin du XVIIIe siècle et le début du XIXe. Elle est basée sur la loi des similitudes.

Hahnemann avait observé qu'une substance prise à des doses très infimes guérissait certains symptômes, alors qu'ils étaient aggravés par des doses plus élevées. Par exemple Rhus toxicodendron est utilisé pour traiter les symptômes tels que des éruptions cutanées, des démangeaisons et des rougeurs. Or, c'est une plante extrêmement toxique à l'état naturel.

Ce concept remonte déjà à Paracelse et Hippocrate, et dégage les mêmes principes qui ont donné naissance à la vaccination, mais le système de Hahnemann a ses propres caractéristiques.

Un des aspects les plus spécifiques de l'homéopathie est la préparation du médicament : un extrait – une teinture mère – est fortement dilué et secoué vigoureusement dans un processus que l'on nomme la succession. Certaines préparations sont si diluées qu'aucune trace de la teinture mère originale ne peut être détectée.

Selon Hahnemann, cette méthode de dilution fait ressortir l'essentiel des propriétés curatives des plantes, des minéraux



La spécificité de l'homéopathie réside dans la préparation du médicament.

et autres substances, et retire leurs aspects nuisibles, ce qui offre une médecine douce mais efficace.

Hahnemann pensait que toutes les maladies ont un remède correspondant et sa collection de remèdes s'est développée à travers la pratique. Hahnemann et ses élèves auraient personnellement ingéré des teintures mères et soigneusement observé leurs réactions. Puis, ils auraient consigné les plaintes physiques et émotionnelles. Cela a donné aux médecins la perspicacité nécessaire pour faire correspondre un remède adapté au tableau symptomatique complet d'un patient.

Comme l'homéopathie s'est développée, l'efficacité de nombreux remèdes a été prouvée et les descriptions sont devenues de plus en plus détaillées et spécifiques. Le médecin autrichien William Boericke, un célèbre homéopathe pratiquant à San Francisco au début du siècle dernier, est connu pour son recueil Matière médicale aux éditions Similia qui demeure encore à ce jour une référence fiable.

### La médecine holistique

Le concept de médecine holistique se réfère à une vue d'ensemble de la personne et de ses pathologies. Les remèdes holistiques sont ceux qui répondent non seulement aux symptômes physiques, mais aussi aux déséquilibres de l'esprit.

La médecine holistique est souvent utilisée pour désigner une forme naturelle ou alternative de la médecine. Alors que, parfois, des remèdes naturels peuvent également être prescrits sans examen holistique.

Prenons l'exemple d'un patient présentant une détresse digestive. La menthe poivrée peut faciliter la digestion, mais si le patient a une mauvaise alimentation ou est incapable de gérer le stress, la menthe poivrée en soi ne pourra pas résoudre la cause première de l'indigestion.

La médecine chinoise antique peut être considérée comme une pratique holistique, car elle est conçue pour cibler la source du dysfonctionnement. Par exemple, si un patient présente des pensées obsédantes, une digestion lente et une faible consommation d'énergie, le bon traitement aborderait la cause sous-jacente qui est une insuffisance du *qi* de la rate.

Les fondements de la philosophie d'Hahnemann «le semblable guérit» peuvent se retrouver dans certaines anciennes pratiques à base de plantes, mais d'autres traitements traditionnels par les plantes ont un effet de traitement par les principes opposés. Par exemple, les herbes chaudes comme le gingembre ou le poivre de Cayenne sont souvent utilisés pour traiter des états de froid qui peuvent se manifester par une digestion lente ou une mauvaise circulation.

### Remède et philosophie

La médecine homéopathique est-elle holistique? C'est un sujet de débat qui remonte à l'époque d'Hahnemann.

À son apparition, l'homéopathie a été confrontée à l'opposition farouche de la médecine conventionnelle. Il semblait que cela était surtout attribuable au fait qu'elle était beaucoup moins chère qu'un traitement conventionnel. Elle est toujours considérée avec beaucoup de suspicion par la médecine moderne, alors qu'elle est largement plébiscitée en Europe et en

L'homéopathie classique préconise une

approche résolument globale. Dans sa pratique, le médecin s'efforce de trouver le remède qui correspond le mieux aux caractéristiques du problème du patient.

Par exemple, plusieurs médicaments homéopathiques permettent de traiter un mal de tête. Cependant, selon Boericke, si le patient présente aussi une boursouflure de la lèvre supérieure, des hallucinations affreuses et des palpitations douloureuses dans l'oreille synchronisées aux battements du coeur, Belladona sera alors le médicament homéopathique correct.

Certains médecins pratiquent toujours l'homéopathie classique, Hahnemann se serait certainement moqué des applications modernes de sa médecine. Même en son temps, Hahnemann différenciait les «puristes» qui ont pleinement adopté son système et les «moitié-homéopathes» qui intègrent les remèdes dilués, mais n'incorporent pas sa philosophie sous-jacente.



# Retrouver l'essence de Noël

NATHALIE DIEUL Époque Times

Des montagnes de cadeaux emballés sous le sapin, quelle merveille! Cependant, trouver des cadeaux pour chaque membre d'une famille nombreuse peut s'avérer un véritable casse-tête pour ceux qui doivent les acheter, d'autant plus qu'il faut se renouveler chaque année. Une famille bien québécoise de Granby a fini par décider de changer leur manière de fêter Noël pour retrouver l'essence de cette fête familiale par excellence.

Raymond et Marie-Jeanne Lemay avaient l'habitude de fêter Noël en grand avec leurs quatre enfants, les conjoints de ceux-ci et leurs petits-enfants. Ils décoraient un grand sapin, préparaient des bons plats et recevaient tout le monde dans leur belle maison de Granby. Sous le sapin, ils disposaient deux cadeaux pour chaque membre de la famille : un gros cadeau et

Le couple voulait toujours faire plaisir à tout le monde. Au moins deux mois avant le 25 décembre, ils commençaient leurs recherches dans les magasins, essayant de trouver le cadeau idéal pour chacun. Marie-Jeanne se souvient : «Ça faisait des montagnes de cadeaux à envelopper! Dans ce temps-là, j'avais du plaisir à faire

Puis, avec les années, les petits-enfants vieillissant, les demandes pour des cadeaux particuliers sont devenues de plus en plus précises, ce qui était un plaisir s'est transformé en corvée : «on voulait telle chose, de telle couleur, de telle grandeur». À un moment donné, ça n'en finissait plus. Jusqu'au jour où, il y a une dizaine d'années, une des petites-filles, adolescente, a voulu comme cadeau «des gants de ski noirs de telle grandeur et de telle marque». Raymond et Marie-Jeanne ont essayé de trouver les fameux gants dans de nombreux magasins de Granby et de Montréal, sans succès.

«À ce moment-là, on s'est dit que c'était ridicule», raconte M<sup>me</sup> Lemay. D'un commun accord avec son mari, elle a décidé que ce serait la dernière année où ils se casseraient autant la tête pour des cadeaux et qu'ils essaieraient plutôt de retrouver l'essence de la fête de Noël. «On a décidé de tout annuler ça; ce qui était important, c'était de se réunir.»

Au Noël suivant, toute la famille avait été mise au courant et tous étaient d'accord. Il était décidé qu'il ne serait plus permis de donner des gros cadeaux comme dans le passé et que chaque famille, à la place, pouvait faire un seul cadeau à chacune des familles, mais ce cadeau devait être fait maison. Tout l'argent que les parents Lemay dépensaient habituellement en cadeaux serait mis de côté sur un compte pour louer un chalet une autre année et inviter toute la famille à passer de belles vacances en faisant de belles activités, tous

Le 24 décembre 2002, toute la famille Lemay se réunit donc chez la sœur cadette, Suzanne. Les parents commençant à vieillir, il fallait bien que les enfants prennent le relais. Les cadeaux ne formaient pas une montagne comme dans le passé; cependant, on aurait dit que le plaisir de les déballer avait redoublé, puisque personne n'avait une idée de ce qu'ils pouvaient contenir. Certains avaient fait des pots de betteraves marinées, d'autres des CD de compilation de musique, d'autres encore des petits sacs contenant tous les ingrédients pour réaliser un thé chaï à l'indienne, accompagné de la recette. Raymond et Marie-Jeanne ont reçu un poème composé et calligraphié par deux de leurs petites-filles. Chacun avait eu du plaisir à s'adonner à la créativité, la soirée de Noël fut une belle réussite

Pendant les années qui ont suivi, la règle du cadeau «fait maison» n'a pas tenu, mais Marie-Jeanne et Raymond, qui sont maintenant arrière-grands-parents, ont tenu bon. Ils ne donnent plus de cadeaux de Noël, sauf aux plus jeunes : «les bébés, c'est plaisant de leur donner quelque chose». Cependant, les quatre grands enfants du couple ne peuvent pas se retenir de donner des cadeaux à leurs parents vieillissants : «On leur dit toujours "laissez donc faire", mais ils tiennent encore à nous en donner. Même s'ils ne nous en faisaient pas,



15 DÉCEMBRE 2014 AU 4 JANVIER 2015

Lors du Noël de 2002, la famille Lemay a décidé de retrouver l'essence de Noël, et de profiter de ce beau moment en famille. Ici, sous les yeux de son mari Raymond, Marie-Jeanne lit un poème composé par leurs

nous autres on serait bien content quand même», explique l'arrière-grand-mère.

Quelques années plus tard, la famille Lemay a utilisé l'argent mis de côté sur le compte spécial : elle a loué un grand chalet sur le bord d'un lac où chacun pouvait s'adonner à différentes activités comme le vélo, le VTT ou la promenade. Toute la famille a fait un tour de ponton à moteur et jouait à des jeux. C'était une magnifique fin de semaine d'automne, où les couleurs des feuilles étaient à leur maximum. Cependant, le plus important pendant cette longue fin de semaine de quatre jours, c'est qu'ils ont enfin passé du temps tous ensemble, bien plus que lors de la traditionnelle fête de Noël qui est le seul moment de l'année où chacun, même ceux qui vivent loin, se libère au même moment pour passer du temps ensemble.

Au chalet, le soir, certains jouaient à des jeux en pyjamas alors que les trois fils de Raymond et Marie-Jeanne jouaient de la guitare, accompagnés au chant par une partie de la famille. Suzanne, la seule fille du couple, a apprécié particulièrement les matins : «Se lever ensemble, ce n'est pas pareil. Le matin chacun se lève à son rythme. Les conversations qui n'ont pas eu lieu le soir peuvent avoir lieu à ce moment privilégié.» Finalement, chacun a bien plus apprécié cette réunion de famille que le fait d'avoir de gros cadeaux de Noël comme auparavant : «c'était tellement mieux! C'était plus le fun que Noël», s'exclame Claude, le deuxième fils. «On s'en souvient tous, on en parle encore», ajoute sa petite sœur. «Ça avait été merveilleux!», confie leur

Pendant ces quatre jours merveilleux, Raymond Lemay a pris de nombreuses photos de tout le monde. Il a réuni les plus belles qu'il a fait imprimer en calendrier... qu'il a donné à chacun au Noël suivant! La famille Lemay continue à se réunir chaque année pour la fête de Noël, sans le stress qu'occasionnait l'achat des gros cadeaux. Ils ont toujours du plaisir à passer ce moment en famille. Marie-Jeanne espère maintenant que ses enfants prennent le relais et organisent, à leur tour, une belle fin de semaine comme celle du chalet du Lacà-l'Eau-Claire avec l'argent des cadeaux de Noël qui s'est accumulé à nouveau dans le compte en banque...



Une partie de la famille Lemay lors du traditionnel repas de Noël, le seul moment de l'année où la famille au complet

# Cidre chaud à la cannelle

Passez la période des fêtes avec un bon cidre chaud aux pommes, une boisson réconfortante pour les froides journées à venir...

### **Ingrédients**

2 bâtons de cannelle

2 clous de girofle

1 litre (4 tasses) de jus de pomme traditionnel ou

750 ml (3 tasses) de cidre

5 ml (1 c. à thé) de grains de poivre

20 ml (4 c. à thé) de jus de citron (facultatif)

# Préparation

• Dans une casserole, mélangez 2 bâtons de cannelle, 2 clous de girofle et 1 litre de

jus de pommes traditionnel ou 1 bouteille de cidre de 750 ml; Déposez 5 ml de grains poivre dans une boule à thé;

• Chauffez 10 minutes à feu doux;

• Retirez du feu et laissez macérer 5 minutes;

• Retirez les épices et le poivre, ajoutez le citron au goût;

 Versez le cidre dans des verres et garnissez d'une tranche de pomme piquée d'un clou de girofle. Donne 6 portions.



# Épargner pour financer des études : une décision judicieuse

L'édition Nouvelles

Épargnez en vue de financer les études postsecondaires de vos enfants, même si la fréquentation d'une université n'est pas dans les projets. Un régime enregistré d'épargne-études (REEE), par exemple, vous donnera droit à des subventions gouvernementales substantielles et à des économies d'impôt.

Les emplois n'exigent pas tous un diplôme universitaire, mais la plupart sont associés à une certaine forme d'accréditation ou à une formation particu-

lière. Les électriciens, les policiers et les plombiers, par exemple, ont tous suivi une formation différente. L'argent d'un REEE peut servir à financer la plupart des formations.

En réalité, le REEE ne comporte que très peu de limites et il peut servir à financer la plupart des programmes d'études postsecondaires qui mènent à un diplôme, à un certificat ou à une qualification professionnelle, qu'ils soient offerts dans un collège, une école de métiers ou toute autre institution d'enseignement supé-

rieur approuvée. «L'idée fausse selon laquelle les REEE peuvent servir à financer uniquement les formations universitaires traditionnelles est très répandue», explique Andrew Haid, président et directeur général de girafe & cie, fournisseur novateur de REEE. «Les régimes d'épargne-études, comme notre REEE sans frais et sans souci, peuvent servir à payer les frais liés à de nombreux programmes d'études. Si la carrière que choisit un enfant exige une formation officielle dans un établissement d'enseignement approuvé, le REEE lui permettra de poursuivre cette

formation.» Une telle souplesse fera l'affaire des

parents comme des étudiants. Le Canada a de plus en plus besoin de personnes de métier qualifiées, notamment des monteurs de charpentes métalliques, des machinistes, des plombiers et des coiffeurs stylistes<sup>1</sup>. Les étudiants qui choisissent ce type de carrière auront de nombreuses possibilités d'accéder à un emploi gratifiant après l'obtention de leur diplôme.

Vous trouverez d'autres renseignements en ligne, à l'adresse girafeetcie.com. Sources: http://www.visabureau.com/canada/ priority-occupation-list.aspx

# Petites Annonces

#### RÉSIDENCES POUR AINÉS

RÉSIDENCE POUR AîNÉS, Loyer à partir de 836 \$ avec crédit d'impôt Contacter Sabrina 514 747-6776

#### **IMMOBILIER**

#### À louer

PLATEAU MONT-ROYAL, app. à louer 2 ½ libre immédiatement, poèle et frigo, chauffage, électricité tout inclus 625 \$/ mois. 514 845-0023 ou 438 936-1757

Maison à WEST ISLAND à louer meublée, 3 chambres, cuisine, salle à manger, plancher en bois franc, climatiseur, chauffage. Location à court terme disponible, touristes bienvenus 514 806-9638

#### **COURS ET FORMATION**

Spécial

### FORMATIONS A DISTANCE CHIMIE Sec IV, V, CEGEP I 45\$/20h SITES

DYNAMIQUES Avec le CMS **JOOMLA** 

PME, Particuliers 35 \$/50 h www.cfadfrancophone.org

ryherve@videotron.ca Dr René-Yves Hervé 514-529-4712

#### 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

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

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

Cours de piano, théorie, composition, improvisation : Pédagogue expéri-menté, 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'échecs : professeur de et Mats. Alexan der : 514 768-7120

Professeur russe de piano, diplômé Conservatoire Tchaikovsky et UDM. 15 ans d'expérience, tous les niveaux. Cours privés, approche person-nalisée, 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

### **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 DE FRANÇAIS GRATUIT (écrit et parlé), adaptable à chaque niveau personnel. EFFICACE ET PRATIQUE. Reconnu par le gouvernement, Pour information : Diane 514 322-8743. Inscription: Maintenant.

COURS PRIVÉS DE FRANÇAIS Niveaux primaire et secondaire, offerts à mon domicile (quartier Rosemont). Expérience pertinente, 25 \$ / h. Appelez 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 10 ans d'expérience. Aide aux enfants pour leurs devoirs et leçons du primaire au secondaire, préparation aux examens du Ministère de l'Éducation du Québec ou correction de thèses de maîtrise. Linda: 514 373-7215 MATHÉMATIQUES Cours pour tous les niveaux (écoles, cégep, universités) Docteur en Mathématiques ayant enseigné aux universités URSS, France et Canada. Appelez 514 769-2546

ÉCHECS, cours individuels et en groupe. Maître FIDE, ex-champion de l'Arménie et du Ouébea. A :e l'Arménie et du Québec. Appelez 14 769-2546

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 BOULANGERIF et pâtisserie, décoration de gâteaux. Métro sauvé. Mme Marie Pamphile 514 852-1779

#### **SERVICES**

#### Déménagement

NORDTRANS vous propose le service de déménagement et livraison local et longue distance. Paiement à l'heure ou prix fixe. Travail rapide et professionnel Assurance. Mentionnez le code «Spécial 2014» pour obtenir un rabais de 5 %. 514 591-5122 www.nordtrans.ca

DÉMÉNAGEMENT TONY Déménage ment économique, rapide et professionnel. Camion 25', local et longue distance. Tél.: 514 577-5003 anglais

DÉMÉNAGEMENT BARCARI Déménagement résidentiel et commercial. On travaille rapidement et avec précision. On vous sert avec plaisir. Pour

Vous déménagez? La solution PREMIUM DÉMÉNAGEMENT Relocalisation résidentielle, emballage, entreposage et transport général Ap-pelez M. Gagnon : 514 377-1632 www. premiumdemenagement.com

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

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

TRANSPORT Réel Mikah et DÉMÉNA-GEUR pour toutes occasions. Demar dez Hakim Saidj au 514 839-5025

#### Rénovation

RÉNOVATION de sous-sol, salles de bain, cuisines, portes, fenêtres, balcons, clôtures. R.B.Q. 5640-2431-01 Mario : 514 774-4244

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

#### Impôts-Comptabilité

Déclarations d'impôt et tenue de livres Comptable stagiaire CGA. CARMEN SCHNEIDER 514 358-7876

IMPÔTS & COMPTABILITÉ. Vous n'avez pas le temps? Déposez simplement vos documents. Nous nous déplacons 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 ramassage et livraison de docu-ments. 11 327 avenue Garon (métro Pie IX, bus 139 N.). 514 658-2337, 514 571-9749

### **Immigration**

AVOCAT EN IMMIGRATION Serabordables. Parrainage pour conjoint, certificat sélection Québec, autres de-mandes 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

Remorquage SAID Nous achetons autos et camions pour la ferraille (scrap) et recyclage. Nous payons le meilleur prix comptant et remettons un reçu pour la SAAQ. Remorquage gratuit. Tél.: 514 502-9070

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

J'offre des services de traduction entre

anglais et chinois pour individus et compagnies ainsi que des cours privés de mandarin. Svp appelez Mme Bai : 514 932-1194 PAYSAGISTE SARA Pavé uni, asphalte, trottoir en ciment, dalles

murets, nouveau gazon, gazon artificiel, scellant. 20 ans d'expérience. Peter 514 808-8536

### **DIVERS**

PHOTOGRAPHE recherche modèles pour photo-portrait et photo de mode. Demandez Serge : 514 254-4216

À VENDRE CONGÉLATEUR KENMORE couleur blanche, grandeur moyenne presque neuf : 500 \$ comptant. Tél. : 514 419-7672

SERVICE ENTRETIEN résidentiel et commercial. Personne fiable, honnête avec expérience. Contactez Vicky : 514 238-9472

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 seules. Appelez Maggie 514 820-5331

# Achetez votre future propriété en toute confiance avec

au rapport informatisé remis suite à l'inspection.

TOBY THÉRIAULT



RECHERCHE **INVESTISSEURS** 

Cellulaire: 438-399-3555

Sans frais: 1866 617-THOR (8467)

**ACHAT: TRIPLEX, CONDOS** CONCEPT INTÉRESSANT **POUR LE RETOUR DE** 

L'INVESTISSEMENT

Tél.: 514 721-8277



### COURS DE GUITARE :

TOUS NIVEAUX ET TOUS STYLES APPROCHE PÉDAGOGIQUE EFFICACE PROFESSEUR DIPLÔMÉ (MAITRÎSE MUSIQUE) N.D.G. ERIC

514 597-0621



#### WWW.DOMAINEGAGNON.COM

#### CHALET 4 SAISONS À LOUER à Saint-Romain



Meublé, haut de gamme, 2 càc, 2 sdb, atelier, garage, grand domaine privé, lacs à truites, sentiers de randonnée, vue sur montagnes. Location au mois ou à l'année. Non-fumeur.

#### 418 486-2296 gagnon327@hotmail.com

Saviez-vous que vous pouviez obtenir jusqu'à 10800\$1 en incitatifs gouvernementaux pour les études postsecondaires de votre enfant?



## Citoyenneté - Immigration - Visa

Vous avez besoin de soutien ?

Rencontre Arrangée en Personne ou par Téléphone avec un Consultant Réglementé en Immigration Canadienne

www.iStrategik.com

Courriel: info@tafat.ca info@iStrategik.com

514-600-1012



600, boul. de Maisonneuve Ouest, Bureau 1700. Montréal, QC Canada H3A 1T9 Fax : 514 600-0859 Sans Frais Canada/USA : 1 855 869-8620 Hong Kong +852 5808 5748



## **WEST & WEST ISLAND AUTO RECYCLING**



Nous achetons toutes les voitures usagées à un bon prix.

Appelez : West & West Island Auto Recycling Reg'd.

David: 514 363-6010

# 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

# RIVE SUD Condo à vendre

#### BONNE OCCASION! =

Location stratégique entre nature et ville, entre des principales autoroutes de la Rive-Sud. 15 min de Montréal, 5 min du Quartier Dix30. Beau et bien éclairé, 940 pi², 2 chambres à coucher. Prix demandé : 188 000 \$

TEL.: 514 951-2245 / 450 465-9399

#### BAR AVEC 5 VIDÉOS POKER DANS VILLERAY À VENDRE

Nouveau prix: 300 000 \$

Possibilité d'acheter l'immeuble aussi!

PLUSIEURS IMMEUBLES À REVENUS À VENDRE

4 plex dans Laval: 439 000 \$ 10 logements dans Mtl : 955 000 \$ 11 logements avec 2 locaux dans St-Michel: 680 000 \$

Lina (Pasqualina) Ioanna Courtier Immobilier Cell.: 514 726-7072











# **IDOLEM**

#### Ecole de Zumba Brossard 7209, boul Taschereau, Brossard, Oc J4Y 1A1

30 % rabais pour Chinois. Essai gratuit. Cours pour enfants et parents. Inscription maintenant!

Aussi poste en soirée disponible : réceptionniste / vendeuse trilingue (chinois, anglais, français) Appelez : 438 338-6692

## **GARDERIE: PLACES EN GARDERIE**

quelques places disponibles, 7 \$ par jour, programme bilingue, Près du métro Jean-Talon Pour information, composez le 514 277-3535



FALUN GONG - FALUN DAFA Cours de Qigong (gratuits) Exercices de méditation traditionnelle chinoise et enseignements.

#### Appelez: Thanh (Mtl) 514 937-2756

Claire (Mtl) 514 327-0277 John (Mtl) 514 435-9043 Nicole (Ville de QC) 418 661-7892

# **Emplacements** des présentoirs

- · Café Dépôt, 150 Ste-Catherine Ouest, complexe Desjardins
- · La tour Radio-Canada

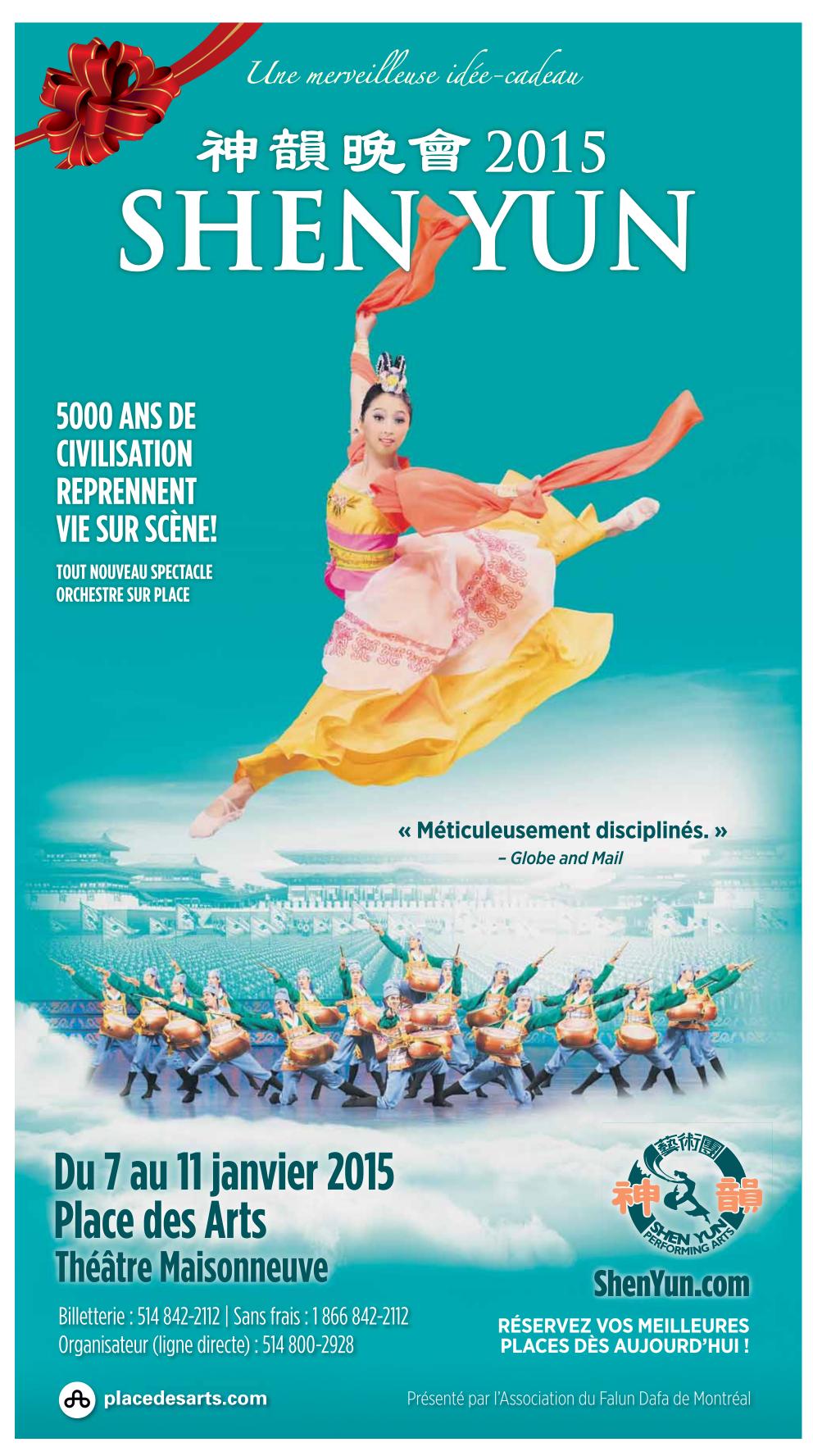
- Galerie du Parc, 3575 Parc
- Métro McGill, sortie 20/20 Marché Tau, 4238 Saint-Denis
- Édifice Balfour, 3575 St-Laurent Centre de commerce mondial Édifice Berman, 4040 St-Laurent
- Le Commensal, 1204 McGill College Jean Coutu, Mont-Royal coin Berri
- Omer De Serres, 334 St-Catherine est Second Cup 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 Mile End, 5434 av.du Parc
  Banque Laurentienne, 1100 Mont-Royal est
  YMCA, 1440 rue Stanley 5° 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
- Societe de developpement de Montreal

   Édifice du 48o, St-Laurent

   Restaurant Mr. Ma, 1, Place Ville-Marie
   Van Houte, 277, Ste-Catherine Est
   Boulangerie Samos, 4379, St-Laurent
- Marché Sabor Latino, 4387, St-Laurent Café Le Centre, 1999, ave des Canadiens-de-Montréal (Centre Bell)

12 décembre 2014 au 4 janvier 2015 ÉpoqueTimes



- « Une interprétation envoûtante des chanteurs, danseurs et musiciens qui se réapproprient l'héritage culturel divinement inspiré de la Chine. »
- **Donna Karan,** créatrice de Donna Karan New York et de DKNY
- « Je me sens comme une meilleure personne parce que ça ne touche pas seulement mon intellect, mais ça parle aussi à mon cœur... Ce fut une expérience tout à fait édifiante de l'esprit humain. »
- Omega Medina, chanteuse d'opéra et ex-cadre supérieure des Classical Grammy
- « C'est tellement beau. Ça m'a ébloui tellement c'est **délicat, sain et pur...** Il y avait vraiment quelque chose de touchant dans ça. C'est vraiment touchant et profond. J'ai presque pleuré. »
- Elan McAllister, producteur sur Broadway ayant travaillé sur Spamalot et Hairspray