

# VIE COMMUNAUTAIRE

## Associations en action

*L'Association Musulmane de Montréal-Nord (AMMN) est une association à caractère culturel et social, fondée par des membres de la communauté marocaine résidant à Montréal-Nord en 1988.*

L'initiative de créer cette association et la construction d'un lieu de culte (Masjid Nour Al Islam) répond aux besoins spirituels, éducatifs et sociaux de la forte concentration de plusieurs centaines de familles musulmane à Montréal-Nord. Cette population qui ne cesse de grandir avec l'arrivée des familles musulmanes nouvellement immigrées.

### Mission

Contribuer au regroupement de notre communauté dans un cadre de vie spirituelle et socioculturelle.

Œuvrer pour mettre à la disposition de notre communauté résidante à Montréal-Nord et environs un lieu de culte et une école d'enseignement des cours d'arabe pour les enfants.

### Objectifs

- Promouvoir la solidarité et la fraternité entre les membres de la communauté musulmane résidante à Montréal et environ.
- Préserver son identité musulmane.
- Offrir des services éducatifs et religieux à l'intention de cette

communauté.

- Organiser des activités religieuses et socioculturelles.
- Offrir l'aide nécessaire aux nouveaux arrivants musulmans.
- Défendre les droits des musulmans auprès des instances canadiennes en collaborations avec les services spécialisés en la matière.
- Faciliter l'intégration de nouveaux arrivants musulmans dans la société d'accueil.
- Fournir une assistance matérielle, morale et financière aux familles nécessiteuses ou dans les cas de décès.
- Collecte et distribution de Zakat.

### Activités

- Organiser les cinq prières quotidiennes.
- Organiser la Prière du vendredi.
- Organiser les deux prières de l'Aïd.
- Célébration du Mois de Ramadan et Lailatou Al Quadre :
- - Tarawih (Imam Invité du Maroc).

• Causeries religieuses et conférences animés par des professeurs universitaires invités du Maroc.

- Iftar communautaire.
- Cercle des études islamiques.
- Concours de mémorisation du coran pour les enfants.
- Cours de Sira Annabaouiya : Tous les jours après salat Isha.
- Cours de Tawhid : Tous les dimanches après salat Maghreb.
- Principes de l'Islam et Assunnah : (cours en français pour les musulmans (es) francophones), Tous les samedis en collaboration avec le centre islamique de Ste-Rose à Laval.
- Éducation islamique : Cours pour les femmes chaque dimanche après salat Asr.
- Cours d'arabe et culture marocaine pour les enfants, selon le programme du Ministère de l'Éducation Nationale au Maroc : Tous les samedis et dimanches de 9h00 à 12h00 en collaboration avec l'école Marocaine.

Un montant de 11.000\$ de Zakat a

été collecté et distribué aux familles les plus démunies en 2005.

- Organiser des colonies de vacances et des activités plein air pour les enfants.
- Délivrer les actes de mariage islamique reconnus par le Consulat général du Maroc à Montréal et le gouvernement du Québec.
- Organiser des rencontres et des soupers le dernier samedi de chaque mois pour consolider les liens de fraternité et d'entraide entre les membres de notre communauté.
- Organiser des rencontres sportives et des cours de Taekwondos en collaboration avec l'école des Champions.
- Organiser des collectes de fond pour venir en aide aux familles nécessiteuses dans les cas de décès ou maladies et rendre visite aux malades.
- Organiser des voyages en groupe pour Omra (Ramadan) et Hajj (pèlerinage).

Site: <http://www.ammn.org/>

## Les bienfaits du Taekwondo sur le bien-être de la santé physique et mentale

Les arts martiaux ne sont pas seulement un sport de combat ou méthode d'auto défense, c'est aussi un cheminement vers la redécouverte de soi par l'action et l'inaction, un travail physique et mental.

La pratique du Taekwondo sollicite l'ensemble de l'organisme. Ce sport olympique fait travailler les membres de manière homogène. Il développe la qualité gestuelle et améliore la perception du corps dans l'espace. La confrontation avec un partenaire, en obligeant à bien connaître l'autre, développe aussi le côté rationnel et relationnel.

Le Taekwondo cherche à acquérir la souplesse du corps, des membres et la rapidité des déplacements.

Je me servais de ce sport pour

Nous devrions donner comme objectif d'être les meilleurs en sport. Une société sportive améliore sa santé physique et mentale.

Dans la vie, il faut savoir trouver son propre chemin, une route bien définie, pour atteindre un objectif établi.

Essayez le Taekwondo car il favorise une meilleure harmonisation du corps et de l'esprit.

Abdelilah Essabbar offre un programme d'art martial de Taekwondo et d'autodéfense pour hommes, femmes et enfants. Les cours sont donnés par un moniteur

mettre en valeur la notion du civisme.

en art martial qui est très qualifié et vous donnera un enseignant dynamique et agréable. Votre corps et votre esprit en tiendront des bienfaits extraordinaires.

Abdelilah Essabbar, président  
4eme Dan

École des Champions Olympiques

de Taekwondo

Téléphone : (514) 721-8173

Courriel

[ecoledeschampions@hotmail.com](mailto:ecoledeschampions@hotmail.com)

Site web

<http://www.taekwondoessabbar.com>

