

main à main

Le journal de la Maison d'Aurore rédigé par et pour les membres

L'entraide et la solidarité au temps du coronavirus

Par Annie Pelletier, coordonnatrice générale de la Maison d'Aurore

Mardi matin, 10 mars, l'équipe d'intervention est attablée pour sa rencontre hebdomadaire avec un agenda bien rempli.

Au Château d'Aurore, on prépare les formations à venir pour les collaborateurs et les parents, on se félicite du succès des activités réalisées pendant la semaine de relâche. En alimentation, plusieurs séances de cuisine collective sont au programme et on prépare le prochain atelier culinaire pour des adolescents. Lilia vient à peine de revenir pour le projet de jardin collectif et elle s'attèle avec grand enthousiasme à la planification d'une saison qui s'annonce riche en activités puisque tous les financements demandés ont été obtenus. Au réseau des aînés, Brigitte a de la broue dans le toupet, entre de nombreuses interventions individuelles de soutien, l'organisation des rencontres intergénérationnelles, la clinique d'impôt à venir au HLM voisin, la projection d'une conférence sur l'Alzheimer et la sortie annuelle à la cabane à sucre. Meggan n'est pas en reste, avec de nombreuses interventions et accompagnements offerts à des personnes en situation de vulnérabilité. En action citoyenne, la prochaine soirée sur l'économie et la transition écologique risque d'en interpeller plusieurs. On planifie les dernières dépenses de l'année financière, on commence à parler des bilans et du rapport annuel à rédiger; on se fait aussi un plan de match pour la venue prochaine de stagiaires en gestion documentaire pour venir mettre de l'ordre dans les archives d'Aurore, on cogite sur la visite d'une délégation d'employés de Centraide, on parle des résultats de la recherche-action en cours, on s'excite à concevoir une belle fête pour les bénévoles sur le thème des années folles. Nous évoquons ce matin-là les 7 cas confirmés de personnes atteintes par la COVID-19 au Québec, mais nous sommes bien trop occupées pour s'imaginer le grand bouleversement à venir.



Et puis BOUM! À peine 6 jours plus tard, tout est mis sur pause, la Maison d'Aurore annonce la suspension de ses activités publiques et on se réunit d'urgence pour discuter de l'établissement des priorités, des outils à mettre en place et des conditions de travail pour y parvenir. On se concentre sur notre monde à rejoindre, les aînés en particulier, les parents des élèves accompagnés, les personnes qui bénéficiaient d'un suivi particulier. On met en place le télétravail, de nouvelles plateformes de collaboration et le soutien technique nécessaire pour faire face à cette réorganisation; on se bâtit des listes d'appel avec des codifications de couleur selon l'intensité des besoins décelés et on commence un grand marathon d'écoute, de références vers des ressources, de tri d'information face au tsunami de correspondances et de directives changeantes quasi-quotidiennement. On s'adjoindra quelques jours plus tard des alliés bénévoles qui prennent la relève auprès de plusieurs aînés pour les suivis téléphoniques, les courses et les livraisons. On discute avec les partenaires et des bailleurs de fonds pour s'assurer du maintien des ententes et on dépose de nouvelles demandes de financement.

Derrière ses portes closes, la Maison d'Aurore est donc à pied d'œuvre, et elle le restera pour les semaines à venir. Nous avons encore peine à prendre individuellement et collectivement toute la mesure des impacts de cette grave crise sanitaire, économique et sociale. Mais nous savons que ses effets s'étaleront au-delà de la difficile période de confinement et de distanciation physique. C'est dans cette perspective du travail et de l'entraide à venir que nous vous remercions pour votre soutien, votre implication, votre adhésion comme membre et vos dons lorsque possibles. Ils feront une différence en ces temps de grands besoins et encore davantage lorsque nous pourrons à nouveau raviver l'essence collective qui nous anime.

Une soirée pour les yeux, le ventre et le coeur

Par Heide Marie Boellinger, membre du comité de coordination de la soirée de collecte de fonds

C'est fait! La décision est prise! Le comité de collecte de fonds qui est composé de six personnes s'est entendu sur une journée pour notre soirée bénéfique annuelle. Ce sera jeudi le 20 février. Les discussions commencent, des questions surgissent et demandent des réponses : Est-ce qu'on organise un souper? Un cocktail dinatoire? Quel prix d'entrée? À quel endroit?

Après une visite, nous décidons de tenir l'évènement à l'Écomusée du fier monde sous la forme d'un cocktail 5 à 7. Les Cuisines Collectives Hochelaga Maisonneuve Inc. sont vite retenues afin de s'occuper de la nourriture qui prendra la forme de bouchées et de boisson. La décoration de la salle, une ancienne piscine publique, et la musique ambiante vont être prises en charge par des membres de l'équipe de la Maison d'Aurore et nous décidons d'organiser notre fameux encan silencieux qui fut toujours, dans le passé, un grand succès.

Magguy et moi nous sommes mises d'accord pour contacter des commerçants du Plateau et leur demander une contribution soit en argent soit en bien, afin de préparer des paniers pour notre très attendu encan. Et, on a eu un appui inattendu d'une amie, Marie Côté qui connaît encore plus de commerçants à visiter. Beaucoup d'entre eux connaissent bien la Maison d'Aurore et apprécient son travail dans le quartier. Ils sont prêts à renouveler leur contribution : des certificats-cadeaux, des billets de théâtre et spectacle, de la nourriture, des articles de sport et encore beaucoup plus! Cela nous a permis de créer dix paniers diversifiés : Le Cocooning, le Prélude, etc.

La soirée a été un succès : la présence joyeuse des participants, la belle musique live du trio *Swingaro*, des bouchées succulentes, le bon vin, le discours emballant de la coordonnatrice et, comme cadeau de remerciements, le petit savon parfumé fait à la main, avec amour, par des employées de la Maison d'Aurore.

Quelle belle manifestation de la créativité et de la mise en action de la part de la Maison d'Aurore. Bravo!!!



Trois des membres du comité de coordination de la collecte de fonds : Iris Delcarte, Heide Marie Boellinger et Heidi Gaudet.



C'est plus de 110 personnes qui ont participé à notre soirée bénéfique et qui ont permis d'amasser près de 8 500 \$.

« Un brouhaha relativement tranquille, presque serein, où la douce appréciation de tous les intervenants était palpable. Une soirée où chaque regard qu'on croise nous rappelle à quel point nous sommes fortunés d'y être. »

Allan Hurd, participant au cocktail bénéfique

L'arrivée de Josiane

Témoignage de Josiane Archambault, participante aux différentes activités d'Aurore

Josiane est arrivée au Québec pour y immigrer au printemps 2018. Valises à la main, contente de rejoindre enfants et petits-enfants, c'est avec appréhension et curiosité qu'elle a quitté son pays à 68 ans. Ayant laissé derrière elle, une vie, des amis, une culture, c'est à la Maison d'Aurore qu'elle rencontrera des gens et qu'elle découvrira peu à peu sa nouvelle vie québécoise. Lors de notre grande soirée de collecte de fonds, le 24 février dernier, elle nous a livré un touchant témoignage.

Comme l'a déjà si bien chanté Enrico Macias, « J'ai quitté mon pays, j'ai quitté ma maison. », mon petit coin de Normandie pour venir à Montréal où vivent mes deux enfants et leurs familles.

J'ai vite connu la Maison d'Aurore grâce à la compagnie de mon fils qui y travaille. Marie me parle alors des activités et des possibilités de rencontres que je pourrais y faire. Et me voilà inscrite au tricot, activité que je n'avais jamais faite auparavant. Une douzaine de femmes, réunies autour d'une table, accompagnées par Christine, qui aura la patience de me faire aimer cette activité. Un vrai plaisir de se retrouver chaque semaine. Cette petite troupe, si différente des amies que je m'étais faites en France. Elles me font connaître le Québec, me font mieux comprendre son esprit et partagent entre elles sans complexes, se racontent des moments de leur vie.

Voilà maintenant deux ans que je fréquente cette belle maison. À la fête de la rentrée, j'ai fait la rencontre de Micheline qui est devenue ma meilleure amie. Le temps s'arrête aussi tous les lundis, grâce à l'atelier de chant, une autre équipe, d'autres femmes, toutes aussi heureuses que

moi de chanter. Je ne parlerai pas du prof...je suis trop en amour avec lui...et pour cause, c'est mon fils.

Cette chance de partager, de cuisiner, de chanter, de jardiner ou de tricoter avec des femmes que j'ai appris à connaître, je la dois à la Maison d'Aurore. C'est la Maison d'Aurore qui donne une raison de vivre à beaucoup de gens. Mille mercis de m'avoir permis de me reconstruire une nouvelle vie.



À la fête de la rentrée, en septembre 2018, Josiane a fait la rencontre de sa grande amie Micheline.

À tous les membres de la Maison d'Aurore,

En raison de la pandémie de la COVID-19 et de la forte proportion d'ainés qui composent notre *membership*, la Maison d'Aurore a pris la décision de reporter son assemblée générale annuelle, qui devait se tenir le 11 juin. Tous les membres du conseil d'administration seront donc en poste jusqu'en septembre prochain pour veiller à la bonne marche de l'organisme et au soutien de son équipe d'intervention.

Une convocation en bonne et due forme vous sera acheminée au moment opportun.

Entre temps, il est toujours possible de devenir membre ou de renouveler votre adhésion annuelle via le formulaire à la dernière page du journal ou en un simple clic :

<https://www.simplyk.io/ticketing/5dc48f3d2155230031fd1f62>



Plus de 25 ans d'engagement au Château d'Aurore

Portrait d'Andrée Massé, collaboratrice, par Lise Fontaine, coordonnatrice du Château d'Aurore

La Maison d'Aurore, Andrée pourrait vous en parler longuement puisqu'elle en a visité tous les recoins. D'abord la Débrouille, où elle a fait son entrée en suivant un cours de préparation à la retraite; ensuite, sa formation de professeur l'a entraînée à l'atelier de devoirs et leçons. Son périple ne s'est pas arrêté là; elle a rejoint les cuisines collectives avec sa grande amie

Éveline qui l'a entraînée au CA.

Depuis le 4 octobre 1994, elle a fait du Château d'Aurore, son port d'attache. Elle s'y est fait des amies et surtout, a aidé de nombreux jeunes, de Joshua à Mira.

«De part et d'autre, on a tenté de se transmettre un peu de ce que nous savions, un peu de ce que nous étions.» nous confie-t-elle lors des célébrations du 20e anniversaire de l'atelier.

Ce témoignage illustre bien qui est Andrée, une femme douce, patiente, humble dans l'accompagnement d'élèves pour rehausser l'estime de soi et encourager la persévérance scolaire. Mira en témoigne : «Merci Andrée d'être à côté de moi pour mes devoirs. Je t'aime de tout mon cœur. Love

Il y aurait encore beaucoup à dire de cette collaboratrice. Sur une note humoristique, Roger souligne son caractère ricaneur: «C'est bien de l'avoir à ses côtés; son opiniâtreté, à preuve, elle tient beaucoup à sa sorte de biscuit !! »

La Maison d'Aurore te remercie chaleureusement pour toutes ces années d'engagement. Tu fais partie de notre histoire, particulièrement, celle du Château !



Andrée lors de son passage au 20e anniversaire du Château d'Aurore entourée d'anciens enfants de l'atelier. De gauche à droite : Miguel Rios, Bryan Bello, Lise Fontaine, Joshua Rego, Andrée Massé et Roger Généreux.

Après l'hiver vient le printemps !

Par Lilia Luna, chargée de projet en agriculture urbaine

Le printemps frappe à nos portes et bien que nous ne sachions pas quand nous pourrions sortir pour lui dire bonjour, restons positifs et espérons que ce sera pour bientôt. Quand cela arrivera, nous aurons plein d'énergie et surtout l'envie d'être à l'extérieur. Beaucoup d'activités vous attendent pour la saison 2020, aussi ne manquez pas l'occasion de vous inscrire au jardin d'Aurore.

En raison du COVID-19, nous nous organisons pour que les inscriptions au jardin puissent se faire de façon électronique et des séances d'information virtuelle sont également prévues. Suivez-nous sur Facebook pour plus de détails. Vous pouvez aussi nous appeler pour plus d'infos, car nous demeurons disponibles pour toutes vos questions.

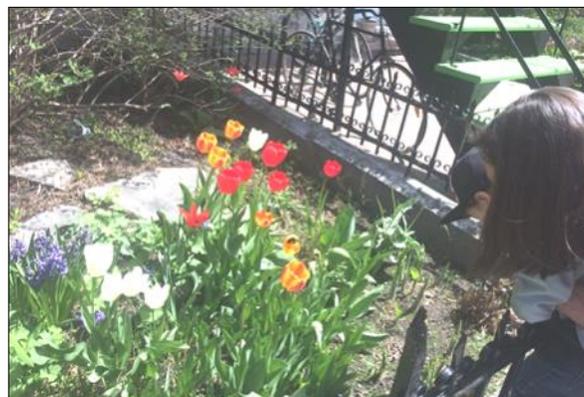
Un atelier sur le démarrage des semis à l'intérieur sera diffusé en avril par vidéoconférence; des conseils et des liens utiles vous seront transmis afin que vous puissiez réaliser cela chez vous. Nous vous partagerons des nouvelles et vous pourrez suivre l'évolution de nos projets via le groupe Facebook:

Le jardin d'Aurore - jardin collectif et agriculture urbaine.

Cette année, à l'occasion de la distribution des fleurs de l'arrondissement*, nous planifions une table d'échanges de semences et de plantes potagères produites par nous et destinées à votre jardin ou balcon.

Finalement, nous planifions une promenade de floraison printanière pour le mois de mai, ainsi que notre grande journée de montage du jardin. Les dates vous seront confirmées ultérieurement.

Restez à l'affût... le beau temps s'en vient et nous devons être prêts. Advenant un confinement prolongé, le jardin d'Aurore poursuivra une production alimentaire pour ses membres et partenaires.



* En raison de la pandémie, la distribution de végétaux de l'arrondissement sera possiblement reportée.

Nourrir le monde contre des miettes*

Par Sylvie Sarasin, présidente du regroupement des cuisines collectives du Québec

Bien que la nourriture soit essentielle et non genrée, le fardeau de son accès et de son adéquation repose encore et toujours sur les épaules des femmes. À la course pour préparer les lunchs des enfants, préoccupés à en avoir assez pour suivre le Guide alimentaire canadien, les femmes sont aussi présentes en grande majorité dans les organismes communautaires œuvrant en aide alimentaire. L'organisation tout comme la qualité de ce qu'elles offrent à leur famille leur revient principalement et on ne cesse de leur ajouter standards et attentes. Plus ciblées par les discours entourant la saine alimentation et ses multiples dérivés, cela s'ajoute à la charge mentale qu'elles portent au quotidien. Une pression dont l'ampleur se comprend aussi quand on constate qu'une telle tâche ne peut s'apparenter avec un faible revenu et un flagrant manque de temps. C'est pourtant trop souvent leur réalité.

Si s'alimenter est le propre de chaque personne, il serait grand temps de dégager les femmes de cette lourde préoccupation qu'est celle de nourrir le monde. L'alimentation est un droit et un besoin pour lequel chaque individu devrait contribuer. Nous ne rappellerons jamais assez que les gouvernements auraient tôt fait de s'attarder à bâtir une société où se nourrir convenablement ne relève plus du défi.

* Texte tiré du site web de La Tribune

Atelier culinaire pour les ados

Par Sylvie Bureau, responsable du volet alimentaire

Cette année, la Maison d'Aurore a pu rejoindre un nouveau public cible, en développant des ateliers destinés à développer la curiosité et l'habileté culinaire des adolescents dans la perspective d'une préparation à la vie adulte.

Les thèmes des ateliers ont été élaborés autour des repas : déjeuners, dîners et lunchs ont été les sujets des trois premiers ateliers. Ils ont pu y apprendre à faire crêpes, omelettes, smoothies, barres tendres, muffins, boules d'énergie, tartinades au tofu, humous, sandwiches wrap au thon. Les jeunes ont vraiment apprécié les recettes! Le dernier atelier a porté sur le poulet. Apprendre à le dépecer, en faire un bouillon et ensuite une bonne soupe ramen entièrement maison; et finalement cuisiner différemment les poitrines (lanières de poulet croustillant aux Corn flakes et cuisses de poulet et légumes rôtis sur la plaque. Bien que certains jeunes aient été rebutés par le dépeçage du poulet, tous ont vraiment apprécié les connaissances qu'ils ont pu en tirer et surtout déguster la délicieuse soupe et les filets de poulet pané!

Quelques notions de saine alimentation et lecture d'étiquette nutritionnelle ont été vues ou revues. L'impact environnemental de nos choix alimentaires a été aussi au cœur du choix des

Initiées par des femmes désirant se réapproprier leur alimentation et trouver une alternative solidaire de développement de l'autonomie alimentaire, les cuisines collectives sont demeurées un espace où la cuisine n'a ni âge ni sexe. En cette journée internationale des droits des femmes, nous saluons ces pionnières qui ont constitué des espaces solidaires et inclusifs où la cuisine est l'affaire de toutes et tous. Trente ans plus tard, elles nous rappellent que malgré un bout de chemin qui se dessine, les femmes sont encore les plus désavantagées et les premières à remplir nos assiettes.



Ces ateliers ont rejoint des jeunes de 12 à 16 ans fréquentant les deux maisons des jeunes partenaires, soient la Maison des jeunes du Plateau et la Maison des jeunes l'Imagerie.

recettes. Bien que souvent indisciplinés, plusieurs jeunes ont démontré un réel intérêt pour les notions de saine alimentation et un enthousiasme réjouissant face aux recettes dégustées!

Un dernier atelier devrait avoir lieu, si la situation le permet. Il abordera le thème de la cuisine végétarienne à travers le monde. Les jeunes se familiariseront avec les bases des mélanges d'épices classiques à travers les grandes cultures culinaires mondiales.

Le Château d'Aurore accueille les Neurones atomiques

Par Anne-Louise Luquin, intervenante au soutien scolaire

Lundi 2 mars, les élèves de l'atelier de devoirs et leçons sont venus participer à un atelier sur les réactions chimiques proposé par Les Neurones atomiques, un centre de formation scientifique pour enfants qui ne manque pas d'imagination pour rendre les sciences amusantes. Romy et Q'ôlli, deux élèves du Château d'Aurore, nous parlent de cette expérience.

Comment s'est déroulée l'activité?

Romy : On a mélangé des liquides pour faire des mélanges et des réactions chimiques.

Q'ôlli : On a fait du dentifrice d'éléphant avec du peroxyde d'oxygène, du savon liquide et de l'iodure de potassium et ça a fait comme une éruption volcanique!

Qu'avez-vous appris?

Q'ôlli : Qu'il y a des scientifiques qui ont risqué leur vie pour voir des réactions chimiques.

Romy : On ne peut pas se rappeler des noms de tous les liquides, mais on a appris comment mélanger avec une spatule de chimiste dans une éprouvette; parce qu'ils ne mélangent pas comme nous quand on mélange du thé!

Qu'avez-vous aimé le plus?

Q'ôlli : Le dentifrice d'éléphant.

Romy : Quand on a mélangé 3 liquides et que ça a fait de la fumée!



Romy et Q'ôlli, nos deux scientifiques en herbes, quelque part entre plaisir et apprentissages.

Est-ce que la chimie est un domaine qui vous intéresse? Pourquoi?

Q'ôlli : Oui, j'adore la science parce qu'on découvre des choses, moi par exemple je pourrais découvrir un nouveau phénomène. Je voudrais travailler dans la science plus tard et devenir inventeur fou.

Romy : Hier ça m'a plu mais je ne veux pas devenir scientifique, car comme on l'a dit avant, ça peut être dangereux et je ne veux pas risquer ma vie!

Les jeunes et moins jeunes parlent de réalités autochtones

Par Marie Vincent, organisatrice communautaire

Le mercredi 29 janvier dernier, le comité d'action et de défense des droits s'est joint aux « Chasseurs de bonnes nouvelles », projet intergénérationnel entre les aînés de la Maison d'Aurore et les jeunes de l'école Jeanne-Mance, afin de présenter le documentaire d'Alanis Obomsawin, *Le peuple de la rivière Kattawapiskak*. Dressant un portrait réaliste et troublant d'une communauté autochtone crie du nord de l'Ontario, qui se trouve au cœur des débats politiques, tout en étant laissés à eux-mêmes dans une complète indifférence, l'auteur suscite une réflexion sur notre responsabilité humaine, collective et sociale face à cette inaction politique.

La réflexion de nos participants a été profonde et les questions pleines de sens. Et surtout: Nous avons eu la

chance inouïe d'accueillir Mme Viviane Michel, présidente de Femmes Autochtones du Québec, qui a eu la générosité de venir partager avec nous son vécu, son histoire, celle de son peuple et qui a su répondre avec une grande patience aux questions qui ont été posées.



Une partie de nos participants en compagnie de Mme Viviane Michel, présidente de Femmes Autochtones du Québec.

Un rendez-vous citoyen avec le nouveau maire

Par Denise Gauthier, membre du comité d'action et de défense des droits



Le 14 janvier dernier, le comité d'action et de défense des droits de la Maison d'Aurore a organisé une rencontre avec M. Luc Rabouin, nouveau maire de l'arrondissement du Plateau-Mont-Royal, afin de connaître ses objectifs et ses priorités.

M. Rabouin est responsable du développement économique commercial et du design au comité exécutif de la ville. Plus de trente-cinq personnes se sont présentées, tant des propriétaires de commerces, des locataires, des propriétaires résidentiels que des citoyennes et citoyens intéressés par le développement de leur quartier.

M. Rabouin a déclaré que l'habitation constituait sa préoccupation prioritaire : l'accès à un logement à prix raisonnable, la disponibilité des logements sociaux, l'élimination des logements illégaux AIRBNB et une attention très particulière aux rénovictions (travaux majeurs et évictions des locataires).

Le processus de demande de permis et ses règles sera analysé. Tous les leviers seront explorés en profondeur pour éviter les expulsions illégitimes. Un professeur d'université sera mandaté pour effectuer une recherche en ce sens. À ce jour, une demande de permis est accordée automatiquement si elle répond aux exigences de base uniquement.

Le comité logement du Plateau collabore étroitement avec l'arrondissement au sujet de cette problématique. Plusieurs changements réglementaires dans le domaine de l'habitation relèvent de la Régie du logement et du gouvernement provincial. Les demandes d'évictions des locataires sont délivrées sans questionnement à un propriétaire détenant un permis d'agrandissement ou de subdivision. D'autre part, la construction de logements sociaux dépend d'une entente fédérale-provinciale toujours en discussion.

Les changements de vocation de l'Hôtel-Dieu et de l'Institut des sourdes et muettes, rue Saint-Denis, demeurent des priorités pour M. Rabouin qui désire leur octroyer un usage public.

La sécurité des piétons, la transition écologique, l'usage du plastique, l'avenir des artères commerciales (une étude est en cours), la création d'un fonds d'aide pour des projets de verdissement dans les écoles, une stratégie numérique pour les commerces et les start-up sont aussi à l'ordre du jour.

Cette soirée, très appréciée, a permis l'expression de besoins et la connaissance des projets en cours. Notre nouveau maire a manifesté beaucoup d'enthousiasme et d'énergie.

Bonne nouvelle ! Le Théâtre de Verdure sera ouvert en 2021 !

Mauvaise nouvelle ! La rénovation de la caserne 26 (Mont-Royal / Des Érables) demeurent un cauchemar, les coûts explosent et le monde de la construction est arrêté.



Citoyens et commerçants se sont rassemblés dans une ambiance décontractée afin de mieux connaître M. Rabouin et ses intentions.

Dernières nouvelles !

- ⇒ L'administration du Plateau interdit dorénavant tout projet de rénovation qui réduirait le nombre de logement.
- ⇒ Suite à la crise du Covid-19, la Régie du logement a aboli toutes les évictions et reprises de possession.

Les réunions du conseil d'arrondissement, tenues les premiers lundis de chaque mois, sont diffusées en direct sur le web.

L'intimidation envers les aînés : qu'est-ce que c'est ça?

Par Brigitte de Margerie, intervenante auprès des aînés

Alors que la Journée nationale contre l'intimidation vient de passer, ce 26 février (ou chaque année le dernier mercredi de février), qu'on appelle dans les écoles la *Journée du chandail rose*, je me propose de vous expliquer de quoi il en retourne. Il y a plusieurs années, des instances se sont mobilisées pour étudier la situation de la maltraitance envers les aînés, alors que de nombreux et très urgents cas d'abus faisaient rage dans les chaumières. Nous avons alors été mis devant de cruelles réalités qui se devaient d'être reconnues, dénoncées et prises en charge : abus financier, séquestration, violence verbale, physique ou psychologique, ainsi que la négligence (qui est l'absence de soin), pour ne nommer que celles-ci. Des ressources existent désormais pour aller chercher de l'aide, que l'on soit victime, témoin ou professionnel. Depuis 2010, la Ligne Aide Abus Aînés (Ligne AAA) 1 888 489-ABUS (2287) est la référence principale partout au Québec, et les situations y sont traitées en toute confidentialité.

Plus récemment, l'attention a été portée sur l'intimidation qui faisait des ravages dans les écoles, mais aussi dans des résidences d'aînés, la plupart d'entre eux se trouvant éprouvés par la vie en communauté.

Il est désormais reconnu que l'intimidation n'est pas moins dommageable pour l'individu qui en est victime que la maltraitance, sa cousine. Le Plan d'action concerté pour prévenir et contrer l'intimidation, du Gouvernement du Québec, nous propose la définition suivante : « L'intimidation désigne tout comportement, parole, acte ou geste délibéré ou non à caractère répétitif, exprimé directement ou indirectement, y compris dans le cyberspace, dans un contexte caractérisé par l'inégalité des rapports de force entre les personnes concernées, ayant pour effet d'engendrer des sentiments de détresse et de léser, blesser, opprimer ou ostraciser. »

De fait l'intimidation peut se décliner en de multiples comportements ou attitudes que je résumerai ici :

- La victime peut : se faire bousculer, insulter, frapper, ignorer, contraindre, menacer...
- L'agresseur peut : tenir des propos discriminatoires, propager des mensonges, dénigrer, humilier, isoler une personne ; détruire, vandaliser ou s'appropriier le bien d'autrui.

Ces gestes se produisent dans des contextes d'inégalité des rapports de force, ils sont répétitifs et ont pour effet de nuire ou blesser autrui.

Peut-être cette description vous permet-elle de repenser à une situation subie? Ou vous avez été témoin mais n'avez pas osé intervenir pour ne pas risquer une maladresse ou ne pas vous faire rabrouer? C'est possible. Dans ce cas, qu'auriez-vous pu faire qui soit salutaire et aidant? Voici quelques pistes, recommandées par le Chantier de travail sur l'intimidation envers les aînés*, qui s'est penché, ces deux dernières années, sur cet enjeu.

Il est important de réagir le plus rapidement possible. Ainsi l'intervention sera plus efficace.

- Ne pas garder le silence
- Alerter une personne en autorité : intervenant de milieu de vie, agent sociocommunautaire, représentant de l'OMHM, comité de locataires ou autre.

ENSEMBLE CONTRE

l'intimidation!

Ce sera déjà un bon début. Les intervenants formés soutiendront les différents acteurs lors de situations critiques. Rappelez-vous que chaque personne peut faire la différence, pour le bien de tous.

*Le Chantier de travail sur l'intimidation envers les aînés :

Le chantier sur l'intimidation est une concertation qui rassemble des intervenant.es de milieu et de proximité, des chargé.es de projets, des gestionnaires et des partenaires communautaires et institutionnels, qui croient en la mise en commun des forces et des idées pour contrer le phénomène de l'intimidation auprès des aîné.es.

<https://www.facebook.com/Chantier-Intimidation-152252205386543/>

autre source :

<https://www.mfa.gouv.qc.ca/fr/intimidation/definition/Pages/index.aspx>

Le racisme systémique, c'est quoi ?

Par Aline Manson, membre du comité d'action et de défense des droits

De retour de ma promenade solitaire, en ce temps de pandémie, je m'attelle à cet article sur le racisme systémique. Il nous arrive de nous demander : suis-je raciste? Question gênante. On espère ne pas l'être ou pas trop. Mais qu'en est-il du racisme systémique? D'où vient-il? Le 24 février 2020, quand il était encore possible de se rassembler, la Maison d'Aurore a invité Alexandra Pierre pour nous expliquer le racisme systémique et discuter avec les participants. Alexandra est vice-présidente de Relais Femme et militante depuis dix ans à la Ligue des droits et libertés.

De quoi s'agit-il?

Tout d'abord, le racisme n'est pas une réalité biologique, mais une réalité sociale. Il n'existe qu'une seule race humaine. À la différence de la xénophobie, la peur de l'autre qui a toujours existé et existera toujours, le racisme est lié à l'histoire. La notion de race est apparue au XIX^e siècle avec la colonisation. Trois faits se sont produits à cette époque : *la traite des esclaves*, (*le commerce triangulaire* (des bateaux partaient d'Europe avec des marchandises, se rendaient sur les côtes d'Afrique pour échanger des biens contre des personnes. Les marchands européens les vendaient comme esclaves en Amérique du Nord et du Sud et dans les Antilles, puis retournaient en Europe), *l'esclavage* (main-d'œuvre appartenant à un propriétaire). De cette situation historique est née la différenciation, l'exclusion et l'humiliation des personnes de couleur.

Qu'en est-il au Québec?

De 1638 à 1724, le Québec a connu l'esclavage des autochtones (2/3) et des noirs (1/3) principalement dans les régions de Trois-Rivières, Québec et Montréal. Les femmes travaillaient comme domestiques et les hommes comme agriculteurs ou artisans. Plus tard, d'autres catégories de personnes, sans être esclaves, ont connu des conditions de travail très pénibles : les Chinois qui ont construit les lignes du chemin de fer canadien, les Noirs des Caraïbes qui travaillaient comme bagagistes dans les gares, par exemple.

Aujourd'hui comment définit-on une personne racisée?

C'est une personne qui subit un processus de racisme, sur une base réelle ou supposée, en raison de sa langue, de son accent, de sa religion, de sa couleur, de son pays d'origine, etc. Cette notion de personne racisée est différente du concept de la personne immigrante, appartenant à une minorité visible ou à une communauté culturelle.

Quelles formes prend le racisme systémique ?



Une quinzaine de participants ont pris part à la discussion avec Mme Alexandra Pierre de la Ligue des droits et libertés.

Le racisme est un système qui est fait de *comportements individuels directs* (insultes, discrimination directe, violence physique, préjugés) et *indirects* (des idées préconçues (biais), imaginaires, selon le bagage culturel ou l'origine sociale de chacun) et qui relève de l'*organisation sociale* (c'est le racisme systémique). Par exemple, selon la catégorisation sociale que l'on projette sur une personne, cette dernière n'aura pas les mêmes chances d'obtenir un emploi. On explique le racisme dans les institutions par le phénomène de la roue : un comportement individuel influe sur l'organisation qui, à son tour influe sur l'individu. Ainsi, le *profilage racial* a un fondement historique. Dès leur arrivée, les esclaves n'avaient pas le droit de circuler dans les espaces publics, de là est née la crainte de voir quelques hommes noirs ensemble. La façon dont on conçoit la réalité sociale influence l'interprétation du phénomène social.

Comment, à cause des idées préconçues racistes, se perpétuent les inégalités?

D'après Alexandra Pierre, les inégalités sociales ne sont pas causées par des problèmes de communication, d'intégration, de manque de connaissance ou de valorisation de la diversité. La distribution inégale du pouvoir entraîne l'inégalité raciale, l'accès, de façon différente, aux droits à la santé, l'éducation, la liberté d'expression, etc. Les associations d'idées sont implicites, conscientes ou inconscientes. Donnons un exemple : le syndrome méditerranéen. On dit que les personnes venant du pourtour de la Méditerranée exagèrent leur douleur. Cela peut entraîner des différences de traitement, d'accès à des soins. Autre exemple : l'archétype de la femme noire : fâchée, agressive, rebelle, mais aussi douce, maternelle, mais aussi sensuelle, lascive.

Quel lien y a-t-il entre le racisme et d'autres discriminations systémiques?

Suite : Racisme systémique

Le racisme n'évolue pas seul. S'y ajoutent le sexisme, la situation de handicap, l'âgisme, l'orientation sexuelle, la santé mentale...

Que pouvons-nous faire?

Sachant qu'il est difficile de nommer le racisme systémique dans notre société d'une part et que d'autre part, les personnes racisées en viennent parfois à douter de ce qu'elles vivent, comment devenir tous et toutes des alliésEs?

- Nommer et reconnaître l'existence du racisme systémique. Agir et prendre conscience de nos idées préconçues et de nos préjugés.

- Être à l'écoute et faire comprendre. Donner la parole aux personnes racisées, amplifier leur voix, ne pas parler à leur place.
- Être solidaires des personnes racisées, appuyer la lutte des groupes antiracistes.
- Surveiller les politiques publiques pour s'assurer qu'elles n'excluent pas les personnes racisées.

Je vous souhaite une bonne réflexion sur ce thème et vous invite à venir discuter avec nous sur d'autres thèmes que je vous incite à nous suggérer. Prenons tous et toutes soin de nous et des autres dans un esprit d'ouverture et d'équité.

Quand voyager coûte cher, très cher...

Par Meggan Perray, intervenante à l'accueil

Le 2 décembre dernier, la Maison d'Aurore a répondu à l'appel du collectif *Pauvre et captif* pour soutenir les prestataires de l'aide sociale qui ont entamé une procédure au tribunal administratif.

Depuis 2015 et la règle 7-15 adoptée par le gouvernement de Philippe Couillard pour *favoriser la réintégration des bénéficiaires de l'aide sociale au marché du travail*, les prestataires de l'aide sociale sont limités dans leurs déplacements. Pour eux, quitter la province pendant plus de sept jours consécutifs est synonyme de suspension des prestations d'aide sociale et d'une obligation à présenter une nouvelle demande à leur retour.

Ainsi, depuis maintenant cinq ans, les prestataires de l'aide sociale au Québec n'ont plus le droit de se déplacer librement, même sur le territoire canadien, sans risquer de perdre leur seule source de revenu.

Cette mesure est à mettre en lien avec le préjugé selon lequel, les bénéficiaires de l'aide sociale ne sont pas autorisés à voyager hors du Québec, car leurs raisons ne seraient pas légitimes mais abusives. Or, 78 % des sorties de la province sont pour des raisons familiales dont les maladies, les décès ou les funérailles sont les motifs les plus cités.

En plus d'être isolés sur le plan économique, les bénéficiaires ayant de la famille ou des ami(e)s dans d'autres provinces ou à l'étranger se retrouvent isolés socialement. Sans aucun doute, les discriminations portées

par la loi actuelle ont des conséquences sur le plan psychosocial, psychologique et physique des personnes qui ne sont plus en mesure de faire perdurer leurs liens familiaux et amicaux. Dès lors, contrairement à la volonté première de la règle 7-15, il semblerait que la loi vienne fragiliser les bénéficiaires, ce qui vient compromettre la réintégration au marché du travail.

Tout compte fait, à la Maison d'Aurore, nous espérons que la procédure intentée au tribunal administratif puisse faire annuler cette mesure et lutter contre les préjugés dont les bénéficiaires sont encore aujourd'hui victimes.



Manifestation devant le tribunal administratif en soutien aux prestataires de l'aide sociale qui militent pour le droit au voyage.

Lettre ouverte : Le grand Time out

Par Mariannick Lapierre, animatrice horticole

Je vous l'avoue, hier matin lors de l'annonce de la fermeture des écoles pour un minimum de 2 semaines, j'ai paniqué. D'abord, c'était les jugements : « franchement, c'est exagéré! », puis la colère et l'anxiété ont pris toute la place... Moi qui avais si bien organisé mon horaire, j'avais résolu un réel casse-tête afin de tenir tous mes engagements! J'en étais si fière, car mon organisation me permettait de répondre à mon grand besoin de sécurité face à tout ce qui m'attendait d'ici la fin de la session d'hiver.

Après avoir accueilli l'inquiétude que ce grand bouleversement a éveillé en moi, je suis remplie de joie que le gouvernement nous libère du temps! Pour une fois que nos institutions nous offrent ce merveilleux cadeau, ça serait idiot de chialer contre ça! Cette période de quarantaine sociétale liée au Covid-19, j'ai décidé de la nommer *Le grand Time out...*

Cette pause est une merveilleuse opportunité de se préparer au printemps. Une semaine devant nous pour les dernières rencontres avec soi, les visites des racoins intérieurs dans cette énergie enveloppante d'infériorité hivernale qui facilite l'accueil de soi et le mouvement, notre sève qui nous permettra de prendre notre pleine expansion au solstice d'été.

L'équinoxe du printemps, le 21 mars, est un moment très important, car il marque la nouvelle année dans les traditions autochtones. C'est la naissance/renaissance; par conséquent, je vous invite à accueillir cette période de retrait et à réapprendre à être seule comme le bébé qui doit contacter sa force intérieure pour frayer son chemin vers l'amour de ses parents. L'équinoxe nous offre cette possibilité de revivre cette transcendance originelle...

C'est un super moment aussi pour se laisser toucher par la beauté de la musique ou pour apprendre de nouvelles choses comme à être avec l'ennui, à toucher son propre corps d'une nouvelle façon ou à apprendre une nouvelle langue. Retrouver le plaisir de lire, d'écrire, de dessiner, de parler au téléphone avec une personne qu'on aime et de partager une réelle intimité émotionnelle et spirituelle avec soi en portant son regard sur soi et en soi ou en regardant une rivière dégeler ou les arbres et leurs bourgeons ronds comme des ventres prêts à donner la vie.

Cette quarantaine est une réelle opportunité de prendre conscience de la nature qui se réveille doucement. C'est un cadeau qui nous invite à ralentir, à délaissé le faire pour passer à la capacité d'aimer. Un amour dirigé dans un premier temps vers soi. Quel message envoyons-nous à soi et à sa valeur propre quand seuls les bons sont ceux avec autrui? Ça goûte bon de prendre conscience que c'est génial d'être avec soi-même et qu'on est tous de bonne compagnie.

C'est dans ce mouvement d'amour de soi qu'il est possible d'offrir aussi son amour aux autres par la prise de responsabilité et la contribution à l'effort collectif afin de ralentir la propagation du virus pour tous nos aîné.es et les personnes vulnérables.



J'invite les gens à porter un autre regard sur ce moment d'écart afin de goûter au calme. C'est génial de se dire que de passer du temps avec soi sauve des vies, car c'est le cas! Ça demande d'avoir suffisamment d'humilité pour annuler ou reporter une activité profondément aimée. C'est important aussi de se rappeler que cette activité est, la plupart du temps, un privilège et que dans l'humanité le bien commun prime sur nos intérêts personnels (et ce n'est pas juste une question de papier de toilette). De mon côté, l'acceptation de ce time out nourrit l'amour

en moi et ça répond à mon besoin de sens et de contribution à la société de demain. J'offre par mon absence tout mon amour et ma solidarité à toutes les personnes touchées ou qui le seront.

La poursuite des activités non-essentiels n'est pas un acte de résistance face au virus. Bien au contraire, c'est, à mon avis, un refus de voir la fragilité du système et un rejet de notre rôle et nos responsabilités envers tou.tes/ notre nation, notre monde.

J'espère qu'au-delà de la « crise du papier de toilette », les gens retiendront qu'on est tous liés ensemble, tant l'espèce humaine que les végétaux, les animaux et les minéraux. Je souhaite aussi que cette pandémie ouvre les consciences et induise plus d'humanité, de respect, de gratitude et d'amour pour la planète et pour tous les êtres de la création.

☞ *Petites annonces et remerciements* ☜

☞ *Ont participé à ce numéro* ☜

Merci à toutes les personnes qui ont contribué à la réalisation de ce journal, à l'image des gens d'Aurore:

Coordination: Marie Vincent

Rédaction : Josiane Archambault, Heide Boellinger, Lise Brassard, Sylvie Bureau, Brigitte De Margerie, Lise Fontaine, Denise Gauthier, Mariannick Lapierre, Lilia Luna, Anne-Louise Luquin, Aline Manson, Annie Pelletier, Meggan Perray, Sylvie Sarasin et Marie Vincent

Mise en page: Marie Vincent

Photos: Christine Tixidre

Correction: Danielle Bécharde

La prochaine édition du Main à Main paraîtra à l'été 2020

COVID-19

**MON ÉQUIPE ET MOI
SOMMES LÀ POUR
VOUS SOUTENIR.**

Prestation canadienne d'urgence
Assurance-emploi
Mesures pour les particuliers et les familles
Soutien aux aînés
Aide pour les entreprises et les organismes

www.canada.ca/coronavirus

**STEVEN
GUILBEAULT**
député de Laurier—Sainte-Marie

514-522-1339
steven.guilbeault@parl.gc.ca



En ce temps de COVID-19, la Maison d'Aurore suit attentivement les directives de la santé publique et communiquera la date de la reprise de ses activités sur les médias sociaux et son site web.

VOS DONNS PEUVENT ÉGALEMENT ÊTRE FAITS EN LIGNE SUR NOTRE SITE WEB : WWW.MAISONAURORE.ORG/ NOUS APPUYER

Je fais un don :

30 \$ Un petit coup de pouce!
 60 \$ Un bon coup de main!
 100 \$ Un grand coup de cœur!
 Autre montant : _____

Je souhaite un reçu pour fins d'impôts (20 \$ ou plus).
Vous recevrez votre reçu en début d'année 2021.

OUI _____ NON _____

Numéro d'enregistrement : 13123-2783 RR0001

Je deviens membre en 2020-2021

Le membership vous permet de participer activement à la vie démocratique de l'organisme et démontre un fier appui à notre mission et nos actions !

_____ 5 \$

À noter qu'aucun montant pour le membership ne peut être déductible d'impôts.
L'adhésion est valide du 1er avril 2020 au 31 mars 2021.

Prénom _____ Nom _____

Adresse _____

Code Postal _____ Téléphone _____

Courriel _____



**4816, Garnier, Montréal (Québec)
H2J 4B4 Téléphone: 514-527-9075
info@maisonaurore.org**