

Le cahier du Centre The Centre's Notebook

Vol. 32 No. 1 - Janvier / January 2014

LANCEMENT AGENDA "CAPTEZ VOS RÊVES" 2014 LAUNCH OF THE "CATCH YOUR DREAMS" 2014 AGENDA



P.5



Achat
de l'agenda
15\$
Buy the
Agenda

*Dans la paix et l'amitié!
In peace and friendship!*

SEMAINE PROMOTION DE LA VIE PROMOTION OF LIFE WEEK



P.4

MARCHE INNU MESHKENU INNU MESHKENU: THE INNU TRAIL



P.3

NELSON MANDELA: L'INSPIRATION DU XX^E SIÈCLE

NELSON MANDELA: THE INSPIRATION OF THE 20TH CENTURY

P.2

Table des matières

- Message de la directrice générale p. 2
- Événements spéciaux p. 3-4-5-6
- Ça bouillone de projet p. 8-9
- Développement communautaire p. 10
- Clinique Minowé p. 16-17-18
- Développement social p. 19
- UQAT p. 22
- Économie sociale p. 23
- Odabi p. 26
- Personnel p. 28-29

Table of Contents

- Message from the Executive Director p. 2
- Special events p. 3-4-5-6
- Random projets p. 7-8
- Community Développement p. 10
- Minowé Clinic p. 16-17-18
- Social Développement p. 19
- UQAT p. 22
- Social Economy p. 23
- Odabi p. 26
- Personnal p. 28-29



MESSAGE DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Par Édith Cloutier, Directrice générale

NELSON MANDELA : L'INSPIRATION DU XX^E SIÈCLE

« Plutôt que de rechercher un autre Mandela, recherchons le Mandela à l'intérieur de chacun de nous. »

- Kami Naidoo-Page

Nelson Mandela lègue un précieux héritage à l'humanité : l'espoir. Sa longue marche vers la réconciliation et la paix aura contribué à changer le monde... Comme pour des millions de personnes, Mandela a marqué ma vie.

Enfant, je me souviens de l'horreur qui m'a habité lorsque j'ai vu des scènes de la série télévisée 'Racines (Roots)' portant sur l'esclavage et la traite des humains en Afrique. À l'âge de 12 ans, le choc a été brutal : le racisme faisait très mal. Les images d'hommes et de femmes noirs enchaînés, dépouillés de leur dignité et de leur liberté, m'ont longtemps hantée.

Cette prise de conscience m'a confrontée à ma propre histoire. Jeune, je cherchais à cacher mes origines Anishnabe par peur du racisme et pour éviter de subir l'humiliation qui détruit si rapidement l'estime de soi. Confrontée aux préjugés à l'égard des Autochtones depuis l'enfance, j'avais développé une « stratégie de l'imposteur » qui finalement n'allait pas s'avérer très efficace dans ma vie...

Au Cégep, j'ai choisi de suivre le cours d'histoire des États-Unis, à 17 ans, je me suis mise à étudier la lutte du peuple noir américain pour les droits civiques et contre la ségrégation raciale. Je ressentais le besoin de saisir la portée du célèbre discours « I have a dream » de Martin Luther-King. Cinquante ans plus tard, son message de paix et d'espoir résonne avec autant d'intensité et d'émotion.

« Je rêve qu'un jour, notre pays se lèvera et vivra pleinement la véritable réalité de son credo : nous tenons ces vérités pour évidentes par elles-mêmes que tous les hommes sont créés égaux. »

Plus ma réflexion sur les luttes menées par Mandela et Luther-King s'aiguissait, plus je sentais naître en moi cette soif de justice et de liberté pour mon propre peuple. Je n'avais aucune idée de la façon dont j'allais m'y prendre. Toutefois, j'avais la certitude que je devais agir.

En 1990, Nelson Mandela est libéré après 27 années d'emprisonnement pour avoir engagé une lutte pacifique contre l'Apartheid en Afrique du Sud. Au même moment, je terminais ma première année à la barre du Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or à titre de directrice générale. J'étais déterminée à poursuivre le travail de rapprochement entre les peuples amorcé par mes prédécesseurs, et c'est la démarche et l'attitude de Nelson Mandela qui m'inspira dans ma propre lutte contre le racisme et la discrimination. Optant plutôt pour le dialogue et la réconciliation, Mandela a démontré qu'avec détermination, patience et magnanimité, il est possible de construire un monde meilleur pour tous.



MESSAGE FROM THE EXECUTIVE DIRECTOR

By Édith Cloutier, Executive Director

NELSON MANDELA: THE INSPIRATION OF THE 20TH CENTURY

« Rather than search for another Mandela, let us look for the Mandela in each one of us. » - Kami Naidoo-Page

Nelson Mandela left a precious heritage to humanity: hope. His long journey towards reconciliation and peace changed the world. Like for millions of others, Mandela touched my life.

As a child, I remember being filled with horror when I saw scenes from the TV series Roots on slavery and the treatment of human beings in Africa. At age 12, this came as a brutal shock to me: racism really hurt. The images of black men and women chained and stripped of their dignity and freedom haunted me for a long time.

This awareness forced me to look at my own background. I was young and, afraid of racism and wanting to avoid the humiliation that so quickly destroys self-esteem, I sought to hide my Anishnabe roots. Confronted with the prejudices against Aboriginals since childhood, I developed an "impostor strategy" that, in the end, proved to be of little use in my life.

In Cégep, I took "History of the United States" and so when I was 17, I began studying American blacks' battle against racial segregation and their struggle to claim their civil rights. I felt the need to understand the full scope of Martin Luther King's famous "I have a dream" speech. Fifty years later, his message of peace and hope resonates with just as much intensity and emotion.

« I have a dream that one day this nation will rise up and live out the true meaning of its creed: We hold these truths to be self-evident, that all men are created equal. »

The more my thoughts on Mandela and Luther King's struggles became clear, the more I felt growing in me a hunger for justice and freedom for my own people. I had no idea how I'd go about it. I just knew I had to take action.

In 1990, Nelson Mandela was freed after 27 years in prison for having set in motion a peaceful struggle against apartheid in South Africa. At that time, I was finishing my first year at the head of the Native Friendship Centre of Val-d'Or as Executive Director. I was determined to continue the work my predecessors had begun of uniting peoples. It was the methods and attitude of Nelson Mandela that inspired me in my own struggle against racism and discrimination. Opting for dialogue and reconciliation, Mandela showed that with determination, patience and generosity, it is possible to build a better world for us all.

The Friendship Centre's annual awareness campaign for the elimination of racial discrimination is in keeping with this ideal of unity and openness to other peoples. Every March 21 for the past 15 years, the Gabriel Commanda March has brought together a thousand people in Val-d'Or and it has become a symbol of peace and friendship. Mobilizing so many children and young

La campagne annuelle de sensibilisation pour l'élimination de la discrimination raciale du Centre d'amitié s'inscrit dans cet idéal d'unité et d'ouverture sur l'Autre. Le 21 mars de chaque année, la Marche Gabriel-Commanda rallie un millier de personnes à Val-d'Or depuis près de 15 ans. Elle est devenue un symbole de paix et d'amitié entre les peuples. Parce qu'elle permet notamment de mobiliser un grand nombre d'enfants et de jeunes, notre marche de solidarité entre les peuples est porteuse de cet espoir dont parlait Mandela tout au cours de sa vie. Et c'est ce même espoir qui, aujourd'hui, fait vibrer le cœur d'une nouvelle génération qui prend position et change le monde.

« **En faisant scintiller notre lumière, nous offrons aux autres la possibilité d'en faire autant.** » - Nelson Mandela

¹ Le 21 mars a été proclamé Journée internationale pour l'élimination de la discrimination raciale en 1966 par les Nations Unies afin de marquer le jour anniversaire du massacre de Sharpsville, en Afrique du Sud, où, en 1960, des participants à une manifestation pacifique contre l'apartheid ont été blessés ou tués. Depuis 1989, le ministère du Patrimoine du Canada soutient une campagne nationale du 21 mars contre le racisme.



people, our march of solidarity between peoples incarnates the hope of which Mandela talked all his life.

And it is this same hope that today stirs the hearts of a new generation. These young people are taking a stand and changing the world.

“As we let our own light shine, we unconsciously give other people permission to do the same.” - Nelson Mandela

¹ In 1966, the United Nations proclaimed March 21 International Day for the Elimination of Racism to mark the anniversary of the 1960 Sharpsville massacre in South Africa, when many people at a peaceful rally against apartheid were killed or injured. Since 1989, Canadian Heritage has backed a national campaign against racism on March 21 each year.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

Marche Innu Meshkenu

Une longue marche de plus de 5000 km en 5 ans à visiter les communautés des Premières Nations du Labrador et du Québec. C'est l'objectif du Dr Stanley Vollant, le premier chirurgien autochtone du Québec. Le but de cette marche est de visiter les écoles et autres lieux afin d'inspirer les jeunes et moins jeunes à se dépasser et croire en leurs rêves, et à les sensibiliser à l'importance des saines habitudes de vie.

C'est le 27 septembre dernier que le Dr Stanley Vollant s'est arrêté au Centre d'amitié avec plus de 30 marcheurs l'accompagnant dans son aventure. Un trajet de 28 km a été parcouru lors de cette journée chaude et ensoleillée. Les marcheurs se sont arrêtés le temps d'un dîner offert par le Centre. Une cérémonie d'accueil a été organisée avec quelques dignitaires, dont Oscar Kistabish, notre aîné et président au CA, madame Gina Richmond Mainville, directrice générale adjointe au Centre d'amitié, monsieur Réal Lacombe et madame Élisabeth Larouche, coprésidents de la Marche Innu Meshkenu, pour terminer avec une présentation du Dr Stanley Vollant. Le départ du CAAVD s'est fait aux alentours de 13h15 pour poursuivre le trajet de la journée.

Plus de 60 marcheurs ont fait la marche journalière en guise de symbole, d'encouragement, de dépassement et d'objectif personnel, mais surtout afin de supporter la cause du Dr Vollant. Le Centre d'amitié est fier d'avoir participé à la Marche Innu Meshkenu.



SPECIAL EVENTS

By Nadia Lagueux,
Communications and Special Events Officer

Innu Meshkenu: The Innu Trail

Dr. Stanley Vollant, Quebec's first surgeon of Aboriginal descent, is living a dream: to walk 5,000 kilometres over the space of 5 years to visit First Nations communities in Labrador and Quebec. His goal is to visit schools and other public places to inspire the young and not-so-young to realize their potential, believe in their dreams and see the importance of healthy living habits in action.

On September 27, Dr. Vollant stopped by the Native Friendship Centre with over 30 fellow adventurers. Walking 28 km on this very hot and sunny day, the hikers took a break for a lunch served by the Centre. A welcoming ceremony had been organized and several dignitaries were present, including Oscar Kistabish, our Elder and Chairman of the Board of Directors, Ms. Gina Richmond Mainville, Assistante executive Director of the Native Friendship Centre, Mr. Réal Lacombe and Ms. Élisabeth Larouche, co-presidents of the Innu Meshkenu initiative. The event closed with a presentation by Dr. Vollant. The walkers left the Centre around 1:15 p.m. to continue their journey.

More than 60 walkers joined them for the day, not only as a symbolic gesture of encouragement, and not only to challenge their own limits and reach personal goals, but especially to support Dr Vollant's cause.

The Native Friendship Centre is proud to have been a part of the Innu Meshkenu initiative.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

10^e semaine de promotion de la vie « À l'aube du 8^e feu »

Dix ans que le Centre d'amitié fait la promotion de la vie. Le thème « À l'aube du 8^e feu » a été choisi avec une suite logique des activités planifiées et des thèmes abordés, mais également par tous les événements et les mouvements qui se sont créés pendant l'année, tels qu'Idle No More. La prophétie des Anishnabe, le huitième feu représente une vision d'espoir pour le futur, pour les enfants de la terre. Au temps du 7^e feu, l'humanité arrivera à une fourche sur la voie de son évolution : un côté mène vers le matérialisme et la destruction de la vie. L'autre côté mène vers la voie spirituelle et naturelle. D'où le thème de cette année « À l'aube du 8^e feu ».

Des ateliers culturels s'adressant à la clientèle fréquentant le Centre, aux employés du Centre, mais également à la population en général désireuse d'en apprendre sur la culture des Premiers Peuples. Nous avons eu l'immense honneur de recevoir deux aînés, Omer St-Onge, de Mani-Utenam, et Grégoire Canapé, de Pessamit, accompagnés de notre président et aîné Oscar Kistabish.

Voici quelques titres des ateliers qui ont eu lieu :

Les enseignements du tabac et les objets sacrés des Premiers Peuples et des chants au tambour, l'atelier sur l'estime de soi et l'importance de prendre sa place dans cette société en tant que peuple autochtone et l'importance de s'affirmer comme femme d'aujourd'hui. Lors de cet atelier, 11 personnes ont reçu leur nom spirituel. Un moment inoubliable! Des prises de parole de la part des participants ont enrichi cet atelier fort en émotions et très spirituel. Comment bien vivre avec sa spiritualité en milieu urbain, encore là, des enseignements riches ont été transmis. Le bâton de la parole a été donné aux participants afin qu'ils expriment ce qu'ils vivaient ou comment ils se sentaient après avoir reçu les enseignements donnés par les aînés. Des témoignages fort touchants ont fait ressortir beaucoup d'émotions de certains participants présents. Des témoignages qui ont permis à certains de voir qu'ils sont eux aussi sur le chemin de la guérison. Des témoignages de remerciements face aux enseignements reçus ont été exprimés. Nous sentions dans la salle un sentiment de grand respect et de grande écoute de la part des participants, tant



SPECIAL EVENTS

By Nadia Lagueux,
Communications and Special Events Officer

10th Edition of Promotion of Life Week: At the Dawn of the 8th Fire

The Friendship Centre has been promoting life for ten years already. This year's theme, At the Dawn of the 8th Fire, not only ties in with the activities planned and topics discussed, it seems fitting given the events and movements that were sparked in 2013, such as Idle No More. The prophecy of the Anishnabe, the

Eighth Fire, is a vision of hope for the future and the children of the Earth. During the Seventh Fire, humanity will come to a crossroads in its evolution: one road leads to materialism and the destruction of life, the other to spirituality and nature. Hence this year's choice of theme: At the Dawn of the 8th Fire.

During the week, cultural activities were organized for the Centre's clientele and employees, and also members of the general public who were curious to learn more about the culture of the First Peoples. We had the great honour of welcoming two elders, Omer St Onge, from Mani-Utenam, and Grégoire Canapé, from Pessamit, joined by our president and elder Oscar Kistabish.

Among the workshops held:

Teachings on tobacco, sacred objects of the First Peoples and drum songs, and a workshop on self-confidence, the importance of assuming

one's place in this society as an Aboriginal and the importance of being a confident woman today. During this workshop: 11 people received their spiritual name. It was an unforgettable moment! Stories shared by participants who felt moved to speak greatly enriched this most emotional and spiritual of workshops.

Spirituality for city-dwellers: Again, a wealth of teachings was passed along. Participants were given the Talking Stick so that they might share their experiences or feelings after receiving teachings from the elders. These touching stories stirred emotions for many. They also allowed some workshop participants to realize that they too are on a path of healing. The elders were thanked for their teachings. The great respect and deep listening by Aboriginal and Aboriginal people alike could be felt throughout the room. This made for a

allochtones qu'autochtones. Ce qui a rendu cet atelier très riche et qui a sans aucun doute permis de créer un pont entre les peuples. L'atelier l'enseignement et les objets sacrés a été transmis. Encore là, les aînés ont transmis de beaux enseignements. Ils ont mentionné que le temps était venu pour les femmes de se lever et de prendre leur place. Un groupe de femmes s'est levé et a chanté avec fierté des chants au tambour traditionnel.

Autres activités qui ont eu lieu :

Du vélo-smoothie, un rallye sur l'activité physique, la nutrition et le tabac, le témoignage de Roméo Saganash, député d'Abitibi – Baie-James – Nunavik – Eeyou, à l'intérieur d'un groupe d'hommes, de l'artisanat, pose de collets à lièvres au site culturel, une conférence par Marc-André Pauzé, infirmier et photographe.

Un atelier sur les plaintes et la qualité des services aux usagers a permis à plusieurs d'en savoir davantage sur leurs droits lorsqu'ils reçoivent des soins en milieu hospitalier.

Le jeu « Miskwâ Sinibân » sur la prévention du VIH/sida et autres ITSS a été officiellement lancé.

La clinique de vaccination contre la grippe saisonnière a également été un franc succès; plus de 166 personnes se sont fait vacciner.

Nul doute, cette 10^e édition est une grande réussite. Nous comptons plus de 600 participations aux divers ateliers et activités organisés, et ce en 4 jours.

very rich workshop experience that without a doubt built a bridge between peoples.

Teachings and sacred objects: The elders again shared beautiful teachings in this workshop. They said the time has come for women to rise up and assume their rightful place. A group of women stood up and proudly sang traditional drum songs.

Other activities:

Bike-smoothie event

Exercise, nutrition and tobacco rally

Speech by Roméo Saganash, MP for Abitibi – Baie-James – Nunavik – Eeyou, to a men's group

Crafts

Rabbit snare setting at the cultural site

Lecture by nurse and photographer Marc-André Pauzé

A workshop on complaints and the quality of user services helped many to better understand their rights when receiving medical services in a hospital setting.

Miskwâ Sinibân, a game on HIV/AIDS and STI prevention, was officially launched.

The seasonal flu vaccination clinic was also a great success, with more than 166 people receiving vaccines.

Without a doubt, this 10th edition was a great success with turnout passing the 600 mark for the four days of workshops and activities.

**Lancement agenda
"Captez vos rêves" 2014**

Le lancement de la 11^e édition de notre agenda « Captez vos rêves » s'est tenu le vendredi 15 novembre 2013 dans une ambiance remplie de fébrilité et de grande fierté. L'agenda 2014, qui traversera avec nous la 40^e année de notre Centre d'amitié, honore la persévérance des 263 lauréats qui y apparaissent et met, chaque mois, un membre de notre communauté en valeur. Plusieurs d'entre eux attendaient avec impatience l'activité de lancement afin de partager avec les leurs leur bonheur d'être reconnu dans l'agenda.

Soulignons notamment la présence des deux aînés, Margaret Trapper et Léo Diamond, agissant à titre de modèles Mémégwashî pour leur important apport à notre communauté, de la talentueuse artiste de 15 ans, Mariah Shecapio Lacroix, dont l'œuvre a inspiré la page couverture de l'agenda et des récipiendaires de la mention d'honneur 2013, la famille Phillips. Cet évènement festif s'est conclu autour d'un gâteau préparé par une employée de notre service alimentaire, qui grâce à ses habiletés, y avait reproduit la page couverture de l'agenda de nos 40 ans!



**Launch of the
"Catch Your Dreams"
2014 agenda**

The 11th edition of our "Catch your Dreams" agenda was launched Friday, November 15, 2013, with great excitement and a sense of pride filling the air. The 2014 edition, which marks the 40th year of our Friendship Centre, honours the perseverance of 263 students who appear in the agenda. Moreover, each month showcases a member of our community. Many of them had been looking forward to the launch to share with their loved ones the pleasure of seeing themselves in the agenda.

Particularly worthy of mention are Margaret Trapper and Léo Diamond, two elders and Mémégwashî models for their important contribution to the community. Other highlights include talented 15-year-old artist, Mariah Shecapio Lacroix, whose art was the inspiration for the cover of the agenda, as well as the Philips family, who earned the 2013 Award of Distinction. This festive event came to a close with a cake made by one of our talented food service employees, who skillfully reproduced in frosting the cover of our 40th anniversary agenda!

ÉVÉNEMENT SPÉCIAUX À VENIR

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

SPECIAL EVENTS TO COME

By Nadia Lagueux,
Communications and Special Events Officer

Marche Gabriel-Commanda Vendredi 21 mars 2014

The Gabriel-Commanda March – Friday, March 21, 2014

Surveillez les réseaux sociaux car, cette année, le Centre innove et suit la vague de la technologie. Beaucoup d'information sera publiée très tôt en début d'année.

Venez marcher avec nous et dites NON au racisme.



Keep an eye on your social networks because this year the Centre is getting innovative: we've jumped on the technology bandwagon. Information will be posted very soon at the beginning of the year.

Come walk with us and say NO to racism.

Marche Gabriel-Commanda le vendredi 21 mars
On vous attend dès 13h00 dans le stationnement du Centre d'amitié au 1272, 7^e Rue Val-d'Or.

The Gabriel-Commanda March: Friday, March 21
We'll be expecting you starting at 1:00 pm in the Friendship Centre parking lot, located at 1272 7th St, Val d'Or.

Gala Mëmëgwashi 2014

2014 Mëmëgwashi Gala

Le temps est déjà venu de penser à inscrire vos enfants, ou vous-même, au Gala Mëmëgwashi.

Le Gala aura lieu le jeudi 5 juin 2014, à la salle du Théâtre Télébec.

Période d'inscription du 31 mars au 25 avril 2014. (Formulaire d'inscription disponible vers fin mars 2014)



It's already time to think about signing yourself or your kids up for the Mëmëgwashi Gala.

The Gala will be held Thursday, June 5, 2014, at the Théâtre Télébec.

The registration period is from March 31 to April 25, 2014. (Registration forms will be available around the end of March 2014)

Séances de photos prévues
Au Centre d'amitié autochtone
- Jeudi 1^{er} mai, de 12h00 à 13h30
- Vendredi 2 mai, de 16h00 à 17h30

Au Studio Paul Brindamour :
- Lundi 5 mai, de 16h30 à 18h00
- Vendredi 9 mai, de 16h00 à 17h30

Scheduled photo shoots
At the Native Friendship Centre:
- Thursday, May 1, from noon to 1:30 p.m.
- Friday, May 2, from 4:00 p.m. to 5:30 p.m.

At the Studio Paul Brindamour:
- Monday, May 5, from 4:30 p.m. to 6:00 p.m.
- Friday, May 9, from 4:00 p.m. to 17:30

Mëmëgwashi 2014



Inscription / Registration
du 31 mars au 25 avril 2014 / Mars 31 to April 25, 2014

Gala Mëmëgwashi Gala

Jeudi 5 juin 2014 / Thursday June 5, 2014
Salle du Théâtre Télébec / Théâtre Télébec

Centre d'amitié
autochtone
de Val-d'Or



Val-d'Or Native
Friendship
Centre

Pour information ou inscription,
veuillez contacter
Nadia Lagueux:
825-8299 poste 236.
nadia.lagueux@caavd.ca

For information or registration,
please contact
Nadia Lagueux:
825-8299 ext. 236
nadia.lagueux@caavd.ca

ÇA BOUILLONNE DE PROJETS

Par Stéphane Laroche, Chargé de projet

À vos marques, prêts... jouez!

Le plaisir était de la partie, le 14 novembre dernier, à l'occasion du lancement du jeu de prévention Miskwâ Sinibân (qui signifie ruban rouge en algonquin). Une vingtaine de membres de la communauté se sont réunis à la cafétéria du Centre d'amitié pour découvrir ce jeu de prévention du VIH/sida et autres infections transmissibles sexuellement et par le sang (ITSS). Durant la séance de jeu, les participants étaient entraînés dans des mises en situation parfois très drôles, mais surtout porteuses de messages de prévention en lien avec la sexualité, la consommation de drogue et d'alcool, les précautions universelles, le tatouage, le perçage et les soins de santé. Les personnes et les organisations désireuses de commander un exemplaire de ce nouveau jeu de société, conçu par l'équipe d'intervention du Centre d'amitié, peuvent communiquer avec le Centre à l'adresse info@caavd.ca. Plaisir garanti!



Le Centre d'amitié formera de la main-d'œuvre en hôtellerie

Le Centre d'amitié travaille depuis plusieurs mois à mettre en place un nouveau projet de développement des compétences dans le domaine de l'hôtellerie. La parcours Wâbidjjan (qui signifie montre-moi en algonquin) vise à augmenter les connaissances, les compétences professionnelles et l'employabilité des jeunes Autochtones âgés de 18 à 30 ans en leur offrant des expériences de travail en service alimentaire, service d'hébergement, accueil/réception et entretien/maintenance, selon une approche individualisée par jumelage compagnon/apprenti. Ce projet pourrait voir le jour dès le printemps prochain. Demeurez à l'affût d'une éventuelle campagne de recrutement des participants, qui sera vraisemblablement organisée vers la fin de l'hiver.



Le feu sacré au site culturel Kinawit

Une rencontre tenue en novembre dernier avec une dizaine d'ainés autochtones a permis de définir le caractère spirituel du nouveau site culturel Kinawit du Centre d'amitié, situé sur les berges du lac Lemoyne, et de délimiter les lieux propices aux différentes cérémonies spirituelles, notamment le sweat lodge et le feu sacré. La rencontre a, de plus, permis de démontrer le grand potentiel du site culturel Kinawit pour des cérémonies sacrées,

RANDOM PROJECTS

By Stéphane Laroche, Projet Manager

Get ready, get set, play!

Fun was in the air on November 14, as we launched the STI prevention game Miskwâ Sinibân (meaning red ribbon in Algonquin). Some twenty community members joined us in the Friendship Centre cafeteria to try this game about preventing HIV/AIDS and other blood borne and sexually transmitted infections (BSTI). During the game, participants were drawn into role playing situations that were sometimes highly amusing but, most importantly, carried preventive messages about sexuality, drug and alcohol use, universal precautions, tattooing, piercing and health care. Individuals and organizations wishing to order a copy of this new game developed by the intervention team at the Friendship Centre can contact us at info@caavd.ca. Enjoyment guaranteed!

The Native Friendship Centre to train hotel workers

The Friendship Centre has been working for several months now to set up a new skills development project for the hotel industry. The Wâbidjjan training program (meaning "show me" in Algonquin) is designed to increase the knowledge, professional skills and employability of young Aboriginals between the ages of 18 and 30 by offering them work experience in the areas of food service, lodging, reception, and maintenance and housekeeping. The program will take a one-on-one approach, pairing participants with mentors. This project may see the light of day as early as next spring. Keep an eye out for a participant recruitment campaign that will surely be organized toward the end of the winter.

Sacred Fire at the Kinawit cultural site

A meeting held in November with a dozen elders defined the spiritual nature of the Friendship Centre's new Kinawit cultural site, located on the banks of Lake Lemoyne. It also identified the spaces appropriate for various spiritual ceremonies, particularly the sweat lodge and the sacred fire. The meeting also illustrated the Kinawit cultural site's great potential for sacred ceremonies and for teaching and healing activities. We should mention

ÇA BOUILLONNE DE PROJETS

ainsi que pour des activités d'enseignement et de guérison. Mentionnons que le Centre d'amitié utilise aussi son site culturel pour des activités communautaires comme des ateliers de cuisine collective, des activités culturelles et intergénérationnelles, des rencontres d'ainés et des camps d'été pour les jeunes. Les organisations du milieu peuvent également louer le site pour y tenir des réunions d'affaires ou des événements communautaires.



Les réalités autochtones urbaines au cœur d'une exposition

L'équipe du Centre d'amitié s'affaire à concevoir une exposition qui présentera le visage de l'urbanité des Autochtones en territoire anishinabe. Cette exposition mettra en perspective les aspects culturels propres à l'identité autochtone urbaine, à travers de grands thèmes qui seront conceptualisés de façon à faire vivre une émotion et une expérience différente au spectateur, en plus de susciter une réflexion sur les réalités contemporaines. Des membres de la communauté autochtone urbaine contribueront de façon significative à la réalisation de l'exposition, renforçant ainsi les sentiments d'appartenance et de fierté qu'elle prévoit susciter.

L'amélioration des conditions de vie des Autochtones au cœur des discussions

Le Centre d'amitié organise en janvier un forum local visant à dresser le portrait des enjeux urbains touchant les Autochtones et à élaborer les lignes directrices d'une stratégie pour l'amélioration des conditions de vie des Autochtones en milieu urbain. Les partenaires du Centre d'amitié, qu'ils soient municipaux, gouvernementaux, autochtones, communautaires ou d'affaires, sont conviés à cet événement qui vise également la mobilisation et la concertation, afin de synchroniser les efforts et les ressources de chacun à l'amélioration des conditions de vie des Autochtones en ville. Des initiatives du genre, orchestrées par le Regroupement des centres d'amitié autochtones du Québec, auront lieu dans toutes les villes du Québec où est situé un Centre d'amitié. Le portrait et la stratégie qui en découleront seront présentés lors d'un forum international auquel seront greffés les résultats des plus récents travaux de l'Alliance de recherche ODENA sur les Autochtones et la ville.

Naissance d'une initiative en périnatalité

Une initiative en périnatalité sociale autochtone est sur le point de voir le jour au Centre d'amitié autochtone. Développée en partenariat avec le Conseil cri de la santé et des services sociaux de la Baie-James, cette initiative vise à briser l'isolement chez les femmes enceintes et à les accompagner dans les moments avant l'accouchement. Le projet pilote Home Away From Home met à la disposition des femmes autochtones enceintes un milieu de vie accueillant, chaleureux et favorisant les échanges lors de leur séjour à Val-d'Or. Et cela se traduit par une programmation d'activités sociales combinée à une offre de soutien périnatal personnalisée et culturellement pertinente.



RANDOM PROJECTS

that the Friendship Centre also uses this cultural site for community activities, such as collective cooking workshops, intergenerational and cultural activities, elder meetings and summer camps for young people. Local organizations can also rent the site to hold business meetings or community events.

Realities of urban Natives showcased in exhibit

The Friendship Centre team is busy curating an exhibit that will paint the portrait of city dwelling Aboriginals in anishinabe territory. Using broad themes, this exhibit will highlight the cultural aspects specific to the urban Native reality. These will be designed to lead exhibit goers to emotions and experiences different from their own and stimulate reflection on contemporary realities. Members of the urban Native community will contribute greatly to the exhibit, thus reinforcing their feelings of belonging and pride.

The improvement of Aboriginal living conditions central to discussions

The Friendship Centre is organizing a local forum slated for January to draw a portrait of the issues affecting city dwelling Aboriginals and develop the underpinnings of a strategy to improve the living conditions of urban Natives. The Centre's municipal, governmental, Aboriginal, community and business partners are invited to this event, which is also intended to mobilize stakeholders to join forces and pool resources toward this common goal. Overseen by the Regroupement des centres d'amitié autochtones du Québec, similar initiatives will be taken in other cities in Quebec where there is a Native Friendship Centre. The profile and ensuing strategy will be presented at an international forum along with the results of the most recent studies by the ODENA research alliance on urban Natives.

A perinatal initiative is born

An initiative for Aboriginal childbirth is about to see the light at the Friendship Centre. Developed in partnership with the Cree Board of Health and Social Services of James Bay, this initiative works to draw pregnant women out of isolation and accompany them before they give birth. The pilot project Home Away From Home offers pregnant Native women a warm, welcoming environment that fosters sharing during their stay in Val d'Or. Concretely, this involves a program of social activities combined with personalized and culturally relevant pre/post-natal support.

CAFÉ-RENCONTRE... RICHESSSE COMMUNAUTAIRE

Par Mélanie Bowen, organisatrice communautaire
et Vera Pien, animatrice communautaire

Qu'allez-vous retrouver au café-rencontre? Des gens qui ce rassemblent pour participer, partager, s'impliquer, expérimenter... Autour d'un bon café et d'une collation santé. Un endroit ou diverses activités, loisirs, ateliers et sorties visant à soutenir ou améliorer l'état de santé de la communauté par la promotion de saines habitudes de vies. Meegwetc au projet KIN ODJA - « Ça dépend de toi » qui nous aider à réaliser beaucoup d'activités pour les membres de la communauté.

QU'EST-CE QUE NOUS AVONS ACCOMPLIS DERNIÈREMENT?

- Entraînement - Individuel et en groupe
- Popotte roulante – Dégustation de nouveaux aliments santé
- Vélo smoothies – Pédale ton smoothies
- Atelier sur les bienfaits des fruits entiers VS les jus de fruits
- Pose de collet de lièvre - Promenade dans le bois et recherche de traces de lièvre
- Piscine familiale
- Cuisine underground - Fais de toi un chef!
- Cuisine collective - individuelle et familiale
- Sortie familiale Parc National d'Aiguebelle
- Découpage de citrouilles - Recettes pour les restes des citrouilles
- Initiation à la couture
- Ateliers sur les glucides – Savez-vous compter vos glucides? Combien en mangez-vous? Êtes-vous à risque de développer le diabète?
- Décoration du Centre et le Couloir de l'horreur pour l'halloween
- Bingo...

QU'EST-CE QUE QUI S'EN VIENT?

Makushan (festin), Semaine valentine, Marche Gabriel Commanda (Semaine de sensibilisation pour l'élimination de la discrimination raciale) et encore plus.....

Surveillez le calendrier mensuel que vous pouvez vous procurer au Centre, sur le site du Centre www.caavd.ca, ou via facebook www.facebook.com/caavd.

**Pour plus d'information, s.v.p. contactez
Mélanie (poste 255), Vera (poste 306)
au 819 825-8299.**



COFFEE HOUR... A COMMUNITY TREASURE

By Mélanie Bowen, community organizer, and Vera Pien,
community animator

What's coffee hour? People getting together to share, getting involved and trying new things over a cup of coffee and a healthy snack.

It's also a place where various activities, pastimes, workshops and outings are organized to promote and improve healthy living habits in the community.

Meegwetc from the KIN ODJA project "It's Up to You" is helping us organize many activities for community members.

WHAT HAVE WE DONE RECENTLY?

- Workouts – individual and group
- Meals on wheels – Taste testing new and healthy foods
- Bike smoothies - Pedal your smoothie
- Workshop on the health benefits of whole fruits vs. fruit juices
- Setting rabbit snares – A walk in the woods to find hare tracks
- Family swimming at the pool
- Underground kitchen – Be a chef!
- Collective kitchen – for individuals and families
- Family outing to Aiguebelle National Park
- Pumpkin carving – Recipes for using up pumpkin scraps
- Sewing for beginners
- Workshop on carbohydrates – Do you know how to keep track of your carbohydrates? How much do you eat? Are you at risk of developing diabetes?
- Decorating the Centre and the Hall of Horrors for Halloween
- Bingo

WHAT ARE WE PLANNING?

Makushan (feast), Valentine's Day week, the Gabriel Commanda March (Awareness Week for the Elimination of Racial Discrimination) and more.

Keep an eye on the monthly calendar. You can get a copy at the Centre or on the Centre's website www.caavd.ca or Facebook page www.facebook.com/caavd.

**For more information, please call
Mélanie (ext. 255) or Vera (ext. 306)
at 819-825-8299.**

**LE GROUPE 50 ANS ET PLUS...
DO8DEI8IN
«RENDRE VISITE ET
ÉCHANGER DES CONNAISSANCES»**

Par Mélanie Bowen, organisatrice communautaire
et Vera Pien, animatrice communautaire

**Dans un environnement paisible,
le site culturel est un endroit où les
membres du groupe
Do8dei8in - Wanagoc se retrouvent
entre eux à chaque mois.
Implication, partage, soutien,
divertissement et ressourcement
sont au rendez-vous.**

Joignez-vous au groupe!

**QU'EST-CE QUE NOUS
AVONS ACCOMPLIS
DERNIÈREMENT?**

- On embarque – Magasinage en groupe
- Cuisine collective et traditionnelle
- Couture
- Ateliers sur les glucides – Savez-vous compter vos glucides? Combien en mangez-vous? Êtes-vous à risque de développer le diabète?
- Artisanat intergénérationnel (mitaines)
- Dîner partage • Modèle à coller
- Pose de collets
- Création Noël - Pot choco-chaud
- Création de sac magique pour apaiser la douleur physique
- Bingo • Noël VIP...

**QU'EST-CE
QUI S'EN VIENT?**

Makushan (festin), Semaine Valentine,
Marche Gabriel Commanda
(Semaine de sensibilisation pour
l'élimination de la discrimination raciale)
et encore plus.....

Surveillez le calendrier mensuel que vous pouvez vous procurer au Centre, sur le site du Centre www.caavd.ca, via facebook www.facebook.com/caavd ou nous donner votre adresse pour recevoir un calendrier par la poste.

**Pour plus d'information, s.v.p. contactez
Mélanie (poste 255), Vera (poste 306)
au 819-825-8299.**

**THE 50+ GROUP...
DO8DEI8IN
"VISITING TOGETHER AND SHARING
KNOWLEDGE"**

By Mélanie Bowen, community organizer, and Vera Pien,
community animator

**The cultural site is the peaceful
setting for the Do8dei8in-Wanagoc
group's monthly meetings.
Involvement, sharing, support, amusement
and recharging your batteries are
all on the menu.**

Come join us!

**WHAT HAVE WE
DONE RECENTLY?**

- Everybody on board – Group s hopping for \$10/household
- Collective and traditional cooking
- Sewing
- Workshop on carbohydrates – Do you know how to count your carbohydrates? How many do you eat? Are you at risk for developing diabetes?
- Intergenerational crafts (mitten making)
- Pot-luck lunch
- Model kits
- Rabbit snares
- Christmas creations – Hot chocolate mugs
- Magic bag making – to soothe physical ailments
- Bingo
- VIP Christmas

WHAT ARE WE PLANNING?

Makushan (feast), Valentine's Day week, the Gabriel Commanda March (Awareness Week for the Elimination of Racial Discrimination) and more.

Keep an eye on the monthly calendar. You can get a copy at the Centre, on the Centre's website www.caavd.ca or Facebook page www.facebook.com/caavd or send us your address to receive a copy by mail.

**For more information, please call
Mélanie (ext. 255) or Vera (ext. 306)
at 819-825-8299.**



ACTION JEUNESSE

Par Éliane Kistabish, Organisatrice communautaire

WAWATE MIGUAM Salut les jeunes !

Vous êtes venus manger un « indien tacos » pour la rentrée ?

Si non, vous auriez dû !! On s'est régalé et bien amusé .
Le 5 octobre dernier on a eu bien du fun à notre activité
de paint ball. Voilà le genre d'activité qu'on peut se payer
lorsqu'on s'implique ! La dernière activité de levée de
fonds que nous avons fait, c'était du paquetage au Super C
du 15 au 17 novembre dernier, et nous avons amassé plus
de 1 000 dollars ! Quelle sera votre
prochaine activité ? Dites-nous !

C'était le 11 octobre mais c'était une belle journée
comme en été, pour notre sortie au parc d'Aigubelle !

**Merci aux jeunes qui ont fait peur dans le couloir
des horreurs !** Voici l'équipe : Amélie, Justin, Alex,
Mélania, Jessy, Andy, Jenny, Roxanne, Fanny, Jessica,
Wanda, Aaron, Samuel, Martin, Eliane.
Halloween 2013 fut un succès !

Noël au local des jeunes ça se fête !

le 12 décembre nous avons fêté avec un dîner et des jeux.

Cet automne, deux modèles nous ont parlé
avec leur cœur...

merci à Tom Mapachee et à Jeffrey Papatie
pour avoir démontré que notre culture est
belle et que nous devons en être fier,
et qu'il est important de persévérer à l'école.

L'artisanat se poursuit dès le 7 janvier,
de retour à nos mitaines pour ceux
et celles qui n'ont pas fini.

Des leçons de tambour ça te dit ?

Dis-nous que tu aimerais apprendre à jouer
du tambour et il pourrait y avoir des leçons pour toi !

Les cuisines underground se poursuivent !

Dès le 23 janvier, à surveiller:

- Activités spéciales prévues pour
la **Semaine nationale sans fumée.**
- **Semaine Valentine**
- **Semaine de relâche** au début du mois de mars.



YOUTH ACTION

WAWATE MIGUAM Hi kids!

By Éliane Kistabish, Community organiser

Did you come have an "Indian taco" on back-to-school day?

If you didn't, you should have! They were good and we had fun.

On October 5, we had tons of fun playing paintball.

Paintball's the kind of activity you get to do when you get involved! The last fundraiser was packing grocery bags at the Super C from November 15 to 17. We raised over \$1,000! What'll be your next activity? Let us know! The weather was beautiful for our outing to Aiguebelle Park. The calendar may have said October 11, but it could have been summer!

Thanks to all the scary young people in the Hall of Horrors!

The team: Amélie, Justin, Alex, Mélanie, Jessy, Andy, Jenny, Roxanne, Fanny, Jessica, Wanda, Aaron, Samuel, Martin and Eliane. Halloween 2013 was a success!

Christmas in the youth area—a great reason for a party!

And December 12 we did just that with a lunch and games.

Two role models spoke to us from their hearts this fall. Thank you Tom Mapachee and Jeffrey Papatie for showing us how beautiful our culture is, how proud we should be of it and to stick with school.

Crafting will start back up on January 7. Back to your mittens for those who didn't finish!

Tempted by drumming lessons? Tell us what you'd like to learn and you might just get drum lessons!

The Underground Kitchens will be back on January 23.

Keep an eye out the week of January 20. :

- There will be special activities for **National Non Smoking Week.**
- **Valentine's Day** week
- **Spring break** in the first week of March.



DU 10 AU 14 FÉVRIER 2014 JOURNÉES DE LA PERSÉVÉRANCE SCOLAIRE

La PERSÉVÉRANCE Scolaire

c'est L'AFFAIRE de TOUS

ACTION JEUNESSE



Par Jessica Daigle-Bourdon, Organisatrice communautaire



Club des Petits Loups



En septembre, c'est le début de l'aide aux devoirs! Pleins de nouveaux petits-loups ont fait leur entrée dans le programme d'aide aux devoirs Mohiganech offert par le Centre d'amitié! Les sessions d'aide aux devoirs sont un endroit où les enfants viennent faire leurs devoirs, mais ils ont également la chance de rencontrer des modèles inspirants tels que le médecin Stanley Vollant, le survivant des pensionnats et motivateur Tom Mapachee ainsi que le danseur traditionnel Jeffrey Papatie. Ils réalisent également des activités de lecture et de mathématique amusantes. Oui, il est possible de s'amuser en apprenant!



Pour plusieurs enfants, c'est également l'occasion de se faire des amis et de renforcer leur sentiment d'appartenance à la communauté. L'aide aux devoirs a pris fin pour la session d'automne le 5 décembre 2013 et ont repris ses activités le 7 janvier 2014 pour les enfants déjà inscrits et sélectionnés par le programme.

Merci à toutes les personnes qui se sont impliquées dans les devoirs des enfants : Fanny, Émilie, Allison, Maggie, Luc, Jessica, Vera, Kevin et Keona!

Le Club social est un endroit agréable où les enfants viennent s'amuser dans les différentes activités traditionnelles organisées par le Centre d'amitié durant les journées pédagogiques des écoles! Le 11 octobre 2013 s'est déroulée la première activité pour la saison 2013-2014 au parc d'Aiguebelle. Une magnifique journée, chaude et ensoleillée accompagnait les 62 personnes présentes!



Les prochaines activités devraient se dérouler durant les mois de février, mars, mai et juin. Surveillez les calendriers mensuels pour plus d'information ou communiquez avec l'équipe du communautaire!

Nous avons fêté Noël en avance avec les tout-petits de 0 à 12 ans le 8 décembre 2013 au centre d'amitié avec plus de 317 personnes inscrites! Le Père Noël a travaillé très fort pour faire plaisir aux 150 enfants inscrits! Beaucoup de plaisir, de fou rire et de beaux moments en famille!



YOUTH ACTION

By Jessica Daigle-Bourdon, Community organiser

Little Wolves Club

September marked the start of our homework support program, with lots of new Little Wolves joining the Friendship Centre's Mohiganech Club! Homework support periods provide not only a place for kids to come and do their homework, but also a time to meet inspiring role models like Doctor Stanley Vollant, residential school survivor and speaker Tom Mapachee and traditional dancer Jeffrey Papatie. Kids can also enjoy fun reading and math activities (yes, it's possible to learn and have fun at the same time!). For many children, this time is also an opportunity to make friends and solidify their sense of belonging in the community.

The fall semester homework support program finished on December 5, 2013, and will start up again on January 7, 2014, for children who are already signed up and selected by the program.

Thanks to all those who helped the children with their homework: Fanny, Émilie, Allison, Maggie, Luc, Jessica, Vera, Kevin and Keona!

The Social Club is a fun place where children can spend PD days enjoying a variety of traditional activities! The first outing of the 2013-2014 school year took 62 participants to Aiguebelle Park on October 11, 2013, a gorgeous warm and sunny day! The next activities are planned for February, March, May and June. Keep an eye on the monthly calendars for more information or contact the community organization team!

On December 8, 2013, the Friendship Centre celebrated Christmas early with little ones age 12 and under. More than 317 people signed up and Santa Claus worked very hard to please the 150 children who came! Much fun, giggles and enjoyable family times!





PETITS CONSEILS DE L'INTERVENANT ÉRIC

Améliorer vos habiletés parentales, un petit geste à la fois

AFFECTION

- Prenez plaisir de prendre soin de son enfant (lui sourire, lui rendre le sourire)
- Offrez-lui un temps de qualité (le regarder lorsqu'on lui donne à boire)
- Répondez aux besoins de votre enfant (le prendre dans vos bras, l'écouter)
- Démontrez votre affection pour lui (le caresser, lui donner des bisous)

ÉDUCATION

- Jouez un rôle d'enseignant et de guide (plus on l'implique, plus il apprend)
- Voir à le stimuler (parlez-lui, touchez-le, laissez le découvrir, encouragez-le à lire/écrire, dessiner, découper)
- Assurez-vous de sa présence à l'école/garderie/SPEF (offrez-lui du soutien dans ses devoirs, de l'encouragement, inscrivez-le au Gala Mëmëgwashi)
- Aidez-le à acquérir des compétences (impliquez votre enfant dans vos tâches quotidiennes)

IDENTIFICATION

- Vous êtes un modèle pour votre enfant (il vous observe et vous imite)
- Démontrez-lui de l'estime, il aura une meilleure estime de lui-même (encouragez votre enfant à réaliser ses défis, s'il échoue, on continue à l'encourager)
- Il fait partie de votre famille et il est différent de vous (permettez-lui de s'exprimer)

AUTORITÉ

- Instaurez des règles et des limites claires (faites attention, l'autorité doit être calme et ferme et non crier pour être écouté ou encore faire peur à l'enfant)
- Plus on commence jeune, plus notre autorité est facile à mettre en place (consigne claire, cohérence, conséquences connues d'avance, communication)

PROTECTION

- Plus votre enfant est jeune, plus il est vulnérable et nécessite votre surveillance (savoir où il est, avec qui et que fait-il)
- Plus il est grand, vous devez aussi le surveiller, il fera des erreurs et des mauvais choix (demeurez ouvert, il aura meilleure confiance en vous, écoutez-le)

SOCIALISATION

- Il a besoin de vous pour lui permettre de découvrir le monde qui l'entoure pour:
 - Communiquer avec les autres (utiliser les bons moyens)
 - Résoudre des conflits (partage)
 - Décoder l'environnement (situation dangereuse ou sécuritaire)

**Tes habiletés parentales t'inquiètent ?
Tu aimerais du support ou simplement te faire rassurer, obtenir d'autres moyens, passe au Centre d'amitié, une équipe est là pour toi.**



**POUR JOINDRE LA
CLINIQUE MINOWÉ,
COMPOSEZ LE
819 825-8299 poste 292**



A FEW TIPS FROM ÉRIC, THE SOCIAL WORKER

Improve your parenting skills, one baby step at a time

AFFECTION

- Enjoy caring for your children (smile, smile back)
- Give your kids quality time (look them in the eye while they are nursing or drinking their bottle)
- Answer your kids' questions (pick them up and listen to them)
- Show your kids you love them (hug them, give them kisses)

EDUCATION

- Be a teacher and guide (the more you include your kids, the more they'll learn)
- Provide a stimulating environment (talk to your kids, touch them, allow them to explore, encourage them to read, write, draw, cut with scissors)
- Make sure your kids are attending school/daycare/ECFS (give them help and encouragement with their homework, sign them up for the Mëmëgwashi Gala)
- Help your kids learn new skills (get them to do daily chores)

IDENTITY

- You are a role model for your children (they are watching and imitating you)
- Show your children they are important and they will have better self-esteem (encourage them to reach their goals and keep encouraging them even if they fail)
- Your children are part of your family and are different from you (allow them to express themselves)

AUTHORITY

- Set rules and clear boundaries (be careful though, parental authority should be calm and firm. You shouldn't have to yell to make yourself heard or scare your child into behaving)
- The sooner you start, the more your parental authority is easy to enforce (clear directions, consistency, consequences, forewarning, communication)

PROTECTION

- The younger your children, the more vulnerable they are and the more they need your supervision (knowing where they are, with whom and what they're doing)
- Older children also need supervision as they will make mistakes and poor choices (if you stay open, they will have more trust in you; listen to them)

SOCIALIZATION

- Your children need you to help them explore the world around them so they can:
 - Communicate with others (use proper manners)
 - Resolve conflicts (sharing)
 - Interpret their surroundings (dangerous or safe situations)

**Are you worried about your parenting skills?
If you're looking for support or just a little
reassurance and a few tips and tricks,
stop by the Native Friendship Centre.
Our team is here to help you.**

**TO CONTACT THE
MINOWÉ CLINIC,
CALL 819-825-8299, ext. 292**





En opération depuis janvier 2011, la Clinique Minowé compte 457 dossiers de clients différents. En 2013, l'infirmière et l'intervenant social ont effectué près de 3000 interventions et suivi 2 15 nouveaux clients. Veuillez noter que la vaccination contre la grippe saisonnière se poursuit jusqu'en février. À date, 230 personnes ont reçu ce vaccin. C'est une belle façon de prendre votre santé et celle de vos proches en main.

Open since January 2011, the Minowé Clinic now handles 457 patient files. In 2013, our nurse and social worker gave near 3000 consultations and provided health services to 215 new clients. Please note that flu vaccinations will continue until February. 230 people have now been vaccinated. Consider joining them: it's a good way to take charge of your and your loved ones' health.

PETITS CONSEILS DE L'INFIRMIÈRE MAUDE

A FEW TIPS FROM MAUDE, THE NURSE

ENGELURES

Signes et symptômes

- Engourdissement de la partie gelée
- Peau blanche souvent cireuse, dure au toucher (ne tourne pas au rouge après la pression)

Quoi faire ?

- Ne jamais frotter ni frictionner
- Enlever tout ce qui peut serrer (gant, chaussure, etc.)
- Réchauffer graduellement avec la chaleur du corps ou envelopper avec une couverture
- Ne jamais appliquer de neige, d'eau froide ou de chaleur directement sur la partie gelée
- Si formation d'ampoule (gelure profonde) couvrir avec un pansement sec



FROSBITES

Signs & Symptoms

- Numbness of the frozen area
- Skin turns white, hard to touch (doesn't turn red after applying pressure)

What should you do?

- Never apply friction or rub the affected area
- Remove all clothing that is on the affected area (mitten, boot, etc.)
- Gradually heat the person up and cover him with a blanket
- Never apply snow, cold water or extreme heat over the affected area
- If a blister appears, cover with a dry cloth (several frostbite)

GASTRO-ENTÉRITE

Solution de réhydratation maison (pas plus de 12 heures), si pas de changement voir le pharmacien

- Jus d'orange prêt à boire et non sucré (360 ml. ou 12 onces)
- Eau bouillie refroidie (600 ml ou 20 onces)
- Sel : (2,5 ml ou ½ c. à thé rase), jamais plus

À chaque heure, donnez :

- Bébé de 6 mois : 30 à 90 ml ou 3 c. à soupe
- Bébé de 6 à 24 mois : 90 à 125 ml ou 4 c. à soupe
- Bébé 24 mois et plus : 125 ml ou 8 c. à soupe



GASTROENTERITIS (STOMACH FLU)

Only use the homemade solution while waiting for the pharmacy to open, and not for a period longer than 12 hours; Use a measuring spoon and a measuring cup to make sure the quantities are exact.

Mix the following ingredients together thoroughly:

- 360 ml (12 oz) unsweetened, ready-to-drink orange juice
- 600 ml (20 oz) cooled boiled water
- 2.5 ml (1/2 teaspoon) salt, never more

The amount to give in a one-hour period depends on the age of your child:

- Under 6 months: 30 to 90 ml (1 to 3 oz.)
- 6 to 24 months: 90 to 125 ml (3 to 4 oz.)
- Over 24 months: 125 to 250 ml (4 to 8 oz.)

SERVICE D'INTERVENTION

Par Amélie Turcotte
Agente de relations humaines

Semaine nationale de sensibilisation au SIDA chez les Autochtones Du 1^{er} au 5 décembre 2013

Pour la Semaine nationale de sensibilisation au SIDA chez les Autochtones, plusieurs activités ont été offertes pour les membres de la communauté. Lundi le 2 décembre, sur l'heure du midi, au local des jeunes, quelques employées du Centre ont animé un jeu de prévention des relations sexuelles à risque avec les jeunes. Plus d'une quinzaine d'adolescents ont amélioré leurs connaissances en lien avec la santé sexuelle et l'importance de se protéger lors de relations sexuelles. Durant cette activité, qui avait pour titre «La guerre des sexes», 8 joueurs volontaires joué au jeu tandis que les autres étaient spectateurs. Le plaisir était au rendez-vous, ce fût une activité réussie. Les jeunes présents ont tous reçu un sac cadeau contenant de la documentation sur le sujet, des condoms, des bonbons et un paquet de mouchoirs emballé par des messages de prévention. Des prix de participation (cartes cadeaux) ont également été donnés aux jeunes qui se sont portés volontaires pour être à l'avant-scène.

Le mardi 3 décembre, des rubans rouges ont été distribués pour sensibiliser les membres de la communauté à la cause. En après-midi, à la cafétéria, les gens étaient invités à venir décorer leur ruban rouge. Le matériel d'artisanat et de bricolage était à la disposition de tous pour des projets créatifs, ce fut un beau moment de partage. Le mercredi 4 décembre en après-midi, les gens étaient invités à participer à un atelier de sensibilisation et de prévention offert par le Centre des R.O.S.E.S. Durant cette heure de présentation, l'information concernant le VIH/SIDA a été partagée et expliquée aux participants. Un extrait vidéo témoignant de la vie d'une personne vivant avec le virus du VIH a été présenté aux personnes présentes, ce fut un moment de réflexion touchant et émotif pour certains.

Finalement, plus d'une quarantaine de membres de la communauté, adolescents, adultes et aînés, ont été sensibilisés à la cause durant cette semaine de sensibilisation. Espérons que tous ces messages de prévention encourageront les gens à prendre soin de leur santé sexuelle et de celle de leurs partenaires !

INTERVENTION SERVICES

By Amélie Turcotte
Support Worker

Aboriginal AIDS Awareness Week December 1-5, 2013

Members of the community were offered a variety of activities for Aboriginal AIDS Awareness Week. At lunchtime on Monday, December 2, a number of Centre employees animated a game in the youth local about preventing at-risk sex. More than a dozen teenagers learned how to improve their awareness of sexual health and the importance of having protected sex.

Eight young people played the game, called "The Battle of the Sexes", while the others watched from the sidelines. It was great fun and quite the success. All the young people in the room were given a gift bag containing documentation on the subject, condoms, candy and a package of tissues wrapped with preventive messages. Participation prizes (gift cards) were also given to the teenagers who volunteered to go up front and play.

On Tuesday, December 3, red ribbons were handed out to members of the community to raise awareness about the cause. In the afternoon, people were invited to come decorate their red ribbon in the cafeteria. Arts and crafts materials were made available to give participants a creative outlet and an enjoyable shared experience. On Wednesday afternoon, December 4, people were invited to take part in an awareness and prevention workshop given by the Centre des R.O.S.E.S. During this hour-long presentation, HIV/AIDS information was shared and explained to participants, and a video clip showing the life of a HIV patient was played. The video was a thought-provoking and emotional moment for some participants.

Over forty community members, teenagers, adults and elders came away from this awareness week with a better understanding of the issues. Let's hope that these messages of prevention will encourage people to look out for their and their partners' sexual health!

SERVICE D'INTERVENTION

Par Nathalie Larose,
Conseillère en activité clinique

La nouvelle année amène souvent un nouveau vent de motivation pour apporter des changements à notre vie. Mais il arrive que ce nouvel élan s'estompe rapidement et face place au découragement. Souvent cette baisse de motivation est liée au fait que nous avons de la difficulté à reconnaître le progrès réalisé, parce que nous portons notre attention sur l'objectif ultime et non sur les étapes qui mène à l'atteinte de cet objectif. Par exemple, lorsque vous montez un escalier vous le montez marche par marche n'est-ce pas? Mais qu'arriverait-il si à chacune des marches vous vous arrêtiez pour vous rappeler que vous n'êtes pas rendu en haut de l'escalier? Ce serait décourageant n'est-ce pas? Il devient alors utile de découper notre objectif ultime en plusieurs étapes et de garder le focus à compléter cette étape. Cette façon de faire permet de prendre conscience de notre évolution, de nous valoriser et assure que les changements seront durables. Il faut donc apprendre à célébrer tous les petits changements que l'on réussit à apporter à notre vie, et ce tout autant que l'atteinte de l'objectif ultime.

Voici un outil d'impact pour vous aider.

(Tiré des cartons d'impact créer par Dr. Danie Beaulieu Ph.D psychologie)

Vous avez sans doute noté qu'à la première case, on voit un homme. À la dernière, on retrouve une femme. Bien qu'il soit difficile de reconnaître les changements d'une case à l'autre, nous parvenons néanmoins à une réelle métamorphose suite à 14 petites modifications.

Lorsque vous ou un être cher cheminez vers un objectif, que ce soit la résolution d'un conflit, le retour à la santé suite à une maladie, la poursuite d'études, la réalisation d'un projet ou autre, concentrez-vous sur les petits progrès. N'oubliez jamais qu'il suffit de minces avancées pour parvenir à une totale transformation. Gardez espoir et surtout, ouvrez l'œil!



INTERVENTION SERVICES

By Nathalie Larose,
Clinical Activity Advisor

The New Year often motivates us to make changes in our lives. It's not easy to keep up the momentum though, which can tail off and leave us feeling discouraged. Oftentimes, we can feel less motivated because we don't fully recognize the progress we have really made. This is because we pay more attention to our end goal than to the steps we take to get there. For example, when climbing stairs, you go up one step at a time, right? But what would happen if at every step, you stopped to remind yourself that you hadn't reached the top yet? Wouldn't that be discouraging? It can be useful to break down our ultimate objectives into multiple steps and to stay focussed on finishing each one. This helps us take stock of our growth, makes us feel better about ourselves and ensures the changes we make will be long-lasting. We have to learn to celebrate all the little life changes we succeed in making as much as we celebrate reaching our end goal.

Here's a powerful tool to help you

(taken from flash cards created by Dr. Danie Beaulieu, Ph.D. in psychology).

If you look at the picture on the card you can easily notice the difference between the first and the last illustration. In the first picture you see the face of man, and in the last picture you clearly see a woman sitting on the floor with long hair. But if you look closely at each square in between those two you will be barely notice the small change that has been made from one illustration to the other in order to transform completely the man's face into a woman sitting with long hair.

This flash card serves has a reminder that durable change emerges from small steps and not from leaps. In this time of year where we are taking resolutions to better ourselves, or family or our community we should concentrate on the small changes and progress we are making instead of putting all our focus on the objective we wish to attain. Remember, it takes a few small steps to create a total transformation. Stay confident and keep your eyes wide open to notice those little changes.

SERVICE PETITE ENFANCE FAMILLE

Par Anabelle Brochu
Agente en adaptation préscolaire

Nouveautés au Service petite enfance famille (SPEF)

Dans le cadre de son stage en éducation spécialisée, Zackia a permis aux enfants du SPEF d'avoir accès à une période de plus de stimulation précoce par semaine. Six enfants, accompagnés de leurs parents, ont pu profiter d'activités favorisant leur développement. Les enfants et les parents participent de façon intensive (1 rencontre semaine) pour un total de 6 à 9 rencontres aux sous-groupes.

Trois sphères de développement sont ciblées par ces ateliers dont la motricité globale, la motricité fine et le langage. Diverses activités sont proposées aux parents et aux enfants de 4 ans : escalade la tour du Belvédère, chasse aux bonbons au parc, création d'ustensiles avec de la pâte Fimo, participation à des parcours psychomoteurs, activités d'éveil aux sens, confection de savons et fabrication de maisons en pain d'épices.

Ce fut une réussite sur toute la ligne!!! À la fin janvier, d'autres enfants pourront bénéficier de ces rencontres. Elles seront co-animées par Martine, Yvonne, Stéphanie et Annabelle. N'oublions pas que les enfants apprennent par le jeu!!! Bougez, chantez, amusez-vous avec vos enfants. Ils profiteront de chaque moment en votre présence pour apprendre et s'émerveiller.

**C'EST LA FIN DU
STAGE DE ZACKIA!!!
SNIF! SNIF!!!**

Merci Zackia d'avoir tant partagé avec nous mais surtout avec les enfants et les familles du SPEF!! Tu as su mettre de la joie et nous partager ton dynamisme!!! Ton amour des enfants et ton souci de les amener toujours un peu plus loin font de toi une excellente future éducatrice spécialisée.

Merci et bonne continuité!!!!



**ZACKIA'S INTERNSHIP
IS COMING TO AN
END!!! BOO-HOO!!!**

Thank you Zackia for sharing so much with us and especially with the ECFS kids and families! You brought contagious energy and joy to your work! Your love of children and your desire to urge them on a little further will make you an excellent special education teacher

Thank you and good luck!

EARLY CHILDHOOD AND FAMILY SERVICES

By Anabelle Brochu
Preschool Adaptation Worker

News from the Early Childhood and Family Services (ECFS)

As part of her special education internship, Zackia led an additional early development session each week for children from the ECFS. Accompanied by their parents, six children benefited from these developmental activities. The children and parents participate intensively, attending a total of 6 to 9 meetings in small groups.

These workshops targeted three areas of development: general motor skills, fine motor skills and language. A variety of activities were organized for our 4-year-olds and their parents: climbing the Belvédère tower and going on a treasure hunt for candy in the park, making their own cutlery with play dough Fimo, doing psychomotor exercises and sensory learning activities, and making soap and gingerbread houses.

This initiative was a big hit all around! At the end of January, a new group of children will be able to enjoy the workshops, which will be led by Martine, Yvonne, Stéphanie and Annabelle. Remember, children learn through play! Dance, sing, and have fun with your little ones. They will learn and discover more about the world every minute they spend with you.

*En cette période de partage,
de réflexion et d'amitié,
l'UQAT vous souhaite la réalisation
de vos plus chers désirs !*

*In this time of sharing,
reflection and friendship,
UQAT hopes that all your
dearest wishes come true!*



Pavillon des Premiers-Peuples / First Peoples Pavilion

Information : 819 874-8728 poste/ext. 6296
Sans frais/toll free: 1 866 891-8728 poste/ext. 6296
spp-fps@uqat.ca
uqat.ca



Photo: Genevieve Lagrois - Design graphique: www.ijmedia.ca

Madjimâkwîn

Jeunes autochtones en action >>> Young Aboriginals in Action

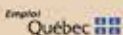
Tu es Autochtone?
Tu as entre 18 et 24 ans?
Tu veux élaborer un projet de vie,
retourner à l'école, trouver du
travail, développer tes habiletés, tes
connaissances et tes compétences,
fixer tes forces et tes limites, régler
certains problèmes personnels, mais
surtout réaliser tes rêves?
Jeunes autochtones en action est un
projet adapté à ta réalité!
Tu pourrais même bénéficier d'une
compensation financière!



Are you Native?
Between the ages of 18 and 24?
Do you want to build a
"life-project", go back to school, find
work, develop your abilities, your
knowledge, skills, identify your
strengths and know your limits, take
care of personal issues... most
importantly...want to make your
dreams come true?
Young Aboriginals in Action is a
project that adapts to your reality!
You might even benefit from funding!



1272, 7^e rue, Val-d'Or (Québec) J9P 6W6



Appelle-moi!
Écris-moi!
Viens me rencontrer!
Ne laisse pas dormir ton talent!
Je t'attends!



Roxanne Boucher
Agente de relations humaines
Support Worker
819 825-8299 #325
roxanne.boucher@caavd.ca



Call me!
Write me!
Come see me!
Don't leave your talent on the shelf!
I'll be expecting you!

ÉCONOMIE SOCIALE

Par Denise Nauss
Directrice des opérations

L'économie sociale autochtone, par son approche culturellement pertinente et par ses initiatives d'innovation sociale, contribue à la richesse collective, au développement et à la reconnaissance des compétences ainsi qu'à l'inclusion et à la promotion d'une main-d'œuvre autochtone pour une participation pleine et entière à l'économie et à la vie citoyenne. Les actions du secteur de l'économie sociale au Centre d'amitié se regroupent désormais sous quatre grands thèmes soit :

Production de biens et services

- Service alimentaire et traiteur
- Service d'hébergement
- Comptoir boutique
- Service locatif

Développement des compétences

- Parcours Odabi
- Parcours Wâbidîjan (en développement)
- Parcours Madjimâkwîn

Insertion à l'emploi

Promotion de la main-d'œuvre et développement des partenariats

Pour un cadeau ou un objet d'artisanat autochtone authentique, visitez notre comptoir boutique!

Looking for authentic Aboriginal arts and crafts, visit our display counter.

SOCIAL ECONOMY

By Denise Nauss
Director of Operations

The Aboriginal social economy, through its culturally relevant approach and its social innovation initiatives, contributes to the collective wealth, development and recognition of skills as well as the inclusion and promotion of Aboriginal labour for a full participation in the economy and civic life. The Friendship Centre's involvement in the social economy now falls under four groups:

Production of goods and services

- Food services and catering
- Lodging
- Arts and crafts display counter
- Rentals

Skills development

- Odabi
- Wâbidîjan (under development)
- Madjimâkwîn

Job placement

Promotion of the workforce and development of partnerships



Savourez l'accueil autochtone!

Enjoy Aboriginal Hospitality!

CAFÉTÉRIA

Ouverte à toute la population, la cafétéria offre des repas maison à prix abordable.

Déjeuner : 7 h 00 à 9 h 30

Dîner : 11 h 45 à 13 h 30

Souper : 17 h 00 à 18 h 30

HÉBERGEMENT

24 chambres pouvant accueillir 54 personnes

COMPTOIR D'ART ET D'ARTISANAT

Interac accepté

Les revenus sont réinvestis dans les services du Centre d'amitié selon son approche d'économie sociale.

CAFETERIA

Open to the general public, the Cafeteria offers home-style meals at an affordable price.

Breakfast: 7:00 a.m. to 9:30 a.m.

Lunch: 11:45 a.m. to 1:30 p.m.

Supper: 5:00 p.m. to 6:30 p.m.

LODGING

24 rooms that can accommodate 54 people

ARTS AND CRAFTS DISPLAY COUNTER

Interac payment accepted

Revenues are reinvested in the Friendship Centre's programs and services, consistent with its social economy approach.

Meegwetc!

ÉCONOMIE SOCIALE

SOCIAL ECONOMY

Par Denise Nauss
Directrice des opérations

By Denise Nauss
Director of Operations

Départ de Dominique Parent-Manseau

Dominique Parent-Manseau quittait la direction de l'économie sociale en octobre dernier pour relever d'autres défis. Nous la remercions du fond du cœur pour le dévouement et l'engagement dont elle a fait preuve au cours des deux années passées avec l'équipe du Centre.



Dominique en compagnie de Denise Nauss assure l'intérim à la direction de l'économie sociale.
Dominique with Denise Nauss, Acting Social Economy Director



In October, Dominique Parent-Manseau left her position as Social Economy Director to move on to new challenges. Heartfelt thanks to her from all of us at the Centre for her dedication and commitment these past two years.

Boîte à suggestions

Votre opinion fait la différence! Exprimez-vous en venant nous rencontrer ou encore en utilisant la boîte à suggestions disponible à la réception du premier étage.

Suggestions and comments

Your opinion makes a difference! Stop by to tell us what you think or leave us a message in the comments box at the reception desk on the first floor.



Les trucs du chef

Par Richard Larivière,
chef cuisinier

Cooking Tips from the Chef
By Richard Larivière,
chef

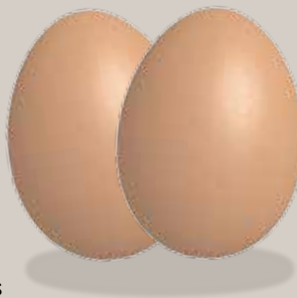
Comment savoir si les œufs sont frais?

Déposez les œufs dans un bol d'eau, si les œufs restent au fond c'est qu'ils sont frais. Par contre, s'ils flottent, attention.

Remplacer les œufs en cas d'allergies?

Vous pouvez remplacer un maximum de 2 œufs dans un gâteau, muffin, etc., à l'exception des crêpes et des pâtes à choux. Remplacez 2 œufs par 60 ml (4 cuillères à soupe) de yogourt nature.

Vous pouvez aussi remplacer les œufs par de la crème sûre, allégée ou ordinaire. Il suffit alors de compter une cuillère à soupe de crème sûre par œuf.



How can you tell if eggs are fresh?

Place an egg in a bowl of water. If the egg stays at the bottom, it's fresh. But beware if it floats!

Substitutions for those with egg allergies

You can substitute up to 2 eggs in cakes, muffins, etc., but not in pancakes or cream puffs. Substitute 2 eggs with 60 ml (4 tbsp) of plain yogurt.

You can also substitute eggs with light or regular sour cream. Just use one tablespoon per egg.

It will make for excellent meatloaves and delicious cakes!

Ça donne d'excellents pains de viande et de succulents gâteaux!

ÉCONOMIE SOCIALE

Par Stéphane Laroche,
Chargé de projet

« Je suis contente de travailler au Centre »

– Myriam Jackson, préposée à l'accueil

Il est de ces gens dévoués qui savent ce qu'ils veulent dans la vie et qui n'ont pas peur de se retrousser les manches pour réaliser leurs projets et tendre vers une vie meilleure. Myriam Jackson est de ceux-là. Portrait d'une jeune femme de cœur et d'action qui a su se tailler une place de choix dans son milieu.



Myriam Jackson occupe depuis bientôt deux ans le poste de préposée à l'accueil au Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or. Son rôle consiste notamment à accueillir les gens qui se présentent au Centre, à les informer sur les différents services, à répondre à leurs questions et à les accompagner au besoin vers les personnes qui sauront les aider.

« Je suis celle que les gens voient en premier quand ils arrivent au Centre, et je me fais poser toutes sortes de questions, raconte celle qui dit avoir tout vu et tout entendu. Une mère de famille est même déjà venue me demander de surveiller son bébé quelques minutes, et je l'ai fait! C'est ça que j'aime, au Centre. Ce n'est pas comme ailleurs. Ici, c'est comme un milieu de vie. En plus, c'est très varié comme travail. Chaque jour est différent. »

Avec tout l'intérêt et le dévouement dont elle fait preuve à l'égard de son travail, il n'est pas surprenant de constater combien Myriam est appréciée de ses collègues et des membres de la communauté qu'elle accueille jour après jour au Centre. Une reconnaissance pleinement méritée, d'autant plus que cette jeune femme de 26 ans a été appelée à relever de nombreux défis pour en arriver à se forger une telle place dans le monde du travail.

« Avant, je pensais que je n'étais pas capable de garder un emploi, se souvient-elle. Dans ma tête, je me disais que je ne parlais pas assez bien en français pour travailler dans mon milieu, et que je n'étais pas assez bonne avec les gens. » Jusqu'au jour où elle s'est inscrite au projet Odabi, un parcours en développement des compétences qu'elle a suivi en 2012 au Centre d'amitié autochtone. « Ça m'a amenée à mieux me connaître, dit-elle. J'ai gagné beaucoup de confiance en moi. En plus, c'est vraiment un bon entraînement pour le travail. Ça n'a pas été facile, mais je suis contente de l'avoir fait. »

À la suite de son stage réalisé dans le cadre du projet Odabi, Myriam Jackson a obtenu son premier emploi permanent à temps complet, poste qu'elle occupe toujours avec une grande fierté au Centre d'amitié. Et quand on lui demande où elle se voit dans cinq ans, elle répond sans hésiter : « Je ne sais pas où je serai, mais en tout cas je vais travailler. »

SOCIAL ECONOMY

By Stéphane Laroche
Project manager

« I'm happy working at the Friendship Centre »

– Myriam Jackson, receptionist

Myriam Jackson is one of those dedicated kinds of people who know what they want in life and aren't afraid to roll up their sleeves to make it happen and build a better life for themselves. Here's the portrait of a young woman with a caring heart who gets things done and has successfully carved out an enviable role for herself in her workplace.

Myriam Jackson has been the receptionist at the Native Friendship Centre of Val-d'Or for almost two years now. Her job consists mostly of welcoming people who come into the Friendship Centre, telling them about our different services, answering their questions and, if need be, pointing them to the person best able to help them.

"I'm the one people see first when they come into the Centre. I get asked all sorts of questions", says Myriam, who claims to have seen and heard it all. "One time, a mother even asked me to watch her baby for a few minutes, and I did! That's what I like about the Centre. It's like nowhere else. Here, it's a place that feels lived-in. And there's a lot of variety. Every day is different."

With all of Myriam's interest and dedication for her work, it's no surprise to see how well-liked she is by her colleagues and the members of the community she welcomes day after day at the Centre. This affection is fully earned, especially considering this 26-year-old has had to overcome a great many challenges to claim her place in the workforce.

"I used to think I couldn't hold down a job," she remembers. "I'd tell myself my French wasn't good enough to work as a receptionist and my people skills weren't up to scratch." That was until she signed up for Odabi, a skills development program she followed in 2012 at the Native Friendship Centre. "It helped me get to know myself better", she says. "I gained a lot of self-confidence. And it's a really good way to get ready for the workplace, too. It wasn't easy, but I am glad I did it."

After her Odabi internship, Myriam Jackson secured her first full-time permanent job—the position at the Friendship Centre she's so proud of today. And when she's asked where she'll be in five years, she answers without a doubt: "I don't know where I'll be, but I know I'll be working."

DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES ODABI

Par Denise Caron, Coordonnatrice

Qu'est-ce qui se passe du côté des parcours de développement des compétences?

Souper retrouvailles des cohortes des parcours de développement des compétences Pidaban et Odabi

Le 9 septembre cinquante-cinq personnes ont répondu à l'invitation lancée par le Centre d'amitié pour un souper de retrouvailles pour les personnes ayant participé ou travaillé dans les parcours de développement des compétences Pidaban et Odabi. C'est sous le signe de l'amitié et dans la bonne humeur que s'est déroulé l'évènement qui regroupait les diplômés des six cohortes, de même que les équipes ayant évolué dans les parcours de développement des compétences depuis quatre ans.

Nous avons eu
un automne
fort occupé, en
voici la preuve!

Déjeuner conférence des partenaires du marché du travail et des collaborateurs

Le 24 octobre dernier, les partenaires du marché du travail et les collaborateurs étaient conviés au Centre d'amitié pour assister à un déjeuner conférence organisé par l'équipe Odabi.

Nos conférencières invitées, mesdames Janet Mark et Anne-Marie Coulombe, toutes deux formatrices au secteur de la Formation continue de l'UQAT et impliquées au sein de la communauté autochtone, nous ont entretenus sur le thème de : LA MAIN-D'ŒUVRE AUTOCHTONE : UNE VALEUR AJOUTÉE. Cet évènement qui se voulait rassembleur et convivial nous a permis de rencontrer les partenaires et les entreprises associés au parcours de développement des compétences Odabi, d'échanger et de leur permettre de visiter le Centre d'amitié.

Arrivée de la 6^e cohorte Odabi-Pidaban

Le 13 novembre nous avons eu le plaisir d'accueillir une nouvelle cohorte de 20 personnes au Centre d'amitié. Cette 6^e cohorte des parcours Odabi et Pidaban est composée de 18 femmes et 2 hommes. Nos dynamiques participantes et participants chemineront pendant 16 semaines vers l'acquisition de nouvelles compétences ou le renforcement des compétences existantes. Au bout du parcours, plusieurs d'entre eux obtiendront un emploi ou choisiront de retourner à l'école pour parfaire leur formation.

Les parcours de développement des compétences sont devenus des incontournables dans le cheminement de plusieurs hommes et femmes autochtones qui choisissent d'intégrer le milieu du travail ou qui souhaitent améliorer leurs compétences et leurs conditions de vie. C'est pour cette raison qu'au Centre nous travaillons sans relâche à la diversification de l'offre des projets de développement des compétences, afin que tous et toutes puissent y trouver leur voie.



SKILLS DEVELOPMENT ODABI

By Denise Caron, Coordinator

What's new with our skills development training programs?

Supper for the Pidaban and Odabi skills development groups

Fifty-five people accepted the Friendship Centre's invitation to a reunion supper on September 9 for all the participants and employees the Pidaban and Odabi skills development training groups. In a spirit of friendship, this pleasant event brought together the graduates of all six groups and the team members of the skills development programs these past four years.

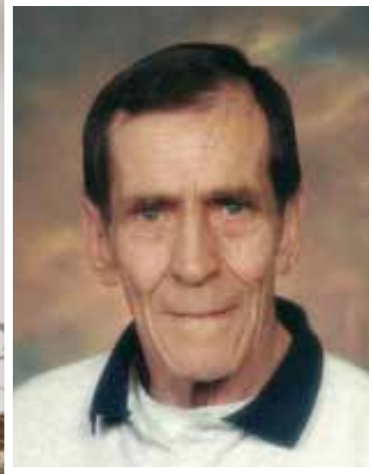
Breakfast conference by partners in the workplace

On October 24, business partners were invited to the Friendship Centre to a breakfast conference organized by the Odabi team. Our guest speakers, Ms. Janet Mark and Ms. Anne-Marie Coulombe, both Continuing Education providers at UQAT and involved in the Aboriginal community, spoke to us on the topic of ABORIGINAL WORKFORCE: AN ADDED VALUE. This casual event was an opportunity for us to connect with partners and businesses involved in the Odabi skills development training program, exchange ideas and give them a tour of the Friendship Centre.

Arrival of the 6th Odabi-Pidaban group

On November 13, we had the pleasure of welcoming a new group of 20 people to the Friendship Centre. This 6th Odabi and Pidaban group is made up of 18 women and 2 men. Lively and engaged, our participants will learn new skills or solidify existing skills over the course of 16 weeks. At the end of the program, many of them will find employment or choose to go back to school for more training. The skills development programs have become invaluable stepping stones on the path of many Aboriginal men and women who choose to join the workforce or wish to improve their skills and living conditions. This is why at the Centre we work tirelessly to diversify the skills development projects on offer so that each and every one may find their path.





M. Roland Cloutier

M. Roland Cloutier, père d'Édith Cloutier est décédé à l'âge de 78 ans le 9 octobre 2013. Tout le personnel et les membres du conseil d'administration du Centre d'amitié désirent offrir leurs plus sincères condoléances à Édith Cloutier, directrice générale du CAAVD, à sa famille ainsi qu'à tous ses proches.

Mr. Roland Cloutier, father of Edith Cloutier, passed away October 9, 2013, at the age of 78. The staff and the Board of Directors of the Friendship Centre offer their sincere condolences to Edith Cloutier, Director General of the VDNFD, to his family and friends.

M. Rheal Boudrias



Est décédé le 13 septembre 2013, à l'âge de 71 ans, M. Rheal Boudrias, fils de feu Henry Boudrias et de feu Alice Hunter. Tout le personnel et les membres du conseil d'administration du Centre d'amitié désirent offrir leurs sincères sympathies à sa famille et amis.

Mr. Rheal Boudrias passed away at the Foyer of Val-d'Or on September 13, 2013 at the age of 71. Mr. Rheal Boudrias, is the son of the late Mr. Henry Boudrias and the late Mrs. Alice Hunter.

The staff and Board of Directors of the Friendship Centre offer their deepest sympathy to his family and friends.

M. David «Dave» Bertrand



Est décédé le 24 septembre 2013, à l'âge de 54 ans, monsieur David «Dave» Bertrand. Tout le personnel et les membres du conseil d'administration du Centre d'amitié offrent leurs plus sincères sympathies à sa famille, ses amis, ses collègues d'Air Creebec ainsi qu'à Maude Grenier, notre infirmière de la Clinique Minowé.

Mr. David « Dave » Bertrand passed away on September 24, 2013 at the age of 54. The staff and Board of Directors of the Friendship Centre offer their sincere condolences to his family, friends, colleagues at Air Creebec, and to Maude Grenier, nurse at the Minowé Clinic.



Le petit Marek Filteau,
 fils de Marie-Louise Nastasiak, a vu le jour
 à 23h35, le 4 décembre dernier.
 Il pèse 8 lbs et mesure
 20 po 1/2. Tout s'est bien
 passé et les heureux parents
 nagent dans le bonheur.

Little Marek Filteau,
 son of Marie-Louise Nastasiak, was born
 December 4, 2013 at 11:35 pm.
 He weighs 8lbs and
 measures 20 1/2 inches.
 All went well and the
 parents are extremely happy.

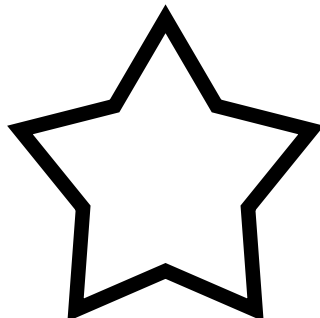
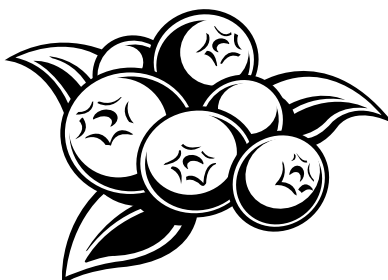
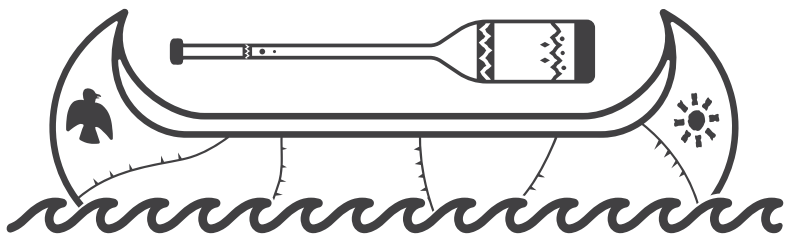
LEXIQUE

LEXICON

Algonquin	Français	Anglais
Sagahigan	Lac	Lake
Minâdjic	Bleuet	Blueberry
Tcîmân	Canôt	Canoe
Kigos	Poisson	Fish
Migôna	Plume	Feather
Onigoc	Étoile	Star

Images à colorier

Pictures to color



PERSONNEL 819 825-8299

SERVICE ADMINISTRATIF / ADMINISTRATIVE SERVICE

Directrice générale / Executive Director	Édith Cloutier	#230
Directrice générale adjointe / Assistant Executive Director	Gina Richmond Mainville	#245
Directrice des opérations / Director of Operations	Denise Nauss	#246
Comptable / Accountant	Nancy Turcotte	#222
Technicienne comptable / Accounting Technician	Manon Gagnon	#234
Technicienne comptable / Accounting Technician	Odette Morin	#310
Conseillère en ressources humaines / Human Resources Advisor	Sandy McGuire	#233
Superviseur de l'entretien de l'édifice / Building Maintenance Supervisor	Robert Breault	#301
Préposé à l'entretien et à la sécurité / Maintenance Clerk	Jerry Diamond	#221
Préposé à l'entretien et à la sécurité / Maintenance Clerk	Kevin Boudrias	#221
Chargé de projet / Project manager	Stéphane Laroche	#257
Chargée de projet / Project manager	Nathalie Fiset	#251
Agente de communication et événements spéciaux / Communication and special events officer	Nadia Lagueux	#236
Technicienne en graphisme et soutien réseau / Graphics and network support Technician	Peggy Trudel	#305

SERVICE DE TRANSPORT MÉDICAL / MEDICAL TRANSPORT SERVICE

Agente au transport médical / Medical Transportation Officer	Marie-Jeanne Wabanonick	#229
Agente au transport médical / Medical Transportation Officer	Hélène Graveline	#226
Conducteurs / Drivers	Richard Larivière/Stéphane Blaquière	

CLINIQUE MINOWÉ

Chargée de projet / Project manager (Prise de rendez-vous/Appointment)	Marie-Lyse Firlotte	#292
Intervenant social / Support Worker	Éric Chainé	#328
Infirmière / Nurse	Maude Grenier	#312

DÉVELOPPEMENT SOCIAL / SOCIAL DEVELOPMENT

Directrice / Director	Sharon Hunter	#295
Conseiller aux programmes / Program Advisor	Gérard Charlier	#326
Conseillère en activité clinique / Clinical Activity Advisor	Nathalie Larose	#231

SERVICE PETITE ENFANCE FAMILLE / CHILD AND FAMILY SERVICES

Agente en adaptation préscolaire / Preschool Adaptation Worker	Annabelle Brochu	#241
Agente en adaptation préscolaire / Preschool Adaptation Worker	Stéphanie Lauzon	#227
Agente en adaptation préscolaire / Preschool Adaptation Worker	Jessica Diagle-Bourdon	#240
Éducatrice / Educator	Martine Rodrigue	#247
Éducatrice / Educator	Yvonne Lacoursière	#247
Éducatrice / Educator (Senneterre)	Nathalie Prévost	737-2324
Éducatrice / Educator (Senneterre)	Karine Rouleau	737-2324
Conseillère en périnatalité / Perinatal Advisor	Natacha Paradis	# 252

SERVICE D'INTERVENTION / INTERVENTION SERVICE

Agente de relations humaines / Support Worker	Luc Deslauriers	# 237
Agente de relations humaines / Support Worker	Vacant	#297
Agente d'intervention social et communautaire / Support Worker Social and Community	Vannaly Phomsena	#293
Agente d'intervention social et communautaire / Support Worker Social and Community	Lisa Gagné	#242
Agente d'intervention social et communautaire / Support Worker Social and Community	Laura Bergeron Pilurttuut	#242

DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY DEVELOPMENT

Directeur / Director	Kévin Cordeau	#308
Conseillère aux programmes / Program Advisor	Jenny Mathias Phillips	#243
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Jessica Diagle-Bourdon	#240
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Eliane Kistabish	#299
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Mélanie Bowen	#255
Animatrice communautaire / Community Animator	Vera Pien	#306

STAFF 819 825-8299

SECTEUR DE L'ÉCONOMIE SOCIALE / SOCIAL ECONOMY SECTOR

Directeur/ Director _____ Vacant

SERVICE D'HÉBERGEMENT / LODGING SERVICE

Responsable de l'accueil et l'hébergement/
Reception and Lodging Head Clerk _____

Rachel Lagueux #221

Préposées aux chambres/Room Attendants _____ Irène Jackson / Kathy Diamond /
Jacqueline Gunn / Brigitte Plourde

Préposées à l'accueil / Reception Clerks _____ Michael Daigle / Patrice Kenney
Barbara Polson / Myriam Jackson Lambert #221

SERVICE ALIMENTAIRE / FOOD SERVICE

Chef cuisinier/ Chef _____ Richard Larivière #239

Cuisiniers / Cooks _____ Edna King / Carole Savard

Henriette Duquette / Marco Tremblay #238

Aide-cuisiniers / Assistant Cooks _____ Patricia Michaud / Alfred Papatisse / Louise Charest #238

DÉVELOPPEMENT DES COMPÉTENCES / ODABI / SKILLS DEVELOPMENT

Coordonnatrice / Coordinator _____ Denise Caron #311

Coordonnatrice / Coordinator _____ Joanie Collard #286

Agente de relations humaines / Support Worker _____ Annie Charette #294

Agente de relations humaines/Support Worker _____ Roxanne Boucher #325

Conseillère à l'emploi / Employment Advisor _____ Fanny St-Pierre #327

Conseiller à l'emploi / Employment Advisor _____ Bruce Phillips #235

* Les personnes remplaçantes sont inscrites en italiques / Italics indicate personnel replacements

CONSEIL D'ADMINISTRATION / BOARD OF DIRECTORS

Président / President _____ Oscar Kistabish

Vice-présidente / Vice-President _____ Janet Mark

Secrétaire-trésorière / Secretary-Treasurer _____ Peggie Jérôme

Administratrice / Director _____ Anne-Marie Coulombe

Administrateur / Director _____ Jacob Ottereyes

Représentant des employés / Employees Representative _____ Robert Breault

Représentante des jeunes / Youth Representative _____ Wanda Crépeau-Etapp

Merci aux partenaires suivants pour leur contribution à nos activités et à ce Cahier du Centre :

Thanks to the following partners for their contribution to our activities and to this issue of the Centre's Notebook:



Santé Canada Health Canada



Agence de la santé publique du Canada

Public Health Agency of Canada



Le Cahier est aussi disponible sur notre site Internet : www.caavd.ca The Notebook is also available on our Web site : www.caavd.ca

Renouveler votre abonnement au Cahier du Centre :

Aux membres individuels

Surveillez la date de renouvellement qui apparaît sur l'étiquette d'adresse de votre Cahier du Centre. Si votre date de renouvellement apparaît en surligné rouge, il est possible que vous ne receviez pas votre prochain Cahier du Centre. Contactez-nous dès que possible pour confirmer votre intérêt et continuer de le recevoir !

Par courriel : nadia.lagueux@caavd.ca

Par téléphone : 819 825-8299 poste 236

Ou par la poste : Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, Nadia Lagueux, 1272, 7^e Rue, Val-d'Or (Québec) J9P 6W6

To renew your Friendship Centre's Notebook subscription:

For individual members

Check the renewal date that appears on your address sticker of your Centre's Notebook. If your renewal date is highlighted in red, it is possible that you may not receive the next publication. Contact us as soon as possible to confirm your continued interest in receiving the Notebook!

By email: nadia.lagueux@caavd.ca

By phone: 819 825-8299 Ext. 236

Or by mail: Val-d'Or Native Friendship Centre, c/o Nadia Lagueux, 1272, 7th Street, Val-d'Or (Quebec) J9P 6W6

Merci à nos fidèles lecteurs!

Thank you to our faithful readers!



Le Cahier du Centre – The Centre's Notebook

Nom/Name : _____

Adresse/Address : _____

Ville/City : _____ Code postal/Postal Code : _____

Tél/Tel : _____ 1\$/un an/one year _____ 2\$/deux ans/two years

À/To : Nadia Lagueux, Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, 1272, 7^e Rue, Val-d'Or (Qué.) J9P 6W6 -Tél. : 819 825-8299 # 236



Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or
Val-d'Or Native Friendship Centre

1272, 7^e Rue, Val-d'Or (Québec) J9P 6W6
Tél. : 819 825-6857 Fax : 819 825-7515
Courriel : info@caavd.ca
Web : www.caavd.ca

Poste Publication
400-44929

X