

D'Hier à demain



Programme d'intervention de groupe visant à faciliter le passage à la vie autonome des jeunes autochtones

Stéphane Grenier, UQAT
Annie Pontbriand, ENAP
Andrée-Anne Lemay, UQAT
Martin Goyette, ENAP

TABLE DES MATIÈRES

Objectif	4
Un programme qui s'inspire de la roue médicinale.....	5
Une approche culturellement adaptée	9
L'animation et le déroulement des rencontres.....	10
Le canevas d'une rencontre.....	12
D'hier à demain : Programme d'intervention de groupe visant à favoriser le passage à la vie autonome des jeunes autochtones	13
Rencontre 1 : Qui je suis?	16
Rencontre 2 : Mes racines, mes origines.....	33
Rencontre 3 : Milieu de vie et besoins résidentiels.....	38
Rencontre 4 : Mes rêves, mes projets.....	43
Rencontre 5 : Mes besoins et mes ressources	47
Rencontre 6 : Mon réseau de soutien.....	50
Rencontre 7 : L'accomplissement adulte.....	54
Rencontre 8 : La transmission.....	59
Annexe 1	63
BIBLIOGRAPHIE	67

Objectif

Le programme D'hier à demain est un programme d'intervention de groupe destiné aux jeunes algonquins qui entrent dans la vie adulte. Élaboré autour des principes de la roue médicinale, il vise à offrir aux participants un temps et un lieu leur permettant d'explorer les différentes facettes du passage à la vie adulte dans une dynamique d'entraide mutuelle et de partage.

En proposant un programme de groupe adapté à la réalité autochtone et plus près de la conception autochtone du devenir adulte que celle véhiculée dans les programmes usuels de préparation à l'autonomie, le programme D'hier à demain offre une alternative aux intervenants qui désirent accompagner les jeunes adultes dans cette période caractérisée par de multiples transitions. Les activités proposées ainsi que le cadre d'intervention privilégié ont été élaborés dans une perspective holistique et dans le respect des valeurs, des croyances et des façons de faire propres à la culture autochtone algonquine.

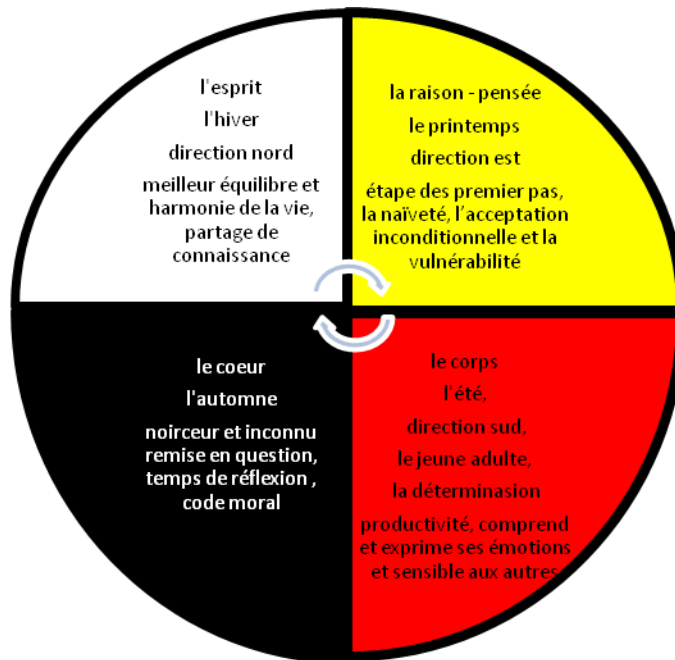
Principaux thèmes :

- La construction identitaire : le rapport à soi et à ses origines
- Les projets résidentiels et professionnels
- L'affirmation de soi
- Le réseau social et de soutien
- Les ressources environnantes
- La contribution à sa communauté
- L'accomplissement adulte

Un programme qui s'inspire de la roue médicinale

La roue médicinale est un symbole important dans la culture autochtone. Fabriquée d'un cercle et de quatre sections réparties de façon égale formant quatre quartiers, la roue médicinale représente tout ce qui compose le schème de vie des populations autochtones (Conseil national du bien-être social, 2007; CSSSPNQL, s.d.; Loiselle, 2009; de Sande et Renault, 1998). Le cercle représente ici le chemin de la vie, l'évolution, car chaque quartier de la roue médicinale fait référence à une étape de développement. Ce cercle est divisé en 4 parties distinctes évoquant notamment les 4 saisons (printemps, été, automne, hiver); les 4 couleurs de la peau (jaune, rouge, noir et blanc); les 4 points cardinaux (est, sud, ouest, nord) et les 4 aspects de la vie (spirituel, physique, émotif-relational, mental) (Loiselle, 2009; de Sande et Renault, 1998). La figure 1 illustre la roue médicinale ainsi que les différents mots clés associés à chacun des quartiers.

Figure 1.



Le printemps - La pensée - La construction identitaire

La partie supérieure droite de la roue médicinale est représentée par la couleur jaune, la raison, la pensée, le printemps, la direction est et évoque l'étape des premiers pas, de la naïveté, de l'acceptation inconditionnelle et de la vulnérabilité (de Sande et Renault, 1998).

Dans la logique de l'intervention de groupe, cette section du cercle représente le stade de développement du groupe, sa naissance et ses premiers pas. Tout comme l'enfant, le groupe est au début de son développement et est encore vulnérable. À ce stade, la dynamique du groupe est encore caractérisée par un certain stress faisant diminuer le potentiel de soutien dans le groupe, par le manque de structure et de normes, ainsi que par l'individualité des personnes (Turcotte et Lindsay, 2008). Associé à la première étape du programme d'intervention, ce quartier servira d'espace à la construction identitaire. Les participants seront invités à prendre conscience de leur identité comme jeune, comme Autochtone, comme individu à la fois unique mais faisant également partie d'un tout, d'une lignée, d'une communauté, etc. Ici, « le groupe facilite la normalisation de sa propre situation, permet une réflexion sur soi-même à travers l'image qui est renvoyée par les autres, permet d'être exposé à une diversité de façons de voir et d'agir et favorise l'identification à des pairs et l'interdépendance » (Turcotte et Lindsay, 2008). Le groupe permettra ainsi le regard de l'autre nécessaire à la construction de soi.

Les thèmes relatifs à l'identité seront ici abordés. Par l'entremise d'activités, les jeunes seront amenés à s'exprimer et à échanger autour des questions suivantes : Qui suis-je? Qu'est-ce qu'être Autochtone en 2010? Quels sont mes modèles et mes appartenances? Que m'a-t-ont transmis? Quelles sont mes origines?

L'été - Le corps - La définition des projets et l'expérimentation

Le second quartier du cercle est identifié par la couleur rouge et fait référence au corps, à la dimension physique de l'individu, à l'été, à la direction sud. En termes de cheminement de vie, ce quartier évoque l'étape de l'envol, des choix personnels et de l'expérimentation. Ce stade est associé à la période où le jeune adulte, tout juste sorti de l'enfance, est amené à

élaborer ses projets, à fixer ses but, à donner une direction à sa vie (de Sande et Renault, 1998).

Au niveau de la structure du groupe, cette section représente la phase d'ajustement. Tout comme le jeune adulte, le groupe est appelé à se définir et les membres du groupe à exprimer leur individualité. À ce stade, le groupe a une dynamique, le climat est tendu, les membres recherchent le pouvoir et le contrôle, la vie du groupe est précaire, les normes, règles et statuts commencent à se définir. (Turcotte et Lindsay, 2008). Le groupe offre ici plusieurs apports au plan comportemental. Il facilite l'apprentissage d'habiletés sociales, exerce un effet régulateur sur le comportement par les critiques ou les encouragements des autres membres et favorise la mise en action par le sentiment de force et de solidarité qui émane du groupe (Turcotte et Lindsay, 2008). Associé à la seconde étape du programme d'intervention, ce quartier servira d'espace à l'évocation des projets généralement associés à l'entrée dans la vie adulte et à l'acquisition de l'autonomie.

Les thèmes relatifs à la définition des projets résidentiels et professionnels et à l'expérimentation de l'autonomie seront ici abordés. Par l'entremise des activités proposées, les participants seront amenés à s'exprimer et à échanger autour des questions suivantes : Où vais-je habiter? Comment je me sens en ville et en communauté? Si j'étais placé en ville, comment est-ce que je me sentirais face au retour en communauté? Avec qui vais-je habiter? Comment est-ce que je peux m'occuper de mes besoins? Comment est-ce que je veux me réaliser? Quelles sont mes craintes, mes désirs et mes besoins en termes d'autonomisation? Qu'est ce qu'il faut, qu'est-ce que j'ai et qu'est-ce qu'il me manque pour accomplir mes objectifs? Ces thématiques aideront à faire émerger le potentiel des jeunes et à les amener à explorer certaines habiletés fonctionnelles pouvant faciliter leur passage à la vie autonome.

L'automne - Le cœur - L'affirmation de soi et le réseau

Le troisième quartier, illustré par la couleur noire, représente le cœur, l'automne, la direction ouest, la noirceur, l'inconnu, la remise en question. Cette phase du cheminement est associée à un temps de réflexion et à l'établissement d'un code moral qui permet le vivre-ensemble (de Sande et Renault, 1998) et l'identification de ses ressources.

Dans le contexte de l'évolution du groupe, ces étapes sont caractérisées par l'installation d'un climat de confiance et d'une plus grande intimité entre les membres. Ceux-ci recherchent l'équilibre entre intimité/proximité et différenciation/indépendance. Cet équilibre est facilité par l'établissement et la reconnaissance mutuels d'une structure claire, de normes bien établies et d'une flexibilité des rôles et statuts (Turcotte et Lindsay, 2008). Le groupe permet ici de briser l'isolement, d'échanger avec d'autres individus dont la situation est semblable et d'acquérir un certain statut, ce qui permet d'améliorer l'estime de soi (Turcotte et Lindsay, 2008). Ici, les jeunes seront invités à développer des outils et des connaissances leur permettant d'en arriver à une affirmation de soi et d'établir un réseau de soutien.

Les thèmes relatifs à la dimension relationnelle de l'autonomie seront abordés. Par l'entremise des activités proposées, les jeunes seront amenés à explorer les questions suivantes : Finalement qui suis-je? Quels sont les ressources à ma disposition? Sur qui est-ce que je peux compter? Qui peut me protéger? En plus de solliciter l'état émotif des participants, cette partie travaille également les habiletés relationnelles relatives au passage à la vie autonome.

L'hiver - L'esprit - L'accomplissement adulte et la contribution à la communauté

Enfin, le quatrième quartier représenté par la couleur blanche réfère à l'esprit, à l'hiver et à la direction nord. En termes de cheminement, l'arrivée à cette étape correspond à l'atteinte de l'équilibre et de l'harmonie, au partage de la connaissance, à la sagesse et à l'accomplissement de soi par le don à l'autre et par la responsabilisation collective (de Sande et Renault, 1998). Ici, l'hiver ne fait pas référence à la fin et à la mort mais plutôt à la transmission.

En intervention de groupe, cette section renvoie à la phase de dissolution du groupe, à l'étape de l'évaluation du bilan des accomplissements en tant que groupe, mais également en tant que personne et membre d'une collectivité (Turcotte et Lindsay, 2008). Comme l'aspect davantage spirituel et collectif de l'acquisition de l'autonomie et de l'accomplissement adulte ne font pas partie des valeurs dominantes dans la culture allochtone, les cadres

d'interventions y faisant référence sont rares. Il s'agit cependant d'une dimension essentielle lorsqu'il s'agit d'intervenir auprès des jeunes autochtones.

Pour parvenir à un cheminement complet, la culture autochtone sollicite l'acquisition d'une sagesse et d'une maturité qui reflète le dépassement de ses difficultés personnelles au profit du bien-être collectif (Goyette et al., 2010). La notion de responsabilisation collective ainsi que la nécessité de redonner à sa communauté et à sa culture sont associées à l'identité adulte et constituent des marqueurs importants de l'acquisition de l'autonomie. En laissant une place importante à la spiritualité et aux éléments culturels au sein des rencontres, les participants pourront davantage définir leur propre identité et ainsi identifier les contributions qu'ils souhaitent apporter à leur communauté et à leur culture. Par l'entremise des activités proposées, les participants seront amenés à explorer les questions suivantes : Finalement, qu'est-ce qui me permettra de m'accomplir? Qu'est-ce que j'aimerais transmettre à ma communauté et aux générations futures? De quoi aurais-je besoin pour devenir un adulte accompli? Moi, comme adulte de demain, qu'est-ce que je veux dire à ma communauté et aux gens qui m'entourent, comment je peux prendre ma place et qu'est-ce que je veux?

Une approche culturellement adaptée

Les approches à privilégier en contexte d'intervention auprès des jeunes autochtones sont relativement bien documentées dans la littérature. Parmi les recommandations émanant du rapport de recherche publié en 2008 à partir d'une consultation menée auprès d'experts autochtones et allochtones du milieu de l'intervention jeunesse, on note l'importance de :

- Miser sur des interventions informelles et participatives. Mobiliser physiquement et/ou psychologiquement les jeunes faciliterait une expression au niveau émotif et aiderait à faire oublier le côté formel de l'intervention.
- Privilégier la mise en mouvement par des activités favorisant la participation et l'expérimentation plutôt que la transmission de connaissance. De plus, Hawkins et al. (2004) soulignent que de fournir un exutoire par l'entremise de divers modes d'expression comme

l'artisanat, la musique, la danse ou autres facilite l'échange, en raison de l'introversion caractéristique des Autochtones (Fiske, 2008; Fletcher et Denham, 2008; Gone, 2008; James, Waldram, Innes, Kaweski et Redman, 2008).

- Favoriser les interventions qui aident le jeune à mieux vivre son rapport à la communauté et à la famille plutôt que de se centrer uniquement sur l'individu et ses problèmes.

Le programme de groupe D'hier à demain a été construit autour de ces principes d'intervention.

L'animation et le déroulement des rencontres

Quelques principes d'animation sont ici recommandés afin de favoriser le bon déroulement des rencontres et de maximiser la réussite des objectifs du programme :

- Privilégier une co-animation où au moins un des animateurs est autochtone. Cela facilite la création du lien de confiance entre les jeunes et l'équipe d'animation et, par le fait même, favorise la compréhension et l'ouverture face aux autres.
- Prendre une part active dans le groupe en participant comme les autres membres aux activités. Les techniques de révélation de soi sont souvent bien reçues des communautés algonquines. Elles permettent une certaine transparence ayant pour effet une meilleure acceptation de l'intervenant allochtone par le groupe. En plus, comme le partage est une des valeurs fondamentales au sein des communautés, le partage de soi engage l'intervenant dans la relation avec le groupe (Goyette et Grenier, 2009).
- Favoriser un cadre d'intervention souple où l'intervenant n'impose pas un programme figé, mais a plutôt en réserve quelques activités à proposer au groupe tout en restant ouvert aux propositions des participants et aux événements (Goyette et Grenier, 2009).
- Inclure des éléments rituels au déroulement des rencontres de groupe. En plus de s'inscrire en accord avec les croyances et les pratiques traditionnelles autochtones, ces éléments permettent

l'instauration d'une routine qui favorise le développement d'un sentiment de stabilité et de sécurité chez les participants (Goyette et Grenier, 2009).

- Aménager les lieux par différents éléments personnalisés pourrait également maximiser le sentiment d'appartenance des jeunes et permettre une identification au lieu et au groupe (Goyette et Grenier, 2009).
- Finalement, associer les rencontres de groupes à des éléments festifs comme un repas communautaire de façon à solliciter la participation et à maintenir l'intérêt. Comme le soulignent plusieurs auteurs, les membres doivent en tirer un certain plaisir (Hawkins et al.; 2000; Goyette et Grenier, 2009). Les jeunes autochtones sont plus enclins à participer au groupe pour des raisons externes au processus thérapeutique. Comme leur conception des relations interpersonnelles implique une grande confiance en l'autre, les jeunes ne se verront pas vraiment interagir avec des inconnus au niveau de leur vie personnelle, d'où leur réticence initiale à participer au processus de groupe. Il pourra donc s'avérer nécessaire de prioriser l'intérêt des jeunes envers le groupe en premier lieu afin de les motiver à participer aux rencontres, et afin de pouvoir mettre en place le processus thérapeutique par la suite.

Le canevas d'une rencontre

RITUEL DE PURIFICATION (+/- 10 minutes) : Il est proposé de débiter chaque rencontre par un rituel. Nous proposons le rituel de purification par la sauge présenté en annexe.

PRÉSENTATION DU THÈME DE LA SEMAINE ET ACTIVITÉ INTRODUCTIVE SUGGÉRÉE : Il est à noter que la planification des rencontres est à titre suggestif. Si les membres désirent aborder d'autres thèmes pouvant les faire cheminer, les animateurs sont invités à suivre la dynamique du groupe.

PAUSE (10 minutes) : Une pause à la mi-temps de la rencontre est fortement suggérée afin de maximiser l'attention des jeunes pendant l'activité.

POURSUITE DE L'ACTIVITÉ OU ACTIVITÉ 2 (temps variable)

*****RETOUR SUR LES ACTIVITÉS***** (après chacune des activités) : Une activité sur laquelle aucun retour n'est effectué risque de perdre son sens et de devenir inutile. L'échange entre les participants au sein du groupe permet la découverte de nouvelles idées et de nouveaux sentiments. À travers le dialogue, les participants et les animateurs apprennent à définir leur dynamique. Ainsi, il est important que les activités soient suivies d'un retour afin que les participants puissent réellement réfléchir à ce qui se passe au sein du groupe. Assurez-vous donc, lors de la planification, de prévoir suffisamment de temps pour laisser libre cours aux conversations qui émergent au sein du groupe. Poser des questions précises et aider les participants à réfléchir à l'activité contribue fortement à la reconnaissance des sentiments et des pensées, en plus de contribuer à *l'empowerment* des participants à travers le processus de groupe.

COLLATION PARTAGE (au moment opportun durant la rencontre) : Nous suggérons une collation pouvant être partagée entre les membres du groupe de façon à maintenir la dynamique collective.

D'hier à demain : Programme d'intervention de groupe visant à favoriser le passage à la vie autonome des jeunes autochtones

But : Permettre à des jeunes autochtones d'explorer différentes facettes du passage à la vie adulte et les amener à exprimer leurs désirs, leurs besoins et leurs craintes face à cette transition dans une dynamique d'entraide mutuelle et de partage afin de faciliter leur passage à la vie autonome.

Dimensions	Objectifs spécifiques	Thèmes	Activités	Rencontre
La construction identitaire	<p>Mettre en place une dynamique de groupe.</p> <p>Présenter l'objectif du groupe, l'ancrer dans la symbolique de la roue médicinale et faire le lien avec la légende de la création du monde.</p> <p>Amener les participants à prendre conscience de leur identité comme jeunes, comme individus, comme Autochtones.</p>	<p>Faire connaissance</p> <p>Qui sommes-nous? Pourquoi sommes-nous ici?</p> <p>Quelles sont les règles de base?</p> <p>Quels genres d'activités aimerions-nous faire?</p> <p>Qui-suis-je? Quelles sont mes caractéristiques personnelles?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : La légende •Présentation du groupe, du programme, de ses objectifs, de sa structure et définition des règles •Je suis un..., car je... •Collation partage 	Rencontre 1
	<p>Amener les participants à se situer par rapport à leur culture, à leurs origines et à leur communauté.</p>	<p>D'où je viens?</p> <p>Que m'a-t-on transmis?</p> <p>Quelles sont mes origines?</p> <p>Qu'est-ce qu'être Autochtone en 2010?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : Les bonbons ou La phrase inachevée •Mon arbre •Collation partage 	Rencontre 2

<p>L'élaboration des projets et expérimentation</p>	<p>Amener les participants à se projeter sur le plan résidentiel et à exprimer leur craintes, leurs besoins, leurs désirs et leurs expériences face à cette transition.</p>	<p>Est-ce que je veux vivre en ville ou en communauté? Quels sont les avantages, les inconvénients de ce choix?</p> <p>Avec qui est-ce que je vais habiter?</p> <p>Quels sont mes craintes, mes besoins, mes désirs face à l'insertion et l'autonomie résidentielle?</p> <p>Comment est-ce que je peux m'occuper de mes besoins?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : En ville, en communauté • Mon milieu de vie idéal ou Activité cuisine • Collation partage 	<p>Rencontre 3</p>
	<p>Amener les participants à se projeter sur le plan professionnel et à exprimer leurs craintes, leurs besoins, leurs désirs et leurs expériences face à cette transition.</p>	<p>Qu'est-ce que j'aimerais faire plus tard?</p> <p>Comment est-ce que je veux me réaliser?</p> <p>Quels sont mes rêves, mes projets?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : Devine mon métier •Poursuivre ses rêves •Collation partage 	<p>Rencontre 4</p>
<p>Le réseau de soutien et les ressources</p>	<p>Amener les participants à prendre conscience de leurs besoins (physiques, émotionnels, spirituels, etc.), les accompagner dans l'identification des ressources et favoriser le dialogue autour de leur rapport à ces ressources.</p>	<p>Quels sont mes besoins?</p> <p>Quelles sont les ressources à ma disposition?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : On se tisse un réseau •Création d'un bottin de ressources •Collation partage 	<p>Rencontre 5</p>

	Favoriser chez les participants une prise de conscience sur son réseau, l'identification de ses soutiens et une réflexion sur ses relations interpersonnelles.	<p>Qui sont les gens qui m'entourent?</p> <p>Sur qui je peux compter? Qui peut me protéger? Qui sont les personnes significatives pour moi?</p> <p>Qu'est-ce que je recherche dans mes relations?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : Mon réseau •Carte postale •Collation partage 	Rencontre 6
L'accomplissement adulte et la transmission	Affirmer sa propre identité et se projeter dans l'avenir comme adulte accompli.	<p>Enfin qui suis-je?</p> <p>Quel adulte voudrais-je être?</p> <p>De quoi aurais-je besoin pour devenir un adulte accompli?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : Ce qui me représente. •Ma roue de bien-être •Collation partage 	Rencontre 7
	Identifier ses contributions à la communauté.	<p>Qu'est-ce que j'aimerais transmettre à ma communauté et aux générations futures?</p> <p>Qu'est-ce que je veux dire à ma communauté et aux gens qui m'entourent?</p> <p>Comme adulte de demain, comment je peux prendre ma place et qu'est-ce que je veux?</p>	<ul style="list-style-type: none"> •Rituel de purification •Activité introductive : Message aux adultes •Projet photo •Collation partage 	Rencontre 8

Rencontre 1 : Qui je suis?

Objectif de la rencontre : L'objectif de cette rencontre est de faire connaissance, de discuter ensemble du fonctionnement du groupe et de mettre en place une dynamique de groupe. Cette rencontre vise également à amener les jeunes à prendre conscience de leur identité individuelle, de leur personnalité, de qui ils sont et de ce qui les représente comme individu particulier et de le partager au groupe. Ils seront également invités à se questionner sur le sens que prennent pour eux l'identité et la culture autochtones et à faire le lien avec la construction de leur propre identité. La lecture d'une légende autochtone sur la création du monde permettra d'ancrer la création du groupe, de parler de ses objectifs, de son inscription dans le cadre de la roue médicinale (d'où je viens et où je vais) et d'en définir les règles de fonctionnement (écoute, entraide, respect des différences).

Thèmes :

- Qui sommes-nous? Pourquoi sommes-nous ici?
- Quelles sont les règles de base?
- Quel est l'objectif du groupe? Où voulons-nous aller? Que voulons-nous réaliser au travers du groupe?
- Quels genres d'activités aimerions-nous faire?
- Qui suis-je? Quelles sont mes caractéristiques personnelles, mes forces?

Rôle des animateurs :

- Promouvoir l'engagement, le sentiment d'appartenance et de familiarité et établir des paramètres pour les comportements au sein du groupe.
- Établir les normes et les règles de base du groupe.
- Parler des objectifs (entraide, partage d'expérience, etc.) du groupe, du déroulement des séances, du lien entre les séances et le cheminement illustré par la roue médicinale (les origines, les projets, l'accomplissement adulte).
- Inviter les participants à partager leurs attentes par rapport au groupe et à identifier le genre d'activités qu'ils aimeraient faire.
- Amener les participants à s'exprimer sur ce qui les caractérisent (forces, difficultés, qualités, etc.).

- Faire prendre conscience des différences individuelles (chacun est différent) et mettre en lien avec la dynamique de groupe (partage, respect, mise en commun des forces, etc.).

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : La légende	15 minutes
Présentation et échanges (attentes, fonctionnement)	20 minutes
Pause	10 minutes
Activité suggérée : Je suis un..., car je...	25 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

- **Remettre aux participants un appareil photo jetable en fonction de l'activité collective de la dernière rencontre.**
- **À chacune des rencontres rappeler aux participants le projet final et les inviter à prendre des photos liées à la thématique de la semaine.**

Rencontre 1 :
Fiches des activités proposées

La légende

Objectif : Permettre aux jeunes d'entrer en contact avec leurs origines selon la légende de la création du monde anishnabe. Ancrer le processus de création du groupe et sa dynamique et s'en servir pour ouvrir la discussion sur l'objectif du groupe et la définition de ses règles de fonctionnement.

Durée : 20 minutes

Procédure : L'intervenant fait la lecture de la légende et laisse libre cours à la discussion. Il pourrait également être intéressant d'inviter un aîné ou quelqu'un de la communauté qui est significatif sur le plan de la transmission d'éléments culturels, de faire la lecture de la légende ou de conter une légende de la création du monde qu'il connaît. Cette personne pourrait être celle qui ouvre la rencontre avec le rituel de purification.

Certaines questions peuvent alimenter la discussion en cas de besoin.

- Que percevez-vous de ce récit?
- Vous sentez-vous interpellés par cette légende?
- Quels sont les éléments qui font en sorte que cette légende est typiquement anishnabe?
- Trouvez-vous important de connaître la culture anishnabe? Pourquoi?
- Connaissez-vous cette légende avant? Qui vous l'a racontée?
- Êtes-vous fiers d'être anishnabe? Qu'est-ce qui vous rend fiers de l'être?
- Y'a-t-il des personnalités algonquines qui vous inspirent? Qui sont-elles et qu'ont-elles fait?

LÉGENDE DE LA CRÉATION DU MONDE ANISHNABE¹

Il y a très longtemps, bien avant le grand déluge, les animaux parlaient et étaient les maîtres du monde. Ils avaient des formes diverses et des tailles différentes. Le plus grand des animaux de notre terre était Mista-Wabô, le grand lièvre. Il était, par sa taille, le plus puissant de tous les animaux. Il était le plus rapide à la course et le plus intelligent, car il pouvait alors courir sur ses deux pattes arrière. Mais il s'assoit pour ne pas parler de trop haut aux autres animaux. Comme il était aussi sage que puissant, tous les animaux le consultaient sur la vie. En ce temps-là, les animaux se nourrissaient tous des plantes et des herbes mises sur terre par les Esprits du Monde d'en haut. Aucune dispute n'était venue perturber la paix qui régnait entre toutes les espèces différentes.

C'est un incident banal qui a fait changer le monde du tout au tout. Une chose anodine qu'on pourrait appeler un accident, mais qui prit des proportions si grandes aux yeux de tous, que les Esprits du Monde d'en haut se fâchèrent. Il y eut un jour un festin organisé au bord du grand fleuve. La saison était belle et l'occasion idéale pour une rencontre entre toutes les espèces. On broutait le long des coteaux, on mangeait les fruits de la saison, comme maintenant. Madame Couleuvre se faisait chauffer au soleil. Elle était grosse, madame Couleuvre, et protectrice de ses petits, qui se faisaient aussi chauffer au soleil. Mais les gros animaux jouaient à se courir après et, voyant venir Orignal qui ne semblait pas regarder où il allait, madame Couleuvre ouvrit la bouche et ses douze petits sautèrent dedans pour se protéger des pas de cet élan mal élevé. Comme elle allait fermer sa bouche, madame Couleuvre ne put éviter d'avalier une souris qui, aussi apeurée que les petits serpents, avait aussi sauté dans la gueule de cette rampante inoffensive. Lorsque l'Orignal fut passé, madame Couleuvre ouvrit la bouche et les douze jeunes en sortirent, mais la jeune souris avait dépassé l'organe de digestion de madame Couleuvre qui ne put la régurgiter. Comme cette scène s'était passée devant des centaines d'autres animaux, la grosse couleuvre eut beau protester et parler d'accident, aucune bête ne la crut. Rat-des-champs, cousin de souris-grise, voulut venger cet affront et dévora sur-le-champ trois des jeunes de madame Couleuvre. Cette dernière attrapa alors le rat et n'en fit qu'une bouchée. Grenouille attrapa trois mouches et Tortue dévora

¹ Ce texte est tiré du document *Fiches sur l'art et l'artisanat autochtone : outil de travail pour la boutique du centre d'amitié autochtone de Val-d'Or*. Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or (2004).

Grenouille. Renard s'en prit à Tortue qui n'eut la vie sauve que grâce à sa carapace. Castor abattit plusieurs arbres pour calmer les esprits en faisant diversion, mais rien n'y fit. Rat-musqué dévora une truite, Ours-noir dévora Porc-épic, Vison s'en prit à Perdrix et Martre à Bernache, Merle à Ver-de-terre, Lynx à Petit-lièvre. Ce fut un joli massacre entre les espèces et ce n'est que grâce à Mista-Wabôs que le calme revint pendant un certain temps, pour que chacun retourne chez lui. Dans son rapport aux Esprits du Monde d'en haut, Mista Wabôs raconta la vérité comme il l'avait comprise, sachant que madame Couleuvre n'avait pas un brin de méchanceté et qu'elle disait toujours discrètement la vérité. Le Créateur de toutes choses, Kijé-Manito, annonça alors à Mista-Wabôs qu'il détruirait ce monde pour en faire un autre et qu'il lui laissait le choix des animaux qu'il voulait bien amener avec lui sur son grand canot flottant. Il lui donna une lune pour réunir tout ce dont il avait besoin en l'avertissant qu'il devrait s'entourer d'animaux à l'imagination fertile et au dévouement total afin de reconstruire le monde à partir de rien. Mista-Wabôs accepta, puisqu'il n'avait pas le choix, mais apprit qu'après avoir recréé le monde, il ne serait plus qu'un lièvre ordinaire et perdrait aussi sa puissance, afin que l'équilibre revienne au sein du monde.

Mista-Wabôs avait réuni presque tous les animaux de la première création dans son immense barque faite en écorce de bouleau. Puis, la pluie se mit à tomber en grains de la grosseur d'une prune sauvage. La première tâche des animaux était d'empêcher cette eau de remplir le canot d'écorce. Il était immense mais si la terre se couvrait peu à peu d'eau et que les arbres se noyaient ainsi que les animaux qui n'avaient pas été favorisés par le Grand-Lièvre, le canot finirait bien par s'emplier. Heureusement, il y avait la soif constante de toutes ces bêtes qui aidait.

Lorsque la pluie cessa, le monde d'avant n'était plus que liquide. Plus rien n'existait. Les corps de milliers d'animaux qui n'avaient pas été choisis se retrouvèrent en surface de l'eau, noyés par cette punition des Esprits du Monde d'en haut. Les animaux choisis par Mista-Wabôs lui étaient entièrement dévoués et prêts à tout pour racheter cette bêtise animale qui avait mis fin au monde merveilleux de paix de l'immensité d'en bas. Il demanda au meilleur plongeur de tenter de rejoindre le fond de l'immensité liquide et d'en rapporter un peu de terre afin d'y faire pousser des herbes, des arbres et des plantes dont il avait gardé des graines. Huard-à-Collier s'offrit puisqu'il avait déjà la réputation d'être le meilleur plongeur de

l'univers. Il plongea, resta submergé pendant un soleil complet et, faute de souffle, remonta presque mort. Bec-Scie, le canard, décida de tenter sa chance, mais dura moins longtemps que Huard sous cette eau. Loutre plongea, puis Vison, puis Castor-géant, mais aucun ne parvint à rapporter de terre du fond de l'immensité liquide. Rat-Musqué finit par dire qu'il avait toujours confiance de trouver le nécessaire pour continuer d'exister. « Il m'arrive souvent de devoir plonger des dizaines de fois pour trouver un simple grain d'herbe aquatique lorsque j'ai à me nourrir. Je ne vais pas me décourager parce que nous avons connu quelques échecs! », dit-il.

Et Mista-Wabôs le laissa tenter sa chance de sauver le monde animal de la destruction. Rat-musqué plongea. Il fut absent de la surface de l'immensité liquide pendant trois soleils. Tous le crurent noyé. Pourtant, à la tombée du troisième jour, son corps réapparut. Il semblait mort, mais respirait encore. Il ouvrit un oeil et sourit en ouvrant une de ses pattes de devant. Il avait réussi à saisir un seul grain de sable du fond des eaux, mais il était convaincu que Mista-Wabôs pourrait en faire quelque chose. C'est au centre du grand canot que le Grand-Lièvre planta le grain de sable qu'il fertilisa de la fiente de Ours-noir. Et il y planta quelques-unes des graines d'herbes et d'arbres.

Et de ce monde minuscule grandit ce monde dans lequel nous vivons tous. Mais, avant de perdre ses pouvoirs et sa taille gigantesque, Mista-Wabôs récupéra les corps des animaux noyés par le grand déluge et demanda à Oiseau-Tonnerre de frapper chacun d'entre eux d'une décharge afin de les réanimer. Cela créa les Anishnahbégs, tels qu'ils sont maintenant. Chacun reçut une femme pour continuer l'espèce. Comme il répéta ce geste un peu partout sur notre terre, il créa des gens de formes et de langues différentes. Malheureusement, il nous reste quelque chose des espèces animales. Nous pouvons aussi user de vengeance les uns envers les autres et savons très bien nous entretuer. Le monde n'a plus jamais été parfait comme avant, et Mista-Wabôs ne revient plus que sous la forme du Windigo, lorsque nous faisons mal à nos semblables.

Je suis un..., car je...

Objectif : L'objectif de cette activité est de permettre aux jeunes d'apprendre à mieux se connaître, à prendre conscience de leurs caractéristiques personnelles et de les mettre en lien avec des éléments de l'univers symbolique anishnabe. Cette activité vise également à permettre un échange autour de l'identité individuelle propre à chacun des participants mais également autour de l'identité collective. Cette activité sera mise en lien avec la lecture de la légende et avec les forces et les caractéristiques personnelles que chacun mettra à profit dans le cadre du groupe. Elle permettra également aux participants de faire un portrait actuel de leur état émotif, relationnel et fonctionnel.

Durée : 25 minutes

Procédure : Chacune des images d'animaux ci-jointes a une brève description de sa signification selon la culture anishnabe. L'intervenant peut faire la lecture de ces descriptions à l'ensemble du groupe ou laisser chacun des participants s'approprier les significations, ou encore y aller de leurs propres interprétations. L'intervenant doit également prendre part aux activités afin de favoriser le lien de confiance avec le groupe.

Par la suite, l'intervenant invite les jeunes à nommer au groupe à quel animal il s'associe et pour quelle raison. Afin d'alimenter la discussion et pour que les jeunes apprennent à se connaître entre eux, l'intervenant peut demander ou amener les autres participants à poser des questions justifiant le choix de cet animal. Par exemple : *« J'ai choisi l'ours, car il intimide les autres, mais sa réaction agressive n'est qu'une protection qu'il s'est doté à cause de son enfance difficile. En réalité, je suis un peu comme l'ours et je voudrais juste mener une vie tranquille ».*

Les participants peuvent également proposer d'autres animaux ou d'autres éléments propres à la culture à laquelle ils s'identifient et expliquer pourquoi. Une discussion sur l'identification à ces éléments traditionnellement associés à la culture, sur le sens qu'en font les jeunes aujourd'hui dans leur vie, etc. est suggérée.

La perdrix



Selon la légende, c'est en observant la perdrix, l'un des rares animaux capables de marcher sur la neige sans s'enfoncer, que les Autochtones eurent l'idée de réaliser des raquettes qui leur permettraient d'en faire autant. Depuis ce jour, on a rien trouvé de plus efficace pour marcher sur les épaisses couches de neige qui recouvrent le sol québécois en hiver.

Dans l'artisanat, les pattes de perdrix sont utilisées pour orner les bâtons de parole ou d'autres objets. Les Autochtones rendent ainsi hommage à l'ingéniosité de cet animal. Les plumes de perdrix sont aussi utilisées : on en retrouve souvent pour orner les capteurs de rêves.

Le castor



Le castor est pour les Autochtones le symbole de la patience, du travail et de la construction. Mais, une histoire issue de la tradition crie explique qu'il ne faut pas totalement imiter cet animal car il construit son habitat en construisant des barrages qui ne serviront que pour ses propres besoins, sans penser aux autres animaux qui l'entourent.

La peau de castor a toujours servi aux Autochtones et est d'ailleurs devenue une monnaie d'échange très valorisée lors de la traite des fourrures.

Le carcajou



Le carcajou est présent dans de nombreuses légendes autochtones de différentes nations. Partout, il est le joueur de tours (le *trickster*), l'animal qui déstabilise l'ordre du monde par sa ruse et sa malice. Il s'amuse beaucoup à faire enrager les humains et plus son mauvais tour est pendable, plus il en rit. Cela est sans doute dû à la nature même de cet animal extrêmement coriace et têtu. Il possède un pelage également magnifique qui causera sans doute sa perte. Il est en effet actuellement en voie de disparition.

L'aigle



Les Autochtones prêtaient à l'aigle des pouvoirs particulier. Ce serait lui qui, par la foudre qu'il peut provoquer, aurait donné naissance aux humains (voir la légende de la création du monde Anishnabe). Il est le symbole de la force, du courage et de la puissance. L'aigle a un caractère divin car il sait voler très haut vers la demeure du grand Esprit. Il est ainsi devenu le messenger des pensées des hommes. Dans l'artisanat, tout ce qui provient de l'aigle est extrêmement valorisé et est reconnu pour apporter force et pouvoir. Les plumes d'aigle, particulièrement, étaient portées par ceux qui avaient accompli des exploits aux yeux de la tribu. Ces plumes lui conféraient une force plus grande encore.

Le lièvre



Le lièvre est à l'origine de la création du monde. Auparavant, il était l'animal le plus puissant et le plus grand du règne animal mais, suite à un drame, il a dû reconstruire un monde nouveau (celui des hommes) et a perdu ses pouvoirs à la fin de cette création. Il est néanmoins toujours respecté par les hommes car il est leur créateur. La peau du lièvre blanc est utilisée pour décorer toute une série d'objets traditionnels.

Le loup



Les Autochtones ont beaucoup de respect pour le loup car ils le considèrent comme un digne frère sauvage. Il est souvent associé au courage, à la ténacité, à la vivacité d'esprit et à l'intelligence.

L'ours



L'ours symbolise la vraie nature sauvage par sa puissance. Comme l'être humain, il marche debout et il regarde en avant. Il est intelligent et curieux. Sa rapidité et sa force en font un animal redoutable. Il mérite le respect de tous. Les légendes relatant l'union d'une femme et d'un ours sont très répandues dans les nations autochtones du Québec. Certaines légendes racontent également qu'à l'intérieur de chaque ours, il y a un homme. C'est pourquoi sa mort doit être entourée de rituels importants. Quand un Autochtone chassait un ours, il honorait son esprit par des rituels spéciaux car l'esprit de l'ours était perçu comme particulièrement puissant. Aujourd'hui encore, les dents et les griffes d'ours sont des objets très recherchés. On en fait des colliers et on les utilise pour orner les objets sacrés. La force de l'ours se transmet de cette façon à l'homme.

L'orignal



L'orignal, est le roi de la forêt. Les Autochtones le respectent car il leur fournit tout ce dont ils ont besoin. De son pelage on fait des couvertures, sa peau sert à faire des tipis, des tambours, des vêtements, etc., ses os sont utilisés pour réaliser des outils et des bijoux, ses tendons donnent du fil, son panache peut être sculpté et sert aussi pour le fourneau des calumets. Bref, il est au cœur de la vie des Amérindiens nomades du Québec. Chez les Algonquins, les omoplates sont utilisées pour lire l'avenir. C'est ce qu'on appelle la Scapulomancie. Cette technique très ancienne est encore pratiquée aujourd'hui par certains aînés. À noter que le cousin de l'orignal, le caribou, est aussi important dans la tradition autochtone. Aujourd'hui, on le trouve davantage dans les régions du nord du Québec. Sa peau est parfois préférée à celle de l'orignal car elle est plus claire, plus épaisse et plus souple.

Le porc-épic



Les piquants de porc-épic sont utilisés depuis la nuit des temps par les Autochtones pour fabriquer des bijoux et pour orner des objets divers (vêtements, paniers, etc.). Un seul porc-épic est couvert de 30 000 piquants! Le porc-épic est symbole de ténacité car sa carapace naturelle en fait un animal qui a peu de prédateurs. Seul l'ours est un véritable danger pour lui (en plus de l'homme, bien-sûr).

Rencontre 2 : Mes racines, mes origines...

Objectif de la rencontre : L'objectif de cette rencontre est d'amener les participants à se situer par rapport à leur culture, à leurs origines et à leur communauté. Ils seront amenés à prendre conscience de leur « base », de leurs racines, de ce qui leur a été transmis à la fois sur le plan culturel mais également sur le plan intergénérationnel et à faire le lien avec qui ils sont aujourd'hui.

Thèmes :

- D'où je viens? Quelles sont mes origines? Que m'a-t-on transmis?
- Quel est le lien entre ce qu'on m'a transmis et qui je suis?
- Qu'est-ce qu'être Autochtone pour moi aujourd'hui?

Rôle des animateurs :

- Susciter des discussions sur les questions de la connaissance de la culture, de la transmission, de ce que c'est être Autochtone, sur l'importance selon eux de connaître la culture et sur leur identification à cette culture.
- Amener les participants à prendre conscience de leurs origines, de ce qui fait d'eux qui ils sont aujourd'hui (leurs racines, leur histoire personnelle, les personnes significatives qui les entourent, les événements de leur vie, etc.).
- Faire preuve d'écoute et susciter des pistes de réflexion.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : Les bonbons ou La phrase inachevée	15 minutes
Activités suggérées : L'arbre	45 minutes
Pause	10 minutes
(Suite de l'activité)	
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

Rencontre 2 :
Fiches des activités proposées

Les bonbons²

Objectif : L'objectif de cette activité est d'apprendre à se connaître, de favoriser un climat ludique et de détente, de mettre en lien les participants et de favoriser le début d'une dynamique de groupe.

Durée : 20 minutes

Procédure : Invitez les participants à choisir des bonbons. Chaque couleur de bonbon est associée à un thème qu'ils seront appelés à partager avec le reste du groupe. Achetez assez de bonbons pour que chaque participant puisse en prendre au moins cinq différents. Vous pouvez acheter des M&Ms, des Smarties, des Skittles, les jujubes, des Life Savers ou n'importe quelle autre variété qui comporte plusieurs couleurs différentes.

Faites circuler les bonbons et invitez les participants à en choisir quelques-uns de couleurs différentes. Dites-leur de ne pas les manger tout de suite. Quand ils ont choisi leurs bonbons, dites-leur ce que chaque couleur représente. Écrivez au tableau la correspondance de chaque couleur (vous pouvez changer ces correspondances à votre guise).

- Rouge - activité préférée
- Vert - endroit préféré
- Bleu - personne que j'admire le plus
- Jaune - emploi de rêve
- Orange - ce que vous décidez de partager

Invitez chaque participant à se présenter et à révéler quelque chose à leur sujet selon le thème associé à la couleur qu'ils ont choisi.

² Cette activité est tirée du programme *Soutien à la vie autonome, Droit devant* de Mann-Feder, Roman et Corneau (2009).

Phrases inachevées³

Objectif : En plus de favoriser la création d'un climat ludique et de détente et de mettre en lien les participants, cette activité vise à amener les participants à découvrir et à partager des attitudes, des convictions, des actions, des intérêts, des aspirations, des choses que l'on aime ou que l'on n'aime pas, etc.

Durée : 20 minutes

Procédure : Présentez au groupe la liste de phrases inachevées. Invitez-les ensuite à compléter chacune des phrases avec la première idée qui leur vient en tête. Si le groupe semble intéressé, vous pouvez proposer de faire plusieurs tours de table. Si les participants ne se sentent pas à l'aise, ils peuvent évidemment passer leur tour. Une discussion de groupe peut suivre.

Voici quelques exemples de phrases inachevées :

- Les samedis, j'aime bien...
- S'il me restait 24 heures à vivre...
- Si j'avais un million de dollars...
- Je désire secrètement...
- Si j'avais 50\$ j'achèterais...
- Plusieurs personnes ne sont pas d'accord avec moi au sujet de...
- La plus belle journée de ma vie...
- Si j'avais 5 ans je...
- J'excelle dans...
- Une chose qui me rend unique c'est...
- Dans un groupe, je suis...
- La meilleure façon de me faire de la peine c'est...
- Je me fâche quand...
- J'ai accompli...
- Ce que je trouve le plus drôle c'est...
- Ce que je désire le plus dans ma vie c'est...
- Ceux qui me connaissent bien pensent que je suis...
- J'aime beaucoup faire partie d'un groupe quand...

³ Cette activité est tirée du programme *Soutien à la vie autonome, Droit devant* de Mann-Feder, Roman et Corneau (2009).

L'arbre

Objectif : Amener les participants à prendre conscience de ce qui les constitue en identifiant ce qui leur a été transmis et ce qui les ancre (les racines), ce qui les supporte ou ce qui les fragilise (le tronc) et ce qui représente leurs forces (les feuilles). Cet exercice permet aux participants de prendre conscience de ce qui leur a été transmis sur le plan culturel et intergénérationnel, à identifier les éléments de solidité ou de fragilité qu'ils portent et qui influence leur développement et de faire le lien avec leur propre identité. En prenant conscience de leurs racines, de leur tronc mais également en s'identifiant à différents types d'arbres (certains ont des petites racines mais un tronc solide, certains portent des blessures importantes ou poussent croches ou plus lentement mais finissent par faire des feuilles, d'autres sont lisses et jeunes, etc.), cette activité favorise la conscientisation d'une possibilité de prise de pouvoir sur sa vie.

Durée : 40 minutes

Procédure : La reproduction d'un arbre géant est affichée sur le mur. Cet arbre possède un large tronc et plusieurs racines et branches.

Les participants sont invités à identifier des valeurs ou des éléments culturels qui représentent leurs racines, c'est-à-dire des choses qui leur ont été transmises par leurs ancêtres, leurs parents, etc. Ils sont invités à venir les écrire sur les racines de l'arbre. En cours d'exercice, les échanges font prendre conscience que les racines permettent de s'ancrer, d'être plus solide mais que certaines racines peuvent être fragiles et toutes petites.

Les participants sont invités à identifier des événements de vie ou des situations qui favorisent le développement de l'arbre (personnes importantes, scolarité, etc.) ou au contraire qui ralentissent sa croissance ou laissent des marques (maladies, décès d'un proche, manque de soutien, difficultés personnelles, etc.). Ils sont invités à venir les écrire sur le tronc de l'arbre. En cours d'exercice, les échanges peuvent faire prendre conscience des différents troncs. Certains sont droits et forts et d'autres portent plusieurs blessures qui sont partie prenante de l'arbre, de ce qui le définit. Ces blessures permettent parfois d'être plus fort.

Les jeunes sont invités à identifier l'arbre qui leur ressemble le plus parmi une série d'images ou à dessiner leur propre arbre et à y mettre des feuilles associées à leurs forces.

Rencontre 3 : Milieu de vie et besoins résidentiels

Objectif de la rencontre : Amener les participants à se projeter sur le plan résidentiel et à exprimer leur craintes, leurs besoins, leurs désirs et leurs expériences face à cette transition.

Thèmes :

- Est-ce que je veux vivre en ville ou en communauté?
- Quels sont les avantages et les inconvénients liés à ces possibilités?
- Comment est-ce que je me sens dans ma communauté? En ville?
- Avec qui est-ce que je vais habiter?
- Comment est-ce que je peux répondre à mes besoins? Comment est-ce que je peux me préparer? Est-ce que je me sens prêt?

Rôle des animateurs :

- Être à l'écoute et susciter des pistes de réflexion.
- Explorer quels sont les besoins des jeunes en ce qui a trait à leur projet, les aider à adopter une vision réaliste de leur projet résidentiel en suscitant une réflexion sur la différence entre leur idéal et les possibilités réelles qui s'offrent à eux.
- Aider les participants à prendre connaissance des différentes démarches en lien avec la transition à la vie autonome et ce, en fonction du milieu de vie choisi (accès au logement, budget, trousseau, épicerie, cuisine) et les amener à prendre conscience de ce que ça nécessite comme habiletés.
- Amener les jeunes à s'exprimer sur la façon dont ils vivent leur intégration en ville, leur retour à la communauté, etc.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : En ville, en communauté	30 minutes
Pause	10 minutes
Mon milieu de vie idéal ou activité cuisine	30 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

Rencontre 3 :
Fiches des activités proposées

En ville, en communauté...

Objectif : L'objectif de cette activité est d'amener le jeune à explorer les différents projets résidentiels susceptibles de l'intéresser ainsi que les éléments favorables et défavorables associés aux différents choix résidentiels. Plusieurs des jeunes autochtones des communautés ciblées sont amenés à partager leur temps entre la ville et la communauté et, éventuellement, à vivre dans l'un ou l'autre de ces milieux de vie que ce soit à la fin d'un placement, à la fin de la scolarité ou pour ce qui concerne l'emploi. Cette activité a comme objectif de permettre aux jeunes de réfléchir à cette réalité, à identifier leurs craintes et leurs désirs et à s'exprimer sur comment ils se sentent dans ces différents milieux de vie et pourquoi ils préféreraient y vivre.

Durée : 30 minutes

Procédure : Assis en cercle, les participants ont devant eux une série de cartons évoquant des activités (travailler, fonder une famille, étudier, faire du sport, se faire soigner, etc.). Deux grands cercles ont été tracés dans le local, un représentant la ville et l'autre la communauté. À tour de rôle, les jeunes sont invités à choisir un carton représentant une activité et à se diriger vers un milieu de vie en disant « *Pour faire X, je vais à Y, parce que...* ». Des cartons sans image sont également disponibles pour que les jeunes y dessinent d'autres activités qu'ils préfèrent faire en ville ou en communauté.

L'activité peut également être reprise mais avec des cartons associés cette fois à des émotions (sentiment de solitude, de danger, de peur, d'ennui, etc.). Les jeunes doivent alors dire « *Je me sens X, lorsque je suis à Y parce que* »...

Suite à l'activité, les participants sont invités à prendre part à une discussion où ils peuvent s'exprimer sur l'endroit où ils aimeraient habiter et à parler des raisons de leur choix. Ils sont également amenés à préciser avec qui ils aimeraient habiter. Les autres membres peuvent également interagir. Tous sont invités à partager avec le groupe et à interagir ensemble. Certains éléments comme la pénurie de logement, le coût de la vie, le réseau familial, le revenu, la capacité de vivre seul, etc., sont à intégrer dans la discussion.

Mon milieu de vie idéal⁴

Objectif : L'objectif de cette activité est de permettre aux participants d'exprimer, par une activité artistique, leur milieu de vie idéal et leurs besoins sur le plan résidentiel. Elle vise également à permettre aux jeunes de prendre connaissance du matériel de base nécessaire afin de subvenir à ses besoins.

Durée : 30 minutes

Procédure : Les participants sont invités à représenter sur un carton les plans de leur environnement immédiat idéal (la maison) et à le situer dans un environnement plus large comme leur communauté ou un quartier idéal. Pour ce faire, du matériel d'art comme des cartons, des crayons, de la peinture, des catalogues, des revues diverses, etc., est mis à leur disposition.

À l'aide du matériel, ils sont invités à illustrer leur milieu de vie en prenant soin d'y représenter les éléments qui leur sont essentiels (nombre de pièces dans la maison, ameublement et appareils essentiels, etc.). Ils doivent situer cette maison en illustrant les éléments de l'environnement qui leur sont également essentiels (centre sportif, magasin, école, etc.).

Les participants peuvent faire un projet en solo mais aussi un projet d'équipe. Ils devront alors discuter entre eux sur leur milieu de vie idéal et s'entendre.

Par la suite, un partage de chacun des collages est présenté aux autres membres du groupe ainsi que les explications relatives à celui-ci. Les participants sont invités à présenter au groupe leur maquette.

Une discussion autour des besoins résidentiels accompagne cette activité.

⁴ Cette activité est inspirée du programme *La route de l'autonomie*, élaboré pour une clientèle adolescente habitant sur la réserve algonquine de Pikogan.

Activité cuisine

Objectif : Dans un contexte nécessitant l'application d'une habileté associée à l'autonomie résidentielle (la planification et la préparation d'un repas), amener les jeunes à expérimenter cette habileté et à échanger autour de leur degré de préparation à la réalisation de ce type de tâche, de leurs expériences, de leurs forces et leurs difficultés, etc. Les amener à prendre conscience des coûts associés à l'achat des aliments, à choisir des aliments en lien avec le budget disponible tout en ayant assez de portions pour le groupe, se déléguer les tâches, prévoir le matériel de cuisine nécessaire. L'objectif de l'activité est d'ouvrir une discussion sur la question de la préparation à l'autonomie résidentielle dans un contexte informel et dans le cadre d'une expérimentation concrète et active.

Durée : 40 minutes (le temps de la collation partage est ici incluse dans le temps dédié à cette activité)

Procédure : Mettre à la disposition des jeunes des circulaires, quelques livres ou fiches de recettes, des calculatrices, etc. Leur demander de prendre en charge la planification de la collation partage pour la semaine suivante. Entre eux, ils devront prévoir ce qu'ils veulent cuisiner, planifier la liste des achats à faire en fonction d'un budget prédéterminé et des contraintes associées au lieu où se déroulera l'activité (pas de cuisinière, pas de micro-ondes, etc.) ainsi que des défis proposés par les intervenants (n'utiliser que des aliments de base non transformés, prévoir des aliments des 4 groupes alimentaires, prévoir une diversité de plats, etc.).

À la fin de l'activité, les jeunes seront invités à échanger autour de l'expérience mais également autour de leurs expériences en lien avec ce type de tâche (planification, préparation de repas, budget, etc.) dans leur vie quotidienne, sur leurs connaissances et habiletés liées à cette activité, sur leur perception de leur capacité à s'occuper d'eux-mêmes, etc.

La préparation de la collation et la dégustation se feront dans le cadre de la collation partage de la semaine suivante.

Rencontre 4 : Mes rêves, mes projets...

Objectif de la rencontre : Amener les participants à se projeter sur le plan professionnel et à exprimer leurs rêves, leurs craintes, leurs besoins, leurs désirs et leurs expériences face à cette transition.

Thèmes :

- Quels sont mes rêves, mes projets?
- Qu'est-ce que j'aimerais faire plus tard?
- Comment est-ce que je veux me réaliser?

Rôle des animateurs :

- Aider les participants à explorer les différentes avenues au niveau professionnel.
- Amener les participants sur une piste de réflexion concernant leurs projets professionnels.
- Accompagner et soutenir les participants dans leurs projets.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : Devine mon métier	25 minutes
Pause	10 minutes
Activité 2 : Poursuivre son rêve	40 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

Rencontre 4 :
Fiches des activités proposées

Devine mon métier

Objectif : L'objectif de cette activité est de permettre aux jeunes de prendre connaissance de différents métiers et de connaître les goûts et les ambitions des autres membres du groupe.

Durée : 25 minutes

Procédure : Chacun des participants inscrit sur des languettes de carton 5 métiers qu'il connaît ou qu'il aimerait faire plus tard. Le fait de demander aux participants d'inscrire 5 métiers est d'abord pour leur faire prendre conscience de ce qu'ils aimeraient faire plus tard et ensuite de faire une banque de mots pour la réalisation du jeu.

Un des participants est debout devant les autres et on lui colle un des cartons sur le front sans qu'il l'ait vu. Celui avec le carton pose des questions au groupe, alors que les autres participants ne doivent répondre que par oui ou non. Enfin, après avoir deviné le métier, le participant debout doit identifier qui a inscrit ce métier sur le carton.

Poursuivre son rêve

Activité : Visionnement du documentaire intitulé *La parole aux jeunes : poursuivre son rêve*, documentaire présenté sur les ondes du réseau APTN dans le cadre de la série Mishkuenita.

Durée : 25 minutes pour le visionnement et 15 minutes pour l'échange avec le groupe

Résumé du documentaire : La population autochtone est de plus en plus jeune : 60% a moins de 25 ans. La parole des jeunes est donc devenue incontournable dès que l'on s'intéresse aux enjeux et aux défis sociaux, politiques et culturels que soulèvent les réalités autochtones contemporaines.

Ce thème en deux volets veut défier le discours sombre qui accable les jeunes autochtones et veut illustrer comment ceux-ci se projettent dans l'avenir.

Sans nier les problématiques sociales qui marquent l'expérience de nombreux jeunes, ce premier volet entend livrer un regard sur ce que ces réalités peuvent engendrer comme créativité, innovations et ajustements chez nos jeunes. La parole est donnée à quelques-uns d'entre eux qui se démarquent par leur dynamisme et qui ont réalisé leur rêve. Nous sommes témoins de l'une des étapes de leur cheminement, et nous découvrons le secret de leur succès : croire en soi et aller jusqu'au bout...

Retour sur le visionnement : Après avoir visionné en groupe le documentaire, les participants sont invités à réagir sur les thèmes abordés et à échanger sur leurs propres rêves, sur l'importance qu'ils accordent à avoir des rêves, sur ce qui les empêche parfois de rêver, sur leurs doutes et leurs besoins.

Rencontre 5 : Mes besoins et mes ressources

Objectif de la rencontre : Amener les participants à prendre conscience de leurs besoins (physiques, émotifs, spirituels, etc.), les accompagner dans l'identification des ressources pouvant les aider à répondre à ces besoins et favoriser le dialogue autour de leur rapport à ces ressources (expérience avec les différentes ressources, perception des ressources et des intervenants, ouverture, craintes, confiance, accessibilité, etc.).

Thèmes :

- Quels sont mes besoins?
- Quelles sont les ressources à ma disposition?

Rôle des animateurs :

- Faire prendre conscience aux jeunes de leurs besoins.
- Accompagner les participants dans la recherche de ressources en fonction de leurs besoins.
- Aborder avec les participants leur rapport aux ressources, celles dans leur communauté et hors de la communauté (expérience avec les différentes ressources, perception des ressources et des intervenants, ouverture, craintes, confiance, accessibilité, etc.).

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : On se tisse un réseau	20 minutes
Pause	10 minutes
Activité : Mon bottin de ressources / Personne invitée	45 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

Rencontre 5 :
Fiches des activités proposées

On se tisse un réseau

Objectif : Dans le contexte d'une activité ludique, l'objectif est ici d'introduire le thème de la rencontre en amenant les participants à identifier des besoins ainsi que les ressources à leur disposition permettant de répondre à ces besoins.

Durée : 20 minutes

Procédure : Les participants se placent en cercle. On remet une pelote de laine à un des participants. Celui-ci doit bien tenir le bout de la laine dans une main et tenir la pelote dans l'autre. Un jeune nomme un besoin, par exemple, « *Manger* », un autre participant lui répond en nommant une ressource, par exemple, « *Le dépanneur* ». Alors, la personne ayant nommé son besoin lance la pelote de laine à celui lui ayant répondu en s'assurant de toujours tenir le bout de la laine. Celui qui tient la pelote de laine doit à nouveau nommer un besoin, par exemple, « *Être écouté* », un autre participant nomme une ressource, par exemple, « *Un intervenant* ». Celui qui a nommé le besoin lui lance la pelote de laine en s'assurant de bien tenir un bout dans ses mains.

Ainsi de suite jusqu'à ce que les besoins aient été répondus. Les ressources peuvent être des organismes, des institutions (école, centre de santé) ou des personnes. Il est intéressant d'amener les participants à identifier des ressources dans la communauté (centre de santé, conseil de bande, maison des jeunes, etc.) mais également hors communauté (orienteur, carrefour jeunesse emploi, etc.). À la fin de cette activité, une toile d'araignée sera tissée et représentera le réseau de ce groupe de jeunes.

Ouverture vers une activité principale :

Cette activité brise-glace peut servir d'introduction à plusieurs activités principales. Voici deux suggestions :

- Fabrication par les jeunes d'un bottin de ressources (individuellement ou en groupe)
- Échange/discussion avec un invité choisi par les participants préalablement à l'atelier. Cet invité peut être une personne ressource d'un organisme ou un jeune ayant fréquenté une ressource.

Rencontre 6 : Mon réseau de soutien

Objectif de la rencontre : Favoriser chez les participants une prise de conscience sur leur réseau, l'identification de leurs soutiens et une réflexion sur leurs relations interpersonnelles.

Thèmes :

- Qui sont les gens qui m'entourent?
- Sur qui puis-je compter? Qui peut me protéger? Qui sont les personnes significatives pour moi?
- Qu'est-ce que je recherche dans mes relations?

Rôle des animateurs :

- Amener les participants à prendre conscience de leur réseau (sa diversité, sa composition, etc.).
- Favoriser un échange autour de la thématique des relations interpersonnelles.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : Mon réseau	30 minutes
Pause	10 minutes
Activité : Carte postale	35 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

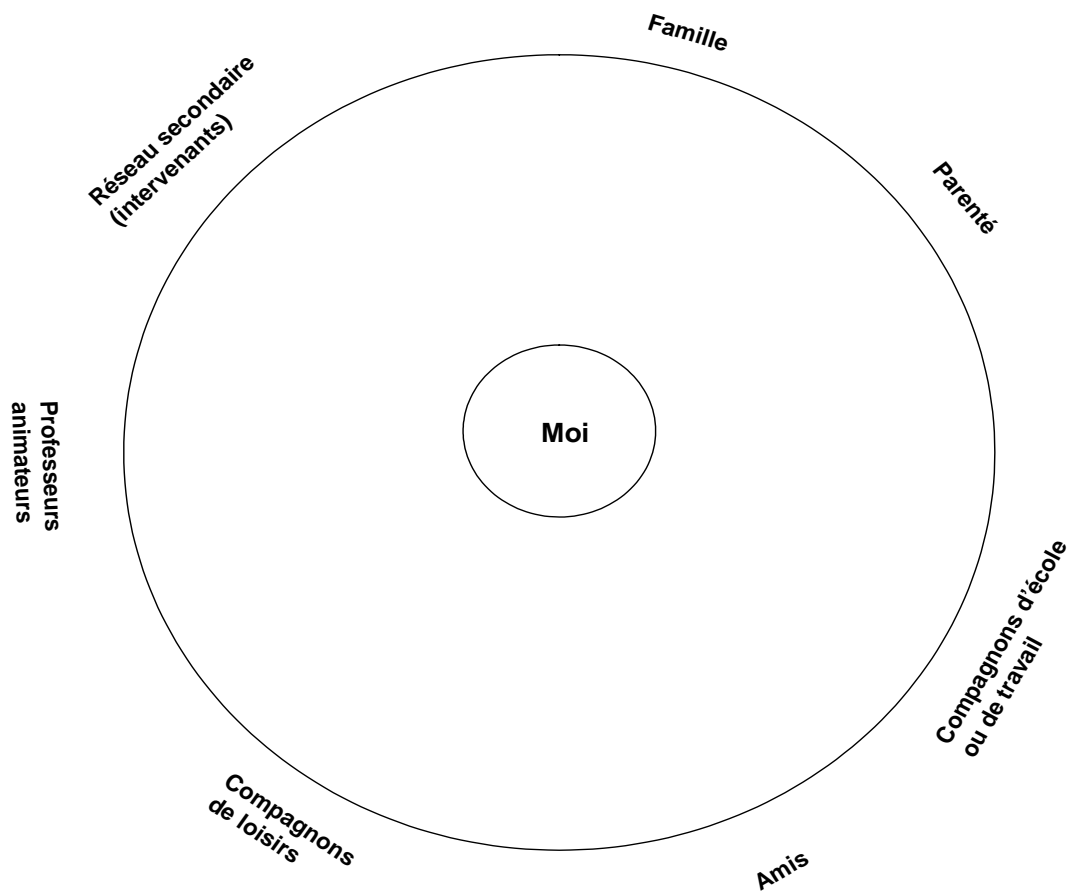
Rencontre 6 :
Fiches des activités proposées

Mon réseau⁵

Objectif : L'objectif de cette activité est de permettre aux participants d'identifier, de façon visuelle, leur réseau social de façon à favoriser une réflexion sur la nature de ce réseau, sa composition, sa diversité, la présence de personnes plus significatives, etc.

Durée : 30 minutes

Procédure : Demandez aux participants de dessiner un cercle et d'inscrire leur nom au centre. Ensuite, invitez-les à penser aux différents groupes de personnes qu'ils connaissent (ex : amis de sports, de loisirs, membres de leur famille, amis proches, autres amis, collègues, connaissances, intervenants, etc. et de les inscrire dans la catégorie appropriée, un peu comme dans l'exemple ci-dessous :



⁵ Cette activité est tirée du programme *Soutien à la vie autonome, Droit devant* de Mann-Feder, Roman et Corneau (2009).

Le nom de la personne devrait être écrit plus ou moins loin du centre en fonction de l'importance qui lui est accordée. Plus cette personne est importante, plus elle sera placée près du centre.

Des indications particulières peuvent également être données comme associer une couleur à un groupe d'âge (écrire en rouge le nom des adultes, en bleu le nom des jeunes de mon âge, en jaune le nom des enfants), à un type de soutien (en rouge les personnes vers qui je vais pour des conseils, en bleu les personnes qui m'aident sur le plan matériel, en noir les personnes qui me nuisent, en jaune les personnes qui sont là sans m'aider vraiment) ou à un type d'activité (personnes avec qui je m'amuse, personnes avec qui je fais des activités traditionnelles, personnes avec qui je consomme ou fais le party).

Les questions suivantes peuvent permettre aux animateurs d'amener les participants à prendre conscience de leur réseau :

- Décrivez à quel point vous estimez que chaque groupe vous soutient ou non.
- Y a-t-il des groupes de votre entourage qui ne sont pas représentés dans votre réseau?
- Est-ce que votre réseau est composé principalement d'adultes ou de jeunes?
- Déterminez si certains cercles sont plus faibles en raison du petit nombre de personnes qui s'y regroupent.
- Etc.

Suite à cet exercice, vous pouvez stimuler une discussion de groupe avec les participants pour qu'ils puissent partager leurs résultats avec les autres.

Ouverture vers une activité principale : Suite à cette activité introductive, il pourrait être intéressant d'amener les jeunes à identifier dans leur réseau une personne qu'ils admirent particulièrement et de les inviter à confectionner une carte postale qui pourrait être envoyée à cette personne. Les participants sont invités à personnaliser leur carte postale en la décorant et à écrire un court message au destinataire en exprimant pourquoi il s'agit de quelqu'un d'important (ex : « *Je t'admire parce que...* », « *Tu es important pour moi parce que...* »).

Rencontre 7 : L'accomplissement adulte

Objectif de la rencontre : Affirmer sa propre identité et se projeter comme adulte.

Thèmes :

- Qui suis-je?
- Quel adulte je voudrais être?
- De quoi aurais-je besoin pour devenir un adulte accompli?

Rôle des animateurs :

- Aider les participants à prendre conscience de qui ils sont maintenant et à se projeter dans le futur.
- Favoriser une prise de conscience des choses qui leur reste à accomplir pour devenir l'adulte qu'ils voudraient être.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : Ce qui me représente	15 minutes
Activité : Ma roue de bien-être	15 minutes
Pause	10 minutes
Poursuite de l'activité	40 minutes
Collation partage et retour sur la rencontre	10 minutes avant la fin

- Une discussion de groupe autour de l'activité de la semaine suivante pourrait ici être amorcée de façon à impliquer les participants dans la formulation de cette activité.

Rencontre 7 :
Fiches des activités proposées

Ce qui me représente

Durée : 15 minutes

Procédure : Mettre à la disposition des participants plusieurs photos ou objets. Les inviter à en choisir un qui les représente et leur demander d'expliquer au reste du groupe pourquoi cet objet les représente.

Cet activité peut également être réalisée à partir d'un objet (ou d'une image) apporté par les participants. Il faudrait cependant prévoir à la rencontre précédente de demander aux participants d'amener cet objet.

Ma roue de bien-être

Objectif : Permettre aux jeunes de faire le point sur leur cheminement tant au plan physique, émotionnel, intellectuel que spirituel.

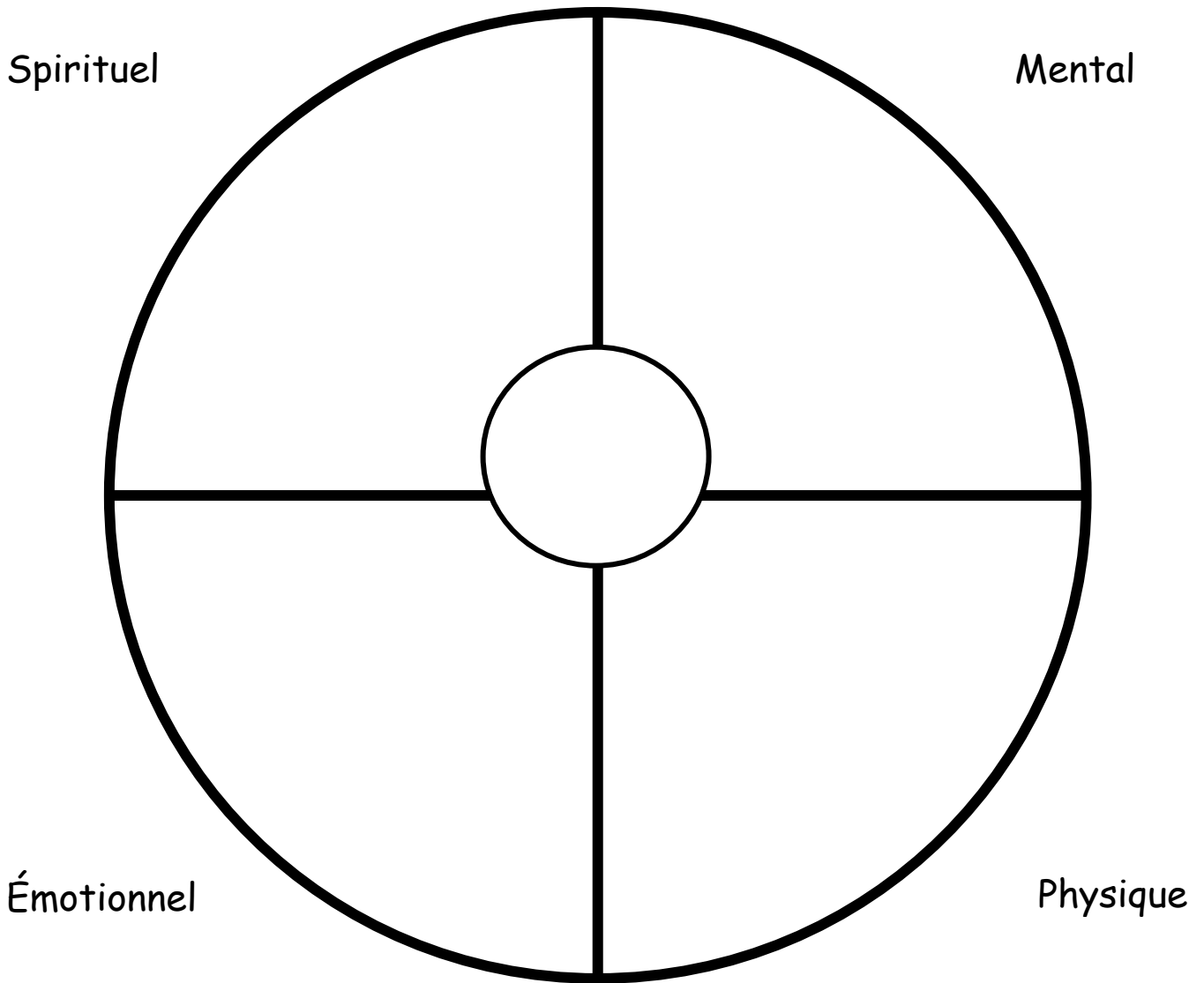
Durée : 45 minutes

Procédure : Avant de débiter la création de leur roue de bien-être, les participants sont invités à une période de relaxation. Il est conseillé de faire jouer une pièce musicale traditionnelle relaxante et d'amener les participants à adopter une position confortable, couchée ou assise, et de se centrer sur eux lors de cette période de relaxation.

Par la suite, chaque participant est invité à prendre connaissance de la roue médicinale vierge et d'en avoir une copie devant eux.

D'abord, ils inscrivent leur nom dans le cercle au centre. Ensuite, ils sont invités à faire leur autoportrait en considérant chacune des dimensions présentes dans la roue médicinale. Les participants sont invités à représenter leur état spirituel, mental, physique et émotionnel, soit par le dessin, un poème ou simplement des mots inscrits dans chacun des quartiers. Le participant peut également dessiner ou inscrire comment il aimerait être et ce qu'il doit accomplir pour le devenir.

Ma roue de bien-être



Rencontre 8 : La transmission

Objectif de la rencontre : Amener les jeunes à s'exprimer à travers un projet collectif mobilisateur, à se dire, à prendre la parole comme adulte de demain et à transmettre un message à leur communauté ou aux gens qui les entourent.

Thèmes :

- Qu'est-ce que je voudrais transmettre à ma communauté et aux générations futures?
- Qu'est-ce que je veux dire à ma communauté et aux gens qui m'entourent?
- Comme adulte de demain, comment est-ce que je peux prendre ma place et qu'est-ce que je veux?

Rôle des animateurs :

- Favoriser chez les participants un sentiment de fierté.
- Encourager la prise de parole en amenant les jeunes à réfléchir sur ce qu'ils voudraient dire, sur ce qu'ils aimeraient transmettre comme message.
- Favoriser l'intégration par les participants des différentes thématiques abordées dans le cadre du programme.

Planification de la rencontre :

Rituel de purification par la sauge	10 minutes
Activité introductive : Message aux adultes	35 minutes
Pause	10 minutes
Projet photos	30 minutes
Collation partage et retour sur le programme	10 minutes avant la fin

Rencontre 8 :
Fiches des activités proposées

Message aux adultes

Activité : Visionnement du documentaire intitulé *La parole aux jeunes : Message aux adultes*, documentaire présenté sur les ondes du réseau APTN dans le cadre de la série Mishkuenita.

Durée : 25 minutes pour le visionnement et 10 minutes pour l'échange avec le groupe

Résumé du documentaire : Les représentations sur nos jeunes laissent croire qu'ils ont abandonné tout espoir face à leur destin : ils sont souvent dépeints comme des délinquants alcooliques et toxicomanes. Évoquer les réalités des jeunes autochtones, c'est donc parler des problèmes sociaux. Pourtant, parler des jeunes aujourd'hui revient à interroger une majorité de moins en moins silencieuse, qui aspire au changement. Des jeunes de toutes les communautés que nous visitons livrent leur message aux adultes. Nous voyons comment ils voient leur société, le bilan lucide qu'ils font de l'héritage laissé par leurs parents et comment ils entendent « changer les choses ».

Retour sur le visionnement : Après avoir visionné en groupe le documentaire, les participants sont invités à réagir sur les thèmes abordés et à échanger sur le message qu'eux voudraient transmettre ou sur un projet concret qu'ils voudraient proposer (ex : construction d'un centre sportif, etc.).

Projet photos

Objectif : À travers un médium d'expression préalablement déterminé par les jeunes (nous proposons ici la photo), permettre aux participants de prendre la parole et de transmettre un message collectivement.

Durée : 50 minutes

Procédure : Assez tôt dans le programme de groupe, remettre aux jeunes un appareil photo jetable. Leur demander, au fil des rencontres, de prendre quelques photos en lien avec la thématique abordée lors de la rencontre (ex : sur des gens de leur réseau, sur leur communauté et la ville, sur des choses qui les représentent ou qui sont importantes pour eux, etc.).

À la dernière rencontre, remettre aux jeunes les photos développées qu'ils ont pris et leur demander de faire une murale (soit individuellement ou en équipe) sur laquelle ils peuvent dessiner, coller des images et intégrer leurs photos de façon à transmettre un message.

Les murales pourront faire l'objet d'une exposition dans un endroit public visible par la communauté.

Projets alternatifs :

- Amener les participants à faire un court film dans lequel ils prennent la parole.
- Faire un *lipdub* ou un vidéo collectif sur une chanson.

Annexe 1

Rituel de purification par la sauge⁶

Ce dont vous avez besoin :

- De la sauge et/ou du cèdre et/ou du foin d'odeur et/ou du genévrier.
- 1 petit récipient (bol de terre cuite ou une oreille de mer - abalone - ou un récipient en bois aux rebords bas)
- 1 plume d'oiseau (un oiseau que vous connaissez et pour lequel vous avez une connaissance et une affection réelle; ce peut être aussi une aile d'oiseau).

Procédure : Précisons tout de suite que la manière de faire est personnelle à chacun et c'est ce qui garantit l'authenticité des gestes qui seront posés. C'est dans une intention profonde et ressentie par le purificateur que le résultat doit être attendu. Cela distingue le vrai de toute copie ritualisée et sans âme. Et si vous ne possédez pas le ressenti suffisant, vous ne distinguerez jamais le vrai du faux.

Voici donc ma manière, à moi, une manière qu'il n'est certainement pas obligatoire de répéter à la lettre pour purifier. Toutefois, voyez par vous même que certains éléments devraient être présents dans cette purification.

Donc, placez de la sauge, du cèdre, du foin d'odeur, du genévrier ou un mélange de ces ingrédients dans le récipient et allumez. Lorsque le feu a créé une braise suffisante qui consume lentement la matière, éteignez les flammes en plaçant un couvercle « naturel » de votre choix dessus le récipient le temps nécessaire d'étouffer la flamme vive. Voyez ensuite s'il y a suffisamment de fumée produite. Vous pouvez activer la braise en créant un courant d'air qui souffle sur la braise en faisant circuler l'air ambiant à l'aide de votre plume (ou, aile d'oiseau).

Si vous en avez envie, vous pouvez offrir la fumée, à l'aide de la plume ou de l'aile, aux 4 points cardinaux ainsi qu'au sol qui porte votre pas, la Terre - Mère, au ciel, notre Grand esprit... (Quant à l'eau, elle est l'objet d'une

⁶ Ce protocole adapté est tiré du site Internet la nation autochtone du Québec : http://www.autochtones.ca/portal/fr/ArticleView.php?article_id=68

approche distincte.) Au rapport de chacune des directions représentées par les quatre points cardinaux, chacun devrait, selon sa propre coutume, y faire valoir son mode de perception qui lui, présente nécessairement des différences d'un individu à l'autre. Il faut savoir respecter le principe de base que les perceptions du monde sont différentes d'un individu à un autre, d'un groupe à un autre, etc. Ce respect de la différence par les purifiés les prépare à une vision particulière du monde qu'est celle du purificateur, des autres groupes, etc. Or, aucun rite de purification ne saurait être jugé plus adéquat qu'un autre.

Les quatre points cardinaux sont plus que de simples directions de la rose des vents, celles que l'on retrouve sur une carte ou sur une boussole. Ce sont des points à l'intérieur d'un cercle. Ces points qui représentent quatre grandes puissances naturelles. Ces puissances s'expriment dans les saisons d'une année et sur le cours d'une vie. En ce sens, l'est peut représenter pour certains la naissance et le sud être le temps de la quête de visions intérieures, de son animal totem et autres selon l'individu et les coutumes. Et enfin l'ouest, lieu où le soleil se couche, un temps de réflexion et de méditation. Le nord parlerait de maturité et de sagesse. Mais, comme il y a danger de ritualisation où les gestes ont pris le dessus sur la profondeur de l'âme, j'insiste sur le fait que votre conception du monde par les quatre directions dépend strictement de vos coutumes à vous. Moi, je privilégie une approche ancienne qui veut que j'aie que par ce que je ressens en ceci, ce qui me vient du dedans, comme si je me le faisais souffler doucement à l'oreille, au fur et à mesure.

En effectuant ces gestes, vous devez être en contact avec votre personne profonde, le soi intérieur. Vous proposez donc que par votre stricte pensée ce que vous souhaitez obtenir. Vous pouvez faire des demandes pratiques ou, si vous n'en avez pas à faire, parlez tout bonnement de ce que vous ressentez. Partagez avec toutes les dimensions de votre être. Donnez-vous ce moment d'expression intérieure profonde. Vous remerciez ainsi le Grand Esprit pour ce contact intime et pour ce que vous êtes et avez déjà.

Rituel vis-à-vis les autres : (si vous êtes en groupe)

Placez-vous près de la personne et dirigez la fumée en commençant depuis les pieds en remontant jusqu'à sa tête. Faites cela en commençant par devant

son corps puis faites pivoter la personne afin d'envoyer la fumée couvrir son dos depuis ses pieds jusqu'à la tête.

Vous pouvez effectuer ces gestes sur une personne couchée. Commencez par ses pieds et finissez par sa tête. Vous pouvez insister sur la partie du corps qui est malade.

Une fois vos gestes faits, laissez brûler la sauge (ou autre) dans le récipient. Par la suite, jetez les cendres à l'extérieur dans un endroit propre et naturel. Ne les jetez pas dans la chasse d'eau, car elles suivraient un parcours pollué au maximum.

Au plan scientifique, l'effet sur le corps est qu'il y a élimination des ions positifs, ions qui sont nuisibles. Ce phénomène peut être observé après un gros orage électrique. Quand l'on sort dehors dans le calme après l'orage, l'on a cette impression si vivante d'un étrange bien-être qui nous envahit. C'est ce même effet que la purification rend. Et encore là, si peu de personnes songent à en profiter pour méditer ou envoyer des messages de paix.

LES HERBES TRADITIONNELLES⁷

a. Les quatre plantes purificatrices

Les plantes utilisées depuis la nuit des temps par les Autochtones du Canada sont la sauge, le cèdre, le foin d'odeur et le genévrier. La sauge est la plante la plus masculine et est un purificateur puissant. Le cèdre canadien (aussi appelé arbre de la paix) est un équilibre de polarités féminines et masculines. Il prédispose à la prière, à la sérénité et au calme. Le foin d'odeur est la plante la plus féminine; il peut être appelé les cheveux de la Terre-Mère. Le genévrier est utilisé pour se souvenir de ses rêves et pour purifier les lieux où on dort.

b. Le rituel

Ces plantes étaient brûlées pour purifier l'ambiance dans un lieu. Les applications les plus courantes sont : avant une cérémonie, pour offrir de l'aide à une guérison, pour purifier une nouvelle maison, etc. On faisait souvent brûler ces plantes dans un coquillage, la coquille d'ormeau étant le plus courant. Il est traditionnel d'offrir la fumée aux quatre directions en commençant au Nord ou à l'Est. Les enseignements spirituels amérindiens nous disent que la fumée des herbes sacrées amène notre prière dans le monde spirituel. Les cendres de la fumigation sont elles aussi sacrées. Elles sont disposées de façon respectueuse dans un lieu naturel.

⁷ Ce texte est tiré du document *Fiches sur l'art et l'artisanat autochtone : outil de travail pour la boutique du centre d'amitié autochtone de Val-d'Or*. Centre d'amitié autochtone de Val-d'Or (2004)

BIBLIOGRAPHIE

Centre d'amitié autochtone de Val-d' Or. (2004). Fiches sur l'art et l'artisanat autochtone: outil de travail pour la boutique du centre d'amitié autochtone de Val-d'Or. Val d'Or,

Conseil national du bien-être social (2007). Agissons maintenant pour les enfants et les jeunes métis, inuits et des premières nations. Ottawa.

Fiske, J.-A. (2008). Rendre manifeste l'intangible : les pratiques de guérison du Qul-Aun Trauma Program La guérison autochtone au Canada : Études sur la conception thérapeutique et la pratique. Ottawa, Fondation autochtone de guérison: 37-111.

Fletcher, C. and A. Denham (2008). Cheminer vers la guérison : étude de cas au Nunavut. La guérison autochtone au Canada : Études sur la conception thérapeutique et la pratique. Ottawa, La guérison autochtone au Canada : Études sur la conception thérapeutique et la pratique.: 113-158.

Goyette, M., S. Grenier, et al. (Juillet 2010). Parcours d'entrée dans la vie adulte et stratégies d'autonomisation: une lecture dynamique des trajectoires de jeunes autochtones suivis ou placés en protection de la jeunesse, CNPC.

Goyette, M., S. Grenier, et al. (2008). Enjeux relatifs au passage à la vie adulte de jeunes autochtones : vers une meilleure compréhension de la particularité du contexte des communautés algonquines de l'Abitibi-Témiscamingue, CNPC.

Grenier, S. and M. Goyette L'intervention de groupe auprès des jeunes autochtones en préparation à la vie autonome 32e Symposium international sur le travail social de groupe de l'AASWG. Montréal, 3-6 juin 2010.

Hawkins, E. H., G. A. Marlatt, et al. (2004). "Preventing substance abuse in American Indian and Alaska Native youth: Promising strategies for healthier communities." Psychological Bulletin **130**(2): 304-323.

J.P., G. (2008). Ouvrir la voie autochtone au mieux-être : Le Pisimweyapiy Counselling Centre La guérison autochtone au Canada : Études sur la conception thérapeutique et la pratique. Ottawa, Fondation autochtone de guérison: 159-246.

James, B., J. B. Waldram, et al. (2008). Réédifier une nation : la guérison en milieu urbain La guérison autochtone au Canada : Études sur la conception thérapeutique et la pratique. Ottawa, Fondation autochtone de guérison: 247-321.

Loiselle, M. (2009). "La roue de bien-être : une contribution autochtone au travail social." Intervention **131**: 183-193.

Mann-Feder, V., A. Roman, et al. (2009). Soutien à la vie autonome: le programme Moi & CIE, Produit dans le cadre d'un projet financé par la Stratégie nationale pour la prévention du crime du gouvernement du Canada, en collaboration avec le ministère de

la Sécurité publique du Québec.

Mann-Feder, V., A. Roman, et al. (2009). Soutien à la vie autonome: le programme Droit devant, Produit dans le cadre d'un projet financé par la Stratégie nationale pour la prévention du crime du gouvernement du Canada, en collaboration avec le ministère de la Sécurité publique du Québec.

Sande (de), A. and G. Renault (1998). " L'intégration des concepts autochtones dans le curriculum du travail social." Reflets : revue d'intervention sociale et communautaire 4: 164-173.

Turcotte, D. and J. Lindsay (2008). L'intervention sociale auprès des groupes. Montréal, Gaétan Morin Éditeur.