

Offert gratuitement par

**ARCf**  
DE SAINT-JEAN

Édition avril 2020  
19<sup>e</sup> année - No. 227

Le **SAINTE-JEANNOIS**  
Le journal francophone du Saint-Jean métropolitain

# Covid-19

ÉDITION SPÉCIALE  
100% NUMÉRIQUE



DANIEL OUELLETTE  
MANIAQUE DE MUSIQUE  
PAGE 10

LA FINALE DES JEUX DE L'ACADIE  
DE QUISPAMISIS - SAINT-JEAN  
REPORTÉE EN 2021  
PAGE 3





Jonathan Poirier  
jonathan.poirier@arcf.ca

Chère communauté saint-jeannoise,

Durant cette période de confinement, l'ARCF espère que vous et votre famille allez bien. Il s'agit d'une situation exceptionnelle demandant des mesures exceptionnelles afin que nous puissions bien nous en sortir tous en santé le plus rapidement possible. Comme vous avez pu le constater au fil des dernières semaines dans nos communications, l'ARCF a dû mettre en place une série de mesures pour protéger la santé de notre communauté: le Centre communautaire Samuel-de-Champlain est fermé au public jusqu'à nouvel ordre des autorités publiques, notre équipe travaille à partir de la maison pour pouvoir se confiner et nous offrons le service de garderie d'urgence aux travailleurs essentiels pour qu'ils puissent combattre la crise sans se soucier de la garde de leurs enfants.

Malgré les mesures d'isolation mises en application, l'ARCF s'adapte à la situation pour continuer de servir la communauté. Nous avons dû utiliser des solutions innovatrices rapidement, telles que le

télétravail et la plateforme Zoom, pour être en contact avec nos partenaires. «Cette période causée par la COVID 19 nous force à explorer de nouvelles façons de travailler, et ainsi, plusieurs idées innovatrices et très intéressantes sont présentement mises de l'avant par nos employés» affirme Michel Côté, directeur général de l'ARCF de Saint-Jean.

Même si nos CPE sont fermés au public, nos éducatrices continuent de travailler fort! Celles-ci suivent des formations et des sessions d'information à partir de la maison pour continuer à se développer professionnellement et avoir de nouveaux outils à leur disposition lorsqu'elles seront de retour avec leurs groupes. Ces ateliers de perfectionnement sont offerts dans le cadre du Projet sur la Santé et le Bien-être de la petite enfance grâce à la Société Santé en Français et la SSMEFNB. Le projet a permis de préparer le terrain, définir des balises et débiter certaines activités qui nous permettront d'avoir une influence positive sur la santé des jeunes enfants francophones de notre communauté. Nous

## L'ARCF en cette période de COVID-19

devons dire que malgré la «surprise COVID-19», nous avons su maximiser les impacts positifs du projet en profitant du temps libre imposé aux éducatrices pour offrir des activités interactives à distance sur Facebook ou de Zoom aux enfants et lancer plusieurs formations à distance pour les éducatrices de nos CPE. Un exemple classique de transformer un revers en une opportunité!

Durant cette période d'isolement pour contrer la propagation du virus et protéger les personnes

vulnérables, vous allez passer beaucoup de temps avec vos enfants à la maison. Nous vous rappelons qu'il s'agit d'une belle opportunité pour renforcer vos liens avec vos enfants et nous vous invitons à en profiter. Voici des ressources en ligne offertes par les Services de la petite enfance du grand Saint-Jean pouvant vous donner des idées (cliquez sur les liens):

- [15 petites questions pour resserrer ses liens avec son enfant](#)
- [101 choses amusantes à](#)

[faire en famille](#)

- [Guide Apprenons Ensemble!](#)
- [98 façons de dire "Très bien" à son enfant](#)

De plus, pour être bien informés sur le virus et des façons de s'en protéger, nous vous recommandons de consulter les sources officielles suivantes:

- [Bureau du médecin-hygiéniste en chef du Nouveau-Brunswick \(Santé publique\)](#)
- [Santé Canada](#)

## Un Saint-Jeannois 100% numérique

En raison du contexte de santé publique actuelle, l'édition d'avril du Saint-Jeannois que vous êtes en train de lire sera uniquement offerte en version virtuelle. Cette décision a été prise parce qu'il aurait été impossible de distribuer le journal papier à la communauté.

Cependant, il faut voir ceci comme une opportunité d'avancer vers le progrès! Pour des raisons écologiques, économiques et technologiques, les médias se tournent de plus

en plus vers le numérique pour publier leurs journaux et rejoindre leurs lecteurs. Considérant le monde dans lequel nous vivons en 2020, même si on inclut le COVID-19, il s'agit d'un pas vers la bonne direction. Les gens passent de plus en plus de temps sur internet et nous avons un défi environnemental à relever avant qu'il ne soit trop tard.

Lorsque la situation sera revenue à la normale, le Saint-Jeannois sera imprimé à nouveau. Par contre, sa version numérique aura

probablement évolué et son tirage papier sera peut-être révisé: tout dépendra de la fin de la période de confinement.

Pour terminer, je tiens à remercier grandement tous les collaborateurs qui ont contribué à cette édition avec leurs textes.

Bonne lecture!



67, chemin Ragged Point  
Saint-Jean, NB, E2K 5C3  
Tél.: (506) 658-4605  
Télé.: (506) 643-7880

Le Saint-Jeannois est imprimé à un tirage de 1750 exemplaires distribués partout dans le Saint-Jean métropolitain. Obtenez votre copie chez les nombreux dépositaires.

### ÉDITEUR

ARCF de Saint-Jean

### DIRECTEUR GÉNÉRAL DE L'ARCF

Michel Côté  
[michel.cote@arcf.ca](mailto:michel.cote@arcf.ca)

### RÉDACTION EN CHEF

Jonathan Poirier  
[jonathan.poirier@arcf.ca](mailto:jonathan.poirier@arcf.ca)

### COLLABORATEURS

Annie Somers  
Céline Fournet  
Dale Richard  
Dominique Daigle  
Eric Kennedy  
Gaétane Lévesque-Dupont  
Micheline René

### GRAPHISME

Jonathan Poirier

### PUBLICITÉ

Jonathan Poirier

### FINANCES

Nicole Sluyter (506) 658-4604

Publicité nationale : Montréal (514) 866-3131



Le Saint-Jeannois est une publication indépendante de:



Association Régionale de la  
Communauté francophone de Saint-Jean inc.

Le Saint-Jeannois est publié tous les mois à Saint-Jean, au Nouveau-Brunswick, par l'ARCF de Saint-Jean inc.. Toute reproduction en totalité ou en partie est interdite sans l'autorisation de la rédaction. Bien que cette édition ait été révisée et corrigée, l'ARCF ne sera pas tenue responsable des renseignements fautifs qui lui ont été fournis aux fins de publication.

Prochaine édition

4 mai 2020

Date de tombée

24 avril 2020





Céline Fournet  
jeux2020@jeuxdelacadie.org

## La Finale des Jeux de l'Acadie de Quispamsis – Saint-Jean reportée en 2021

Avec la pandémie qui frappe actuellement la planète et à la suite de plusieurs consultations avec nos Comités organisateurs de la Finale des Jeux de l'Acadie (COFJA), nos partenaires, nos bénévoles et nos régions, la Société des Jeux de l'Acadie (SJA) a pris la décision difficile de reporter la Finale des Jeux de l'Acadie de Quispamsis et de Saint-Jean en 2021 ainsi que d'annuler les Jeux régionaux printaniers 2020.

Le président de la SJA, Monsieur Yves Arsenault, affirme que la santé des jeunes, des bénévoles et des organisateurs est devenue une priorité. «La SJA et le COFJA 2020 se devaient de respecter les mesures en place émises par nos

divers gouvernements et d'éviter toutes grandes manifestations de groupe. C'est donc dire que les trois prochaines Finales des Jeux de l'Acadie seront reportées d'une année; Quispamsis et Saint-Jean accueilleront la Finale en 2021, Memramcook la Finale de 2022 et Bouctouche, celle de 2023.»

Le président ajoute que la semaine dernière, nous avons eu de nombreux échanges entre le Conseil d'administration de la Société des Jeux de l'Acadie et des représentants du COFJA 2020. «Nous sommes arrivés à la conclusion qu'il fallait reporter la Finale 2020. Bien sûr, une telle décision ne se prend pas facilement. Nous avons

dû consulter de nombreux partenaires en débutant par les municipalités de Memramcook et de Bouctouche (hôtesse des prochaines Finales), nos bénévoles et nos valeureux commanditaires. Nous avons tous travaillé ensemble. Je suis heureux de voir la famille des Jeux de l'Acadie si unie et si compréhensive aujourd'hui!» a expliqué le président.

Du côté du COFJA 2020, son président Michel Côté se rallie avec cette décision: «Bien que nous souhaitions initialement accueillir notre jeunesse acadienne en 2020, nous devons prendre une telle décision. La crise actuelle est trop importante. Je tiens à remercier tous nos partenaires, la SJA et



surtout les municipalités de 2021 et 2022 d'avoir répondu si rapidement à nos questions. Croyez-moi, nous allons être de retour en 2021 et être plus prêts que jamais afin de faire vibrer la jeunesse acadienne dans les municipalités de Quispamsis et de Saint-Jean.» Au courant des prochaines semaines, le SJA présentera, pour leur approbation, un nouveau protocole d'entente aux deux municipalités en question.

Quant à la Société des Jeux de l'Acadie, son nouveau Directeur général, Luc Arseneau, assure que le travail continue malgré cette pandémie: «Nous allons continuer à travailler avec tous les acteurs afin que les dossiers avancent de la meilleure façon possible. Les Jeux de l'Acadie ont toujours su bâtir positivement devant les défis au fil des ans.»

C'est donc en 2021 qu'Acajoux accueillera

la jeunesse acadienne à Quispamsis et à Saint-Jean, sous le thème «Fiers de la rivière à la mer!» D'ici là, nous vous invitons à mettre l'accent sur votre santé et celle de vos proches. L'Acadie est un peuple résilient, c'est le temps de le prouver encore une fois.



*Tant que  
la flamme brûlera,  
l'étoile de la jeunesse  
acadienne scintillera.*





Gaétane Lévesque-Dupont  
gaetane1953@hotmail.ca

Depuis plus d'une semaine maintenant que nous vivons l'isolement social et même familial. La liste des désagréments s'allonge de jour en jour et on ne voit pas la lumière au bout du tunnel. Mais on devrait également faire l'exercice d'en lister les avantages.

Si j'y pense un tant soit peu, cela faisait très longtemps que je n'avais pas pris ce temps d'arrêt pour reposer mon corps et mon esprit: des nuits complètes, des repas à heures fixes, de petits sommeils en après-midi, de la méditation, de la lecture.

Les vacances idéales quoi...

Mais l'inquiétude nous gagne et surtout l'ennui, car nous n'avons pas de points de repère dans notre vie pour un arrêt si important, et surtout sans savoir à quel moment tout cela prendra

fin.

Donc vous avez plusieurs solutions:

- Vous plaindre et jurer à tous les saints que la vie n'est pas juste,
- Devenir un meuble de votre maison et vous fondre avec la couleur de votre sofa, OU
- Profiter de cette situation pour passer des moments en famille à jouer à de vieux jeux de société qui prennent la poussière depuis un bail,
- Faire le fameux ménage, rêvé depuis un bon moment, des armoires et des penderies,
- Finir des lectures personnelles ou professionnelles que vous aviez mises de côté par manque de temps,
- Faire un plan d'exercices et de marches au grand air, qui va vous faire le plus grand bien,
- Réaliser des recettes

## S'isoler c'est respecter

dont vous vous pensiez incapable,

- Donner rendez-vous à votre conjoint ou ami(e) pour un repas en tête à tête dans une pièce de la maison décorée par vos soins,
- Donner des rendez-vous à distance (Skype, Messenger, Zoom, Discord...) à des amis éloignés et pour qui vous êtes inquiets et surtout qui vous manquent,
- Préparer vos prochaines vacances (cela finira bien un jour),
- Explorer Facebook, les réseaux sociaux, les sites internet,
- Chercher des sites que vous pourriez utiliser pour vous donner des idées créatives pour vos enfants (textes à lire, à écrire, math, arts).

Je ne vous garantis pas que j'ai tout fait!

Mais cela faisait super longtemps que je n'avais pas

passé de si bons moments avec mes petits-enfants.

Puis avec mon mari on y arrive aussi, il faut savoir doser tout ce temps que nous avons à notre disposition et se faire quelques plans, mais aussi laisser notre imagination nous guider dans le moment présent et nous faire la surprise.

Ne minimisez pas cette crise, elle pourrait coûter la vie à un de vos proches.

N'oubliez pas que vous faites un travail très important en restant à la maison: vous protégez la vie des autres comme la vôtre.



En respectant les mesures de confinement à la maison, on peut sauver plusieurs vies! Crédit: Pixabay.



Cathy Wojtala  
cathy.wojtala@arcf.ca

## Entraide communautaire

C'est une période compliquée que nous vivons en ce moment et c'est dans ces moments-là qu'il faut savoir être solidaires dans notre communauté. Prendre des nouvelles de nos familles et de nos amis, veiller à ce que personne ne manque de rien.

Ligne d'aide pour prêter assistance aux personnes en auto-isolation

Le gouvernement provincial s'est allié à la Croix-Rouge canadienne afin de soutenir les gens du Nouveau-

Brunswick qui vivent des répercussions en raison de l'obligation de s'auto-isoler. Ce service est disponible pour tous les résidents et les visiteurs.

La Croix-Rouge canadienne peut aider les gens à avoir accès à une variété de soutiens et de services.

Les personnes qui ont des problèmes ou des inquiétudes devraient composer le 1-800-863-6582.

Également disponible en cas de crise d'angoisse:

- Ligne d'écoute Chimo: 1-800-667-5005 (sans frais) / ligne de crise 506-450-4357
- Jeunesse j'écoute: 416-586-5437 ou 1-800-668-6868 (sans frais)
- Services de crises du Canada: 1-833-456-4566 (sans frais) / 416-915-4566 (avec frais)

**N'hésitez pas à me contacter:**  
**CATHY 506-658-4606 OU**  
**par courriel cathy.wojtala@arcf.ca**



Gaétane Lévesque-Dupont  
gaetane1953@hotmail.ca

## Poursuivre l'apprentissage à la maison, comment?

Tout bon parent qui se respecte est inquiet des jours d'absence scolaire de son enfant. Va-t-il manquer son année? Sera-t-il en retard sur les autres? Et que puis-je faire? Je n'ai rien d'un enseignant, comment puis-je l'aider?

Croyez-en mon expérience d'enseignante, les enfants de tout âge ont besoin d'une structure et d'un encadrement auquel ils peuvent se référer. Cette routine n'a pas besoin d'être rigide, mais elle doit exister sinon les jeunes vont se sentir désabusés et vont s'ennuyer. Ils passeront de plus en plus de temps sur les jeux vidéo et tout ce qui passe par l'électronique, ce qui n'est mauvais en soi, mais il faut savoir doser.

Vous devez établir une routine qui conviendra à toute la famille et elle doit comporter certains éléments essentiels:

lecture et exercices. (Je vous donnerai des sites pour vous aider...)

Tout d'abord, définir l'horaire. **Par exemple:**

- Avant 9 heures: Petit déjeuner, se doucher, s'habiller
- 9 heures à 10 heures: Travail en français
- 10 heures à 10:30 heures: Pause santé
- 10:30 heures à 11:30 heures: Mathématiques
- 11:30 heures à 13:30 heures: Pause du midi, jeux à l'extérieur
- 13:30 heures à 14:30 heures: Lecture
- 14:30 heures à 15:30 heures : Jeux de société

Vous pouvez agrémenter certaines journées de périodes de création artistique ou de défis scientifiques. L'horaire du coucher doit aussi rester stable afin de conserver cette santé physique et

mentale dont le sommeil est un élément essentiel. Des repas réguliers ainsi que des collations santé rendront plus facile le retour à la vie normale quand on y retournera.

Vous allez me dire que cela ressemble plus à un horaire scolaire mais vous devez vous l'approprier tout en lui gardant une certaine flexibilité. Par exemple si vous travaillez de la maison, vous pouvez les surprendre avant le repas en leur lançant un défi de marche rapide ou de jeu de ballon à l'extérieur; ou encore un temps de rapprochement en famille pour partager une lecture avec les petits et les grands, regarder un film en famille avec un plat de maïs soufflé.

Vous avez la chance de partager vos connaissances et vos savoirs avec vos enfants, profitez-en pour leur faire exécuter vos recettes

préférées, pour partager des tâches ensemble, et tout cela pour le bien de toute la famille.

Ce temps d'isolement social est une bénédiction pour recréer les liens filiaux et familiaux. Les gestes quotidiens peuvent devenir source de bonheur, de partage et de cueillette de souvenirs précieux, votre mémoire fera le plein de tous ces petits détails : rires, sourires et même de larmes vraies ou de crocodile qui vous feront sourire quand plus tard en fermant les yeux, vous vous souviendrez.

Réapprenez à jouer à des jeux de société et aux cartes, une heure par jour devrait y être consacrée dans notre routine.

Laissez libre cours à votre imagination et surtout à vos dispositions naturelles: faites découvrir à vos enfants

les lectures qui ont meublé votre jeunesse: romans, poésies. Si votre force est plus scientifique et mathématique, amenez-les à relever des défis de la vie quotidienne.

Voici une liste de site qui pourrait vous servir de référence pour le travail de vos enfants:

- [www.Francaisfacile.com](http://www.Francaisfacile.com)
- [www.ccdmd.gc.ca](http://www.ccdmd.gc.ca)
- [www.ortholud.com](http://www.ortholud.com)
- [www.lepointdufle.net](http://www.lepointdufle.net)
- [www.mathslibres.com](http://www.mathslibres.com)
- [www.mathematiquesfaciles.com](http://www.mathematiquesfaciles.com)
- [www.jeuxmaths.fr](http://www.jeuxmaths.fr)

Mais aussi faites de beaux voyages et visitez des pays lointains sans quitter la maison. Plusieurs sites vous offrent des visites virtuelles de musées, d'endroits touristiques célèbres à travers le monde entier sans risque et sans passeport. Voici quelques exemples:

- [www.france.fr](http://www.france.fr)
- [www.hdmedia.fr](http://www.hdmedia.fr)
- [www.lemonde.fr](http://www.lemonde.fr)
- [www.unigo-conseil.com](http://www.unigo-conseil.com)

En allant sur ces sites, vous pouvez visiter en 360 degrés des musées comme le Louvre ou des endroits touristiques comme le mont Saint-Michel, certains même ont des visites guidées.

Bientôt la température vous permettra de faire des semis de légumes et de regarder la vie reprendre le dessus malgré ce qui se passe à l'extérieur. Tout cela se fait très bien à l'intérieur et autour de la maison en gardant ses distances: protégez-vous et vos enfants, c'est le plus beau cadeau de Pâques que vous pouvez leur offrir: la vie. Et surtout, amusez-vous bien!



Vous avez la chance de partager vos connaissances et vos savoirs avec vos enfants. Crédit: Pixabay.



**Dominique Daigle**  
Dominique.Daigle@HorizonNB.ca

## Comment protéger notre santé mentale pendant la pandémie

Ressentir du stress pendant les événements courants est normal. Plusieurs de ces sentiments proviennent des nombreuses incertitudes que l'on vit en ce moment; notre emploi, notre situation financière, notre santé et celle de nos proches. Durant cette période, prenez du recul et examinez ce qui est vraiment de votre pouvoir. Concentrez vos efforts sur les choses sur lesquelles vous avez un réel contrôle et qui vous préoccupent le plus. Il existe plusieurs stratégies pour mieux gérer ces émotions négatives. En voici quelques-unes:

### Se débrancher, c'est correct

Il est utile d'être au courant sur la COVID-19, sur la façon de s'en protéger, sur les symptômes de la maladie et sur ce qu'il faut faire si vous vous sentez malade. Cependant, évitez le trop-plein d'information. Une trop grande exposition à la couverture médiatique sur la COVID-19 peut augmenter le stress, l'anxiété et la

déprime. Choisissez plutôt quelques ressources fiables comme l'Agence de santé publique du Canada ou l'Organisation mondiale de la santé (OMS) pour vous informer. Méfiez-vous des nouvelles sensationnelles provenant de sources douteuses, et faites attention de ne pas partager de fausse information. C'est correct d'être connecté, mais ça l'est aussi de se débrancher, car prendre soin de soi est plus important.

### Restez en contact

Même si on nous demande des garder des distances physiques avec les autres, cela ne signifie pas que vous ne pouvez pas communiquer avec votre famille et vos amis. En fait, il est très important pour votre santé mentale de rester en contact avec les autres. Utilisez la technologie pour vous aider à les contacter régulièrement. Utilisez le téléphone, les médias sociaux, FaceTime, etc. voire même, apprendre à l'un de vos grands-parents



Amusez-vous et passez du bon temps avec votre famille. Crédit: Pixabay.

à utiliser ces moyens de communication pour qu'ils puissent rester en contact!

### Amusez-vous

Faites des choses qui vous rendent heureux, vous font rire. Ces activités aident à mieux se sentir et relaxer. Par exemple, vous pouvez lire un livre, jouez des jeux de société, utilisez votre créativité pour dessiner, écrire ou faire de la musique. Vous pourriez même trouver des choses amusantes en ligne qui vous permettraient de continuer à faire des activités que vous aimez. Par exemple, des compagnies de danse offrent gratuitement des cours en ligne. De plus, des musiciens diffusent des concerts.

### Demeurez actifs

Il est important de faire 30 minutes d'activité physique. Vous pourriez prendre une marche, faire du yoga, jouer à des jeux vidéo actifs, danser ou jouer dehors avec

les enfants. Peu importe l'activité choisie, l'important, c'est de bouger.

### Aidez les autres

Les recherches démontrent que le bénévolat est excellent pour notre santé mentale. En ce temps difficile, tout le monde a un rôle à jouer, donc si tu le peux, pose une action. Il pourrait s'agir de préparer ou de livrer des repas, de donner de ton temps à une ligne d'aide ou d'aider des personnes vulnérables près de chez toi. Faire un don ou donner de son temps permet à tout le monde d'être en santé et en sécurité.

### Conservez votre routine

Cette suggestion est vraie pour les adultes et les enfants. Même si vous ne pouvez aller nulle part en raison des fermetures et du confinement, il est important de conserver un semblant de routine. Essayez de vous habiller tous les jours, au lieu de

rester en pyjama. Établissez un horaire de la journée, en incluant l'activité physique, le plaisir, la prise de contact avec les amis et la famille. Il est aussi important de bien dormir et de manger des aliments sains tous les jours.

### Demandez de l'aide au besoin

Si malgré ces stratégies, vous avez de la difficulté à gérer avec la situation, demandez de l'aide. Vous pouvez en parler avec quelqu'un de confiance, votre fournisseur de soins de santé ou le centre de traitement des dépendances et de santé mentale de votre région (1-506-658-3737).

- Jeunesse, j'écoute 1-800-668-6868
- Ligne d'écoute CHIMO -1-800-667-50

Source: L'Organisation mondiale de la santé et l'Agence de santé publique du Canada



Restez en contact avec vos proches. Crédit: Pixabay.



Gaétane Lévesque-Dupont  
gaetane1953@hotmail.ca

## Comment vivre ma foi en cette époque d'isolement

La foi est une recherche spirituelle et continue de nos croyances à appliquer au quotidien. Nos croyances, tout comme nos valeurs personnelles, peuvent changer selon nos expériences de vie et selon les gens que nous côtoyons. Pendant notre vie entière, elles peuvent même subir un changement radical.

Notre foi s'alimente de nos rencontres, de notre vécu, de nos lectures ainsi que de notre méditation et de nos prières. Le fait de fréquenter une église et sa communauté nous amène à nous interroger sur nous-mêmes et sur les actes de foi que nous avons l'audace de faire au grand jour, et nous avons comme point de comparaison les actions des membres d'une même

communauté.

Notre humanité nous amène à nous voir à travers les autres et surtout dans leur regard. Ceci n'est pas mal, mais il faut quand même faire un temps d'arrêt et s'interroger sur notre foi profonde. C'est certain que contrairement aux premiers chrétiens, nous n'avons pas à mettre notre vie dans la balance, mais ce virus qui tue sans égard de race, de langue ou même de religion, peut représenter cet ennemi que les premiers chrétiens devaient affronter pour affirmer leur foi.

Dieu n'a jamais envoyé la maladie ni la mort, nous sommes bien capables de nous l'infliger nous-mêmes, mais cet isolement autant physique que moral

et spirituel devrait nous amener à réfléchir sur nos valeurs et sur notre foi.

Nous avons la chance de vivre au 21e siècle, au siècle de l'électronique et d'avoir accès virtuellement à tant de rencontres de prières, de messes, de communions spirituelles, de temps d'adoration, de réflexion.

Nous pouvons réévaluer ce qui est le plus important dans notre vie. Nous pouvons le faire avec notre pensée logique, notre organe d'analyse et de réflexion, mais nous pouvons aller puiser directement dans notre cœur donc dans notre âme et mesurer ce qui est primordial pour nous si demain nous sommes affectés: nos croyances raciales, nos chicanes

de clocher, nos défis organisationnels, nos heures travaillées, nos voyages, nos amis, notre famille, notre prochain d'à côté ou celui qui meurt loin de chez nous...

Notre foi est mise à rude épreuve ou pas, selon que vous prenez ce temps d'arrêt pour un ressourcement personnel et spirituel. En d'autres temps, nous aurions tellement à faire que les excuses seraient nombreuses et réelles.

Ces semaines isolées des autres et de la frénésie de la vie, va vous servir à vous retrouver et à retrouver Dieu, le vrai, pas celui des idoles, mais celui qui vous parle de votre cœur et que d'habitude le bruit ambiant est tellement fort que cela vous rend sourd.

Merci à notre paroisse d'envoyer aux paroissiens, membres de la liste de distribution, ces prières quotidiennes, elles sont précieuses.

À tous, je vous souhaite la santé et bonne réflexion du fond de votre cœur.



Crédit: Pixabay.

# Joyeuses Pâques EN STÉRÉO

## sur ta radio préférée !!





Jonathan Poirier  
jonathan.poirier@arcf.ca

## Stéphanie Thébeau: connecter avec les enfants et la communauté

Chaque mois, une entrevue avec un éducateur ou une éducatrice des centres de la petite enfance de l'ARCf sera présentée afin de vous faire connaître leur travail. Voici la septième des dix entrevues mensuelles.

Depuis près d'un an, Stéphanie Thébeau s'occupe d'un groupe d'après-classe de 1re et de 2e années au CPE La Vallée enchantée. Lorsqu'on discute avec elle, on apprend rapidement que le domaine de l'éducation est sa passion: «J'ai toujours été entourée d'enfants et ça m'a fait développer un grand intérêt pour l'éducation. Au début, je voulais être professeure de musique au secondaire. Après quelques réflexions, j'ai décidé de réviser mon choix et de travailler dans le domaine de la petite enfance. C'était une bonne décision, parce que j'adore être éducatrice!»

Parmi les nombreux éléments que Stéphanie préfère de son métier, faire des choses différentes chaque jour est l'un des plus importants. Elle a du plaisir avec son groupe lorsqu'ils

font des activités, et les plus messy sont ses favorites! «En raison de l'âge des enfants dont je m'occupe, ils sont assez vieux pour me donner des idées de choses qu'ils voudraient faire. Cela rend ma planification plus facile, parce que je peux leur demander leur support dans l'élaboration des activités», affirme-t-elle.

Pour Stéphanie, sa plus grande source d'inspiration au travail, ce sont les gens: «Les enfants et mes collègues de travail sont très motivants. On s'entraide beaucoup au sein de l'équipe et nous en voyons les résultats avec les belles choses que nous accomplissons tous ensemble. J'aime aussi faire des connexions pas seulement avec les enfants, mais aussi avec leurs familles!»

Voir la croissance d'un enfant du point A au point B est une façon simple de résumer comment l'éducatrice perçoit l'éducation, puisque cela permet de voir sa progression depuis qu'il a joint un groupe. De plus, savoir le pourquoi de quelque chose, comme un comportement ou un défi par exemple, pour trouver une solution fait partie de l'éducation selon elle. Lorsqu'elle s'occupe de sa classe, Stéphanie s'assure que chaque enfant se sente bien, à l'aise et entendu tout en ayant du plaisir.

Lorsqu'on lui demande quel aspect de son travail est le plus méconnu, celle-ci affirme que la culture générale que requiert le métier d'éducatrice peut être surprenante: «Il y a un aspect artistique et musical qui demande des connaissances dans notre quotidien. Nos activités ont aussi beaucoup de science qu'il faut être capable d'expliquer aux enfants. Lorsqu'on se rend compte de tout le savoir



Stéphanie Thébeau. Crédit: Gracieuseté.

impliqué dans nos activités, on se rend compte à quel point elles méritent une certaine reconnaissance». Même si cela peut sembler à première vue exigeant, Stéphanie demeure tout de même rassurante pour une personne songeant à cette vocation: «C'est beaucoup de travail, mais c'est très valorisant. Peu importe tes forces et tes passions, tu vas toujours trouver un moyen de les utiliser dans ce que tu fais avec ton groupe».

Ayant déménagé de Moncton, Stéphanie est heureuse de son choix de s'être établie dans la région pour travailler au CPE. «Je me compte chanceuse de travailler dans un milieu francophone avec autant de merveilleuses personnes», conclut-elle.

**NOUS RECRUTONS!**

Les Centres de la Petite Enfance de l'ARCf

**Postes d'éducateur(trice)s à Saint-Jean et Quispamsis**

**Prime de 250\$**  
à toute personne donnant une référence menant à une embauche.

Contact:  
france.dargavel@arcf.ca  
506-658-4607

Centre de la Petite Enfance  
**La Vallée enchantée**



Gaétane Lévesque-Dupont  
gaetane1953@hotmail.ca

## Les enjeux du Théâtre du Trémolo avec le COVID19

Tout le monde affronte cette période de turbulence dans notre vie et le Théâtre du Trémolo n'y échappe pas.

Nous avons choisi notre production pour avril 2020 l'an dernier après notre dernière pièce et voici que tout est sur la glace. Nous savions que cette année nous aurions à relever tout un défi: Fort La Tour, pièce écrite par Emma Haché, auteure acadienne, texte historique qui compte 26 rôles. Et en plus, nous voulions nous conformer le plus possible à l'époque, c'est-à-dire en 1631, année où Charles de Saint-Étienne de la Tour choisit Portland Pointe pour en faire son poste de traite fortifié, le plus grand et le plus riche de l'Acadie.

Cette pièce coïncidait également avec l'ouverture officielle du site historique Fort La Tour, à Saint-Jean: site archéologique important pour l'histoire acadienne de notre ville autant que pour notre province et qui serait remis en scène par un comité

de développement du site existant.

Nous nous étions donné comme défi de respecter le côté historique de la pièce dans son interprétation, ses décors, ses costumes et ses accessoires.

Dès mai 2019, plusieurs comédiens commençaient déjà à apprendre les dialogues de leur rôle, d'autres faisaient les recherches sur l'histoire et sur les personnages de l'époque ainsi que sur l'influence qu'ils ont eue sur la suite de notre histoire.

Quand on dit tout est en danger d'être repoussé ou même annulé: ce qui veut dire des centaines d'heures consacrées à apprendre le texte, de nombreuses rencontres de lecture, de recherche sur l'époque par l'équipe de mise en scène, de confection de décors et d'accessoires. Et que dire des costumes, il a fallu faire la recherche des habits d'époque, achat de tissus, prises des mesures et confection par une équipe

de bénévoles qui ont mis leur routine sur pause pour respecter les délais et des heures de pratique à raison de deux fois par semaine, déplaçant à chaque fois une vingtaine de personnes.

Ne perdant pas espoir, nous continuons à pratiquer nos dialogues, deux fois la semaine, mais d'une façon sécuritaire pour tous à l'aide de la technologie et en restant isolés à la maison.

Nous sommes écartés entre le désir de continuer et de ne pas jeter à l'eau ces heures d'effort, et bien sûr notre devoir de citoyen de notre communauté, mais aussi de notre planète entière.

Toute révolution sociale a toujours passé par les artistes et les saltimbanques de toutes les époques et comme vous pouvez le voir à travers les réseaux sociaux c'est toujours le cas: nos artistes, toutes nationalités confondues, nous prouvent encore leur sensibilité et leur bon sens en nous exhortant à respecter le confinement.

Nous, les Trémolos, nous vous invitons à nous imiter: si vous ne travaillez pas dans un service essentiel, nous vous demandons de rester à la maison, de communiquer par

les moyens technologiques à votre disposition et d'aimer suffisamment les vôtres et les nôtres pour les protéger de la contagion.



**Tu veux que ton animateur souhaite une bonne fête à tes proches dans l'Émission du retour (Lundi au Vendredi 15h-18h)??**

**Envoie ton Message à Laurent DeLaChance ici**

**facebook.com/laurent.delachance.56**





Dale Richard  
dale.richard@bellaliant.net

## La vie durant les épidémies

L'arrivée du Corona est un bouleversement que peu d'entre nous a vu auparavant; la fermeture d'écoles, de magasins, de restaurants et l'isolement. Initialement, on prévoyait une période de deux semaines, et quoique l'on voit des résultats positifs, il est fort probable que le tout durera bien plus longtemps. La crainte de contamination évoque la panique chez certains, moins chez d'autres. Les autorités ne peuvent cependant pas prendre de risque. Physiquement, on se sépare des membres de nos familles, de nos amis et de nos voisins.

Cependant, cette épidémie

est loin d'être la pire connue. Imaginez que perdre 95% de la population, soit dans une ville telle que Saint-Jean dont la population au dernier recensement fut 70 100, il ne resterait que 3 505 résidents, ou encore dans un village de 2 000 habitants, il n'en resterait que 100. Impossible se dit-on, pourtant c'est ce qui est survenu lors de l'arrivée des européens qui déclenchèrent une épidémie de la variole et autres germes eurasiatiques chez les premières nations. En tout, plus de 20 millions d'autochtones périrent. Selon l'historien David Stannard, cette perte est le pire holocauste humain connu.

Comment, pour demeurer sain dans de telles circonstances, chacun a sans doute une suggestion à offrir, que l'on désire l'entendre ou non; prenez une bonne marche, lavez-vous les mains, lavez votre linge, restez en contact avec vos proches par téléphone, texte, Facebook, écoutez les nouvelles et soyez informés. Ce sont toutes de bonnes suggestions, aucun argument.

Au courant de l'hiver 1606-1607, Samuel de Champlain créa L'Ordre du bon temps dans le but de maintenir un sens d'espoir de vie et d'activité auprès des habitants de Port-Royal. De nos jours, quoiqu'un

peu différemment, l'on voit des artistes offrant des spectacles gratuits sur Facebook, tels que 1755, Salebarbes, Les Gars du Nord et compagnie, Normand Arseneault; un peu plus local nous avons Marcel et Christine, Élide, France, et nos jeunes de Samuel-de-Champlain ainsi que bien d'autres qui tentent de nous relever le moral avec leurs chansons et spectacles.

Quoique notre isolement ne soit certainement pas voulu, pour ceux d'entre nous non atteints, c'est un bon temps pour faire les petites choses que nous avons délaissées. Pour ceux atteints ou qui connaissent des gens atteints, des résultats positifs sont de plus en plus nombreux, ne perdez pas espoir, on prie et on vous envoie de l'énergie positive. Prenez soin et soyez vigilants.



L'Ordre du bon temps de Samuel-de-Champlain. Crédit: Archives web.

## Joins-toi à l'aventure en 2021 pour la 41<sup>e</sup> finale des Jeux de l'Acadie en tant que bénévole officiel!

**Présentateur**

@JeuxdelAcadie  
#JDA2021 #JDA41

jeux2020@jeuxdelacadie.org  
506-799-4959  
www.jeuxdelacadie.org

**Partenaires gouvernementaux**

**Partenaires or**

**Partenaires majeurs**

**Amis des Jeux**

**Partenaires argent**

**Partenaires bronze**



Eric Kennedy  
Eric.Kennedy@nbed.nb.ca

## Daniel Ouellette, maniaque de musique

Monsieur Daniel Ouellette, originaire de St-Charles de Kent, est arrivé à Saint-Jean en 1998, fraîchement débarqué de la Louisiane, où il y avait enseigné le français pendant deux ans. Membre fondateur du groupe Tradition et musicien passionné, il a commencé à enseigner la musique au Centre scolaire Samuel-de-Champlain en 2008.

Daniel Ouellette enseigne la musique aux jeunes du primaire (3e à 5e années cette année) et s'occupe de Musimaniacs, une initiative musicale unique, depuis 2011. Nos jeunes sont chanceux de pouvoir compter sur sa trentaine

d'années d'expérience comme musicien. Il leur fait vivre des expériences musicales uniques, et ce, bénévolement. Parmi celles-ci: le premier album du projet Musimaniacs, sorti en 2014. Un autre album verra probablement le jour d'ici deux ans. Et c'est sans compter sur les expériences de scène vécues par les jeunes, qui leur donnent une confiance en eux-mêmes et une confiance linguistique sans pareil. Ils sont d'ailleurs de fiers ambassadeurs du français dans la région de Saint-Jean, puisqu'ils donnent des spectacles dans des écoles d'immersion depuis plusieurs années, tout particulièrement durant

la Semaine provinciale de la fierté française.

«J'aime beaucoup travailler avec les jeunes, partager mon expérience et ma créativité avec eux. Le projet Musimaniacs leur permet de développer leur confiance, de travailler avec d'autres, de développer de la persévérance, etc.» explique M. Ouellette.

Cette expérience semble être payante, car plusieurs groupes ou jeunes de l'école se sont démarqués sur les différentes scènes provinciales au cours des dernières années. Par exemple, Groovi a pris part à la Voix des jeunes aux

Jeux de l'Acadie lors des trois dernières éditions, se méritant le bronze et l'argent deux fois. Un autre groupe, Moyenne rig, a ouvert pour la Virée aux Mercredis shows de Moncton l'an dernier, tandis que trois groupes ont pris part au Congrès mondial acadien lors de l'évènement L'Étoile montante (Richibouctou).

Une autre initiative que M. Ouellette a mise sur pied l'an dernier, cette fois-ci avec l'agent communautaire Eric Kennedy, c'est le festival de musique interscolaire Musimaniacs, qui a regroupé cinq groupes de quatre écoles du DSF-S. Plus de 800 jeunes du district ont ainsi pu

entendre le talent musical francophone de nos écoles et constater que la relève en Acadie est solide! Les préparatifs vont d'ailleurs bon train pour la 2e édition. D'autres détails suivront.

«J'aime partager ma passion et si les jeunes peuvent apprendre des habiletés qui leur serviront dans d'autres domaines, je pourrai dire que j'ai réussi ma mission» de conclure M. Ouellette, maintenant saint-jeannois et fier de l'être!



Le groupe Groovi avec Daniel Ouellette. Crédit: Gracieuseté.



Annie Somers  
Annie.Somers@nbed.nb.ca

## Nos Lynxpecteurs: contribuer à un monde meilleur en contaminant les gens positivement!

Le comité Lynxpecteurs rassemble les 4<sup>e</sup> et 5<sup>e</sup> années de l'École des Pionniers. Ce comité est chapeauté par notre intervenante scolaire, Madame Janna Brown. Elle nous partage ce beau projet et les effets positifs à long terme qu'on observe chez nos élèves. Par l'entremise de ce comité, les élèves peuvent pratiquer un langage respectueux, développer l'empathie, et nourrir une atmosphère d'interdépendance tout en identifiant leurs émotions.

### Le projet a commencé en quelle année?

Le projet a commencé à l'automne de 2016 par Chantal Cyr et Danika Lee Noble en utilisant un programme semblable comme modèle. J'ai assumé la tâche au début de 2017.

Je suis très passionnée par des approches basées sur la non-violence. Il faut mentionner qu'il y a des influences partout pour la non-violence, mais notamment la justice

réparatrice (qui est enracinée dans des communautés autochtones), les conseils de coopération, et la communication non violente sont significatifs.

La communication non violente englobe des habiletés sociales, l'identification des émotions, et la création d'espace sécuritaire tout en renforçant un lien de confiance. Pendant la formation d'élèves, je partage que je suis en apprentissage aussi. Je fais des gaffes et ensuite j'essaie de faire mieux. Les élèves apprécient ce genre de transparence chez les adultes. C'est un cadeau que nous pourrions donner aux jeunes — la capacité de passer au travers de conflit d'une manière compatissante tout en identifiant leurs propres besoins ainsi que des besoins d'autrui.

### Explique les grandes lignes du projet

En gros, les élèves en

quatrième et cinquième travaillent en équipes de deux afin d'accompagner leurs pairs pendant la récréation. Ils marchent autour de la cour pour intervenir en cas de conflits. Les élèves sont formés et ils ont un processus à suivre. Effectivement, ils sont là pour guider les autres à chercher des solutions possibles, mais ce sont leurs pairs qui s'accordent sur une décision.

Le projet est enrichissant à plusieurs niveaux. Il y a entre autres l'élément d'appartenance à notre communauté et l'idée que nous sommes capables à faire des réparations. C'est une éducation sur la différence et la tolérance; en plus, le partage, le compromis, l'écoute active, et la bienveillance font partie de l'apprentissage.

### Pourquoi ce projet a été ajouté à notre cour de récréation? À quels types de besoins répond-il?

Le projet a été conçu comme une stratégie afin d'aider nos élèves à mieux gérer les situations conflictuelles. Parfois, nos enfants manquent d'occasions ou ne sont pas nécessairement outillés à trouver des solutions entre eux. Peut-être certains élèves n'ont pas un modèle. Il y a des élèves qui ont subi des situations traumatisantes ou qui portent un bagage émotionnel invisible. Ils ont possiblement des défis autres et par conséquent, ils ont la difficulté à faire confiance aux adultes. Dans ce cas-là on voit des comportements impulsifs de genre combat-fuite. Je suis émerveillée quand les élèves trouvent des solutions ensemble. Ils brillent!

### D'après toi, quel est le plus grand impact pour les Lynxpecteurs et les élèves suite à leurs interactions?

Voici une réflexion: disons qu'il y a des élèves qui ne

sont pas nécessairement valorisés pour leurs résultats académiques. Peut-être il y a des élèves qui ont de la difficulté aussi à gérer leurs émotions. Avec une formation et une ouverture d'esprit, ils font des gestes marquants. En plus, des élèves qui vivent la médiation ont le bénéfice d'avoir une expérience qui est ultimement positive et l'occasion à réparer un mauvais choix. C'est un exemple d'interdépendance qui se passe en direct et c'est réciproque. Est-ce qu'on peut mesurer l'impact de tout ceci? Je sais qu'on augmente exponentiellement la dose d'amour et de compassion chez les Pionniers et ça, c'est tangible.

Je suis reconnaissante d'avoir le privilège de faire vivre ceci à nos enfants.

Merci!



Félynx, la mascotte des Pionniers, est à l'origine du nom du programme des Lynxpecteurs. Crédit: Gracieuseté.



Crédit: Gracieuseté.



APRÈS VOUS AVOIR OFFERT DE  
MERVEILLEUX RENDEZ-VOUS DOUX  
AU FIL DES DERNIERS MOIS, LA  
DIRECTION DES AFFAIRES CULTURELLES  
VOUS SOUHAITE DE RESTER EN SANTÉ,  
PRENDRE SOIN DE VOS PROCHES ET DE  
NOUS REVENIR EN FORME POUR LA  
PROCHAINE SAISON SOCIOCULTURELLE.  
AU PLAISIR DE VOUS REVOIR !

Canada



ICI acadie

COUP DE  
CŒUR  
FRANCO  
PHONE



District scolaire  
francophone Sud

IMPERIAL  
THEATRE

Shanté & Associés

ZonADO

Théâtre  
plus  
vermeersch

New Brunswick  
Nouveau Brunswick



Assomption Vie

Secrétariat aux  
relations canadiennes  
Québec

musicaction  
Canada

Centre scolaire  
Samuel-de-Champplain

Ecole des  
Pionniers

Le Centre  
de la Francophonie  
de Saint-Jean

CHOC

Le Centre  
de la Francophonie  
de Saint-Jean

Salon  
Irène-Grain-Guérin