

CONCOURS DÉFI

DIVERTISSEMENT ÉDUCATIF FAIT POUR LES JEUNES ET INTERDIT AUX ADULTES

Odette Morin

Amusez-vous et courez la chance de gagner, tous les mois, une carte-cadeau d'une valeur de 30 \$ à la librairie Renaud-Bray en participant au concours DÉFI.

Charade

- **Mon premier** - Le contraire du bien.
- **Mon deuxième** - Un liquide essentiel à la vie.
- **Mon troisième** - La première note de la gamme.

- **Mon quatrième** - Un groupe d'élèves placés deux par deux et en ligne.
- **Mon tout** - Qualifie quelqu'un ou quelque chose qui sent mauvais.

À la recherche du mot perdu

Placez dans la case appropriée, la première lettre de la réponse de chaque énigme, vous obtiendrez ainsi le mot recherché.



- 1 - Sa fève sert à faire le tofu.
- 2 - Sons de fréquence trop élevée pour être perçus par l'oreille humaine.

3 - Rongeur spécialiste en construction de digues.

4 - Belle fleur odorante, sa tige est épineuse.

5 - Lieu destiné à loger les chevaux.

Mot (ou nom) recherché - Substance alimentaire à saveur douce.

Qui suis-je?

Voici les trois indices qui désignent le même mot.

- 1 - Je suis un état (pays) d'Afrique situé au sud de l'Algérie.
- 2 - Le Nord et le Centre appartiennent au Sahara.
- 3 - Ma langue officielle est le français et ma capitale est Bamako.

COUPON-REPONSE

Concours DÉFI Juin 2021

Charade _____

À la recherche du mot perdu _____

Qui suis-je? _____

Nom _____
 Ville _____
 Âge _____ Tél. _____

Vous avez jusqu'au 8 du mois suivant la parution du journal pour envoyer vos réponses. Le concours DÉFI continue comme d'habitude, mais la bibliothèque étant fermée, vous devez envoyer vos trois réponses avec votre nom, votre âge, votre ville de résidence de même que votre numéro de téléphone par courriel à defi@journaldescitoyens.ca. Vous pouvez aussi envoyer votre coupon de participation ou simplement vos trois réponses par la poste à l'adresse suivante : Les Éditions prévostaises, case postale 603, Prévost, Québec, J0R 1T0.

Le gagnant sera choisi au hasard parmi tous ceux qui auront eu les bonnes réponses et verra son nom et sa photo publiés dans le journal suivant. Toutes les réponses y seront aussi publiées. Le concours est ouvert à tous les jeunes (18 ans et moins) des municipalités desservies par le Journal, c'est-à-dire : Prévost, Piedmont et Sainte-Anne-des-Lacs. Nous acceptons un coupon-réponse par personne, et les fac-similés sont acceptés.

La gagnante du DÉFI de mai est Emmy Goyer, 12 ans de Prévost.



RÉPONSES DE MAI 2021

CHARADE :

Tu - Bulle - Air = Tubulaire

MOT RECHERCHÉ : 1 2 3 4 5
A T L A S

- 1 - Arche
- 2 - Taxes
- 3 - Loups
- 4 - Arête
- 5 - Salade

Qui suis-je? Terre-Neuve-et-Labrador

À la recherche du mot perdu

1 2 3 4 5 6
B O R N É O

- 1 - Bach
- 2 - Orégon
- 3 - Rousseau (Henri)
- 4 - Néfertiti
- 5 - Éros
- 6 - Orléans

1 2 3 4 5 6
J A R D I N

- 1 - Jambes
- 2 - Album
- 3 - Receler
- 4 - Dragon
- 5 - Islam
- 6 - Nord

Mots croisés - Odette Morin



Présentement, le cinéma Pine est heureux de vous accueillir, pour voir un film, mais aussi pour vous servir au casse-croute, celui-ci étant de nouveau ouvert!

Lyne Gariépy lynegariépy@journaldescitoyens.ca

Hors normes

Synopsis - Bruno (Cassel) dirige depuis plusieurs années l'organisme La voix des justes, qui vient en aide aux enfants et adolescents autistes délaissés par un système de santé débordé. Mais, même si Bruno travaille de concert avec certains hôpitaux, il œuvre sans l'aval du ministère, qui lui colle deux inspecteurs sur le dos. Ami et collègue, Malik gère L'escala, qui poursuit un but similaire, en plus de recruter des jeunes en difficulté pour en faire des « référents ».

Ciné-fille - Ce film, du duo derrière *Intouchable* et *Samba*, oscille entre fiction et docufiction, mais aussi entre comédie et drame. Comme pour leurs films précédents, ils maîtrisent parfaitement ces moments de profondeur entrecoupés d'éclats lumineux.

On sent un immense respect pour ceux qui travaillent avec les autistes, et aussi envers les autistes eux-mêmes. Les situations sont réa-

listes, et même criantes de vérité. D'ailleurs, plusieurs vrais jeunes autistes (dont Benjamin Lesieur, nommé au César du meilleur espoir masculin) et référents apparaissent dans le film, ce qui ajoute beaucoup de crédibilité.

Dans le film, les cinéastes utilisent habilement les deux inspecteurs qui enquêtent sur la voix des justes, et à qui les différents intervenants témoignent de leurs réalités respectives : justifiés et logiques, ces séquences permettent au film d'éviter le didactisme tout en établissant un portrait de la situation, fort important.

Même si je ne suis pas toujours fan de Vincent Cassel, dans *Hors normes*, il est émouvant, dans ce rôle (à contre-emploi) d'éducateur sachant parfaitement comment agir avec les autistes, mais maladroit dans les aspects privés d'une vie entièrement consacrée à son métier.



France. Drame social.
2021. 1 h 54
Réal. : Eric Toledano, Olivier Nakache
Int. : Vincent Cassel, Reda Kateb, Benjamin Lesieur

Comme dans *Intouchables* et *Samba*, ce film nous raconte une histoire où l'on combat une forme ou une autre d'isolation sociale. Et, comme dans ces films, c'est par la diversité (noirs, blancs, juifs hassidiques, musulmans) que se crée le tissu social nécessaire à ce combat.

9 sur 10

Ciné-gars - Une fiction se rapprochant du documentaire, tant l'histoire contée ressemble à la réalité.

Difficile de ne pas s'attacher aux deux directeurs des organismes, qui vouent leur vie, cœur et âme, à la cause.

La mixité entre acteurs professionnels et jeunes autistes est un mariage réussi. 8,5 sur 10

halo@journaldescitoyens.ca

Sandra Friedrich



LA CHRONIQUE

D'HALO

Chemin spirituel avec les animaux de pouvoir

Dans son dernier livre *Un chemin de femme médecine, Du don à l'apprentissage*, paru en janvier de cette année, chez VÉGA édition, Loumitea¹, qui vit non loin de Val-David, aborde son parcours comme femme médecine.

Elle est co-fondatrice de l'École de chamanisme transculturel du Québec (ECTQ²), issue des travaux de Michel Harner, anthropologue à l'origine de la *Foundation for Shamanic Studies*³.

Cette école est, également, un cercle de chercheurs et d'enseignants en chamanisme. À part l'enseignement, Loumitea propose des soins individuels, des cérémonies d'inspiration autochtones.

Nous avons rencontré l'autrice, Loumitea.

Q - Aujourd'hui, dans nos sociétés occidentales rationnelles et ultralibérales, on pourrait se demander à quoi ça sert le chamanisme?

Loumitea - Le chamanisme est une des plus anciennes pratiques spirituelles de l'humanité qui permet de créer et d'entretenir un lien entre le visible et l'invisible, entre l'univers et l'être humain. Le chamanisme permet de se relier au Grand Tout. Il est important de cultiver et nourrir sa fonction spirituelle, sans quoi on déprime ou on est perdu.

Le chamane peut soutenir les gens qui font face à des difficultés de vie (changements professionnels, etc.) ou qui ont le goût d'évoluer, ou qui sont aux prises avec des problèmes de santé phy-

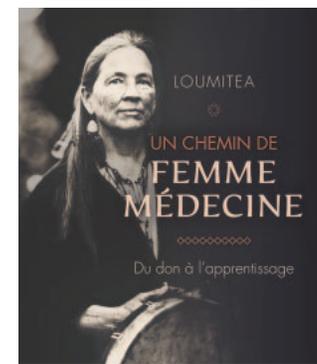
sique, émotionnelle et/ou spirituelle. En ce sens, le chamanisme, c'est une médecine de l'âme.

Donner un sens à son existence, cultiver le moment présent, ouvrir sa conscience et l'élargir régulièrement, instaurer une pratique spirituelle quotidienne, c'est bien utile par les temps que nous vivons. Beaucoup de gens se sont fait une idée romantique du chamanisme, mais cette pratique est une discipline quotidienne qui nous rapproche de la nature et nous permet de nous relier aux mondes animaux.

Q - Les animaux totems ou les animaux de pouvoir, qu'est-ce que c'est?

Loumitea - Il est important de faire une distinction entre animaux totems et animaux de pouvoir. Les animaux totems sont reliés aux différentes roues de médecine qui sont des outils culturels et symboliques dont se servent les nations autochtones. Je ne fais pas partie d'une culture autochtone, même si je suis métis algonquienne par ma mère et métis wendat par mon père. Je préfère parler d'animal de pouvoir.

Ce sont des êtres spirituels qui peuvent nous aider en toutes circonstances. Ils représentent une partie de notre pouvoir personnel et les contacter et cheminer avec eux aide à mieux vivre et aussi à



guérir. Les animaux de pouvoir jouent un rôle primordial de guide et de protecteur. Ils sont porteurs de messages, d'enseignements et d'une spécificité ou d'une force qu'ils vont nous transmettre pour qu'on se sente en pouvoir.

En créant des espaces de rencontres réguliers avec nos animaux de pouvoir, nous pouvons développer un lien. De ce lien, nous pouvons apprendre le respect de toutes choses et la vie en harmonie avec le Tout.

D'après Loumitea, la fréquentation de ses animaux de pouvoir peut suffire, pour la majeure partie d'entre nous, à nourrir une pratique spirituelle quotidienne. Pour devenir chamane, par contre, il faudra maintenir une discipline pour « voir dans le noir et placer les gens sur leur chemin de guérison » et suivre les étapes d'une initiation. Dans l'histoire de Loumitea, elles ont pris la forme d'événements et de rencontres significatives.

Nous vous invitons à vous procurer son livre dans toutes les bonnes librairies du Québec et découvrir ce qui dans une vie peut mener à devenir femme médecin.

- 1. <https://loumitea.com/>
- 2. <https://ecoledechamanisme.com/>
- 3. <https://www.shamanism.org/>