





## Finissants A.E.P. entretien, réparation et pose d'appareils de chauffage au Mazout

La CDRHO est fier de souligner la réussite de ses diplômés. C'est grâce à leurs efforts leur persévérance qu'ils ont complété leur programme de A.E.P. entretien, réparation et pose d'appareils de chauffage au MAZOUT. A la remise des diplômes parents et conjointes étaient présents.



Remise de diplômes aux élèves du cours de « Entretien et réparation d'appareils de combustion au mazout », 23 septembre 2010 au Centre Daniel-Johnson.

Félicitations aux diplômés pour leur ténacité et leur soif de réussite!



CONSEIL DES ATIKAMEKW  
D'OPITCIWAN

### Avis de concours Réceptionniste

**Vous êtes intéressés à relever ce défi? Postulez maintenant!**

Les personnes intéressées à poser leur candidature devront faire parvenir leur curriculum vitae accompagné d'une lettre de présentation ainsi que leur diplôme et leur relevé de notes sous pli confidentiel au plus tard le 19 Novembre 2010 à 12h00 (midi) par télécopie, courrier postal ou électronique à l'adresse suivante:

Direction générale, Centre administratif  
A/S M. Christian Awashish,  
Conseil des Atikamekw d'Opitciwan  
22 rue Amisk  
Opitciwan, (Québec), G0W 3B0  
Télécopie : 1- 819-974-8828  
Courriel : cawashish@opitciwan.ca

Nous vous remercions de l'intérêt que vous manifesterez pour ce poste.

L'avis de concours complète est disponible en format PDF au [www.opitciwan.ca](http://www.opitciwan.ca)

## A.E.C. Technique policière

Le programme d'attestation d'étude collégiale en technique policière a débuté le 16 août 2009 au collège d'Alma. Un programme de 900 heures de cours. Cinq communautés y ont participé dont Obedjiwan, Manouane, Wemontachie, Lac-Simon et Kawacikamak.

Après le collège d'Alma, les étudiants ont dû poursuivre le programme de formation en patrouille-gendarmerie qui s'est déroulé à l'école Nationale de Police du Québec du 31 mai au 15 octobre 2010. Cette formation permet d'être un agent de la paix.

Le 15 octobre 2010 a donc eu lieu la cérémonie de graduation et 3 étudiants 'Opitciwan ont pu recevoir leur diplôme. M.Rocky Awashish, M.Randy Weizineau ainsi que M.Réjean Dubé sont les étudiants d'Opitciwan ayant réussi cette formation. Ils ont été très heureux de terminer la formation après de longs efforts.

Tous les trois sont donc maintenant officiellement employés au sein de la Sécurité publique Opitciwan.

Je profite de cette occasion pour lancer le message aux jeunes qui sont intéressés par le domaine de la Sécurité publique à poursuivre leur rêve et que tout est possible si on le veut.

Félicitation et bienvenue aux nouveaux policiers

Jacques Chachai  
Directeur adjoint S.P.O.



# OUVERTURE DEMANDE DE LOGEMENT 2010-2011

DU 1ER SEPTEMBRE AU 5 NOVEMBRE 2010

LES FORMULAIRES DE DEMANDE DE LOGEMENT SONT DISPONIBLES  
AU CONSEIL DES ATIKAMEKW OPITCIWAN

VOIR L'AGENTE EN HABITATION MADELEINE AWASHISH

## PARTIE -1-PROCESSUS D'ATTRIBUTION DES HABITATIONS

### 1.1 CONDITIONS GÉNÉRALES D'ADMISSIBILITÉ POUR TOUS LES PROGRAMMES

Les conditions générales d'admissibilité à respecter pour qu'une personne puisse présenter une demande pour tous les programmes d'habitation sont les suivants :

- Être membre enregistré de la bande d'Opitciwan depuis cinq (5) ans minimum.
- Être âgé de dix-huit ans (18) révolus et plus.
- Être en mesure d'assumer et de respecter les obligations financières et les conditions d'occupation découlant du programme pour lequel une demande a été adressée.
- Ne pas avoir d'arrérages de loyers (ou si tel est le cas, avoir pris un arrangement écrit avec le CAO sur le remboursement des arrérages).
- Ne pas avoir abandonner son logement sans justification au cours de la dernière année. Il y a abandon injustifié d'un logement lorsque l'occupant et sa famille décide (sans avoir avisé le CAO) de ne plus occuper les lieux et d'emporter ailleurs ses effets et son mobilier.
- Ne pas avoir refusé un logement (désistement) offert par le comité au cours de la dernière année.





### Kikendach...Sur les traces de nos ancêtres...

Dans le cadre des activités SMI (santé maternelle et infantile), nous avons visité le site ancestrale de Kikendach, qui situé près du Barrage Gouin.



Une visite qui nous a pris plus de temps que prévu, mais qui en valait la peine. Selon notre horaire, on devait arrivée à 12h00 au site, un dîner au camp de Mariette Awashish et retourner faire un petit cercle de partage au site. Le retour était prévu pour 16h00. Belle horaire n'est-ce pas!

Pour tout vous dire, on est parti du dispensaire à 9h45 ou 10h00 le matin. On a pris le chemin de la 1100, ce qui nous a retardés beaucoup. On est arrivé à Parent à 13h00. Dîner sur place. Repartie à 14h00 vers le site Kikendach pour finalement arrivée à 15h30. Une fois rendu sur place, monsieur Paul Awashish nous a accueillis



et a pris le temps de faire une présentation de l'histoire du cimetière kikendatch. Il nous a montrée le sentier que nos ancêtres prenaient lors de leur déplacement en canot et/ou à pied. Il nous a situé certain point de repère que kikendach avait pas loin de là un poste de traire, une église ou une petite chapelle.

En écoutant parler monsieur Paul Awashish, C'était de voir nos ancêtres sur place. L'arrivée en canot avec la famille, faire descendre les enfants, emprunter le sentier que l'on voit très bien encore. Comme si ils étaient encore là. Comme si c'était hier! Bref, c'est renouer avec nos ancêtres. Kice mekwetc Paul Awashish,

Finalement, si certains d'entre vous prévoit faire une visite en groupe, on vous recommande de vérifier votre itinéraire, l'état des routes, prévoir un bon lunch pour vos participants et partir tôt pour éviter de revenir tard en soirée.

Nin Sonia Chachai  
Agente derelation humaine  
Service de santé Opitciwan





## Une bonne santé mentale...

La santé mentale, c'est de s'efforcer à trouver un équilibre entre tous les aspects de la vie : notre vie sociale, physique, spirituelle, économique et mentale. Chaque personne possède son propre équilibre mental. La difficulté, c'est de préserver son équilibre afin de rester mentalement sain. La santé mentale est aussi importante que la santé physique. Avoir une bonne santé mentale et physique ne consiste pas seulement à ne pas être atteint d'une maladie, comme le cancer par exemple, ou la dépression.

La maladie mentale de son côté est une variété de troubles mentaux qui peuvent être diagnostiqués. Les troubles mentaux peuvent faire changer notre perception et peuvent changer notre pensée, notre humeur ou notre comportement. Dans ce cas, il est important de se faire aider ou accompagner par un psychologue ou un intervenant qui peut vous apporter de l'aide au même titre qu'un infirmier pour votre santé physique.

### Saviez-vous que...

Une personne sur cinq est affectée par la maladie mentale.

- La peur d'être jugé nous empêche souvent de partager nos expériences.

- 20 % des Canadiens et Canadiennes seront personnellement touchés par la maladie mentale au cours de leur vie.

- La maladie mentale touche les personnes de tout âge, de tous niveaux scolaires et de revenu et de toutes cultures.

- Le taux de mortalité attribuable au suicide chez les hommes est quatre fois plus élevé que chez

les femmes.

- Une interaction complexe de facteurs génétiques, biologiques, de personnalité et environnementaux cause les maladies mentales.

- 55,9 % de la population Atikamekw ont déjà pensé au suicide.

### Quelques trucs pour une bonne santé mentale

#### - Ayez confiance en vous

Déterminez vos points forts et vos points faibles, acceptez-les et tirez-en parti.

#### - Acceptez les compliments

Bon nombre d'entre nous avons de la difficulté à accepter les compliments, mais nous avons tous besoins de nous rappeler des signes de reconnaissance positive.

#### - Réservez du temps pour les membres de la famille et les amis

Nous devons entretenir ces relations pour qu'ils soient présents lorsque nous aurons besoin de partager nos joies et nos peines.

#### Gérez votre stress

Nous avons tous des événements stressants dans notre vie mais nous devons apprendre à les surmonter afin de conserver une bonne santé mentale.

En espérant vous avoir appris un peu plus sur la santé mentale, je souhaite un bon cheminement personnel à tous. Nous n'avons jamais fini d'apprendre sur nous!!!

#### Geneviève Riverin

Intervenante en santé mentale

Centre de santé d'Obedjiwan

Pour plus d'information ou pour un suivi individuel, vous pouvez me contacter au (819) 974-8822 poste : 3275

## Calendrier de développement

À quelle étape en est votre bébé ce mois-ci?

### Votre bébé a un mois

- Certains de ses premiers mouvements sont des réflexes, comme le réflexe de succion

- Il reconnaît votre voix et regarde votre visage de plus en plus longtemps

- Il commence à suivre ou à chercher des yeux un objet, bien que sa vue ne soit pas encore complètement développée

- Au début, son ouïe est voilée

- Il contrôle mieux son cou et, couché sur le ventre, il réussit à soulever sa tête de quelques centimètres pendant quelques secondes

- Il dort entre 12 et 20 heures par jour

### Un mois exceptionnel

Si vous pensez vivre beaucoup de changements durant ce mois, imaginez ceux que vit votre nouveau-né. À sa naissance, son corps est plissé et recouvert de liquide. Sa vision est floue et son ouïe voilée, mais il reconnaît votre odeur et les intonations de votre voix. Ses principales activités durant ces premières semaines consistent à dormir (12 à 20 heures par jour), à manger (toutes les 3 à 4 heures), à pleurer et à avoir des mouvements involontaires (réflexes). À la fin du mois, il aura fait d'énormes progrès et se sentira de plus en plus à l'aise.

### Se détendre avec maman

Votre bébé sent votre présence et se détend lorsqu'il est dans vos bras et que vous le bercez doucement. Cela n'a rien de surprenant, vous avez été inséparables

pendant 9 mois. Il aime votre visage, votre odeur et le son de votre voix. Il fixe votre visage et semble vous écouter lorsque vous parlez. Parlez-lui lorsque vous êtes seule, câlinez-le et chantez-lui des chansons aussi souvent que possible.

### Plus fort chaque jour

En moyenne, le poids d'un nouveau-né augmente d'environ 19 g par jour. Pour alimenter cette croissance, votre bébé commence à boire de plus en plus de lait à chaque repas. Ses petits coups de pieds et ses étirements spontanés tonifient ses petits muscles. Si vous le mettez à plat ventre durant les périodes de jeu, il se mettra à soulever la tête pendant quelques secondes, ce qui indique qu'il contrôle de mieux en mieux son cou.

### Un monde confus et indistinct

Il ne peut pas encore voir le monde tel que vous le voyez, mais sa vue s'est déjà améliorée depuis sa naissance. Pendant ce premier mois, il est attiré par les formes très contrastées et par les couleurs vives. Les ombres, les photos en noir et blanc, les visages et les jouets spécialement conçus pour les jeunes bébés captivent son attention visuelle. Bientôt, il pourra suivre des yeux un objet en mouvement. Faites-en l'expérience. Assurez-vous cependant de ne pas le stimuler trop longtemps, car vous voulez qu'il parvienne à distinguer le jour de la nuit.

Anne-Marie Dubé

Intervenante santé maternelle

La source enfamil.cadéveloppement.service de santé Opitciwan programme SMI



# L'ethnopsychiatrie, une psychothérapie centrée sur la culture

Il existe, de nos jours, plusieurs types de psychothérapies. Pour ne citer que les plus connues, on peut évoquer les psychothérapies (psych)analytiques, comportementales, humanistes, de couple, familiales, systémiques ainsi que celles centrées sur la personne.

Personnellement, dans mes suivis avec les clients de la communauté qui viennent me consulter, que ce soit individuellement ou en famille, ce sont surtout les théories, les techniques et les valeurs liées aux psychothérapies centrées sur la culture qui m'inspirent et que, par conséquent, je privilégie. Plus précisément, je pense à l'ethnopsychiatrie telle que développée par Tobie Nathan, suite aux enseignements qu'il a reçus de Georges Devereux, et telle qu'encore pratiquée de nos jours par Hamid Salmi, Marie-Rose Moro et d'autres équipes à travers le monde.

Dans les lignes qui suivent sont décrits les principes de cette approche, relevant autant de la psychologie clinique que de l'anthropologie:

- Non seulement s'intéresse-t-elle aux désordres psychologiques en rapport à leur contexte culturel, mais également aux systèmes culturels d'interprétation et de traitement du mal, du malheur et de la maladie (Wikipédia).

- Son éthique est de 'ne pas hésiter à penser les personnes, non seulement en tant qu'individus singuliers tributaires de leur histoire, de leurs cicatrices et des solutions défensives adoptées au décours de leur existence, mais aussi comme attachées—attachées à des langues, à des idéologies, à des lieux, à des groupes, à des

forces, à des choses— même s'il leur est arrivé de se révolter contre les forces, de se démarquer de leurs proches, de se séparer de leur famille ou de se détacher de leur religion...' (Nathan & Hermant, 2007, p.9). Catherine Grandsard (2009), citant Nathan, ajoute attachées à des divinités, des ancêtres, des manières de faire. C'est évidemment d'attachement social, de ce qui fabrique de l'appartenance, dont il est question ici.

- Selon cette auteur, penser les personnes à partir de leurs attachements permet une analyse des situations fidèle à la complexité des réalités actuelles, qui tient compte de la complexité, de la multiplicité, de la polysémie et de l'ambiguïté du monde.

- Cette approche estime qu'une égalité de statuts devrait être accordée à toutes les matrices d'interprétation des dysfonctionnements psychiques. En d'autres mots, tous les savoirs non-occidentaux sur les maladies psychiques devraient être appelés 'psychiatrie'. Puisque, par son séjour chez les Indiens Mohaves, Devereux a pu constater que les pratiques concernant le malheur et la maladie ayant cours dans les univers non-occidentaux sont raisonnables, cohérentes, logiques et efficaces (Grandsard, 2009).

- Elle tient donc à rompre avec la tradition en santé mentale de hiérarchiser les savoirs en plaçant, en haut les savants (dont les psychiatres et les psychologues), et en bas tout le reste, 'fourrant dans le même sac 'croyances et représentations traditionnelles.'" (Nathan & Hermant, 2007, p.9). Au contraire, un grand respect y est voué aux

savoirs traditionnels, considérés comme intelligents (Grandsard, 2009).

- Dans ce contexte, la psychothérapie d'orientation ethnopsychiatrique s'adapte aux personnes qui consultent, dont les perceptions et les expériences ne sont pas disqualifiées. Au contraire, on y reconnaîtra de la force, de la pensée, de la vérité,... (Nathan & Hermant, 2007). Plusieurs axes sont pris en considération pour les comprendre (psychologique, culturel, spirituel, économique, etc.), dont les théories étiologiques explicatives auxquelles on se réfère dans le monde d'où elles viennent (peuplé de visibles et d'invisibles).

- Durant les séances, les hypothèses et les propositions thérapeutiques sont immédiatement soumises à la critique des clients qui sont perçus comme des experts 'en matière de maladie, de guérison, d'enjeux sociaux et politiques. On les voit déployer avec plaisir leur stratégie de vie, s'en amuser... De malades, ils deviennent vivants, actifs, témoins...' (Nathan & Hermant, 2007, p.5-6). Ainsi, selon ces auteurs, le processus ethnopsychiatrique est vu comme un travail d'équipe, où tant le patient que le thérapeute cherchent à résoudre un même problème. L'incertitude, l'hésitation, le dialogue et la conversation y sont valorisés.

- D'après Grandsard (2009), Nathan considère la culture comme un ensemble de codes et de pratiques qui permettent de rendre le monde intelligible et prévisible, de manière à protéger les humains contre la perplexité et la frayeur. Et il l'envisage

aussi comme une enveloppe indispensable à la construction et à l'équilibre psychique des individus, en d'autres mots comme une sorte de double externe indissociable du noyau interne du sujet.

- Ce dernier auteur ajoute que la rupture de l'enveloppe culturelle peut provoquer une fragilisation des personnes, plus particulièrement dans la rencontre avec un autre monde, notamment à travers ses institutions (écoles, centres de santé, administrations). Dans le cas d'Obedjiwan, la domination du territoire québécois par les Blancs a eu et continue d'avoir de nombreuses conséquences. À ce niveau, on peut évoquer, entre autres:

oladestructiondel'environnement physique, à travers les incendies de forêt liés à la construction de la voie ferrée et les grandes inondations,

oune dévalorisation des langues autochtones et de la culture locale,

ol'imposition d'une langue étrangère, d'un passage du mode de vie nomade à sédentaire, de la fréquentation scolaire —avec, pour plusieurs générations, l'expérience obligatoire des pensionnats-, de l'église catholique comme religion, de la médecine occidentale comme méthode de soin, etc.,

ol'arrivée de l'alcool et de la drogue dans la communauté, pourtant considérée comme une 'zone sèche'.

- L'ethnopsychiatrie s'engage dans le travail complexe de négociation entre les mondes (Grandsard, 2009). En ce qui concerne Obedjiwan, il s'agit de la conciliation entre le monde autochtone



## suite de la page 6

et le monde occidental, entre la tradition et la modernité; puisqu'on ne peut y échapper.

• Les reproches fréquemment adressés à l'ethnopsychiatrie sont de surdéterminer l'influence du culturel dans le vécu des patients et de croire que de ramener le client à sa culture est nécessairement ce qu'il y a de mieux à faire (Corin, 2004). Or, il faut garder à l'esprit qu'une communauté n'est jamais homogène (de Plaen, 2004). Ainsi, il est important de respecter le choix des patients qui ne veulent pas être rattachés à leur culture dans le processus psychothérapeutique. A Obedjiwan, par exemple, certaines personnes sont plus occidentalisées et d'autres sont plus intéressées par le courant traditionaliste. Tenir compte de la position de chaque client est essentiel afin de ne pas lui faire violence.

par Dr. Ariane Warnant, psychologue au Centre de Santé d'Obedjiwan

2004 E. Corin *Risques pointés lors d'une conférence donnée à la clinique transculturelle de Jean-Talon sur le lien entre la psychanalyse et l'anthropologie.*

2004 S. de Plaen 'Pédopsychiatrie et un peu maman' dans le dossier 'Une médecine Métissée' de Michel Dongois, dans 'L'Actualité Médicale', n.3, p.8-20.

2009 C. Grandsard 'Enveloppe culturelle et attachement social' dans 'Santé mentale', n.135, pp.46-49.

2007 T. Nathan & E. Hermant 'Ceci n'est pas une psychothérapie' dans 'À qui j'appartiens? Écrits sur la psychothérapie, sur la guerre et sur la paix', Le Seuil, Paris (pagination telle que dans le texte accessible sur internet).

Avec la cocaïne tout augmente, les consommations et les risques aussi.

### **Qu'est-ce que c'est, à quoi ça ressemble ?**

La cocaïne se présente sous la forme d'une fine poudre blanche. Elle est extraite des feuilles de cocaïer. Elle est prise (la ligne de coke est "sniffée"); également injectée par voie intra-veineuse ou fumée.

La cocaïne est parfois frelatée, coupée ou mélangée à d'autres substances par les trafiquants, ce qui accroît sa dangerosité et potentialise les effets et les interactions entre des produits dont on ne connaît pas la composition.

### **Effets et dangers de la cocaïne**

L'usage de cocaïne provoque une euphorie immédiate, un sentiment de puissance intellectuelle et physique et une indifférence à la douleur et à la fatigue. Ces effets vont laisser place ensuite à un état dépressif et à une anxiété que certains apaiseront par une prise d'héroïne ou de médicaments psychoactifs.

### **La cocaïne provoque :**

- une contraction de la plupart des vaisseaux sanguins. Les tissus, insuffisamment irrigués, s'appauvrissent et, par conséquent, se nécrosent. C'est souvent le cas de la cloison nasale avec des lésions perforantes chez les usagers réguliers;
- des troubles du rythme cardiaque. Ils peuvent être à l'origine d'accidents cardiaques, notamment chez des personnes fragiles et/ou qui consomment

## La Cocaïne

de fortes quantités de tabac. D'autant que la consommation de tabac, comme celle de l'alcool, est souvent augmentée lors des prises de cocaïne;

- Chez les personnes plus sensibles, l'usage de cocaïne peut provoquer des troubles psychiques, une grande instabilité d'humeur, des délires paranoïdes (notamment au bruit) ou des attaques de panique;

- Une augmentation de l'activité psychique et, par conséquent, des insomnies, des amnésies et des phases d'excitation.

Une autre caractéristique de la cocaïne est de lever les inhibitions, ce qui peut conduire à commettre des actes de violence, des agressions sexuelles, des dépenses compulsives, etc. La sensation de "toute-puissance" entraînée par la cocaïne en fait un produit qui risque d'engendrer des passages à l'acte. Par ailleurs, les matériels utilisés pour "sniffer" peuvent transmettre les virus des hépatites A, B et C, s'ils sont partagés entre plusieurs usagers. En cas d'injection, le matériel partagé peut transmettre le virus du sida.

### **Cocaïne et dépendance**

Excitant puissant, la cocaïne provoque une dépendance psychique importante. Il est difficile d'arrêter une consommation aiguë de cocaïne, tant la nécessité d'en reprendre est importante. L'apaisement, même avec la consommation d'une autre substance, est très difficile.

### **Un peu d'histoire...**

Originaire des Andes, le cocaïer est un arbrisseau cultivé en Amérique du Sud, en Indonésie et

dans l'Est africain. Dans les sociétés précolombiennes, la coca servait de plante médicinale, de drogue stimulante, d'objet rituel et de taxe d'imposition. Dans les pays andins, les feuilles de coca sont consommées sous forme d'une chique que l'on mastique pendant quelques heures. L'appareil digestif est anesthésié : l'usager ne ressent plus la faim. Certains ont vu dans cette pratique une manière de se protéger du froid de l'altitude.

Au début du XVIème siècle, les conquérants espagnols donnèrent ce stimulant aux indigènes exploités dans les mines.

En 1865, un chimiste autrichien élucide la formule brute de la cocaïne ; dix ans plus tard, des dérivés de la cocaïne sont utilisés pour les anesthésies locales. Dès 1880 aux États-Unis, la cocaïne devient populaire. Elle est administrée comme tonique.

Depuis les années 1930, la consommation de cocaïne s'est progressivement répandue notamment sous l'impulsion des cartels sud-américains.

Ce texte est extrait du livre d'information "Drogues : savoir plus, risquer moins" réalisé par la MILDT et l'INPES.

Si vous croyez avoir un problème avec la cocaïne, n'hésitez pas à nous contacter au Service de Santé, il est possible de s'en sortir avec cette dépendance, il s'agit de décider et prendre des actions.

Martine Awashish  
Intervenante en toxicomanie  
Service de santé

# Maintenant disponible Internet haute vitesse

OFFERT PAR:



CONSEIL DES ATIKAMEKW  
D'OPITCIWAN

Vitesse jusqu'à  
3 mégabits en download  
et  
1 mégabit en upload

# 700\$

(Installation incluse)  
Abonnement 50\$ / mois

Pour des informations sur l'achat ainsi que les modalités de paiement, veuillez communiquer avec Marc Awashish ou Karline Paul au 819-974-8837

# Programme de valorisation aux activités traditionnelles

Afin de favoriser l'utilisation et l'occupation du territoire en apportant un support à la pratique des activités traditionnelles des membres de la communauté, le Conseil des Atikamekw Opitciwan, secteur territoire dispose de ce programme afin d'offrir à ses membres la possibilité d'obtenir une aide financière pour l'achat de matériaux.

## Construction de camps 16 x 20

Ce programme est pour les membres qui ont un revenu faible (chômage, assistance social, pension de vieillesse) 5 camps pourront être octroyé cette année. Les personne devront participer pour un montant de 500\$

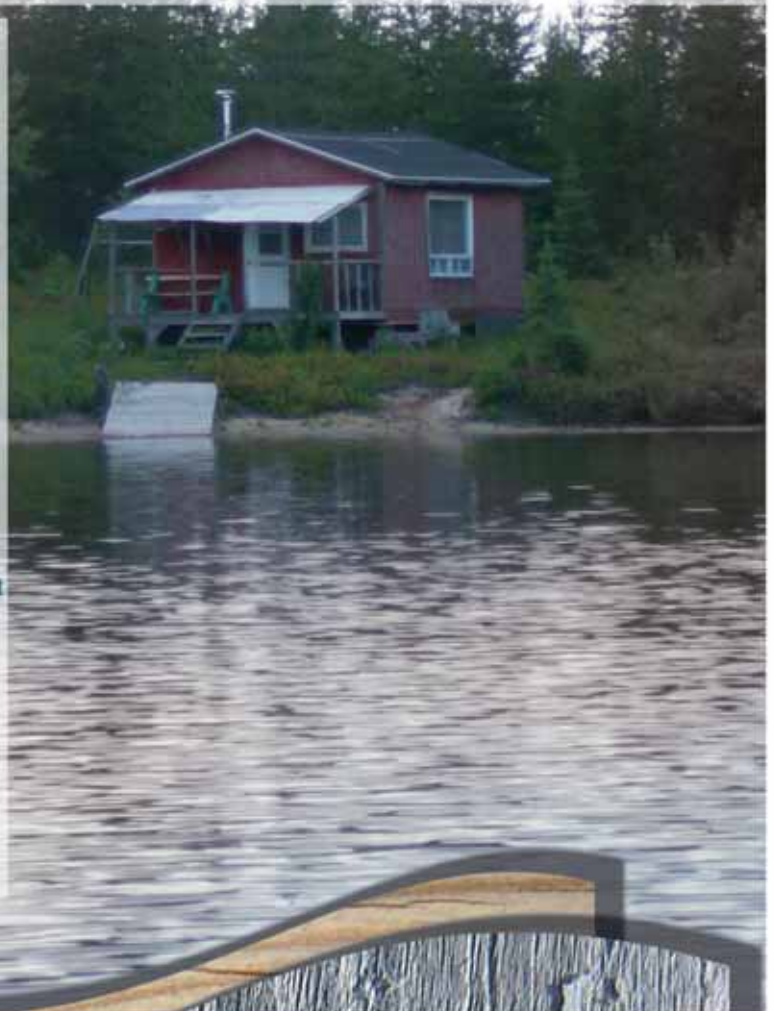
## Rénovation de camp

Ce programme est pour les personnes qui ont déjà entamé des démarches ou dépenses pour améliorer leur camp. L'aide ne pourra excéder 500.00\$. La limite est de 6 personnes qui pourront bénéficier de ce programme.

## Carburant semaine culturelle (automne)

Le carburant est seulement pour la semaine culturelle en automne: 90 litres par véhicule par famille.

Après la semaine culturelle, les membres qui pratiquent les activités traditionnelles (trappe, chasse aux petits gibiers, orignal) devront payer à la pompe 50% et le reste est facturé au CAO territoire.



**CONSEIL DES ATIKAMEKW  
D'OPITCIWAN**  
**SECTEUR TERRITOIRE**

Pour plus ample information  
veuillez contacter :

M. Benoît Awashish



## Nouvelles de l'école Niska

### Retraite bien méritée

Un souper d'adieux mais aussi de réjouissance pour ces deux retraités. Agabeth et Rosanna ont été reçu par le personnel de l'école Niska dernièrement pour souligner leurs départs à la retraite très bien mérité. Félicitationset on ne vous oublie pas!



### Sortie Éducative

Les classes de M. Richard Trudel et de Mme Gaétane Jean-Pierre ont pu bénéficier des connaissances de leurs enseignantes en langue et culture ainsi que de l'accueil chaleureux des aînés. Ces élèves ont eu une sortie réussie et enrichissante.

Merci à toute l'équipe et aux enseignants!



### Petits débrouillards

Les élèves de la maternelle à la 6ième année ont réalisé des activités scientifiques du « petit débrouillard ». Les élèves étaient très attentif et ont questionné les animatrices de club scientifique du petit débrouillard. Chaque classe a réalisé deux activités durant les trois jours de perfectionnement scientifique.

Merci au club et bravo aux élèves!





## École Mikisiw

En tant que conseiller pédagogique à l'école Mikisiw, je souhaiterais présenter une série d'articles pour permettre à la population d'Obedjiwan de mieux connaître son école secondaire et les défis auxquels elle est confrontée.

Comme vous le savez déjà, un vaste plan de réussite scolaire y a été mis sur pied l'année dernière. (Il a également été mis en œuvre à l'école primaire Niska). Il implique toutes les instances locales de l'Éducation, le Conseil en Éducation des Premières Nations et le Ministère des Affaires Indiennes. Ce plan initial est d'une durée de trois ans. Il vise à améliorer la réussite scolaire à travers les quatre cibles suivantes : la lecture, l'écriture, les mathématiques et la rétention scolaire. J'aimerais vous entretenir aujourd'hui des diverses mesures prises pour améliorer le taux de réussite scolaire en lecture.

En premier lieu, le plan prévoyait sensibiliser les enseignants de français à la poursuite de cet objectif auquel ils étaient du reste acquis à l'avance. En tout état de cause, il a été décidé d'animer des temps de rencontres pour permettre aux professeurs de cette discipline d'échanger entre eux sur cette question et de partager leurs pratiques concernant les stratégies de lecture. Pour réaliser cet objectif, les professeurs de français ont alors demandé que leur salle de classe respective soit dotée de collections de livres intéressants et adaptés à leur clientèle. On a donc installé, ou complété, dans toutes les salles où sont donnés des cours de français, non seulement tous les instruments de consultation requis, (dictionnaires, conjugueurs, grammaires, etc.) mais aussi pour plusieurs milliers de dollars de livres destinés aux lectures dirigées. Des statistiques comparatives ont été établies

pour l'année qui a précédé l'instauration de cette mesure et l'année dernière où elle a été mise en œuvre. La lecture dirigée en classe a connu une augmentation majeure, entre 100% et 375% selon les groupes. De 3,43 livres lus en classe par élève en 2007-2008, le taux de lecture est passé à 8,25 livres lus en 2008-2009, soit une augmentation moyenne de 141%. Cette stratégie paraît très opportune, car chacun connaît l'importance de la lecture dans l'apprentissage d'une langue.

Dans la même perspective, il fallait mettre à jour notre bibliothèque, la rendre plus attirante, élaguer et renouveler nos collections. Une vaste consultation du personnel et des élèves de notre école a été entreprise sous la direction de notre responsable de la bibliothèque. Une boîte aux suggestions a été installée pour rejoindre aussi le public adulte. Une réorganisation des lieux et l'achat de nouveau matériel mieux conçu a permis de doubler notre capacité de rayonnement dans le même espace. Le ménage de nos collections a été réalisé pour en extirper ce qui n'était pas adapté à notre clientèle et ce qui n'avait pas été emprunté depuis des années. Le public a été invité à se procurer gratuitement les livres élagués. Plus d'une douzaine de milliers de dollars de livres nouveaux ont été commandés et mis à la disposition des usagers.

Il fallait aussi augmenter les abonnements aux revues les plus populaires. Dans cette perspective, une négociation avec le groupe TVA nous a permis de recevoir à tous les mois une soixantaine de revues gratuitement. Une négociation avec le groupe Québecor nous a permis d'obtenir gracieusement une douzaine d'exemplaires du Journal de Québec en plus de nous fournir un accès à la version

électronique du même journal. Ces journaux et ces revues sont aussi utilisés en classe pour amorcer et stimuler le processus de lecture chez nos élèves.

En outre, les murs ont été repeints, des tables de travail plus pratiques ont été mises en place pour rendre notre bibliothèque plus fonctionnelle et plus agréable. Cette année, l'on compte y installer un petit salon attrayant et confortable. L'enrichissement des collections sera poursuivi de manière vigoureuse, en visant également à mieux rejoindre les besoins de notre clientèle adulte. De plus, on va tenter d'amorcer un processus d'animation plus étoffé de la bibliothèque.

Il faut ajouter que, l'an dernier, toujours pour soutenir la mesure dont il est question dans le présent article, l'école a mis sur pied un centre documentaire, elle a récompensé les meilleurs lecteurs en leur permettant de participer au Salon du livre de Québec. Cette activité fort appréciée des élèves sera reprise cette année, mais en visant cette fois le salon de Montréal qui se tiendra en novembre prochain.

Il ne s'agit là que de quelques-uns des gestes posés par notre établissement en vue d'offrir de meilleurs services à sa clientèle et de créer les conditions de réussite les plus favorables possibles pour ses élèves.

Dans un prochain article, je vous entretiendrai des mesures prises pour favoriser l'écriture. Si les lecteurs avaient des questions à me soumettre, il me ferait un immense plaisir d'y répondre. Ces questions pourraient m'être acheminées via la responsable de Petaban ou encore directement à mon attention à l'école Mikisiw.

Denis Gervais  
Conseiller pédagogique à l'école  
secondaire Mikisiw

## Le sonnet

Le sonnet est une forme poétique venue d'Italie au 16<sup>ème</sup> siècle. Le sonnet se compose de quatre strophes (paragraphe). Les deux premières strophes sont appelées « quatrains ». Chaque strophe contient quatre vers (lignes). Les deux dernières strophes sont appelées « tercets ». Chacune des deux dernières strophes contient trois vers. Un vers équivaut à une ligne en poésie, donc on peut dire qu'un sonnet est composé de quatorze vers. En poésie, le vers se divise en pieds (syllabes). Les vers du sonnet se divisent en dix syllabes (décasyllabes) ou en douze syllabes (alexandrins). Les rimes du sonnet suivent la répartition suivante : ABBA, ABBA, CCE, EDE ou EED.



### Un sonnet pour mon cher oncle Richard.

Notre cher ami Richard est parti !  
Il nous avait donné une vie meilleure,  
Ça toujours été lui qui nous donnait le bonheur.  
Il aimait être dans le bois avec sa famille et ses amis.  
Lui, qui était plus qu'un être cher.  
Richard était plus qu'un bon chasseur  
Ça toujours été lui, le meilleur,  
Et aujourd'hui, c'est lui qu'on perd.  
Maintenant qu'il a quitté cette terre,  
Ce n'est pas une raison de le faire disparaître.  
Il restera toujours gravé dans nos cœurs.  
Il sera toujours dans nos pensées.  
Il est parti, ce n'est pas une raison d'avoir peur  
Il sera toujours là pour nous protéger.

Nin : Sa nièce Naomie Chachai,  
une élève de secondaire 3.



# MAKOCAN

## Samedi 27 novembre 2010



Le Makocan  
se déroulera le samedi  
**27 novembre 2010**

### Journée des anciens

*Kwei, Bonjour,*

*Pour répondre au besoin de se retrouver et passer du temps ensemble, besoin formulé par des anciens résidents, des bénévoles et des membres du personnel, il nous fait plaisir de vous inviter à partager un Makocan (repas communautaire). Chacun apporte de la nourriture à partager. Le Makocan aura lieu samedi 27 novembre 2010 au centre Wapan à compter de 9h00 a.m.*

#### Horaire de la journée

9h00  
Prière de sérénité

9h15  
Purification,  
Lecture spirituelle

9h30  
Cercle de partage

10h00  
Pause

10h15  
Cercle de partage (suite)

11h00  
Pause

11h15  
Atelier (thème à déterminer)

12h00  
Makocan

13h30  
Ailleurs de Marjo et méditation  
guidée

P.M  
Chants et tambours, sweat  
lodge

16h45  
I believe  
Et bon retour



*Profitez-en pour apporter des textes que nous pourrions publier dans le journal du centre: Le Wapannais.*

*La veille, soit vendredi 26 novembre se déroulera le meeting des anciens tel que prévu au calendrier. Profitez-en pour prendre vos jetons et vos gâteaux de sobriété.*

*Si vous avez des suggestions d'activités pour cette journée spéciale du 27 novembre 2010, n'hésitez pas à communiquer avec nous à Wapan.*

*Mataci, Au revoir!!*

*Le personnel de Wapan*





## Mamo otamirotan

La Coopérative de Travail Inter-Nations va bien et... elle crée des emplois saisonniers durables

La volonté de plusieurs travailleurs sylvicoles et forestiers de la communauté de prendre en main l'aménagement de la forêt et de gérer collectivement des activités en utilisant la formule coopérative porte déjà des fruits. L'an 2 de la Coop Inter-Nations est bien amorcé et non terminé avec une saison de reboisement de 1,4 million d'arbres et 300 hectares de débroussaillage en plantation et en peuplement naturel à finaliser avant les neiges.

Avec un chiffre d'affaires croissant, pas moins de trente emplois saisonniers durables se sont concrétisés en moins de deux ans avec une possibilité d'effectuer encore plus de travaux avec plus de travailleurs qualifiés l'an prochain. La Coop est en processus d'obtenir la certification obligatoire pour les entreprises sylvicoles et, avec un plan d'affaires en main couvrant la période 2010 jusqu'à 2014 elle pourra obtenir un financement qui lui permettra d'entreprendre plus d'activités avec un bon fond de roulement et le matériel nécessaire pour exécuter les contrats.

La formation est au cœur de l'action de la Coopérative. Un cours d'une durée de quatre semaines pour aide-technicien, chef d'équipe et contremaître a eu lieu au printemps et un autre programme pour former 10 travailleurs en débroussaillage se terminera à la fin octobre sur le terrain avec les autres membres de l'équipe régulière. Des étudiants finissants en foresterie de l'école Mikisiw ont pu joindre les rangs de la Coop en 2009 et en 2010.

Des travailleurs Atikamekw et forestiers ont voulu relever le défi de gérer une entreprise coopérative pour et par ses travailleurs. La coopération est une solution intéressante pour former des entrepreneurs autochtones qui désirent partager ensemble les avantages et les risques de créer et démarrer une entreprise

qui appartient aux membres qui y travaillent et qui en tirent un revenu proportionnel aux efforts et aux connaissances et techniques du métier.

Formation, effort au travail, participation à l'organisation et aux résultats sont des points importants qui font la différence quand on travaille ensemble dans une même entreprise pour en tirer des bénéfices en fonction de règles établies par ses membres et travailleurs actifs. On peut les voir sur You tube et bientôt sur une plate-forme Internet du projet IHC-Atikamekw, un projet parrainé en 2009 par Développement Économique Opitciwan et l'Initiative en Développement Coopératif, un programme fédéral permettant d'innover dans le domaine des coopératives.

Notre Coopérative fait maintenant partie du réseau des coopératives forestières du Québec et ses travailleurs terminent une autre saison en forêt et déjà il faut préparer 2011....

### Qu'est ce que la coopération et ses grands principes?

**Tipatcimo masinahikan ka witekamakak tan e ici kiskeritakositeik, e irapatisitcik neta ka apitcik,**

### Kekwan nihi ka wi itwaniwok :

Niheki neta ka apiteik, ki oreritamok tipirawe kitci otapinakik apiwiniw kaie mitcetewek kitci ici matcewotatcik otamirowiniwaw. Kaskina mamo otamirowok, kaskina mamo asitci tiperitamok kaie kaskina mamo asitci oreritamok kekwaraw.

### Ke ici kicteritakok :

Ka motewaketcik nihe towi mamonitowin : mihitisowin, tiperimitisowin kaie kaskina mamo kitci asitci kanawapamat aweriw kaie e kackitat kitci mamo otamiromat aweriw. Awenak neta ka apitcik, kitci tatakik kowiskw itatisiwiniw, tapweweritakosiwiniw kaie awik

kitci kackitat e mikwerimat aweriw.

### Ke nosinetakaniwok irakonikewin :

Enkweriw ke nosinetatcik, neta apitcik, niheriw ka kictapatanik kitci tca motewaketcik

### Irakonikewin ka tatosinatek 1

Tipirawe awik oreritam kitci posit neta kaie cectew matci kaskina awik

Nohwe towi itapiwin, awik wir tipirawe oreritam kitci apit kaie matci kaskina awik kata ki posiw. Niheki tca ka positcik neta oreritamok kitci atoskectaketcik kaie mantokasowok wewerita kitci itotisketcik niheriw e otapinakik apiwiniw. Nama kaie motemakan neta anawerimiwewin. Awik kotc e icinakosit, e ici iriniwit kaie kotc e ici tapweweritak kata ki apiw neta.

### Irakonikewin ka tatosinatek 2

Tipirawe otiperitamowinawaw ka motewaketcik

Neta ka apitcik, wirawaw nikanipiwok, orocowatamok ke icinakonik kaie wirawaw orakonikewok. Mamo asitci masinahotisowok kicpin otcitciparinik kitci masinahotisotcik. Nohwe towi nikotaci wiew ka aitakoki, ekoni peikonok e ici motetcik kewirawaw.

### Irakonikewin ka tatosinatek 3

Kicowate posipariwok coriak itekera

Neta ka apitcik, takickowok coriak itekera. Kicowate e posiparitcik kitci ki miro kaie mamo asitci motetatic. Nanakatcitawok e ici pitakeparinik kaie e ici orowimakanik. Ekote kicowate e ici kicikowakaniwitcik niheriw coriaraw ka mawotcihomakanik, ka ickoparinik karak takoniw e pakitanikik otci kotakihi e ici takoki atoskectakewiniw

### Irakonikewin ka tatosinatek 4

Mihitisowin kaie pakanisiwin Nohwe mamonitowin, mihitisowin,



witcihitowin neta motemakan. Tapickotc takon oreritamowin mamo kaskina kotc ka witcihiwetcik mitowi kice okimak kekotc kotakihi awik. Aric peikon mocak motewakewok otiperitamowinawaw kaie opakaniwiniwaw.

### Irakonikewin ka tatosinatek 5

Kiskinohamakewin kaie tipatcimotakewin

Ohwe mamonitowin, takoniw kiskinohamakewiniw e mirwetcik otci tipirawe wirawaw, kotc neta ka takickakotc kitci awacamec miro motemakak nohwe mamonitowin. Pakitinam tipatcimowin nta kotc e iti aicinakonik niheriw ka ici apitcik kirawe niheki otci ockinikiriw, ickwecariw kekotc kotakihi awik.

### Irakonikewin ka tatosinatek 6

Witcihitowin tante kotc e ici takok nohwe towi mamonitowin

Kitci awacamec mirwacik atoskectawin neta kaie kitci ki miromotemakak, tante kotc e ici takok nohwe towi mamonitowin, kaskina wawitcihitowok.

### Irakonikewin ka tatosinatek 7

Tapweweritakosiwin tacikewinik itekera

Ohwe mamonitowin, e ki tca nikan ocitatic ke ici matcatcik, ekote kicowate e ici otamirotcik kitci rikahimakanik kaie aspinikotc kitci motemakanik.

Jacques Verrier  
Conseiller en développement  
coopératif à Opitciwan, octobre  
2010



## Règlements pour le Centre Sportif Opitciwan 2010-2011

### Mode de paiement

(Toujours au secrétariat aux jours et heures d'ouverture)

Pour une réservation à l'heure, l'utilisateur devra déposer un minimum de 40.00\$ du montant total de la location et recevra une facture qu'il devra acquitter dans les 24 h suivant la date de réservation.

N.B Si l'utilisateur n'acquitte pas la totalité du paiement de sa facture il ne pourra réserver à nouveau. Aussi, Pour une réservation à long terme, un contrat de location est complété par l'utilisateur et payable en totalité ou par versement.

### Politique d'annulation de glace

L'utilisateur qui désire annuler une réservation à l'heure sera remboursé intégralement à condition d'avertir le gérant du centre sportif sur place ou par téléphone avant 12h00 le jour même de la réservation. si non, le 40.00 \$ ne sera pas remboursé.

Location de glace

### Coût d'une location : 80.00\$ pour une heure

(Une heure de location inclus 10 minutes pour la réfection de la glace)

### Règlements généraux

Il est strictement interdit de :

- Lancer des objets sur la patinoire
- Vendre et/ou consommer de la drogue
- Introduire et/ou consommer de l'alcool
- Courir, se bousculer ou se bagarrer
- Cracher
- Endommager les locaux et l'équipement
- Se regrouper dans les toilettes
- Manquer de respect envers les employés et les bénévoles
- Vendre des billets (sauf avec autorisation)
- Fumer dans l'établissement

LE VANDALISME NE SERA PAS TOLÉRÉ

TOUT MANQUEMENT À CES RÈGLEMENTS EST SUJET À DES SANCTIONS



## HORAIRE DU CENTRE SPORTIF OPITCIWAN SAISON 2010-2011



HEURE :	LUNDI	MARDI	MERCREDI	JEUDI	VENDREDI	SAMEDI	DIMANCHE
8-9							
9-10							PRÉ-NOVICE HOCK
10-11		C.P.E		C.P.E		NOVICE	NOVICE
11-12						ATOME	ATOME
12-13						PEE-WEE	PEE-WEE
13-14	HOCKEY LIBRE 5.00\$		HOCKEY LIBRE 5.00\$		DE 13 HRS À 20HRS INCLUSIVEMENT, CES HEURES SONT RÉSERVÉES AU HOCKEY MINEUR.	PATINAGE LIBRE	PATINAGE LIBRE
14-15						PRÉ-NOVICE HOC.	PRÉ-NOVICE B.B.
15-16						BENJAMINE B.B	BENJAMINE B.B
16-17	ÉCOLE NISKA	ÉCOLE MIKISIW	ÉCOLE NISKA	ÉCOLE MIKISIW		CADETTE B.B.	CADETTE B.B.
17-18	BENJAMINE B.B	ATOME	NOVICE	PRÉ-NOVICE B.B		MIDGET BB	MIDGET B.B.
18-19	CADETTE B.B.	PEE-WEE	ATOME	PRÉ-NOVICE HOC.		BANTAM	BANTAM
19-20	MIDGET B.B.	PATINAGE LIBRE	PEE-WEE	PATINAGE LIBRE		MIDGET 1	MIDGET 1
20-21	BANTAM	MIDGET 1	BANTAM	MIDGET 2	MIDGET 2	MIDGET 2	
21-22	ADULTES	ADULTES	ADULTES	ADULTES	ADULTES		ADULTES
22-23	ADULTES	ADULTES	ADULTES	ADULTES	ADULTES		ADULTES



Bonne saison 2010-2011 à tous les joueurs et joueuses.





C'est avec grand plaisir que j'ai accepté l'offre de Karline Paul de pouvoir m'exprimer dans votre journal local par l'entremise de cette chronique.

Au cours des prochains mois je vous ferai part de mes opinions sur divers sujets concernant divers aspects de notre vie quotidienne. Il sera question de croissance personnelle et de couple. Nous tenterons de se donner des trucs pour diminuer notre anxiété, notre stress, apprivoiser nos peurs, mieux gérer notre colère, diminuer et même cesser notre consommation, etc...

Nous parlerons de dépendance affective, de toxicomanie, de violence verbale physique et psychologique.

On cherchera des trucs pour améliorer notre vie de couple. Comment alimenter et entretenir notre couple, comment peut-on parler de nos non-dits avec notre conjoint ou conjointe etc...

Je vous propose de me faire parvenir des sujets sur lesquels vous aimeriez être informé en me faisant parvenir un courriel à dino@douceliberation.com. ou en communiquant avec Karline Paul.

Je serai à Opitciwan les 15,16,17 et 18 novembre prochain. Vous pouvez prendre rendez-vous en communiquant avec la réceptionniste des Services Sociaux au 819-974-8871. Lors de cette visite, ma conférence, qui aura lieu le 16 novembre, portera sur la toxicomanie.

Je reviendrai par la suite dans la semaine du 29 novembre 2010. Ma conférence aura lieu le 30 novembre et aura pour sujet: "Le couple parfait...Wow!"

Je me permets de vous annoncer que notre prochaine session des 5 blessures aura lieu du 10 au 14 décembre 2010.

Également nous tiendrons une session de couple en date du 25 au 27 mars 2011.

A la prochaine

Dino Frascarelli

### TIRAGE

*Lors du tournoi de golf annuel du Conseil Atikamekw Opitciwan, Dino Frascarelli de Douce Libération a remis un certificat-cadeau donnant droit à une thérapie sur les 5 blessures à Douce Libération qui aura lieu du 11 au 15 décembre 2010*

*Ce certificat-cadeau sera tiré le  
3 décembre 2010.*

*Le prix du billet est de  
1\$/billet ou 5\$/8 billet.*

*Voir Saunia Dubé ou Karline Paul pour les billets*

## Avis public



### Assermentation de la Grande Cheffe du Conseil de la Nation Atikamekw

**Le 2 novembre 2010 à Opitciwan  
Au gymnase de l'école primaire Niska  
L'accueil débutera à 13h00**

#### Programmation:

- 13h00: Accueil
- 13h15: Cérémonie de purification
- 13h30: Prière par Alice Awashish suivi d'un chant cantique par William Awashish  
Prière par Anna Weizineau suivi d'un deuxième chant cantique par William Awashish  
Prière par Céline Chachai suivi d'un chant traditionnel par les chanteurs drummers local Thunder Bird Spirit
- 14h00: Assermentation de la Grande Cheffe suivi de la cérémonie de la pipe, animé par Antoine Awashish (Pabo)
- 15h00: Remise de cadeau pour la Grande Cheffe
- 17h00: Makocan

La programmation a été rédigée par Yolande Chachai, présidente du Comité de Femmes Opitciwan. Pour toute autre information, appelez au 819-974-9933 et demandez Yolande Chachai ou laissez un message sur le répondeur.

# TCIKITANAW

TCIKITANAW est un mot atikamekw signifiant « la plus haute montagne » mais c'est avant tout un film qui pose un regard positif depuis le sommet. Le regard de jeunes adultes qui nous parlent avec sérénité de leur adolescence.

## Équipe de direction

Anne Ardouin, recherche et réalisation  
Projetto

Martine Awashish et Paul-Yves Weizineau,  
agents de prévention de la toxicomanie  
Yvette Chachai, directrice  
Services de santé d'Opitciwan

## Avec

Eruoma Awashish  
Katia Awashish  
Wayne Denis-Damée  
Annick Jean-Pierre  
Yan Abel Sakihaw  
Raoul Weizineau



CONSEIL DES CHEFS  
D'OPITCIWAN

PROJETTO