

proforma

www.jeunebarreaudequebec.ca



Le 175^e anniversaire du Barreau du Québec et de la Cour d'appel du Québec



Mot du
président

p. 5



Mot du
Bâtonnier

p. 6



Chronique de la
magistrature

p. 11

L'équipe du Proforma

Me Yasminne Aracely Sanchez
Me Julie-Ann Blain
Me Sarah Campeau-Lortie
Me Hawa-Gabrielle Gagnon
Me Élisabeth Lachance (responsable)
Me Laurie-Ann Laveau
Me Charlotte Reid
Me Catherine Savard
Me Maël Tardif

Conseil d'administration du Jeune Barreau 2024-2025

Me Pier-Luc Laroche
président 

Me Josée Therrien
première vice-présidente 

Me Gabrielle Bergeron
seconde vice-présidente 

Me Caroline Martin
secrétaire 

Me Antony Kerr-Aspirot
(second-secrétaire) 

Me Alexandre Belzile
trésorier 

Conseillers(ères)

Me Josianne Berthelot
Me Gabriel Boivin
Me Hubert Chiasson
Me Daphné Côté
Me Raphaël Gaudreault
Me Élisabeth Lachance

Président sortant

Me Gabriel Dumais

 Jeune Barreau
de Québec

 @JBQ_Quebec

Table des matières

	3	Prix Louis-Philippe Pigeon : Me Camille Lefebvre
Me Pier-Luc Laroche	5	Mot du président du Jeune Barreau de Québec
Me Stéphane Lavoie	6	Mot du bâtonnier
Me Isabelle Poitras	8	Le bal du 175 ^e anniversaire du Barreau du Québec et du Barreau de Québec
Mes Catherine Savard et Maël Tardif	9	Le bal de la Rentrée judiciaire conjointe en images
	12	Chronique de la magistrature : Entrevue avec l'honorable Manon Savard, juge en chef du Québec : un retour sur la rentrée judiciaire 2024 et les 175 ans d'existence de la Cour d'appel
Me Domink Danakas	15	Chronique SOQUIJ : Lorsque l'identité ou l'expression de genre est source de discrimination en milieu de travail
Mes Daphnée Côté Charlotte Lessard-Hamel et Maude Laporte	17	Plaidoyer pour soi : conseils pour une rentrée judiciaire sereine
	18	Le Jeune Barreau en action
	21	Calendrier des activités

Le 175^e anniversaire du Barreau du Québec et de la Cour d'appel du Québec



Prix Louis-Philippe Pigeon 2024

C'est lors de la Rentrée judiciaire du 6 septembre dernier que le Jeune Barreau de Québec a décerné le prestigieux prix Louis-Philippe Pigeon. Annuellement octroyé, et ce, depuis 1989, ce prix vise à reconnaître et à souligner l'accomplissement d'un acte méritoire ou d'une contribution distinctive d'une avocate ou d'un avocat membre du Jeune Barreau de Québec. Par le biais de cette tradition, plusieurs membres émérites de la communauté juridique québécoise se sont vus applaudis en raison de leur implication marquée au sein de la collectivité.

Dans le cadre de la présente édition, le conseil d'administration a choisi d'attribuer cette reconnaissance à Me Camille Lefebvre, avocate œuvrant dans le domaine du droit international public, plus précisément en droit international des migrations et des réfugiés. Préconisant l'entraide et la collaboration dans le cadre de sa carrière ainsi que sa vie personnelle, Me Lefebvre veille à placer l'être humain et l'égalité des chances au centre de ses projets de recherche.

Dès son parcours universitaire à la Faculté de droit de l'Université Laval, Me Lefebvre s'est montrée grandement impliquée, notamment à titre d'étudiante au sein de la Clinique de droit international pénal et humanitaire (CDIPH) et d'auxiliaire de recherche au sein de la Chaire de recherche sur la justice internationale pénale. Elle poursuit ses études en réalisant sa maîtrise sur le thème on ne peut plus d'actualité de l'application des clauses d'exclusion du statut de réfugié au Canada, et ce, sous la tutelle de Me Fannie Lafontaine, également récipiendaire du prix en 2007.

À l'heure actuelle, elle s'intéresse à la mise en œuvre du droit international au Canada, plus précisément en regard de l'expulsion, de la détention et de la sécuritisation des migrants en complétant un doctorat en cotutelle sous l'égide d'éminents professeurs des facultés de droit de l'Université Laval et de l'Université de Leiden, aux Pays-Bas. Son projet de recherche, portant sur la criminalisation et la protection des personnes migrantes en droit international, lui a valu les bourses les plus prestigieuses du pays. Pour n'en nommer que certaines, notons celle de la Fondation Pierre Elliott Trudeau, la bourse Joseph-Armand Bombardier du Conseil de recherches en sciences humaines du Canada et la bourse John Peters Humphrey du Conseil canadien de droit international.

Au niveau professionnel, Me Lefebvre a d'abord entamé sa carrière en œuvrant au sein de l'équipe de droit de l'immigration du cabinet Bernier Beaudry Avocats. Elle fut par la suite sélectionnée à titre d'auxiliaire juridique à la Cour d'appel fédérale du Canada, où elle assista l'honorable Sylvie Roussel, puis pilota la refonte du cours « Droit de l'immigration » en dispensant l'enseignement de cette matière auprès des étudiants inscrits au baccalauréat en droit à l'Université Laval. Elle possède également une charge de cours à l'Université de Leiden pour l'année en cours.



Son parcours fut par ailleurs parsemé d'implications diverses. Elle fut d'abord la première étudiante dans l'histoire de l'Université Laval à être désignée à titre de *Judicial Fellow* à la Cour internationale de Justice. Assistant alors l'honorable Ronny Abraham, elle eut la chance de travailler sur des dossiers d'importance capitale touchant notamment

le conflit ukrainien ainsi que celui israélo-palestinien. Elle eut par la suite l'opportunité d'assister l'ambassadeur du Canada aux Pays-Bas comme conseillère juridique en droit international. À ce titre, elle représenta le Canada devant plusieurs instances internationales telles que la Cour pénale internationale, la Cour internationale de Justice ainsi que la Conférence de La Haye de droit international privé, puis prit part aux discussions préparatoires pour la mise en œuvre d'un mécanisme international d'indemnisation des victimes ukrainiennes.

Elle occupe au surplus le poste de conseillère juridique auprès d'Affaires mondiales Canada, implication dans le cadre de laquelle elle fut invitée à accompagner le Canada ainsi que les Pays-Bas dans leur poursuite envers la Syrie en raison de violations alléguées de certaines dispositions de la *Convention contre la torture et autres peines ou traitements cruels, inhumains ou dégradants*. Enfin, elle siège à titre d'administratrice au sein du Conseil d'administration du Conseil canadien de droit international, où elle fonda la Communauté John Peters Humphrey visant à encourager le développement et le progrès du droit international et des relations internationales au Canada.

Questionnée quant à ses aspirations futures, Me Lefebvre mentionne vouloir élargir ses compétences juridiques et mettre à profit ses acquis professionnels et scientifiques dans les domaines ci-haut mentionnés. Elle souhaite définitivement évoluer au sein du milieu académique à plus long terme, puis désire également poursuivre ses implications professionnelles auprès d'instances internationales. Notons à ce titre la Commission de l'immigration et du statut de réfugié du Canada, l'Organisation internationale pour les migrations ou encore le Haut Commissariat des Nations unies pour les réfugiés.

Au-delà de ces nombreuses reconnaissances et implications, l'entourage de Me Lefebvre est unanime quant au fait qu'elle est grandement présente pour aider ses pairs. Elle est passionnée par les projets qui l'entourent, favorise en tout temps la collaboration dans le cadre de ces derniers et s'avère marquante pour les individus qu'elle rencontre. Faisant preuve d'une grande générosité, elle a d'ailleurs choisi de remettre la bourse accompagnant le prix Louis-Philippe Pigeon à la Société québécoise de la schizophrénie. Il ne fait aucun doute qu'elle aura un profond impact sur notre profession ainsi que la communauté au sein de laquelle nous évoluons, ayant déjà longuement favorisé leur avancement à ce jour.



L'institution financière des avocats membres du JBQ

Une offre avantageuse, pensée et développée pour vos besoins personnels et professionnels.

Profitez de cette offre dès maintenant!

1 844 778-1795 poste 30

Pour plus de détails sur l'offre, visitez le desjardins.com/jbq



Me Pierre-Luc Laroche
Président du Jeune Barreau de Québec
presidence@jeunebarreaudequebec.ca

Mot du président du Jeune Barreau

Un 175^e anniversaire fêté en grand!

Le 6 septembre dernier, la communauté juridique de et du Québec a assurément eu droit à l'une des (si ce n'est la) plus dynamique et mémorable rentrée judiciaire de son histoire.

Prenant tout d'abord place à l'Université Laval, la rentrée a débuté en force par les toujours très pertinents Colloque Québec-Versailles et Conférence Claire L'Heureux-Dubé. Par la suite, a pris place la Cérémonie de la Rentrée judiciaire du Barreau de Québec au cours de laquelle Me Camille Lefebvre s'est d'ailleurs vu remettre le prestigieux prix Louis-Philippe Pigeon.

Ensuite, tous étaient invités à se déplacer au Palais de justice de Québec pour le retour tant attendu de la Cérémonie de la Rentrée judiciaire des Tribunaux de Québec.

La journée a finalement culminé par le somptueux Bal de la Rentrée judiciaire conjointe du Barreau du Québec et du Barreau de Québec.

Et quel ne fut pas un bonheur pour nous d'aller à votre rencontre et de vous retrouver en si grand nombre lors de ces différents événements.

Au nom du Jeune Barreau de Québec, je tiens d'ailleurs à remercier nos membres bénévoles qui ont prêté main-forte à la mise sur pied et au bon déroulement des différentes activités. Un bravo tout spécial et bien mérité à Me Isabelle Poiras et à son équipe à la permanence du Barreau de Québec qui, durant plusieurs mois, ont mis cœur et âme dans l'organisation de cette journée afin que l'on se rappelle longtemps des célébrations entourant les 175 ans d'existence du Barreau du Québec et du Barreau de Québec. On peut sans se tromper dire que c'est mission accomplie!

Un automne 2024 qui s'annonce bien rempli

Qu'à cela ne tienne, la rentrée étant maintenant derrière nous, le JBQ vous réserve un automne des plus dynamiques! Voici donc en rafale les différents événements à ne pas manquer au cours des trois (3) prochains mois :

- Clinique téléphonique juridique - 19 et 20 octobre : En collaboration avec le Jeune Barreau de Montréal, le Jeune Barreau de Québec tiendra sa bisannuelle clinique téléphonique juridique. Au cours de celle-ci, des avocats bénévoles répondront aux questions de justiciables de partout à travers la province. D'ailleurs, n'hésitez pas à nous contacter si vous avez un intérêt à agir à titre de bénévole.
- Tailgate du Rouge et Or - 20 octobre : Le Jeune Barreau de Québec vous attend en grand nombre pour son Tailgate

annuel du Rouge et Or. Suivra par la suite le match de football au cours duquel l'équipe affrontera les Redbirds de l'Université McGill.

- Formations – automne : Deux formations sont déjà confirmées d'ici la fin de l'année 2024. La première se tiendra le 27 novembre, aura pour titre « *Droit de travailler des étudiants étrangers* » et sera donnée par Me Jennifer Dumetz. La seconde aura lieu le 11 décembre, portera sur l'aide médicale à mourir et la *Loi concernant les soins de fin de vie* et sera présentée par Me Anne-Marie Savard. Demeurez à l'affût sur nos différentes plateformes, car d'autres formations devraient également s'ajouter au courant de l'automne.
- Capsules « pleins feux » - automne : Encore une fois cette année, vous pourrez lire sur nos réseaux sociaux des publications mettant en vedette le portrait de certains de nos membres qui se démarquent par leur implication sociale ou par leur parcours professionnel. D'ailleurs, si vous connaissez un(e) membre de votre entourage professionnel qui devrait se mériter un « plein feux », pourquoi ne pas nous soumettre sa candidature?
- 6 à 8 réseautage – automne : En partenariat avec l'Association de planification fiscale et financière, le Jeune Barreau de Québec tiendra encore une fois cette année un 6 à 8 réseautage. Les détails suivront sous peu.
- Activité de bienvenue dans la profession et cocktail de Noël – 5 décembre 2024 : Évidemment, le Jeune Barreau de Québec ne pourrait clore l'année sans son traditionnel et toujours aussi populaire cocktail de Noël, lequel sera à nouveau précédé de l'activité de bienvenue dans la profession. Le Comité des affaires sociales travaille fort pour vous offrir une édition qui s'annonce très festive, croyez-moi!

Évidemment, en plus de toutes ces activités, le Jeune Barreau de Québec poursuit ses initiatives en santé mentale et en environnement. D'ailleurs, je vous invite à nouveau à consulter [le Guide des meilleures pratiques écoresponsables pour les services juridiques](#) publié récemment par le Barreau du Québec dont le Comité Environnement du Jeune Barreau de Québec a été l'initiateur.

Finalement, suivant ce feu roulant de projets, les troupes prendront quelques jours pour se reposer durant la période des fêtes. Nous vous reviendrons par la suite en force pour débiter l'année 2025.

Au plaisir de vous voir en grand nombre à nos différentes activités, je vous souhaite un excellent début d'automne agrémenté des belles couleurs saisonnières et, qui sait, de quelques *pumpkin spice lattes!*



Me Stéphane Lavoie
Bâtonnier de Québec
batonnier@barreaudequebec.ca

Mot du Bâtonnier

175 ans d'une institution qui évolue avec vous.

La rentrée du Barreau de Québec revêt un caractère tout particulier cette année puisque nous célébrons le 175^e anniversaire de notre institution.

Imaginez tout le chemin parcouru depuis le premier bâtonnier du Barreau de Québec l'honorable George Vanfelson en 1849. Le Barreau de Québec a toujours été un instigateur de changement. Plusieurs initiatives du Barreau ont contribué à modifier les façons de faire en phase avec l'évolution de notre société.

S'il aura fallu attendre jusqu'en 1973 pour que le Barreau de Québec ait sa première femme bâtonnière, l'honorable Gabrielle Vallée, notre section est composée aujourd'hui majoritairement de femmes : 2819 avocates pour 1921 avocats.

Tout en maintenant nos acquis, il nous faut désormais favoriser une représentativité sociale et culturelle au sein de la profession, notamment des personnes issues des premiers peuples.

Nous devons, également, faire preuve de vigilance afin de maintenir l'équité, la diversité et l'inclusion au sein de la communauté juridique.

La mission du Barreau de Québec est la suivante : **Protéger le public et contribuer à une justice accessible notamment par le soutien de nos membres dans l'exercice de la profession.**

Nos valeurs sont la collaboration, l'engagement, le dynamisme, le courage, l'innovation et la bienveillance.

Nous devons nous inspirer de ces valeurs afin d'entrevoir un avenir prometteur pour une justice accessible pour le public.

L'un des plus grands accomplissements du Barreau de Québec est certainement sa capacité à favoriser la mobilisation de tous les officiers de justice qui travaillent en étroite collaboration afin de maintenir une justice performante, réactive et adaptée.

Cet engagement collectif vers une justice améliorée est assurément, ce qui caractérise le Barreau de Québec dans la poursuite de sa mission.

Nous croyons profondément que la collégialité entre tous les acteurs du monde juridique permettra de surmonter tous les grands enjeux et les défis qui se dressent devant nous.

Le risque de l'effritement de la confiance du public envers leurs institutions nous oblige à redoubler d'ardeur et de faire preuve de dynamisme afin d'aller à la rencontre du justiciable. L'éducation citoyenne pour vaincre la désinformation est essentielle.

Aujourd'hui, avec l'intelligence artificielle générative et les médias sociaux, la désinformation est très rapide.

Je me dois donc de souligner toute initiative qui permet à la communauté juridique de se rapprocher du justiciable.

À cet effet, notons :

- Le marathon juridique du Barreau du Québec, lors duquel le Barreau de Québec a été à la rencontre du citoyen pour présenter le service de référence ;
- En juin dernier, la conférence organisée par le Barreau de Québec et l'Université Laval lors du Pow Wow annuel de Wendake sous le thème : *Être issu d'une première nation et étudier en droit*;
- Et la rencontre de ce jour au palais de justice de Québec, organisée par les tribunaux pour expliquer aux citoyens le rôle d'un juge sous le thème : *La justice un service pour vous*.

Chaque geste compte, petit ou grand, afin de démystifier le système de justice et maintenir la confiance du public envers celui-ci.

Pour le futur nous devons avoir le courage d'innover pour que nous préservions ce bien commun qui est le nôtre : la justice.

Pour y arriver, faisons preuve de bienveillance envers chacun d'entre nous et soyons à l'écoute et sensible au besoin de tous les acteurs du système de justice.

Maintenant, permettez-moi de féliciter tous nos membres qui ont accédé à la magistrature, tous ceux qui, déjà magistrats, se sont vu confier de nouvelles fonctions, ainsi que tous les avocats qui ont été assermentés et qui assistent aujourd'hui à leur toute première Rentrée judiciaire.

Nous souhaitons à tous les juges et aux avocats qui ont pris leur retraite cette année, qu'elle soit longue, heureuse et en bonne santé.

Je remercie les présidents et les membres des nombreux comités du Barreau de Québec, vous êtes l'assise du Barreau. Demeurez inspirants et dynamiques.

Ensuite, rien ne serait possible sans le dévouement extraordinaire de notre permanence et de notre directrice générale- mesdames, vous faites des miracles au quotidien. Merci Isabelle, Julie, Mélanie et Micheline.

Finalement, je remercie chaleureusement les 11 autres membres du conseil d'administration. Votre discernement et votre implication sont une source d'inspiration.

Je tiens à remercier tous les partenaires du Barreau de Québec, ainsi que nos partenaires du 175^e. Merci au Barreau de Québec. Notre histoire nous permet de réaliser qu'ensemble nous sommes capables de grandes choses et par conséquent nous pouvons croire en l'avenir.

Le rassemblement de la rentrée témoigne, année après année, de notre engagement à relever tous les défis pour une justice forte.

En cette année de célébration du 175^e anniversaire, soyons optimistes pour les générations à venir.

Merci et bonne année judiciaire 2024-2025 à tous !

Colloque

175e anniversaire de la Cour d'appel et du Barreau de Québec

Centre des congrès de Québec
28 novembre 2024

Suivi d'un cocktail festif (salle Espace Urbain)

Colloque et
cocktail



185 \$ + txs



Cocktail
seulement



75 \$ + txs





Par Me Isabelle Poitras
Directrice générale du Barreau de Québec

Le Bal du 175^e anniversaire du Barreau du Québec et du Barreau de Québec

Je tiens à remercier le Jeune Barreau de Québec de m'offrir cet espace pour vous relater la magnifique soirée que nous avons vécue à l'occasion du Bal du 175^e anniversaire du Barreau du Québec et du Barreau de Québec, qui se sont associés pour célébrer une Rentrée conjointe.



Tout a débuté en 2021, alors que Mme Michelle Thibault, à l'époque employée administrative de notre section, préparait son départ à la retraite après 43 ans de service. Michelle, affectueusement surnommée « La mémoire du Barreau », partageait ses souvenirs, nous rappelant les célébrations que le Barreau de Québec a tenues au cours des quatre dernières décennies et nous disant qu'elle ne travaillerait plus au Barreau lors de la prochaine célébration importante, soit celle du 175^e anniversaire, qui aurait lieu en 2024.

Voilà l'étincelle qui a lancé l'idée!

Nous allons souligner l'histoire de notre Barreau, de notre profession, de nos membres et de leur engagement envers la justice et la société.

L'équipe de la permanence s'est immédiatement mobilisée. Nous rêvions alors d'une exposition au Musée de la civilisation et d'un bal. Un vrai bal digne de ce nom. Deux projets complètement fous! Et pourquoi pas? Nous nous sommes entouré.e.s de membres qui se sont impliqué.e.s dans l'élaboration des plans et leur concrétisation. L'idée de deux Défis évasion a alors émergé, respectivement destinés aux membres et au public, dont le lancement est imminent. Nous avons consacré trois ans à la préparation d'une année inoubliable, à la hauteur de la reconnaissance que nous méritons, une année rassembleuse et riche en partage et en festivités.

En tant que professionnel.le.s dévoué.e.s et engagé.e.s envers le public, nous avons aussi besoin de nous féliciter, de prendre un moment pour souligner et apprécier, au sein de notre communauté, tout le travail et l'avancement accomplis depuis 175 ans.

Revenons à ce fameux bal du 6 septembre dernier, qui est au cœur de cet article.

Le Barreau du Québec a accepté de tenir une Rentrée conjointe avec nous. Ce partenariat annonçait d'emblée qu'il s'agirait d'une soirée des plus mémorables.

Le Château Frontenac, un tapis rouge digne des Oscars, un cocktail, un parcours gastronomique à déguster dans plusieurs salles, un maître chocolatier, la Galerie des bâtonniers du Barreau de Québec, Katee Julien et le Grand orchestre de Roland Martel, deux couples de danseurs professionnels, des fleurs et des cadeaux, sans oublier l'After du Jeune Barreau de Québec dans la salle de Bal. La soirée a été marquée par le rire, le plaisir, la joie, le délice, la danse et tant de beauté!

Nous avons été 650 personnes à vivre cet éblouissement. Notre ministre de la Justice du Québec, des magistrats de toutes instances, dont la Cour suprême du Canada, des avocats du Barreau de Québec et des Barreaux d'autres sections du Québec, des stagiaires en droit, nos médaillés, des invités internationaux provenant de Versailles, de Paris, de Bruxelles, de Strasbourg, de la Floride et du Maine, sans oublier nos fidèles partenaires et ceux du 175^e anniversaire, des conjoints, des enfants, des amis, des curieux : un merveilleux mélange de personnes qui composent notre communauté juridique, unissant deux continents.

Je salue également les nouvelles et nouveaux assermenté.e.s de notre cuvée 2023-2024 qui ont participé à leur première Rentrée judiciaire.

Je remercie tout particulièrement la bâtonnière du Barreau du Québec pour sa lumineuse présence, notre bâtonnier de Québec pour sa confiance, les membres du Conseil du Barreau de Québec pour leur soutien, l'équipe de la permanence du Barreau de Québec pour son dévouement, les membres du Comité organisateur pour leur engagement, nos nombreux fournisseurs, tous exceptionnels, ainsi que le Jeune Barreau de Québec pour notre alliance lors de cette fabuleuse soirée.

D'ailleurs, en parlant de vous, membres du Jeune Barreau de Québec, il me tarde de sortir de ma tanière, alors que j'aurai 76 ans, pour participer à la Rentrée judiciaire de 2049. Cette Rentrée, qui célébrera le 200^e anniversaire du Barreau de Québec, sera assurément préparée par plusieurs d'entre vous!

D'ici là, restez à l'affût : une vidéo souvenir sera prochainement diffusée sur l'ensemble de nos réseaux sociaux.

Le Barreau de Québec, *une institution qui évolue avec vous!*

Bal de la rentrée judiciaire conjointe en images





Une migration réussie vers
JurisÉvolution !



Diminuer vos coûts en augmentant l'efficacité !

↓ « **50%**
d'économie de temps
sur la facturation »

↓ « **20%**
d'économie de temps
sur le travail administratif »



Mme **Marie-Andrée Bélanger Fortin**,
Duclos société d'avocats



CONSULTEZ LE LIEN POUR VOIR L'ÉTUDE DE CAS COMPLÈTE SUR NOTRE SITE WEB !
www.jurisconcept.ca



Un retour sur la rentrée judiciaire 2024 et les 175 ans d'existence de la Cour d'appel

Entrevue avec l'honorable Manon Savard juge en chef du Québec

par Me Catherine Savard et Me Maël Tardif

Qu'est-ce qui vous a poussée à faire carrière en droit?

L'idée de faire une carrière en droit m'est venue bien tardivement. Aucun membre de ma famille n'est avocat. Au cégep, j'ai choisi le programme de sciences pures puisqu'il ouvrait pratiquement toutes les portes.

Compte tenu de ma facilité avec les chiffres, j'ai décidé de faire un baccalauréat en administration à l'Université McGill, concentration en comptabilité. Après un an, j'ai changé d'orientation et je me suis plutôt dirigée vers le programme « organizational behavior », qui était plus axé sur la gestion des ressources humaines. C'est dans ce contexte que j'ai suivi des cours en relations industrielles, dont un en droit du travail, en dernière année de baccalauréat. J'ai adoré ce cours. Je suis allée voir le professeur en lui disant qu'une carrière en relations industrielles m'intéressait et que je me questionnais à savoir si le baccalauréat en droit serait une avenue avantageuse pour y arriver. Il m'a encouragée en ce sens. Je suis donc allée faire mon droit à l'Université de Montréal.

D'une chose à l'autre, j'ai fait l'École du Barreau et mon stage, ce qui m'a menée vers une carrière d'avocate, mais toujours en demeurant dans le domaine des relations de travail.

Bref, je ne fais pas partie des personnes qui ont toujours voulu faire du droit; c'est vraiment mon intérêt pour les relations de travail qui m'a poussée vers le domaine juridique.

Que signifie pour vous le thème de la rentrée judiciaire 2024 : « La justice, un service pour vous »?

Lorsque j'ai été informée du thème de la rentrée judiciaire, je l'ai immédiatement trouvé fort inspirant. C'est pour moi un rappel de ce pour quoi les juges et les avocats effectuons notre travail. La justice est là d'abord et avant tout pour le justiciable et le citoyen. En ce sens, le thème nous permet de nous recentrer sur la raison d'être du système de justice.

Les 175 ans de la Cour d'appel m'amènent à réfléchir sur le passé, à là où nous sommes et vers où nous allons; c'était d'ailleurs le thème de mon allocution à la Rentrée judiciaire. L'un de mes constats, c'est que la Cour d'appel, et certainement le système judiciaire au sens large, a toujours été en mesure d'évoluer

au rythme de la société; parfois en étant un peu en avance, parfois en étant un peu en retard. Il faut qu'on arrive à maintenir ce rythme. Je garde à l'esprit un dossier que j'ai entendu peu après mon arrivée à la Cour d'appel en matière d'adoption, et où le juge Morissette a su interpréter les lois pour qu'elles demeurent au diapason de l'évolution de la société.

Celle-ci tend à évoluer encore plus rapidement, en raison notamment des avancées technologiques. Les tribunaux judiciaires doivent être en mesure de suivre cette évolution. Comme juge, nous devons nous assurer que notre système de justice répond toujours aux besoins des justiciables et de cette société de plus en plus diversifiée, en perpétuel changement.

Dans ce contexte, le thème de la rentrée judiciaire est très révélateur de ce qui doit être le centre de nos préoccupations : nous devons réfléchir en fonction des besoins des justiciables. Que peut-on faire pour s'assurer que la Cour d'appel et les autres tribunaux judiciaires puissent continuer de jouer leur rôle dans notre société?

Quel bilan tirez-vous de la nouvelle formule de la rentrée judiciaire, qui a ouvert ses portes aux membres du public?

L'ajout d'une rencontre des juges des différents tribunaux judiciaires avec le public a été très réussi. C'est une excellente idée d'avoir un tel forum où les juges peuvent répondre aux questions du public et réagir directement aux préoccupations des citoyens. Les questions, proposées par la journaliste Isabelle Mathieu, étaient variées, allant des difficultés à entendre des dossiers lourds en émotions, au rôle de la toge et du symbolisme derrière celle-ci, aux mesures de règlement à l'amiable jusqu'à l'appel devant la Cour d'appel. Une quarantaine de personnes du public y ont participé. À mon avis, il s'agit d'une nouvelle formule qui doit être conservée. Pour l'avenir, il faudrait envisager de publiciser davantage l'événement et ainsi attirer un plus grand nombre de personnes.

J'ai aussi trouvé que l'idée d'inclure des questions d'organismes comme le CAVAC, Éducaloi ou le Jeune Barreau lors de la rentrée plus formelle en présence de la magistrature était une superbe initiative puisqu'elle nous permettait également d'avoir un aperçu de leurs préoccupations.

En somme, une belle formule qui permet de faciliter le dialogue entre les différents acteurs du système judiciaire et le public.

Vous êtes juge en chef de la Cour d'appel et du Québec depuis 2020, succédant à ce titre à la juge Nicole Duval-Hesler. Vous êtes les seules femmes à avoir occupé cette fonction depuis sa création il y a 175 ans. Comment voyez-vous le rôle des femmes au sein de la profession juridique au Québec?

Votre question comporte deux volets, le premier portant sur le rôle des femmes au sein de la magistrature et le second sur leur rôle au sein de la profession juridique.

Je vais commencer en parlant du rôle des femmes au sein de la magistrature. En 1849, lorsque la Cour d'appel a été constituée, les juges étaient exclusivement des hommes. Nous avons dû attendre 130 ans, en 1979, avant qu'une première femme siège à la Cour d'appel, l'honorable Claire L'Heureux-Dubé, où elle y est demeurée la seule femme jusqu'à sa nomination à la Cour suprême en 1987. Ce n'est qu'en 1991 que siègea un premier banc composé uniquement de femmes, et en 2011 que la première juge en chef, l'honorable Nicole Duval-Hesler, fut nommée. Les femmes sont maintenant bien présentes au sein de la magistrature : la Cour d'appel compte un peu plus de 40% de femmes, alors que ce pourcentage est respectivement de 45% et de 53% à la Cour supérieure et à la Cour du Québec (juges puinés).

J'ai lu le livre « Deux grandes dames: Bertha Wilson et Claire L'Heureux-Dubé à la Cour suprême du Canada », par Constance Backhouse¹, qui m'a fait prendre conscience des obstacles que ces pionnières ont dû surmonter. Et malgré tout, l'honorable Claire L'Heureux-Dubé a défendu l'idée qu'un juge est un juge, un avocat est un avocat, peu importe son genre. Je lui lève mon chapeau. Ce livre dépeint une réalité à laquelle je n'ai personnellement pas été confrontée. À l'heure actuelle, les membres de la magistrature évoluent dans une société qui promeut l'égalité pour tous et cette approche se reflète au sein de la Cour. La question de la diversité, plus que celle de la place des femmes à la Cour, se pose avec davantage d'acuité de nos jours.

Les femmes sont également de plus en plus nombreuses à occuper les fonctions de juges en chef à travers le Canada, particulièrement depuis 2010. J'espère que la présence d'un nombre croissant de femmes dans un tel rôle de leadership pourra être inspirante.

En ce qui a trait à la profession juridique, je ne peux pas me permettre d'être aussi catégorique. J'ai quitté la profession d'avocate il y a 15 ans, en 2009, et la réalité de la pratique est plus loin de ma réalité. J'ai étudié le droit de 1982 à 1985 et ai été assermentée en 1986. Déjà, les femmes étaient majoritaires sur les bancs de la faculté de droit. De nos jours, 56% des membres actifs du Barreau sont des femmes, et environ 70% des notaires au Québec. Et comme pour la magistrature, on constate l'importance de s'attarder à la question de la diversité au sein de la profession.

Quels sont les principaux défis de la Cour d'appel de nos jours? Ces défis sont-ils les mêmes qu'au moment de votre arrivée à la Cour d'appel, en 2013?

Depuis ma nomination comme juge en chef en 2020, je dirais que la Cour est confrontée à trois défis principaux, qui, je pense, n'étaient pas aussi présents en 2013.

Premièrement, la numérisation de la justice pose des enjeux d'une importance capitale, en ce qu'elle permettra d'assurer une meilleure accessibilité pour les justiciables et une plus grande efficacité administrative pour le personnel. À l'heure actuelle, ce dernier doit valser entre le numérique et le papier, ce qui alourdit inutilement et indûment leurs tâches.

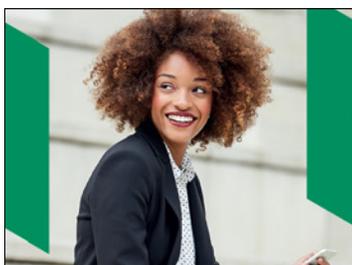
Bien que le travail d'un juge demeure fondamentalement le même indépendamment du support sur lequel il travaille, la numérisation peut également leur permettre d'être plus efficaces. Par exemple, si je suis en déplacement ou si j'apprends qu'un juge est malade ou autrement incapable de siéger pour la semaine d'audience à venir, je suis en mesure d'avoir accès aux dossiers, peu importe où je suis, et d'organiser le remplacement du juge à distance. La facilité d'accès et la rapidité d'action que permet le numérique en pareil contexte nous permettent d'éviter de reporter des audiences, alors que les avocats et les parties sont prêts à procéder. La tenue des audiences virtuelles permet aussi une meilleure gestion par les avocats de leur temps, ce qui profite ultimement également aux justiciables.

Un deuxième défi que je constate en ce moment touche à l'intelligence artificielle, qui progresse à une vitesse fulgurante. Je vois tout le retard que le judiciaire accuse à ce titre, et je me demande si nous serons éventuellement capables de le rattraper.

Un troisième défi, qui est lié en quelque sorte aux deux premiers, concerne la capacité du système de justice de préserver la confiance du public. La justice est l'un des trois piliers de la démocratie, et ce ne sont pas que des paroles en l'air. Si la Cour d'appel n'est pas en mesure de répondre aux besoins des justiciables, elle perd sa raison d'être. En ce sens, ce troisième défi est lié aux deux premiers : si la Cour n'arrive pas à suivre l'évolution de la société en ce qui a trait à la numérisation et à l'intelligence artificielle, et ainsi à répondre aux besoins du public de façon efficace et en toute équité, cela entraînera nécessairement une perte de confiance envers le système de justice.

Quels conseils souhaiteriez-vous partager avec les jeunes avocates et avocats qui se présenteraient devant la Cour d'appel pour une première fois?

Le premier conseil que j'aimerais donner aux jeunes avocates et avocats, c'est d'insister pour plaider! La Cour a une directive que j'aimerais rappeler : on invite les membres du Jeune Barreau à



**L'institution
financière des
membres du JBO**

Découvrez l'offre



Suite ->

plaider devant la Cour². Même si c'est pour seulement cinq minutes, même si cela ne touche qu'un point accessoire, c'est important de briser la glace. J'ai souvent vu des membres du Jeune Barreau effectuer un excellent travail, et c'est une expérience aussi essentielle que formatrice.

Un deuxième conseil : soyez bien préparé. À la Cour d'appel, les juges ont déjà étudié le dossier avant l'audience. Les trois juges de la formation ont déjà pris connaissance des mémoires, de l'argumentation ainsi que de la preuve, en plus d'avoir le bénéfice de la réflexion effectuée par le juge de première instance. Ils ont aussi l'avantage d'avoir des recherchistes qui les assistent dans leurs recherches. Comme juge, bien que ce soit exceptionnel, ce peut être frustrant de réaliser que l'on connaît mieux le dossier que les avocats qui le plaident.

Être bien préparé requiert aussi de bien cibler votre argument, et d'être concis. Si la Cour s'est déjà prononcée sur un élément pertinent dans votre dossier, alors articulez votre argumentaire autour de ce précédent. Si vous demandez à la Cour de l'appliquer, expliquer pourquoi celui-ci ne devrait pas être revu. Si vous voulez demander à la Cour de le renverser ou de le distinguer, alors il

faut clairement expliquer pourquoi. Et n'oubliez jamais qu'il ne s'agit pas du procès du juge, mais du jugement.

Être bien préparé implique aussi d'avoir fait l'effort de se placer dans les souliers de la partie adverse. C'est un excellent exercice pour bien connaître les faiblesses de votre argument, en amont de votre plaidoirie.

Un troisième conseil : assistez au Colloque du 175^e anniversaire de la Cour d'appel et du Barreau de Québec liens, organisé le 28 novembre prochain par la Cour et le Barreau de Québec, au Centre des congrès de Québec. Nous discuterons notamment de techniques de plaidoiries devant la Cour d'appel du Québec³.

Le dernier conseil que j'aimerais donner est peut-être le plus important : il faut avoir du plaisir! C'est un véritable défi que de venir plaider devant la Cour d'appel, mais ça peut aussi être une expérience agréable, intéressante et stimulante. Comme j'ai dit tout à l'heure, les trois juges ont déjà étudié le dossier et sont prêts à échanger avec vous. C'est lors des interactions avec les juges que vous devez nous convaincre. Écoutez les questions et tentez d'y répondre. Profitez-en et amusez-vous!

¹ De la version originale : « *Two Firsts: Bertha Wilson and Claire L'Heureux-Dubé at the Supreme Court of Canada* ».

² Message de la juge en chef du Québec, 27 février 2023 [en ligne](#)

³ Pour vous y inscrire [en ligne](#)

Le Proforma, votre journal, votre voix

Le journal du Proforma offre une plateforme permettant à tous et chacun de partager nos visions, nos expériences, notre interprétation des nouvelles règles de droit qui façonnent notre société et évoluent actuellement à une vitesse impressionnante pour notre milieu.

Pour faire entendre votre voix sur les enjeux juridiques qui vous entourent :

ÉCRIVEZ-NOUS!



Me Dominik Danakas

Lorsque l'identité ou l'expression de genre est source de discrimination en milieu de travail

CHRONIQUE

* **SOQUIJ** | Intelligence juridique

Reconnaissance de l'identité ou de l'expression de genre à titre de motif de distinction au Québec

C'est en 2016 que le législateur a ajouté « l'identité ou l'expression de genre » dans l'énumération des motifs de distinction, d'exclusion ou de préférence protégés par l'article 10 de la *Charte des droits et libertés de la personne*.

Toute personne a droit à la reconnaissance et à l'exercice, en pleine égalité, des droits et libertés de la personne, sans distinction, exclusion ou préférence fondée sur la race, la couleur, le sexe, **l'identité ou l'expression de genre**, la grossesse, l'orientation sexuelle, l'état civil, l'âge sauf dans la mesure prévue par la loi, la religion, les convictions politiques, la langue, l'origine ethnique ou nationale, la condition sociale, le handicap ou l'utilisation d'un moyen pour pallier ce handicap.

Il y a discrimination lorsqu'une telle distinction, exclusion ou préférence a pour effet de détruire ou de compromettre ce droit.

[Nos soulignements.]

L'article 16 de la Charte énonce quant à lui que:

Nul ne peut exercer de discrimination dans l'embauche, l'apprentissage, la durée de la période de probation, la formation professionnelle, la promotion, la mutation, le déplacement, la mise à pied, la suspension, le renvoi ou les conditions de travail d'une personne ainsi que dans l'établissement de catégories ou de classifications d'emploi.

[Nos soulignements.]

Cas d'application récent: l'affaire *Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (E.B.) c. 9302-6573 Québec inc. (Bar Lucky 7)*

La plaignante, qui s'identifie comme une femme trans, a soumis sa candidature pour un emploi de serveuse dans un bar. Quelques heures après avoir terminé une formation jugée satisfaisante, le gérant du bar, lui a demandé si elle était trans, ce que lui a confirmé la plaignante. Le gérant lui a alors dit qu'il ne pouvait pas l'engager en raison de risques pour sa sécurité ou de la réaction de la clientèle.

Bouleversée par cet événement, la plaignante a porté plainte à la Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (CDPDJ). Saisi de ce recours, le Tribunal devait déterminer si la plaignante, en tant que femme trans, avait été victime de discrimination lors du processus d'embauche auquel elle avait participé.

Dans sa décision, le Tribunal a fait une revue de la doctrine et de la jurisprudence qui l'a amené à conclure que « les mots "identité ou expression [de] genre" contenus à l'article 10 de la *Charte incluent notamment le fait d'être une personne trans* » (paragr. 66).

Les défendeurs (le gérant et l'entreprise exploitant le bar) n'ont pas participé à l'instance. En se fondant sur le témoignage de la plaignante, le Tribunal a conclu qu'il ne faisait aucun doute que le refus d'embauche des défendeurs était fondé sur son identité de genre.

Du fait de leur absence à l'audience, les défendeurs n'ont fourni aucun motif pour justifier cette discrimination. Le Tribunal s'est donc penché sur les motifs que le gérant aurait donnés le jour des événements. Quant au « risque de violence [que la plaignante] encourait de la part de clients s'ils découvraient qu'elle est une femme trans » (paragr. 89), le Tribunal a estimé que ces craintes n'étaient « que de simples allégations ou spéculations » (paragr. 90) et qu'elles n'étaient pas fondées, et ce, « même si les femmes trans peuvent être susceptibles de vivre de la violence » (paragr. 91).

Le Tribunal a également souligné qu'en vertu de l'article 51 de la *Loi sur la santé et la sécurité au travail*, les défendeurs avaient l'obligation d'assurer la sécurité de tous les salariés, « notamment à l'égard [des] clients "vieux jeux" » (paragr. 94). Ainsi, même si l'existence d'un risque de violence était prouvée, cela n'avait pas pour effet de soustraire les défendeurs à leur obligation d'assurer la sécurité de leur personnel.

Le Tribunal a ensuite rappelé que la jurisprudence considère que « les désirs ou les préférences de la clientèle ne peuvent pas justifier la discrimination » (paragr. 100). Ainsi, la réaction de la clientèle invoquée pour justifier le refus d'embaucher la plaignante n'était d'aucun secours aux défendeurs. En effet, « le fait que la clientèle ait des préjugés à l'égard des personnes trans ou qu'elle soit même violente ne peut justifier [le] refus d'embauche » (paragr. 101). Ayant conclu que la plaignante avait subi de la discrimination, le Tribunal lui a accordé la somme de 10 000 \$ en compensation du préjudice moral dont elle a été victime. Il a également condamné les défendeurs à des dommages punitifs de 2 000 \$.

Dans sa décision, le Tribunal a fait référence à la décision *Bilac c. Abbey, Currie et NC Tractor Services Inc.* rendue en 2023 par le Tribunal canadien des droits de la personne (TCDP) en matière de harcèlement discriminatoire, qui a également attiré notre attention.

Harcèlement discriminatoire fondé sur la loi canadienne sur les droits de la personne : l'affaire *Bilac c. Abbey, Currie et NC Tractor Services Inc.*

Le plaignant dans l'affaire *Bilac* est un homme transgenre embauché comme camionneur par l'entreprise intimée. Il a démissionné après 3 mois de travail en raison du harcèlement dont il s'estimait victime. Il a déposé une plainte en vertu de l'article 14 de la Loi canadienne sur les droits de la personne (« LCDP ») dans laquelle il alléguait qu'une collègue et le propriétaire de l'entreprise qui l'employait l'appelaient par son **morinom** (le nom qui lui avait été attribué à la naissance) plutôt que par le nom qu'il avait choisi et le **mégenraient** en utilisant des pronoms féminins. Il reprochait également aux intimés de lui avoir posé des questions inappropriées, notamment sur sa vie sexuelle et sur les toilettes qu'il utilisait.

À l'audience, le propriétaire de l'entreprise a reconnu que le plaignant lui avait demandé de l'appeler par le nom qu'il avait choisi, mais « qu'il refusait d'appeler qui que ce soit par un nom autre que leur nom légal sur le lieu de travail parce qu'il estimait que c'était peu professionnel et illégal de les appeler autrement » (paragr. 38).

Les intimés ont d'ailleurs mégenré le plaignant lors de l'audience, et ce, même après en avoir été avisés par l'avocat de ce dernier et par le TCDP.

Après avoir analysé la preuve, le TCDP a conclu que « **le fait de mégenrer et morinommer un employé qui a demandé expressément et à de maintes reprises que son identité de genre soit respectée constitue un acte discriminatoire** contraire à la LCDP » (paragr. 56). Pour le Tribunal, cette conduite était « suffisamment grave pour créer un milieu de travail négatif portant atteinte à la dignité [du plaignant] » (paragr. 50). Au cours de son témoignage, le plaignant a également indiqué qu'il avait « expliqué aux intimés les dangers que pouvait entraîner la révélation publique de son statut de personne transgenre dans une petite ville » (paragr. 51).

L'employeur n'ayant pas pris les mesures nécessaires pour respecter les obligations énoncées à l'article 65 (2) de la LCDP, le TCDP l'a déclaré responsable des actes discriminatoires commis par le propriétaire de l'entreprise et son employée à l'égard du plaignant. Le plaignant s'est vu accorder 15 000 \$ en compensation du préjudice moral qu'il a subi. Son ancienne collègue a été condamnée à payer 3 000 \$ alors que l'entreprise et son propriétaire ont été condamnés solidairement à payer 12 000 \$ ainsi qu'une indemnité spéciale de nature punitive de 3 000 \$.

En terminant, la décision du TCDP comprend un passage percutant que nous jugeons pertinent de reproduire (paragr. 173):

[Le Tribunal] partage l'avis [du plaignant] selon lequel **les employeurs doivent protéger les employés transgenres contre tout comportement discriminatoire sur le lieu de travail**, y compris l'utilisation de certains mots, **que ce soit de la part de la direction, d'autres employés ou de clients**. Les personnes transgenres doivent s'attendre à être appelées par les noms qu'elles ont choisis et à être désignées par les pronoms qu'elles ont choisis. Pour les personnes transgenres, l'utilisation des bons pronoms n'est pas une question de préférence, mais bien une question de droit. Lorsque le nom et les pronoms choisis ne sont pas utilisés, les travailleurs transgenres doivent s'attendre à ce que leur employeur prenne des mesures pour remédier à la violation de la LCDP. Les employeurs devraient rapidement enquêter sur les allégations de violations des droits de la personne et y remédier sans tarder. **Les employeurs ne doivent pas s'attendre à ce que les employés transgenres dissimulent leur identité trans lorsqu'ils sont au travail et ils ne doivent pas en faire une condition de travail.**

[Nos soulignements.]

Références, par ordre d'apparition

- *Commission des droits de la personne et des droits de la jeunesse (E.B.) c. 9302-6573 Québec inc. (Bar Lucky 7)*, (T.D.P.Q., 2024-06-10), 2024 QCTDP 9, SOQUIJ AZ-52033804, 2024EXP-1675, 2024EXPT-1253.
- *Bilac c. Abbey, Currie et NC Tractor Services Inc.*, (T.C.D.P., 2023-09-18), 2023 TCDP 43, SOQUIJ AZ-52001999, 2024EXP-748, 2024EXPT-578.



Avec des aveux la peine sera moins longue.

DÉPRESSION, STRESS, DÉPENDANCE

PAMBA

Programme d'Aide aux Membres du Barreau du Québec, à leurs conjoints et aux stagiaires et étudiants de l'École du Barreau
Montréal : 514.286.0831 Extérieur : 1 800.74PAMBA www.barreau.qc.ca/pamba



Mes Daphné Côté, Maude Laporte et Charlotte Lessard-Hamel
Comité Santé mentale et bien-être des membres

Plaidoyer pour soi : conseils pour une rentrée judiciaire sereine

Ressentez-vous du stress quand vous pensez à la rentrée judiciaire, à la rentrée des classes, au retour des vacances, bref, au retour à la vie « normale »?

Vous n'êtes pas seuls. La détresse psychologique chez les avocats est une réalité et le retour au rythme effréné lié à la fin de la période estivale peut être particulièrement stressant.

Selon le Rapport de recherche : *Étude des déterminants de la santé psychologique au travail chez les avocats(es) québécois(es), Phase II - 2017-2019*, réalisé par l'Université de Sherbrooke en partenariat avec le Barreau du Québec, la détresse psychologique est un ensemble de symptômes s'apparentant à l'épuisement professionnel, la dépression, un état de fatigue, l'irritabilité, des troubles anxieux, des troubles du sommeil, des problèmes de concentration, etc.

Chez les jeunes avocats, ayant 10 ans ou moins de pratique, **49.9%** vivent de la détresse psychologique, alors que chez les avocats de 10 ans ou plus de pratique, cette proportion est de **43%**. Ces données sont, en soi, très préoccupantes.

Dans le cadre de la *Planification stratégique 2022-2027 du Jeune Barreau de Québec*, le comité Santé mentale et bien-être des membres (le « comité ») est chargé d'outiller les membres afin qu'ils puissent mieux prendre soin de leur bien-être physique et psychologique.

Ainsi, dans le cadre de cette édition du *Proforma* en lien avec la Rentrée judiciaire, le comité souhaite partager quelques trucs et astuces qui pourraient contribuer de façon significative à votre bien-être, en vous permettant de mieux organiser votre temps et de libérer votre stress :

1. Se fixer un objectif réaliste quotidien

Sans vouloir finaliser l'entièreté de ses tâches, se donner un objectif quotidien **réaliste** permet d'avoir un sentiment d'accomplissement et de fierté à la fin de la journée, ce qui accroît certainement le bien-être! Cela peut être aussi simple que faire un suivi dans un dossier ou faire un retour d'appel qui traîne depuis un certain temps. L'objectif doit simplement être réaliste et réalisable dans une journée.

De plus, il faut se donner le droit à l'erreur et être indulgent envers soi-même. Chercher l'excellence, et non la perfection.

2. Prioriser et déléguer

Il est très fréquent de devoir jongler avec plusieurs demandes plus ou moins urgentes, ce qui demande de prioriser. Voici quelques méthodes de priorisation intéressantes afin d'alléger la charge mentale liée aux nombreux dossiers avec lesquels tous jonglent quotidiennement :

- Fixer des dates limites ou d'échéance selon les risques potentiels;

- Gérer les attentes des clients, des collègues et même, les siennes;
- Se fixer des plages horaires selon les tâches à accomplir, ainsi que pour choisir des tâches à déléguer de façon efficace.

3. Prendre un moment pour soi

Il est important de prévoir des moments pour souffler dans ses journées. Afin de s'assurer de ne pas les négliger, une solution facile est de prévoir en avance des plages horaires, par exemple au début de la journée ou sur l'heure du midi, pour prendre soin de soi.

Que ce soit de l'activité physique, un moment de méditation, un massage ou un café avec un/une ami(e), planifier une telle pause dans son horaire permet de s'assurer d'avoir des moments d'arrêts, pour mieux repartir.

De même, lorsque la pression liée à la performance augmente à son comble, prendre une pause de 10-15 minutes pour sortir prendre l'air est probablement plus bénéfique que de se laisser submerger.

4. S'ouvrir

Depuis la pandémie, le télétravail fait partie intégrante de la vie professionnelle. La distance physique avec le milieu de travail peut parfois briser le canal de communication. Oser contacter un/une collègue sur Teams, au même titre que cogner à sa porte, peut faire un grand bien.

Surtout, nommer ses émotions et reconnaître ses difficultés, vécues dans le cadre du travail ou dans sa vie personnelle, est primordial. S'ouvrir et se confier auprès de ses proches, ses collègues de travail, ou dans un journal demeure toujours une bonne astuce pour trouver du réconfort et des conseils utiles.

Aussi, la consultation d'un thérapeute devrait toujours être encouragée, et ce, en prévention.

En effet, n'hésitez jamais à vous tourner vers les ressources disponibles, et ce, avant d'atteindre vos limites.

Le Jeune Barreau de Québec offre présentement à ses membres des accès gratuits à l'application Inpowr, qui permet de faire un bilan de son bien-être et d'avoir recours à des ressources en ligne. L'application peut être téléchargée sur [App Store](#) ou sur [Play Store](#). Également, le Barreau du Québec offre le [Programme d'aide aux membres du Barreau du Québec \(PAMBA\)](#), qui octroie le paiement des honoraires d'un thérapeute pour un nombre de trois à six consultations.

Le Comité prend à cœur la santé mentale et le bien-être des avocats et avocates du Québec et vous encourage fortement à utiliser les ressources à votre disposition.

Le Jeune Barreau *en action*

TOURNOI DE SOCCER

C'est sous un magnifique soleil que s'est tenue la quatrième édition du tournoi de soccer du Jeune Barreau de Québec, le 22 juin dernier. Félicitations à l'équipe de **Therrien Couture Jolicoeur**, grande gagnante de ce tournoi, et mention spéciale à l'équipe de **BMA Avocats**, qui a remporté le prix coup de cœur pour son esprit sportif et son énergie contagieuse.

Le JBQ tient à remercier **Médicassurance** pour sa contribution au succès de ce tournoi ainsi que l'équipe de **PhysioMoveo**, qui était présente lors de cet événement pour assurer des services de physiothérapie à nos membres.



TOURNOI DE BALLE MOLLE



Le 14 septembre dernier s'est déroulé le traditionnel tournoi de balle molle du Jeune Barreau de Québec. Quinze équipes se sont réunies sur les terrains du PEPS de l'Université Laval lors d'une journée marquée par la compétition amicale et la camaraderie. Un grand merci à notre partenaire Mazars pour son soutien à l'organisation de cet événement!

Au terme d'un match final serré qui s'est terminé en prolongation et qui a tenu tous les partisans en haleine, c'est l'équipe de KSA qui a remporté les grands honneurs! Toutes nos félicitations également à l'équipe de Cain Lamarre, qui a également décroché le prix coup de cœur pour son franc-jeu exceptionnel et son esprit d'équipe tout au long de ce tournoi!

Le JBQ tenait à remercier chaleureusement toutes les équipes pour leur participation et leur enthousiasme habituel, ainsi que tous les bénévoles qui ont rendu cette journée inoubliable!

Le Jeune Barreau *en action*

PRIX DIVERSITÉ

À l'occasion du lancement de la Fierté de Québec, Me Catherine Bélanger Pâquet, avocate engagée et membre du Jeune Barreau de Québec, s'est vu remettre le tout premier prix de la diversité.

Cette reconnaissance vise à mettre en lumière le parcours de membres du Barreau de Québec qui, par leurs réalisations, leur implication et leur engagement, contribuent à la promotion de l'équité, de la diversité et de l'inclusion.



Me Bélanger Pâquet s'est impliquée auprès de Centraide Québec et Chaudière-Appalaches, en plus de siéger aux conseils d'administration de l'organisme Justice Pro Bono et de la section de l'alliance de la diversité sexuelle et des genres de l'Association du Barreau canadien.

Chez McCarthy Tétrault, Me Bélanger Pâquet est la responsable du bureau de Québec au sein du Groupe d'action national sur la Fierté. Elle a participé à plusieurs initiatives visant à promouvoir la diversité et l'égalité des minorités sexuelles, notamment à titre de conférencière dans les facultés de droit québécoises.

Me Bélanger Pâquet a choisi de faire don de la bourse remise par le Barreau de Québec et le JBQ à l'organisme GRIS Chaudière-Appalaches. Une fois de plus, le JBQ tient à la féliciter pour cette distinction et son engagement.

MARCHE DE SOLIDARITÉ organisée par Fierté Québec

Le 1^{er} septembre dernier, quelques membres de notre organisation ont eu le plaisir d'arborer les couleurs du JBQ lors de la « marche de solidarité » organisée dans le cadre de la Fierté de Québec.

Il s'agissait assurément d'un événement rassembleur et significatif pour la communauté 2ELGBTQI+ auquel nous vous donnons rendez-vous l'an prochain!



Suite ->

Le Jeune Barreau *en action*

LE RABAT D'OR 2024

Le 6 juin dernier se tenait le concours oratoire « Le Rabat d'Or », organisé par le Jeune Barreau de Québec sous la présidence d'honneur de notre partenaire Desjardins.

Pour l'occasion, trois oratrices et membres du JBQ ont courageusement accepté de relever le défi et de performer devant un jury composé des honorables juges Mme Suzanne Gagné (Cour d'appel),

Mme Nancy Bonsaint (Cour supérieure) et Mme Josée Lemieux (Cour du Québec) ainsi que du Bâtonnier de Québec, Me Stéphane Lavoie.

Me Soraya Blouin a remporté la compétition et a eu le privilège de représenter le Jeune Barreau de Québec au prix Paris-Montréal de la Francophonie, un concours international d'éloquence qui a eu lieu le 4 septembre dernier au cours de la semaine de la rentrée des Tribunaux du Barreau de Montréal. Le JBQ transmet ses plus sincères félicitations à Me Blouin et aux autres participantes, Mes Florence Lemay et Charlotte Reid, qui ont su livrer de superbes discours.

Le JBQ tient finalement à remercier ses précieux partenaires, Desjardins, SOQUIJ et Les Rabat-Joies, pour leur contribution à ce concours.

À l'an prochain!



TAILGATE Rouge & Or football

La fête d'avant-partie (tailgate) se tiendra le 20 octobre prochain au Stade TELUS de l'Université Laval pour le match de football du Rouge et Or contre les Redbirds de l'Université McGill. Les billets sont en vente sur le site internet du Jeune Barreau de Québec.

Soyez de la partie et inscrivez-vous rapidement !

Tailgate

McGill vs Rouge & Or

20 octobre 2024

à compter de 10h

Coût : 35 \$ + tx

Inclus :

2 consommations, un repas et un billet pour le match dans la section 115



Juris
Concept
Solutions de gestion
pour avocats



11 nouvelles questions de recherche documentées!

Les questions de recherche documentées du CAIJ fournissent les sources législatives, jurisprudentielles et doctrinales du droit et sont un excellent point de départ pour vos recherches.



Calendrier des activités



20 octobre

Clinique téléphonique juridique

À nouveau cette année, le JBQ organise, en collaboration avec le Jeune Barreau de Montréal, la Clinique juridique téléphonique qui aura lieu le 19 et 20 octobre 2024.

Pour être en mesure de réaliser cet événement, le Comité des services à la population est à la recherche d'avocat(es) pour prendre des appels et répondre aux questions des citoyen(nes).

Si vous êtes intéressé(es) à participer à la clinique, nous vous invitons à écrire au dg@jeunebarreaudequebec.ca en précisant :

- Votre nom
- Vos domaines de droit
- Vos disponibilités lors du 19 et 20 octobre

Il est également possible de faire une ou des demi-journées.

En espérant vous compter parmi nous!

Clinique juridique
téléphonique

**Nous sommes à la recherche
d'avocat.es bénévoles
pour prendre des appels!**

➤ **19 et 20 octobre 2024**



7 novembre à 18 h 00

6 à 8 Réseautages d'affaires

Le comité du développement professionnel est de retour avec le cocktail de réseautage d'affaires qui sera présenté par Altalex.

Surveillez nos réseaux sociaux pour de plus amples informations et pour le début des inscriptions.



5 décembre à 18 h 00

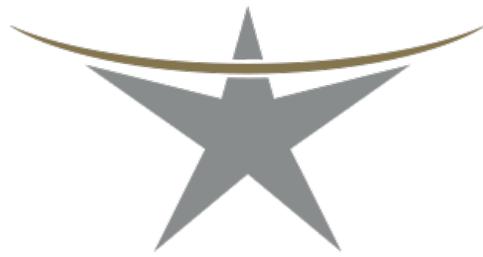
Cocktail de Noël

Le comité des affaires sociales est heureux de vous annoncer le prochain Cocktail de Noël du JBQ.

Surveillez nos réseaux sociaux pour de plus amples informations et pour le début des inscriptions.



Bravo à nos partenaires



BARREAU DE QUÉBEC

* **SOQUIJ** | Intelligence juridique

