

Le Cahier du Centre The Centre's Notebook 2017

Vol. 35 No. 1 - Janvier/January 2017

À VENIR / COMING SOON

Semaine pour l'élimination de la discrimination raciale du 20 au 24 mars 2017



VAL-D'OR
Montre
tes couleurs

Jeudi 23 mars 2017
à 13h00
Joins-toi à la MARCHÉ
GABRIEL-COMMANDA
dans le stationnement du Centre d'amitié

P.2

DÈS MAINTENANT / AT ONCE
INSCRIPTION EN LIGNE
ONLINE REGISTRATION
jusqu'au 21 avril 2017 / Until 21 April 2017



2017
Mémégwashî

P.27

RASSEMBLEMENT IKWÉ IKWÉ GATHERING ON P.4

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

TABLE DES MATIÈRES

Message de la directrice générale p. 4-5
Administration p. 2-10
Développement communautaire p. 11-18
Développement social p. 18-22
Économie sociale p. 23
Personnel p. 25-26

TABLE OF CONTENTS

Message from Executive Director p. 4-5
Administration p. 2-10
Community Development p. 11-18
Social Development p. 18-22
Social Economy p. 23
Staff p. 25-26

Centre d'amitié
autochtone
de Val-d'Or



Val-d'Or Native
Friendship
Centre



INVITATION

BEKONE MABATCE MENOCIK

ᐱᐱᐱ ᐱᐱ ᐱᐱᐱ ᐱ

VAL-D'OR

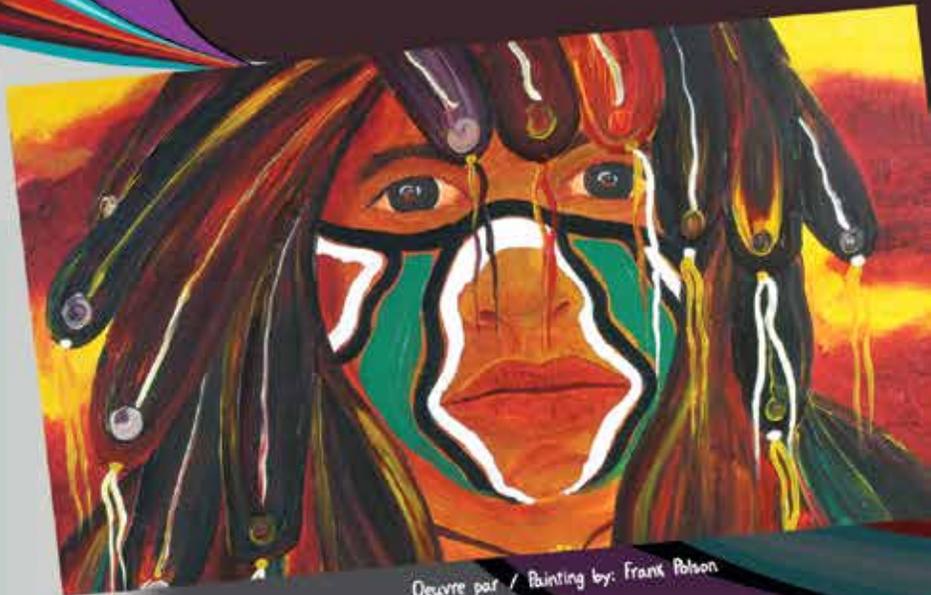
Montre tes couleurs
Show your colors

23 mars

Date à retenir /

March 23

Date not to forget



Œuvre par / Painting by: Frank Robson



MARCHE GABRIEL-COMMANDA

JEUDI 23 MARS

À 13H00

Semaine pour l'élimination de la
discrimination raciale
du 20 au 24 mars 2017

Suivez-nous sur Facebook
Programmation à venir

GABRIEL-COMMANDA WALK

THURSDAY MARCH 23,

AT 1:00 P.M.

Awareness week for the elimination
of racial discrimination
from March 20 to 24, 2017

Follow us on Facebook
Programming up coming



Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or
Val-d'Or Native Friendship Centre
1272, 7e Rue Val-d'Or (Québec) J9P 6W6
Tél: 819 825-6857 Fax: 819 825-7515

Nadia Lagueux / nadia.lagueux@caavd.ca
info@caavd.ca / www.caavd.ca

SOLIDARITÉ IKWÉ

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

SOLIDARITY IKWÉ

By Nadia Lagueux,
Communication and special events officer

17 novembre 2016
Conférence de presse /
Réaction suite
au dépôt du rapport
du DPCP

Press Conference /
Reaction following
the DPCP's report on
November 17, 2016



DÉCLARATION



DÉCLARATION DES FEMMES AUTOCHTONES DE VAL-D'OR LE 17 NOVEMBRE 2016

C'est avec une amère déception et une profonde préoccupation que nous avons appris que le Directeur des poursuites criminelles et pénales du Québec (DPCP) ne portera aucune accusation criminelle à l'encontre de 6 des policiers de la ville de Val-d'Or mis en cause par nos dénonciations passées.

Il y a 18 mois de cela, au Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or, nous avions choisi, après mûres réflexions, d'oublier la peur, de rompre le silence et de parler enfin à cœur ouvert, en dénonçant publiquement devant la journaliste Josée Dupuis de l'émission Enquête de Radio Canada, comment nous avions été victimes d'intimidation, d'abus de pouvoir, d'agressions sexuelles et physiques de la part de policiers de la SQ de Val-d'Or pendant plusieurs années. Ces dénonciations, nous les avons faites pour notre amie Sindy et la famille Ruperthouse, avec l'espoir qu'on puisse la retrouver mais également pour que cesse la violence policière à l'égard des femmes autochtones.

Au-delà de tout ce que cette décision nous a coûté et de ce qu'elle a chamboulé dans nos vies personnelles, nous continuerons d'en payer le prix dans le futur; au-delà des multiples difficultés que nous avons rencontrées depuis lors, nous avions l'espoir que justice nous serait rendue, et qu'ainsi la cause des femmes autochtones de Val-d'Or, de toutes les femmes autochtones du pays, pourrait être dorénavant mieux entendue, et considérée avec plus de respect par tous et toutes.

Aujourd'hui, il nous faut bien constater que ce n'est pas le cas. Et cela provoque en nous des sentiments profonds et contradictoires : de rage, de découragement, de peur, de crainte d'être jugés et traités de menteuses. Nous nous sentons trahies, humiliées et notre cœur est brisé en 1000 morceaux. Comme si devant la justice de ce pays, nous n'étions pas importantes, nous ne comptons pas, nous n'avions pas été écoutées. Et surtout comme si la peur n'allait plus cesser de nous hanter : peur du retour des policiers suspendus, peur des représailles, peur pour notre sécurité même.

Imaginez : on est ensemble et on a peur. Alors qu'est-ce que ce sera quand on sera seule ? Et toutes ces femmes qui ont subi des abus et ne les ont pas encore dénoncés, ne risquent-elles pas d'abandonner leurs démarches, de dire que "ça donne rien, qu'on ne nous écoute pas, qu'on ne peut plus avoir confiance dans le système de justice et de police" ?

Mais même si le message qui est lancé avec cette décision du DPCP, risque de laisser croire que c'est nous qui avons perdu, nous puissions dans nos ressources les plus profondes pour raviver la volonté de continuer malgré tout... Nous ne pensons pas que nous avons fait cela en vain. Même si nous souhaitons aujourd'hui prendre le temps de penser nos plaies, de vivre cette déception profonde en toute intimité, de nous tenir loin des médias, nous ne voulons pas baisser les bras. Nous voulons continuer à nous faire entendre pour que la vérité soit exposée et reconnue officiellement. Nous voulons que soit mise en place une commission d'enquête publique et indépendante par le Gouvernement du Québec afin que toute la lumière puisse être faite sur cette affaire à Val-d'Or.

Ce que nous demandons, c'est une véritable justice : une justice pour nous-même, une justice pour nos filles, une justice pour nos petites-filles....

Ce qui nous conforte, c'est que nous savons que nous ne sommes pas seules. Et qu'aujourd'hui nous pouvons faire un solennel appel à tous les gens du Québec, autochtones, comme allochtones, pour qu'ils tendent la main aux femmes autochtones et que puisse se nouer une nouvelle chaîne d'appui et de solidarité plus solide que jamais.

C'est aussi cela qui nous donne, redonne espoir.

Angela King	Priscilla Papatie
June Fair	Mani Decoursy
Joséphine Papatie	Bernadette Ogushing
Cherilyn Papatie	Nadia Papatie
Elysia Ottereyes Roberts	Bianka Moushoom
Kathy Lacroix	Joyce Thomas

DECLARATION



DECLARATION OF THE ABORIGINAL WOMEN OF VAL-D'OR NOVEMBER 17, 2016

It is with bitter disappointment and deep concern that we learned that the Director of Criminal and Penal Prosecutions of Quebec (DPCP) will lay no criminal charges against the six police officers of Val-d'Or implicated by our denunciations last year.

Eighteen months ago, at the Val-d'Or Native Friendship Centre, we had decided, after careful consideration, to forget about fear, to break the silence and finally speak out with an open heart by publicly denouncing to reporter Josée Dupuis of Radio Canada's Enquête program how we had been, for many years, victims of intimidation, abuse of power, and sexual and physical abuse by SQ officers in Val-d'Or. We made these denunciations for our friend Sindy and the Ruperthouse family with the hope that she would be found, but also to put an end to police violence against Aboriginal women.

Beyond all what this decision has cost us and the extent to which it disrupted our personal lives, we will continue to pay the price in the future; beyond the many difficulties that we have met since then, we had the hope that justice would be made, and that the cause of Val-d'Or's Aboriginal women and of all Aboriginal women across Canada, could be from now on heard and considered by all with greater respect.

Today, we must admit that this is not the case. And this raises deep and conflicting feelings in us: rage, discouragement, fear of being judged and treated as liars. We feel betrayed, humiliated and our heart is broken in pieces. It is as if in this country's justice system, we were not important, we were left behind and we have not been heard. And above all, that fear will continue to haunt us: fear of the return of the suspended police officers, fear of reprisals, fear for our own security.

Imagine: we stand together and we are afraid. So what will it be when we are left alone? And all these women who have suffered abuse and have not denounced it yet, aren't they at risk of giving up and say that "it's useless, they don't listen to us, we can no longer trust the justice and policing system"?

Even though the message conveyed by the DPCP decision may lead people to believe that we are the ones who lost, we draw on our deepest resources to revive the determination to continue despite it all... We do not believe that we did that in vain. Although we now wish to take the time to heal our wounds, to go through this deep disappointment in privacy, to keep away from the media, we won't give up. We want to continue to speak out so that truth is officially known and recognized. We want a full investigation inquiry commission to be established by the Quebec Government to conduct a full investigation on this case.

What we ask for is true justice: justice for ourselves, justice for our daughters, justice for our granddaughters....

What comforts us is that we know we are not alone. And today, we solemnly call upon all the Quebec people, Aboriginal and non Aboriginal, to extend a helping hand to indigenous women so that we may create the strongest support and solidarity network ever.

This is also what gives us hope, a new hope.

Angela King	Priscilla Papatie
June Fair	Mani Decoursy
Joséphine Papatie	Bernadette Ogushing
Cherilyn Papatie	Nadia Papatie
Elysia Ottereyes Robert	Bianka Moushoom
Kathy Lacroix	Joyce Thomas

SOLIDARITÉ IKWÉ

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

SOLIDARITY IKWÉ

By Nadia Lagueux,
Communication and special events officer

18 novembre 2016
Rassemblement Ikwé
Ikwé Gathering on
November 18, 2016



SOLIDARITÉ IKWÉ

SOLIDARITY IKWÉ

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

By Nadia Lagueux,
Communication and special events officer

21 décembre 2016

**Le gouvernement du Québec
annonce la tenue d'une
commission d'enquête
publique indépendante**

December 21, 2016

**Quebec Government
announcement of an
Independent Public Inquiry
Commission**

*Annnonce accueillie
avec beaucoup
d'émotions!*



*Announcement
welcomed with
great emotion!*



MESSAGE DE LA DIRECTRICE GÉNÉRALE

Par Édith Cloutier, directrice générale

LA COMMISSION D'ENQUÊTE QUÉBÉCOISE ÉCOUTE, RÉCONCILIATION ET PROGRÈS : UN PAS VERS LA VÉRITÉ

Le 21 décembre dernier, le Gouvernement du Québec annonçait la création d'une commission d'enquête indépendante portant sur les relations entre les Autochtones et certains services publics du Québec dont la santé, les services sociaux, la protection de la jeunesse en plus des services de police, de la justice et des services correctionnels. Le mandat de cette commission est d'identifier les causes sous-jacentes à toute forme de violence, de discrimination systémique et de traitements différents qui pourraient exister à l'égard des Autochtones dans le cadre de la dispensation de certains services publics au Québec.

Cette annonce a été accueillie avec émotions et soulagement par les femmes autochtones de Val-d'Or impliquées dans la démarche de dénonciations à l'égard de policiers. Réunies au Centre d'amitié à l'occasion de cette annonce par le Premier Ministre Philippe Couillard, les femmes ont compris qu'elles venaient de marquer l'histoire des relations entre les Premiers Peuples et le Québec. Voici les réactions de quelques-unes des femmes présentes lors de cette importante annonce :

Pour Cheryline Papatie, l'instauration de la Commission Écoute, Réconciliation et Progrès (CÉRP) vient « reconnaître les Autochtones comme des êtres humains égaux et propose une justice pour les femmes autochtones ».

Bernadette Ogushing, l'une des femmes déçues par la décision du Directeur des poursuites criminelles et pénales (DPCP) de ne pas poursuivre, a eu cette réflexion : « Non seulement ma vie a basculé dans un long tunnel noir



QUEBEC INQUIRY COMMISSION LISTENING, RECONCILIATION AND PROGRESS: A STEP TOWARDS TRUTH

On December 21, 2016, the Quebec Government announced the creation of an independent inquiry commission on the relations between Aboriginal people and certain public services, including health, social services, youth protection, police and correctional services. The commission's mandate is to identify the underlying causes of all forms of violence, systemic discrimination and differential treatment that may exist towards Aboriginal people in the delivery of these public services.

This announcement was welcomed with emotion and relief by the Val-d'Or Aboriginal women involved in the denunciation of police officers. Convened at the Friendship Centre for the announcement by Premier Philippe Couillard, the women realised they had just made their mark in the history of relations between First Peoples and Quebec. Here are the reactions of a few women attending this important event:

For Cheryline Papatie, the creation of the Listening, Reconciliation and Progress Commission (LRPC) «recognises Aboriginal people as equal human beings and offers justice to Aboriginal women».

Bernadette Ogushing, one of the women disappointed by the decision of the Director of Criminal and Penal Prosecutions (DPCP) not to prosecute commented in these words: «My life has not only collapsed in a long and dark tunnel the day I was taken to residential school at the age of 13, but later, as an adult woman, I kept struggling with successive wounds that impaired my life for many years and heavily impacted my children's life...



MESSAGE FROM THE EXECUTIVE DIRECTOR

By Édith Cloutier, Executive Director

le jour où j'ai été amenée dans un pensionnat indien à l'âge de 13 ans, mais devenue adulte et femme, j'ai été confrontée à une succession de blessures qui m'ont hypothéquée pendant de nombreuses années et qui ont pesé lourd sur la vie de mes enfants... aujourd'hui, je peux enfin voir l'aube d'une justice... »

Joyce Thomas, pour sa part, réagit ainsi au geste du Gouvernement du Québec de mettre en place une Commission d'enquête : « Je suis vraiment fière du Premier Ministre. Il a pris pour les femmes et le futur de nos petits-enfants et arrière-petits-enfants. Moi, je vais me promener en paix, faire la paix avec les policiers, pardonner... »

Pour cette autre femme autochtone qui tient à conserver l'anonymat et qui était aussi présente au Centre d'amitié lors de l'annonce, elle se dit soulagée : « Je suis très heureuse. On est toutes contentes. J'aimerais que ça change à partir d'aujourd'hui, que ça change. »

La voix des femmes de Val-d'Or a raisonné fort, leur courage et leur détermination à obtenir justice ont tracé un sentier d'espoir qui profitera non seulement à d'autres femmes autochtones, mais à l'ensemble de la société québécoise. En instaurant la CÉRP, le Gouvernement du Québec crée un forum pour faire entendre plusieurs vérités, mais une fois dites, ces vérités paveront la voie d'une véritable réconciliation qui mènera à la création de nouveaux liens plus solides, plus transparents, plus respectueux, en d'autres mots plus humains.

Today I can at last see the dawn of justice... Justice for me, my daughters and my grandchildren. I can now feel peace settling into my heart...»

As for Joyce Thomas, she reacted as follows to the Quebec Government's decision to establish an inquiry commission: «I'm really proud of Premier Couillard. He stood up for the women and the future of our grandchildren and great-grandchildren. Personally, I will now walk in peace, make peace with the police officers, forgive...»

Another Aboriginal woman, who wishes to remain anonymous, and who also attended the announcement at the Friendship Centre, says she feels relieved: «I'm very happy. We're all happy. I would like things to change from now on.»

The Val-d'Or women's voices were heard loud and clear, their courage and determination to obtain justice have blazed a trail of hope that will benefit not only to other Indigenous women, but to the entire Quebec society. In creating the LRPC, the Quebec Government is also offering a forum for many true facts to be heard, but once this is done, they will paved the way to true reconciliation that will lead to new, stronger, more transparent and respectful relations, in other words, to more human relations.



ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

SPECIAL EVENTS

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

By Nadia Lagueux,
Communication and special events officer

Les Blancs-Becs Débarquent

Suite à l'annonce du DPCP de ne pas porter d'accusation contre les policiers de la Sûreté du Québec, les femmes de Val-d'Or faisaient la une dans tous les médias. Une vague d'amour et de solidarité a envahi nos réseaux. C'est d'ailleurs ce qui a motivé Frédéric Poitras de lancer une invitation sur Facebook d'écrire et de créer des cartes de souhaits pour les femmes et qu'il viendrait lui-même les livrer à Val-d'Or. Le titre « **LES BLANCS-BECS DÉBARQUENT** » est venu suite à la confirmation de leur venue. Ils sont débarqués au Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or le 15 décembre afin de passer la fin de semaine à Val-d'Or et d'aller à la rencontre des membres de Chez Willie et des communautés avoisinantes, dont Pikogan et Lac Simon.

Brunch de Noël

Vendredi, ils ont participé au brunch de Noël organisé par l'équipe d'intervention psychosociale du Centre et de Chez Willie/Nigan. C'est avec émotion que nous avons fait la lecture de quelques cartes que les gens de Québec et de Montréal avaient confectionnées pour les femmes.

Samedi matin ils ont cuisiné le Couscous de Noël qui était destiné aux membres de Chez Willie et aux femmes. Ce fut une journée remplie de rires, de joies et d'émotions.

Aunom des femmes, toute l'équipe du Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or et de Chez Willie Nigan, remercie toutes les personnes qui ont pris le temps d'écrire un mot.



The Blancs-Becs are coming!

The women of Val-d'Or made headlines everywhere following the DPCP's announcement that it would not lay any charges against the police officers of the Sûreté du Québec. A wave of love and solidarity swept through our networks. This prompted Frédéric Poitras to invite Facebook users to create greeting cards and write wishes that he and his group would personally deliver to the women in Val-d'Or.

This Facebook community, dubbed «**LES BLANCS-BECS DÉBARQUENT**» when they confirmed they were on their way to Val-d'Or, arrived at the Native Friendship Centre on December 15 and spent the weekend in Val-d'Or, meeting with members of Willie's Place and of neighbouring communities, such as Pikogan and Lac Simon.

Christmas brunch

Friday, they went to a Christmas brunch organised by the Centre's Psychosocial Intervention and Willie's Place/Nigan teams. There was the highly emotional reading of the cards written by Montreal and Quebec well wishers.

Preparation of the Christmas couscous for the women and the members of Willie's Place started on the Saturday morning. The day was filled with laughter, pleasure and emotion.

The team of the Val-d'Or Native Friendship Centre and of Willie's Place wishes to thank everyone who took the time to write words of love to the women.

ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

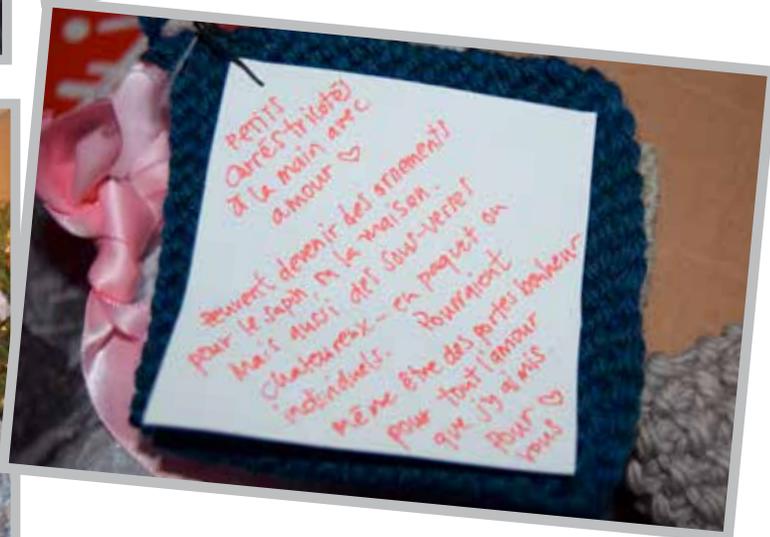
Merci Spécial à Frédéric Poitras pour son initiative et son grand cœur. Pour sa générosité, ses talents de cuisinier et pour son sens de l'humour à tout casser, nous remercions Anis Ghozzi. L'échange de nos connaissances et de partages a créé un rapprochement symbolique entre nos deux peuples. Merci également à François Thibaudeau alias « Frank » qui par sa présence réconfortante et singulière, a permis d'avoir de belles discussions. La dernière, mais non la moindre la magnifique, passionnée et attentionnée Amélie Leclerc. Ta pureté et la douceur de ton regard sont remplies de réconfort.

Suivez les Blancs-Becs Débarquent sur Facebook pour connaître leurs prochaines aventures.
<https://www.facebook.com/blancs.becs>

SPECIAL EVENTS

Special thanks to Frédéric Poitras for his initiative and his big heart. This extends to Anis Ghozzi for his generosity, cooking talents and great sense of humour. The sharing of knowledge and experiences symbolically brought together our two Peoples. We also wish to thank François Thibaudeau, alias « Frank », whose comforting and remarkable presence made for great discussions. And, last but not least, the magnificent, passionate and attentive Amélie Leclerc. One can only feel comfort when looking into your pure and gentle eyes.

Follow the Blancs-Becs Débarquent on Facebook to learn more about their new adventures.
<https://www.facebook.com/blancs.becs>



ÉVÉNEMENTS SPÉCIAUX

Par Nadia Lagueux,
Agente de communication et événements spéciaux

Lancement du Calendrier 2017 « Captez vos rêves »

C'est le 2 décembre dernier que le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or a lancé sa troisième édition de son calendrier « **Captez vos rêves** ». Commanditaires, partenaires, employés et membres du conseil d'administration, lauréats et modèles 2017 accompagnés de leur famille, ont été conviés au Centre d'amitié afin d'assister au dévoilement du Calendrier 2017 et de sa nouvelle image graphique. C'est avec fierté que nous avons présenté le profil des 12 modèles. Cet outil de promotion témoigne notre reconnaissance envers nos étudiants autochtones à Val-d'Or et nos généreux commanditaires. Le Centre d'amitié souligne et encourage la persévérance scolaire et la réussite éducative depuis 2002, à travers son Gala, mais également tout au long de l'année par le biais de « Captez vos rêves ».

Encouragez nos étudiants en vous procurant le Calendrier 2017 « Captez vos rêves » au coût minime de 5\$ ou 8\$ par la poste. Pour information ou pour commander, contacter Nadia Lagueux, agente de communication et événements spéciaux au 819.825.8299 poste 236 ou à info@caavd.ca.



Procurez-vous
le CALENDRIER
"CAPTEZ VOS RÊVES 2017"

Purchase the
2017 CALENDAR
"CATCH YOUR DREAMS"

5\$ au Centre d'amitié,
ou 8\$ par la poste
\$5 at The Friendship Centre
or \$8 by mail

Contact:
Nadia Lagueux
info@caavd.ca
819 825-8299 • 236

SPECIAL EVENTS

By Nadia Lagueux,
Communication and special events officer

Launch of the 2017 «Catch your Dreams» Calendar

On December 2nd, the Val-d'Or Native Friendship Centre launched the third edition of its «**Catch your Dreams**» calendar. Sponsors, partners, staff and members of the Board of Directors, 2017 prize-winners and role models as well as their families were invited to the Friendship Centre to attend the unveiling of the 2017 calendar and of its new graphic design. It's with great pride that we presented the profiles of our 12 role models. This promotional tool allows us to give our Aboriginal students in Val-d'Or and our generous sponsors the recognition they deserve. The Friendship Centre highlights and encourages student retention and academic success since 2002, not only through its Gala, but also all year round in the «Catch your Dreams» calendar.

Support our students by getting your copy of the 2017 «Catch your Dreams» calendar at the Friendship Centre for only \$5 or by mail for \$8. For additional information or to order, please call Nadia Lagueux, Communication and Special Events Officer, at 819.825.8299 ext. 236 or at info@caavd.ca.



GROUPE DO8DEI8IN

« Rendre visite et échanger des connaissances »

Par Mélanie Bowen et Pascale-Josée Binette
Organisatrices communautaires

Le groupe DO8DEI8IN se réunit mensuellement dans le but de s'impliquer, se divertir, se ressourcer et pour partager et transmettre les connaissances et la culture des Premières Nations.

Activités récentes :

- Cuisines collectives et traditionnelles
- Cueillette de plantes médicinales
- Bingo
- Couture : fabrication de mitaines en cuir recyclé
- Journal créatif
- Soupe à Kokom
- Peinture
- Journée spéciale citrouille



DO8DEI8IN GROUP

«Visiting and Sharing Knowledge»

By Mélanie Bowen and Pascale-Josée Binette,
Community Organizers

The DO8DEI8IN group meets on a monthly basis to volunteer their time, have fun, do traditional activities and share their Aboriginal knowledge and culture.

Recent activities:

- Community and traditional cooking
- Medicine plants gathering
- Bingo
- Sewing: making mittens with recycled eather
- Creative diary
- Kokom's soup
- Painting
- Special pumpkin day



ANICINABE MACKIKI

«Remède algonquin»

L'automne a apporté un vent de cueillette et de récolte. Plusieurs activités de transmission des connaissances ont eu lieu venant enrichir notre programmation et les connaissances de la communauté. Nous tenons à dire un gros merci à tous ceux qui y ont participé et spécialement aux ainé(e)s qui ont partagé leur héritage culturel.

Voici un aperçu des activités :

- Cueillette et décoction des plantes médicinales traditionnelles
- Atelier de confection d'outarde en mélèze (Wakinagan Nika)
- Récolte de branches de mélèze et de cèdre
- Atelier de chant au tambour
- Atelier de fabrication de sacs à main en cuir
- Atelier de confection de mitaines
- Cercle de partage sur les connaissances en herboristerie traditionnelle
- Confection d'arc
- Atelier de pochette de cèdre



ANICINABE MACKIKI

«Algonquin Medicine»

Fall was the medicine plants gathering season. We had many activities to pass on knowledge, thus enriching our programming and the community's knowledge. We wish to warmly thank all those who attended and specially the Elders who shared their cultural heritage.

Here is an overview of the activities:

- Gathering and decoction of traditional medicine plants
- Workshop: tamarack goose decoy making (Wakinagan Nika)
- Gathering tamarack and cedar branches
- Workshop: singing with drum
- Workshop: leather handbag making
- Workshop: mittens making
- Sharing circle on knowledge of traditional herbs
- Bow making
- Workshop: cedar medicine pouch making

VIGILE DES SŒURS PAR L'ESPRIT

Par Pascale-Josée Binette
Organisatrice communautaire

La troisième édition de la Vigile des sœurs par l'esprit a eu lieu le 4 octobre pour commémorer la mémoire des femmes autochtones disparues ou assassinées. Lors de l'évènement, nous avons tenu à manifester notre soutien et notre solidarité à toutes les familles qui vivent ces situations dramatiques. Environ 200 personnes ont pris part à la Vigile cette année.

Cet événement, organisé par le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or en partenariat avec la Maison Le Nid, a pour objectif de sensibiliser la population de la Ville de Val-d'Or aux situations d'insécurité, de violence, de précarité et de pauvreté que vivent les femmes autochtones et de l'inviter à s'associer aux luttes pour la décolonisation.

La Pierre de l'espoir

Le parc Bérard est un lieu symbolique pour les membres de la communauté vivant en situation d'errance/itinérance ou rupture sociale. C'est d'ailleurs pourquoi le Centre d'amitié, a fait le choix d'y exposer la **Pierre de l'espoir** en mémoire de nos sœurs assassinées ou disparues. Les écrits de la jeune poétesse innue originaire de Pessamit, Natasha Kanapé Fontaine, ornent la Pierre de l'espoir.

L'extrait du poème « **Pour que nous puissions vivre** », se veut un souffle de paix pour aujourd'hui et pour l'avenir.

« *Nous avons marché durant des siècles
Nous avons marché durant des millénaires
Pour porter l'esprit de nos ancêtres
Pour continuer à honorer notre mémoire
Continuer à honorer les générations futures
Continuer à porter la parole de nos pères
Ainsi que l'honneur de nos mères* »



La Pierre de l'espoir / The Hope Stone

*La Pierre est un symbole de mémoire, elle porte les enseignements de nos ancêtres lorsque nous l'employons pour la guérison.
The Stone is a symbol of memory; it carries the teachings of our ancestors when we use it for healing.*

SISTERS IN SPIRIT VIGIL

By Pascale-Josée Binette,
Community Organizer

For the third edition the Sisters in Spirit Vigil was held the October 4th for honour the memory of murdered or missing Aboriginal women. During the event, we wanted to show our support and solidarity towards all families living through these terrible situations. About 200 hundred people gathered for this year's Vigil.

The event, organised by the Val-d'Or Native Friendship Centre in partnership with the Maison Le Nid, aimed to raise the awareness of the Val-d'Or population about Aboriginal women living in conditions of insecurity, violence, vulnerability and poverty and invite the population to join in the fights for decolonization.

The Hope Stone

Bérard Park is a symbolic place for the community members living in conditions of wandering/homelessness and social breakdown. This is why the Val-d'Or Native Friendship Centre chose this park to place the **Hope Stone** in memory of our murdered or missing sisters. The words of the young Pessamit-born Innu poet, Natasha Kanapé Fontaine, adorn the Hope Stone.

The excerpt of the poem «**So we can live**», is intended as a breath of peace for today and the future.

«*We walked for centuries
We journeyed through millennia
To carry our ancestors' spirit
To continue honouring our memory
Continue honouring the unborn generations
Continue carrying the words of our fathers
And the honour of our mothers*»

NOËL VIP

Par Mélanie Bowen et Myriam Leduc
Organisatrices communautaires

Plus de 75 personnes ont festoyé autour d'un bon repas agrémenté de la prestation de Kevin Boudrias, William Papatie, Charlie Penosway et Lucien Poucachiche.

Cette fête de Noël, spécialement offerte aux aînés et personnes seules, a permis aux participants de vivre Noël avec les membres de la communauté fréquentant le centre.



VIP CHRISTMAS

By Mélanie Bowen and Myriam Leduc
Community Organizers

More than 75 people feasted on a great meal to a performance by Kevin Boudrias, William Papatie, Charlie Penosway and Lucien Poucachiche. This Christmas celebration, organised specially for elders and people living in isolation, allowed all to enjoy Christmas with the Centre's community members.

NOËL EN FAMILLE

Noël en famille : Cette année encore, le Centre d'amitié a fêté Noël en avance! En effet, le dimanche 4 décembre 2016, les enfants de 0 à 12 ans accompagnés de leur famille étaient invités à venir rencontrer le père Noël! L'activité s'est déroulée au site culturel Kinawit par une belle journée magique.

Les gens ont pu prendre leur photo de famille sous la neige, manger de la bonne nourriture que chacun avait faite. Ils ont pu faire de la calèche et accueillir le père Noël qui était bien content! La Fée des étoiles ainsi que tous les amis du père Noël étaient présents pour amuser les petits comme les grands! Il y avait des musiciens qui faisaient de la gigue. Les enfants dansaient et s'amusaient beaucoup.

Le Noël des enfants est une belle occasion pour les parents et les enfants de passer du temps en famille et d'avoir du plaisir! La magie de Noël a encore une fois fait des heureux et c'est plus de 100 visages souriants qui sont repartis à la maison à la fin de cette merveilleuse journée!



FAMILY CHRISTMAS

Family Christmas: This year again, the Friendship centre celebrated Christmas ahead of time! On December 4, 2016, the 0 to 12 year-old children and their families were invited to meet Santa Claus! The activity was held at the Kinawit cultural site on a beautiful magical day.

People had the opportunity to take their family pictures in the snow, go for a sleigh ride, enjoy delicious food cooked by each and everyone, and welcome Santa Claus who was very happy! The Star Fairy and all Santa's friends were there to entertain the young and young-at-heart! Musicians played jigs and children danced and had a lot of fun.

The Children's Christmas is a fantastic opportunity for parents and children to spend time together and rejoice! The magic of Christmas has once again made people happy. More than 100 smiling faces went back home at the end of this wonderful day!



JEUNESSE AUTOCHTONE, MES FORCES, MES COMPÉTENCES

Par Tina Mapachee
Agente de relations humaines

MADJIMAKWIN

«Accroche-toi»

Tu es âgé de 18 à 29 ans et tu éprouves de la difficulté à trouver ou à garder un emploi ou à persévérer dans tes études? Tu aimerais améliorer différentes sphères de ta vie afin de réaliser ton plein potentiel et atteindre tes objectifs? Le Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or te propose un projet d'une durée de 26 à 52 semaines, afin de t'aider à passer à l'action.

Le projet Jeunesse autochtone mes forces, mes compétences -Madjimakwin te permet d'entreprendre des démarches concrètes pour faciliter ton retour en emploi ou aux études. À travers des rencontres individuelles et des projets de groupe, tu pourras avoir de l'aide pour surmonter tes difficultés, augmenter ta confiance en toi et réfléchir à tes différentes options. Ce service te permettra de cheminer vers ton objectif tout en respectant ta réalité, ton rythme et tes besoins.

Par l'entremise de diverses activités et d'ateliers, tu auras l'occasion d'aborder des thèmes liés à la connaissance de soi, au développement d'habiletés sociales, à l'acquisition de multiples compétences afin d'atteindre tes objectifs, soit de te trouver un emploi ou de retourner aux études.

Ateliers:

Connaissance de soi

- Rencontres individuelles et de groupe
- Ateliers portant sur différents sujets et projection dans l'avenir

Développement des habiletés sociales

- Gestion du stress, des peurs, du temps, etc.
- Communication, affirmation de soi et résolution de conflits

Acquisition de compétences et de connaissances

- Plateaux de travail (cuisines collectives, entretien général, bénévolat, etc.)
- Activités culturelles et sportives
- Saine alimentation et exercice physique
- Stages en entreprise

Retour aux études ou intégration en emploi

- Aide à la recherche d'emploi
- Ateliers portant sur la réussite des études, la connaissance du système scolaire, comment garder sa motivation, etc.
- Orientation scolaire et professionnelle (visite de centres de formation, exploration professionnelle, informations sur le marché du travail et le monde scolaire, etc.)

Pour faire partie du programme, tu dois :

- Être Autochtone, Inuit ou Métis
- Être âgé entre 18 et 29 ans
- Être sans revenu ou sur l'aide sociale

Appelle Tina pour Informations:

819 825-8299 # 326

819 355-3310 ou Tinacaavd sur Facebook

ABORIGINAL YOUTH, MY STRENGTHS, MY SKILLS

By Tina Mapachee
Support Worker

MADJIMAKWIN

« Hang on »

You are between the age of 18 and 29 and you have difficulty finding or keeping a job or persevering at school? You would like to improve various aspects of your life in order to realise your full potential and achieve your objectives? The Val-d'Or Native Friendship Centre offers you a 26 to 52 week program to help you swing into action.

The project, called Aboriginal Youth, my Strengths, my Skills – Madjimakwin, allows you undertaking concrete steps to help you re-enter the labour market or go back to school. Through individual meetings and group projects, you will be provided assistance to overcome your difficulties, increase your self-confidence and reflect on your different options. This service will allow you progressing towards your goal while respecting your situation, your pace and your needs.

Through various activities and workshops, you will have the opportunity to address different themes related to self-knowledge, life skills development and to learn many skills to achieve your objectives, i.e. to find a job or go back to school.

Workshop:s

Self-knowledge

- Individual and group meetings.
- Workshops on different topics and projection into the future

Life skills development

- Stress, fear and time management, etc.
- Communication, self-assertion and conflict resolution

Skills and knowledge acquisition

- Work facilities (community kitchens, general maintenance, volunteerism, etc.)
- Cultural and sports activities
- Healthy nutrition and physical exercise
- Workplace traineeship

Back to school or employment integration

- Job search assistance
- Workshops on academic achievement, knowing the school system, how to stay motivated, etc.
- Educational and professional guidance, (visits to training centres, vocational exploration, information on the labour market and the world of education, etc.)

To be admitted in the program, you must:

- Be Native, Inuit or Métis
- Between the age of 18 and 29
- Be without income or on social assistance

Call Tina for Informations:

819 825-8299 # 326

819 355-3310 or Tinacaavd on Facebook

PARCOURS TCIMAN

Par Céline Gravel,
Conseillère en emploi

Le parcours Tciman, qui a débuté en octobre 2016, vise à développer diverses compétences facilitant l'entrée sur le marché du travail.

Tciman donne également la chance à de jeunes autochtones âgés de 16 à 30 ans de vivre une belle expérience de groupe en classe, de même qu'un stage en entreprise.

Ateliers:

Les participants et participantes sont accompagnés tout au long de leur parcours par une conseillère qualifiée qui leur apporte soutien et encadrement pendant la période d'ateliers en classe.

Accompagne tout au long de leur **stage** en entreprise afin d'augmenter leurs chances de réussite. Joignez-vous à cette belle aventure en communiquant avec Céline, conseillère pour le parcours Tciman, au 819 825-8299, poste 297, celine.gravel@caavd.ca.

La 2e cohorte a débuté le 30 janvier 2017.

TCIMAN TRAINING PATH

By Céline Gravel,
Employment Counsellor

The Tciman Training Path, started in October 2016, is a project aiming to improve employability by developing and strengthening the capacities to access the labour market.

Tciman also gives young Aboriginals aged 16 to 30 the opportunity to have a good group classroom experience as well as workplace training.



Workshops:

The participants will be accompanied throughout their training by a qualified counsellor that will provide coaching and support during their classroom workshops.

Workplace traineeships to increase their chances of success. Join this great adventure by contacting Céline, Tciman Project Counsellor, at 819 825-8299, ext. 297, celine.gravel@caavd.ca.

The second cohort started on January 30, 2017.



UQAT :
A REFERENCE
ON ABORIGINAL
ISSUES!

Are you looking for professional development activities addressing Aboriginal issues in order to enhance your knowledge and understanding of these realities?

TO THIS DAY, CLOSE TO 2500 PEOPLE HAVE BEEN TRAINED IN ABORIGINAL ISSUES IN SOME 60 BUSINESSES AND ORGANISATIONS ACROSS QUEBEC.

UQAT's Continuing Education Service offers professional development activities representing a potential solution to respond to the recommendations of the Canada's Truth and Reconciliation Commission.

Each organisation is unique and has specific needs. We will find the solution that suits you best.

FOR INFORMATION OR REGISTRATION

1 877 870-8728 ext. 2828
formationcontinue.uqat.ca
fc@uqat.ca

Follow us on Facebook 

UQAT
FORMATION CONTINUE

GROUPE DE TAMBOUR

Par Gloria Pénosway
Animatrice communautaire jeunesse

Kwe ! Ma grande tante Suzette disait que c'était important d'apprendre la culture aux plus jeunes que soi. Elle disait que ça serait bien que le tambour revienne. Autrefois, il y avait des tambours dans notre communauté et eux, quand ils sont venus, ils ont tout brûlé.

J'ai formé ce groupe avec l'espoir de faire connaître la signification du tambour et le respect qui l'entoure. Il faut en tout temps respecter le tambour, se respecter soi-même et respecter les autres. Le groupe est composé de 9 jeunes.

Les membres du groupe ont aimé particulièrement la chanson *Where are you now*, une chanson d'espoir dédiée à Sindy Ruperthouse. Chanter au tambour cette chanson est très symbolique. Le son du tambour qui rappelle les battements de cœur de la Mère Terre est pour eux une façon de croire que peu importe le lieu ou l'endroit où elle est, « elle l'entend peut-être? »

Les jeunes apprennent très vite et écoutent à leur tour des chansons de Pow Wow. Ils adorent apprendre de nouvelles chansons. Ils ont découvert leur propre voix pour pouvoir affronter la foule et eux-mêmes. Ils ont l'intention de continuer dans cette voie. Moi, leur coach, je tiens à les remercier : Maïka, Maïna, Matchewan, Noël, Jade-Liane, Amelia, Logan et Jayden.

Faudrait se trouver un nom, non?

Votre coach Gloria Pénosway



YOUTH DRUM GROUP

By Gloria Pénosway
Youth Community Animator

Kwe! My great aunt Suzette used to say that it was important to teach culture to the younger ones. She also said that it would be a great thing if the drum came back. Years ago, drums were alive in our community, but one day, they arrived and they burned everything.

I founded this group with the hope of teaching the meaning of the drum and the respect that should surround it. We need to always respect the drum and to respect ourselves as well as others. There are 9 members in the group.

The group members particularly loved *Where are you now*, a song of hope dedicated to Sindy Ruperthouse. Drumming this song is very symbolic. The sound of the drum echoing the heartbeats of Mother Earth is a way for them to imagine that, wherever she is, « maybe, she can hear it? »

Young people learn very fast and now listen to Pow Wow songs. They love to learn new songs. They have discovered their own voices and are ready to face the crowds as well as themselves. They intend to continue down this path. As their coach, I want to thank them: Maïka, Maïna, Matchewan, Noël, Jade-Liane, Amelia, Logan and Jayden.

Isn't it time to find a name for the group?

Your coach, Gloria Pénosway

NOUVEAUTÉ AU LOCAL COMMUNAUTAIRE

Par Étienne Gignac
Organisateur communautaire

C'est avec un immense plaisir que le 4 novembre dernier nous avons procédé à l'ouverture du local communautaire pour permettre aux jeunes de 12 ans et plus d'occuper un lieu sécuritaire où ils peuvent se rencontrer pour échanger, planifier et réaliser des activités.

Gloria Pénosway et Maïka Brazeau accueillent les jeunes au local communautaire du lundi au mercredi de 6h00 à 9h00, les jeudi et vendredi de 6h00 à 9h30 et le samedi de 3h00 à 9h30. Les jeunes ont la chance de développer leur créativité, leurs talents, leurs passions et de trouver un soutien qui leur permettra de réaliser leurs rêves. Par exemple, le travail d'artisanat et l'activité du journal créatif se sont avérés de bons moyens pour développer leur côté artistique.

Gloria a créé un groupe de chant et tambour qui nous a impressionnés et émerveillés lors du Défilé de Noël à Val-d'Or le 3 décembre dernier. Cette initiative de Gloria a permis aux jeunes de s'approprier un volet de leur culture et de le faire connaître à la population de Val-d'Or.

Le partenariat avec Jeunes Musiciens du monde et le Centre d'amitié ouvre la possibilité aux jeunes Autochtones en milieu urbain de bénéficier de cours de guitare.

Sensibilisation/Prévention

La présence des jeunes à l'heure du dîner en semaine permet à l'équipe jeunesse de les sensibiliser aux impacts des drogues et de faire de la prévention sur les ITSS.

Nous souhaitons poursuivre notre travail avec les jeunes afin de les mobiliser dans des actions positives et constructives qui leur permettront de faire éclore leur potentiel.

NEW SCHEDULE AT COMMUNITY HALL

By Étienne Gignac
Community Organizer

It is with great pleasure that last November we proceeded to the opening of the community hall to allow the youth aged 12 and over to use a safe place where they can meet, discuss, plan and carry out activities.

Gloria Pénosway and Maïka Brazeau welcome young people at the community hall from Monday to Wednesday, from 6:00 to 9:00 pm, on Thursday and Friday from 6:00 to 9:30 pm, and Saturday from 3:00 to 9:30 pm. The youth have the opportunity to develop their creativity, their talents, their passions and to receive support that helps them fulfil their dreams. For example, handicraft and creative diaries have proven to be a good means to develop their artistic side.

Gloria has set up a singing and drumming group that has impressed and delighted us at the Christmas parade in Val-d'Or last December 3. Gloria's initiative has allowed young people to appropriate a part of their culture and share it the Val-d'Or population.

The partnership between Young Musicians of the World and the Friendship Centre provides young urban Aboriginal people with an opportunity to benefit from guitar lessons.

Awareness/Prevention

On weekdays, Youth attendance at lunch time allows the Youth Service team to develop their awareness on the impact of drug use and to do STBI prevention.

We wish to pursue our work with the youth in order to mobilise them around positive and constructive actions that will help them develop their potential.



LE CLUB DES PETITS-LOUPS

Par Myriam Leduc
Organisatrice communautaire

Aide au devoirs

En septembre, c'est le début de l'aide aux devoirs pour la session automne 2016! Plein de nouveaux Petits-Loups ont fait leur entrée dans le programme d'aide aux devoirs Mohiganech offert par le Centre d'amitié autochtone. L'aide aux devoirs offre un lieu où les enfants viennent faire leurs devoirs, mais pour plusieurs enfants, c'est également l'occasion de se faire des amis et de renforcer leur sentiment d'appartenance à la communauté. C'est également un endroit où ils réalisent des activités de lecture et de mathématiques amusantes : oui, il est possible de s'amuser en apprenant! Nous avons souligné l'Halloween et Noël par des jeux de stratégies d'apprentissage. Les enfants ont donc travaillé sans même s'en rendre compte. L'aide aux devoirs a pris fin le 2 décembre 2016 pour la période des Fêtes et poursuivra ses activités le 9 janvier 2016 avec les enfants déjà inscrits. Merci à toutes les personnes qui se sont impliquées dans les devoirs des enfants : Maika, Gloria, Jessica, Katty, Janie, Daphné et tous les autres!

Club Social

Le Club social est un endroit agréable où les enfants viennent s'amuser grâce à différentes activités familiales et traditionnelles organisées par le Centre d'amitié durant les journées pédagogiques scolaires! Le 23 septembre 2016 s'est déroulée la première activité pour la saison 2016-2017, une journée toute spéciale pour les enfants! Nous avons eu la chance d'avoir un avant-midi de chants et tambours avec Pascale-Josée et Victor Thuski. C'était une activité familiale. Les enfants ont fait du tambour et on chanté tous en chœur ! En après midi nous sommes allés au cinéma voir Les Cigognes. Ensuite nous sommes allés dépenser notre énergie au parc. Plus d'une vingtaine d'enfants étaient présents et ont eu bien du plaisir! Le 7 octobre était une autre très belle journée. Nous sommes allés au parc d'Aiguebelle. Les enfants et les gens de la communauté ont été très courageux, ils sont allés sur le pont suspendu. C'était une magnifique journée. Les prochaines activités devraient se dérouler durant les mois de février, mars, mai et juin. Surveillez les calendriers mensuels pour plus d'informations ou communiquez avec l'équipe du communautaire!

THE LITTLE WOLVES CLUB

By Myriam Leduc
Community Organizer

Homework Support

September was the beginning of homework support for the fall 2016 session! A host of Little Wolves enrolled in the Mohiganech Homework Support program offered by the Native Friendship Centre. Homework support provides a place where children come and do their homework, but for many of them it's also an opportunity to make new friends and enhance their sense of belonging to the community. It's also a place where they do fun reading and maths activities: yes, it's possible to have fun and learn at the same time! We celebrated Halloween and Christmas with learning strategy games. The children worked without even realising it. Homework support ended on December 2, 2016 for the Season's Holidays and will resume on January 9, 2017 with the registered children. Thanks to all those who got involved to assist children with their homework: Maika, Gloria, Jessica, Katty, Janie, Daphné and all the others!

Social Club

The Social Club is a pleasant place where children come and have fun with different family and traditional activities organised by the Friendship Centre on PE days! On September 23, 2016, we had the first activity of the 2016-2017 season, a very special day for children! We had a morning family activity of singing and drumming with Pascale-Josée and Victor Thuski. The children played the drum and sang along! In the afternoon, we went to the see the movie Les Cigognes. Next we all went to spend our energy at the park. Over 20 children attended the activity and they had a lot of fun! October 7 was also

a wonderful day. We went to the Parc d'Aiguebelle. The children and community members showed a lot of courage crossing the suspended walkway. The upcoming activities should take place in February, March, May and June. Watch for the monthly activity calendars for more information or contact the Community Service team.



SERVICE PETITE ENFANCE ET FAMILIE

Par Martine, Yvonne et Janie
Équipe du SPEF

Visites à la Source Gabriel et à la SPCA Sous groupe 3-4 ans

Le pouvoir du contact avec la nature !

Expérimenter et explorer la nature est la clé de l'apprentissage chez l'enfant.

Cela augmente leurs habiletés sur le plan physique et intellectuel. Leur développement se voit être enrichi lorsqu'ils ont la chance de profiter de la richesse de la faune et la flore.

EARLY CHILDHOOD AND FAMILY SERVICES

By Martine, Yvonne and Janie
ECFS team

Visit at the Gabriel Spring and at the SPCA Sub group 3-4 year-olds

The power of contact with nature!

Experimenting and exploring nature is key to a child's learning. It enhances their physical and intellectual skills.

Their development is enhanced when they have the opportunity to enjoy wildlife.

**Les canards
à la Source
Gabriel**



**The Duck at
the Gabriel
Spring**

**À la
SPCA**



**At the
SPCA**

SERVICE PETITE ENFANCE ET FAMILIE

Par Jessica Daigle Bourdon
Éducatrice spécialisée

Pot Calmant Scintillant

Voici une petite activité que je vous suggère de faire avec vos cocos ! Conçus pour apaiser et se détendre, les motifs tourbillonnants créés par les paillettes, l'eau et le colorant alimentaire sont idéals pour calmer un enfant stressé (ou même un adulte !), d'où leur nom de « **pot calmant scintillant** » ou en anglais « **Glitter Calm Down Bottle** ». Il suffit de bien secouer la bouteille, puis de la regarder jusqu'à ce que les brillants s'installent dans le fond du pot pour se calmer.

Le pot calmant peut également être utilisé comme un « **time out** ». Il suffit de dire à votre enfant de regarder le pot jusqu'à ce que les brillants soient tous tombés au fond et qu'ensuite il pourra quitter sa chambre, la chaise ou l'endroit où vous l'avez mis en retrait. Plus vous mettez de colle, plus les brillants vont flotter longtemps, vous pouvez donc mettre plus ou moins de colle selon l'âge de votre enfant.

Vous aurez besoin de:

- Un pot Mason ou une bouteille en plastique transparente de 500ml;
- De l'eau chaude;
- 60ml de colle brillante;
- 3 gouttes de colorant alimentaire;
- 60g-80g de brillants

Note: Pour les petits enfants, nous vous suggérons d'utiliser une bouteille en plastique pour éviter les accidents! Vous pouvez trouver tout ce dont vous avez besoin dans les magasins à 1\$.

Étape 1: Ajouter l'eau chaude dans la bouteille de plastique jusqu'au deux tiers de la bouteille.

Étape 2: Ajouter les brillants dans l'eau et mélanger dans l'eau à l'aide d'une cuillère.

Étape 3: Ajouter 3 gouttes de colorant alimentaire et brasser.

Étape 4: Ajouter les brillants dans l'eau et mélanger!

Étape 5: Ajouter de l'eau chaude pour remplir la bouteille jusqu'à ce qu'elle soit presque pleine. Laisser un peu d'espace pour que le mélange puisse bien bouger.

Optionnel: Si vous voulez, vous pouvez utiliser de la colle pour coller le bouchon sur la bouteille pour éviter un dégât. Brassez et amusez-vous!

EARLY CHILDHOOD AND FAMILY SERVICES

By Jessica Daigle Bourdon
Special Care Counsellor

Glitter Calm Down Bottle



Here is a suggestion for an activity to do with your little ones! Created to calm down and relax, the swirling patterns made by the glitter, water and food coloring are ideal to calm down a stressed child (or even an adult!). That's why it's called the « **Glitter Calm Down Bottle** ». You only have to shake the bottle and look at it till the glitters slowly settle down on the bottom.

The calm down bottle can also be used as a « **time out** » tool. You can tell your child to watch the bottle till all of the glitter falls to the bottom – only then can they leave their room or «time out» area. The more glue you use, the longer the glitter will float: you can adjust the length of the time-out according to your child's age.

You will need:

- One Mason jar or a 500 ml plastic bottle;
- Hot water;
- 60 ml sparkle glue;
- 3 drops of food colouring;
- 60g-80g glitter

Note: For young children, we recommend using a plastic bottle to avoid any accidents! You'll find everything you need at a dollar store.

Step 1: Fill 2/3 of the bottle with hot water.

Step 2: Add the glitter glue to the water and stir with a spoon.

Step 3: Add 3 drops of food colouring and stir.

Step 4: Pour in the glitter and stir well!

Step 5: Fill the bottle with hot water until almost full. Leave a little gap at the top to allow the mixture to move.

Optional: You can glue the lid to the top of the bottle to avoid spills. Shake and have fun!

SERVICE PETITE ENFANCE ET FAMILLE

Par Josianne Roy
Conseillère en périnatalité

Pochettes de cèdre médicinales

Le cèdre est un conifère utilisé depuis des siècles pour ses vertus thérapeutiques, il est un tranquillisant des états nerveux et anxieux. Le cèdre est une plante médicinale dont est extrait une huile essentielle très parfumée qui combat le rhume et la grippe, la toux et les bronchites. Les aînées, dans la culture autochtone, ont toujours soigné les enfants et les plus grands à l'aide des pochettes de cèdre. Ce savoir est encore bien présent dans certaines familles de notre communauté.

Dans le cadre des ateliers parents-bébés, l'an dernier, nous avons eu le privilège de recevoir Tammy Maranda et Rodney Hunter qui ont transmis ce savoir aux familles. Le mardi 15 novembre dernier, c'est Pamela Maranda qui est venue rencontrer les familles afin de transmettre les techniques pour que les parents puissent fabriquer des pochettes de cèdre pour les leurs.

Voici en photo, la transmission de ce savoir. Nous souhaitons remercier Pamela, Tammy et Rodney pour ces beaux ateliers très appréciés des parents !

D'autres utilisations du cèdre

Comme la sauge et le foin d'odeur, le cèdre est utilisé pour purifier la maison. Il a aussi de nombreuses qualités de guérison médicinales. Quand le cèdre est lancé dans le feu avec le tabac, il crépite. Quand on obtient cet effet, c'est que le cèdre appelle l'attention des esprits pour que l'offrande soit bien reçue.

C'est l'Arbre de Paix.

Le cèdre est employé dans les jeûnes et les loges de transpiration comme forme de protection : les branches de cèdres recouvrent le sol de la loge et le cercle de cèdre entoure la loge de ceux qui jeûnent. Il est réputé aussi pour favoriser un sommeil réparateur et pour chasser les mauvais rêves. On peut en brûler au pied de son lit pour les cauchemars. Le cèdre accélère aussi la guérison...

Sources : <http://www.medecinedemereterre.com/pages/spiritualite.html>

EARLY CHILDHOOD AND FAMILY SERVICES

By Josianne Roy
Perinatal Counsellor

Cedar Medicinal Pouches

Cedar is a conifer that has been used for centuries for its therapeutic properties. It acts as a natural tranquiliser in cases of nervous and anxiety disorders. It is also a medicinal plant from which is extracted a fragrant essential oil that fights cold and flu, cough and bronchitis. In the Aboriginal culture, elders have always nursed young and not so young with the help of cedar pouches. This knowledge is still very much alive in many of our community's families.

During last year's parent-baby workshop, we had the privilege of welcoming Tammy Maranda and Rodney Hunter who shared this knowledge with the participating families. On November 15, Pamela Maranda taught the techniques to parents so they could make their own cedar pouches for their loved ones.

Here are photos of the knowledge sharing. We would like to thank Pamela, Tammy and Rodney for the wonderful workshops. The parents appreciated them greatly!

Other uses for cedar

Like sage and sweetgrass, cedar is used to purify the home. It also has many restorative medicinal properties.

When cedar is put in the fire with tobacco, it crackles. When it does this, it is calling the attention of the spirits to the offering that is being made.

It is the Tree of Peace.

Cedar is used in fasting and sweat lodge ceremonies as a form of protection: cedar branches cover the floor of the sweat lodge and a circle of cedar surrounds the faster's lodge. It is also said to contribute to healthy sleep and chase away bad dreams. It can be burned at the foot of the bed to keep nightmares away. Cedar also accelerates healing...

Source: http://www.nativewomenscentre.com/files/Traditional_Teachings_Booklet.pdf



SERVICE PETITE ENFANCE ET FAMILIE

EARLY CHILDHOOD AND FAMILY SERVICES

Groupe de Sennetrrre

Le SPEF est de retour à Senneterre. Les groupes ont repris en octobre dernier. Il y a un groupe pour les 2-3 ans, le mardi et mercredi matin, de 9 h 00 à 11 h 00. Un autre groupe pour les 3-4 ans se fait le mardi et jeudi après-midi, de 13 h 00 à 15 h 30.

Déjà quelques activités familiales (0-5 ans) ont eu lieu : cuisine d'une lasagne végétarienne pour la SPV, piscine, en décembre, Noël des enfants au Site Kinawit. D'autres sont déjà cédulées : piscine, patin, et d'autres sont à venir, avec la visite de Annabelle à Senneterre.

Si vous avez des questions ou si vous voulez inscrire votre enfant, communiquez avec Nathalie Prévost au 819-737-2324 ou au 819-355-0930.

Au plaisir de vous voir!

Sennetrrre Group

The ECFS is back to Senneterre. The groups resumed their activities in October 2016. There is a group for the 2-3 year-olds on Tuesday and Wednesday from 9:00 to 11:00 am, and another group for the 3-4 year-olds on Tuesday and Thursday from 1:00 to 3:30 pm.

As for family activities (with the 0-5 year-olds), a few ones have taken place: cooking of vegetarian lasagna for the SPV, swimming pool in December, Children's Christmas at the Kinawit cultural site. Planned activities include swimming pool and skating, and more are upcoming with Annabelle's visit to Senneterre.

For more information or if you wish to register your child, please contact Nathalie Prévost at 819-737-2324 or 819-355-0930.

Looking forward to seeing you!



PAPA:TOMMY CLARY
BÉBÉ - JACOB D. DAMÉE



AÏCHA BENHAMED PAPATIE



MAMAN MARIE-PIER DENIS DAMÉE
BÉBÉ - NOAH ÉLIOT D. DAMÉE

ÉCONOMIE SOCIALE

Par Kevin Cordeau, Directeur

Comptoir Boutique

En pleine saison hivernale, des artisans de la région ont préparé de belles trouvailles pour vous tenir au chaud. Pour retrouver ces nouveautés, surveillez notre comptoir Boutique et venez dénicher leurs œuvres uniques et authentiques.

Encourageons nos artistes

Site Culturel Kinawit

L'expérience Kinawit par le biais des activités touristiques et culturelles, permettra de faire vivre une expérience complète de la culture des Premiers Peuples en territoire Anicinabek.

La transmission des connaissances sera au cœur des activités. Elle permettra l'octroi de la valorisation culturelle et identitaire des membres de la communauté urbaine. Le développement des infrastructures communautaires et les aménagements traditionnels, favorise un vivre ensemble harmonieux, et laisse place à la réconciliation et la guérison.

Vivez l'expérience et plongez au cœur de la culture.

- Visites guidées dans les 2 km de sentiers forestiers aménagés.
- Cueillette de plantes médicinales et enseignements.
- Ateliers culturels (cuissons de viandes sauvages, fabrication d'objets artisanaux, etc.).
- Service d'hébergement style rustique.
- Une nuit sous le tipi, pour vivre pleinement l'expérience Kinawit!

Visitez notre site Internet et notre page Facebook pour en apprendre d'avantage.

<http://www.kinawit.ca>

<https://www.facebook.com/kinawit>

Service alimentaire

Dans cette édition, l'équipe du service alimentaire vous propose une recette hivernale après cette période de chasse. Initiez vos enfants à la cuisine avec cette recette savoureuse et simple à réaliser.

Pour de plus amples informations, communiquez avec le nouveau Chef Pascal Larochelle au 819 825-8299 # 239

SOCIAL ECONOMY

By Kevin Cordeau, Director

Boutique

With winter in full swing, regional artisans have prepared delightful finds to keep you warm. To have a look at these new arrivals, visit our Boutique counter filled with genuine and unique creations.

Let's support our artisans.

Kinawit Cultural Site

Through various touristic and cultural activities, the Kinawit experience will allow visitors to enjoy a full experience of the First Peoples' culture on the Anicinabe territory.

The activities will be centered on knowledge transmission. This will allow the urban Aboriginal community members to share their culture and identity. Our community infrastructures and traditional facilities will promote harmonious relations as well as reconciliation and healing.

Come and enjoy the experience and delve into the heart of Aboriginal culture.

- Guided tours along the 2 km of forest trails,
- Gathering of medicine plants and their related teachings,
- Cultural workshops (wild meat cooking, arts and crafts, etc.),
- Rustic style accommodation,
- One night in a teepee: enjoy the full Kinawit experience!

Visit our website and Facebook page for more information.

<http://www.kinawit.ca>

<https://www.facebook.com/kinawit>

Food services

In this issue, our food services offer you a hunter's bounty winter recipe. Introduce your children to cooking with this easy and delicious recipe.

For more information, contact the new cook Pascal Larochelle at 819 825-8299 # 239



ÉCONOMIE SOCIALE

SOCIAL ECONOMY

Pain de viande à l'original (ou caribou ou chevreuil ou bœuf)

Ingédients

- 1 lb d'original haché
- 1 oignon haché finement
- 1 œuf battu
- Biscuits soda écrasés (au goût)
- Basilic (ou origan)
- Sel et poivre
- 1 boîte de soupe aux tomates
- 1/2 boîte d'eau

Préparation

- Écraser quelques biscuits soda.
- Mélanger la viande, l'oignon, l'œuf battu, les herbes et épices, et les biscuits soda écrasés dans un bol jusqu'à la texture désirée.
- Verser le mélange dans un moule à pain graissé.
- Ajouter la soupe aux tomates et l'eau.
- Faire cuire au four à 180 °C (350 °F) pendant 60 à 90 minutes.

Variante : vous pouvez mélanger différents types de viande si désirée et même, utiliser du bœuf.

Accompagner votre repas de légumes vapeur, de riz ou pommes de terre en purées.

Bon appétit !



Moose meatloaf (or caribou, deer or beef)

Ingredients

- 1 lb. ground moose
- 1 onion, finely chopped
- 1 egg, beaten
- Soda crackers, crushed (to taste)
- Basil (or oregano)
- Salt and pepper
- 1 can tomato soup
- 1/2 can water

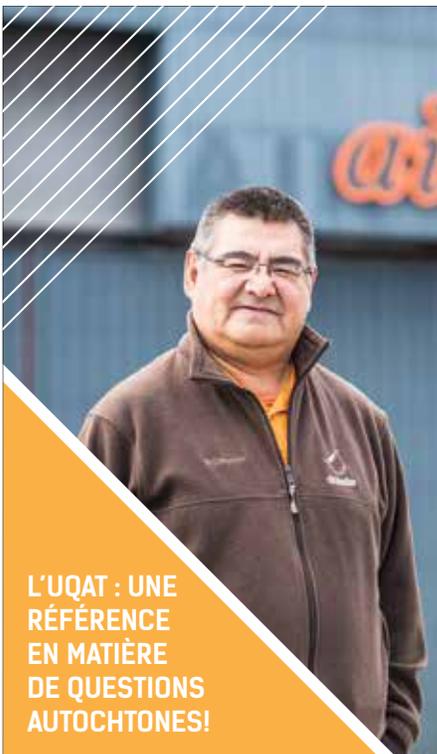
Preparation

- Crush a few soda crackers.
- Mix together the meat, onion, beaten egg, herbs and spices, and the crushed soda crackers in a bowl until blended.
- Pour the mix into a greased cake pan.
- Add the tomato soup and water.
- Place in pre-heated oven at 180°C (350 °F) for 60 to 90 minutes.

Variation: you can mix any kind of meat or use beef.

Serve with steamed vegetables, rice or mashed potatoes.

Enjoy!



Vous êtes à la recherche d'activités de perfectionnement qui traitent des questions autochtones afin d'améliorer vos connaissances et votre compréhension de ces réalités?

À CE JOUR, PRÈS DE 2500 PERSONNES ONT ÉTÉ FORMÉES SUR LES QUESTIONS AUTOCHTONES DANS PRÈS D'UNE SOIXANTAINÉ D'ENTREPRISES ET D'ORGANISMES PARTOUT AU QUÉBEC.

Le Service de la formation continue de l'UQAT offre des activités de perfectionnement qui représentent une piste de solution répondant aux recommandations de la Commission de vérité et de réconciliation du Canada.

Chaque organisation est unique et a des besoins spécifiques. Nous trouverons la formule qui vous convient!

POUR INFORMATION OU INSCRIPTION

1 877 870-8728 poste 2828
formationcontinue.uqat.ca
fc@uqat.ca

Suivez-nous sur facebook 

L'UQAT : UNE RÉFÉRENCE EN MATIÈRE DE QUESTIONS AUTOCHTONES!

UQAT
FORMATION CONTINUE

PERSONNEL 819 825-8299

SERVICES ADMINISTRATIFS / ADMINISTRATIVES SERVICES

Directrice générale / Executive Director	Édith Cloutier	#230
Directrice générale adjointe / Assistant Executive Director	Sandy McGuire	#233
Comptable / Accountant	Nancy Turcotte	#222
Technicienne comptable / Accounting Technician	Odette Morin	#310
Technicienne comptable / Accounting Technician	Diana Polson	#308
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
Chargé de projet / Project manager	Stéphane Laroche	#257
Chargée de projet / Project manager	Jenny Mathias-Phillips	#257
Coordonnatrice services administratifs / Administrative Services Coordinator	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
Coordonnatrice des services d'accès à la justice / Justice Access Services Coordinator	Mylène Sénéchal	#286

SERVICE DE TRANSPORT MÉDICAL / MEDICAL TRANSPORT SERVICE

Agente au transport médical / Medical Transportation Officer	Hélène Graveline	#226
Conducteurs / Drivers	Richard Larivière/Stéphane Blaquière	

DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE / COMMUNITY DEVELOPMENT

Directrice / Director	Julie Laperle	#246
Conseillère aux programmes / Program Advisor	Caroline Dufresne	#243
Organisateur communautaire / Community Organizer	Étienne Gignac	#299
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Mélanie Bowen	#255
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Myriam Poirier-Leduc	#228
Organisatrice communautaire / Community Organizer	Pascale-Josée Binette	#306
Agente de relations humaines / Support Worker	Tina Mapachee	#326
Conseillère en emploi / Employment Counsellor	Céline Gravel	#297
Chargée de projet / Project Manager	Denise Caron	#311

DÉVELOPPEMENT SOCIAL / SOCIAL DEVELOPMENT

Directrice / Director	Sharon Hunter	#303
Conseillère en activités cliniques / Clinical Activity Advisor	Marie-France Morin	#245
Conseiller aux programmes / Program Advisor	Maxime Wawanoloath	#333

SERVICE PETITE ENFANCE FAMILLE / CHILD AND FAMILY SERVICES

Coordonnatrice, Service petite enfance famille / Child and Family Services Coordinator	Dominique Parent-Manseau	#295
Psychoéducatrice / Psychoeducator	Annabelle Brochu	#241
Éducatrice spécialisée / Special Care Counsellor	Jessica Daigle-Bourdon	#240
Éducatrice spécialisée / Special Care Counsellor	Katty Racicot	#252
Éducatrice / Educator	Martine Rodrigue	#247
Éducatrice / Educator	Yvonne Lacoursière	#247
Éducatrice / Educator (Senneterre)	Nathalie Prévost	#247
Conseillère en périnatalité / Perinatal Counsellor	Josianne Roy	#235
Conseillère en adaptabilité psychosociale / Psychosocial Adaptability Counsellor	Abbie Brassard-Rivard	#234
Accompagnante en périnatalité / Perinatal Assistant	Stéphanie St-Denis	#290
Infirmière / Nurse	Caroline Trudel	#312

SERVICE D'INTERVENTION / INTERVENTION SERVICE

Agente de relations humaines / Support Worker	Dorothée Chrétien	#227
Agente de relations humaines / Support Worker	Annie Charette	#327
Agente de relations humaines / Support Worker	Marie-Pier Brault	#231
Agente de relations humaines / Support Worker	Marie-Louise Nastasiak	#333
Agente de relations humaines / Support Worker	Daphné Leclair	#229
Agente de relations humaines / Support Worker	Claudia Bergeron	#325
Agent de relations humaines Chez Willie / Willie's Place Support Worker	Benoit Théorêt	#401
Superviseur des accueillants Chez Willie / Willie's Place Attendant Supervisor	Carole Marcil	#401
Accueillante Chez Willie/Nigan / Willie/Nigan Attendant	Annick Julien	#403
Accueillante Chez Willie/Nigan / Willie/Nigan Attendant	Marie-Jeanne Wabanonik	#401

ÉCONOMIE SOCIALE / SOCIAL ECONOMY

Directeur / Director _____ Kevin Cordeau _____ #332
Coordonnateur des services / Services Coordinator _____ Tom Bulowski _____ #293

SERVICE DE L'HÉBERGEMENT / LODGING SERVICE

Préposées à l'accueil / Reception Clerks _____ Barbara Polson / Myriam Jackson Lambert / _____
_____ Patrice Kenney / Michael Daigle _____ #221
Préposées aux chambres / Room Attendants _____ Natasha Larivière / Marie-Joséphine Wabanonik _____ #296

SERVICE ALIMENTAIRE / FOOD SERVICE

Chef cuisinier / Chef _____ Pascal Larochelle _____ #239
Cuisinières / Cooks _____ Edna King / Henriette Bowen _____ #287
Aide-cuisinières / Assistant Cooks _____ Patricia Michaud / Georgette Kudjick / _____ #287

* *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
Administrateur / Director _____ Francis Lévesque
Administratrice / Director _____ Barbara Bulowski
Administrateur / Director _____ Hakim Mark Thameri
Administratrice / Director _____ Chalotte Brazeau
Représentante des employés / Employees Representative _____ Mélanie Bowen
Représentante des jeunes / Youth Representative _____ Vacant

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



Agence de la santé
publique du Canada

Public Health
Agency of Canada



Québec

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

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

Merci à nos fidèles lecteurs!

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

Thank you to our faithful readers!

Abonnez-vous à notre infolettre. Soyez les premiers informés

www.caavd.ca/infolettre

Subscribe to our newsletter. Be the First informed

<http://en.caavd.ca/newsletter.html>



Gala 2017
Mëmëgwashi
Gala

DÈS MAINTENANT / AT ONCE
INSCRIPTION EN LIGNE
ONLINE REGISTRATION

www.caavd.ca
jusqu'au 21 avril 2017 / Until 21 April 2017

Gala Mëmëgwashi Gala

Reconnaissance de la réussite éducative et
la persévérance scolaire de nos étudiants
Aboriginal students' academic achievement and school success

Jeudi 8 juin 2017 / Thursday June 8, 2017
Salle du Théâtre Télébec / Théâtre Télébec

Pour information
ou inscription,
veuillez contacter
Nadia Lagueux:
819 825-8299
poste 236.
nadia.lagueux@caavd.ca



For information
or registration,
please contact
Nadia Lagueux:
819 825-8299
ext. 236
nadia.lagueux@caavd.ca



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