



Sommaire:

Page 2-3:
Voyage à New-York

Page 4,-5-6-8:
Éducation

Page 7:
Mini pow-wow

Page 9:
Santé

Page 10-11:
Développement
Économique

Page 12:
Première du film
Teikatnaw.

Page13:
Environnement

Page 14-15:
Informations

N'oubliez pas que le journal Petapan est publié en format PDF au www.opitciwan.ca



BIENVENUE À TOUS

- Essence au prix du marché
- Service rapide et courtois
- Café gratuit avec plein d'essence
- Diesel commercial 24h/24
- Dépanneur - Bière froide

OUVERT
7 jours sur 7
7 h 00
à 23 h 00



Propriétaires :
Philippe Buckell
James Moar
Éric Courtois
418 765-1625

1020, rue Ouiatchouan
Mashteuiatsh (Québec) G0W 2H0



Éducation

Les élèves de Mikisiw à New York !

Le 19 mai dernier, dix-neuf élèves de l'école secondaire Mikisiw, quatre jeunes adultes de la communauté ainsi que quatre membres du personnel de l'école sont partis en direction de la ville de New York. Les trois journées que nous avons passées ensemble sur l'île de Manhattan furent mémorables. Nous avons visité des musées, nous avons marché dans Central Park et dans différents quartiers de la ville, nous avons vu la statue de la liberté, nous sommes montés dans l'Empire State Building, nous avons assisté à un match de basket-ball au Madison Square Garden et nous avons magasiné dans le quartier chinois.

Les élèves qui ont participé au voyage ont voulu remercier la communauté le 28 mai en ramassant les déchets sur la plage. Plusieurs sacs de poubelle ont été remplis.



Les organisateurs veulent remercier les commanditaires qui ont contribué financièrement à ce voyage :

- Château Roberval
- Dépanneur Simon-Pierre
- Capitaine Bob
- Vézina et fils
- Paul Dumas
- RBA
- Jean Charest
- Caisse populaire de Masteuish
- Conseil d'établissement de l'école Mikisiw
- Sylvie Roy
- Société de crédit commercial autochtone
- Garage Rochefort
- Parcours d'enfant
- Clinique dentaire Fournier
- Magasin Northern



Un élève de l'école secondaire Mikisiw se distingue au «Concours canadien de rédaction pour les jeunes Autochtones».

Terry Randy Awashish a fait honneur à l'école secondaire Mikisiw et à la communauté Atikamekw d'Obedjiwan en obtenant une dixième place au «Concours canadien de rédaction pour les jeunes Autochtones». Cependant il faut noter que le texte de Terry se classe en première place chez les autochtones dont la langue seconde est le français étant donné que les textes de la première à la neuvième place étaient tous des textes produits par des autochtones dont la deuxième langue était l'anglais.

De partout au Canada, 250 textes ont été soumis au concours dans la catégorie (14 à 18 ans) chez les jeunes Autochtones.

Parmi les dix gagnants, plusieurs sont originaires de la Colombie-Britannique, de l'Alberta, de la Saskatchewan, de l'Ontario et Terry est le seul gagnant venant d'une communauté autochtone du Québec, soit la communauté Atikamekw d'Obedjiwan.

À souligner que le «Concours canadien de rédaction pour les jeunes autochtones» était sous la présidence d'honneur de la très honorable Michaëlle Jean, Gouverneure générale du Canada et parrainé par le Chef Phil Fontaine, Chef national de l'Assemblée des Premières nations et L'honorable Chuck Strahl, Ministre des Affaires indiennes et du Nord canadien et interlocuteur fédéral auprès des Métis et des Indiens non inscrits. Un comité de sélection formé de 10 personnalités venant du monde littéraire et artistique a examiné les quelques 250 textes des candidats âgés de 14 à 18 ans et déterminé les dix productions gagnantes.

Pour son exploit au «Concours canadien de rédaction pour les jeunes autochtones», Terry recevra de L'institut du Dominion une bourse de \$100 et un exemplaire du recueil «Our Story : Aboriginal Voices on Canada's Past», un Certificat et une lettre de reconnaissance de la part d'un membre du Comité consultatif pour reconnaître son travail et sa participation au programme. De plus, en allant sur le site www.dominion.ca, vous aurez accès aux textes des auteurs, dont celui de Terry accompagné de sa photo. Allez chercher le texte en PDF pour avoir accès au récit complet de Terry.

Terry, de par son accomplissement littéraire, permet à la communauté Atikamekw d'Obedjiwan et à Obedjiwan d'avoir une visibilité à travers le Canada tout entier, ce qui est un honneur pour Terry et cet honneur est partagé par chaque membre de la communauté Atikamekw, du plus jeune au plus vieux.

De plus, il est important de souligner la participation de Lanny Awashish, élève de secondaire 4, qui a eu le courage de présenter son texte «Il faut toujours garder espoir» au «Concours canadien de rédaction pour les jeunes autochtones». Le texte de Lanny était une nouvelle autochtone et s'adressait aux jeunes lecteurs Atikamekw des trois communautés. Bravo Lanny!

En terminant, voici ce que disait un lecteur après avoir pris connaissance du texte de Terry : «Le mérite littéraire du récit primé est incontestable. Terry y évoque l'amour des petits enfants pour leurs grands-parents, ce qui est une réalité chez les Atikamekw d'Obedjiwan. La pureté des lignes finit par émouvoir profondément. À aucun moment, l'auteur ne surindique les émotions qui atteignent le lecteur à chaque repli du texte. Particulièrement cette espèce d'amour semé de fierté à l'égard des grands-parents. Autant d'éléments qui traduisent une étonnante maîtrise littéraire pour un auteur à ses débuts».

Jacques Ruest



Le gala Méritas pour l'année scolaire 2008-2009 avait lieu le 9 juin à l'école Niska. Cette année encore l'équipe école était fier d'honorer et de présenter les méritas 2009. Les finissants de 6ième année étaient présents à la soirée et ont reçu un certificat de fin d'étude élémentaire. L'équipe de l'école veut remercier les parents pour leur support inconditionnel et pour leur participation au Gala. On aimerait remercier les invités d'honneur et tous ceux et celles qui ont contribué au succès de cette soirée. Des photos du Gala seront présentés dans le prochain Petapan.

Merci pour votre aide

**Serge Larouche, conseiller
pédagogique**

Le temps des fêtes

Le 25 décembre 1992 fut mon premier jour de Noël, ce furent des grandes joies pour mes parents, mes grands-parents, mais pour moi, ça ne me donnait rien. Mais je montrais pareil mes grands sourires à mes par-



La fatigue qui nous fatigue (suite)

Chronique
Alain Dien

Plusieurs centaines de milliers de personnes au Canada, dont 80 % de femmes, souffrent de SFC (syndrome de fatigue chronique). Découverte en 1988 par les Américains, et baptisée “Yuppies Syndrom”, cette maladie reste méconnue. Elle se manifeste par un épuisement “sévère et continu” qu’aucun repos ne vient apaiser, qui dure plus de six mois et qui conduit la personne affectée à abandonner toutes ses activités. Les causes de ce syndrome restent totalement inconnues. Jusqu’ici, aucun traitement n’a encore été mis au point.

Partir en voyage, prier, faire du sport, méditer, se relaxer peut nous aider... Contre le stress, la fatigue, la déprime, chacun a sa méthode, adaptée à ses maux et à son tempérament. Chacun a sa recette pour se remettre d’aplomb. Le choix de telle ou telle technique est fonction de la structure psychique de chacun. Nous optons instinctivement pour un mode de récupération approprié qui découle de notre profil psychologique d’où découle la variété des remèdes que nous ont livrés nos ancêtres. Avant d’opter pour une solu-

tion, il est donc indispensable de réfléchir aux causes réelles de notre problème de dévitalisation.

L’un des bons moyens de lutter contre la fatigue avant qu’elle ne devienne un symptôme de dépression est de se fatiguer différemment : contre la fatigue physique, rien de tel qu’une fatigue intellectuelle, et vice-versa. Le sport sécrète des endorphines et des sérotonines, deux neurotransmetteurs qui sont en chute libre (qui baissent) quand on se sent épuisé. Et une heure de lecture éloigne la fatigue physique. Bien entendu, la fatigue psychologique, comme tout symptôme dépressif, peut être soulagée par une méthode d’auto observation psychologique ce qui est préférable à l’utilisation d’antidépresseurs ou d’anxiolytiques (contre l’anxiété). Lorsqu’elle est chronique, elle peut être calmée par une thérapie comportementale dérivé de l’auto observation et axé sur le moment présent.

Dans un premier temps, on apprend à ne plus avoir peur de la sensation de fatigue. Puis on en analyse les significations profondes : lassitude, ennui, désintérêt, stress... Ensuite,

on travaille le ressenti : cette culpabilité à l’idée de se détendre, si bien inculquée par nos parents : « Tu es sûr que tu n’as vraiment rien à faire? » ; nos craintes hypocondriaques : « Je suis fatigué, je dois couvrir un cancer » ; l’agressivité contre nous mêmes : « Je n’y arrive pas, je suis vraiment nul »... et apprendre à axer toute notre attention sur le moment présent, le seul qui est réel. Après cette recherche consciente, on aura peut-être à faire des choix, réduire nos activités superflues, nous réconcilier avec le repos et le présent. Bref, réapprendre à vivre.

Voici quelques pistes de solutions pour vaincre la fatigue :

- 1) Téléphoner à des amis pour les écouter. Leur énergie et leur optimisme vous regonfleront très vite le moral. Vous oublierez vos propres tracasseries.
- 2) Partir en voyage, cela change le mal de place et recharge les batteries, ce qui nous rend prêt à affronter la vie.
- 3) Sortir prendre l’air. Si cela ne suffit pas allez dans un centre de soins pour un bon massage aux huiles essentielles. Après,

vous vous sentirez totalement détendu.

4) Se terre, dormir et attendre, seul, que la crise ou le malaise passe. Cela permet de faire le point en se recentrant sur soi-même et, en même temps, de se reposer physiquement.

5) Allez chez ses parents pour se ressourcer! Quand vous ressortirez, les tensions auront disparu.

6) Aller au bord de la mer. L’océan, les plages sont des lieux de ressourcement très privilégiés. Prier, méditer où que vous soyez, prenez le temps de revenir à ce que vous êtes. Immédiatement, vous vous sentirez en accord avec tout ce qu’il y a autour de vous et avec vous-même.

7) Faire l’amour augmente notre vitalité. Les organes sexuels sont des canaux d’énergie puissants. Certaines façons de faire l’amour aident non seulement à accroître notre force vitale, mais aussi à conserver jeunesse et santé.

Alors bonne revitalisation et à la prochaine...



À nos généreux donateurs et commanditaires ainsi qu’à tous les participants au Soupe-bénéfice du 23 mai 2009

Comité de soutien aux Premières Nations

Au nom du Comité de soutien aux Premières Nations et de tous les membres du Comité de parents et étudiants des Premières Nations à Chicoutimi, nous vous remercions bien sincèrement de votre appui à notre soupe-bénéfice. Les fonds que nous avons recueillis nous permettront notamment de pour-

suivre le travail amorcé vers la réalisation de projets avec pour mission l’amélioration des conditions de vie des autochtones vivant en milieu urbain.

Nous sommes très heureux d’avoir pu compter sur votre participation à cet événement qui, nous l’espérons, vous a plu.

Espérant vous revoir lors d’autres événements de solidarité pour les membres des Premières Nations, recevez, Mesdames, Messieurs, nos plus sincères salutations.

Claudette Awashish
Pour le comité organisateur

[Empty text boxes for transcription]





Portrait de la situation - Garage Mikisiw

Encore cette année, le garage, malgré une situation enviable de monopole, a occasionné une perte au DEO. Bien qu'ils se soient légèrement améliorés, les résultats demeurent nettement en deçà des attentes.

Après avoir observé la situation sous toutes ses facettes pendant 2 mois, plusieurs lacunes majeures ont été détectées et une ébauche de plan de relance a été concoctée.

DEO est très conscient des ressources financières limitées de ses clients et des limites à la capacité de payer de ceux-ci, par conséquent, la solution à long terme aux déficits récurrents ne passe pas par une hausse des prix. DEO est à l'écoute de la communauté et nous avons bien entendu le mécontentement au sujet des tarifs relativement élevés de l'essence.

Conséquemment, puisque nous ne pouvons miser sur une hausse des revenus pour augmenter nos marges bénéficiaires, DEO n'a d'autres choix que de rendre le garage plus efficient et de sabrer dans les dépenses. Le succès passe par une réorganisation du travail en profondeur ainsi que l'implantation d'une nouvelle philosophie de gestion mieux adaptée à la réalité actuelle.

50 jours

Voilà l'échéancier fixé par l'équipe de gestion de DEO pour remettre le garage sur la voie de la rentabilité. L'objectif est ambitieux mais réalisable si toute l'équipe contribue à la relance.

D'abord regardons les causes majeures du déficit :

- Gérance déficiente

- Gestion des ressources humaines
- Gestion des inventaires
- Gestion du prix de vente
- Mauvaises créances
- Équipement désuet
- Erreur de caisse

Gérance déficiente

Malgré de nombreux efforts de formation et d'encadrement offert au personnel actuel, force est d'admettre que les résultats ne sont malheureusement pas à la hauteur de nos attentes.

DEO a donc retenu, pour la période estivale, les services d'Yvon Moreau, un enseignant bien connu dans la communauté, spécialisé dans la formation aux adultes, pour cibler avec le gérant en place les lacunes et d'enseigner la résolution de problèmes propres à la gestion. Il agira uniquement comme tuteur afin d'aplanir les obstacles. La responsabilité d'exécution et de réalisation demeure encore au gérant du garage Mikisiw.

Gestion des ressources humaines

Les qualités de pédagogues de monsieur Moreau seront ici très utiles pour que tous les employés comprennent l'importance de leurs tâches respectives. Nous espérons ainsi motiver les employés à accroître la qualité du service à la clientèle.

Une gestion plus serrée des horaires est également prévue, nous allons tout mettre en œuvre pour réduire les nombreux problèmes d'absentéisme, et contrôler nos coûts.

Une emphase particulière sera

portée au suivi des dossiers d'employés afin de récompenser les meilleurs éléments tout en prodiguant des conseils et de la formation à ceux nécessitant un certain rattrapage.

Gestion des inventaires

Pratiquement inexistante actuellement, la gestion des stocks est un élément fondamental pour permettre un retour à la rentabilité du garage. L'inventaire de pièces est substantiel et possède une grande valeur, les équipements et outils également, il faut donc savoir en tout temps ce que nous avons sous la main afin de limiter les pertes.

Gestion du prix de vente

Ceci est un élément sensible, la population veut payer le moins cher possible, ce qui est tout à fait normal, cependant, il est important que le mécanisme de fixation des prix soit basé sur des fondements rationnels et non arbitraire et surtout, ne pas être influencé par des considérations émotives ou politiques. DEO travaille à déterminer la marge bénéficiaire minimale nécessaire au roulement du garage. Nous avons répondu à la demande de la clientèle et avons limité à environ 0.12\$/litre la différence avec le prix régional du carburant. Toutefois, nous versons encore plus de 250 000\$ en salaire annuellement et avons supporté l'engagement et la formation d'environ 75 personnes depuis janvier 2008.

Mauvaises créances

Vous le savez, au fil des ans, le garage a perdu énormément d'argent parce que des acheteurs n'ont pas voulu honorer

leurs engagements et payer leur dû. De nombreux clients commandent des pièces et refusent de les payer. Nous avons considérablement resserré la politique de crédit, et faisons tout en œuvre pour limiter les pertes au minimum.

Équipement désuet

La vétusté des installations fait en sorte que de nombreuses erreurs se produisent tous les jours. Pour minimiser les erreurs entre la pompe et la caisse, nous savons qu'il faut absolument changer les pompes actuelles, pour de nouvelles avec des contrôles électroniques. Nous avons enduré l'équipement actuel car nous pensions que le projet de nouvelle station d'essence se serait mis en branle plus rapidement. Si celui-ci demeure bloqué, nous devons nous contraindre à investir plus de 50 000\$ dans le vieux garage désuet, dangereux, non-conforme aux exigences modernes et peu efficace, ce qui finalement, engendrera des dépenses en double puisque finalement le nouveau poste d'essence devra voir le jour. Une analyse de la conformité de cette bâtisse est demandée et un rapport officiel pourra nous convaincre qu'il nous faut la remplacer et rapidement.

Erreur de caisse

Corollaire de la désuétude des équipements, les caissières doivent souvent se fier à la parole du client pour entrer la facture puisque le lien électronique entre les pompes et la caisse ne fonctionne plus et demande des réinvestissements importants. En voulant parfois aller trop rapidement, la personne responsable de la caisse



Première du film TCIKATNAW

*Invitation spéciale à tous!
Grande première de la projection du film TCIKATNAW en plein-air le samedi soir 12 septembre.*

Les Services de santé d'Opitciwan ont le plaisir de vous inviter à la première présentation du film TCIKATNAW le samedi 12 septembre 2009. La projection aura lieu en plein-air à la tombée du jour (vers 20h) en face du Conseil des Atikamekw d'Opitciwan. En cas de pluie la projection aura lieu à l'intérieur de l'École Mikiw. Apportez vos chaises pliantes!

TCIKATNAW est un mot atikamekw signifiant « la plus haute montagne » et c'est aussi le titre du film documentaire. Cette plus haute montagne existe au nord du village d'Opitciwan. TCIKATNAW c'est aussi un regard depuis le sommet... le regard d'adolescents devenus alors de jeunes adultes qui nous parlent de leur adolescence, de leur vie écoulée depuis une dizaine d'années; soit tout particulièrement depuis leur expérience à l'époque du tournage du film AWACAK (documentaire de 52 minutes scénarisé et réalisé par Anne Ardouin avec la collaboration de Martine Awashish et Paul-Yves Weizineau et produit en 1997 par les Services de santé d'Opitciwan). TCIKATNAW est en quelque sorte la suite de AWACAK.

Sa réalisation a été mise de l'avant par les Services de santé d'Opitciwan afin de poursuivre le développement de nouveaux outils de dialogues intégrant la mise au point de valorisations territoriales pouvant conduire à une augmentation du bien-être de la vie dans le contexte de cette communauté autochtone. Dans TCIKATNAW les « anciens » adolescents sont en action, marchant jusqu'au sommet de cette montagne, y contemplant la vue vers l'horizon, regardant leur passé, leur présent mais aussi leur avenir. Les échelles de temps se croisent, celles de leur vie, celles de l'histoire géologique de cette montagne située à la jonction de deux anciens continents, traversés par les glaciers et les mers... Presque comme des papillons sortant de leur cocon, et après en avoir rêvé, s'être concrètement préparé, ils s'envolent enfin... en deltaplane!!!

Qu'est-ce qu'ils pensent maintenant de la vie vue d'en haut, qu'est-ce qu'ils jugent important à transmettre aux adolescents d'aujourd'hui qui s'apprêtent à gravir ce passage jusqu'au sommet de la montagne avec tout ce qu'il contient d'obstacles, de moments de courage et de persévérance, d'efforts et de beautés...?

Le film documentaire TCIKATNAW a une durée de 75 minutes environ.



Pour renseignements veuillez contacter :

Martine Awashish ou Paul-Yves Weizineau
Services de santé d'Opitciwan
Tél. : 819-974-8822
Courriel : mawashish2@opitciwan.ca

Vous pouvez aussi avoir plus de renseignements en consultant la page Facebook : <http://fr.facebook.ca/pages/TCIKATNAW/87635728718>

Vous y trouverez quelques photos et extraits vidéos, liste des participants, etc..



CONSEIL DES ATIKAMEKW
D'OPITCIWAN

Forum

Sur la sécurité routière locale

Mardi le 15 septembre 2009
À 15 heures 30 à la salle Mamo
Au Conseil des Atikamekw

Objectif du forum : Connaître l'avis de la population pour mettre en place une réglementation locale sur la sécurité routière, tel que sur les véhicules, le quatre-roues (VTT), motoneige et sur les embarcations sur le réservoir.

15 h 30 Accueil et information

- Mise en contexte du dossier du CSR –Martine Awashish conseillère déléguée Sécurité publique et justice sociale.
- Information brève sur l'entente tripartite du Services de police –Richard Moar, directeur Sécurité publique
- Information sur l'avis juridique CSR (code de la sécurité routière) –Me André Binette, conseiller juridique
- Information sur l'application de l'article 597 du code de la sécurité routière en milieu autochtone (CSR) en milieu autochtone.

17 h 00 Buffet froid

18 h 00 Début des ateliers

- Atelier de 4 groupes (8 à 15 personnes)

19 h 30 Retour en grand groupe

20 h 30 Mot de la fin

- Madame Martine Awashish
Conseillère déléguée Sécurité publique et Justice sociale

Inscription avec formulaire ou inscription sur place.

Pour plus d'informations : Martine Awashish : 819-974-8822

Claude Awashish : 819-974-1497

Organisé par le comité de sécurité publique

Claude Awashish, président
Steve Awashish vice-président
Stéphanie Chachai, secrétaire

Membres Ressources

Martine Awashish, conseillère déléguée sécurité publique et justice sociale
Richard Moar, directeur sécurité publique
Me André Binette, conseiller juridique



NOUVEL HORAIRE DU CAO

A compter du lundi 7 septembre 2009

Du lundi au jeudi :
8h00 à 12h00 - 13h15 à 17h00

Le vendredi :
8h00 à 12h00

