

ACFO



Nous sommes, nous serons !

JOURNAL FRANCOPHONE ACFO-CHAMPLAIN

303, rue James, Pembroke (Ontario) K8A 4V1

SEPTEMBRE-OCTOBRE 2023

Journée des Franco-Ontariennes et des Franco-Ontariens



Encore cette année, *la Journée des Franco-Ontariennes et des Franco-Ontariens* a su rassembler la communauté francophone et francophile du comté de Renfrew et démontrer que notre francophonie est bien vivante! Quel plaisir ce fut de vous retrouver lors des célébrations du 24 septembre 2023! Jeunes et moins jeunes ont su y trouver un moment pour socialiser et

y faire de nouvelles rencontres.

Toute une équipe de bénévoles a mis la main à la pâte pour organiser cet événement d'envergure. On dit que l'union fait la force et ce dicton s'avère très juste encore une fois. Merci à chacune des membres du comité organisateur pour votre engagement et votre collaboration, vous êtes garantes du succès des festivités. Merci aussi aux associations francophones, soit la Société Saint-Jean-Baptiste, la Fédération des femmes

canadiennes-françaises, l'ACFO-Champlain, le Centre Lajoie des aînées et aînés francophones, le Centre culturel francophone de Pembroke, le Centre de ressources pour les familles des militaires de Petawawa ainsi que la Société d'aide au développement des collectivités du comté de Renfrew pour votre complicité et synergie.

Le milieu scolaire est une composante majeure de notre communauté francophone. La participation des membres du personnel et des élèves du CSC Jeanne-Lajoie et de l'École élémentaire et secondaire publique L'Équinoxe a rendu possible ce grand rassemblement et a démontré son engagement au sein de notre communauté. Merci d'avoir répondu à l'appel en si grand nombre!

Alors que les festivités en cette journée donnent des ailes, la francophonie, elle, vibre à longueur d'année au Centre culturel francophone de Pembroke! Continuez à venir nous voir!



*Sylvie L. Trudel
Présidente,
La Société Saint-Jean-Baptiste*

Hôtel de ville de Renfrew: 127 rue Raglan Sud, Renfrew | Centre d'affaires Pembroke: 224 rue Pembroke Ouest, Pembroke



**Société d'aide au
développement des collectivités**

du comté de Renfrew

Programme de subvention salariale pour les francophones - Subvention salariale de 50%

Les employeurs du comté de Renfrew sont admissibles à une subvention salariale de 50 % pour les nouveaux employés francophones. Les employés embauchés le ou après le 8 septembre 2023 sont admissibles. Disponible jusqu'au 31 mars 2024 ou jusqu'à ce que tous les fonds soient alloués. Contactez-nous pour plus d'informations !



1-833-930-5283 | www.rccfdc.org | info@rccfdc.org

Foire des aînés

Ceci est une invitation de la part du **Centre Lajoie des aînées et des aînés francophones de Pembroke**. Le centre a soumis une demande pour participer à la Foire des aînés à Pembroke. L'événement se tiendra le 24 novembre 2023 de 9h à 18h.

Nous sommes heureux d'avoir reçu l'appui financier du gouvernement de l'Ontario qui couvrira certains frais. Durant la journée, il y aura des intervenants et de 16h à 18h, nous aurons de la musique de Noël et les gens de la communauté seront invités à venir faire leur magasinage des Fêtes.

Ce sera une belle plateforme pour faire connaître les ressources disponibles aux francophones de la région. Veuillez nous confirmer votre intérêt si vous désirez vous joindre à nous comme artisan, association et/ou service.

L'entrée sera gratuite, des rafraîchissements seront offerts et nous vous demanderons de remplir un questionnaire de satisfaction. Notre équipe devra être composée de 10 à 15 personnes, dont 4 intervenants, des animateurs, des vendeurs et nous aurons également un DJ. Merci à tous!



CENTRE LAJOIE DES
AÎNÉES ET AÎNÉS FRANCOPHONES
DE PEMBROKE

Le coin des dames

Voici le nouvel exécutif de la **Fédération des femmes canadiennes-françaises (FFCF)**

Pierrette Phillon: présidente

Carmel Chartrand: présidente sortante

Lise Chamberland-Cooper: vice-présidente

Sonya Loubier: secrétaire

Rose-Marie Larivière: trésorière

Caroline Beaulieu et Safaa Pilon: conseillères



À notre première réunion/souper du 12 septembre 2023, trente-deux dames étaient présentes. Pour l'occasion, Mme Safaa Pilon nous a préparé des délices de son pays, la Syrie.



Cette année, le conseil exécutif s'est donné comme but de «se faire connaître» auprès des femmes francophones de la région. De plus, nous voulons rendre hommage à nos pionnières en leur donnant une place d'honneur lors de nos réunions/soupers. Notre première invitée était Mme Ghislaine Plante.

Félicitations à Mme Yvonne Maurice, l'heureuse gagnante du 50/50 au montant de 54,50 \$.

La dernière réunion/souper a eu lieu le 10 octobre. Le thème était: jardiner avec Caro. Elle nous a donné de précieux conseils pour préparer nos jardins pour l'hiver.

La prochaine rencontre, ayant pour thème décoration de Noël, sera le 14 novembre 2023. Nous vous attendons en grand nombre.

Le CA de la FFCF section Pembroke

Le journal de l'ACFO-Champlain, votre média d'information francophone pour le comté de Renfrew

303, rue James, Pembroke (Ontario) K8A 4V1 • 613-732-3336
info@acfo-champlain.org • www.acfo-champlain.org • www.facebook.com/acfo.champlain

Agente de développement **Michelle Tchenwo**
Graphiste **Anne-Édith Rioux**
Révision/correction **Johanne Charbonneau, Alexie Brosseau**
Impression LaBine Printers, Pembroke
Collaborateurs organismes, écoles et entreprises du comté de Renfrew
Tirage diffusion électronique

N.B. Le genre masculin est utilisé dans le présent journal comme genre neutre.

La publication de ce journal est rendue possible grâce à la contribution financière de nos précieux annonceurs et du gouvernement du Canada.

ISSN 2563-3279 (Imprimé)

ISSN 2563-3287 (En ligne)

Publié par l'ACFO-Champlain, 5 parutions par année



Canada

**Date de tombée de la prochaine parution :
8 novembre 2023**

Faites parvenir vos articles à : info@acfo-champlain.org

**Prochaine parution :
14 décembre 2023**

Camp Soleil 2023

par Michelle Carelle Tchenwo

Le Camp Soleil a connu un immense succès cet été! Nous avons eu le plaisir d'accueillir 43 enfants issus de 28 familles. Grâce à l'équipe dynamique d'animation composée d'Annabelle Scheuneman, Mélanie Dubé et Mathiew Deblois, toutes les activités ont été menées dans un environnement sécuritaire et divertissant.

Nous avons organisé une multitude d'activités et de sorties pour permettre aux jeunes de s'épanouir en français. Parmi les moments forts, notons les journées à la plage du parc Riverside, les baignades rafraîchissantes à la piscine Kinsmen, le délicieux dîner chez East Side Mario's à Pembroke, ainsi que les courses à obstacles et les sorties aux jeux d'eau.

Le Camp Soleil n'aurait pas été possible sans le précieux soutien de nos partenaires et l'ACFO-Champlain tient à exprimer sa



sincère gratitude envers eux. Nous adressons nos remerciements chaleureux à la Fédération des femmes canadiennes-françaises, à la Société Saint-Jean-Baptiste de Pembroke, au Centre culturel de Pembroke, au CEPEO, à l'École élémentaire et secondaire publique L'Équinoxe, à Service Canada, à Patrimoine canadien ainsi qu'au gouvernement de l'Ontario.

Nous tenons également à remercier du fond du cœur les parents qui continuent de nous accorder leur confiance et de soutenir notre camp d'été francophone. Enfin, un immense merci à nos bénévoles qui ont grandement contribué au succès du Camp Soleil. Nous avons hâte de vous retrouver l'été prochain pour de nouvelles aventures palpitantes!



Offre d'emploi

Agent.e de développement

L'ACFO-Champlain est à la recherche d'une personne dynamique pour travailler, en français, au bureau de Pembroke.

Le ou la titulaire du poste aura les responsabilités suivantes :

- promouvoir la langue française en tout temps;
- faire la tenue de livres (Sage 50 Pro);
- gérer les demandes de subventions;
- coordonner le journal francophone;
- maintenir la page Facebook et le site Web à jour;
- coordonner le Camp Soleil;
- assurer un partenariat et une collaboration aux projets francophones dans la région;
- toutes autres tâches connexes assignées par le conseil d'administration.

Exigences du poste

- maîtriser le français (oral et écrit) et avoir une bonne connaissance de l'anglais;
- posséder de la formation et/ou de l'expérience dans le travail de bureau et en tenue de livres;
- connaître le logiciel de comptabilité Sage 50 Pro;
- connaître les logiciels de la Suite Microsoft;
- avoir de l'entregent et être autonome.

Description du poste

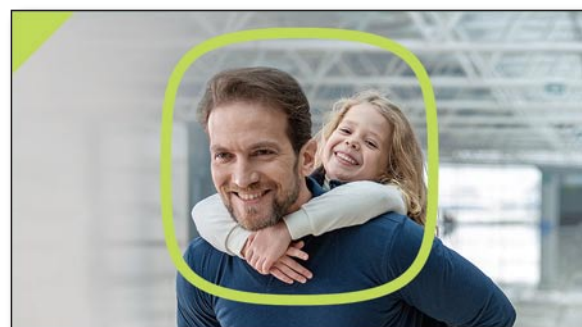
Heures de travail : environ 30 heures par semaine

Salaires : à déterminer (selon l'expérience/les qualifications).

Date d'entrée en fonction : le plus tôt possible

Si ce poste vous intéresse, veuillez faire parvenir votre C.V. ainsi que votre lettre de présentation à Mme Nathalie Belleau, présidente de l'ACFO-Champlain, à info@acfo-champlain.org au plus tard **le mercredi 15 novembre 2023**.

Nous vous remercions de votre intérêt. Seules les personnes sélectionnées seront contactées pour passer une entrevue.



OUI. Je partage mon expérience sur les soins de santé en français.



**Le Réseau
à l'écoute**

**Il existe différentes façons
de partager votre histoire :**

✉ reseaucoute@rssfe.on.ca

☎ 1 877 528-7565

Plus d'info : www.rssfe.on.ca

Réseau des services
de santé en français
de l'Est de l'Ontario



Les Murales de Pembroke

La murale OLD TIME FIDDLING AND STEP DANCING (Violoneux d'antan et danse à claquettes) fut peinte par John Ellenberger en 1995 dans le cadre du 20^e anniversaire du Championnat annuel.

Cette compétition a lieu chaque année à Pembroke pendant la fin de semaine de la fête du Travail. La murale illustre bien l'esprit festif qui s'en dégage de même que l'enthousiasme des violoneux et des danseurs d'hier et d'aujourd'hui.

Au centre, à droite, nous apercevons des bûcherons qui dansent, jouent du violon et se détendent sur un radeau de bois équarri. Le dimanche était le seul jour de congé des bûcherons et comme nous pouvons le voir sur cette murale, ils vivaient souvent sur ces radeaux. La cabane, la hache ainsi que les autres éléments y figurant représentent bien la vie des bûcherons et des draveurs de l'époque.

La partie supérieure de la murale illustre le *Fiddle Park*. Le *Riverside Park*, à l'ouest de la ville, devient le *Fiddle Park* pendant une semaine et accueille 3000 campeurs chaque année. Sur les planches, nous retrouvons les *Dueling Dancers*, soit April et Tanya Verch ainsi que Nathan et Jon Pilatzke qui sont des champions internationaux. April (à l'extrême droite) joue du violon et danse en même temps. Dorothy Billings est au piano et Robbie Dagenais, un grand violoneux, se tient devant le

piano. Les personnes impliquées de près ou de loin dans ces activités reconnaîtront certains de leurs amis dans cette murale.

La partie inférieure de la murale dépeint le Championnat en pleine action. À gauche, nous retrouvons Art Jamieson, maître de cérémonie de longue date. De droite à gauche, nous apercevons les champions *The Stepping Gardners*, soit Shawn, Rhodina et Debbie qui performent devant une salle comble à l'intérieur du *Memorial Center* (aréna de Pembroke).

Les fondateurs de l'événement et des bénévoles de longue date figurent au premier rang, du côté droit. Dans le coin droit (de droite à gauche), nous voyons Romeo Levasseur et Bob De-joungh. Dans la deuxième rangée, nous retrouvons Terry et Glenda Duff, Tom Leclair, Mike Berrigan, Brian Adam, Jim et Diane Hickey. À la table des juges, nous apercevons Brian Herbert (juge) et Elita Crook (chronométreuse).

Cette murale n'était pas censée regrouper une série de portraits incluant des personnages connus mais, heureusement, John Ellenberger a accepté de la réaliser. En tant qu'artiste professionnel, il a su peindre avec justesse les personnes impliquées dans le monde du violon et de la danse à claquettes.

Commanditaire : *Pembroke & Area Fiddling Association*

Visionnez la capsule vidéo de cette murale sous ce lien:

<https://youtu.be/Mhrd5EmIPk8?si=CQfwMKJRPfp8d149>

Pembroke Heritage Murals ©



Le 30 septembre 2023

Journée nationale de la vérité et de la réconciliation

par Émilie Pigeon

Depuis 2021, la population canadienne porte le chandail orange afin de commémorer l'expérience des survivants et des victimes des pensionnats autochtones. Ces pensionnats ont été établis partout au Canada au XIX^e siècle dans le cadre d'un projet de « civilisation », soit un programme d'assimilation forcée des peuples autochtones (Premières Nations, Métis et Inuit) visant à effacer leurs langues, leurs cultures et leurs traditions. Les enfants envoyés dans les pensionnats, tout comme certains professionnels de la santé de l'époque d'ailleurs, firent part de conditions déplorables au sein de ces écoles, passant de la nourriture pourrie, aux maladies évitables, aux gestes de violence. Au fil du temps, plus de 150 000 enfants autochtones furent envoyés dans les pensionnats. Ces établissements étaient souvent situés dans des lieux éloignés pour s'assurer que les enfants qui s'enfuyaient ne pouvaient pas retourner chez eux.

Par exemple, certains enfants de la Première Nation algonquine de Pikwàkànagan (Golden Lake) furent transportés à Spanish, en Ontario, à environ 500 km de leur territoire. Les parents qui refusèrent d'envoyer leurs enfants dans les pensionnats risquaient d'avoir de nombreuses punitions

imposées par l'État. Ne pas envoyer ses enfants aux pensionnats pouvait mener soit à une amende, à une arrestation, à la perte de rations alimentaires essentielles à la survie, ou à d'autres sanctions.



photo: Wikipedia, Shingwauk, archives

Le dernier pensionnat autochtone ferma ses portes en 1996. On ne parle pas d'histoire ancienne. Se souvenir de notre passé collectif (incluant ses défauts) fait partie du processus de réconciliation nécessaire entre les peuples autochtones et allochtones (non-autochtones) au Canada. Le 30 septembre 2023, nous portons le chandail orange afin de nous rappeler que plusieurs jeunes ne sont pas revenus des pensionnats. Nous reconnaissons aussi que l'impact intergénérationnel des pensionnats est réel et n'est pas terminé.

Pour en apprendre davantage sur l'histoire des pensionnats autochtones du Canada, visitez le site Web du Centre national pour la vérité et réconciliation: nctr.ca/?lang=fr

Les Services à la famille et à l'enfance

Les Services à la famille et à l'enfance offrent des services aux jeunes, aux parents et aux familles qui habitent dans le comté de Renfrew. Parmi ceux-ci, l'on retrouve:

- des services de protection de l'enfance et de prévention;
- une évaluation et de la formation pour les gens qui veulent devenir parents d'accueil ou qui désirent adopter;
- des services de développement qui appuient les enfants à risque d'un trouble de développement, qui ont un diagnostic de trouble du spectre de l'autisme, de déficience intellectuelle, du trouble du spectre de l'alcoolisation fœtale, ou qui ont des besoins complexes. Les services de développement sont aussi offerts aux adultes ayant une déficience intellectuelle;
- le programme *ON y va* (Pembroke – 464, Isabella; Deep River et Point Alexander);
- le Waka-ehi Lodge: un centre de connexion, ouvert à tous, axé sur les cultures autochtones;
- des services de visitation et d'échange de garde parentale;
- le programme « Safe Shelter »: un programme pour les jeunes de 16 à 21 ans qui sont à risque de se retrouver sans-abri, qui ont besoin de services de médiation ou de soutien, ou qui



Services à la famille et à l'enfance
du comté de Renfrew

Ensemble, une communauté bienveillante

auraient besoin d'aide pour accéder aux services communautaires;

- le KUMON: service de tutorat pour les enfants en matière de mathématiques et anglais.

Si vous cherchez de l'aide pour vous-même, ou bien pour un enfant, un adolescent, ou une famille dans notre région, vous pouvez nous joindre au 613-735-6866 ou au 1 800 267-5878 (sans frais).

L'ACFO-Champlain vous invite

SOIRÉE DE JEUX DE SOCIÉTÉ

Le samedi 18 novembre 2023 à 19 h
à la salle communautaire au 303, rue James

Apportez des denrées non-périssables
pour les banques alimentaires

Les graines alimentaires

par Marie-Hélène de Vries, nutritionniste

« Chacune de nos lectures laisse une graine qui germe. » -Jules Renard



Ce n'est pas d'hier que l'être humain consomme des graines alimentaires de tous genres. Riches en fibres, en graisses saines, en vitamines, en minéraux et en antioxydants. Elles sont tout aussi bonnes pour le corps que pour l'esprit.

Il existe une multitude de graines comme les graines de tournesol, de citrouille, de courge, de lin, de sésame, de chia et les moins connues, les graines de millet, d'amarante, de sarrasin, de pavot, de nigelle, de chanvre et de caméline.

Les graines alimentaires contiennent tout ce qui est nécessaire pour que les plantes se développent, ce qui fait d'elles des aliments extrêmement nutritifs. Elles sont une excellente source de protéine, d'oméga 3 et d'oméga 6, de vitamines, de minéraux, d'hormones végétales comme les polyphénols (antioxydant) et de fibres.

Lorsqu'elles sont consommées dans le cadre d'un régime alimentaire sain, elles peuvent contribuer à réduire la glycémie, le cholestérol et la tension artérielle. Besoin de plus d'énergie? Une taille plus fine? Un regain de fer? Voici comment ces dernières peuvent vous aider.

1. Les graines de courge / de citrouille

Bienfaits: Les graines de courge sont très riches en fer. Une seule poignée peut fournir 16% de nos besoins quotidiens.



En outre, elles possèdent beaucoup de fibres (plus que la plupart des noix), d'acides aminés, de protéines, d'oméga-3, ainsi que de minéraux tels que le zinc (système immunitaire) et le magnésium. Chez les hommes, 10g de graines de courge permettent de lutter contre les problèmes de prostate.

Utilisation: Pour apprécier les graines de courge, on les fait rôtir, les intègre dans des muffins, ou les ajoute à des granolas faits maison ou on les consomme simplement comme des noix.

2. Les graines de lin

Bienfaits: Les graines de lin sont une excellente source de potassium. Également riche en acides gras essentiels (lorsque moulue), en fibres et en protéines. Les graines de lin s'achètent sous forme de farine, ce qui permet aussi de profiter de leurs bienfaits en cuisinant des muffins ou des gâteaux!



Utilisation: *Smoothies*, muffin, granola, dans vos crumbles, saupoudrer sur vos salades ou vos légumes cuits à la vapeur, dans vos yogourts ou vos compotes. Il est IMPORTANT de savoir que les graines de lin doivent être moulues afin d'en avoir tous les bénéfices. Si consommées entières, elles « passeront tout droit ».

3. Les graines de sésame

Bienfaits: Les graines de sésame contiennent énormément de protéines et beaucoup de fibres. Elles sont également une grande source de fer, un minéral que l'on pourrait utiliser davantage (surtout en période de menstruation).



Utilisation: Saupoudrer sur vos salades, soupes ou légumes cuits à la vapeur, sur vos viandes cuites, vos fruits, dans vos mélanges de pain, craquelins ou dans vos quiches. Elles sont aussi disponibles sous forme de tahini ou houmous.

4. Les graines de chanvre

Bienfaits: Les graines de chanvre sont riches en fer, phosphore et magnésium. Elles contiennent une combinaison de graisses saines et d'acides gras (oméga 6/oméga 3) qui peuvent contribuer à la prévention et au traitement de nombreuses maladies chroniques, telles que les maladies cardiaques, l'arthrose, le déclin cognitif et la dépression.

Utilisation: Les graines de chanvre ont une légère saveur de noisette et peuvent être consommées seules, ajoutées à une salade, un yogourt, *smoothies*, sur les légumes et les fruits.

5. Les graines de chia

(signifie « force »)

Bienfaits: Les graines de chia sont riches en fibres et sont d'excellentes sources végétales d'acides gras essentiels et de calcium.

Utilisation: Saupoudrer moulues ou entières sur des céréales, des légumes ou dans son yogourt. On peut également les « cuisiner » en pudding pour un déjeuner rapide et nutritif.



6. Les graines de nigelle (cumin noir)

Bienfaits: Les graines de nigelle sont pleines d'antioxydants et reconnues pour leurs propriétés anti-inflammatoires, antibactériennes, digestives et diurétiques. Elles facilitent la digestion, lutte contre les ballonnements et les spasmes gastriques.



Utilisation: Elles peuvent être grillées à sec et utilisées pour donner du goût à n'importe quel plat. Les graines de nigelle

bio peuvent aussi être moulues finement et ajoutées sur les crudités, les fruits et dans un jus. Les graines sont aussi sous forme d'huile (bio) ou de gélule.

7. Les graines de caméline

Bienfaits: Ces petites graines brun doré sont l'équivalent local des graines de chia (Le Canada et le Québec sont



de grands producteurs de caméline). Elles sont remplies d'antioxydant. Elles sont riches en acides gras oméga-3, des graisses saines qui soutiennent la santé cardiaque, réduisent l'inflammation et favorisent un bon fonctionnement cérébral. Les graines de caméline sont une excellente source de protéines végétales, essentielles pour la croissance musculaire, la réparation des tissus et la satiété. Elles sont riches en fibres alimentaires, favorisant une digestion saine, la régularité intestinale et la sensation de satiété. Elles contiennent des vitamines (vitamine E) et des minéraux (magnésium, zinc) qui contribuent au bon fonctionnement du corps et au maintien de la santé.

Utilisation: Au déjeuner dans un *smoothie* ou un yogourt, dans des muffins ou des barres tendres, en garniture d'une salade, d'un potage ou pour enrober un poisson ou saupoudrer sur vos viandes.

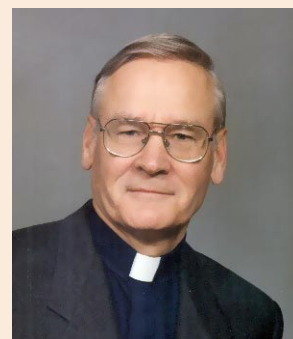
Attention: Comme tout aliment nouveau, il est conseillé de les ajouter graduellement à votre alimentation. L'ajout de graines dans l'alimentation est fortement déconseillé aux gens atteints de diverticulite, alors il est important de toujours consulter votre médecin avant d'introduire de nouveaux aliments si vous êtes atteint de certaines maladies.

Petit truc: Je conserve toujours les graines au congélateur (ça les préserve beaucoup plus longtemps que dans le garde-manger) et ne sors qu'une petite quantité par semaine sur le comptoir afin de me rappeler de les utiliser! Bonne découverte!

Père Roch J. Gagnon

par Lucile Tourigny

Le Père Roch J. Gagnon, fils de Pierre Gagnon et de Germaine Pilon, est né le 8 mars 1930 à Chiswick, Ontario, dans la paroisse Saint-Louis-de-France et faisait partie d'une famille de 14 enfants. Il est décédé le 20 mars 2023 à North Bay, Ontario.



Père Gagnon a commencé ses études primaires à Chiswick, après quoi il s'est dirigé au Collège Sacré-Cœur de Sudbury afin d'y faire son « cours classique » et enfin au *St. Augustine Seminary* à Toronto pour compléter son baccalauréat en théologie.

Il fut ordonné prêtre le 1^{er} juin 1958 à Chiswick par Mgr William Smith. Il commença son apostolat comme vicaire à Témiscaming à la paroisse Sainte-Thérèse jusqu'en 1964. Ensuite, il est allé à la paroisse Saint-Pierre, à Fort-Coulonge de 1964 à 1971. Puis, il retourna à Témiscaming pour une brève période avant d'être nommé curé de la paroisse Sainte-Anne à l'Île-du-Grand-Calumet en 1971.

En 1974, il devint curé de la paroisse Sainte-Bernadette à Bonfield jusqu'en 1983 lorsqu'il fut nommé curé de la paroisse Saint-Jean-Baptiste à Pembroke. Il retourna à Témiscaming en 1996, mais cette fois-ci comme curé et ce, jusqu'à sa retraite bien méritée en août 2005. Son ministère l'a apporté aussi à être aumônier diocésain des groupes « la Croisade » et « La Vie Montante ». Même à la retraite, il continuait à travailler inlassablement pour son ministère, comme aumônier pour les **Sœurs de l'Assomption de la Vierge Marie** à North Bay.

Pour se divertir, Père Gagnon était un homme qui aimait aller à la chasse: une saison « sacrée » pour plusieurs. Il avait aussi toujours la tête remplie de projets qui visaient l'amélioration de ses églises et de ses communautés. Il s'attardait à faire vivre de belles célébrations autant aux adultes qu'aux enfants et il encourageait les paroissiens à y participer activement. Chaque fête était marquée d'une façon significative afin de permettre aux gens d'y saisir le vrai sens liturgique de ces rencontres.

Soucieux de la langue française parlée et écrite, Père Gagnon savait bien garder et protéger le cachet francophone de la communauté. Il faisait activement partie des associations communautaires.

Lors de son séjour à Pembroke, il devint un membre actif du **Centre des aînées, aînés francophones de Pembroke** et un des membres fondateurs du **Club Richelieu-Longpré**. À Pembroke encore, il fit aussi les premières démarches pour l'obtention et la mise-sur-pied du **Centre culturel francophone**.

Père Gagnon a été un pasteur bienveillant pour ses brebis, toujours disponible, même si cela voulait parfois dire laisser de côté quelque chose pour se rendre par exemple auprès d'une personne malade. Ceux qui l'ont connu le garderont certainement dans leurs prières et leur mémoire sera toujours remplie de beaux souvenirs de son dévouement dans l'Église diocésaine.

Bourse d'études Jeanne-Lajoie

L'ACFO-Champlain est fière d'avoir remis une bourse d'études à Nathaniel Levasseur en juin dernier. Nathaniel nous raconte ce qu'il a fait comme parcours.



par Nathaniel Levasseur

Bonjour, je m'appelle Nathaniel Levasseur. Depuis la rentrée scolaire de 2019, je fréquente, avec fierté, le pavillon secondaire du CSC Jeanne-Lajoie. Avant cela, j'ai eu l'occasion de compléter mon élémentaire à L'Équinoxe. Le fait d'avoir complété mon élémentaire et mon secondaire en français démontre l'importance qu'occupe la langue et la culture françaises dans ma vie.

J'ai toujours été impliqué dans une variété d'activités bénévoles, culturelles ou sportives et ce, depuis mon jeune âge. Souvent, j'étais un des seuls francophones et j'étais fière de l'être. Ma famille m'a continuellement démontré que le français serait toujours un outil très utile dans la vie. Elle m'a toujours motivé à utiliser ma langue afin de démontrer la fierté que j'avais envers ma culture et de bien représenter la petite population francophone de la région. J'essaie maintenant de motiver les autres, à mon tour, comme ma famille l'a fait pour moi.

Je poursuis présentement mes études en français à l'Université d'Ottawa dans le programme de Génie mécanique. J'aimerais un jour revenir dans ma ville natale pour contribuer à la vie francophone de Pembroke comme plusieurs membres de ma famille l'ont fait avant moi. Je tiens à remercier l'ACFO-Champlain de m'avoir sélectionné comme récipiendaire de leur bourse d'études. Votre générosité fut grandement appréciée.



Boursier de l'Équinoxe

L'ACFO-Champlain est fière d'avoir remis une bourse d'études à Mathieu Deblois en juin dernier. Mathieu nous raconte ce qu'il a fait comme parcours.

par Mathieu Deblois



Mon aventure à L'Équinoxe a débuté lorsque j'ai déménagé ici à Petawawa. À ce moment-là, j'étais en 9^e année et je n'étais pas familier ni avec la ville ni avec les personnes, mais au fil du temps, je me suis fait des amis dans la région.

Dans mes temps libres, j'aime jouer au hockey et je fais du bénévolat. En fait, j'ai été bénévole lors de dîners commu-

nautaires, de tournois de hockey et d'activités organisées par l'école. Durant l'année scolaire 2022-2023, j'ai également aidé à préparer les petits déjeuners pour les étudiants tous les jeudis.

Je dirais que les années lors desquelles j'ai étudié à L'Équinoxe m'ont changé pour le mieux. Je suis passé d'un garçon timide à un jeune homme qui a plus confiance en lui-même. Je travaille aussi à l'amélioration de mes compétences en leadership. Je suis heureux d'avoir eu mes enseignants comme mentors. Grâce à eux, j'ai pu explorer les diverses possibilités de carrières et les domaines qui m'intéressaient pour approfondir mes connaissances.

Le mois dernier, j'ai commencé mes études à l'Université d'Ottawa dans le programme de Génie électrique et technologie de l'informatique. J'aimerais aussi faire une maîtrise par la suite et devenir chercheur en énergie.



"Se faire connaître"

Rencontres du 2^e mardi du mois

***Confirmation de votre participation avant le 1^{er} mardi du mois pour planifier le nombre de repas. 613-732-7730 ou au info@cffpembroke.ca

- 14 novembre 2023 décoration de Noël
- 12 décembre 2023 souper de Noël
- 9 janvier 2024 santé mentale avec Monique
- 13 février 2024 Meurtre Mystère
- 12 mars 2024 Journée de la femme
- 9 avril 2024 atelier semences avec Caroline
- 14 mai 2024 arrangements de fleurs avec Norma
- 11 juin 2024 AGA/souper

ÉCOLE ÉLÉMENTAIRE ET SECONDAIRE PUBLIQUE L'ÉQUINOXE



La rentrée scolaire

Le personnel était très content d'accueillir les élèves lors de la rentrée afin de leur montrer la nouvelle cour d'école. La structure du bâtiment subit plusieurs changements cette année et c'est très excitant pour les élèves de voir



toutes les nouveautés. Les élèves ont été accueillis par le personnel avec des ballons, des bulles, des sourires et le soleil était également de la partie!



Les sénatrices

Félicitations à Quinn Coyle et à Summer Côté-Clemens qui sont nos sénatrices cette année. Elles participeront une fois par mois aux rencontres du Sénat au siège social du CEPEO à Ottawa pour représenter la voix des élèves de l'école.

Le gouvernement des élèves (GDE)

Le gouvernement des élèves a commencé l'année en force. Il y a notamment eu des élections pour les représentants de la 7^e-8^e année (Bravo à Mégane et à Lucas), un camp de leadership au CEPEO en compagnie de Mme Chantal ainsi qu'une sortie à *Shaw Woods* pour y faire des ateliers de leadership et un après-midi de planification annuelle. Le GDE est définitivement parti du bon pied!



Le 25^e anniversaire du CEPEO

Le vendredi 22 septembre, le personnel de l'école s'est rendu à l'École secondaire publique Maurice-Lapointe à Kanata pour célébrer le 25^e anniversaire du CEPEO. Dans l'esprit de célébration, les personnes ont porté fièrement leur t-shirt de L'Équinoxe. L'événement fut diffusé en direct de l'École secondaire



publique Gisèle-Lalonde. Il y a eu une danse de cerceaux, une pièce de théâtre, une discussion avec un panel éducatif, une conférence ainsi qu'un dîner au soleil.



La Journée Franco-Ontarienne

Félicitations à nos élèves bénévoles qui ont participé aux activités pour célébrer la francophonie le dimanche 24 septembre au Parc Rotary de



Pembroke. Ce fut un grand succès! Le lundi 25 septembre plusieurs activités étaient au rendez-vous à l'école aussi. Les élèves de la 12^e année de Mme Coriveau se sont proménés dans toutes les classes élémentaires avec un « chariot franco » pour distribuer des biscuits

verts, des tatouages, du maquillage et des foulards du 25^e anniversaire du CEPEO. L'on a aussi procédé à la levée du drapeau franco-ontarien aux papiers élémentaire et secondaire. Un tintamarre à l'élémentaire et une sortie de clans à la marina pour le secondaire ont permis de conclure cette journée.



La semaine de la vérité et de la réconciliation

Les élèves et le personnel ont participé à plusieurs activités en lien avec cette semaine importante. Nous avons pris part à la Journée du chandail orange le 30 septembre et les élèves de la maternelle à la 12^e année ont fabriqué des chaînes orange pour démontrer notre engagement envers la réconciliation. De plus, les enseignants ont préparé des leçons pour mieux nous sensibiliser aux effets des écoles résidentielles. Enfin, nous avons souligné cette semaine thématique lors des annonces du matin en partageant le message « Chaque enfant compte ». Ensemble, nous pouvons faire la différence!



Tournoi de soccer

Félicitations à l'équipe de soccer 7-8^e années de Mme Nadia qui s'est rendue en demi-finale au tournoi du *Civic Center*. Les élèves ont démontré un excellent esprit d'équipe et ont représenté l'école avec brio.



CENTRE SCOLAIRE CATHOLIQUE JEANNE-LAJOIE

La journée de l'arbre - 20 septembre

Pour continuer les actions écoresponsables de notre communauté scolaire, il y aura 200 pousses d'arbres qui seront tirées au hasard. Chaque arbre est garni d'une étiquette expliquant les instructions pour la plantation intérieure et extérieure.



Envoyez-nous vos photos!

Nous tenons à remercier Derek Nighbor, l'Association des produits forestiers du Canada et la pépinière *Ferguson* pour leurs dons de pousses d'arbres.

La journée des Franco-Ontariennes et des Franco-Ontariens

Le 25 septembre, nous avons célébré la

Journée des Franco-Ontariennes et des Franco-Ontariens en faisant des jeux d'une minute pour gagner. Merci à l'ours franco pour sa présence lors de nos rassemblements de fierté FRANCO-ONTARIENNE!



Course de fond - Équipe XC

La saison de course de fond est en plein essor à l'école, car nous avons une grande équipe d'athlètes passionnés. Les coureurs de 7^e et 8^e années ont déjà démontré leur talent exceptionnel lors d'une compétition à Brockville. Les élèves du secondaire ont couru à Brockville, ainsi qu'à Kemptville et ont, eux aussi, obtenu des résultats impressionnants. Il y aura aussi d'autres championnats qui se dérouleront bientôt à Petawawa et à Kingston. Bonne chance à tous! Jusqu'au bout les Chevaliers!



Tournoi de soccer

Les élèves de 5^e et de 6^e années ont participé au tournoi de soccer à Ottawa. Vous avez très bien représenté notre école par votre comportement exemplaire et avez démontré du respect de même qu'un bel esprit d'équipe. Bravo pour vos performances!



L'équipe de RX1 Nation



Le mardi 26 septembre dernier, nous avons accueilli l'équipe de *RX1 Nation*. Lors de cette journée, les élèves ont

appris à travailler en équipe et à communiquer ensemble tout en s'amusant pour relever chaque défi du parcours. Une magnifique journée ensoleillée remplie de



sourires pour nos petits et grands. Un énorme MERCI à Mme Natasha L qui nous a fait découvrir cette belle activité ainsi qu'à nos élèves bénévoles du secondaire.



Les pionniers

Bravo à nos petits amis de 2^e année de nous avoir replongés dans le bon vieux temps à travers ce tableau vivant de



leurs apprentissages du mode de vie des pionniers. Merci aux

enseignants et surtout à Mme Nadine Guatto d'avoir travaillé à l'organisation de cette activité. Les élèves ont présenté le tout avec fierté et originalité! Ce fut encore un grand succès cette année.



Le 30 septembre

En cette *Journée nationale de la vérité et de la réconciliation*, nous nous engageons à écouter, à apprendre et à honorer les histoires ainsi que les expériences des peuples autochtones. Ces moments partagés sont une étape vers la compréhension et la guérison. Ensemble, construisons un avenir empreint de respect, d'égalité et de solidarité.

Le gouvernement des élèves (GDE)

Le stage annuel de formation en leadership pour les GDE du CECCE s'est tenu du 3 au 5 octobre 2023 au *Camp Iawah*. Ce stage, créé en 2007, est destiné aux élèves engagés dans leur GDE et a pour but de les outiller afin qu'ils puissent représenter, informer, rallier, engager les élèves et les consulter sur les dossiers qui les préoccupent. À l'école, nous sommes fiers de notre GDE et croyons qu'il représente un élément clé de notre culture et notre esprit d'école. Tous les membres du personnel travaillent de pair afin de permettre aux élèves de vivre cette expérience enrichissante sans prendre de retard dans leurs cours.



Paroisse St-Jean-Baptiste

Célébrations : le samedi à 17h
et le dimanche à 10h30

500, rue Isabella, Pembroke
Téléphone : 613-735-6566

Facebook:
www.facebook.com/stjeanbaptistepembroke
Courriel: stjeanbaptistepembroke@gmail.com

Disponible pour location

Salle de réception et bureaux à louer au Centre
culturel francophone de Pembroke au 303, rue James.
Pour obtenir de plus amples renseignements, com-
muniquez avec nous au 613-732-7730

Centre culturel francophone
de Pembroke



Ashley

HOMESTORE *select*

VISITEZ NOTRE NOUVEL ENTREPÔT DE MATELAS

Meubles de qualité à prix abordable

Tessa Malette

10, avenue Matthews, Pembroke Ontario K8A 8A4

www.AshleyHomestoreSelect.ca 613-629-5464

TRUE CENTRE AUTO SERVICE



Silencieux • Mises au point • Huiles et lubrifiants
Fabrication de tuyaux d'échappement sur mesure
Réservoirs d'essence • Service de freins • Réparation de suspension
Alignement de roues • Centre d'inspection de véhicules motorisés

1275, rue Pembroke Ouest, Pembroke (Ontario) K8A 5R3
613-735-0186 • truecentreautoservice@hotmail.com

www.truecentremuffler.com

CENTRE EDUCATIF ELEMENTAIRE SECONDAIRE



Votre **ÉCOLE
PUBLIQUE** de choix
à **PEMBROKE**

EQUINOXE.CEPEO.ON.CA

VOUS POUVEZ ACHETER
VOS STORES N'IMPORTE OÙ.
OU VOUS POUVEZ APPELER
Vos Experts en Stores
TOUT EST DANS LE CHOIX
DU BON PRODUIT
AU BON PRIX.



NOELLA STEVENS
Conseillère en décoration

shadeomatic
VOS EXPERTS EN STORES

Custom Draperies & Blinds
Stores, literie et décoration

12, ave Matthews, Pembroke www.CustomDraperies.ca 613-735-0370

Neville

Funeral Home

Maison
funéraire



491, rue Isabella, Pembroke
Tél.: 613-732-7481 • Téléc.: 613-732-8723
neville@sympatico.ca • www.nevillefuneralhome.ca

VOTRE publicité ici!

Pour obtenir plus d'informations,
veuillez communiquer avec nous!

Tél. : 613-732-3336

info@acfo-champlain.org

RONA



RONA PETAWAWA
3025, BOUL. PETAWAWA
613-506-RONA (7662)
WWW.RONA.CA

Canada

Nous reconnaissons l'appui financier
du gouvernement du Canada