

Le Citoyen

n° 36

4b, avenue Champollion
21000 DIJON
Tel : 03 80 73 11 15
ISSN 1625-7790

Prix : 1 euro

Journal bimestriel novembre-décembre 2020 édité par

La Jeunesse Musulmane de France en Bourgogne

Directeur de la publication : Mohamed ATEB

SOMMAIRE

- Editorial p1
- Assassinat de Samuel Paty p2
- Communiqué JMFB p2
- Rassemblement place République-Dijon p2
- Minute de silence à la Mairie de Dijon p2
- uB: hommage à Samuel Paty p2
- Attentat terroriste à la basilique de Nice p3
- Visite à l'Eglise de la Visitation-Chevigny St Sauveur p3
- Rencontre avec l'archevêque p3
- Communiqué p3
- Ethique du musulman: comment répondre aux caricatures.... p4
- Commémoration de l'armistice 14/18 p5
- 76° anniversaire de la libération de Dijon p5
- Tempête Alex p6
- Crise sanitaire: p7
- Point santé : le miel p7
- 9° diner de la jeunesse annulé pour covid p8
- Courrier des lecteurs p8
- Mort d'une légende p8

Editorial

L'année 2020 n'a pas été des plus heureuses. Elle restera incontestablement marquée par la crise de la Covid-19 et par la violence de son impact économique et social. Mais l'année 2020 a, tout de même, révélé des réalités positives qui ont permis de résister à cette crise inédite et permettront éventuellement de préparer l'avenir face aux mutations qu'elle imposera.

• sur le plan écologique et de la biodiversité: en 2020, le monde constate une chute de la pollution de l'air en Europe, en Chine, aux USA et découvre des espèces au bord de l'extinction faire leur retour, le doublement du nombre d'éléphants au Kenya et un nombre de baleines bleues dans l'Atlantique plus élevé que sur les 20 dernières années...

• sur le plan économique: la crise sanitaire a imposé d'autres mesures économiques à la place de « rigueur, austérité, suppression de postes de fonctionnaires... », présentées comme nécessaires et invite à des voies alternatives en dehors de l'ultra-libéralisme-financier vers lequel l'économie est sans cesse poussée depuis la fin des 30 glorieuses. Ce qui n'a fait qu'accroître indécentement les inégalités et exacerber les tensions. Cette crise a, en effet, permis de réhabiliter l'importance du rôle de l'état et des services publics tant décriés jusque-là comme un poids excessif et un handicap pour l'économie. Avec la crise, même les plus réticents ont découvert les vertus d'un état régulateur et lui demandent d'assurer la redistribution et d'organiser les solidarités.

• sur le plan social : l'année 2020 a aussi révélé la solidarité et la fraternité dont est capable notre société. Si en temps de crises, l'appréhension d'un avenir incertain tempère habituellement les générosités et développe plutôt un repli sur soi, en 2020 un grand élan (inattendu!) de solidarité et de fraternité est apparu prenant plusieurs formes : dons financiers,

services rendus aux proches et voisins, aides aux personnes isolées, soutien et remerciements au personnel soignant, aux caissiers et caissières, aux éboueurs, aux services publics, services municipaux... La France redécouvre précieusement sa dimension sociale, généreuse, fraternelle et collective, capable de créer cohésion sociale et unité nationale nécessaires pour mieux résister à la crise et faire face aux défis ensemble.

• sur le plan politique : ce grand élan de solidarité et de fraternité se trouve menacé par les extrêmes et leur discours de stigmatisation infusant haine tout azimut, et entretenant divisions et conflits au sein de la société. Cette rhétorique, relayée en boucle par un certain type de médias et constamment mise aux enchères des suspicions et amalgames par certains politiciens rivalisant avec les extrêmes dans un but électoraliste, constitue un danger réel contre le vivre ensemble, la paix sociale et la démocratie. D'ailleurs les images inquiétantes de l'assaut sur le capitole du congrès américain ne sont-elles pas la conséquence directe de cette même rhétorique rendue familière par Trump? Ces discours raciste, antisémite, islamophobe, sexiste, stigmatisant des franges de la nation comme inférieures, menaçantes ou dangereuses, suscitent la haine contre « l'autre » et divisent ainsi le pays.

Là encore, l'année 2020 a révélé un souffle d'espoir à travers la mobilisation comme jamais du peuple américain pour dire non à l'incitation à la haine et alerter les consciences que ces discours n'ont pas de lendemain. Le progrès d'un pays, d'une région, d'une ville ne peut être bâti sur la haine et les divisions.

Reste à vous souhaiter, toutes et tous, une excellente année 2021 et formuler le vœu pour un monde meilleur, plus juste et plus fraternel.

Mohamed ATEB

Attentat terroriste à Conflans Ste Honorine : assassinat du professeur Samuel Paty

Communiqué :

Assassinat du professeur du collège du Bois d'Aulne

C'est avec une grande consternation et horreur, que nous avons appris l'assassinat odieux, vendredi 16 octobre, d'un enseignant du collège à Conflans Sainte Honorine en Yvelines.

La JMFB condamne avec la plus grande fermeté et sans aucune réserve cet acte barbare et ignoble.

La JMFB s'associe affectueusement à la douleur de la famille et des proches de la victime et leur exprime une solidarité sans faille. La JMFB présente ses sincères condoléances à la famille de la victime ainsi qu'à ses collègues du collège et à l'éducation Nationale. La JMFB est d'autant plus horrifiée que cet assassinat est commis, prétendument, au nom de l'Islam alors que le Coran met en garde contre toute atteinte à la personne humaine « celui qui tue une âme c'est comme s'il avait tué l'humanité entière ». Rien et aucun motif ne peut justifier ce genre d'acte.

En ces moments chargés de forte émotion et face à ce crime inqualifiable qui touche toute la Nation, la JMFB rappelle que l'unité et la cohésion nationales constituent le rempart contre ces actes barbares. C'est ensemble que nous pouvons y faire face.

La JMFB appelle alors certains politiciens et médias à une attitude responsable sans surenchère ni amalgame afin d'éviter de stigmatiser une partie de la nation et afin d'enrayer la haine dans laquelle les extrêmes veulent nous conduire.

Dijon, Samedi 17 octobre 2020

La Jeunesse Musulmane de France en Bourgogne (JMFB)

Rassemblement place de la République à Dijon, dimanche 18/10



Suite à l'assassinat de Samuel Paty, professeur d'histoire au Collège à Conflans Sainte Honorine en Yvelines, les syndicats d'enseignants et d'autres associations, ont appelé un rassemblement en sa mémoire dimanche 18 octobre à 15 heures, place de la République à Dijon.

3500 personnes s'étaient mobilisées pour rendre hommage à Samuel Paty au rassemblement selon la police. Préfet de Région, députés, maires, d'autres élu-e-s ont participé au rassemblement.

La JMFB, son président M. Mohamed Ateb et d'autres citoyens de confession musulmane étaient aussi présents.

A la fin, une partie des manifestants s'est dirigée vers le rectorat.

Certains mots d'ordre du rassemblement :

- nous sommes attachés à la liberté d'expression et nous refusons les logiques extrémistes et obscurantistes.
- nous sommes attachés à la laïcité, qui garantit la liberté de conscience.
- ça n'est pas par la haine que nous répondrons à la haine qui a coûté la vie à Samuel Paty mais par la promotion de la liberté, de l'égalité et de la fraternité.



Mairie de Dijon : minute de silence en mémoire de Samuel Paty.



Mercredi 21 octobre, dans la cour d'honneur de la Mairie de Dijon, long applaudissement et « une minute de silence à la mémoire de Samuel Paty lâchement assassiné par un terroriste » a été demandée par François Rebsamen Maire de Dijon et président de Dijon-Métropole



Photo BP

U.B : hommage à Samuel Paty sur le campus Montmuzard à Dijon,



Photo infos-Dijon

C'était, mercredi 21 octobre 2020, devant la Maison de l'Université, sur le campus Montmuzard à Dijon, qu'un hommage à Samuel Paty a eu lieu.

Une minute de silence a été demandée



Photo infos-Dijon

par Vincent Thomas, président de l'université de Bourgogne, qui a déclaré qu'il faut lutter à ces attaques avec des armes légitimes. « Ces armes, ce sont les idées, l'argumentation, la raison, le travail de conviction dans le respect d'autrui et de la contradiction.

Attentat terroriste commis à la basilique Notre-Dame de Nice

jeudi 29 octobre : VISITE DU PRESIDENT DE LA JMFB A L'EGLISE DE LA VISITATION A CHEVIGNY ST SAUVEUR

Très touché par l'attentat abject dans la Basilique Notre Dame de Nice qui, non seulement, a ôté la vie à trois personnes innocentes mais a visé une Eglise, lieu de prière et de paix, le président de la JMFB a rendu visite au père André JOBARD, curé de la paroisse de la visitation, pour « exprimer ses amitiés et celles de JMFB et des musulmans ainsi que l'entière solidarité avec nos amis catholiques. Les extrêmes n'arriveront pas à créer la discorde entre musulmans et catholiques ni la division dans notre société »



Le Père André JOBARD l'a accueilli avec ces mots : « Merci de ta venue, Mohamed, au soir de cette journée tragique. Nous affirmons que cet acte odieux n'entamera pas l'amitié que nous voulons construire entre nos deux communautés musulmane et catholique, sur notre secteur de Quetigny-Chevigny ».

LE PRESIDENT DE LA JMFB ET DES IMAMS DE DIJON A LA RENCONTRE DE L'ARCHEVEQUE Mgr ROLAND MINNERATH



Lundi 2 novembre, le président de l'association Jeunesse musulmane de France en Bourgogne Mohamed Ateb, l'imam Elmoustapha Ezzahraouy de la mosquée Nour des Grésilles et l'imam Abdessalem Nechachi de la mosquée Kheir rue Charles-Dumont ont rendu visite à Mgr Roland Minnerath, archevêque du diocèse de Dijon.

Au cours de cette visite, ils lui ont transmis et réaffirmé toute leur fraternité et ont exprimé l'entière solidarité des musulmans avec leurs amis catholiques suite à l'attentat tragique commis à la basilique Notre-Dame de Nice.

« Nous remercions Mgr Minnerath de l'accueil chaleureux et fraternel qu'il nous a réservé. C'est une occasion pour resserrer nos liens fraternels et pour mieux faire face à ce qui peut créer discorde entre nos communautés et division dans notre société. Puisse-nous construire ensemble un monde plus juste et plus fraternel », concluent-ils.

Communiqué : Attaque au couteau dans le 11e arrondissement de Paris :

Vendredi 25 septembre, une attaque au couteau a eu lieu dans la rue Nicolas Appert dans le 11ème arrondissement de Paris (près des anciens bâtiments de Charlie).

Cette agression a fait deux blessés graves. La JMFB condamne sans aucune réserve cette attaque barbare et condamne toute forme de violence. La JMFB souhaite un prompt rétablissement aux deux blessés.

La JMFB exprime sa solidarité avec les familles et proches des deux blessés ainsi qu'avec l'équipe de l'agence « Premières Lignes » dont les deux victimes font partie.

La Jeunesse Musulmane de France en Bourgogne
Dijon, le 26 septembre 2020

ETHIQUE DU MUSULMAN :

Comment répondre aux caricatures, aux insultes, aux calomnies et à la diffamation ?

Le Coran apporte une réponse claire sans équivoque de nature à déconstruire toute idée terroriste et toute idée de recours à la violence ou même à la réciprocité. En effet dans la Sourate Al Hijr, le Coran dit :

(97) **وَلَقَدْ نَعَلْنَاكَ بِصَبْرِكَ بِمَا يَقُولُونَ**

(98) **فَسَبِّحْ بِحَمْدِ رَبِّكَ وَكُن مِنَ السَّاجِدِينَ**

(99) **وَاعْبُدْ رَبَّكَ حَتَّىٰ يَأْتِيَكَ الْيَقِينُ**

« Et Nous savons certes que ta poitrine se serre, à cause de ce qu'ils disent.

- Glorifie donc Ton Seigneur par Sa louange -et sois de ceux qui se prosternent; - et adore ton Seigneur jusqu'à ce que te vienne la certitude (la mort).

Dans ces versets Dieu interpelle son prophète Mohammad paix sur lui. Nous voyons, Nous entendons, Nous savons exactement ce qu'ils disent à ton encontre. Nous savons qu'ils ont abusé de toutes sortes d'insultes, de calomnies, de diffamations, de décri et d'atteintes à ta personne, sans scrupule.

Ils espèrent t'isoler, te séparer des autres, semer la suspicion et exciter contre toi ceux qui ne te connaissent pas

Dieu rassure son prophète. Ceux-là veulent simplement discréditer ta personne, essayer de te salir, de te rabaisser aux yeux des autres, de t'isoler de te séparer des autres. Ils veulent semer la suspicion et exciter ceux qui ne te connaissent pas.

Dieu a même répertorié certaines de ces diffamations, injures et autres dans le St Coran :

Ils ont dit sorcier alors qu'il a combattu la sorcellerie. Ils ont dit poète séduisant par ses paroles. Ils ont dit menteur alors qu'il était connu véridique et honnête. Ils ont dit fou alors qu'il est venu enseigner la sagesse. Ils ont dit qu'il racontait des légendes

Ils ont calomnié son honneur et l'honneur de sa femme, ...

Comment, donc, se comporter face à cette déferlante de caricatures, d'injures, insultes et diffamations ?

1. SOIS PATIENT, CONTRÔLE TON EMOTION, même si ton cœur se serre de ce qu'ils disent.

Dieu a consigné ce qu'ils disent de mal du prophète et en a fait des versets du St Coran lus et relus par le prophète et par les musulmans. Les musulmans ne peuvent pas se détourner de leur lecture même sous prétexte d'avoir peur que le cœur se serre. En plus la lecture de chaque lettre de ces calomnies est récompensée par 10 bienfaits (hassanates) comme pour le reste du St Coran.

Cette lecture apprend au musulman d'être patient, de se retenir, de contenir sa colère. Il ne peut pas se détourner de la lecture de ces insultes même sous prétexte d'avoir peur que le cœur se serre.

Que faire une fois après avoir contenu sa peine ? Il ne doit penser à la violence et même pas répondre par la réciprocité.

2. Purifie (Glorifie) donc Ton Seigneur par Sa louange (dire Soubhanna Allah)

En disant Soubhanna Allah, le musulman comprend que le choix de tous les prophètes est une prérogative de Dieu seul. Mohammad et tous les autres prophètes et messagers (paix et salut sur eux) sont choisis par Dieu pour leur excellente moralité. Ainsi, en disant Soubhanna Allah, on comprend que ces calomnies, diffamations... ne peuvent correspondre à aucun de Ses prophètes.

3. et sois de ceux qui se prosternent ;

Puis, il faut recourir à l'intimité de la prière et se réfugier auprès d'Allah pour trouver aide et surmonter la peine que ce qu'ils disent peut causer dans les cœurs. Dieu dit «Aidez-vous par la patience et la prière. Certes Dieu est avec les patients ».

Ne sois pas perturbé et que cela ne t'éloigne de l'évocation d'Allah, car sinon tu serais tombé dans leur piège.

4. et adore ton Seigneur jusqu'à ce que te vienne la certitude (la mort)

Ensuite il faut continuer à faire le Bien que Dieu te demande de faire ; et à être compatissant, bienveillant à l'égard de l'ensemble de la société.

Le but de ceux qui préfèrent des mensonges est de disqualifier les gens du Bien, de les mettre à l'écart de la société, de les couper des autres, de les séparer de leur société.

Alors aux gens du bien de continuer à faire le bien et répandre la fraternité et la paix entre les gens, tous les gens.

Voilà que le Saint Coran indique clairement la réponse face aux insultes, caricatures, calomnies... pas de meurtre, aucune violence et même pas la réciprocité.

Et ce comportement doit être valable même lorsqu'un-e musulman-e est visé-e par les calomnies et diffamations.

Puisse Dieu nous aider à transmettre l'idéal de paix et de fraternité. Et que les extrêmes arrêtent d'exciter et de dresser les uns contre les autres.

Mohamed ATEB

Commémoration de l'armistice 14/18 :

le 11 Novembre 2020 , 102e anniversaire de la fin de la 1ère guerre mondiale :

«70 000 combattants musulmans y ont perdu la vie. Ce sacrifice, personne ne doit l'oublier », Ch. Castaner



Musulmans « morts pour la France »
au cimetière des Péjoces à Dijon

Vendredi 13 novembre, au cimetière des Péjoces à Dijon, une prière à la mémoire des « musulmans morts pour la France » et leurs camarades, était assurée par Mohamed Ateb président de la JMFB et Elmustapha Ezzahraouy imam de la mosquée Nour des Grésilles.

Il est important de s'intéresser à l'histoire de son pays et de faire un travail de transmission de ses valeurs aux jeunes générations. C'est le but de toute commémoration comme celle du 11 novembre fin de la guerre 14-18.

C'est le message de l'unité et de la cohésion de ces combattants musulmans et leurs camarades français non musulmans dans les tranchées, qu'il faudrait transmettre.

L'Islam ne les a pas séparés. Bien au contraire, il les a soudés et a renforcé leur unité et les a rendus plus solidaires.

En effet, des « anciens combattants tunisiens de la guerre de 1914 racontaient qu'au plus fort de la bataille de Verdun, alors que les obus pleuvaient dans les tranchées, les soldats tunisiens invoquaient à haute voix pour demander à Dieu de les épargner d'une mort certaine. Leurs camarades français leur demandaient de leur apprendre ces prières et ces invocations, et ils les répétaient avec eux sans même les comprendre". (1)

En ces temps de doutes et où certains ont choisi des discours indécents suscitant haine, discorde et division, il est bon d'appeler la nation à l'unité et à la cohésion et d'éduquer dans ce sens.

Khalid El Allam

(1) Malika Guerbi, professeure d'Histoire et d'éducation civique dans le journal saphirnews.

On compte 180 000 Algériens, 60 000 Tunisiens, 37 000 Marocains, 134 000 Noirs Africains, 34000 Malgaches...



Cérémonies du 76^e anniversaire de la libération de Dijon

Jeudi 11 septembre 2020, au jardin Darcy, fût célébré le 76e anniversaire de la libération de la Ville de Dijon.

Les masques, cette année, n'ont pas gêné la traditionnelle lecture de l'ordre du jour n°3 du Maréchal de Lattre de Tassigny. Et des gerbes de fleurs ont été déposés en hommage à celles et ceux qui ont donné leur vie pour libérer la ville et la France.



Ce sont les élèves de l'école élémentaire Jean Jaurès qui ont chanté la Marseillaise et procédé à un lâcher de ballons tricolores.



Puis dans la cour d'honneur de l'hôtel-de-ville sur l'estrade avec le préfet Fabien Sudry de la région Bourgogne-F/C, M. François Rebsamen clôture des cérémonies par un discours très républicain où il dit : **«Célébrer le 11 septembre 1944, c'est ne jamais oublier les personnes qui ont été victimes du nazisme»...«Grâce à eux, la République et la démocratie ont pu être restaurées»...« Il ne peut y avoir d'avenir possible dans l'extrémisme, dans les discriminations, dans le rejet de l'autre. L'humanité ne peut progresser qu'en épousant les valeurs d'égalité mais surtout de tolérance et de respect d'autrui ».**

Scène insoutenable de la ville de Dijon occupée par l'armée nazie et paradant dans les rues de Dijon



Défilé de l'armée nazie à Dijon, rue de la liberté 1941



Participation massive des musulmans Liesse dans rue de la liberté autour des héros de l'Armée d'Afrique.

Tempête Alex dans les Alpes-Maritimes : Inondations et enjeux écologiques

Catastrophe naturelle

En octobre dernier, des intempéries d'une rare violence s'abattent dans certaines communes du Sud-Est de la France provoquant des pluies torrentielles suivies d'inondations, coulées de boues et glissement de terrain spectaculaires et meurtriers. Le bilan humain et écologique s'alourdissant, l'armée était même intervenue en appui des secours.

Ces phénomènes météorologiques sont amenés à se répéter et auraient un lien avec le réchauffement climatique (lemonde.article 2020/10/05) et l'intensité de ces épisodes météorologiques violents va augmenter à chaque degré de réchauffement climatique.

Prévention des inondations

Alors n'y a-t-il pas une prévention à mettre en place ? Eviter les zones urbaines du littoral et de l'arrière-pays. Ne pas habiter dans des zones potentiellement inondables, les zones densément peuplées bâties le long des cours d'eau et même les touristes sont vulnérables puisque de nombreux lits d'hôtels ou de camping sont dans des zones à risque.

Impact financier

Les inondations ont un coût humain et financier non négligeable. Les dégâts liés aux inondations sont les plus coûteux pour le régime d'indemnisation des risques de catastrophes naturelles par rapport aux sinistres automobiles et ceux causés par la sécheresse.

Considérations et enjeux écologiques

Difficile d'empêcher la survenue des phénomènes naturels ; cependant les autorités et pouvoirs publics peuvent anticiper au mieux les prochaines crues et améliorer les dispositifs de surveillance, de prévention et de sensibilisation des populations (Etudes hydrauliques, surveillance des cours d'eau, analyse des risques liés aux habitations, aménagement des cours d'eau, création de bassins de rétention, aménagement de zones vierges pour accroître les capacités de stockage des crues, etc.).

Il faut qu'il y ait une mémoire des inondations passées avec une responsabilité étatique et citoyenne pour maîtriser l'urbanisation et revoir les pratiques agricoles qui ont altéré les sols (bétonnage, agriculture conventionnelle rendant les sols imperméables...).

Cette conscience écologique permettra de sauvegarder notre Terre et des vies humaines.

Néjia Dahech

Le bilan est lourd dans les Alpes-Maritimes :

La tempête Alex et ses inondations dévastatrices ont fait neuf morts et neuf personnes officiellement portées disparues.



maison ravagée à Luceram

Ces inondations dévastatrices avaient exhumé des corps des cimetières, ce qui a rendu difficile d'établir le bilan.

400 tombes des vieux cimetières de Saint-Dalmas-de-Tende et de Saint-Martin-Vésubie ont été emportés par les flots.



Photo Lionel Urman/sipa

Le bilan matériel est estimé à plus d'un milliard d'euros selon des élus dans la région. La vallée de la Roya était très touchée.

Une belle mobilisation de solidarité



Photo Valéry Hache/AFP

Bénévoles, pompiers, gendarmes ont formé une formidable chaîne de solidarité au service des habitants sinistrés.



La SNCF de son côté a mis à disposition un TER-CARGO pour leur acheminer les produits de première nécessité.

La mobilisation de tant de bénévoles révèle que le sentiment de solidarité n'est pas perdu et qu'il est même très fort, dans les moments difficiles.

Mohamed Mouatadir

Crise sanitaire : Comportement exemplaire et solidaire



Colmar, Agen, Toulouse, Marseille, Sartrouville, Argenteuil, ...

Une solidarité qui a culminé prodigieusement avec le mois du Ramadan, période de partage, qui a coïncidé avec le deuxième mois du confinement en France. Des milliers de repas ont été, par exemple, distribués dignement à ceux qui en

La COVID a bouleversé toutes nos vies cette année et marquera, à coup sûr, notre Histoire moderne. Elle a mis, et encore aujourd'hui, à rude épreuve nos économies, nos modèles de vie et aussi nos solidarités. Depuis le confinement débuté le 17 mars 2020 à 12h et les restrictions des contacts humains que cela a provoqué, il a fallu inventer d'autres manières de vivre, d'agir, d'aider. Paradoxalement, de cet accroît de marginalisation, d'isolement, de distance sociale a jailli un élan solidarité nationale sans précédent. D'après le journal « Les échos » 350 collectes d'urgence ont généré, par exemple, 2 millions de dons sur les plateformes en ligne en quelques jours en Avril.

Chose positive, dans cet ilot de difficultés qui a accru la pauvreté. Comme les autres, les citoyens musulmans ont été de la partie. Livraison de repas et matériel dans les services COVID-19 des établissements hospitaliers, drive dans les mosquées au service de tous les démunis, distribution de repas aux pompiers, fabrication de masques en tissus dans les mosquées transformées en atelier, panier repas au domicile des seniors et les plus vulnérables, mise à disposition des locaux pour pallier au manque d'espaces des hôpitaux... à Dijon, Nevers, Creil,

avaient besoin à Dijon durant la période du Ramadan. Des milliers dans une chaîne de solidarités qui a commencé par les familles généreuses, est passée par les bénévoles de l'association de la JMFB pour ensuite être destinés aux confinés nécessiteux. Musulmans ou pas : étudiants, réfugiés, familles en difficultés ont bénéficié de ces paniers repas préparés quotidiennement par des familles donatrices chez elles et soigneusement livrés par les bénévoles de l'association. Un vaste circuit solidaire qui a desservi la Résidence Internationale de Dijon, les logements universitaires de Mansart, Montmuzart, Beaune, à domicile pour les familles et réfugiés. Des milliers de repas sans compter ceux qui ont été préparés par d'autres associations et mosquées de l'agglomération à l'intention des nécessiteux. Les français de confession musulmane n'ont pas failli et démontré qu'ils sont exemplaires et citoyens. Ils font du lien et ne prêchent pas la rupture. Ils sont solidaires et ne prônent pas le repliement. Loin de l'image donnée d'eux des discours politiques démagogiques et dangereux c'est la réalité qu'il faut pouvoir voir. C'est cette réalité qu'il nous faut montrer.

Abdella Haïfi

Point Santé : Le miel

Le miel est meilleur que les antibiotiques pour les infections des voies respiratoires supérieures

Selon les résultats d'une nouvelle méta-analyse réalisée par une équipe de l'Université d'Oxford, le miel est supérieur aux soins habituels pour l'amélioration des symptômes liés à une infection des voies respiratoires supérieures (URTI).

Pour cette nouvelle analyse, les chercheurs ont identifié 14 études randomisées incluant des patients de tout âge et comparé le miel aux soins habituels et entrepris des analyses de sous-groupes où il y avait des différences dans le type de soins habituels.

Par rapport aux soins habituels, le miel a amélioré le score combiné des symptômes et la sévérité de la toux. En revanche, l'analyse de sous-groupes a révélé que le miel n'était pas plus efficace que le dextrométhorphan (Tussidane) (utilisé dans le traitement de courte durée des toux sèches ou d'irritation) pour les symptômes combinés, mais mieux que la diphenhydramine (Nautamine) (utilisée dans la prise en charge de rhinopharyngites aiguës).

Les auteurs ont conclu que lorsque les cliniciens souhaitaient prescrire un traitement pour une URTI, le miel devrait être considéré comme une option de première intention.

Ali Bettaieb

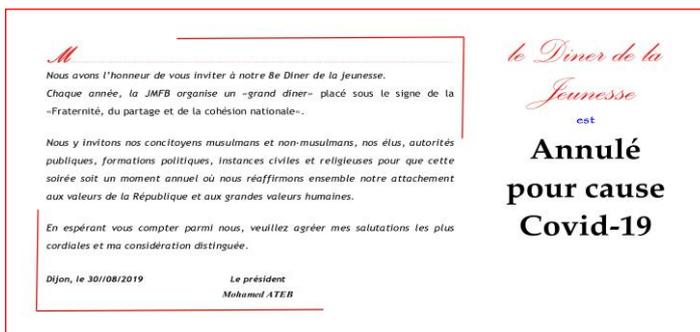
Université de Bourgogne

2020 : Le 9^e DINER DE LA JEUNESSE annulé pour cause Covid-19

conçu comme un moment fraternel et citoyen où est exprimé chaque année l'attachement des musulmans dijonnais et bourguignons aux valeurs de la République et aux grandes valeurs humaines comme le partage et la solidarité



Ce dîner, placé sous le signe de «Fraternité, de partage et de cohésion nationale », est conçu comme un moment convivial où est exprimé chaque année l'attachement des musulmans dijonnais et bourguignons aux valeurs de la République et aux grandes valeurs humaines comme le partage et la solidarité et ceci en présence d'acteurs publics, économiques, associatifs et religieux (comme indiqué sur les invitations des années passées; voir ici les photos)



-La JMFB remercie chaleureusement toutes les (120) familles qui ont, ces années durant, offert gracieusement tous ces repas succulents (de l'hors d'œuvre au dessert) et de les avoir soigneusement préparés chez-elles. 1000 mercis.

-La JMFB remercie vivement tous les invités, personnalités ou simples citoyens d'avoir honoré ces moments culturels de fraternité, de « bon vivre ensemble » et de cohésion avec la nation . 1000 mercis

Courrier de lecteurs :

débuter la course à pied !

Courir est bénéfique, peu importe la durée ou la cadence. Selon une étude internationale, la course à pied réduit les causes de mortalité, toutes causes confondues, même qu'une fois par semaine.

Commencer à courir est accessible à tous. L'essentiel est d'être conscient de ses capacités et des finalités : pourquoi je cours ? Pour perdre du poids? Pour sa santé? Pour s'évader? Pour la performance ? ... Il faut avoir des objectifs en adéquation avec son niveau pour rester motivé.

Commencer à courir lentement, par courir 15-30 minutes en alternant 1 minute de course et 1 minute de marche. Si vous avez de bonnes sensations diminuer le temps de marche jusqu'à le supprimer.

Être patient, ne pas vouloir aller trop vite et risquer la blessure qui stoppera votre progression et surtout vous sapera votre morale, le corps a besoin de s'adapter

Se trouver un parcours en boucle de 2 à 3 kms avec un point d'eau (lac, parc...) ou prendre une gourde que l'on pourra cacher sur le parcours.

Avoir un journal de bord et noter distances, temps de course ou même votre poids pour évaluer la progression, on pourra même y noter ses sensations.

Ahmed Belaheb

Diego Maradona, mort d'une légende « el pibe de oro », le gamin en or"



Enfant d'un bidonville de la banlieue sud de Buenos Aires, courageux, volontaire, symbole de réussite, c'est la mort du "meilleur joueur de football de tous les temps" dicit Emmanuel Macron en lui rendant hommage, ou encore celui qui a mis son pays au sommet du monde" selon le président argentin.

Maradona a gagné les cœurs en Argentine et dans le monde. Malgré tout son succès, il est resté un homme du peuple, simple, proche des pauvres, proche des opprimés.

Ali Khattabi

L'équipe du journal « Le Citoyen » vous souhaite, toutes et tous, une excellente année 2021, et les meilleurs vœux de bonne santé et de réussite.