

3/21/2024

Centre Walgwan Center

Newsletter

[Français](#)

[English](#)



12^e Edition



wjipiski

Centre Walgwan Center Newsletter

Inspirational quote

"Life doesn't reward the naturally clever or strong but those who can learn to fight and work hard and never quit." - Bear Grylls

Photos
Centre Walgwan

WKAMULAMU

TABLE OF CONTENTS

WKAMULAMU (heart of the tree)

- Word from our Director
- Our Mission, Vision & Values
- Our Board Members

AGNUTMAIEG (we talk to each other)

- Wellness and selfcare
- First Nations Recipe
- Cultural Projects

SITMUG (river)

- Upcoming Important Dates

NITAP (friend)

- Walgwan Team
- Center Accomplishment
- Game



A WORD FROM OUR DIRECTOR

Pamela Charlong

Dear youth, families, community and partners,

As the seasons transition and the earth awakens with new life, may we too embrace the opportunity for renewal and growth within ourselves and our communities. Springtime serves as a reminder of the interconnectedness of all living things and the importance of nurturing our well-being.

Just as the flowers bloom and the rivers flow with vitality, may you find strength and resilience within yourselves. Remember the wisdom of your ancestors, who lived in harmony with the land and valued the balance of mind, body, and spirit.

In this season of awakening, let us prioritize our wellness. Take time to nourish your body with healthy foods, engage in physical activities that bring you joy, and seek solace in the healing power of nature. Cultivate moments of stillness and reflection, allowing space for inner peace to flourish.

Reach out to your loved ones and elders for guidance and support. Together, we can foster a community of care and compassion, where everyone feels valued and heard.

As we journey through this season of growth and renewal, may we honor the traditions of our ancestors and envision a future filled with hope and possibility.

Wishing you all a springtime filled with wellness, resilience, and abundance.

With love and solidarity,

MISSION, VISION AND VALUES

Laurette Allard

Our Mission

Support, engage and empower each Indigenous Youth who seeks help in her/his personal journey to a sustained, holistic and culturally-rooted well-being and a healthy life.

Our Vision

Empowered and engaged Indigenous Youth fully in control of their wellbeing and their lives, and contributing to the wellbeing of their families and communities.

As for our **Values**: Respect, compassion, inclusion of the client and their family, safety, love and sharing and truth, honesty and integrity.

Why is integrity so important?

Living a life of integrity is important for several reasons. Your conduct reflects your character and builds your reputation. Integrity inhibits moral failure due to compromise or cheating. It shows that you have **nothing to hide** that, if revealed, would bring shame or reproach upon you. Under scrutiny, your life would be declared innocent.

By committing to live based on excellent principles, you provide an **example for others to follow**. You also have a basis for open communication with others because they trust you. Your relationships can prosper based on honesty and forthrightness.

You can make decisions much more easily because you have already determined to do what is excellent and therefore eliminated all the other alternatives. Acting with integrity gives you **peace of mind** in knowing you did the right thing regardless of the outcome.

OUR BOARD MEMBERS

Laurette Allard

We are truly fortunate to have a Board of Directors who are constantly mindful of our values and mission. They are tireless in their efforts to ensure that every aspect of our Centre runs smoothly. We would like to express our sincere gratitude.

Here is the list of our directors:

President:	Melanie Napartuk
Vice-president:	Jamie Houle
Secretary-treasurer:	Laurianne Petiquay
Administrators:	Paul-Yves Weizineau Arthur Robertson Brian Blackburn Jade Canapé Pilot

Happy Easter



WELLNESS IDEAS FOR SELF-CARE

Lucy J. Campbell

Thunderbird Partnership Foundation;

Supporting wellness through culture, relationship, knowledge and evidence.

Wellness app;

The Thunderbird Wellness App promotes a strengths-based, trauma informed approach to supporting Indigenous wellness. The App provides tangible ways to support First Nations, from opioid and methamphetamine use, to treatment, prevention, addressing stigma associated with substance use and how to support harm reduction strategies, all presented in a user friendly, culturally grounded way.

The Thunderbird Wellness App is free and is available on the iOS App Store and Google Play.

<https://thunderbirdpf.org/thunderbird-wellness-app/>

Culture For Life;

CONNECT WITH CULTURE ... FOR LIFE. A site for Indigenous Youth who know the value of culture and living their best life, but need a little help getting there.

<https://cultureforlife.ca/>

FIRST NATIONS RECIPES

Patti Fallow

Maple Salmon Filets

4 - 6 salmon filets

1 tsp. paprika

1 tsp. garlic powder

1 tsp. onion powder

1 tsp. dried dill

3 - 4 tbsp. maple syrup

Preheat oven to 350 degrees. Line a baking sheet with parchment paper.

Place salmon filets on prepared baking sheet.

Sprinkle each salmon filet with the paprika, garlic powder, onion powder and dill.

Brush the tops of the filets with the maple syrup.

Bake in the oven for 15-20 minutes or until the salmon is cooked through.



CULTURAL PROJECTS

Lucy J. Campbell

We have had the opportunity to have several guest teachers to assist us with the culturally based alternative learning and the cultural program. The opportunity to have the youth learn and share with these individuals allows for activities planned outside of the Walgwan as well as adding a change to the weekly program.

Since the beginning of the year many small cultural projects have been presented to the youth. We have been receiving elders from Gesgapegiag for drum making, guests trappers to teach about the process from being on the land where the animals are to preparing the animal hides and all the lessons that go along with these experiences. Guests have come to help the youth make various crafts and introduce them to new methods or to support them in with their projects. Outing on the land have been beneficial such as going to visit a Maple Sugary, walking on the Walgwan land and visualizing the future projects, picking, and preparing medicines for Sweat Lodges and Cedar baths. Youth have received the teachings for Fire Keeping, Water Carriers, and many other lessons which they enjoy and make connections to their Nations ways. Creation stories and legends from the Nations our Walgwan youth originate are discussed, are shared, and are reflected upon. We as a Walgwan Team look forward to many more Cultural Projects and some more grandeur in size.

- 🍯 Mr. Bernard Dubé hosted us at his camp on the Little Cascapedia River for an afternoon of learning about trapping and hunting. It was a lovely sunny day; the camp was so cozy and well heated. The teachings were well received by the youth and the opportunity to be on the land, beside the river and looking out at the valley and mountains was energizing. Just the medicine needed on a cold winter's day.
 - 🍯 Lessons were shared on the use of modern traps as opposed to those used in the past.
 - 🍯 The importance of using all parts of the animal was discussed.
 - 🍯 The delicate balance in protecting animal species and responsible trapping methods were presented.
 - 🍯 Methods of cooking and using the various parts of the animal beyond just the hide/fur were demonstrated by explaining various recipes and craft/projects/jewelry were explained and the youth were allowed to view and manipulate the final products.
- 🍯 Mr. J. D. Wysote and Trapper were guests that spent the whole day with the Walgwan youth and some staff, which was a follow up on the teachings received earlier in the week. The youth were presented with various animal hides and were explained how to prepare and take care of the skins. The youth were given the opportunity to work with the tools. The animal teachings were also shared and the importance and respect for the animals was reinforced all day. It was a wonderful way of connecting to the ancestors, learning from the knowledge keepers of today and gaining the ability to pass along the lessons.
- 🍯 Ms. Angelique C. was in to the Walgwan to teach the youth to complete some cultural crafts. It was nice to have a guest who enjoyed spending time interacting, teaching, and supporting the youth achieve success with their projects.
- 🍯 P'nal and Ramona Jerome came for two groups of youth to teach about the drum and how to make one. Each youth will receive the drum that they fabricated as a gift from the Walgwan. It was an activity which was appreciated by the youth, and it is always a pleasure receiving Elders from our community who share the knowledge and support our youth.
- 🍯 Hill Billie Ranch visit with Darlene and neighbours. We were able to tap two maple trees with an "old fashion" bit and drill (auger). We saw the sap starting to drip into the pails immediately. It was so "sweet" to hear and see the water of the Sugar Maple trees flow. We were then treated to maple taffy on snow, the youth were able to pick some fresh maple products to bring back to the Walgwan. It was a wonderful outing that tied together MIND and CULTURE. The spring awakening, the trees getting ready to enter the Spring season, the warm sunshine and the snow melting under our feet. The smell of maple water boiling and the taste of the sweet maple products.





☹️ This winter has proven to be challenging for planning of activities. We regularly go Ice-Fishing in the Miguasha area in the Winter as part of the programming. This activity allows the staff and youth to test their patience and when fishing is good, it becomes a bit competitive to see who can catch the most smelts. This year with the later ice forming and the warmer waters in the Bay and river mouth the smelt fishing activity was “put on ice” while waiting for ice and then unfortunately the group and staff caught...wait for it...0 smelt. A good time was had by all though and a chance to sit, chat, share and wait was appreciated.

A second fishing outing took place. This time to a place behind Maria Village where trout are farmed for recreational fishing. The group this time made up for the 0 smelt from the first activity and the youth came back with a “feed” of trout that they could actually have a supper for all.



IMPORTANT DATES AND UPCOMING EVENTS

Lucy J. Campbell

- March 19 - Spring Equinox
- March 21 - Youth departures for the 10-week program
- March 25 - Full Moon
- March 29 & April 1 - Easter Holidays (administration closed)
- April 2 - Arrival of youth for the 4-week program
- April 8 - Solar Eclipse (see article)
- April 25 - Youth departures for the 4-week preventative program

Solar Eclipse;

The Canadian Space Agency

Has wonderful resources, videos and lots of information to help understand the solar eclipse, to protect our eyes during the eclipse and much more. Check out the link below:

<https://www.asc-csa.gc.ca/eng/astronomy/eclipses/total-solar-eclipse.asp> (English)

What is a solar eclipse?

A solar eclipse occurs when the Moon passes directly in front of the Sun in the sky, like when someone passes in front of you and blocks your view of a lamp. Another way to think of a solar eclipse is that the Sun, the Moon, and Earth are perfectly aligned in space and the Moon's shadow is cast on Earth. This rather rare alignment occurs only about once every six months because the trajectory of the Moon around Earth is not perfectly aligned with that of Earth around the Sun. Therefore, there are usually at least two solar eclipses per year somewhere on Earth, but in a different region each time. That is why they are very rare for a specific location, such as where you live.

A solar eclipse always occurs during the new moon and lasts a few hours. The Moon gradually covers the Sun in the sky during the periods of partial eclipse. If the alignment is perfect, the Moon completely covers the Sun for a few moments to produce a total solar eclipse. It is quite a show!



STAFF NEWS

Lucy J. Campbell

The Walgwan is adapting to the new program format and with these changes with personnel has been occurring. We have a Team with much experience from many different facets of life. Our staff have been active at the community level right up to the national level advocating and working for the needs of our youth today.

Planning and Training

YSAC;

- 🐰 Pamela and John M. were gone for training in Halifax for “Life is Sacred” in March
- 🐰 Staff have been participating in virtual training on “Self-Harm” during the month of March.
- 🐰 Staff have also been participating in virtual training for “Quality & Outcome Collection” as well as “Ethics & Ethical Decision Making” during the months of February and March.

Crisis Prevention Institute.

- 🐰 Full training and refresher training on Verbal De-escalation and Non-Crisis Intervention will be provided to staff in the coming weeks and months, to provide updates on the new CPI model. This training provides the staff with the tools to support youth so that the goal of restoring therapeutic rapport is met between the youth and staff when a difficult situation occurs.

*On behalf of the whole team, we wish you a very happy
Easter and enjoy the days off to take care of yourself!*



CENTER ACCOMPLISHMENTS

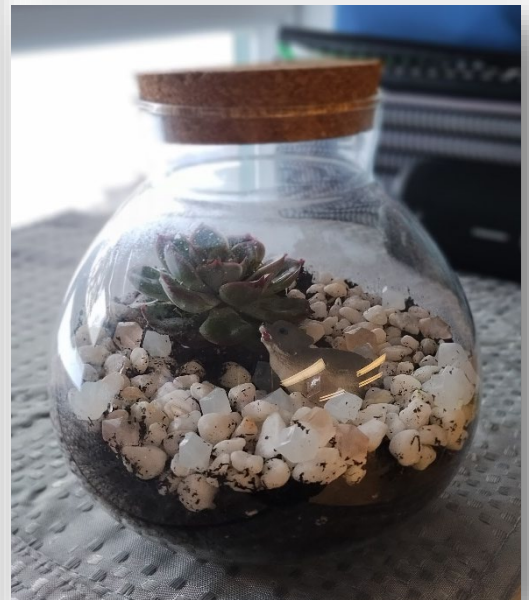
Françoise Dubord

Our Dome

As the winter months come to an end and the spring equinox arrives, the dome will start to undergo a transformation. With the days starting to grow longer and the temperature beginning to rise, it is the perfect time to prepare for planting. We will start preparing the soil, sowing seeds and planting seedlings in preparation for a bountiful vegetable garden. Starting our plants now will ensure that they are mature enough to be transplanted to our garden outside when the threat of the last frost has passed.

Spring planting is not only a time for physical growth but also a time for renewal and rejuvenation of the spirit. The act of planting and nurturing new life can bring a sense of joy and fulfillment, connecting our youth with Mother Earth and the cycle of life. Let's have a look at Françoise's comments on the subject:

Just a quick note to let you know that we've started planting perennial flower seeds and bulbs. After the last frosts, we'll be able to transplant them to embellish around the Dome in spring, and also use them for future medicinal infusions or floral bouquets. We tested our brand-new Dell greenhouses during an activity with the youngsters, and several flower sprouts have already started to show their face. We've got hibiscus and geraniums in bloom, and you should come and have a look and smell them - you'll discover a pleasant minty scent, as there are multiple seedlings that the youngsters have taken cuttings from and will be taking home with them after their stay. By the way, I'd like to tell you that I had the chance to lead the terrarium workshop with our interested youngsters, and let me tell you, they were very creative, attentive and diligent. It was a wonderful moment of creation and discussion on the fact that there are important steps to follow, some of which are obligatory and others which are up to each individual and, above all, that it is important to make the right decisions for our terrarium as much as for our life choices!



GAME

Laurette Allard

Spot the 5 differences in this picture.



Centre Walgwan Center

Newsletter

wjipiski

Citation ou proverbe

« La vie ne récompense pas ceux qui sont naturellement intelligents ou forts, mais ceux qui peuvent apprendre à se battre et à travailler dur sans jamais abandonner. » Bear Grylls

Crédit photos
Centre Walgwan

WKAMULAMU

TABLE DES MATIÈRES

WKAMULAMU (Cœur de l'arbre)

- Mot de la directrice
- La mission, la vision et les valeurs
- Notre conseil d'administration

AGNUTMAIEG (Nous nous parlons)

- Bien-être et soin de soi
- Recette Premières Nations
- Projets culturels

SITMUG (rivière)

- Dates importantes à venir

NITAP (ami, friend)

- Notre équipe
- Accomplissements du Centre
- Jeux



UN MOT DE NOTRE DIRECTRICE

Pamela Charlong

Chers jeunes, familles, communauté et partenaires,

Alors que les saisons changent et que la terre se réveille à une nouvelle vie, puissions-nous nous aussi saisir l'opportunité de renouveau et de croissance en nous-mêmes et dans nos communautés. Le printemps nous rappelle l'interdépendance de tous les êtres vivants et l'importance de nourrir notre bien-être.

Tout comme les fleurs s'épanouissent et les rivières coulent avec vitalité, puissiez-vous trouver en vous force et résilience. Souvenez-vous de la sagesse de vos ancêtres qui vivaient en harmonie avec la terre et accordaient de l'importance à l'équilibre du mental, du corps et de l'esprit.

En cette période d'éveil, accordons la priorité à notre bien-être. Prenez le temps de nourrir votre corps avec des aliments sains, de participer à des activités physiques qui vous apportent de la joie et de chercher du réconfort dans le pouvoir de guérison de la nature. Cultivez des moments de calme et de réflexion, permettant à la paix intérieure de s'épanouir.

Contactez vos proches et vos aînés pour obtenir des conseils et du soutien. Ensemble, nous pouvons favoriser une communauté de soins et de compassion, où chacun se sent valorisé et entendu.

Alors que nous traversons cette période de croissance et de renouveau, puissions-nous honorer les traditions de nos ancêtres et envisager un avenir rempli d'espoir et de possibilités.

Je vous souhaite à tous un printemps rempli de bien-être, de résilience et d'abondance.

Avec amour et solidarité,

MISSION, VISION ET VALEURS

Laurette Allard

Puisque notre bulletin est maintenant distribué publiquement, nous renouvelons la description de notre mission et de notre vision au Centre Walgwan.

Notre mission

Appuyer, engager et habiliter chaque jeune Autochtone qui cherche de l'aide dans son cheminement personnel vers un bien-être soutenu, holistique et culturellement enraciné dans une vie saine.

Notre vision

De jeunes Autochtones ayant les moyens d'agir et de s'engager à prendre le contrôle leur bien-être et de leur vie afin de contribuer au mieux-être de leur famille et de leur communauté.

Quant à **nos Valeurs** : Le respect, la compassion, l'inclusion du client et de sa famille, la sécurité, l'amour et le partage et la vérité, l'honnêteté et l'intégrité.

Pourquoi **l'intégrité** est-elle si importante?

Il est important de mener une vie intègre pour plusieurs raisons. Votre conduite reflète votre caractère et construit votre réputation. L'intégrité empêche toute défaillance morale due à un compromis ou à une tricherie. Elle montre que **vous n'avez rien à cacher** qui, s'il était révélé, vous couvrirait de honte ou d'opprobre. En cas d'examen minutieux, votre vie serait déclarée innocente.

En vous engageant à vivre selon d'excellents principes, **vous donnez un exemple à suivre**. Vous disposez également d'une base pour une communication ouverte avec les autres, car ils vous font confiance. Vos relations peuvent prospérer sur la base de l'honnêteté et de la franchise.

Vous pouvez prendre des décisions beaucoup plus facilement parce que vous avez déjà décidé de faire ce qui est excellent et que vous avez donc éliminé toutes les autres possibilités. Agir avec intégrité vous donne la **tranquillité d'esprit** de savoir que vous avez fait ce qu'il fallait, quel que soit le résultat.

NOTRE CONSEIL D'ADMINISTRATION

Laurette Allard

Nous sommes vraiment privilégiés de compter sur un conseil d'administration qui garde constamment à l'esprit nos valeurs et notre mission. Ils n'ont de cesse de veiller au bon fonctionnement de notre Centre sous tous ses aspects. Nous tenons à leur exprimer toute notre reconnaissance.

Voici la liste de nos administrateurs :

Présidente:	Mélanie Napartuk
Vice-présidente :	Jamie Houle
Secrétaire-trésorière :	Laurianne Petiquay
Administrateurs :	Paul-Yves Weizineau Arthur Robertson Brian Blackburn Jade Canapé-Pilot

Joyeuses Pâques!



IDÉES POUR LE BIEN-ÊTRE ET PRENDRE SOIN DE SOI

Lucy J. Campell

L'application Thunderbird pour le bien-être

Soutenir le mieux-être en misant sur la culture, les relations, le savoir et les données probantes.

L'application du mieux-être autochtone favorise une approche fondée sur les forces et tenant compte des traumatismes afin de soutenir le mieux-être autochtone. L'application propose des moyens concrets pour soutenir les Premières Nations, que ce soit en matière de consommation d'opioïdes et de méthamphétamines, de traitement, de prévention, de lutte contre la stigmatisation associée à la consommation de substances et de soutien aux stratégies de réduction des risques, le tout présenté de manière conviviale et fondée sur la culture.

L'application du mieux-être autochtone est gratuite et sera disponible sur l'App Store et sur Google Play.

<https://thunderbirdpf.org/lapplication-thunderbird-wellness/?lang=fr>

La Culture pour la vie

SE CONNECTER À LA CULTURE ... POUR LA VIE. Un site pour les jeunes autochtones qui connaissent la valeur de la culture et de la vie, mais qui ont besoin d'un peu d'aide pour y parvenir.

<https://cultureforlife.ca/>

RECETTE DES PREMIÈRES NATIONS

Patti Fallow

Filets de saumon à l'érable

4 à 6 filets de saumon

1 cuillère à café de paprika

1 cuillère à café d'ail en poudre

1 cuillère à café d'oignon en poudre

1 cuillère à café d'aneth séché

3 à 4 cuillères à soupe de sirop d'érable

Préchauffer le four à 350 degrés.

Recouvrir une plaque à pâtisserie de papier parchemin.

Placer les filets de saumon sur la plaque préparée.

Saupoudrer chaque filet de saumon avec le paprika, l'ail en poudre, l'oignon en poudre et l'aneth.

Badigeonner le dessus des filets avec le sirop d'érable.

Faire cuire au four pendant 15 à 20 minutes ou jusqu'à ce que le saumon soit bien cuit.



PROJETS CULTURELS

Lucy J. Campbell

Nous avons eu l'occasion d'avoir plusieurs professeurs invités pour nous aider avec l'apprentissage alternatif basé sur la culture et le programme culturel. La possibilité pour les jeunes d'apprendre et de partager avec ces personnes permet de planifier des activités à l'extérieur du Centre Walgwan et d'ajouter un changement au programme hebdomadaire.

Depuis le début de l'année, de nombreux petits projets culturels ont été présentés aux jeunes. Nous avons reçu des aînés de Gesgapegiag pour la fabrication de tambours, des trappeurs invités pour enseigner le processus qui va de la présence sur la terre où se trouvent les animaux à la préparation des peaux d'animaux et toutes les leçons qui accompagnent ces expériences. Des invités sont venus aider les jeunes à fabriquer divers objets d'artisanat, les initier à de nouvelles méthodes ou les soutenir dans leurs projets. Les sorties sur le territoire ont été bénéfiques : visite d'une érablière, marche sur le territoire de Walgwan et visualisation des projets futurs, cueillette et préparation de remèdes pour les tentes de suée et les bains de cèdre. Les jeunes ont reçu des enseignements sur le maintien du feu, le transport de l'eau et de nombreuses autres leçons qu'ils apprécient et qu'ils relient aux coutumes de leurs nations. Les histoires de la création et les légendes des nations d'origine de nos jeunes Walgwan sont discutées, partagées et font l'objet d'une réflexion. En tant qu'équipe de Walgwan, nous attendons avec impatience de nombreux autres projets culturels et des projets de plus grande envergure.

- 👤 M. Bernard Dubé nous a accueillis à son camp sur la rivière Little Cascapedia pour un après-midi d'apprentissage du piégeage et de la chasse. C'était une belle journée ensoleillée, le camp était très confortable et bien chauffé. Les enseignements ont été bien accueillis par les jeunes et l'opportunité d'être sur le terrain, au bord de la rivière et de regarder la vallée et les montagnes a été énergisante. C'est exactement le remède dont on a besoin par une froide journée d'hiver.
 - 👤 Des leçons ont été données sur l'utilisation des pièges modernes par rapport à ceux utilisés dans le passé.
 - 👤 L'importance d'utiliser toutes les parties de l'animal a été discutée.
 - 👤 L'équilibre délicat entre la protection des espèces animales et les méthodes de piégeage responsables a été présenté.
 - 👤 Les méthodes de cuisson et d'utilisation des différentes parties de l'animal, au-delà de la peau et de la fourrure, ont été démontrées par l'explication de diverses recettes et de projets d'artisanat et de bijoux, et les jeunes ont été autorisés à voir et à manipuler les produits finaux.
- 👤 M. J. D. Wysote et Trapper ont été invités à passer toute la journée avec les jeunes de Walgwan et quelques membres du personnel, dans le prolongement des enseignements reçus plus tôt dans la semaine. On a présenté aux jeunes diverses peaux d'animaux et on leur a expliqué comment les préparer et en prendre soin. Les jeunes ont eu l'occasion de travailler avec les outils. Les enseignements sur les animaux ont également été partagés et l'importance et le respect des animaux ont été renforcés tout au long de la journée. Ce fut une merveilleuse façon de se connecter aux ancêtres, d'apprendre des Gardiens du savoir d'aujourd'hui et d'acquérir la capacité de transmettre les leçons.
- 👤 Mme Angélique C. est venue au Centre pour apprendre aux jeunes à faire de l'artisanat culturel. C'était agréable d'avoir une invitée qui aimait passer du temps à interagir, à enseigner et à aider les jeunes à réussir leurs projets.
- 👤 P'nal et Ramona Jerome sont venus pour deux groupes de jeunes afin d'enseigner le tambour et la manière d'en fabriquer un. Chaque jeune recevra le tambour qu'il a fabriqué en cadeau de la part de Walgwan. Cette activité a été appréciée par les jeunes et c'est toujours un plaisir de recevoir des aînés de notre communauté qui partagent leurs connaissances et soutiennent nos jeunes.
- 👤 Visite du Hill Billie Ranch avec Darlene et ses voisins. Nous avons pu entailler deux érables à l'aide d'un trépan et d'une tarière « à l'ancienne ». Nous avons vu la sève commencer à couler dans les seaux immédiatement. C'était si doux d'entendre et de voir couler l'eau des érables à sucre. Nous avons ensuite dégusté de la tige d'érable sur la neige, et les jeunes ont pu cueillir



des produits d'érable frais qu'ils ont rapportés à Walgwan. Ce fut une merveilleuse sortie qui a permis de relier l'ESPRIT et la CULTURE. L'éveil du printemps, les arbres qui se préparent à entrer dans la saison printanière, le soleil chaud et la neige qui fond sous nos pieds. L'odeur de l'eau d'érable en ébullition et le goût des produits sucrés de l'érable.



☀ Cet hiver s'est avéré difficile pour la planification des activités. Nous allons régulièrement pêcher sur la glace dans la région de Miguasha en hiver dans le cadre de la programmation. Cette activité permet au personnel et aux jeunes de mettre leur patience à l'épreuve et, lorsque la pêche est bonne, elle devient un peu compétitive pour voir qui peut attraper le plus d'éperlans. Cette année, avec la formation tardive de la glace et les eaux plus chaudes de la baie et de l'embouchure de la rivière, l'activité de pêche à l'éperlan a été « mise sur la glace » en attendant la glace et, malheureusement, le groupe et le personnel n'ont attrapé... attendez la suite... aucun éperlan. Tout le monde a cependant passé un bon moment et la possibilité de s'asseoir, de discuter, de partager et d'attendre a été appréciée.

Une deuxième sortie de pêche a eu lieu. Cette fois-ci dans les rangs de Maria où les truites sont élevées pour la pêche récréative. Cette fois, le groupe a compensé le manque d'éperlans de la première activité et les jeunes sont revenus avec une quantité de truites qui leur a permis de préparer un dîner pour tout le monde.



DATES IMPORTANTES ET ÉVÉNEMENTS À VENIR

Lucy J. Campbell

- 19 mars – Équinoxe du printemps
- 21 mars – Fin de séjour des jeunes pour le programme 10 semaines
- 25 mars – Pleine lune
- 29 mars au 1^{er} avril – Congé de Pâques (fermeture du bureau administratif)
- 2 avril – Arrivée des jeunes pour le programme de quatre semaines
- 8 avril – Éclipse solaire (voir l'article ci-dessous)
- 25 avril – Départ des jeunes du programme de prévention

Eclipse solaire

L'Agence spatiale canadienne

Ce site contient de merveilleuses ressources, des vidéos et de nombreuses informations pour aider à comprendre l'éclipse solaire, à protéger nos yeux pendant l'éclipse et bien d'autres choses encore. Consultez le lien ci-dessous :

<https://www.asc-csa.gc.ca/fra/astronomie/eclipses/eclipse-solaire-totale.asp>

Qu'est-ce qu'une éclipse solaire?

Une éclipse solaire se produit lorsque la Lune passe directement devant le Soleil dans le ciel, comme lorsque quelqu'un passe devant vous et vous empêche de voir une lampe. Une autre façon d'imaginer une éclipse solaire est que le Soleil, la Lune et la Terre sont parfaitement alignés dans l'espace et que l'ombre de la Lune est projetée sur la Terre. Cet alignement plutôt rare ne se produit qu'une fois tous les six mois environ, car la trajectoire de la Lune autour de la Terre n'est pas parfaitement alignée avec celle de la Terre autour du Soleil. Par conséquent, il y a généralement au moins deux éclipses solaires par an quelque part sur Terre, mais dans une région différente à chaque fois. C'est pourquoi elles sont très rares à un endroit précis, comme celui où vous vivez.

Une éclipse solaire se produit toujours lors de la nouvelle lune et dure quelques heures. La Lune recouvre progressivement le Soleil dans le ciel pendant les périodes d'éclipse partielle. Si l'alignement est parfait, la Lune recouvre complètement le Soleil pendant quelques instants pour produire une éclipse solaire totale. C'est tout un spectacle!



NOUVELLES DU PERSONNEL

Lucy J. Campbell

Le Centre Walgwan est en train de s'adapter au nouveau format du programme et des changements sont intervenus au niveau du personnel. Nous disposons d'une équipe qui possède une grande expérience dans différents domaines de la vie. Notre personnel a été actif au niveau communautaire jusqu'au niveau national, défendant et travaillant pour les besoins de nos jeunes d'aujourd'hui.

Planification et formation

YSAC ;

- 🍌 Pamela et John M. sont allés suivre une formation à Halifax sur le thème " La vie est sacrée " en mars.
- 🍌 Le personnel a participé à une formation virtuelle sur l'automutilation au cours du mois de mars.
- 🍌 Le personnel a également participé à une formation virtuelle sur la qualité et la collecte des résultats ainsi que sur l'éthique et la prise de décisions éthiques en février et en mars.

Institut de prévention des crises.

- 🍌 Une formation complète et un recyclage sur la désescalade verbale et l'intervention non critique seront dispensés au personnel dans les semaines et les mois à venir, afin de fournir des mises à jour sur le nouveau modèle de l'IPC. Cette formation fournit au personnel les outils nécessaires pour soutenir les jeunes afin que l'objectif de rétablir un rapport thérapeutique entre le jeune et le personnel soit atteint lorsqu'une situation difficile se présente.

Au nom de toute l'équipe, nous vous souhaitons de très joyeuses Pâques et profitez bien des jours de congé pour prendre soin de vous.!



ACCOMPLISSEMENTS DU CENTRE

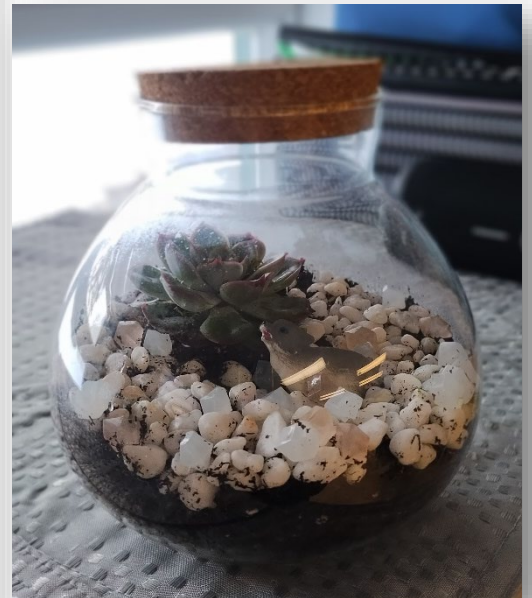
Françoise Dubord

Le Dôme

À la fin des mois d'hiver et à l'arrivée de l'équinoxe de printemps, le dôme commence à se transformer. Les jours commencent à rallonger et la température à augmenter, c'est le moment idéal pour préparer les plantations. Nous commencerons à préparer le sol, à semer des graines et à planter des semis en vue d'un potager généreux. En démarrant nos plantes maintenant, nous nous assurons qu'elles sont suffisamment mûres pour être transplantées dans notre jardin extérieur lorsque la menace des dernières gelées sera passée.

La plantation de printemps n'est pas seulement une période de croissance physique, mais aussi une période de renouvellement et de rajeunissement de l'esprit. L'acte de planter et de nourrir une nouvelle vie peut apporter un sentiment de joie et d'accomplissement, reliant notre jeunesse à notre mère la Terre et au cycle de la vie. Voyons les commentaires de Françoise à ce sujet :

Juste un petit coucou pour vous dire que nous avons commencé à planter des semences et des bulbes de fleurs vivaces. Après les derniers gels, nous pourrions en faire la transplantation pour embellir autour du Dôme au printemps et aussi les utiliser pour de futures infusions médicinales ou des bouquets floraux. Nous avons testé nos toute nouvelles petites serres Dell pendant une activité avec les jeunes et plusieurs germes de fleurs ont déjà commencé à pointer le bout du nez. Nous avons des hibiscus et géranium en fleurs d'ailleurs vous devriez passer les voir et les sentir vous découvrirez une agréable odeur de menthe car il y a de multiples plants que les jeunes ont bouturés et qu'ils ramèneront avec eux après leur séjour. D'ailleurs, je tiens à vous dire que j'ai eu la chance d'animer l'atelier sur les terrariums avec nos jeunes intéressés et laissez-moi vous dire qu'ils sont très créatifs et qu'ils étaient attentionnés et appliqués. C'était un magnifique moment de création et de discussions sur le fait qu'il y a des étapes importantes à suivre dont certaines obligées et d'autres qui sont au choix de chacun et, surtout, qu'il est important de prendre les bonnes décisions pour notre terrarium autant que pour nos choix de vie!



POUR VOUS AMUSER UN PEU

Laurette Allard

Trouvez les 5 différences dans ces images.

