

W8BANAKI PILASKW

MOT DU CHEF



Richard O'Bomsawin
Chef - Conseil des
Abénakis d'Odanak

Kwaï chers membres de la Bande,

À l'approche du printemps, nous avons dû affronter deux semaines consécutives de tempêtes de glace et de vent qui ont entraîné des coupures de courant. Je tiens à prendre un instant pour saluer et remercier l'équipe d'urgence d'Odanak ainsi que les bénévoles de la communauté. Grâce à eux, les habitants de notre communauté et ceux des villes voisines ont pu rester au chaud et se nourrir. Vos efforts ont été grandement appréciés. Les aînés et les familles ont eu la chance de pouvoir compter sur votre dévouement sans faille.

Sur le plan politique, nous continuons à suivre l'évolution de nombreux dossiers importants pour l'avancement de causes qui auront un impact sur l'avenir de notre nation, ainsi que sur la réalité actuelle. Les versements s'accompagnent d'un travail visant à garantir l'équité et la transparence, ce qui constitue une priorité pour nous.

Nous devrions voir aboutir d'importants règlements de revendications territoriales avant la fin de l'année. Bien qu'il s'agisse d'une tâche complexe, des mesures minutieuses ont été prises pour que tous les membres de notre bande et leurs familles soient pris en compte. Afin de garantir l'équité, notre objectif principal est de mettre en place des mécanismes permettant d'atteindre toutes les personnes concernées. Sachez qu'il existe des délais et des dates butoirs afin que nous puissions également faire avancer cette initiative. Restez informés en participant aux assemblées et consultez les mises à jour et les informations sur le site web du conseil.

Un autre enjeu politique qui se dessine actuellement concerne le projet de constitution du Québec. Cette initiative peut avoir de graves conséquences, notamment le risque de voir nos nations effacées par le processus. Nous abordons cette question au sein de la table des chefs régionaux et nous ne permettrons pas qu'un autre mouvement ignore notre présence et notre souveraineté. Nous vous tiendrons informés de l'évolution de ce dossier.



De plus, Odanak est honoré de conclure des accords avec la nation mohawk de Kahnawake afin d'aborder et de contrer ensemble les répercussions du développement sur nos territoires ou à proximité de ceux-ci. Assurer la protection de nos terres et de nos eaux fait partie de nos obligations communes en matière de préservation du territoire, qui est au cœur de nos valeurs et croyances traditionnelles. Le développement ne peut se faire au détriment de la protection de nos terres et de leurs habitants, qu'il s'agisse d'êtres humains ou de la faune. Veiller au plus grand respect de l'environnement là où se déroule le développement sur notre territoire et nos cours d'eau communs est notre responsabilité collective envers nos enfants et nos petits-enfants. Nous travaillons à cela avec la plus grande prudence.

Consultez régulièrement le site du Conseil pour connaître les dernières informations et les mesures que nous prenons pour faire avancer toutes les questions qui vous concernent. Si vous avez des questions ou si vous souhaitez discuter, le Conseil se fera un plaisir de vous rencontrer lors des rassemblements et des assemblées. Toutes les assemblées sont accessibles en personne ou en ligne. Les informations concernant les dates de ces rassemblements sont publiées sur le site du Conseil au fur et à mesure que les événements se précisent. Vous pouvez également venir discuter avec nous lors de notre pow-wow annuel; votre Conseil est toujours présent sur place.

En toute paix et amitié,



MOT DES CONSEILLERS



Florence Benedict
Conseillère - Conseil
des Abénakis d'Odanak

Kwaï, chers membres de la Nation,

L'hiver qui semblait s'éterniser n'est désormais plus qu'un souvenir. Le printemps s'installe enfin, faisant place aux beaux jours. Pour cette édition du Pilaskw, j'ai choisi de consacrer mon article à un dossier qui me tient particulièrement à cœur : le Corps de police des Abénakis (CPDA).

MON RÔLE AUPRÈS DU CPDA

Peu de gens le savent, mais j'agis à titre de conseillère responsable de ce département. Mon rôle consiste principalement à offrir un soutien au CPDA dans le cadre de ses représentations auprès du Conseil ainsi que des différents paliers gouvernementaux. J'accompagne notamment le service lors de rencontres avec divers partenaires et instances, et ce, dans le but de soutenir son développement et sa reconnaissance.

BREF RAPPEL HISTORIQUE

Les origines du Corps de police des Abénakis s'inscrivent dans une longue démarche d'autodétermination et de renforcement de la sécurité communautaire. Les premiers balbutiements de ce que l'on appelait alors la « police amérindienne » remontent au milieu des années 1970. Cette initiative a été mise sur pied par l'Association des Indiens du Québec, qui comptait parmi ses membres feu Max Gros-Louis, alors grand chef de la Nation huronne-wendat.

Beaucoup d'eau a coulé sous les ponts depuis cette époque. La police amérindienne a cessé ses activités en 1999, laissant place à des services policiers distincts dans chacune des communautés : trois policiers pour Odanak et deux pour W8linak.

Ce n'est toutefois qu'en 2009 que naît officiellement le Corps de police des Abénakis tel que nous le connaissons aujourd'hui, à la suite de la fusion des services policiers d'Odanak et de W8linak. Cette alliance a permis la création d'un corps de police autonome et pleinement reconnu, doté des mêmes obligations et des mêmes pouvoirs légaux que la Sûreté du Québec.

LES AVANCÉES DEPUIS 2009

Depuis sa création, le CPDA a connu des avancées majeures. Le nombre d'agents est passé de cinq en 2009 à dix-huit en 2026.

Aujourd'hui, le corps policier est composé de :

- un directeur de police;
- un directeur adjoint;
- un enquêteur;
- un enquêteur préventionniste;
- trois sergents;
- onze patrouilleurs;
- un adjoint administratif.

Par ailleurs, un important projet d'agrandissement du poste de police est prévu. Les travaux, évalués à un coût total de 4 581 966 \$, seront entièrement financés par les gouvernements fédéral et provincial et devraient être complétés d'ici le 31 mars 2027.

Ces avancées significatives n'auraient pas été possibles sans le soutien constant des deux Conseils, ni sans la ténacité, la vision et le leadership de notre directeur de police, Monsieur Éric Cloutier.

UNE RECONNAISSANCE BIEN MÉRITÉE

En mai prochain, M. Cloutier recevra la médaille pour 25 ans de services distingués lors d'une cérémonie qui se tiendra à Victoria, en Colombie-Britannique. J'aurai l'honneur d'y assister.

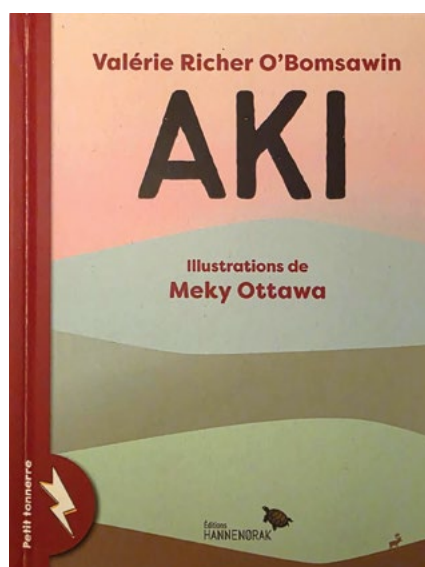
Cette reconnaissance est pleinement méritée. Monsieur Cloutier cumule 29 années de service à titre de policier, dont 27 comme chef de police du CPDA. Son engagement exemplaire et son dévouement indéfectible ont contribué de façon déterminante au développement, à la crédibilité et à la professionnalisation de notre corps policier.

LES DÉFIS À VENIR

Le plus grand défi auquel le CPDA, tout comme les autres corps policiers des Premières Nations, est actuellement confronté, demeure la reconnaissance officielle du service policier en tant que service essentiel.

Une telle reconnaissance est primordiale, puisqu'elle permettrait d'assurer une stabilité financière durable ainsi qu'une couverture policière continue pour nos communautés, au même titre que celle offerte par la Gendarmerie royale du Canada et la Sûreté du Québec.

Merci à toutes celles et tous ceux qui contribuent, jour après jour, à faire de nos communautés, des milieux sécuritaires où il fait bon vivre.



ENGAGEMENT COMMUNAUTAIRE

Sur un ton plus léger, je tiens à souligner l'implication récente de nos policiers dans le Défi de l'Ours polaire, tenu en février dernier. Cette activité a permis d'amasser 2 000 \$ localement, contribuant à un impressionnant total de 69 674 \$ recueillis par l'ensemble des corps policiers participants.

Le défi consistait à plonger dans une piscine, entièrement vêtus de leur uniforme. Monsieur Cloutier s'est d'ailleurs prêté au jeu et s'est jeté à l'eau pour la cause!



Défi de l'Ours polaire.

Les fonds recueillis servent à rendre accessibles des programmes de santé et des activités sportives hebdomadaires destinés à des athlètes présentant une déficience intellectuelle. Ces initiatives favorisent le développement de leurs capacités physiques et sportives, renforcent la confiance en soi et encouragent la création de liens d'amitié durables, contribuant ainsi à une véritable inclusion communautaire.

En terminant, je vous souhaite une magnifique saison estivale. Prenons soin les uns des autres et demeurons prudents sur les routes.

Wliwni!

VIE CULTURELLE ET COMMUNAUTAIRE

J'aimerais souligner notre récente visite au Salon du livre de Trois-Rivières, tenu à l'Hôtel Delta, en compagnie de Madame Marcelle R. O'Bomsawin, responsable de notre belle bibliothèque.

Je ne pouvais passer sous silence la présence de Valérie Richer O'bomsawin, membre de la communauté d'Odanak, venue y présenter son tout dernier livre, AKI. L'ouvrage est maintenant disponible à notre bibliothèque, ainsi que dans les librairies du Québec et sur le site libraires.ca.

Félicitations, Valérie!



MOT DES CONSEILLERS



Jacques T. Watso

Conseiller - Conseil
des Abénakis d'Odanak

Kwaï mziwi,

Le vol identitaire des Premiers Peuples est une réalité. Et notre Nation n'y échappe pas.

Comme conseiller au Conseil des Abénakis d'Odanak, je le dis sans détour : protéger notre identité est un devoir.

Notre identité ne s'invente pas. Elle se vit, elle se transmet, elle se protège.

Ce combat dépasse notre communauté. Il est aujourd'hui reconnu à l'international. Lors du symposium « Holding Our Ground », tenu à la University of Minnesota et dirigé par Kim TallBear, les 18 et 19 mars derniers, des voix de la communauté d'Odanak ont dénoncé clairement la montée de la fraude identitaire et ses impacts sur nos Nations.

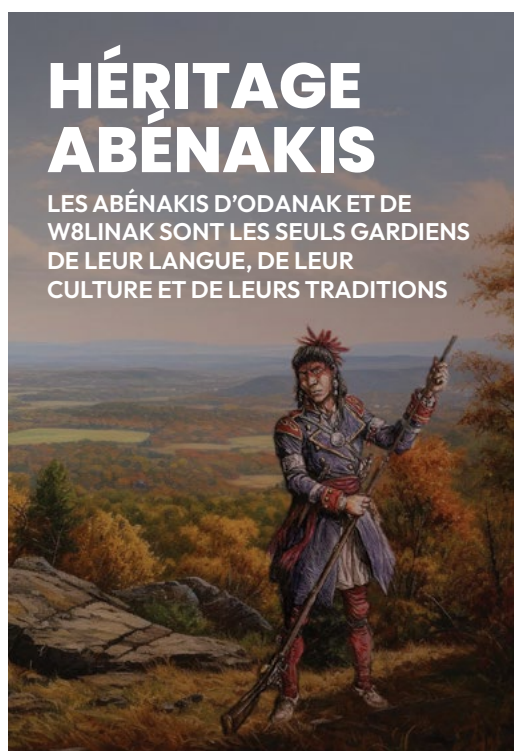
VISIONNER LA PRÉSENTATION

Holding our Ground Panel #3: Odanak Abenaki Tribal Council on Self-Indigenization in Vermont.

Lien : [youtube.com/watch?v=vKdRJ3tNnMs](https://www.youtube.com/watch?v=vKdRJ3tNnMs)

J'invite notre communauté à s'informer et à ouvrir les yeux. Le site Abenaki Heritage propose du contenu pour mieux comprendre les enjeux bien réels qui nous touchent.

abenakiheritage.org



Mais s'informer ne suffit pas. Chaque Abénakis d'Odanak a la responsabilité de se tenir debout, de nommer les choses et de défendre ce que nous sommes.

Le silence n'est plus une option.

Wliwni,



Martin Gill

Conseiller - Conseil
des Abénakis d'Odanak

Kwaï, Bonjour,

Le 19 mars dernier, le musée a tenu son souper-bénéfice annuel, au cours duquel plus de 55 000 \$ ont été amassés et plus de 100 personnes ont été accueillies. De la part de la directrice du musée et des membres du CA, nous vous disons un grand merci. Je tiens également à souligner le travail exceptionnel de la directrice et de son équipe.

De belles années se profilent encore à l'horizon. Je vous adresse, une fois de plus, toutes mes félicitations.

Cette année, le Pow Wow fêtera son 67^e anniversaire. Il se tiendra du 17 au 19 juillet 2026.

Le souper communautaire se tiendra le 17 juillet à la salle communautaire d'Odanak et sera réservé aux membres abénakis ainsi qu'à leurs conjoints.

Notre Pow Wow traditionnel aura lieu le 18 juillet sur le site du musée, de 11 h à 17 h.

Une nouvelle formule repensée, empreinte de la culture abénaquise et accompagnée d'un projet entièrement renouvelé d'espace culturel, vous sera présentée.

Le bingo aura lieu le samedi soir à 19 h, au Camping Aventure. Nous vous invitons à arriver tôt, les places étant limitées.

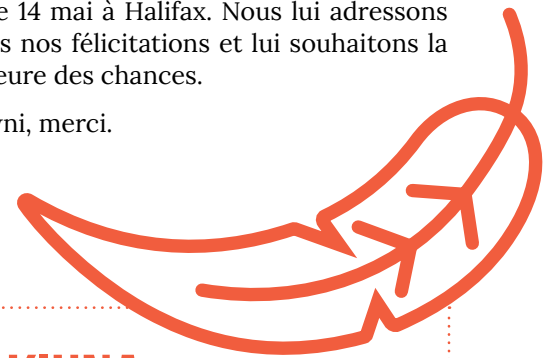
Enfin, le 19 juillet à 10 h, une messe sera célébrée à l'église d'Odanak, suivie de la grande entrée prévue vers midi.

De nombreux artisans seront présents, notamment pour la confection de paniers, le perlage, le battage du frêne, et bien plus encore.

Vous pourrez également vous régaler de sagamité, de bannique, de poisson fumé, d'indian tacos, et d'autres délices à découvrir. Nous espérons vous voir en grand nombre cette année encore.

Pour terminer, M. Andre O'bonsawin, membre de la communauté d'Odanak, est en nomination pour le prix Indspire 2026 dans la catégorie Éducation, dont la cérémonie aura lieu le 14 mai à Halifax. Nous lui adressons toutes nos félicitations et lui souhaitons la meilleure des chances.

Wli wni, merci.



DERNIÈRES NOUVELLES DE KIUNA

Tout au long du Mois des langues autochtones, la communauté étudiante de Kiuna a eu l'occasion de participer à une riche programmation d'activités culturelles et traditionnelles telles que la pratique du tannage, la cuisine, la confection de jupes à rubans et plusieurs autres! Pendant quatre semaines, les langues Aln8ba8dwaw8gan (abénakis), Innu Aimun (innue), Nehirowimowin (atikamekw) et Anishinaabemowin (aniciñape) ont été mises à l'honneur.

Des invités de renom, des enseignants et des membres du personnel se sont réunis en grand nombre avec les étudiants pour célébrer ensemble la richesse linguistique et culturelle. Une véritable fierté pour Kiuna!

Le 18 mars dernier, Kiuna vibrait au rythme de la réussite lors de la remise des bourses Kinosalwaw8gan. Ce sont plus de 37 900 \$ en bourses qui ont été remises aux étudiants.

Par ailleurs, les inscriptions pour l'automne 2026 sont en cours jusqu'à la fin du mois de mai.

Il est encore possible de s'inscrire à l'un des programmes via le site du SRAM : sram.qc.ca

Pour plus d'informations : kiuna-college.com ou écrire à : info@kiuna.ca

Kiuna, là où l'éducation rencontre la fierté de nos traditions!



MOT DU DIRECTEUR GÉNÉRAL



Daniel G. Nolett
 Directeur général -
 Conseil des Abénakis
 d'Odanak

Kwaï mziwi!

En ce qui concerne le dossier du refuge pour les femmes et les enfants autochtones fuyant la violence, nous avons débuté le processus d'embauche du personnel nécessaire pour les opérations du refuge, en débutant par une directrice adjointe. La directrice est en processus d'achat pour l'ameublement des bureaux et pour les chambres, de même que les électroménagers. En parallèle, elle a commencé à monter les politiques et les procédures administratives qui vont guider les actions et les interventions quotidiennes des membres du personnel. L'ouverture du refuge à la clientèle est prévue pour l'automne 2026.

Au moment d'écrire ces lignes, nous sommes en processus d'appels d'offres via le Système électronique d'appel d'offres du Québec (SEAO) pour la construction du nouveau CPE et du nouveau local PAPPN. La construction devrait débuter à la fin du mois d'avril ou au début du mois de mai.

Les travaux pour la réfection de la rue Awassos débuteront dès que la période de dégel sera terminée, soit vers la mi-mai. Les travaux s'échelonneront sur une période de 16 semaines et devraient se terminer vers le mois de septembre. Nous vous rappelons que les conduites d'aqueduc et d'égouts sanitaires seront remplacées. De plus, une conduite d'égout pluvial sera ajoutée afin de faciliter l'évacuation des accumulations d'eau sur la rue.

La construction d'un nouveau bâtiment de quatre logements 5 ½ sur la rue Mgezo devrait débuter vers la fin de l'été 2026. Aussi, à la suite de l'incendie qui a détruit le bloc de six logements au 2 Mgezo le 25 février dernier, ce dernier sera également reconstruit vers la fin de l'été ou au début de l'automne 2026.

Les travaux de construction de la nouvelle salle 11-17 ans située au 1100, route Marie-Victorin vont bon train. La construction du bâtiment est presque terminée. Au printemps, les travaux de terrassement ainsi que ceux liés à l'aménagement du stationnement débuteront.

En ce qui concerne le dossier du règlement des revendications particulières, le Conseil a récemment décidé que la date limite d'admissibilité des membres pour recevoir l'indemnité était fixée au 13 mars 2026. Ainsi, les personnes ayant le droit d'être reconnues comme membres, qu'elles soient statuées ou non statuées (en vertu du Code de citoyenneté pour ces dernières), devaient être inscrites sur la liste des membres au plus tard à cette date. À ce jour, 500 nouveaux membres se sont ajoutés à la liste depuis le 1^{er} décembre 2025.

Nous vous rappelons que le Conseil avait décidé de verser 40 % du montant total de la compensation, soit 190 millions en capital plus les intérêts générés par ce capital, dans

le compte sécurisé de la BMO, à Pessamit. Le montant final de 40 % (capital plus intérêts) sera déterminé lorsque la date de la distribution sera connue. Veuillez noter que tous les efforts sont déployés afin que la date de distribution soit fixée le plus rapidement possible.

Il reste encore passablement de travail à faire avant d'y arriver. Nous devons d'abord nous assurer que notre liste de membres est le plus à jour possible. Il faut donc, entre autres, retirer les personnes décédées. Pour cela, nous devons obtenir les certificats de décès ou toute autre preuve suffisante pour nous permettre de retirer les noms de la liste. De plus, il nous faudra obtenir les renseignements bancaires (folios et numéros de transit) des membres. Ces derniers renseignements seront envoyés directement des membres à la firme externe qui sera mandatée pour faire les dépôts directs.

La firme MNP rédige actuellement la politique d'investissements, qui servira notamment de guide aux fiduciaires qui seront éventuellement nommés pour siéger sur le conseil d'administration de la Fiducie de gestion et qui seront responsables des investissements des fonds de la compensation afin de faire fructifier le capital. À suivre...

Pour ce qui est des modifications du Code de citoyenneté, nous vous enverrons prochainement un avis de convocation pour la tenue d'une assemblée générale des membres. Lors de cette assemblée, une question de référendum vous sera aussi soumise au sujet du transfert du capital (2 000 000 \$) de la compensation de la revendication de Crespieul. Nous souhaitons qu'il soit transféré dans la Fiducie de gestion, qui est en processus de création pour les dossiers des 38 lots et de la Mission de Saint-François.

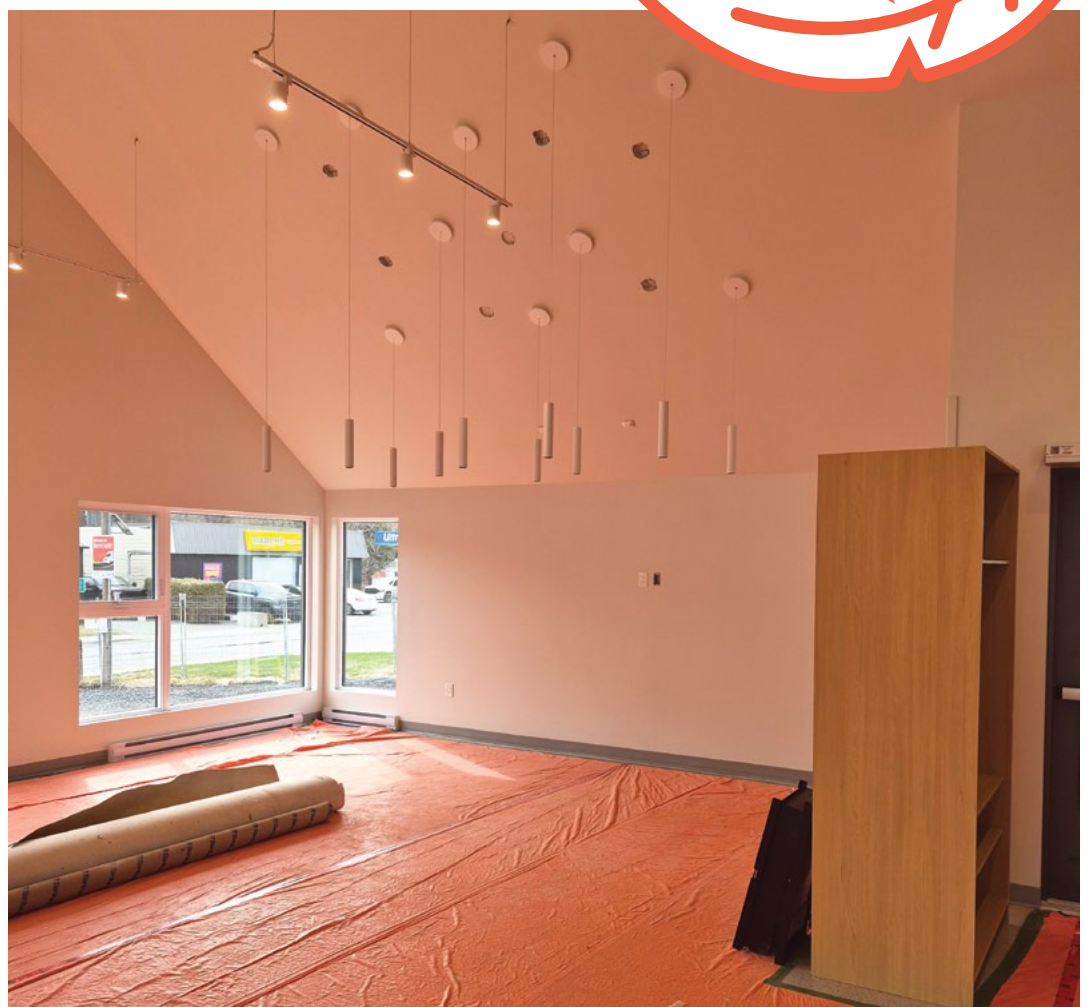
Mziwik, n'sidaldam wli sigwan! À tous, je souhaite un beau printemps!

PETITE CHRONIQUE SUR LA LANGUE ABÉNAKISE

LES ADJECTIFS NUMÉRAUX MULTIPLICATEURS¹

	ADJECTIFS
Une fois	Pazgweda
Deux fois	Nisda
Trois fois	Nasda
Quatre fois	Iawda
Cinq fois	N8nneda
Six fois	Ngwed8s kasta
Sept fois	T8baw8s kasta
Huit fois	Ns8zek kasta
Neuf fois	Noliwi kasta
Dix fois	Mdala kasta
Cinquante fois	N8nninska kasta
Cent fois	Ngwedatgwa kasta
et ainsi de suite	...

¹ Tiré de l'ouvrage INITIATION À LA GRAMMAIRE ABÉNAKISE, Monique Nolett-Ille, Odanak 2006.



Salle 11-17 ans en construction.



LES ANNÉES DE SERVICE DU PERSONNEL SOULIGNÉES EN BEAUTÉ!

Suzie O'Bomsawin

Directrice générale adjointe et responsable des ressources humaines - Conseil des Abénakis d'Odanak

Le 20 février 2023, les élus du Conseil des Abénakis d'Odanak (CAO) procédaient à l'adoption de leur premier Programme de reconnaissance du personnel. Ce programme vise le personnel du CAO, du Centre de santé d'Odanak (CSO), du Bureau Environnement et Terre d'Odanak (BETO) et du Corps de police des Abénakis (CPDA).

Au courant de l'année 2025-2026, plusieurs activités officielles de reconnaissance du personnel ont été mises en place pour se conclure avec un 5 à 7 soulignant les années de service, qui a eu lieu le 19 février 2026.



Remise du certificat de Daniel G. Nolett (gauche à droite : Chef Rick O'Bomsawin, Daniel G. Nolett et Suzie O'Bomsawin).

Pour cette 3^e édition, nous avons souligné les années de service de 11 membres du personnel :

BETO		
NOMS	FONCTIONS OCCUPÉES	CERTIFICAT REMIS
Evelyne Benedict	Agente de projets	5 ans
Stéphanie Harnois	Coordonnatrice de projets et du soutien administratif	5 ans

CAO		
NOMS	FONCTIONS OCCUPÉES	CERTIFICAT REMIS
Nathalie Cardin	Agente à l'éducation au primaire, au secondaire et au postsecondaire (université) et administratrice du registre des Indiens	20 ans
Daniel G. Nolett	Directeur général	20 ans
Isabelle Gill	Assistante aux agentes et administratrice du registre des Indiens	5 ans
Élisabeth Guilbeault	Comptable	10 ans
Marcelle R. O'Bomsawin	Responsable de la bibliothèque	15 ans
Michaël-Angelo Wawanolett	Préposé aux travaux publics	5 ans

CSO		
NOMS	FONCTIONS OCCUPÉES	CERTIFICAT REMIS
Daphnée Couture	Coordonnatrice des soins infirmiers	25 ans
André Gill	Agent de relations humaines - dépendances	40 ans
Marcelle Hannis	Infirmière clinicienne	10 ans

Kchi wliwni aux membres du club social pour votre contribution au succès de cet événement!

Wliwni à tout le personnel qui choisit d'œuvrer au sein de notre organisation au bénéfice des membres de la communauté!



UN NOUVEAU PARC POUR CHIENS / ALMOSAK M8WIWI

Helen Watso, fière membre
de la communauté!

Un nouvel espace de rassemblement voit le jour à Odanak, un lieu fondé sur le soin, le respect et notre lien commun avec tous les êtres vivants. Le Parc pour chiens d'Odanak est ouvert depuis l'automne 2025, offrant un espace sécuritaire où les chiens peuvent courir librement et où les membres de la communauté, d'Odanak et des environs peuvent se retrouver, profiter du plein air et passer du temps ensemble.

COMMENT TOUT A COMMENCÉ

Ce projet est né d'un besoin simple. Plusieurs d'entre nous promènent leurs chiens en rêvant d'un endroit où ils pourraient se déplacer librement, jouer et socialiser avec d'autres animaux. De ces moments du quotidien est née l'idée de créer un parc.

L'OBNL Parc pour chiens d'Odanak (Almosak M8wiwi) a été créé par Helen Watso, Nancy Bussièrès et Eugénie Descheneaux-Nolett, qui ont chacune contribué par leur amour des chiens ainsi que leur expérience. Helen partage sa vie avec un Bernedoodle de 90 livres, Nancy est propriétaire d'un magasin pour animaux à Pierreville et a deux chiens, tandis qu'Eugénie veille sur un petit chien vif, un croisé Jack Russell-Pomeranian. Cette diversité a inspiré la conception du parc, qui comprend un espace spécialement aménagé pour les petits chiens, leur offrant un lieu sécuritaire pour jouer et explorer.



NOS RÈGLES DE CONDUITE

Pour que cet espace reste sûr et accueillant pour tous, nous demandons à chacun de respecter quelques responsabilités partagées :

- Prendre soin du terrain en ramassant les déchets de son chien.
- Garder les chiens sous contrôle et s'assurer qu'ils sont à l'aise avec les autres.
- Vérifier que les chiens sont vaccinés et en bonne santé.
- Utiliser une laisse à l'entrée et à la sortie de l'espace.
- Faire preuve de respect, de patience et de gentillesse envers les autres.

Ce ne sont pas seulement des règles, mais des façons de prendre soin les uns des autres et de l'espace que nous partageons.

L'AVENIR

Ce n'est que le début. Nous espérons ajouter des bancs, des structures de jeu, des arbres pour l'ombre et un éclairage solaire pour les soirées. Nous vous tiendrons informés de la date de notre inauguration, prévue au début de l'été, afin que tous puissent célébrer l'ouverture du parc. Notre objectif est de faire évoluer ce parc avec la communauté, en écoutant et en apprenant au fil du temps.

Nous remercions chaleureusement le Conseil des Abénakis d'Odanak pour avoir cru en notre projet et contribué à le concrétiser en fournissant le terrain et la clôture. Nous remercions également nos commanditaires locaux, Moulé GCB, Entreprise BCI et Café Masko, ainsi que tous les généreux donateurs individuels. Les contributions sont toujours les bienvenues : chaque geste, même petit, aide à faire avancer ce projet.

Nous avons hâte de voir les familles, les amis et leurs chiens, petits et grands, se rassembler sur le terrain, créer des souvenirs, partager des rires et renforcer les liens au sein de notre communauté.

COMITÉ CHASSE ET PÊCHE ET RÔLE DES GARDIENS DU TERRITOIRE

Edgar Blanchet

Coordonnateur de recherche -
Bureau du Ndakina

COMITÉ CHASSE ET PÊCHE ABÉNAKIS

Kwaï mziwi,

Nous aimerions vous inviter à vous joindre au Comité chasse et pêche abénakis, car votre voix est importante.

Le comité est un espace essentiel pour discuter des enjeux qui touchent nos pratiques traditionnelles. Il s'agit d'un comité de recommandation, à l'intention des Conseils, où l'on délibère sur les décisions importantes concernant la pêche, la chasse et la trappe,

nos codes de pratique, et où sont consignées les préoccupations des membres.

Tous les membres de la Nation sont invités à s'y joindre. Il n'est pas nécessaire d'être chasseur communautaire pour y assister. Au contraire, si vous souhaitez le devenir ou simplement en apprendre davantage, c'est l'endroit idéal.

Votre présence est précieuse, car elle nous permet de mieux comprendre les besoins, les réalités et les priorités de notre Nation. Elle nous permet de faire avancer nos dossiers de façon représentative et collective!

LES GARDIENS DU TERRITOIRE : QUEL EST NOTRE RÔLE ?

Le but premier des gardiens du territoire est de ramener les membres à exercer notre mode de vie traditionnel et de trouver des accès sûrs pour que nous puissions pratiquer en toute quiétude. Notre rôle se divise en trois volets principaux :

1. Générer des accès au territoire

Les gardiens travaillent sans relâche pour négocier des accès au territoire, permettant aux membres de pratiquer la chasse, la pêche, la trappe, la cueillette, le ressourcement et les cérémonies. Plusieurs lots ont déjà été réservés à l'usage exclusif de la Nation et les membres peuvent réserver leurs dates de séjour directement en ligne, au : reservationndakina.com.

2. La transmission des savoirs

Les gardiens offrent des ateliers de transmission de savoirs ancestraux afin que nos pratiques traditionnelles se perpétuent. Différentes activités d'initiation sont organisées pour les membres, comme la chasse aux oiseaux migrateurs, la pêche blanche et la cueillette. Ces initiatives permettent de renforcer le lien entre les générations, le territoire et la culture.

Pour obtenir des informations sur nos ateliers d'initiation et de transmission de savoir, veuillez vous référer à la page Facebook du Bureau du Ndakina, où toutes nos activités sont affichées.



3. La surveillance et la protection du territoire

Les gardiens patrouillent les sites importants pour la Nation, surveillent les territoires sur lesquels nous avons des ententes d'accès, protègent les sites archéologiques et les lieux de sépulture et préviennent les intrusions ou la récolte abusive. Par exemple, ils veillent à ce que certaines ressources, comme les têtes de violon autour de l'île Ronde, restent disponibles pour la Nation.

Si vous remarquez une anomalie ou si vous souhaitez nous faire part d'une observation, veuillez nous contacter.



Présentation de Shany.

EN TERMINANT

Le Comité chasse et pêche abénakis ainsi que les gardiens du territoire jouent un rôle essentiel dans la protection, la transmission et l'accessibilité de nos pratiques traditionnelles.

Cependant, tout cela ne peut se faire sans la participation et l'implication des membres de la Nation. Votre présence, vos idées et vos préoccupations sont importantes. Nous vous invitons donc à vous impliquer, à nous poser vos questions et à venir participer aux discussions. Le numéro pour joindre les gardiens : **1 819 294-1686**

ATELIERS D'INITIATION ET DE TRANSMISSION DE SAVOIRS 2026

Ces activités visent à transmettre nos savoirs et faire découvrir le territoire aux membres de la Nation, afin qu'ils puissent ensuite pratiquer de façon autonome et en toute sécurité. Le retour à nos pratiques ancestrales est au cœur du travail des gardiens.

Ces activités s'adressent à tous les membres de la Nation W8banaki (résidant sur et hors de la communauté)!

INFORMATIONS IMPORTANTES

- Activités réservées aux membres de la Nation W8banaki (résidant sur et hors de la communauté)
- Places limitées, selon l'activité
- Certaines activités demandent une bonne condition physique (marche en forêt, portage de canot, etc.)

Joignez-vous à nous pour une immersion unique sur le territoire!

ACTIVITÉS			
Avril	Tout le mois : Cueillette de têtes de violon près d'Odanak	Août	Dates à confirmer : Fouilles archéologiques communautaires
	11-12 avril : Chasse à l'outarde et au canard sur les îles du lac Saint-Pierre		29, 30 et 31 août : Pow Wow de Wôlinak
	25 avril : Visite des territoires disponibles aux membres (secteur Weedon) (si mauvais temps : reporté au 2 mai)		À confirmer : Atelier de battage du frêne noir
Mai	Tout le mois : Cueillette d'ail des bois (lieu à déterminer)	Septembre	4, 5 et 6 septembre : Ressourcement Wigodi au Parc régional du Mont-Ham
	16 mai : Visite des territoires disponibles aux membres (secteur Laforêt) (si mauvais temps : reporté au 23 mai)		11,12 et 13 septembre : Formation sur le trappage et la chasse aux petits gibiers
Juin	20-21 juin : Ressourcement communautaire sur l'île Ronde	Octobre	À confirmer : Atelier de battage du frêne noir
	29, 30 juin et 1^{er} juillet : Pêche aux filets et échange culturel avec les Atikamekw au Parc national de la Mauricie		À confirmer : Atelier de battage du frêne noir
	À confirmer : Atelier de battage du frêne noir		
Juillet	18-19 juillet : Pow Wow d'Odanak	LÉGENDE	Les couleurs sont associées aux personnes responsables de l'activité. Pour vous inscrire ou pour toute question, veuillez communiquer avec elles.
	25 juillet au 30 août : Cueillette de framboises, mûres, bleuets et thé du Labrador		Louis-Vincent Lapperrière-Désorcy : lvldesorcy@gcnwa.com
	À confirmer : Atelier de battage du frêne noir		Dominic M'Sadoques : domsadoques@gcnwa.com
	À confirmer : Programmation d'activités archéoculturelles avec les ados		Jean-Guy Junior Landry : jglandry@gcnwa.com
	À confirmer : Sortie en canot/rabaska		Isaak Lachapelle-Gill : ilgill@gcnwa.com
			Événement communautaire



ÎLOT DE FRAÎCHEUR À ODANAK

Marie-Philippe Bisailon

Chargée de projet au Bureau Environnement et Terre d'Odanak - Conseil des Abénakis d'Odanak

Cet automne, une surface asphaltée du Conseil des Abénakis d'Odanak (CAO) se transforme en îlot de fraîcheur. Un projet prend place sur un couloir asphalté excédentaire qui relie deux aires de stationnement du CAO. Une partie de l'asphalte sera retirée afin de créer un espace végétalisé et une aire de repos conviviale.

Un îlot de fraîcheur est conçu dans l'optique d'atténuer un îlot de chaleur où la température est plus élevée. La chaleur s'accumule en raison d'activités humaines, telles que les sols minéralisés (ex. asphalte) ou encore la perte de couvert végétal.

Ce projet intègre également la gestion des eaux pluviales! Différents espaces seront conçus de façon à capter les précipitations et à diriger l'eau pour favoriser son infiltration au sol grâce à l'action des racines des végétaux. Non seulement cela réduit la pression sur le réseau d'égout, mais cela contribue aussi à la recharge de la nappe phréatique!

Pensé pour petits et grands de la communauté, ce projet a été élaboré en collaboration avec ses membres. Ce site se veut un lieu chaleureux où chacun est invité à ralentir et à aller à la rencontre des autres. Il répond aussi aux défis des changements climatiques, en s'adaptant à l'augmentation des températures, aux vagues de chaleur et aux épisodes de pluies intenses.

ACTIVITÉ COMMUNAUTAIRE À VENIR!

Une activité de plantation communautaire aura lieu à l'automne 2026 sur ce site, restez à l'affût! La plantation est réalisée en collaboration avec l'organisme Rêve nourricier et est possible grâce au support de Green Communities Canada et Trees for Life.



greencommunitiescanada.org/two-national-charities-celebrate-earth-day-by-teaming-up-to-support-10-urban-tree-planting-projects/



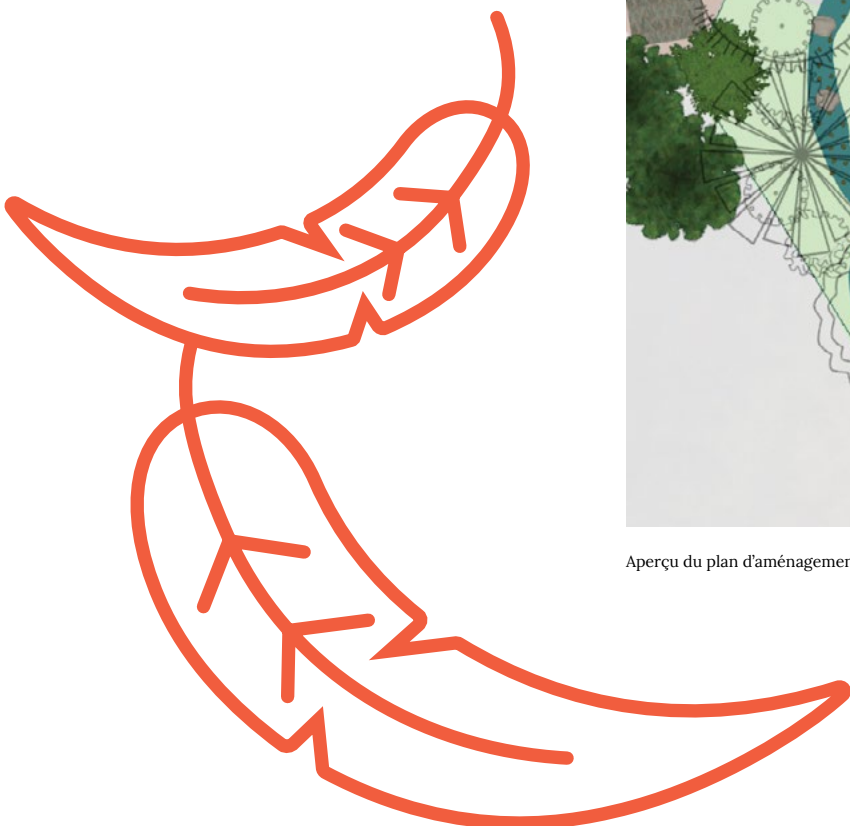
Visite terrain pour la conception avec des membres.



Information recueillie lors de la consultation citoyenne du projet.



Aperçu du plan d'aménagement.



TOURISME ODANAK : UNE ANNÉE DE RAYONNEMENT ET DE GRANDES NOUVEAUTÉS !



Stéphanie-Nika Trottier

Conseillère en
développement touristique
- Conseil des Abénakis
d'Odanak

L'année 2025-2026 se conclut sur une note exceptionnelle pour le développement touristique d'Odanak. Grâce à une mobilisation constante, nous franchissons de nouvelles étapes pour mettre en valeur la richesse de notre culture et de notre territoire.

UN PREMIER ANNIVERSAIRE ET DE NOUVEAUX OUTILS

Le 24 avril 2026, nous avons célébré le premier anniversaire du lancement de Tourisme Odanak. Pour souligner cet événement, nous sommes fiers de dévoiler notre tout nouveau dépliant touristique et culturel, ainsi que la carte touristique officielle de la communauté. Ces outils essentiels permettront d'orienter les visiteurs et de mettre en lumière nos attraits uniques.

UN INVESTISSEMENT MAJEUR POUR NOTRE PATRIMOINE

Nous terminons l'année avec une excellente nouvelle : l'obtention d'une subvention de 346 500 \$ de la part de Développement économique Canada. Ce financement d'envergure sera dédié à un projet porteur : mettre en valeur l'occupation de la Nation le long du circuit touristique de la Saint-François. Il s'agit d'une opportunité unique de réaffirmer notre présence historique et culturelle sur ce parcours fréquenté.

FAITES LA CONNAISSANCE DE KOKOKHAS !



Notre site Web continue de se bonifier pour offrir une expérience toujours plus riche. Nous sommes très heureux de vous présenter Kokokhas, notre petit hibou conversationnel. Véritable guide virtuel, Kokokhas est là pour aider les visiteurs à dénicher les meilleures activités à faire à Odanak. Nous vous invitons chaleureusement à aller l'essayer sur notre site, vous tomberez assurément sous son charme !

ENTREPRISES TOURISTIQUES D'ODANAK : PROPULSEZ VOTRE OFFRE!

Vous souhaitez attirer davantage de visiteurs cet été? Voici les étapes incontournables pour optimiser votre visibilité dès maintenant :

- 1. Bonjour Québec** : Inscrivez-vous gratuitement sur le site officiel du tourisme au Québec.
- 2. Original Original** : Obtenez cette certification pour contribuer à la revitalisation des cultures autochtones (theoriginaloriginal.ca).
- 3. Tourisme Autochtone Québec** : Devenez membre pour intégrer un réseau dynamique (tourismeautochtone.com).
- 4. Site Web de Tourisme Odanak** : Assurez-vous d'être présent sur notre plateforme en contactant Stéphanie-Nika Trottier.
- 5. Tourisme Nicolet-Yamaska** : Adhérez gratuitement pour rejoindre le réseau régional (s.mclaughlin@mrcny.qc.ca).
- 6. Répertoire ID1N** : Arborez fièrement l'Ours en inscrivant votre entreprise sur id1n.org.

PROJETS TOURISTIQUES ET CULTURELS : NOUS SOMMES LÀ POUR VOUS !

Vous avez une idée de projet ou vous souhaitez développer une initiative culturelle? N'hésitez pas à solliciter les subventions disponibles! Il existe plusieurs programmes pour soutenir vos ambitions. Nous vous encourageons à nous contacter pour vous accompagner dans vos démarches et maximiser vos chances de financement.

Contact : Stéphanie-Nika Trottier, conseillère en développement touristique sntrrottier@caodanak.com. Wliwni!

MOT DE LA DIRECTRICE DU CENTRE DE SANTÉ



Julie Durand

Directrice - Centre
de santé d'Odanak

Kwaï mziwi!

L'équipe du CSO est ravie de vous accompagner dans cette nouvelle saison qui s'amorce! Nous vous souhaitons un printemps doux qui saura vous apporter des occasions de vous ressourcer ainsi que d'apprécier les heures qui s'allongent et qui nous promettent l'été.

Le Centre de santé continue ses activités régulières. Toutefois, nous préparons aussi des activités de sensibilisation contre la fraude. Caroll-Ann, du secteur psychosocial, travaille avec le CPDA afin de mettre en place une séance d'information concernant cette triste réalité. Des invitations suivront d'ici quelques semaines.

Concernant les revendications particulières, nous travaillons avec l'organisme le CIBS (Centre d'Intervention Budgétaire et Sociale de la Mauricie BNY). Le Conseil des Abénakis d'Odanak a accepté de mettre en place des ateliers informatifs pour l'ensemble de la population. Les rencontres devraient se déployer vers le mois de mai 2026. Nous lancerons les trois jours de présence de l'organisme, avec une activité communautaire en soirée. Nous pourrions partager quelques petits plats et les intervenants pourront se présenter. Les deux jours suivants, nous aurons des conférences concernant la gestion budgétaire générale ainsi qu'une séance informative des pistes à privilégier lorsque l'on reçoit un montant fortuit. Il ne s'agit pas de rencontres moralisatrices, mais plutôt de transmettre de l'information afin d'éviter certains pièges.

De plus, sur inscription, les gens pourront avoir accès à des consultations budgétaires gratuites. Ainsi, accompagné.e.s des professionnel.le.s que nous recevrons, vous pourrez établir un budget réaliste et mettre en place un plan financier (remboursement des dettes, épargne, etc.). Nous offrirons aussi un atelier virtuel en anglais. Nous vous invitons à participer en grand nombre!

Lors des situations d'urgence, plusieurs secteurs du CAO se déploient afin de vous offrir de l'aide et du soutien. Il en est de même pour le Centre de santé, qui déploie plusieurs équipes sur le terrain afin d'assurer un filet de sécurité aux résident.e.s les plus vulnérables. On peut notamment penser aux personnes âgées qui vivent avec des difficultés de mobilité, aux jeunes familles avec des nourrissons ou encore aux personnes vivant seules. Lors de ces visites, nous souhaitons nous assurer du confort des personnes et offrir du soutien au besoin. Afin d'être bien identifié.e.s, les intervenant.e.s portent des bretelles de visibilité lors des visites.

C'est avec grand plaisir que nous vous confirmons l'arrivée du secteur Aide à la Vie Autonome au sein du CSO. Géré par W8banaki pendant plusieurs années, nous avons entrepris son rapatriement en 2024-2025. Ainsi, Nadia Gill demeure la coordonnatrice du secteur. L'ensemble des employées continuera d'assurer les services à domicile. Pour les bénéficiaires, soyez rassurés : cela n'entraîne aucun changement dans les prestations reçues. Bienvenue à toute l'équipe dans votre nouvelle organisation!

De concert avec N8wkika (SEFPN), le CSO a embauché une travailleuse de rue pour Odanak. Son rôle est d'aller à la rencontre des personnes vulnérables, notamment celles vivant une situation d'itinérance. Isabelle travaille selon des horaires atypiques afin d'assurer une présence continue dans la communauté. Elle pourrait également être appelée à rencontrer les aîné.e.s afin de briser l'isolement. Arrivée à la mi-mars, elle s'approprie actuellement son rôle. Dans une optique de réduction des méfaits, elle pourra offrir son aide et son soutien. Afin de répondre aux besoins de l'ensemble de la population, elle intervient auprès des personnes de 0 à 100 ans. Bienvenue Isabelle!

Le CSO réitère son engagement envers les membres d'Odanak en offrant des soins et des services sécuritaires et de qualité.

Au plaisir de vous revoir,



MOT DE LA DIRECTRICE ADJOINTE DU CENTRE DE SANTÉ



**Justine
M'Sadoques-Plourde**
Directrice adjointe -
Centre de santé d'Odanak

Kwaï mziwi,

Je souhaite partager avec la communauté ma récente nomination à titre de directrice adjointe du Centre de santé d'Odanak. Dans ce nouveau rôle, j'appuierai la directrice, Julie Durand, ainsi que l'équipe en place afin d'assurer le bon fonctionnement des services.

L'année 2025 a été marquée par de nombreux changements au sein de notre équipe, notamment des transitions, des départs et de nouvelles embauches. Depuis son ouverture, nous avons doublé notre effectif, ce qui se traduit également par une augmentation des services offerts à nos membres. De plus, nous nous impliquons davantage dans la vie communautaire, ainsi qu'auprès de nos partenaires des municipalités environnantes. Cela nous permet d'élargir nos horizons et de saisir des occasions bénéfiques pour nos usagers.

Nous avons organisé la rentrée scolaire à l'école Maurault. La présence du groupe Aw8sissak Akik a permis à plus de 150 élèves de participer à la danse de la couleuvre, tandis que les contes et légendes de Nicole O'Bomsawin les ont émerveillés. Le café Masko leur a également offert une expérience culinaire unique. Des activités de maquillage réalisées par la Maison des jeunes du Bas-Saint-François ainsi que plusieurs jeux gonflables étaient aussi à leur



Nicole O'Bomsawin et les élèves de l'école Maurault.

disposition. Notre équipe des Loisirs Papow8gan s'est assurée d'offrir à tous les enfants une collation digne des cinémas.

Pour la 2^e édition de la journée communautaire, nous avons accueilli plus de 100 personnes. Malgré le froid, elles ont répondu présentes pour venir profiter du poisson fumé ainsi que de délicieuses crêpes au chocolat. Pour l'occasion, 15 kiosques provenant de différentes organisations étaient sur place, notamment le Corps policier d'Odanak, les services ambulanciers, le service incendie, N8wkika (SEFPN), FENHCY (une étude nationale sur la santé des enfants et des jeunes des Premières Nations), ainsi que le Centre de santé d'Odanak par les loisirs.



Étaient également présents les Services de santé non assurés pour les Premières Nations et les Inuit, le service d'ergothérapie et le Principe de Jordan, Équiterre, Tourisme Odanak, Vélo Québec, le Café Masko, Lyric's lemonade stand, Femmes autochtones du Québec, le Centre de services en emploi et formation du Conseil des Abénakis d'Odanak ainsi que Le lien de la famille. Cette journée a permis de rassembler la communauté autour de moments de partage, d'information et de convivialité.

Je tiens à vous remercier pour la confiance qui m'est accordée. J'entreprends cette nouvelle étape avec engagement et le désir de contribuer au bien-être de la communauté.

Plusieurs beaux projets verront le jour au courant de l'année 2026 et je suis enthousiaste de pouvoir y prendre part aux côtés d'une équipe dévouée. Kchi wliwni!



ADAPTATION DU VÉHICULE TRM

Nouveau service de transport adapté pour les personnes vulnérables!

Nous sommes heureux de vous présenter cette nouvelle initiative adaptée à vos besoins. Un siège de transfert est maintenant disponible dans notre véhicule TRM, offrant un transport sécuritaire et adapté pour toutes les personnes qui en ont besoin.

- Siège de transport installé pour un embarquement sûr et agréable.
- Soutien fourni par l'équipe du maintien à domicile et notre ergothérapeute.
- Personnel qualifié pour garantir un service adapté et sécurisé.

IMPORTANT

Les usagers ayant besoin de ce service devront être accompagnés d'un membre significatif lors des déplacements. Merci à la communauté pour son soutien et sa confiance! Pour toute information, contactez le Centre de santé d'Odanak au **450 568-6766**.



COMMENT LA SOIE DENTAIRE AFFECTE-T-ELLE LE CERVEAU ET LE CŒUR ?



Élisabeth Morel

Hygiéniste dentaire - Centre de santé d'Odanak

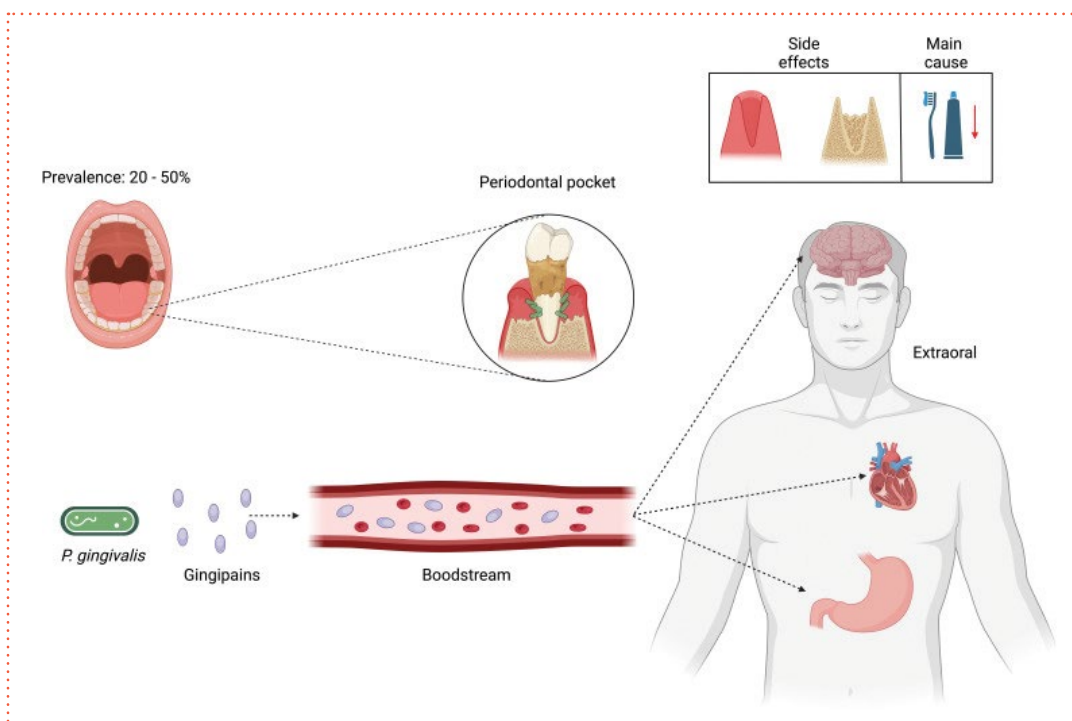
De nombreuses personnes estiment qu'il n'est pas nécessaire de passer la soie dentaire. Toutefois, de plus en plus de recherches indiquent que son rôle dépasse largement la prévention des caries.

L'usage régulier de la soie dentaire et une bonne hygiène buccale pourraient contribuer à diminuer le risque de maladie d'Alzheimer, de maladies cardiaques et d'AVC.

La bouche est une porte d'entrée vers la circulation sanguine. Ce n'est pas banal d'avoir les gencives qui saignent!

La parodontite se caractérise principalement par l'inflammation et le saignement des gencives, à ne pas confondre avec la gingivite, qui a également des répercussions sur les gencives. La mauvaise haleine et les dents mobiles sont d'autres signes de la maladie parodontale.

Voici le schéma des bactéries buccales qui voyagent dans notre organisme :



Source de l'image : pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40308631/

Plusieurs grandes études ont démontré un lien entre la maladie des gencives et :

- La maladie coronarienne
- L'infarctus
- L'AVC

Les personnes ayant une mauvaise santé buccale présentent un risque plus élevé de contracter les maladies citées ci-dessus.

En conclusion, les recherches progressent et le message se clarifie. Avoir des gencives en santé pourrait favoriser un cerveau et un cœur en santé.

Alors, la soie dentaire est-elle vraiment nécessaire ?

Sources :

coeuretavc.ca/articles/une-hygiene-bucco-dentaire-peut-elle-protger-votre-sante-cardiaque#:~:text=Quelles%20%20C3%A9percussions%20les%20troubles%20dentaires,un%20traitement%20rapide%20par%20antibiotiques

tvouvelles.ca/2013/11/02/une-bonne-sante-dentaire-previendrait-les-maladies-du-cur

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/39985876/

pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40308631/

pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10669972/?fbclid=IwY2xjawQ6fBleHRuA2FlbQIxMABicmlkETFnDlPSktqN0tFenBBY3lpc3J0YwZhcHBfaWQQMjlyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHmLmLXakeQINLRByttmgeqD5Ox4d4SH-4gkFtmc-ZB4O5ULmzTf5xsd-BNYfB_aem_OiM8XHvR-G9q3-ijYHuHg

health.harvard.edu/mind-and-mood/good-oral-health-may-help-protect-against-alzheimers?fbclid=IwY2xjawO6fBleHRuA2FlbQIxMABicmlkETFnDlPSktqN0tFenBBY3lpc3J0YwZhcHBfaWQQMjlyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHmLmLXakeQINLRByttmgeqD5Ox4d4SH-4gkFtmc-ZB4O5ULmzTf5xsd-BNYfB_aem_Vm8bQhteAITWO5Hfl3jq7g

heart.org/en/news/2025/01/30/flossing-may-reduce-risk-for-stroke-and-irregular-heart-rhythm?fbclid=IwY2xjawO6fBleHRuA2FlbQIxMABicmlkETFnDlPSktqN0tFenBBY3lpc3J0YwZhcHBfaWQQMjlyMDM5MTc4ODIwMDg5MgABHmLmLXakeQINLRByttmgeqD5Ox4d4SH-4gkFtmc-ZB4O5ULmzTf5xsd-BNYfB_aem_n5lgK5naCg2j2isl-9sAYQ

SEMAINE DE LA SANTÉ MENTALE AU CANADA DU 3 AU 9 MAI

Yanna Girard

Coordonnatrice clinique - Centre de Santé d'Odanak

À l'occasion de la Semaine de la santé mentale, nous souhaitons rappeler à l'ensemble de la population l'importance de prendre soin de sa santé mentale avec autant d'attention que de sa santé physique.

La santé mentale fait partie de notre quotidien. Elle influence notre façon de penser, de ressentir et d'agir. Il est normal de vivre des moments plus difficiles, du stress ou des émotions intenses. L'important est de ne pas rester seul et de se donner le droit de demander de l'aide.

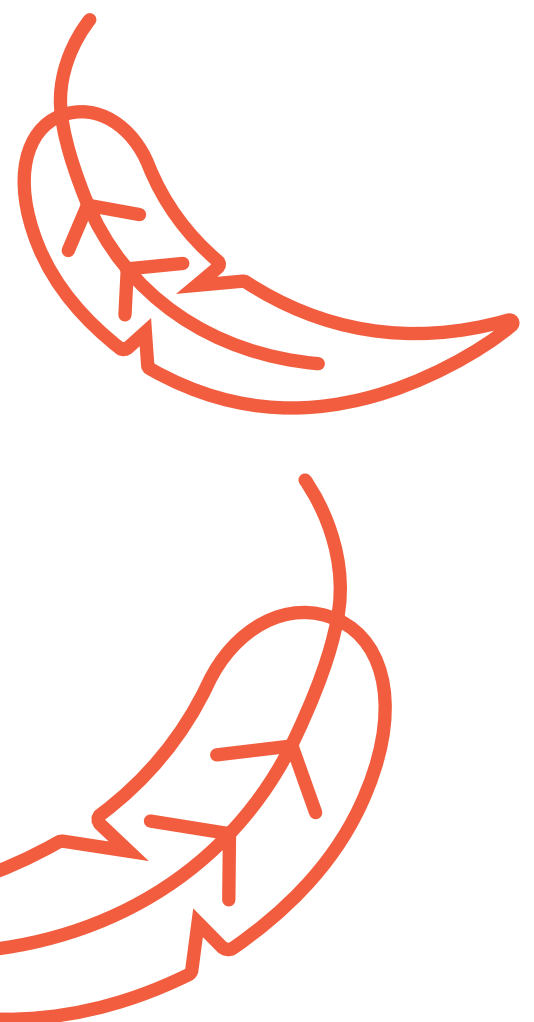
Prendre soin de sa santé mentale, c'est aussi :

- Prendre du temps pour soi
- Rester en contact avec ses proches
- Bouger et bien s'alimenter
- Reconnaître ses limites
- Exprimer ses émotions

Parler, ça fait du bien. Que ce soit avec un proche, un intervenant ou un professionnel, il existe des ressources pour vous accompagner.

Vous n'êtes pas seule.

N'hésitez pas à aller chercher du soutien au besoin. Ensemble, prenons soin de notre bien-être.



ENSEMBLE POUR UNE ANNÉE DE SANTÉ ET DE SOLIDARITÉ

Daphnée Couture

Infirmière clinicienne -
Centre de Santé d'Odanak

Du 10 au 16 mai 2026 se déroulait la Semaine de la profession infirmière, une occasion privilégiée de souligner la richesse et l'importance des soins infirmiers en milieu communautaire. Une pratique souvent exercée dans l'ombre, pourtant essentielle, profondément ancrée dans le quotidien des personnes et des familles.

En soins communautaires, la profession infirmière dépasse largement l'intervention ponctuelle ou la rencontre unique. Elle se manifeste au quotidien à travers une multitude de gestes : prévenir, accompagner, soutenir, informer, rassurer, évaluer et orienter. Ces soins s'inscrivent dans la continuité, prennent en compte les réalités de vie des personnes et visent bien davantage que le simple traitement d'un enjeu de santé : ils ont pour objectif le maintien et l'amélioration de la santé globale.

Leurs soins incluent une grande diversité d'actions : enseignement de la santé, suivi de maladies chroniques, soins aux personnes âgées, soutien aux familles, santé mentale, périnatalité, vaccination, dépistage, soins de plaies, accompagnement en fin de vie.

Un MERCI bien spécial aux infirmières du Centre de santé d'Odanak pour leur présence constante, leur grande accessibilité, leur professionnalisme et leur engagement profondément humain!

APRÈS BÉBÉ : QUAND LES ÉMOTIONS PRENNENT TOUTE LA PLACE

Isabelle Dupuis

Infirmière clinicienne -
Centre de Santé d'Odanak

L'arrivée d'un bébé est souvent associée à la joie et à l'émerveillement. Pourtant, pour plusieurs parents, cette période s'accompagne aussi d'une grande fragilité émotionnelle. Dans les jours suivant l'accouchement, plusieurs mères vivent ce qu'on appelle le *baby-blues* post-partum. Celui-ci peut se manifester par des pleurs faciles, de l'irritabilité, des sautes d'humeur, de la fatigue et le sentiment d'être dépassée. Fréquent et généralement passager, il s'explique notamment par les changements hormonaux, le manque de sommeil et l'adaptation au nouveau rôle de parent.

Même s'il est courant, le *baby-blues* peut être déstabilisant. Ressentir un trop-plein d'émotions après la naissance ne veut pas dire qu'on aime moins son bébé ou qu'on s'adapte mal. Cela reflète surtout l'ampleur de la transition que représente l'arrivée d'un enfant.

Il est toutefois important de distinguer le *baby-blues* de la dépression post-partum. Aussi appelée dépression postnatale, celle-ci peut survenir à tout moment durant la première année suivant la naissance et nécessite des soins. Elle toucherait de 15 à 20 % des nouvelles mères. Les pères peuvent aussi en souffrir, bien que leurs symptômes soient parfois moins apparents.

La dépression post-partum peut se manifester par une profonde tristesse, des pleurs fréquents, un épuisement constant, des troubles du sommeil, un sentiment de culpabilité, de l'irritabilité, une anxiété importante, une perte d'intérêt pour les activités habituellement appréciées, une tendance à l'isolement ou l'impression que les choses ne s'amélioreront jamais. Certains parents peuvent aussi avoir de la difficulté à créer un lien avec leur bébé ou à ressentir du plaisir dans les soins qu'ils lui apportent. Dans certains cas, des idées suicidaires peuvent être présentes.

Comme les signes de fatigue liés au post-partum peuvent parfois ressembler à des symptômes dépressifs, il est important de demeurer attentif au vécu du parent, particulièrement dans les mois suivant la naissance. Certains parents ne réalisent pas qu'ils vivent une dépression, tandis que d'autres n'osent pas en parler par peur du jugement.

Après la naissance, on pense beaucoup au bien-être du bébé, et avec raison. Mais la santé émotionnelle du parent mérite elle aussi toute notre attention. Demander de l'aide n'est jamais un signe de faiblesse.

Si vous éprouvez certains de ces symptômes et que vous vous sentez en détresse, consultez un médecin ou un psychologue. Des ressources sont également disponibles au centre de santé; n'hésitez pas à communiquer avec nous. Si vous craignez de vous blesser ou de blesser votre bébé, consultez rapidement un médecin ou présentez-vous à l'urgence d'un hôpital.

Référence : Naitre et grandir. (2022, January). *La dépression post-partum*.

naitreetgrandir.com/fr/etape/0_12_mois/viefamiliale/ik-naitre-grandir-maman-depression-postpartum-babyblue/

SE PROTÉGER CONTRE LE ZONA

Gabrielle Dolan

Infirmière clinicienne -
Centre de Santé d'Odanak

LE ZONA... C'EST QUOI ?

Le zona est une maladie fréquente chez les adultes, causée par la réactivation du virus de la varicelle. Cette maladie peut provoquer des sensations de brûlure intense, des éruptions sur la peau avec des cloques, de la fatigue et parfois de la fièvre. La principale complication est une douleur intense pouvant durer des mois, appelée névralgie post-zostérienne.

COMMENT SE PROTÉGER CONTRE CETTE MALADIE ?

Heureusement, un vaccin efficace permet de se protéger contre le zona et ses effets, offrant une prévention simple et accessible. Le vaccin appelé Shingrix est efficace dans plus de 90 % des cas pour prévenir le zona chez les personnes de 50 ans ou plus. Deux doses sont requises.

QUI PEUT RECEVOIR LE VACCIN GRATUITEMENT ?

Les critères varient régulièrement. Les informations présentées ci-dessous sont basées sur les critères actuels du Protocole d'immunisation du Québec (PIQ) et du Programme de Services de santé non assurés (SSNA) pour les Premières Nations et les Inuits.

Se faire vacciner contre le zona est un geste simple, sûr et efficace pour prévenir cette maladie et ses complications. Pour plus d'informations, contactez-nous au centre de santé dès maintenant au **450 568-6766, poste 4020**.

ÂGE	ASSURANCE SSNA	ASSURANCE RAMQ
50-60 ans	Recommandé, payant	Recommandé, payant
60-70 ans	Recommandé, gratuit	Recommandé, payant
70 ans et plus	Recommandé, gratuit	Recommandé, gratuit



CAPSULE PCI : PROTÉGEZ-VOUS CET ÉTÉ

Marcelle Hannis

Infirmière en suivi des maladies chroniques - Centre de Santé d'Odanak

L'été amène aussi certains risques d'infections qu'il est possible de prévenir grâce à de simples précautions.

1. L'hygiène des mains, même en vacances

Que ce soit en pique-nique, au camping ou en voyage, se laver les mains avant de manger et après être allé aux toilettes demeure essentiel. Quand l'eau n'est pas accessible, un désinfectant à base d'alcool est un allié pratique.

2. Attention aux intoxications alimentaires

La chaleur favorise la multiplication des bactéries. Garder les aliments au froid, éviter de laisser les viandes, poissons, produits laitiers et les mets avec vinaigrette de type mayonnaise à température ambiante et bien cuire les grillades permettent d'éviter les intoxications.

3. Les infections de la peau

Petites coupures, piqûres d'insectes et bains de soleil augmentent le risque d'infection cutanée. Nettoyer rapidement les plaies, utiliser un pansement au besoin et appliquer un chasse-moustiques réduisent ces risques.

4. L'eau et les loisirs aquatiques

Se baigner dans des piscines propres et bien entretenues ou dans des zones de baignade surveillées diminue le risque d'infections cutanées, oculaires ou digestives, surtout si vous avez une plaie ou même un nouveau piercing.

5. Voyager en sécurité

Lors de voyages à l'étranger, il est recommandé de se renseigner sur les vaccins requis, de consommer de l'eau potable sécurisée et de s'abstenir de prendre des glaçons lorsque la qualité de l'eau est douteuse.

En appliquant ces simples mesures de prévention et de contrôle des infections (PCI), chacun peut profiter pleinement de l'été tout en protégeant sa santé... et celle des autres.

Prenez soin de vous,



MYTHES OU RÉALITÉS : DÉMYSTIFIER L'HYPERTENSION ET LE DIABÈTE

Marie-Noël Mayrand

Infirmière en suivi des maladies chroniques - Centre de Santé d'Odanak

Dans plusieurs familles, le diabète et l'hypertension font partie du quotidien. Pourtant, ces conditions sont encore entourées de mythes qui peuvent nuire à leur prévention et à leur prise en charge.

Prenons un moment pour mieux comprendre, avec respect pour nos réalités, nos traditions et notre vécu.

MYTHE OU RÉALITÉ ?

« Si je me sens bien, je suis en santé »

Réalité

L'hypertension et le diabète sont souvent sans symptôme au début. On peut se sentir bien tout en ayant une glycémie ou une tension artérielle élevée.

Faire vérifier régulièrement sa tension artérielle et sa glycémie permet d'agir tôt.

« Le diabète, c'est juste le sucre »

Réalité

Le diabète est influencé par plusieurs facteurs : alimentation globale, activité physique, stress, sommeil et environnement.

Ce n'est pas un seul aliment, mais un ensemble d'habitudes de vie qui fait la différence.

« C'est génétique, je ne peux rien y faire »

Réalité

Avoir des antécédents familiaux augmente le risque, mais n'empêche pas d'agir.

Bouger davantage, mieux manger et suivre ses traitements peuvent prévenir ou retarder la maladie.

« Bien manger, c'est compliqué »

Réalité

Pas besoin d'être parfait. Des gestes simples comptent :

- Cuisiner plus souvent
- Réduire les aliments transformés
- Privilégier des aliments nourrissants

Chaque petit changement est bénéfique.

L'ALIMENTATION TRADITIONNELLE : UNE RICHESSE POUR LA SANTÉ

Elle peut jouer un rôle clé dans la prévention du diabète et de l'hypertension.

Les aliments traditionnels sont souvent :

- plus riches en nutriments (protéines, oméga-3, vitamines)
- moins transformés
- plus faibles en sucre ajouté et en sodium

Exemples d'aliments traditionnels bénéfiques :

- gibier (orignal, caribou)
- poisson
- petits fruits (bleuets, atocas)
- plantes et aliments cueillis

Ces aliments soutiennent :

- une meilleure glycémie
- une meilleure santé cardiovasculaire
- un sentiment d'identité culturelle et de bien-être

Revaloriser ces aliments, lorsqu'accessibles, c'est prendre soin à la fois de sa santé et de ses racines.

« Demander de l'aide, c'est un signe de faiblesse »

Réalité

Demander du soutien est une force. Les ressources locales sont là pour accompagner, sans jugement.

La santé repose sur l'équilibre entre :

- le corps
- l'esprit
- les émotions
- la communauté

Prévenir ces maladies, c'est aussi :

- bouger régulièrement
- bien s'alimenter
- prendre du repos
- rester connecté à ses proches et à ses traditions

UN PAS À LA FOIS

Changer ses habitudes ne se fait pas du jour au lendemain, mais chaque petit geste compte. Prendre soin de soi, c'est aussi prendre soin de sa famille et de sa communauté.

Pour plus d'information ou pour un accompagnement, consultez les professionnels de la santé de votre communauté.

Sources d'information :

Les informations présentées dans cet article s'appuient sur des recommandations reconnues.

- Diabète Canada - Normes de soins et prévention
- Hypertension Canada - Recommandations sur la pression artérielle
- Santé Canada - Guide alimentaire canadien
- Organisation mondiale de la santé - Prévention des maladies chroniques
- Agence de la santé publique du Canada - Données et prévention



LA FOLIE DES PROTÉINES : QUAND L'INDUSTRIE NOUS EN MET PARTOUT !

Élise Provencher

Nutritionniste - Centre de santé d'Odanak

Marie-Pier Desnoyers

Technicienne en diététique -
Centre de santé d'Odanak

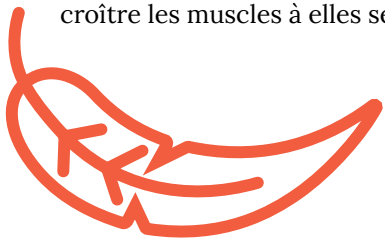
Avez-vous remarqué que le mot « protéines » semble être devenu magique? On le voit maintenant sur des céréales, du chocolat, des chips, des pâtes, du pain, du gruau... même sur de la bière! On dirait que les protéines sont devenues le nutriment miracle : énergie, muscles, performance, satiété... elles feraient tout.

Mais est-ce vraiment le cas?

LES PROTÉINES : ESSENTIELLES, OUI... MIRACULEUSES, NON

Les protéines jouent effectivement un rôle fondamental dans notre santé. Elles servent à construire et à réparer le corps. Un peu comme les briques d'une maison, notre organisme s'appuie sur elles pour fonctionner jour après jour.

Elles sont donc essentielles, mais elles n'ont pas de superpouvoirs. Elles n'améliorent pas les performances par magie et ne font pas croître les muscles à elles seules.



ARCHIVES MÉDICALES

Nidelle Lora Nanfack Togomo

Étudiante stagiaire en archives médicales
- Centre de santé d'Odanak

Au centre de santé d'Odanak, Nidelle Lora Nanfack Togomo, étudiante stagiaire en archives médicales, souhaite changer le regard porté sur sa profession, souvent méconnue, pourtant essentielle pour le suivi et le bien-être des usagers.

Généralement réduite à un simple travail de classement, l'archiviste médicale joue pourtant un rôle essentiel dans le système de santé et des services psychosociaux. « Les archives médicales représentent la mémoire de l'utilisateur », car elles permettent d'assurer un suivi fiable et continu des soins. Chaque jour, l'archiviste médicale en tant que personne minutieuse et précise, gère, organise et sécurise les dossiers des usagers. Elle en est la gardienne et elle veille également au respect strict de la confidentialité.

POURQUOI VOIT-ON DES PROTÉINES PARTOUT ?

Tout simplement parce que l'industrie agroalimentaire a très bien compris que « protéines » = vendeur. Résultat : les mentions « + protéines » sont placardées en gros sur les emballages, ce qui nous fait croire qu'un produit est automatiquement plus sain. Pourtant, la majorité des Canadiens consomment déjà suffisamment de protéines.

Le véritable enjeu est souvent la répartition dans la journée : trop peu au déjeuner, mais trop au souper. Or, pour profiter de leurs effets rassasiants et soutenir l'énergie et la masse musculaire, il est préférable d'en consommer à chacun des repas, plutôt que d'en faire le plein à un seul moment.

TROP DE PROTÉINES : PAS PLUS D'AVANTAGES

Contrairement à certaines vitamines ou aux réserves de gras, le corps ne stocke pas les protéines. Un surplus est donc transformé en gras (bonjour les petites poignées d'amour!) et, à long terme, un excès peut poser un problème chez les personnes ayant une fonction rénale fragilisée.

Quant aux produits hyperprotéinés, ils sont souvent ultra-transformés, riches en sucre, en sel ou en gras, et plus coûteux, pour un bénéfice nutritionnel discutable. Une chip « riche en protéines » demeure une chip. Un chocolat « enrichi » demeure un chocolat. Le mot « protéines » ne change pas la nature du produit.

COMBLER SES BESOINS : PLUS SIMPLE QU'ON LE PENSE

La bonne nouvelle : il est tout à fait possible de répondre à nos besoins avec des aliments de base, accessibles et économiques : œufs, poulet, poisson, légumineuses, tofu, yogourt grec, lait, pain de blé entier, pâtes, quinoa, etc.

ET SI JE MANQUE DE PROTÉINES AU DÉJEUNER ?

C'est l'un des rares contextes où un produit enrichi peut parfois être utile, surtout si l'appétit est limité le matin, par exemple :

- ajouter du lait ou une boisson de soya enrichie dans le café, le gruau ou un smoothie;
- choisir un pain enrichi en protéines pour les rôties.

DANS QUELS AUTRES CAS L'AJOUT PEUT-IL ÊTRE PERTINENT ?

Certaines personnes peuvent bénéficier d'un apport un peu plus élevé, notamment les personnes âgées qui présentent, par exemple, un appétit diminué ou celles présentant certaines conditions médicales particulières (par exemple, la présence de plaies).

EN CONCLUSION : NE NOUS LAISSONS PAS BERNER

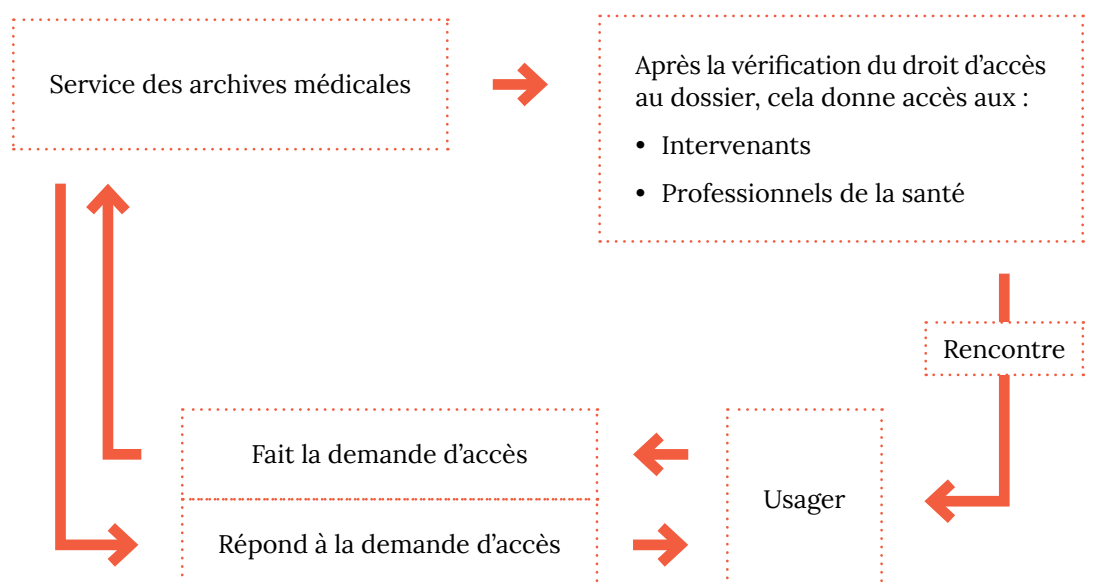
Oui, les protéines sont essentielles. Oui, elles contribuent à la satiété, à l'énergie et au maintien de la masse musculaire. Cependant, un excès n'améliorera pas la santé, ne fera pas fondre la graisse et ne permettra pas de développer des muscles sans entraînement.

Plutôt que de suivre les modes et le marketing, misons sur des aliments naturellement riches en protéines, une bonne répartition aux repas, des portions raisonnables et une alimentation variée, pas seulement « riche en protéines ». Les tendances alimentaires changent vite; nos besoins, eux, demeurent les mêmes.

Si ces informations vous semblent complexes, si vous souhaitez en savoir plus ou si votre état de santé soulève des inquiétudes ou des questionnements en lien avec votre alimentation, l'équipe en nutrition du Centre de santé est disponible pour vous accompagner. N'hésitez pas à nous contacter.

Toute fuite d'information peut entraîner de graves conséquences, notamment un bris de confidentialité et un préjudice grave. Dans un contexte où les données de santé et psychosociales prennent une importance croissante, cette profession, souvent exercée dans l'ombre, s'avère essentielle. Pour ma part, elle représente une véritable vocation.

SCHEMA REPRESENTATIF DU DOSSIER DE L'USAGER



LA SANTÉ MENTALE ET SES ENJEUX

Sara Guilbault-Boudreau

Intervenante de proximité -
Coprs de police des Abénakis

Bonjour,

Bien que nous soyons en 2026, la santé mentale demeure encore un sujet tabou. Pourtant, une personne sur cinq sera atteinte d'un trouble de santé mentale au cours de sa vie. Cette réalité nous rappelle à quel point les difficultés psychologiques sont présentes, souvent invisibles, mais profondément ancrées dans notre quotidien.

Une détresse psychologique non accompagnée peut s'intensifier et mener à des comportements imprévisibles, des propos incohérents, une désorganisation, de la consommation, des idées suicidaires ou des gestes dangereux envers soi-même ou les autres. Lorsque la situation devient instable, urgente ou potentiellement dangereuse, l'intervention policière permet d'assurer la sécurité de la personne en détresse et de son entourage, de désamorcer une situation de crise, de faciliter l'accès aux services et de soutenir les proches qui se sentent dépassés. Les policiers jouent aussi un rôle crucial en matière de sécurité, de prévention et de protection lors de crises en santé mentale.

N'hésitez pas à faire appel à eux, car parfois, c'est la meilleure façon de protéger une vie, de prévenir une escalade et d'ouvrir la porte à des services adaptés. Il est approprié de les contacter lorsque :

- La personne représente un danger pour elle-même ou pour les autres.
- Il y a des menaces de suicide ou des gestes d'automutilation.
- La personne est en crise sévère, désorganisée ou incontrôlable.
- Les proches ne se sentent plus en sécurité ou dépassés.
- Une intervention urgente est nécessaire et qu'aucune autre ressource n'est disponible.

Prenons un exemple où les policiers sont appelés, pour une personne en détresse psychologique. Les policiers sur place vont prendre connaissance de la situation et s'assurer que les lieux sont sécuritaires pour eux et pour autrui. Ils contacteront alors un intervenant qui évaluera l'état psychologique de la personne et ils devront prendre une décision, à savoir si la personne est un danger pour elle-même ou pour les autres. Si tel est le cas, un transport hospitalier sera fait pour une évaluation psychiatrique. Dans le cas où la personne présente un danger immédiat, une garde préventive (72 h) peut être ordonnée par un médecin. Cependant, si la personne ne représente plus un danger, elle aura son congé de l'hôpital. Mais la problématique ne sera pas résolue. Dans bien des cas, il y aura un moment d'accalmie et cela recommencera. C'est ce qu'on appelle la porte tournante. Ce phénomène provoque du découragement, de l'impatience, de la crainte et de la peur.

Ces moments sont éprouvants, autant pour la personne que pour ceux qui l'entourent. Briser le silence, reconnaître les signes de détresse et demander de l'aide tôt, sont des gestes essentiels. Chercher du soutien n'est pas un échec, mais une action de protection, de dignité et de bienveillance. La santé mentale ne concerne pas uniquement la personne qui vit la difficulté, elle touche l'ensemble de la communauté.

Les effets collatéraux sur les proches sont bien réels : fatigue émotionnelle, inquiétude constante, sentiment d'impuissance, culpabilité, isolement, conflits familiaux et épuisement. Aimer quelqu'un qui va mal peut devenir lourd à porter lorsque le soutien nécessaire n'est pas accessible ou suffisant. Les proches deviennent alors, bien malgré eux, des aidants, souvent sans outil, sans répit et sans reconnaissance.

Voici quelques solutions qui pourraient vous aider si vous vivez une situation semblable :

- Informez-vous via des livres, des balados, des articles, etc.
- Participez à des rencontres avec des groupes de soutien pour les proches présentant des troubles mentaux.
- Encouragez la personne à aller chercher de l'aide.
- Demandez une ordonnance d'évaluation psychiatrique : initiée par un proche, elle se fait devant un juge et permet à la police d'amener une personne en danger pour une évaluation dans un hôpital.
- Appelez votre service de police pour une situation de crise immédiate.
- Informez-vous auprès de votre centre de santé pour du soutien.
- Respectez vos limites.

La santé mentale est une responsabilité collective. Elle exige de la compassion, de l'écoute, des ressources accessibles et une collaboration entre les citoyens, les proches, les intervenants et les policiers. En parlant ouvertement de santé mentale, en reconnaissant les impacts sur les proches et en sollicitant l'aide appropriée au bon moment, nous contribuons à bâtir une communauté plus sécuritaire, plus humaine et plus solidaire.

VOICI DES ORGANISMES DANS LA RÉGION :

La Passerelle BNY

819 233-9143

Il s'agit d'un organisme dont la mission est de rassembler les proches d'une personne présentant des manifestations cliniques associées à un trouble majeur de santé mentale, de leur offrir une gamme de services de soutien, afin de favoriser le développement de leur plein potentiel.

La Chrysalide

819 294-9292

Ressource d'hébergement temporaire qui offre des services de soutien et d'accompagnement auprès des personnes vivant une détresse ou une vulnérabilité importante. Offre une opportunité de prise en main plutôt qu'une simple prise en charge. La personne est perçue dans sa globalité, dans sa trajectoire de vie unique et en relation avec son environnement, ses besoins, son potentiel, son sentiment de pouvoir sur sa vie, son intégrité et sa dignité.

La Traverse du Sentier

819 293-6416

Leur mission est de contribuer à l'amélioration de la qualité de vie des personnes vivant des problèmes de santé mentale ou des difficultés d'ordre émotionnel en leur proposant du soutien et de l'accompagnement dans leurs démarches vers un mieux-être. Leur philosophie d'action consiste en une approche humaine qui aborde la personne dans sa globalité. Cette approche se distingue par l'accueil de la personne dans le respect de ses choix, par un rapport égalitaire à l'autre, par la capacité à reprendre du pouvoir sur sa vie et par l'enracinement de la personne dans sa communauté.

Le Vaisseau d'Or

1 855 272-7837

Leur mission est d'offrir des mesures de soutien aux membres de l'entourage d'une personne vivant avec un trouble de santé mentale. Cette terminologie implique le père, la mère, un membre de la fratrie, un conjoint, l'enfant d'une personne atteinte, un ami ou toute personne intéressée.

Centre de Santé d'Odanak

450 568-6766

Le CSO contribue à l'amélioration de l'état de santé et de bien-être des membres de la communauté d'Odanak par l'entremise de programmes de santé axés sur la prévention et la promotion de la santé, et ce, en privilégiant une approche holistique respectueuse des croyances et des valeurs culturelles émanant de la nation abénaquise.

Équijustice

819 293-8671

Développer une justice équitable et accessible à tous, en invitant les personnes à s'engager dans la gestion des difficultés qu'elles vivent en collectivité et en les accompagnant dans le respect de leurs droits et de leurs différences. Cet organisme est porteur aussi du Projet Parenthèse qui vise à accompagner les tiers intéressés qui se présentent au greffe du palais de justice de Trois-Rivières dans le but de faire une « Demande de garde provisoire en vue d'une évaluation psychiatrique » (SJ-1223).



DES NOUVELLES DE VOTRE MUSÉE



Vicky Desfossés-Bégin

Directrice générale - Musée des Abénakis

Le printemps a été particulièrement animé au Musée des Abénakis. Les derniers mois ont été marqués par plusieurs activités rassembleuses, une importante soirée-bénéfice, la fin d'une exposition marquante et l'arrivée d'une nouvelle artiste au sein de notre établissement. Alors que la saison touristique s'amorce, toute l'équipe se prépare à accueillir les visiteurs pour un été bien rempli.

UNE RELÂCHE SOUS LE SIGNE DE LA DÉCOUVERTE

Pendant la semaine de relâche, le Musée des Abénakis a accueilli une cinquantaine de familles venues découvrir la musique autochtone à travers des sons, des rythmes, des jeux et une activité de création artisanale.

Les participants ont eu l'occasion de prendre part à un atelier de chant et de musique animé par Élise Boucher De Gonzague, de fabriquer un sisiwan à rapporter à la maison et de participer à différents jeux ludiques portant sur la musique autochtone, d'hier à aujourd'hui.

Cette activité a permis aux familles de découvrir une facette vivante et actuelle de la culture w8banaki dans une ambiance conviviale et festive.



Élise Boucher De Gonzague en animation.

SIGWAN 2026 : UNE SOIRÉE MÉMORABLE

Le 19 mars dernier avait lieu la 11^e édition de SIGWAN, l'événement-bénéfice annuel du Musée des Abénakis. Rassemblées à Odanak, plus d'une centaine de personnes ont pris part à cette soirée conviviale et festive, grâce à laquelle plus de 63 000 \$ ont été recueillis pour appuyer les activités éducatives et culturelles du Musée.

L'événement a rassemblé des partenaires, des artistes, des membres de la communauté ainsi que plusieurs invités du milieu culturel et économique. Dans une ambiance conviviale, les participants ont pu profiter

d'une prestation musicale, d'un encaissement silencieux et de bouchées inspirées des saveurs autochtones.

Cette nouvelle édition de SIGWAN a démontré, une fois de plus, à quel point la communauté et les partenaires du Musée répondent présents lorsqu'il est question de soutenir le rayonnement de la culture w8banaki.



Soirée-bénéfice SIGWAN 2026. Crédit : JT Studio.

UNE EXPOSITION QUI A SU TOUCHER LES VISITEURS

À la fin du mois de mars prenait fin l'exposition *Revenir de loin | Warowik E Otciteian* de l'artiste Sonia Basile-Martel.

Présentée depuis l'automne, cette exposition a permis aux visiteurs de découvrir une démarche profondément personnelle, abordant les thèmes de l'identité, de la résilience et de la guérison. Les œuvres de Sonia Basile-Martel ont touché de nombreuses personnes et ont suscité plusieurs échanges riches et émouvants.

UNE NOUVELLE EXPOSITION POUR LA SAISON ESTIVALE

Depuis le 14 avril, le Musée accueille l'exposition *Kizi n'namih8 matgwas | J'ai vu le lièvre* de l'artiste Christine Sioui Wawanoloath.

Présentée jusqu'au 7 septembre, cette exposition propose un univers riche, coloré et évocateur, inspiré par la nature, l'imaginaire et les récits qui traversent les générations. Les visiteurs sont invités à découvrir des œuvres où se rencontrent formes, symboles et émotions.

PENSER L'AVENIR DU MUSÉE

Au cours des derniers mois, l'équipe du Musée et le conseil d'administration ont également complété une nouvelle planification stratégique qui guidera les actions du Musée pour les prochaines années.

Cette réflexion a permis d'identifier plusieurs priorités, notamment le développement du membership, le renforcement de l'équipe de guides-animateurs et la diversification des sources de revenus du Musée.

Le Musée souhaite notamment renforcer ses liens avec la communauté, mieux soutenir ses employés et poursuivre le développement de projets, comme la boutique et les activités de financement.

Cette planification permettra au Musée de continuer à évoluer tout en demeurant fidèle à ses valeurs d'authenticité, de transmission et d'excellence.

UNE SAISON TOURISTIQUE QUI APPROCHE

Avec l'arrivée de l'été, le Musée des Abénakis se prépare à accueillir un nombre grandissant de visiteurs, de groupes et de familles provenant de différentes régions du Québec et d'ailleurs.

Cette hausse d'intérêt envers le Musée se reflète également dans notre achalandage. Au cours de la dernière année, plus de 16 400 visiteurs ont franchi les portes du Musée des Abénakis, ce qui représente une augmentation de plus de 700 visiteurs par rapport à l'année précédente.

Cette progression témoigne de l'intérêt grandissant envers la culture w8banaki ainsi que du travail réalisé par l'équipe du Musée pour offrir des expériences enrichissantes et actuelles à ses visiteurs.

En vue de cette période de plus grande affluence, le Musée souhaite aussi bonifier l'offre de sa boutique en y ajoutant de nouveaux produits créés par des artistes et des artisan-e-s. Les personnes désirant proposer leurs œuvres pour la boutique du Musée sont invitées à communiquer avec l'équipe au **450 568-2600**.



La boutique Kiz8bak souhaite accueillir de nouveaux artistes et artisan-e-s. Crédit : Tourisme Autochtone Québec © Audet.

UN ÉTÉ BIEN REMPLI AU MUSÉE

Du 1^{er} juillet au 21 août, des ateliers de création artisanale seront offerts les mercredis, jeudis et vendredis. Ces activités permettront aux visiteurs de découvrir différents savoir-faire liés à la culture w8banaki.

Enfin, la saison se conclura avec le retour de N'kadopi, le 13 septembre prochain. Cette journée familiale permettra, une fois de plus, de célébrer la culture w8banaki à travers différentes activités accessibles à tous.

DEVENIR MEMBRE DU MUSÉE

Devenir membre de la Société historique d'Odanak, c'est une façon concrète et inspirante de soutenir le Musée des Abénakis et de contribuer activement à la réalisation de ses missions culturelles et éducatives.

Être membre, c'est contribuer concrètement au rayonnement de la culture w8banaki et à la poursuite des activités du Musée. Toutes les informations sont disponibles sur notre site Web au museeabenakis.ca ou par téléphone au **450 568-2600**.

Toute l'équipe du Musée des Abénakis a hâte de vous accueillir au cours des prochains mois.

À bientôt!

