

Le Centre culturel Frontenac de Kingston

L'Informel

JAN/FEV 2019 · VOL 41 · NUMÉRO 3



2019 : PLUS DE LECTURE FRANCOPHONE !

Le bibliothécaire, présenté le 2 mars à 10:30



En collaboration avec



Coalition ontarienne
de formation
des adultes

La formation à distance

EN FRANÇAIS

vous offre des cours en ligne de :

MATHÉMATIQUES

FRANÇAIS

INFORMATIQUE

INSCRIVEZ-VOUS DÈS MAINTENANT!

613.544.7447

[SOMMAIRE]

Éditorial	4
Nouvelles	5-6
Arts et Culture	7-20
Communauté	21-33

MERCI À NOS BAILLEURS DE FONDS ET À NOS PARTENAIRES

The image displays a collection of logos for various organizations that support the publication. The logos are arranged in a grid-like fashion within a black-bordered box. The text 'MERCI À NOS BAILLEURS DE FONDS ET À NOS PARTENAIRES' is centered at the top of the box. The logos include:

- Patrimoine canadien (Canadian Heritage)
- Canadian Heritage
- ONTARIO ARTS COUNCIL / CONSEIL DES ARTS DE L'ONTARIO
- Québec (Département des affaires intergouvernementales canadiennes)
- Kingston arts council
- Kingston City
- CONSEIL DES ÉCOLES CATHOLIQUES DU CENTRE-EST (Le meilleur avec soi)
- Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario
- ACFOMI
- POSTMEDIA
- Holiday Inn
- Réseau ontario
- apcm
- Festival du film canadien à Kingston
- REELOUT QUEERFILM+ VIDEOFEST
- THE JUVENIS FESTIVAL
- SKEPTON PARK ARTS FESTIVAL
- Le Centre de la culture de Kingston
- NBC Banque Royale
- Tango
- La Route du Savoir (Centre de formation pour adultes)
- EMPRE/CRINK
- SEMAIR DE SUITES & SERVICES DE TRANSITION DE L'EST DE L'ONTARIO
- SEXUAL ASSAULT CENTRE Kingston

[ÉDITORIAL]

Une bonne résolution pour la nouvelle année : lire plus !

SOPHIE LECAT

Bonne année 2019 ! Qui dit nouvelle année dit bonne résolution, et qui dit bonne résolution dit lire plus souvent. En effet, les bonnes résolutions ne s'arrêtent pas à notre rapport à la nourriture ou au sport. Alors pourquoi ne pas toujours garder un livre à portée de main, que nous puissions ouvrir lorsque nous attendons le bus ou quand nous patientons avant un rendez-vous par exemple ? La lecture a son lot d'éléments positifs, et pas des moindres. Attention, le manque de temps n'est pas une excuse !

La lecture est bonne pour la santé

Les études témoignant des bienfaits de la lecture sur la santé sont nombreuses. Celles-ci affirment que la lecture réduirait le stress, stimulerait l'activité cérébrale et favoriserait le sommeil. En effet, lorsque nous nous plongeons dans un livre, nos pensées sont tournées vers notre lecture et les petits soucis de notre quotidien sont ainsi relégués au second plan. Dans le même ordre d'idée, instaurer la routine de lire au lit permet de s'endormir plus vite et d'une façon plus sereine que devant un écran.

La lecture cultive l'esprit

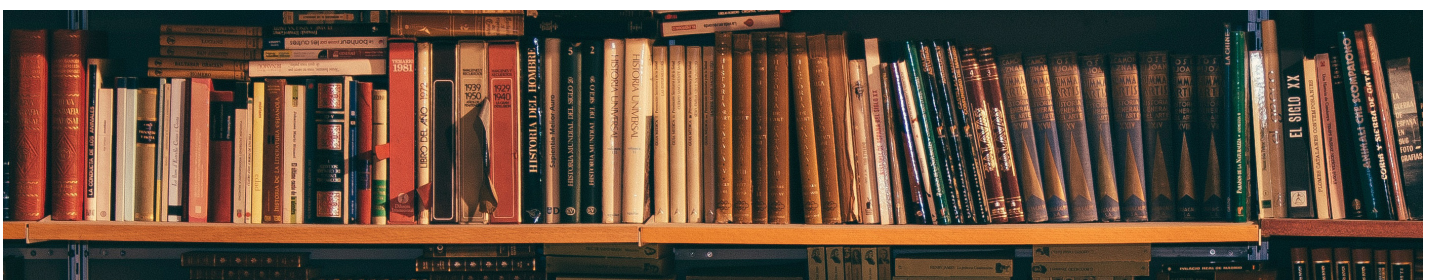
La lecture permet de développer notre intellect, à l'égard de nous-même et envers

les autres. Non seulement cette activité améliore les capacités de rédaction mais aussi elle renforce la créativité. Et puis n'avons-nous jamais entendu nos professeurs à l'école répéter que plus nous lisons, moins nous ferions de fautes d'orthographe ? Par ailleurs, la lecture donne lieu à une plus grande ouverture d'esprit puisque lire un texte nouveau développe une nouvelle façon de penser, ce qui engendre de l'empathie et une meilleure tolérance des différences. Sans compter que la lecture aide à briller en société.

La lecture fait voyager

Grâce à la lecture, nous pouvons faire de beaux voyages sans bouger de notre fauteuil. En lisant, nous pouvons nous balader d'un pays ou d'une culture à l'autre, découvrir des mondes insoupçonnés, des personnalités étonnantes. Comme il était mentionné précédemment, la lecture stimule le cerveau, elle en profite ainsi pour réveiller notre imagination. Lire donne aussi la possibilité de s'identifier à tel personnage, telle histoire ou telle idée, bref, une vraie machine à téléportation !

Alors, quel est le prochain livre que vous allez ouvrir ?



[NOUVELLES]

Foire du livre francophone à Kingston

Laura Chaignon
COORDONNATRICE ARTISTIQUE

Le Centre culturel Frontenac organise une Foire du livre francophone le samedi 23 février de 10h à 15h au Spire, 82 Sydenham St, Kingston.

Le Centre culturel Frontenac souhaitait célébrer la littérature francocanadienne, en marge du spectacle *Le bibliothécaire*, que nous présenterons à l'Octave le 2 mars à 10:30 (voir page 11).

Il s'agira d'une grande première pour Kingston, un événement à ne pas rater ! Vous y retrouverez des maisons d'éditions francocanadiennes, des ateliers autour de la lecture pour les jeunes et leur famille, des lectures de la part d'auteurs jeunesse et

tout plein de livres ! La programmation des activités sera principalement centrée autour des plus jeunes et de leur famille, mais les plus grands sauront trouver leur bonheur auprès des maisons d'éditions présentes. Nous tiendrons également une vente de livres usagés.

Nous avons hâte de vous partager davantage d'informations sur cet événement, notamment le programme détaillé des supers activités de la journée

Restez aux aguets, suivez-nous sur les réseaux sociaux et mettez la date à votre agenda !



**Fier de contribuer à
l'épanouissement artistique
et culturel de nos élèves
et de la communauté**



centreculturel
frontenac.com

PRÉSENTE LA

FOIRE

De livre

FRANCOPHONE



SAMEDI, 23 FÉVRIER

THE SPIRE
82 SYDENHAM ST, KINGSTON
10AM - 3PM



ATELIERS ET LECTURES

Venez profiter d'ateliers et de lectures pour les jeunes et toute leur famille, tout au long de la journée !

Gardez l'oeil ouvert pour la programmation détaillée !

ENTRÉE
GRATUITE

SUIVEZ-NOUS SUR FACEBOOK



[ARTS ET CULTURE]

YAO de retour à Kingston pour une Opération Charme !

CÉLINE KLEIN

ASSISTANTE ADMINISTRATIVE

YAO, musicien, slameur et poète, se produira pour la 3^{ème} fois au Théâtre l'Octave le 25 janvier 2019 à 7:30PM. Cette année il nous présentera Lapsus, un spectacle urbain, festif et personnel, tiré de son dernier album.

Grâce aux nombreux prix qu'il a obtenu depuis le début de sa carrière et notamment le prix Coup de foudre de Contact Ontario 2018, Réseau Ontario nous donne la chance de lui offrir un accueil spécial.

[Vous pouvez dès maintenant réserver vos billets sur notre site internet.](#)

Réseau Ontario est le réseau de diffusion des arts de la scène de l'Ontario français, et participe activement à créer et à mettre en place les conditions et les mécanismes propices à la diffusion des arts de la scène francophone et à leur maintien à long terme.

Grâce à une subvention qu'ils ont reçu pour nous aider nous, diffuseurs de l'Ontario, YAO va participer à plusieurs activités, dans le

cadre du projet Opération Charme, avec les communautés de plusieurs villes à travers la province.

Parmi ces activités, nous allons organiser une conférence qui sera une très bonne opportunité à saisir pour les artistes professionnels francophones émergents ou établis. Vous pouvez dès maintenant réserver votre lundi 21 janvier si vous souhaitez participer à cette conférence qui se tiendra au Tett Centre.

YAO, actuellement en tournée à travers le pays, a bâti sa carrière de façon indépendante et connaît aujourd'hui un succès bien mérité. Au cours de cette conférence, il abordera le thème du développement professionnel en tant qu'artiste indépendant et tous les défis que les artistes doivent relever, tels les demandes de subventions, l'obtention de partenaires, le développement de public...

Si vous êtes intéressé.es à participer à cet atelier, merci de vous inscrire en [cliquant ici](#).

[Retrouvez l'événement sur Facebook.](#)



21 janvier
1:00 PM - 3:00 PM

Tett Centre
Rehearsal Hall
370 King St W, Kingston

Développement professionnel pour artistes

ATELIER GRATUIT

APPRENEZ À

Trouver des partenaires
Obtenir des subventions
Élargir votre réseau



Yaovi Hoyi

Musicien, artiste slammeur de l'Ontario
Actuellement en tournée à travers le pays

ÉVÉNEMENT BILINGUE

Cet événement se déroulera principalement en français, mais les documents seront disponibles en anglais et les discussions auront lieu dans les deux langues officielles.

RSVP

Expérience théâtrale : Cultiver l'imaginaire des enfants

NADIA DESROCHERS
ANIMATRICE DU PROJET CONNEXION THÉÂTRE ET DANSE

Chaque enfant développe son imaginaire dans toutes les facettes de sa vie. Que ce soit dans le jeu ou simplement dans les gestes quotidiens, mais c'est aussi le cas dans le domaine artistique. Les arts de la scène sont une occasion de vivre une expérience loin des écrans qui stimule les sens et permet de rêver... Et c'est avant tout une expérience qui se vit dans le moment présent. Au théâtre, le public partage avec les comédiens des moments de connivence et de complicité uniques qui n'existent pas à la télévision ou au cinéma. On peut vivre l'émotion avec eux, rire et pleurer. Il n'est pas rare que les enfants embarquent tellement dans l'histoire qu'ils interviennent ou s'expriment à voix haute, mais ça fait partie de l'expérience et les artistes sont habitués.

Dans le cadre de sa série jeunesse, le Centre culturel Frontenac met à l'honneur, cette année, le mouvement et l'humour, une combinaison gagnante pour captiver l'attention de toute la famille. **Deux spectacles seront présentés : *Le bibliothécaire* de la compagnie Le Gros Orteil le 2 mars et *Camping Royal* de Corpus le 27 avril.**

En mars, *Le bibliothécaire* transportera le public dans le monde de Paul-Émile Dumoulin

qui travaille à la même bibliothèque depuis 25 ans. Il est sérieux, fier, nerveux et parfois maladroit. Les rayons doivent être impeccables, chaque livre à sa place. Mais lorsqu'il se met à lire, il entre complètement dans l'histoire et le goût de l'aventure prend le dessus. Le public aimera découvrir la variété de mouvements portés par le théâtre physique, les acrobaties, le beat box et plus encore.

En avril, c'est au tour de *Camping Royal* de transporter le public dans l'univers de deux reines qui, avec l'aide de leur majordome, doivent utiliser leur créativité pour survivre en pleine nature. Leur château est réduit à une simple tente, les danses de bal doivent être exécutées sur l'herbe et elles doivent pêcher elles-mêmes le repas. Le théâtre d'objets et la danse se marient pour laisser place à l'imaginaire.

Que l'on soit parents, grands-parents, oncles ou tantes, offrir l'opportunité à un enfant d'assister à un spectacle est une excellente façon de susciter des conversations et aussi simplement de passer un bon moment ensemble.

Retrouvez-nous le 2 mars à 10:30 au théâtre l'Octave.



[SÉRIE JEUNESSE]



Entrevue avec Hippolyte, artiste aux mille talents de la pièce Le bibliothécaire

NADIA DESROCHERS
ANIMATRICE DU PROJET CONNEXION THÉÂTRE ET DANSE

NADIA : Dans le spectacle *Le bibliothécaire*, plusieurs disciplines sont à l'honneur dont le cirque, le théâtre et le jeu clownesque. Peux-tu nous parler de ton parcours en tant qu'artiste ?

HIPPOLYTE : À l'âge de 8 ans j'ai vu à la télévision un spectacle de Michel Courtemanche (Québécois), et je me suis dit, voilà ce que je veux faire plus tard. Mélanger du théâtre physique, mime, bruit de bouche, grimaces, musique et faire rire les gens. Le cirque est arrivé beaucoup plus tard.

Lors de mes voyages, j'ai fait des rencontres avec qui j'ai partagé la jonglerie, la guitare, l'acrobatie, le mime et bien d'autres disciplines. Je suis parti de mon pays (France) à l'âge de 20 ans pour voyager au sac à dos dans le monde et faire des spectacles de cirque et de musique partout où je le pouvais (rue, métro, hôpitaux, maison de retraite, restaurants, etc.) Arrivé au Québec, on m'a proposé de travailler pour des compagnies et être représenté par des agents, alors, en tant que travailleur autonome, j'ai commencé à m'impliquer dans plusieurs spectacles, à écrire beaucoup de numéros, faire des concerts et aussi à écrire un livre. Je n'ai pas fait d'études, je suis autodidacte à 100%.

NADIA : Quelle acrobatie est la plus difficile à réaliser et comment t'es-tu pratiqué pour réussir à la réaliser ?

HIPPOLYTE : Selon moi, le drapeau humain dans le mât chinois est assez difficile. Sans professeur, j'ai pratiqué longtemps et tous les jours afin d'y arriver. Aujourd'hui je suis capable de le faire en chantant.

NADIA : Tu es venu offrir des ateliers aux jeunes de Kingston lors du camp d'été du Centre culturel Frontenac. Quels mouvements ou disciplines des arts de la scène les enfants pourront reconnaître dans le spectacle ?

HIPPOLYTE : Nous avons travaillé plusieurs choses lors de ces ateliers, et nous avons bien ri aussi. Les éléments que l'on pourra retrouver dans le show sont, le rire (évidemment), la jonglerie, le clown, le mime, le slapstick, le mât chinois et un peu d'acrobatie.

NADIA : Au-delà des acrobaties divertissantes, qu'est-ce qui amène les jeunes spectateurs à réfléchir dans *Le Bibliothécaire* ?

HIPPOLYTE : Le spectacle du Bibliothécaire a pour but de montrer à travers la lecture à quel point il peut être merveilleux de rentrer dans la peau d'un personnage de livre.

La lecture est une belle façon de voyager, de développer son imaginaire, de partir très loin dans son esprit tout en restant assis.

À l'heure où internet, la télé et les jeux vidéo sont omniprésents, il est bien de rappeler que rien ne pourra jamais remplacer un livre. C'est un peu le rôle d'un bibliothécaire.

NADIA : Pourquoi c'est important selon toi de faire vivre des expériences théâtrales aux enfants et aux jeunes ?

HIPPOLYTE : Dans la vie on est, et on sera toujours, confrontés à beaucoup de portes qui sont fermées. Je trouve que le théâtre offre beaucoup de clés pour les ouvrir. Travailler et comprendre ses émotions n'est pas toujours facile mais ce sera toujours bénéfique. C'est pourquoi aller au théâtre ou étudier le théâtre est très important pour développer sa propre culture personnelle. Il existe plusieurs façons de venir interpeller un spectateur. En ce qui me concerne j'utilise souvent l'humour comme moyen de communication. C'est pourquoi *Le Bibliothécaire* est un personnage drôle, qui transmet sa passion pour la lecture à travers des pitreries.



Qui se cache derrière M.I.L.F ?

SOPHIE LECAT

Pour la deuxième fois en cette saison artistique, le CCF présentera une pièce de théâtre qui a été publiée. On reste dans le thème de la littérature et de la lecture avec *M.I.L.F* de Marjolaine Beauchamp, publié aux Editions Somme Toute.

Étant donné la teneur de la pièce, autant rentrer tout de suite dans le vif du sujet. Même si les initiés auront reconnu cet acronyme, une petite explication de texte s'impose. Les initiales MILF signifient « Mother I'd Like to Fuck », que l'on traduirait au Québec par MQAF (« Mère Que j'Aimerais Foutre ») ou en France par MBAB (« Mère Bonne A Baiser »). Cette expression datant des années 1990 relève du monde de la pornographie et désigne un genre pornographique.

Pour sa deuxième pièce de théâtre, Marjolaine Beauchamp frappe fort. La slameuse-poète-auteure-interprète originaire de Gatineau s'est totalement appropriée l'univers des *M.I.L.F* avec ses textes originaux : « *M.I.L.F.* porte un regard acide, poétique, enragé et sans compromis sur le tabou entourant la relation entre maternité, sexualité et pornographie à travers la banalité tragique et les émois stériles du quotidien. » En collaboration avec Pierre Antoine Lafon Simard, l'actuel directeur artistique du Théâtre du Trillium d'Ottawa qui prend ici la casquette de metteur en scène, elle offre un spectacle haut en couleur articulé en une série de monologues. Trois mères représentant trois sexualités, c'est ainsi que se mettent en scène Marjolaine Beauchamp (*M.I.L.F.*), Geneviève Dufour (*M.I.L.K* : « Mother I'd Like to Kill ») et Catherine Levasseur Terrien (*M.I.L.S* : « Mother I'd Like to Save ») dans *M.I.L.F.* Mais en réalité, le cadre de ces monologues va bien au-delà de la sexualité féminine, notamment au niveau des éléments artistiques du spectacle empruntés (entre autres) à la pornographie en ligne.

A l'image de ces mères qui ont accouché, le bébé *M.I.L.F.* de Marjolaine Beauchamp a trouvé son inspiration auprès de témoignages de femmes venant d'endroits et de milieux

socio-culturels divers et variés. Celles-ci ont bien voulu lui raconter leur histoire et n'ont pas hésité à dévoiler des parties intimes de leur vie : « On aborde la sexualité, et tout ce qui la précède ou la suit dans la vie des femmes qui ont eu un enfant, sans aucun tabou. » Des femmes qui ont accepté de se livrer corps et âme, l'artiste en a trouvé beaucoup. Pourtant, elles n'accueillent pas toutes le spectacle de la même manière : « Pour certaines femmes, *M.I.L.F.* représentait un compliment, un pouvoir de séduction retrouvé, alors que pour d'autres, il s'agissait de quelque chose d'épouvantable. » Quoi qu'il en soit, les textes authentiques de Marjolaine Beauchamp provoquent de l'émotion, peu importe les circonstances.

Introduit en septembre 2017 à l'occasion de la 7^e édition de la biennale Zones Théâtrales du Centre national des Arts du Canada, *M.I.L.F.* a été récompensé du Prix du Conseil des arts et des lettres du Québec – Œuvre de l'année en Outaouais. Ce brillant succès a occasionné la sortie du livre en 2018 (Editions Somme Toute), la première pièce de théâtre de Marjolaine Beauchamp publiée. Bref, pari réussi pour l'artiste qui a déjà un joli parcours à son actif, comme la parution de ses recueils de poésie *Aux Plexus* (2010, prix littéraire Jacques Poirier) et *Fourrer le feu* (2016) aux Éditions de l'Écrou, la création et l'interprétation de sa pièce de théâtre *Taram* (2011, en collaboration avec Pierre Antoine Lafon Simard), ou ses rôles au théâtre et au cinéma (2011 : spectacle *L'Exitoire* de Richard Desjardins ; 2016 : film *Ecartée* de Lawrence Côté Collins et pièce *Ma Noranda* d'Alexandre Castonguay).

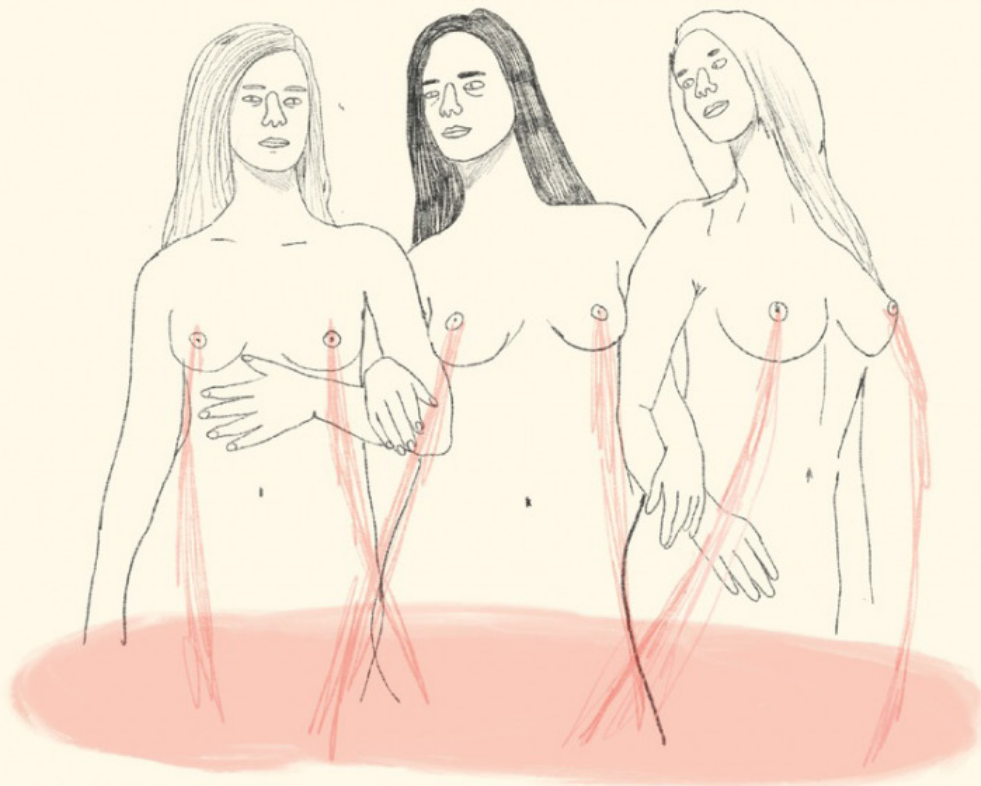
Une représentation de *M.I.L.F* aura lieu au Théâtre l'Octave le 8 mars 2019 à 19h30. Le spectacle sera suivi d'une discussion.

Le spectacle s'adresse à un public averti en raison de scènes de nudité, de langage cru, d'effets stroboscopiques et de cigarettes herbales. Déconseillé aux moins de 18 ans.



M.I.L.F.

Marjolaine Beauchamp



EDITIONS
SOMME
TOUTE

Arleen Thibault

La conteuse des temps modernes

SOPHIE LECAT

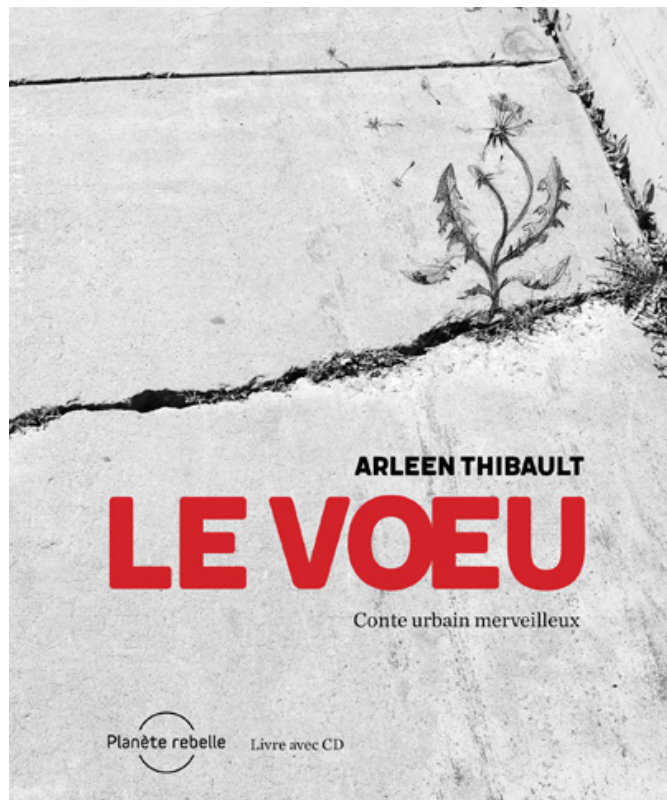
Il était une fois une fille qui racontait des histoires, le genre d'histoire qui vous laisse des étoiles plein la tête. Cette fille, c'est la québécoise Arleen Thibault et les histoires en question, ce sont ses propres contes, sorte de magie orale qui épanouit le quotidien, stimule l'imagination et transporte dans un autre monde.

Lorsque l'on parle d'Arleen Thibault et de ses représentations, il vient immédiatement à l'esprit des valeurs évidentes : authenticité, intensité, originalité, inspiration, chaleur, finesse, humour, émotion. Dans ses textes, cette « figure féminine prometteuse dans le monde du conte » n'hésite pas à mêler thèmes traditionnels et contemporains. Ce n'est d'ailleurs pas par hasard que son dernier opus s'intitule *Le Vœu* : conte urbain merveilleux.

Le vœu : conte urbain merveilleux, c'est un spectacle enchanté. Mis en scène par Michèle Faubert, Arleen Thibault y révèle un petit groupe de locataires qui se retrouvent en face d'une opportunité saillant précédent : la possibilité d'avoir un vœu unique exaucé pour tous. Ici, la convoitise d'un vœu, d'ordinaire attribué à un « je », va être adressé à un « nous ». Avec ce conte singulier, Arleen Thibault a le don de transporter chaque individu qui l'écoute dans un monde magique. Les amateurs de contes ainsi que les néophytes peuvent d'ailleurs se procurer *Le vœu : conte urbain merveilleux* au format livre-disque (2017, Editions Planète Rebelle). Voici une autre lecture à mettre à votre liste pour 2019!

L'intérêt qu'a Arleen Thibault pour l'univers enchanteur du conte ne date pas d'hier. Dans

son texte *Une conteuse sur le terrain...* (Québec français, 2008), elle se remémore cette sortie avec sa classe de primaire et le déclic qu'elle a eu lorsqu'elle a voulu raconter l'histoire entendue au musée ce jour-là, elle qui est d'habitude si discrète. Une fois à l'université, elle découvre les mécanismes du conte lorsqu'elle étudie le théâtre et la création littéraire. A partir de là, elle se crée un répertoire de contes traditionnels et de textes qu'elle adapte en différents spectacles. La conteuse Arleen Thibault est née.



Arleen Thibault l'autodidacte transmet le monde merveilleux du conte depuis plus de 15 ans. Invitée à des festivals de conte et de littérature au Québec dans les premiers temps de sa carrière, c'est en 2009 qu'elle se fait remarquer avec son conte urbain *Le pouvoir infini du câble* lors de son passage à l'émission Studio 12 de Radio Canada. Entre le Québec, l'Acadie, la France, la Belgique, le Congo, la Côte d'Ivoire et le

Liban, elle a participé à plus d'une centaine de festivals de contes et d'événements culturels. La qualité de son travail-passion (ou de sa passion-travail, au choix) lui a permis d'obtenir reconnaissances et soutiens puisque depuis quelques années, elle a reçu plusieurs prix et bourses dans le domaine des arts du Québec et du Canada.

Depuis 2015, Arleen sillonne les routes canadiennes et françaises pour partager *Le vœu : conte urbain merveilleux*.

Elle a prévu un arrêt au Théâtre l'Octave de Kingston le 16 mai 2019 à 19h30 alors à



Le strip de Fanny



Le coin poème

Survivance

Extrait de
Poème rapaillé, Dire la lumière de notre colère

Poètes, soyons du cri et du hurlement
contre la meute et l'absurde de l'ignorance.
Aurait-ils déjà oublié Montfort encore fébrile
de la lutte sous nos ongles ? Nos voix durcies
par les mines et le nickel de nos passés ?
Nos quartiers décimés? Nos écoles fermées
et nos droits bafoués par leur stupeur ?
Quand on assassine une langue, on tue son peuple

FRANÇOIS BARIL PELLETIER - ANGÈLE BASSOLÉ - JEAN BOISJOLI - HÉDI BOURAOUI - ANDRÉ CHARLEBOIS
- ÉRIC CHARLEBOIS - TINA CHARLEBOIS - NICOLE V. CHAMPEAU - ANDRÉE CHRISTENSEN - MARGARET
MICHÈLE COOK - DANIEL GROLEAU-LANDRY - ANDRÉE LACELLE - GILLES LACOMBE - SONIA
LAMONTAGNE - GILLES LATOUR - PIERRE RAPHAËL PELLETIER - PAUL SAVOIE - MICHEL A. THÉRIEN -
GASTON TREMBLAY - LÉLIA YOUNG

La Critique de Joy

Soleil

JOY OBADIA

David Bouchet, Éditions La Peuplade, 2015

Comment les immigrants s'intègrent-ils à la société québécoise et canadienne ? Quels sont les effets de l'arrivée des immigrants dans notre société ? Voilà le sujet de nombre d'études universitaires et gouvernementaux, d'essais et de romans. Cependant, ne serait-il pas intéressant de lire la version des immigrants eux-mêmes ?

Vous la trouverez dans le roman SOLEIL, écrit par David Bouchet, ou Daouda Toubab, né au Sénégal, établi à Montréal depuis 2012. Le roman raconte la vie de Soulaymane Gueye, un jeune préadolescent originaire du Sénégal, vivant à Montréal depuis un an et demi. Comme elle a eu trop de difficulté à prononcer Solaymane, c'est sa voisine, sa meilleure amie, Charlotte, qui l'a baptisé Soleil.

Du haut de ses onze ans, Soleil se pose des tas de questions sur le pourquoi des expressions et des coutumes québécoises. Avec son regard d'enfant, il voit, émerveillé, la passion du hockey, la première neige, le lac et la forêt boréale lorsque, pour la première fois, sa famille est invitée au chalet d'une famille québécoise, celle d'une collègue de travail de sa mère. Voilà la vraie intégration !

Mais on se doute bien que pour un immigrant, la vie dans le nouveau pays peut se présenter comme une course d'obstacles. Ceux qu'affrontera le jeune Soleil seront énormes, terribles. Leur appartement sera cambriolé, le disque dur avec tous leurs souvenirs du Sénégal, disparu à tout jamais; le père de Soleil, démoli par cette perte et par l'échec de ses tentatives de trouver un emploi, finira par s'isoler dans le sous-sol, y creuser un énorme trou, sombrer dans un monde incommunicable, devenir violent et se retourner contre sa femme. Soleil le verra emporté par la police, enchaîné à une chaise.

Commencera alors une longue période de souffrances infinies pour Soleil, qui garde l'espoir malgré tout, retournant chaque jour voir son P'pa adoré à l'hôpital psychiatrique, P'pa qui, selon Soulaymane, n'est plus rien qu'un légume.

Ce serait déjà difficile, malgré le fait que Soleil, philosophe, voit le bon côté des choses. Mais ceux qui l'entourent, sa copine Charlotte et son oncle, Henri, vont passer des moments vraiment éprouvants; le jour de son anniversaire, en rentrant à son appartement, Henri voit tous ses centaines de poissons exotiques flottant sur le dos, victimes d'un virus. Quant à Charlotte, déjà lourdement éprouvée puisqu'elle souffre de strabisme et fait l'objet de harcèlement à l'école, sa mère Denise est une alcoolique endurcie et même si Charlotte a l'habitude de voir les ambulances à la porte de chez elle, elle ne pensait pas qu'un jour la police emporterait Denise pour toujours. Et Soleil perdra Charlotte, peut-être pour toujours, parce que les deux devront déménager.

S'il est vrai que ce résumé donne l'impression d'une histoire lourde et tragique, le roman offre beaucoup plus que cela. La rencontre de deux cultures, la québécoise et la sénégalaise, vue par un jeune homme plutôt philosophe, crée des situations complètement nouvelles et nos émotions sont particulièrement touchées par les joies et les misères que vit ce jeune homme de onze ans.

P'pa finira-t-il par retrouver ses esprits ? Soulaymane retrouvera-t-il Charlotte ? Quelle est la vraie relation entre Charlotte et Henri ?

Je vous recommande la lecture de ce roman pour trouver le secret qui gît au fond du trou. Vous serez bouleversés ! Si vous désirez vous procurer ce livre, j'ai commandé le mien sur Amazon.ca.

Le Festival du film canadien de Kingston célèbre la francophonie

KCFF

Le Festival du film canadien de Kingston est de retour pour sa 19^e édition, du 28 février au 3 mars. Toute l'action prend place au centre-ville de Kingston !

En plus des meilleurs nouveaux films canadiens, KCFF propose de la comédie, de la musique, des ateliers, des séances de réseautage et des événements de questions et réponses avec les réalisateurs des films. Chaque saison, plus de 75 invités spéciaux y assistent, comme des apparitions récentes d'Ellen Page, Gordon Pinsent, Luc Picard, la distribution de *Letterkenny*, *Kids in the Hall* et *This Hour has 22 Minutes*. KCFF se concentre aussi sur les meilleurs nouveaux films des

réalisateurs québécois et franco-canadiens. Les années passées, le festival a présenté les titres populaires de Xavier Dolan, Denis Villeneuve, Louise Archambault, Jean-Marc Vallée et beaucoup d'autres excellents films franco-canadiens. Rien ne sera différent en 2019 !

Les titres des films seront annoncés le 27 janvier et les billets seront mis en vente le 28 janvier. Les participants peuvent acheter les passes, ou les billets « aller simple », pour tous les âges.

Tenez-vous au courant avec nos annonces et les nouvelles au www.kingcanfilmfest.com ou [@kingcanfilmfest](https://twitter.com/kingcanfilmfest).



Quel que soit notre sort

MAX NOLET

Le 7 février prochain, Les Soliloques lanceront un premier mini-album intitulé *Quel que soit notre sort* au Centre culturel Frontenac. Nous sommes extrêmement fiers d'enfin pouvoir vous le présenter. Entre espoir et désespoir, mal aimer et être mal aimé, s'abandonner au destin et se prendre en main, cet album explore l'expérience tant humaine des relations. Presque trois ans après m'être lancé dans ce projet, je réalise qu'au début nous n'avions aucune idée où nous en serions à la veille de 2019.

Voici donc le sinueux parcours de ce maxi qui sortira sous peu.

Au printemps 2017, nous avons reçu une subvention du Conseil des arts de l'Ontario qui nous a permis de commencer sérieusement le projet. Nous avons quelqu'un en tête pour enregistrer le EP au départ, mais après un an d'essais et de conflits d'horaire nous avons dû trouver un autre technicien de son. Comme on dit, c'est le métier qui rentre.

C'est en mai 2018, soit un an plus tard que prévu, que nous avons trouvé David Lindsay et que nous avons pu commencer la production. Le plan était simple : 3 semaines d'enregistrement, 2 semaines de mixage, 2 semaines de matricage et hop ! Le projet serait fini avant septembre. En réalité, nous avons fini au début décembre. Encore une fois, c'est le métier qui rentre !

Mais dans tout ça, il faut souligner le dévouement de M. Lindsay qui a mis une énergie incroyable dans cet album pour qu'il puisse voir le jour. Il faut également souligner l'appui financier de l'ACFO Mille-Îles qui nous permettra d'offrir des copies physiques

de notre EP. Ce n'est plus automatique ces jours-ci, avec les iTunes et Spotify de ce monde! Mais, étant donné que nous sommes d'irréductibles adeptes des supports physiques, il nous tenait à cœur de présenter notre première œuvre en CD.

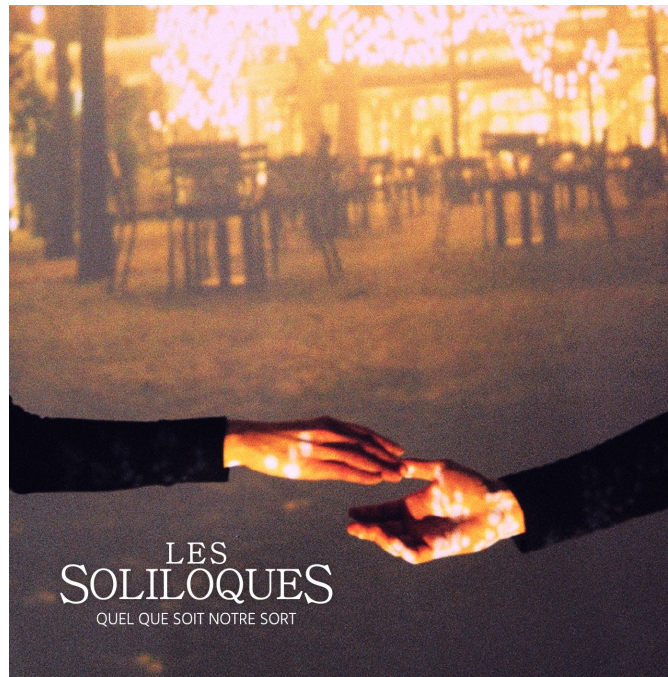
La production de ce maxi a été une énorme expérience d'apprentissage. Entre autres, elle nous a permis de définir notre style Art-Pop, en quelque part entre nos influences du Indie-Rock moderne, du folk, des formes pop et des

styles classiques. Mais ça a également été une croisée des chemins. Lorsque nous lancerons le EP au CCF, ce sera notre dernier spectacle avec notre chum Heinrick Gonneville à l'accordéon et au piano. Nous le retrouverons sans doute comme co-auteur-compositeur, mais il a choisi de ne pas poursuivre la vie de scène pour l'instant et de se consacrer à d'autres projets. Nous lui souhaitons tout ce qu'il y a de mieux pour ses projets à venir.

Il y a des fois où je me suis demandé quoi faire. Il y a des fois

où je me suis demandé pourquoi je le faisais. Mais il y a aussi plusieurs fois où je me suis demandé qu'est-ce que je ferais d'autre, anyway, qu'être un artiste. À cette dernière question, il n'y a pas de réponse... Sans mentir, *Quel que soit notre sort* a été l'un des projets les plus éprouvants de ma vie. Tant les longues périodes de désespoir que les nombreux coups de chance ont fait de ce mini-album ce qu'il est aujourd'hui.

Soyez des nôtres pour le lancement le 7 février prochain et suivez-nous sur les réseaux sociaux pour plus de détails !



[COMMUNAUTÉ]

Kingston joint la résistance !

ERIKA LAMON, LIAISON COMMUNAUTAIRE
MICHÈLE DUBOIS, DIRECTRICE GÉNÉRALE
ACFOMI

Le 15 novembre 2018, les contribuables francophones ont été injustement ciblés par des abolitions de programmes annoncées par le gouvernement de Doug Ford. Du coup, la province de l'Ontario a tout simplement éliminé le Commissariat aux services en français et mis un terme au projet de l'Université de l'Ontario français. À la suite de l'annonce de ces coupures, l'Assemblée de la Francophonie de l'Ontario (AFO), l'organisme rassembleur et la voix politique de la francophonie de l'Ontario, a déploré les décisions du gouvernement ontarien dévoilées dans le cadre de la mise à jour économique. Le jeudi 22 novembre, l'AFO a officiellement lancé la campagne de résistance face aux coupures. C'est ainsi qu'est né le mouvement de La Résistance. Le conseil d'administration de l'Association canadienne-française de l'Ontario, Conseil régional des Mille-Îles (ACFO Mille-Îles) s'est rencontré le mercredi, 28 novembre 2018 et a adopté la proposition de se joindre au mouvement de La Résistance.

Le mouvement compte présentement plus de 15 639 personnes.

La manifestation à Kingston

Le samedi 1er décembre, l'ACFO Mille-Îles a rassemblé des alliés de la communauté franco-ontarienne devant le bureau du député provincial Ian Arthur de la circonscription Kingston et les Îles. Plus de 250 personnes ont participé à la manifestation qui avait pour but de dénoncer les abolitions de programmes annoncées le 15 novembre 2018 par le gouvernement de Doug Ford. Un total de plus de 14 326 personnes se sont mobilisées dans plus de 30 localités en Ontario pour participer à leurs manifestations régionales.

Pour Marie-Noël St-Cyr, administratrice scolaire retraitée, il était important d'y être car « l'avenir en dépend. On s'est battu pour bien des choses, des écoles, des services, une permanence, et c'est absolument important. On n'est pas comme un oiseau perché sur une branche, on a besoin d'un arbre. L'Université franco-ontarienne c'est ça ainsi que les services du commissaire aux langues officielles indépendant. »

Jordi Running, élève à l'École secondaire publique Mille-Îles, était une des





Crédit photo : Dominique Tremblay

nombreux(es) étudiant(e)s sur les lieux pour défendre leurs droits à l'accès à l'éducation en langue française en Ontario. « Moi, ma famille est anglaise, alors la seule manière pour moi de pratiquer mon français c'est à l'école et si on continue de retirer les écoles francophones, je ne pourrai pas garder ma langue. »

Comme Chantal Hudon, Directrice générale de La Route du Savoir, l'a expliqué, « Il y a eu des jeunes aujourd'hui du niveau secondaire qui sont venus nous appuyer. C'est important pour eux autres, on ne peut pas brimer nos droits comme ça, il faut continuer. On a droit à ça. Les minorités aussi ont droit d'avoir des services en français et de poursuivre leur éducation dans leur langue maternelle... Il faut absolument être solidaire. » Malgré les manifestations qui ont eu lieu dans les quatre coins de la province ainsi que les « 9 manifestations de solidarité aux Franco-Ontariens dans les autres provinces canadiennes » (Site web de l'AFO), le gouvernement Ford a quand même adopté la loi 57. Le Commissariat aux services en français perdra son indépendance à partir du 1er mai 2019 et œuvrera sous réserves des directives de l'Ombudsman de l'Ontario. Il n'y avait aucune mention de l'Université de l'Ontario français dans la loi 57, mais on sait déjà que l'Université perdra

son financement dès le 15 janvier prochain. L'AFO a mis sur pied des comités juridique, politique et de communication qui ont pour mandat d'explorer les avenues qui s'offrent à la communauté et de continuer à faire des pressions sur le gouvernement afin que le commissariat retrouve son indépendance et que le financement de l'Université de l'Ontario français soit maintenu.

Comment vous impliquer

Les événements récents ont démontré la solidarité de la communauté francophone et francophile de Kingston dans sa volonté de protéger et conserver ses droits. Pour joindre La Résistance, il suffit de cliquer le lien suivant : <https://monassemblee.ca/joignez-vous-a-la-resistance/>. La page suggère aussi d'autres gestes à poser. Chaque voix et chaque geste compte !

Agissons maintenant pour la communauté francophone ! Agissons maintenant pour faire respecter nos droits ! Agissons maintenant pour rétablir le Commissariat aux services en français ! Agissons maintenant pour rétablir l'Université de l'Ontario français !

#RespectFranco #ONfr

Ne nous laissons pas faire !

Refusons que le gouvernement abolisse le Commissariat aux services en français et l'Université de l'Ontario français.

Agissons immédiatement !

On demeure convaincu.e.s, on s'engage à fond et on agit ensemble dans le respect.

10 gestes à poser :

- 1. Signez la pétition qui réclame** que le Commissariat aux services en français de l'Ontario et l'Université de l'Ontario français soient rétablis sur-le-champ. La pétition est accessible au <http://bit.ly/PetitionOnfr>.
- 2. Encouragez vos proches à se joindre à la résistance.**
En augmentant la participation à la résistance vous démontrez que les contribuables francophones de l'Ontario sont touchés par les compressions et s'en préoccupent. Voir www.laresistance.ca pour de plus amples renseignements.
- 3. Préparez une vidéo.**
Qu'aimeriez-vous dire à Monsieur Ford suite aux compressions dans les services en français en Ontario ? À l'aide de votre téléphone cellulaire, tournez une petite vidéo de maximum 1 minute (à l'horizontale). Publiez la vidéo sur Instagram et Facebook en identifiant *ICI Ontario* et utilisez les mots-clés *#onfr* et *#RespectFranco* (soyez respectueux.ses s.v.p.)



LaResistance.ca

#RespectFranco #ONfr

- 4. Faites une contribution financière à la campagne** au www.laresistance.ca. Avec votre appui, la communauté pourra se donner les moyens de bien revendiquer les droits des francophones dans l'espace public et devant les tribunaux s'il le faut.
- 5. Organisez des levers de drapeau et des activités de ralliement** dans vos communautés, vos institutions, vos écoles et même votre entreprise. Des activités communautaires telles des rassemblements, des journées vert et blanc et des levers du drapeau franco-ontarien permettent de sensibiliser la population à la présence de francophones partout en province et offrent une occasion d'expliquer l'impact des compressions du gouvernement Ford. Partagez des photos démontrant la vitalité et la fierté des Franco-Ontariens et en les identifiant du mot-clic #RespectFranco et identifiez @fordnation sur Twitter et @FordNationDougFord sur Facebook et Instagram.
- 6. Rencontrez votre député.e.**
Demandez une rencontre avec votre député.e provinciale pour lui demander d'intervenir auprès de Doug Ford afin de rétablir les programmes abolis. Trouvez la liste des députés au <https://www.ola.org/fr/deputes/legislature-42>. Partagez une photo de votre rencontre sur les médias sociaux avec le mot-clic #RespectFranco. On vous encourage à rencontrer tous vos élu.e.s.
- 7. Achetez un drapeau franco-ontarien.**
Affichons-nous ! Voir où vous pouvez vous en procurer au www.laresistance.ca.
- 8. « Taggez » les influenceur.iceuse.s de vos réseaux sociaux** francophones ou francophiles de partout dans le monde pour leur demander d'appuyer en partageant vos publications. Invitez-les à dénoncer les abolitions du gouvernement ontarien. #RespectFranco #ONfr.
- 9. Achetez un t-shirt, un livre, un album ou allez voir un spectacle ou une exposition francophone.**
Encouragez nos artistes franco-ontariens ! Ils ont une tribune unique pour passer des messages à un grand nombre de personnes. Profitez de ces occasions pour partager les actions à entreprendre et rallier encore plus de gens.
- 10. Demandez respectueusement des services en français à tous les jours, c'est démontrer qu'il y a un réel besoin.**

Il ne faut rien prendre pour acquis #RespectFranco

Soyez créatif.ve.s et aidez-nous à l'être.

Quels autres gestes pouvez-vous poser pour manifester votre appui à la communauté franco-ontarienne et votre désaccord envers les décisions du gouvernement de l'Ontario ?

Partagez vos idées grâce au formulaire disponible sur le site Internet de la résistance.





Association canadienne-française de l'Ontario,
Conseil régional des Mille-Îles

SÉRIE D'ATELIERS INTERCULTURELS GRATUITS

RAPPROCHONS LA CONSCIENCE INTERCULTURELLE

Série quatre : 6 ateliers en français

7 fév. 2019 au 14 mars 2019

Chaque JEUDI, 16h - 17h30

Lieu: Centre culturel Frontenac

711, avenue Dalton, Kingston

Objectifs: Habilitier et renforcer la communauté multiculturelle ainsi que favoriser la conscience interculturelle dans la communauté

C'est pour qui ?: Tous ceux qui sont intéressés à en apprendre plus sur les compétences et la conscience multiculturelle et qui veulent faire partie d'une communauté ouverte et diversifiée

Inscrivez-vous à
nmartins@acfomi.org

Ce projet
est financé par:



Venez découvrir des ressources et des services en français



Association canadienne-française
de l'Ontario (ACFO)
Conseil régional des Mille-Îles

Services aux immigrants
ACFOMI
Immigrant Services

C'est aussi simple que...



www.bonjourwelcome.ca

Bienvenue à Kingston

Pochette d'information pour
les nouveaux arrivants

FRANCO-FOIRE
DES AFFAIRES ET SERVICES EN FRANÇAIS

Rendez-vous annuel de
la foire des services en
français à Kingston

LE
RÉPERTOIRE
DES SERVICES DE SANTÉ
EN FRANÇAIS
DE LA RÉGION DU
SUD-EST DE L'ONTARIO

Services d'employabilité
ACFOMI
Employment Services

**EMPLOYMENT
ONTARIO**

Your job is out there. We'll help you find it.

**EMPLOI
ONTARIO**

Votre emploi vous attend. Nous vous aiderons à le trouver.

À LA RECHERCHE D'UN EMPLOI? OU D'UN EMPLOYÉ?
NOS SERVICES SONT **GRATUITS ET BILINGUES**

LOOKING FOR A JOB? OR AN EMPLOYEE?
OUR SERVICES ARE **FREE & BILINGUAL**

613-546-7863 www.acfomi.ca info@acfomi.org
760 Highway 15 Kingston, ON



Quelle belle réussite !

JULIE BRISSON
FORMATRICE À LA ROUTE DU SAVOIR

Saviez-vous qu'au Canada, une femme est tuée par son conjoint tous les 6 jours ? Malheureusement, le sujet de la violence envers les femmes est encore un sujet tabou en 2018 et un problème répandu dans notre société. Selon le gouvernement du Canada, les causes profondes de la violence fondée sur le sexe sont tout autour de nous, que cela soit dans les plaisanteries sexistes qui dégradent les femmes, dans le langage de tous les jours, dans le contenu des médias – qui font souvent de la femme un objet – et dans le carcan des normes sexuées que nous imposons aux jeunes enfants. C'est pourquoi, les 26, 27 et 28 novembre dernier, à l'occasion des journées d'action contre la violence faite aux femmes, La Route du Savoir a tenu des ateliers de sensibilisation afin de conscientiser la communauté francophone de Kingston sur ce terrible phénomène. Depuis l'avènement de #MoiAussi, nous sommes tous appelés à réfléchir à nos propres actions ainsi qu'aux moyens à mettre en œuvre pour contribuer au recul de la violence faite aux femmes.

Lors de ces journées, les personnes présentes ont non seulement eu la possibilité de rencontrer plusieurs intervenants œuvrant dans le milieu, mais aussi de mieux connaître les services de proximité offerts dans notre région. Plusieurs sujets ont été abordés comme : les mythes entourant les agressions à caractère sexuel, la violence conjugale, le trafic humain, les formes de violences faites aux personnes âgées, les programmes d'aides aux victimes, et comment encadrer nos jeunes dans le développement de relations saines. Durant les présentations, les participants ont eu l'opportunité d'interagir avec les intervenants ainsi que de poser des questions.

Enfin, La Route du Savoir tient à remercier sincèrement tous ceux qui ont participé aux ateliers et plus spécialement nos partenaires qui nous ont soutenues dans ce projet. Sans vous tous, le succès de cet événement n'aurait pas été possible. Ces trois journées ont été une belle opportunité de briser le silence et nous sommes heureuses que tous les participants ont appris beaucoup sur les différents sujets. Mais, force est de constater l'ampleur du travail qui reste encore à faire pour l'élimination de

toutes les formes de violences et d'oppressions envers les femmes, nous invitons tout un chacun à réfléchir à ce que vous pourriez faire concrètement pour aider à y mettre fin...



Souvenirs radiophoniques

AUDREY ANNE LAFRANCE

Ce n'est pas tous les jours que des jeunes de mon âge ont la chance de passer à la radio. Je m'appelle Audrey Anne Lafrance de l'école secondaire publique Mille-Îles et le samedi 10 novembre passé, j'ai eu le plaisir de passer à l'émission radio Grand Lacs Cafés de Radio-Canada avec d'autres jeunes. Nous avons eu 2 semaines pour nous préparer, c'était définitivement sans repos.

Nous étions 14 jeunes de 2 écoles, l'école secondaire publique Mille-Îles et l'école secondaire catholique Marie-Rivier. C'était vraiment intéressant de travailler les deux écoles ensemble, ça nous a permis d'apprendre à se connaître. Généralement, nous sommes en compétition avec l'école catholique, car ils sont une plus grosse école.

Les deux animateurs, Eric Robitaille et Michel Laforge travaillaient seul à seul avec 7 étudiants chacun. Personnellement j'ai eu la chance de travailler avec Eric Robitaille, pendant les deux semaines de préparation. Ensemble, nous avons travaillé sur ma présentation du début et ma chronique, pour

organiser mes idées. Nous avons aussi pratiqué pour s'assurer que je prenne le temps adéquat, car il ne fallait ni dépasser 5 minutes, ni aller trop vite.

Plus les deux semaines avançaient, plus je commençais à stresser. Je réalisais à quel

point j'avais beaucoup de choses à expliquer dans un espace de 5 minutes, et que parfois j'avais de la difficulté à faire suivre mes idées. Aussi, je suis une personne qui a tendance à ne pas articuler, donc j'avais peur que lorsque j'allais parler à la radio, les auditeurs ne pourraient pas me comprendre. Cependant, le samedi de l'émission, au moment où je me suis assise devant le micro et que je me suis mise à parler, j'étais à l'aise et tout mon stress est soudainement parti.

En gros, c'était deux semaines chargées et stressantes

pour plusieurs, incluant moi, pour arriver à un merveilleux résultat. Travailler avec Eric Robitaille, Michel Laforge, 7 élèves de Marie-Rivier et 6 autres élèves de Mille-Îles a été une expérience mémorable.



Vidéoconférence à Kingston : les mythes en santé démystifiés par trois conférenciers vedettes

JEANNINE PROULX,
AGENTE DE PLANIFICATION AU RÉSEAU DES SERVICES DE SANTÉ EN FRANÇAIS DE L'EST DE L'ONTARIO

CONFÉRENCE NATIONALE

INSCRIPTION EN LIGNE AU cnfs.ca

SANTÉ MENTALE ET MIEUX-ÊTRE

LA SANTÉ AU-DELÀ DES MYTHES

EN VIDÉOCONFÉRENCE

EN PERSONNE

Vendredi 22 février 2019
de 9 h à 15 h 15
Université d'Ottawa, Pavillon Desmarais

DR ALAIN VADEBONCOEUR
Mythes en santé

DR^È SUZANNE FILION
Luminothérapie

DR ROBERT BÉLIVEAU
Gestion du stress et pleine conscience

Dr Alain Vadeboncoeur (urgentologue, auteur des livres Désordonnances et Malade! et personnalité médiatique), Dre Suzanne Filion (psychologue, clinicienne chevronnée et lauréate 2018 du Prix pour contributions remarquables au service public ou communautaire) et Dr Robert Béliveau (médecin de famille, coauteur du livre Les quatre clés de l'équilibre personnel et spécialiste de la gestion du stress). Ces trois experts seront à l'affiche de la prochaine Conférence nationale santé mentale et mieux-être du Consortium national de formation en santé, volet Université d'Ottawa. Présenté sous le thème « La santé au-delà des mythes », cet événement sera diffusé par vidéoconférence dans une vingtaine de sites au Canada, dont ici à Kingston.

Le 22 février prochain, venez assister à cette journée de conférences unique, présentée dans notre communauté grâce à un partenariat entre le Réseau des services de santé en français de l'Est de l'Ontario et les Services de lutte contre les dépendances et de santé mentale – KFLA.

AU PROGRAMME :

§ Mythes en santé :

Dr Vadeboncoeur racontera l'histoire de la médecine et expliquera les fondements de sa rigueur scientifique, tout en montrant ses limites. Il offrira ainsi des clés pour mieux comprendre les études qui nous dictent comment vivre, tout en élucidant les questions médicales qui nous tourmentent.

§ Luminothérapie :

Au cours de cet atelier pratico-pratique et interactif, Dre Filion présentera les fondements de la luminothérapie et abordera des thèmes tels que ses modalités d'utilisation, les types de boîtes lumineuses et les désordres traités. Les professionnels de la santé qui désirent intégrer la luminothérapie à leur pratique pourront ainsi bénéficier des leçons et trucs efficaces appris pendant plus de 20 ans de pratique.

§ Gestion du stress et pleine conscience:

Les perceptions erronées, les attitudes malsaines, l'impuissance, la peur et la dépendance sont à la base de la plupart des

problèmes de santé mentale. Dr Béliveau terminera donc cette journée en abordant la gestion du stress basée sur la pratique de la pleine conscience. Une occasion de remettre en question nos gestes, habitudes, attitudes, et croyances pour une meilleure santé mentale.

Informations pratiques :

La diffusion par vidéoconférence se tiendra **le vendredi 22 février 2019, de 9h à 15h15**, dans les bureaux des Services de lutte contre les dépendances et de santé mentale - KFLA (AMHS - KFLA), situés au 552, rue Princess à Kingston. La période d'inscription est en cours. Des frais de 25\$ (étudiants) et 40\$ (professionnels et membres de la communauté) s'appliquent (tarif vidéoconférence, taxes en sus). Veuillez vous inscrire en ligne au <https://cnfs.ca/professionnels-de-la-sante/conferences/conference-annuelle>.

N'hésitez pas à communiquer avec moi pour toute question. Au plaisir de vous accueillir le 22 février prochain.

Jeannine Proulx, Agente de planification – région du Sud-Est
Réseau des services de santé en français de l'Est de l'Ontario
1-877-528-7565, poste 214
jproulx@rssfe.on.ca



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

Ensemble pour des services en français accessibles



Devenez membre du Réseau, c'est simple et gratuit !



rssfe.on.ca/membres



Theme natal, relocalisation
Astrologie commerciale
"Homestaging"
Astrologie
Livre de naissance
Orientation de carrière
Synastrie de couple
Certificat cadeau

Follow us on facebook

ASTRO 4 U
613-818-2972
ASTRO4U@GMAIL.COM

DECouvrez VOTRE CIEL INTÉRIEUR ! DISCOVER YOUR INNER SKY!

Au-delà des chiffres

Marcil Lavallée

Notre équipe de professionnels chevronnés vous offre une gamme complète de services adaptés aux besoins uniques de votre entreprise ou organisme, notamment :

- Certification et expertise comptable
- Fiscalité
- Finances et gestion
- Services-conseils
- Démarrage d'entreprise
- Acquisition d'entreprise

Marcil-Lavallee.ca
Comptables professionnels agréés

OTTAWA
1420, place Blair, bureau 400
Ottawa (Ontario) K1J 9L8
T 613 745-8387
F 613 745-9584

GATINEAU
200, rue Montcalm, bureau 100
Gatineau (Québec) J8Y 3B5
T 819 778-2428
F 613 745-9584

Affilié à Moore Stephens North America (MSNA)

Dans la cage du coyote

ERIC GALARNEAU ET JULIE SOINI

Dans le cadre du Projet Empreinte à l'École secondaire publique Mille-Îles, les élèves développent leurs projets entrepreneuriaux. Comme nouveauté cette année, nous organisons un panel du genre "Dans l'oeil du dragon" où les élèves de MI devront présenter les grandes lignes de leur Projet Empreinte à divers membres de la communauté.

Notre panel s'appellera "Dans la cage du coyote". Les élèves y présenteront le but de leur projet, les étapes de planification, les actions importantes à réaliser ainsi que l'impact pour la communauté choisie. En d'autres mots, les élèves doivent "vendre" leur projet.

Nous sommes donc à la recherche de bénévoles pour siéger sur le panel et analyser les présentations. En tant que juge, votre rôle serait de questionner les élèves et

leur offrir de la rétroaction afin d'améliorer et d'amener leur projet plus loin.

Les dates que je propose en ce moment sont : les 12, 13 et, au besoin, le 14 février. Vous pouvez offrir vos services et siéger sur le panel pour une demi-journée, une journée entière ou même les deux/trois jours. Si vous pouvez être des nôtres, prière de communiquer avec Julie Soini à l'École secondaire publique Mille-Îles au 613-546-4259 ou par courriel : julie-leanne.soini@cepeo.on.ca



Si vous pensez à d'autres personnes qui sont francophones et qui aimeraient participer à notre panel, n'hésitez pas à partager l'information au sujet de "Dans la cage du coyote".

Nous espérons que vous pourrez vous joindre à nous pour cette activité super authentique !

Nouvelle famille francophone à Kingston

PHILIPPE ARCHAMBAULT

Nous avons accueilli à Kingston une nouvelle jeune famille militaire en juin dernier. La maman de cette famille se nomme Stéphanie Anctil et elle est esthéticienne. Stéphanie nous arrive de Québec où elle a travaillé à l'Aroma spa au Village Vacances Valcartier, dans lequel elle a perfectionné ses compétences dans les soins esthétiques.

Stéphanie a beaucoup d'idées et un grand désir d'approfondir ses connaissances pour offrir toujours les meilleurs services au goût du jour. Stéphanie possède plusieurs années d'expérience et espère pouvoir offrir des moments de qualité, de détente et un brin de causerie en français. Stéphanie a à cœur le bien-être

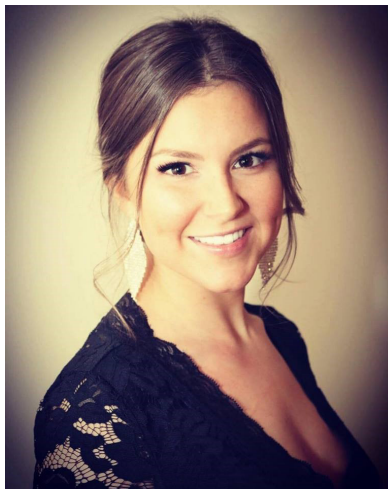
des gens et son objectif est de voir ses clientes heureuses et satisfaites car cela la rend fière et

accomplie.

Stéphanie est heureuse de vous annoncer qu'à partir du 15 Janvier, elle se joindra à l'équipe du Symphony Spa & Yoga, 295 Brock St., au centre-ville de Kingston.

Symphony Spa & Yoga sont très heureux de pouvoir offrir les services esthétiques de Stéphanie. Venez rencontrer Stéphanie car elle espère attirer une nouvelle clientèle francophone qui désire communiquer facilement avec son esthéticienne pour un service qualité client. Stéphanie espère de tout cœur que vous serez au rendez-vous et elle a bien hâte de connaître d'autres francophones de Kingston.

Stéphanie voudrait souhaiter à tous de joyeuses fêtes et vous donne rendez-vous en 2019.



Le Canada, ce pays bilingue

SOPHIE LECAT

On m'a souvent demandé pourquoi j'avais décidé de m'établir au Canada. Bien entendu, avant de vivre dans un pays, on n'en connaît que des bribes, peut-être au travers de vacances et souvent au travers de clichés. Pour moi, ceux du Canada se résumaient à « espace », « neige », « hockey », « sirop d'érable » et « bilinguisme ». Après quelques mois d'expérience de vie en Ontario, je me rends compte qu'un point de ma liste reste en suspens. N'immigre pas au Canada qui veut car il faut montrer patte blanche sur un certain nombre d'éléments avant de pouvoir y habiter à long terme. L'un d'entre eux se rapporte à la langue, ou plutôt aux langues. Malgré mon statut de Francophone (vu les temps qui courent, le F majuscule est de rigueur) et ma langue maternelle française, j'ai dû obtenir un score minimum lors de tests dans chacune des deux langues officielles du pays. Par la suite, l'Ontario m'a choisie pour participer à son Programme Ontarien des Candidats Francophones (POCI). La province a approuvé ma demande en échange d'une condition simple : que je contribue au développement de la Francophonie en son sein. Grâce à l'Ontario, je vis pleinement mon rêve. En guise de

remerciement, il était logique de participer à l'un des nombreux rassemblements organisés un peu partout dans la province (et au-delà) le 1er décembre dernier. Car si le bilinguisme ne coule pas de source au Canada, la présence des Franco-Ontariens, elle, est bien établie. Malgré mon indifférence au monde politique, j'ai apprécié de voir le député Ian Arthur – que je ne connaissais pas la veille du défilé – à la tête du cortège de Kingston, ainsi que la prise de position d'Amanda Simard en faveur des Franco-Ontariens. Mais là n'est pas le sujet.



Ici en Ontario, je trouve agréable d'avoir accès à certains sites en français, qu'ils soient liés à la culture, au magasinage ou à d'autres domaines. Je pense également aux étiquettes des produits alimentaires imprimées dans les deux langues. Au moins, je suis sûre de comprendre l'information, ce qui peut être utile en cas d'allergie par exemple. Quand je rencontre des anglophones, certains essaient de me répondre en français et leur effort est certainement apprécié, mais au bout du compte, l'anglais prend le dessus dans la vie quotidienne.

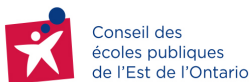
Alors je vais continuer de pratiquer et de promouvoir la langue française au Canada.



ÉCOLES DE CHOIX

OÙ JE PEUX TOUT ACCOMPLIR!

Le Conseil des écoles publiques de l'Est de l'Ontario,
en avance sur son temps pour enseigner l'avenir!



ÉCOLES DE CHOIX ✕ CONSEIL DE CHOIX

1-888-332-3736 | iciMONecole.ca



Tango *nuevo*



Tapas & Vins

~ Fusion de cuisine du monde~
~ Ingrédients locaux~

331 Rue King Est Kingston ON
(613) 548-3778 www.tangonuevo.ca

Rejoignez-nous aux 5 à 7 francophones mensuels