



The Waseskun Circle

Le Cercle de Waseskun

Été / Automne 2019

Waseskun is a Cree word referring to that time just after a storm, when the dark clouds begin to part, the blue sky appears, and the first rays of sunlight shine through.

Summer / Fall 2019

Waseskun est un mot Cri désignant le moment, après une tempête, où les nuages commencent à se dissiper, laissant apparaître le bleu du ciel et les premiers rayons du soleil.

WELCOMING!

TERRE D'ACCUEIL!





ELDER'S CORNER

"Your eyes show the strength of your soul"



LE COIN DE L'AINÉ

"Tes yeux démontrent la force de ton âme"



WASESKUN'S FIRST *REBUILDING THE CIRCLE* GATHERING

by: John Willcocks

Waseskun hosted the inaugural Rebuilding the Circle Gathering over two days in early autumn. On September 24th and 25th, over 140 participants came together to learn, share and develop strategies for successful social reintegration of Indigenous men and women following incarceration. The gathering was a part of Waseskun's Rebuilding the Circle - A Continuum of Caring project which also incorporates Family Healing and Community Support Training to reopen the circles that close or break when an Indigenous man or woman is incarcerated.

Representatives came from nine communities, eight Indigenous support organizations, Correctional Services of Canada (from the Ontario and Quebec regions, as well as Headquarters), the Parole Board of Canada, the Quebec Ministry of Public Security, and many other stakeholders. Waseskun was proud to welcome sixteen Elders over the two days. Workshops, circles and ceremonies were the focus of the gathering. Participants also had opportunities to strengthen connections and friendships and expand their network of partners.

Each day, guests were invited to participate in a selection of six workshops and four circles. Participants discussed challenges and shared ideas and best practices in a wide variety of areas, all based on the reintegration theme. The fruitful exchanges with diverse groups and a variety of viewpoints brought forth many great ideas. The information shared and lessons learned will be invaluable to the support of reintegration. A summary of the workshops will be prepared and distributed as part of the Rebuilding the Circle Gathering 2019 final report.



The Rebuilding the Family Circle workshop focused on of the importance of family support to successful reintegration, and the obstacles to gaining it.

In Cultural Reconnection a Waseskun Helper presented the benefits of ceremonies and cultural activities to support a client's reintegration.

One of the most popular workshops was Reintegration from the Client's Perspective in which former Waseskun residents shared their healing journeys, and their experiences reintegrating in a community or urban setting.



Rebuilding the Community Circle examined the benefits and challenges for a client returning to his community, while A Different Kind of Community: Reintegration into an Urban Setting looked at the challenges facing clients as they integrate into an urban setting.

Finally, Supporting the Circle: Developing Partnerships introduced Waseskun's Frontline Worker Training and Family Healing programs.

As well as the workshops, separate men's and women's healing circles were held on the topics of self-care for the caregivers and returning to the medicines. Guest Helper Veronica Johnny led very powerful women's drumming circles each day.

Both days were opened with sunrise ceremonies, attended by visiting Elders, guests, Waseskun staff and residents. On the first morning, a sacred fire was lit, and it maintained the energy throughout the gathering. A hardy community breakfast was served each morning, followed by a welcome ceremony, led by drum songs performed by Waseskun Helpers and residents.



On the first evening, Jean Stevenson, an Elder at Cowansville Institution, held a Sweat Lodge Ceremony for women, while Solomon Wawatie, an Elder from the Barriere Lake community, held a separate Sweat Lodge Ceremony for men. The second evening, Roger Echaquan, an Elder from the community of Manawan, held a Sweat Lodge Ceremony for men and women.

Lucie, Waseskun's cook, and a team of talented residents provided noon Feasts. On the first day, Makivik Corporation supplied a generous amount of caribou and fish which were served in the traditional frozen manner. The second day, the Cree Nation Government donated geese and beaver. Resident Joseph J. oversaw the preparation of the wild meat.

Waseskun's traditional Longhouse, constructed by residents as a part of their cultural programming, and the sacred fire acted as central points for ceremonies, teachings and sharing. The tepee provided a fitting and inspirational space for the women's healing and drumming circles.

The closing ceremony included a very moving speech and prayer by Waseskun Elder Dennis Nicholas. Veronica Johnny gave a very spirited and well-received buffalo drum song that had everyone singing.

As is traditional, each guest was offered a special gift prepared by a resident. Over the summer, residents took part in a unique project inspired by a woman in Winnipeg to honour and remember missing or murdered Indigenous women and girls. Residents were given photos and brief stories of 140 women and girls who were murdered or are missing. After reflection and prayer, each resident painted a distinctive stone to honour one of the victims. (see page 9 for a resident's perspective on the MMIWG Stone Project).



Following the success of this year's Gathering, Waseskun staff have already begun the planning for next year's events. If you are interested in attending the 2020 Gathering or would like more information on the Rebuilding the Circle initiative, please contact John Willcocks, Community Development Officer, at (450) 883-2034 ext. 243, or johnwillcocks@waseskun.net

LE PREMIER RASSEMBLEMENT DE WASESKUN - RECONSTRUIRE LE CERCLE

par: John Willcocks

Waseskun fut l'hôte du rassemblement inaugural de Reconstruire le Cercle qui s'est tenu sur deux (2) jours au début de l'automne. Les 24 et 25 septembre, plus de 140 participants se sont rassemblés pour apprendre, partager et développer des stratégies pour le succès de la réintégration sociale d'hommes et femmes Indigènes suivant une incarcération. Le rassemblement faisait partie du projet Reconstruire le Cercle - Un continuum de Soins, qui incorpore aussi la guérison familiale et la formation de soutien communautaire afin de réouvrir les cercles qui sont fermés ou brisés lorsque qu'un homme ou une femme Indigène est incarcérée.



Des représentants(es) de neuf (9) communautés, huit (8) organismes de soutien Indigènes, du Service Correctionnel du Canada (des régions de l'Ontario et du Québec, de même que du siège social national), de la Commission des Libérations Conditionnelles du Canada, du Ministère de la Sécurité Publique du Québec et plusieurs autres intervenants(es) sont venus(es). Waseskun était fière d'accueillir seize (16) Aînés(es) lors de ces deux jours. Des ateliers, Cercles et cérémonies étaient au centre de

ce rassemblement. Les participants ont aussi eu l'opportunité de renforcer les liens et amitiés et d'élargir leur réseau de partenaires.

À chaque jour, les invités(es) étaient conviés(es) à participer à une sélection de six (6) ateliers et quatre (4) Cercles. Les participants(es) ont discuté de défis et ont partagé des idées et les meilleures pratiques dans une grande variété de domaines, tous basés sur la thématique de la réintégration. Les échanges fructueux avec les divers groupes et une variété de points de vue amenèrent de l'avant plusieurs excellentes idées. L'information partagée et les leçons apprises seront inestimables au soutien de la réintégration. Un résumé des ateliers sera préparé et distribué dans le cadre du rapport final de 2019 de Reconstruire le Cercle.

L'atelier Reconstruire le Cercle Familial visait l'importance du soutien familial à une réintégration réussie et, les obstacles pour y arriver.

Dans Reconnexion Culturelle, un Aidant de Waseskun a présenté les bénéfices des cérémonies et activités culturelles qui soutiennent la réintégration d'un client.



Un des ateliers les plus populaires a été Réintégration du Point de Vue du Client, lors duquel des anciens résidents de Waseskun ont partagé leur chemin de guérison et leurs expériences de réintégration dans une communauté ou dans un milieu urbain.

Reconstruire le Cercle Communautaire a examiné les bénéfices et défis d'un client qui retourne dans sa communauté, tandis qu'Un Différent Type de Communauté : Réintégration dans un Milieu Urbain a regardé les défis auxquels les clients font face alors qu'ils se réintègrent dans un milieu urbain.

Finalement, Soutenir le Cercle: Développer des Partenariats a introduit les programmes Formation des Travailleurs(ses) de Première Ligne et Guérison Familiale de Waseskun.



En plus des ateliers, des Cercles de guérison masculins et féminins ont été tenus et avaient pour sujet l'auto-soin des Soignants et le retour aux médecines. Veronica Johnny, Aidante invitée, mena des Cercles de Tambours pour femmes à chaque jour et ceux-ci furent très puissants.

Nous avons débuté les deux jours avec une Cérémonie du Lever du Soleil avec les Ainés(es) invités(es), les invités(es), le personnel et les résidents de Waseskun. Lors du premier matin,

un feu sacré fut allumé et a contribué à maintenir l'énergie durant le rassemblement. Un copieux petit-déjeuner communautaire fut servi à chaque matin et celui-ci était suivi de la cérémonie de bienvenue menée par les chants de tambours offerts par les Aidants et résidents de Waseskun.

Le premier soir, Jean Stevenson, une Ainée à l'établissement de Cowansville mena une cérémonie de Tente de Sudation pour femmes tandis que Solomon Wawatie, un Ainé de la communauté de Barrière Lake mena une cérémonie de Tente de Sudation séparée pour les hommes. Lors du deuxième soir, Roger Echaquan, un Ainé de la communauté de Manawan mena une cérémonie de Tente de Sudation mixte.

Lucie, la cuisinière de Waseskun et une très talentueuse équipe de résidents ont préparé les festins des dîners. Lors de la première journée, la Corporation Makivik a fourni une grande quantité de caribou et de poisson qui fut servi gelé telle que la tradition le veut. Lors de la deuxième journée, le gouvernement de la Nation Cri a fait don d'oies et de castor. Le résident Joseph J. fut en charge de la préparation de la viande sauvage.





La Maison Longue traditionnelle de Waseskun, construite par les résidents dans le cadre de leur programmation culturelle, ainsi que le feu sacré furent des points centraux pour les cérémonies, enseignements et partages. Le tipi fut un endroit approprié et inspirant pour les Cercles de Guérison et le Cercle de Tambour des femmes.

Un discours très émouvant et une prière par l'Ainé de Waseskun, Dennis Nicholas, ont fait partie de la cérémonie de clôture. Veronica Johnny offrit une superbe prestation d'une chanson traditionnelle du Bison au tambour qui fit chanter tout le monde.

Telle que le veut la tradition, chaque invité (e) reçut un cadeau très spécial préparé par un résident. Au cours de l'été, les résidents prirent part dans un projet unique qui fut inspiré par une femme de Winnipeg et, qui honorait et commémorait les femmes et filles Indigènes manquant à l'appel ou assassinées. Des photos et histoires brèves 140 de ces femmes et filles furent données aux résidents. Suivant une réflexion et prière, chaque résident a peint une pierre distincte pour honorer une des victimes. (Voir page 10 pour lire la perspective d'un résident sur le projet de cailloux de MMIWG)

Suivant le succès du Rassemblement de cette année, le personnel de Waseskun a déjà commencé à planifier les événements de l'an prochain. Si vous êtes intéressés de participer au Rassemblement 2020 ou, si vous désirez obtenir de plus amples informations sur l'initiative de Reconstruire le Cercle, veuillez communiquer avec John Willcocks, Agent de Développement Communautaire au (450) 883-2034, poste 243 ou par courriel à johnwillcocks@waseskun.net.





Waseskun would like to thank the following individuals and organizations whose generous contributions and participation made the **2019 Rebuilding the Circle Gathering** a huge success:

Catherine Lesey, Parole Officer / CSC Liaison Officer to Waseskun
Christopher Roberts, Former Waseskun Resident
Cree Nation Government
Dan Shannon and Isabelle Depelteau, Videographers, ID Communications
Delbert Sampson, Elder
Dominique B., Former Waseskun Resident
Jean Stevenson, Elder
Joseph Moar, Specialist in Detention Environment, Cree Nation Government
Keri Thompson, Aboriginal Community Development Officer, CSC
Lorraine Spencer, Psychologist, Cree Nation Government
Makivik Corporation
Roger Echaquan, Elder
Roger V., Former Waseskun Resident
Shannon Nicholas, Gladue Aftercare Caseworker, Akwesasne Community Justice Program
Solomon Wawatie, Elder
Susan Willcocks, Still Photographer
Terre des Bisons, Rawdon, QC
Veronica Johnny, Traditional Helper, IndigenED
Waseskun Residents and staff, whose efforts and spirit made the Gathering a great success!

Waseskun désire remercier chaleureusement les personnes et organisations suivantes dont la participation et la généreuse contribution au **Rassemblement 2019 de Reconstruire le cercle** ont permis d'en faire un immense succès:

Catherine Lesey, Agente de Libération Conditionnelle SCC/Agente de Liaison SCC pour Waseskun
Christopher R., Ex- résident de Waseskun
Gouvernement de la Nation Cri
Dan Shannon et Isabelle Depelteau, Vidéographes, ID Communications
Delbert Sampson, Ainé
Dominique B., Ex-résident de Waseskun
Jean Stevenson, Ainée
Joseph Moar, Spécialiste en Environnement de Détenion, Gouvernement de la Nation Cri
Keri Thompson, Agente de Développement Communautaire Autochtone, SCC
Lorraine Spencer, Psychologue, Gouvernement de la Nation Cri
Corporation Makivik
Roger Echaquan, Ainé
Roger V., Ex-résident de Waseskun
Shannon Nicholas, Intervenante Après-soins Gladue, Programme de Justice Communautaire d'Akwesasne
Solomon Wawatie, Ainé
Susan Willocks, Photographe
Terre des Bisons, Rawdon, QC
Veronica Johnny, Aidante Traditionnelle, IndigenED
Les résidents et membres du personnel de Waseskun dont les efforts et esprits ont fait de ce Rassemblement un succès!

MMIWG STONE PROJECT

by: Kenneth B.



When Normand G. (Helper) first told me about the commemoration to missing and murdered Indigenous women and girls, I was apprehensive because I am serving a life sentence and didn't feel worthy to participate in a project so important. I also wanted to be respectful of those murdered and missing women and girls so that their spirits may rest peacefully. As a brother of seven sisters, I couldn't imagine the pain if one of them were ripped from my life in such a manner. I needed time to reflect first and see how I should move forward with this tribute. After a while I decided to do a special Sweat Lodge Ceremony and ask permission from the spirits of Roxanne Charlie, Roxanne Thiara, Ruby Hardy, Sabrina Polchies, and Samantha Paul. These were among the hundreds listed, and yet somehow, I was drawn to choosing them. Their spirits told me in their way (it's hard to explain how) that it was alright and when they 'visited' the Lodge that day. I was able to take a good look at who each one was as a person because the photos we received were limited in detail (small photos).

I was also able to experience their personalities and the pain they endured in their lives (which was terrible). It was a very difficult and emotional Sweat. When I went back to my room after the ceremony, I began the emotional process of portraying them on the rocks. I didn't understand at first why we were using rocks, but I later realized that they represent the wisdom of the spirit world and have a greater understanding of the meaning of life.

When I finished the portraits, I decided to make leather cases to protect them. The rocks became a reflection of who they were. I didn't put draw strings or snaps on the cases because I knew that the spirits didn't want that. I can't explain how I knew; I just did. When I presented the portraits painted on the rocks at the Rebuilding the Circle Gathering, I knew who the recipients were going to be only at the very last minute because I was getting guidance from the spirits. As I presented them, it just popped in my head to give them to people who also lost someone in the same circumstances. This was one of the hardest experiences of my life because of the connection I needed to make with their spirits in order to pay them proper respect. It was also one of the most insightful and rewarding experience because of the medicine I received from doing it.

I hope that they are all at peace now and that this somehow provided comfort to their families in a spiritual way.

FFADA - PROJET DES PIERRES

par : Kenneth B.



Lorsque Normand G. (Aidant) m'a parlé pour la première fois de la commémoration des victimes autochtones assassinées et disparues, j'ai eu peur au début parce que je purge une peine à perpétuité et je ne me sentais pas digne de participer à un projet aussi important. Je voulais aussi être respectueux envers ces femmes assassinées et disparues afin que leur esprit puisse reposer en paix. En tant que frère de sept sœurs, je ne pouvais pas imaginer la douleur si l'une d'elles était arrachée de ma vie de cette manière. J'avais besoin de temps pour réfléchir d'abord et voir comment je devais avancer avec cet hommage. Après un certain temps, j'ai décidé de faire une Tente de Sudation spéciale et de demander la permission aux esprits de Roxanne Charlie, Roxanne Thiara, Ruby Hardy, Sabrina Polchies et Samantha Paul. Celles-ci figuraient parmi les centaines énumérées, et pourtant, j'ai été porté à les choisir. Leur esprit m'ont dit à leur manière (difficile à expliquer) que tout allait bien et quand elles ont 'visité' le Centre ce jour-là, j'ai pu bien regarder qui elles étaient en tant que personne car leurs photos étaient limitées en détails (petites photos).

J'ai également pu vivre l'expérience de sentir leur personnalité et sentir la douleur qu'elles ont enduré (ce qui était terrible). Ce fut une Tente de Sudation très difficile et émotionnelle. Lorsque je suis retourné dans ma chambre après la cérémonie, j'ai commencé le processus émotionnel de les représenter sur les pierres. Au début, je ne comprenais pas pourquoi nous utilisions des pierres, mais je me suis rendu compte par la suite qu'elles représentaient la sagesse du monde des esprits et avaient une meilleure compréhension du sens de la vie.

Une fois les portraits terminés, j'ai décidé de leur fabriquer des étuis en cuir afin de les protéger. Les pierres sont devenues un reflet de qui elles étaient. Je n'ai pas mis de ficelles ou de boutons à pression sur les étuis car je savais que les esprits ne le voulaient pas. Je ne peux pas expliquer comment j'ai su qu'ils ne voulaient pas : tout simplement, je le savais. Lorsque j'ai présenté les portraits peints sur les pierres au rassemblement Reconstruire le Cercle, je n'ai su qu'à la dernière minute qui en seraient les destinataires car j'étais guidé par les esprits. Lorsque je les ai présentées, je me suis souvenu de les donner aux personnes qui ont également perdu quelqu'un dans les mêmes circonstances. Ce fut l'une des expériences les plus difficiles de ma vie à cause du lien que je devais établir avec leur esprit afin de leur rendre l'hommage qui leur revenait. Ce fut aussi l'un des plus perspicaces et des plus gratifiants à cause de la Médecine que j'ai reçue en le faisant.

J'espère qu'elles reposent toutes en paix maintenant et que cela a quelque peu réconforté leurs familles d'une manière spirituelle.



PROCESSING ANIMALS FOR HIDES, FUR, BONES AND MEAT

by: Stephan (Two Bears) J.



Waseskun from time to time receives animal pelts from different partners, such as the Buffalo Farm or from the Quebec Wildlife Department. This summer we received two bears, one in June and one in August, from game wardens who had to shoot and kill them as they were being a menace at a neighboring town and at a public school. When game wardens give us an animal they have shot, the time and place of the kill can be traced back to their origin, and if they are fresh, we can use the meat, skull and bones, as well as the hides. This was the case for the two bears they brought to us.

When we receive an animal or hide, the first thing we do to honour its arrival is to offer tobacco and our prayers to express gratitude for the life it gave for us. The next step is to skin the animal. Supervised by Waseskun Helpers, the residents with more experience share their knowledge and skills with those with less experience so that anyone who is interested in participating and learning can do so. Even newcomers to Waseskun can have the opportunity for this hands-on learning. Cuts are made along the length of the animal and along their limbs and then the skin is pulled off, away from the flesh of the animal. Once the skin is off, the meat is butchered, again with the more experienced guys sharing their knowhow with those with less experience. Its all about sharing and transmitting the knowledge. The process of skinning and butchering the animal takes about 3 to 4 hours.

Some of the internal organs are harvested for food, such as the heart and liver, while the kidneys, gall bladder and fat are processed for use as medicine. Nothing goes to waste! The bones are collected after all the meat has been removed and put into a pit specially for that purpose to let the bugs clean them up. Once Nature has cleaned them, many of the bones, teeth and claws can be recuperated to make tools, crafts, jewelry and traditional pipes and other ceremonial objects. A cleaned bear's skull gets proudly displayed in a prominent place and is used in many ceremonies.



Next comes the time to work the hide. First, we need to decide on exactly what we want the hide to become, and then depending on the answer we choose the appropriate method for its preservation. The next step always involves fleshing the hide to remove any meat, fat or membrane still attached to it. Then we work the skin scraping it and stretching it while having it dry. This is done over the period of several days. Once finished, furs and pelts can be used to make jackets, boots, moccasins, mittens, hats, carpets, blankets, etc.

By using as much as possible of the animal parts we show it our respect and recognition that we have for its having given its life for us. The giving of an animal's life is a precious and sacred as when it was living and by the fact of its sacrifice for us, so by we are honoured too.

Every individual has their own personal medicine and mine is working with hides and bones: it's not just a task to accomplish but real therapy. I execute this undertaking with a holistic approach. When I start working with an animal's hide or bones, I begin by asking the Creator, the Great Spirit and the animal spirit to guide my hands and actions while I work. For the connection to happen between the Spirits and myself, I must let go of all negative emotions (frustration, anger, sadness, rage) and I must empty out my heart and my mind and let the Spirit take them away; by doing so, the Spirit fills my heart with Love. This is even more important when the animal is a Bear, because it's my Totem Animal. I carry the Spirit and Medicine of the Bear.

Whenever I finish working on an animal my mind and emotions are in a lot better state. When an animal spirit sees that you are abandoning yourself to them, they will guide you through your action: skinning, fleshing, butchering, hide tanning, and even cooking.

Let's talk about cooking! It is often said that bear meat is hard, tough and doesn't taste very good. Well, I had the chance to cook bear for the residents and staff of Waseskun and demonstrated that it can be very tender and delicious. The secret recipe: Respect, lots of Love, double dose of Patience; add to that carrots, celery, onions, and a little bit of water; cook for 6 to 8 hours and Bingo!!!



On August 5, the day we received our second bear this summer, was the same day that two new residents arrived at Waseskun to join our healing community. What an amazing way to reconnect to your culture to have the opportunity to skin an animal on your first day. They both expressed how happy and thankful they were for that wonderful experience.

Waseskun's program is not only for acquiring new skills and therapy, it also gives residents pride and gratification through their new knowledge gained and allows them to live their real identity.



TRAITEMENT D'ANIMAUX POUR LES PEAUX, LA FOURRURE, LES OS ET LA VIANDE

par : Stephan (Deux Ours) J.



Waseskun reçoit parfois des peaux d'animaux de la part de partenaires tels que Terre des Bisons ou le Ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs. Cet été, en juin et août, nous avons reçu deux ours qui ont dû être abattus car ils représentaient une menace pour une ville avoisinante et une école publique. Lorsque les gardes-chasse nous donnent un animal qu'ils ont abattu, nous pouvons retracer l'heure et le lieu de l'abattage. S'il est frais, nous pouvons garder la viande, le crâne et les os, aussi bien que la peau, ce qui était le cas de ces deux ours.

La première chose que nous faisons lorsqu'un animal ou une peau arrive, c'est d'offrir du tabac et une prière pour remercier l'animal qui a donné sa vie pour nous. Puis, commence le dépouillement. Supervisés par les aidants de Waseskun, les plus expérimentés partagent et transmettent leur savoir-faire aux autres pour que ceux qui sont intéressés à apprendre et s'impliquer puissent le faire. Même les nouveaux arrivants ont la chance de faire ces apprentissages pratiques. Des coupes sont faites sur toute la longueur de l'animal et le long des membres supérieurs, puis la peau est retirée de la chair. Une fois la peau enlevée, la viande est dépecée en quartiers prêts pour la consommation. Encore une fois, le savoir-faire est transmis d'un plus expérimenté à un débutant. Le dépouillement et le dépeçage combinés prennent environ trois à quatre heures.

Certains organes internes sont prélevés pour servir de nourriture, comme le cœur et le foie, alors que les reins, la vésicule biliaire et le gras sont utilisés dans un but médicinal. Une fois la viande prélevée, tous les os sont déposés dans un puit conçu à cet effet pour que la nature et les insectes les nettoient. Aucun gaspillage! Quand la nature a fait son œuvre, plusieurs os, les dents et les griffes sont récupérés pour en faire des outils, de l'artisanat, des bijoux, des pipes traditionnelles ou d'autres objets pour les cérémonies. Un crâne d'ours exposé bien en vue a fière allure et est utilisé dans plusieurs cérémonies.

Puis vient le temps de travailler la peau. Premièrement, on doit décider de ce que l'on veut faire de cette peau, et selon la réponse, choisir la méthode appropriée de conservation. L'étape suivante comprend toujours l'écharnage de la peau, pour la débarrasser de tout résidu de viande, de gras ou de membrane encore attaché après. Ensuite, on travaille la peau, on la gratté et l'étire pendant qu'elle sèche. Cela prend plusieurs jours. Une fois terminé, les fourrures et les peaux peuvent être utilisées pour faire des manteaux, des bottes, des mocassins, des mitaines, des chapeaux, des couvertures, etc.

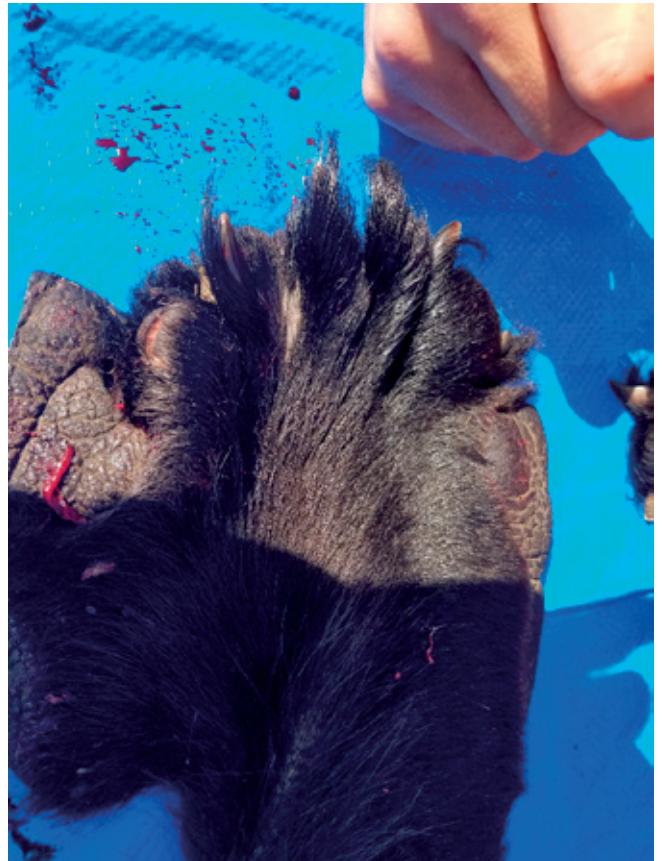
En utilisant le plus possible toutes les parties de l'animal, nous lui démontrons tout le respect et la reconnaissance que nous lui portons. Car le sacrifice de sa vie est aussi précieux et sacré que l'a été sa vie, et par le fait même, la nôtre.

Chaque individu a sa propre médecine. La mienne est le travail des peaux et des os. Ce n'est pas juste une tâche à accomplir, mais bel et bien une thérapie. J'exécute cette tâche d'une manière holistique. Lorsque je commence à travailler sur une peau ou un os, je demande au créateur, au grand esprit et à l'esprit de l'animal de guider mes mains lors de l'exécution de mon travail. Pour que s'effectue la connexion entre cet esprit et moi, je dois commencer par laisser sortir toute émotion négative, ma colère, ma rage, mes chagrins, et je sais qu'il prendra avec lui toutes ces émotions et les remplacera par son amour. Cela est d'autant plus important si l'animal est un ours, car c'est mon animal totem. Je porte en moi l'esprit et la médecine de l'ours. Chaque fois que je termine mon travail, je me sens beaucoup plus paisible et serein. Si l'esprit de l'animal voit que vous vous donnez à lui, il se donnera à vous et guidera vos actions que ce soit pour le dépouiller, le désosser, le tanner, et même le faire cuire.

Parlons un peu de cuisson! Beaucoup de personnes vous diront que la viande d'ours est dure, coriace, pas très bonne au goût. Eh bien j'ai eu le privilège et la chance d'en faire cuire pour les résidents et les employés de Waseskun et fus émerveillé de voir à quel point la viande était tendre et délicieuse. La recette secrète : le respect, beaucoup d'amour, une double dose de patience, ajouter des carottes, du céleri, des oignons, et un tout petit peu d'eau, laisser mijoter entre 6 et 8 heures et Bingo !!!

Le 5 août, nous avons reçu un ours, et le même jour, deux nouveaux résidents se joignaient à nous. Quoi de mieux pour renouer avec notre culture que de dépouiller un ours à son premier jour! Selon leur dire, ils ont été heureux et très reconnaissants d'avoir vécu cette magnifique expérience.

Ce programme de Waseskun ne sert pas seulement à apporter de nouvelles compétences ou comme thérapie, il gratifie les résidents et les rend fiers de leurs connaissances et accomplissements, en plus de renforcer leur sentiment d'appartenance et leur identité.



COURAGE

by: David A.



Hi, my name is Dave. I am a Plains Cree from the west. I am a new resident here at Waseskun Healing Centre. I chose to participate here for many personal reasons; so yes, I have a lot of work to do... However, being that this is my first time in a healing lodge setting I wasn't sure what to expect or how I was going to go about learning or healing.

Then one day, one of the Helpers approached me and asked if I was interested in working on a freshly killed black bear. I was excited to do so, being that I had never cleaned or worked on a bear ever in my life. I grew up hunting deer and moose with my grandfather. To my knowledge, we never hunted bear nor had we ever eaten a bear. Not sure why ...

So, I was very eager to see this bear and work on it with all the other residents and Helpers. I did have some prior knowledge of cleaning and processing animals I had hunted in the past. But this was my first time working on a bear. As I was taking the hide off the bear I began to talk to this bear in my mind and with my heart. Silently praying and giving the spirit of the bear thanks for this chance to experience working on him in a good manner. I was taught by the elders that the grandfather bear is a very powerful teacher. His medicine is courage.

So, as I worked, I continued to pray in silence, feeling a strong sense of respect and gratefulness towards my spiritual relative the bear. I found myself really connecting in prayer with this bear. Something in my spirit felt like I needed to say what I needed to say... and even as I was praying, I felt stronger and clearer. And as we all finished taking the hide off and taking off all the meat, we saved all the bones as well as the skull for spiritual reasons to be used in a good way.



The Helper had asked us to scrape and clean and treat the hide further the next day. So, we did, and I continued to pray in silence with my heart and talk to this bear, my relative. It was at this time I started to have thoughts about the past and wondered was it like this for my ancestors as they worked on the bear. Did they pray in silence, did they feel as I felt? These thoughts made me happy. And in my heart, I knew I had a repeated an action of the past that was a reminder that I will always have a strong connection with my ancestors through our relative the bear.

Being open to true inner change and to face all my personal issues I had is what I came here to deal with and overcome. It felt like this is what I needed to start my healing here at Waseskun, a real-life healthy reminder to have the inner courage to look deep into my past and to talk about all those childhood pains and buried traumas. I know it's time to let go of all those painful moments I have been holding onto and running and hiding from. My belief in the culture and all the teachings is about how I live my life and how I connect with myself in a healthy manner and with others. I figure as long as I remain open to true change, teachings will present themselves in a good way. Even though all is completed with cleaning the bear, I still pray and talk to the spirit of the bear asking for the courage to face myself and who I truly am as a person.

I am grateful to the bear spirit because it is comforting to know my relative is always with me in spirit as I continue on my healing journey. I am looking forward to our next sweat lodge ceremony. I will be able to give an offering to the grandfather bear spirit and pray. There is much to learn and grow with the teachings of the bear. I look forward to always connecting with my relative. And I give thanks for his medicine of real courage. I am looking forward to tomorrow, because I know I am going to learn something that is connected to my inner healing.

So far, my experience here has been really good. Just what I needed real courage to do real work... Thanks for looking out for us grandfather bear, you can walk with me in my heart any time.

COURAGE

par : David A.

Bonjour, mon nom est Dave. Je viens de l'Ouest, je suis un Cri des Plaines. Je suis un nouveau résident au Centre de guérison Waseskun. J'ai choisi de m'impliquer ici pour plusieurs raisons, alors oui, j'ai beaucoup de travail à faire... Toutefois, comme c'est ma première fois dans un centre de guérison, je ne savais pas trop à quoi m'attendre ou comment se passeraient mes apprentissages ou ma guérison.

Un jour, un Aidant m'a approché pour me demander si j'étais intéressé à travailler sur un ours noir qui venait d'être abattu. J'étais excité, car je n'avais jamais nettoyé ou travaillé sur un ours de toute ma vie. J'ai grandi en chassant le chevreuil et l'orignal avec mon grand-père. À ce que je sache, nous n'avons jamais chassé ou mangé de l'ours. Je ne sais pas trop pourquoi...

J'avais vraiment hâte de voir cet ours et de travailler dessus avec les autres résidents et les Aidants. J'avais déjà des connaissances sur le nettoyage et la préparation des animaux que j'ai chassés dans le passé, mais c'était la première fois que je travaillais sur un ours. Alors que je retirais la peau de l'ours, j'ai commencé à lui parler dans ma tête et dans mon cœur, priant silencieusement et remerciant l'esprit de l'ours pour cette chance de travailler sur lui comme il faut. Les Aînés m'ont enseigné que Grand-père Ours est un puissant maître. Sa médecine est le courage.



Tout en travaillant, je continuais de prier en silence, avec un profond sentiment de respect et de reconnaissance envers l'Ours, mon proche parent spirituel. Par la prière, je me suis retrouvé en connexion profonde avec cet ours. Quelque chose dans mon esprit sentait que je devais dire ce que je devais dire... au moment où je priais, je me sentais plus fort et plus clair. Et alors que nous avions tous terminé de retirer la peau et la viande, nous avons conservé tous les os et le crâne pour les utiliser comme il se doit, à des fins spirituelles.

L'Aidant nous avait demandé de gratter, nettoyer et traiter la peau plus tard, soit le jour suivant. Alors nous l'avons fait, et j'ai continué de prier en silence dans mon cœur, et de parler à l'Ours, mon proche parent. C'est à ce moment-là que j'ai commencé à penser au passé et à me demander si c'était comme ça quand mes ancêtres travaillaient sur un ours. Priaient-ils en silence? Se sentaient-ils comme je me sens? Ces pensées me rendaient heureux. Et dans mon cœur, je savais que j'avais répété une action du passé, comme un rappel que j'aurai toujours une grande connexion avec mes ancêtres à travers mon proche parent l'Ours.

Être ouvert au véritable changement intérieur, faire face à tous mes problèmes personnels et les surmonter, c'est pour ça que je suis venu ici. J'ai senti que c'était ce dont j'avais besoin pour commencer mon chemin de guérison à Waseskun, un rappel de vraie vie saine pour trouver le courage en moi de regarder profondément dans mon passé et de parler de toutes ces souffrances de mon enfance et de mes traumatismes enfouis. Je sais que c'est le temps de laisser derrière tous ces moments douloureux auxquels je me suis accroché, que j'ai fui et dont je me suis caché. Ma croyance dans la culture et les enseignements est liée à comment je vis ma vie et comment je peux avoir une relation saine avec moi-même et les autres. Je comprends que tant que je reste ouvert au véritable changement, les enseignements vont se présenter d'une bonne façon. Même si le nettoyage de l'ours est fini, je prie encore et parle à l'esprit de l'Ours pour lui demander d'avoir le courage de me faire face et de voir qui je suis vraiment.

Je suis reconnaissant à l'esprit de l'Ours parce que c'est réconfortant de savoir que ce proche parent est toujours avec moi en esprit, alors que je poursuis mon chemin de guérison. J'ai hâte à notre prochaine cérémonie de la tente de sudation. Je vais pouvoir faire une offrande à l'esprit du Grand-père Ours et prier. Ses enseignements nous apprennent beaucoup et nous font grandir. J'espère que je serai toujours en connexion avec lui. Et je dis merci pour sa médecine de vrai courage. J'ai hâte à demain parce que je sais que je vais apprendre quelque chose en rapport avec ma guérison intérieure.

Jusqu'à maintenant, mon expérience ici a été vraiment bonne. Exactement ce dont j'avais vraiment besoin, du vrai courage pour faire du vrai travail... Merci de faire attention à nous Grand-père Ours, tu peux cheminer avec moi, dans mon cœur, n'importe quand.



THREE DAYS CAMPING ON THE LAND

by: Raymond B.



I was happy to go camping on the Land for 3 days in mid-August. This time away from Waseskun gave me time for myself and to spend time with other residents Normand, Pierre, and Helper Chad. To prepare, we all worked together to round up all the necessary things we were going to need for three days on the land.

Once on the land we all set up our tents and cleaned up around the land. I was elected to do all the cooking, and I didn't mind because everybody enjoyed the meals. We sat around talking about things that made us smile. I found myself bedding down early because I am an early riser. The nights were cold but refreshing.

Since my last time camping, during last year's Fast, I found it easy to be in the dark. There were only the animals moving around in the night. I didn't have any bad thoughts, no bad feelings and there were no bad spirits around to scare me. I could think of good things I want to achieve in the future. I sent my girlfriend Lorraine my best for her to feel better and asked the ones that I have harmed for forgiveness. My mother and father were on my mind and I forgave them and asked them for forgiveness for what I have done. I thanked the spirits that watch over me and looked forward to the morning sun.

I woke up the other guys a little early in the morning when I started cutting up dead trees and other tress that were cut down some time ago. After breakfast we all went for a walk to the lake and Chad passed on his knowledge and answered any questions we had about plants and animal tracks. Our adventure was enjoyable but as the day passed on it got a little hot. So, we rested from time to time, then continued our walk back to the camp. I was happy to be back on the land.

It was a lot of work to be out on the land, but it does us good to get a break from the usual routine. The days are different, there is no schedule to follow, and everybody is willing to do what is asked of them.

I really enjoyed the time out, but it was good to get back for a shower and a comfortable bed.

TROIS JOURS EN CAMPING SUR LA TERRE

par : Raymond B.

J'étais heureux d'aller en camping sur la terre pour trois jours à la mi-août. Ce séjour en-dehors de Waseskun m'a donné du temps pour moi-même et pour être avec les autres résidents, Normand, Pierre et l'aïdant Chad. Pour les préparatifs, nous avons tous travaillé ensemble pour réunir le matériel dont nous aurions besoin sur la terre.

Une fois sur la terre, nous avons tous monté nos tentes et nettoyé le terrain. J'ai été choisi pour faire la cuisine. Ça ne me dérangeait pas parce que tout le monde a bien apprécié les repas. Nous sommes restés assis à parler de choses qui nous faisaient sourire. Je m'endormais de bonne heure parce que je suis un lève-tôt. Les nuits étaient froides, mais rafraîchissantes.

Je suis à l'aise dans l'obscurité depuis ma dernière sortie en camping pendant le jeûne de l'année dernière. Seuls les animaux se déplaçaient autour. Je n'avais pas de mauvaises pensées, ni de sentiments négatifs et il n'y avait aucun esprit maléfique autour pour me faire peur. Je pouvais penser aux bonnes choses que je veux réaliser dans le futur. J'en envoyé mes meilleures pensées à mon amie de cœur, Lorraine, pour qu'elle se sente mieux, et j'ai demandé à ceux que j'ai blessés de me pardonner. J'ai pensé à ma mère et à mon père, je leur ai pardonné et leur ai demandé pardon pour ce que j'ai fait. J'ai remercié les esprits qui ont veillé sur moi et j'ai attendu avec impatience que le soleil se lève.



J'ai réveillé les autres un peu tôt le matin quand j'ai commencé à couper les arbres morts et ceux qui avaient été coupés il y a un certain temps. Après le déjeuner, nous avons tous pris une marche pour aller au lac. Chad nous a transmis ses connaissances, il a répondu à toutes nos questions au sujet des plantes et des traces d'animaux. Notre aventure était plaisante, mais au courant de la journée, il a commencé à faire un peu chaud. Alors nous nous reposions de temps en temps, pour ensuite poursuivre notre chemin vers le camp. J'étais content de revenir sur la terre.

C'était beaucoup de travail d'être sur la terre, mais ça nous permet de prendre une pause de la routine quotidienne. Les journées sont différentes, il n'y a pas d'activités prévues à suivre et tout le monde est prêt à faire ce qu'on lui demande.

J'ai vraiment apprécié ces moments à l'extérieur, mais c'était bon de revenir pour prendre une bonne douche et dormir dans un lit confortable.

MY IMPRESSIONS OF CAMPING

by: Pierre R.

It was the first time I went camping under a tent in the woods, and I am 67 years old. I adored this experience. For me, the night was marvelous. My brothers and I sat together and contemplated the stars and the full moon. There were shooting stars the first night.

With a nice fire, we went to sleep when we wanted, and we also got up when we wanted. But me, I am an earlier riser, so at 5 AM I was up. We ate very well as well. We took some good walks and we played a bit of badminton and frisbee.

I enjoyed this experience very much and would not say no to a future camping opportunity. I would like to thank Chad, Helper, who brought this project to Stan, Waseskun Director. I also thank Stan for having accepted this outdoor project.



MES IMPRESSIONS DU CAMPING

par : Pierre R.

C'est la première fois que j'allais camper sous une tente dans les bois, et j'ai 67 ans. J'ai adoré cette expérience. Le soir c'était pour moi merveilleux. On s'asseyait, mes frères et moi, et nous contemplions les étoiles et la pleine lune. Il y avait des étoiles filantes le première soir.

Avec un bon feu, on se couchant quand on le voulait, et on se levait aussi quand nous voulons. Mais moi je suis une lève tôt, donc à 5 heures j'étais début. On a très bien manger aussi. Nous avons pris des bonnes marches et nous avons joué un peu au badminton et au frisbee.

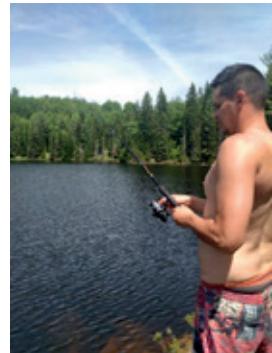
J'ai très bien aimé cette expérience et je ne dis pas non à un prochain camping. Je voudrais remercier Chad, l'aïdant, d'avoir apporter ce projet à Stan, le directeur de Waseskun. J'en remercie aussi Stan d'avoir accepté ce projet de plein air.



OUTINGS TO THE LAND

by: Dominique B.

Waseskun's Land Program allowed me to get back in contact with Nature, something that I had lost long ago. I was able to put into practice certain survival techniques that I learnt during my residence at Waseskun. These little adventures in Nature helped me to better heal my anxiety and to feel good in the silence and calm. They are also important for providing a change of scenery from time to time. We did a lot of different activities during our outings, including: fishing, swimming, boating, and camping. This makes for good fun!



LES SORTIES SUR LA TERRE

par : Dominique B.



Les sorties sur la terre m'ont permis de reprendre contact avec la nature, quelque chose que j'avais perdu depuis longtemps. J'ai pu mettre en pratique quelques techniques de survie que j'ai appris pendant ma séjour à Waseskun. Ces petites escapades en nature m'ont aidé à plus gérer mon anxiété et être bien dans le silence et le calme. Ils sont aussi importants pour changer d'air de temps en temps. Nous avons fait beaucoup d'activités pendant nos sorties, incluant : la pêche, natation, du bateau, et camping. Ce fut très plaisant!

MY FIRST SWIM IN 40 YEARS

by: Pierre R.

I haven't gone for a swim for at least 40 years, and I had the opportunity to do so at the end of July in the lake at St-Beatrix on Waseskun's land. I let my two other brothers, Normand and Terry, jump in and then I told myself why not; so, I jumped in too. I was swept to the bottom and I swallowed some water, but it was nothing because I had a lot of pleasure anyway. I had a beautiful day.



MA PREMIÈRE BAIGNADE AU LAC DEPUIS 40 ANS

par : Pierre R.

Je ne m'étais pas baigné depuis au moins 40 ans, et j'ai eu l'opportunité de le faire à la fin de juillet au lac à St. Béatrix sur la terre de Waseskun. J'ai laissé mes deux autres 'frères' plonger, soit Normand et Terry, et je me suis dit pourquoi pas; alors, j'ai plongé. Je me suis ramassé au fond et j'ai avalé beaucoup d'eau, mais ça ne fait rien parce que j'ai quand même eu de plaisir. J'ai passé une belle journée.

RESIDENT'S SUMMER PROJECT - WOODWORKING

by: Terry S.



My name is Terry. I have been a resident at Waseskun Healing Center for 7 months. During my stay I have been working on projects such as: building boxes for medicines, as well as building furniture for residents to use during outdoor programs.

Using scrap cut-offs from the sawmill which would have otherwise been discarded or burned, I began by building tables that were taken to the land and used when residents have outings.

I have found that woodworking projects, like the construction of garden furniture, contributes to my healing journey. For the chairs, I used cut-offs from the fence project. Collecting these bits of scrap reduces waste and provides residents with a supply of material to build pipes, pipe stands and other small crafts.

It is important that we do not waste the resources that Mother Earth has given us. These projects also allow many residents to heal and move forward.



PROJET D'ÉTÉ D'UN RÉSIDENT - TRAVAIL DU BOIS

par : Terry S.

Mon nom est Terry. Je suis résident au Centre de Guérison Waseskun depuis 7 mois. Durant mon séjour, j'ai travaillé sur des projets comme construire des boîtes à herbes médicinales et des meubles que les résidents peuvent utiliser pour les programmes à l'extérieur.

Pour me servir des résidus de scierie, j'ai commencé par construire des tables avec ce bois. Ces tables seraient apportées sur la terre et utilisées par les résidents durant leurs sorties.



Personnellement, je trouve les travaux et projets manuels avec le bois bénéfique pour mon chemin de guérison. Pour les chaises (Adirondak), j'ai utilisé les retailles des coupes de bois de la réparation de la clôture. En utilisant ces morceaux de bois, cela diminue le gaspillage et offre aux autres résidents, des pièces à récupérer pour la fabrication de pipes, ou autres petits articles fabriqués à la main.

C'est important de ne pas gaspiller ce que Mère Nature nous fournit. Ces projets permettent aussi aux résidents de guérir et d'aller de l'avant dans leur guérison.

WASESKUN'S GARDEN

by: Richard P.



Kwé Kwé

My name is Richard P. I have been at Waseskun for 1 year now. In April 2019, we started to plant seeds of different vegetables, flowers and tobacco, with the help of Chad Diabo, one of our Helpers. As we do not have a green house, we had all that grown in a building on our site.

We planted many kinds of vegetables, like radish, cucumbers, squashes, Jalapeno peppers, lettuce, spinach, parsley, beans, shallots, tomatoes, cherry tomatoes, basil and sunflowers. Many said that the soil was poor, but as you can see on the pictures, everything grows very well. I must say that to maintain the garden is a lot of work. I start in the morning and finish around 16 h, and I water at sunset.

This garden brings me a lot of benefits and I am just not talking about the vegetables. When I am in the garden, I can relax and reflect more on my personal issues and on my future. As well, when something stresses me or when I get angry, I go in the garden and walk in-between the plants and I become calm again. I thank them for taking care of me and seeing them grow is their way to thank me of well taking care of them. I would like to thank the staff members for accepting to let me care for the garden. I would also like to thank my Helper Chad who brought me a picnic table, nutrients for the garden and animal repellent, etc. Each time a staff member or resident tells me that the garden is nice, I feel happy. It is the first time ever that I am caring for a vegetable garden and I would like to thank Mother Earth for the beautiful sunshine, the rain and the good vegetables that she is providing.



LE JARDIN DE WASESKUN

par : Richard P.

Kwé Kwé

Mon nom est Richard P. Je suis à Waseskun depuis maintenant un an. Au mois d'avril 2019, nous avons commencé à planter des graines de plusieurs légumes, fleurs et tabac, avec l'aide et les enseignements de l'un de nos aidants, Chad Diabo. Comme nous n'avons pas de serre, nous avons fait pousser le tout dans un bâtiment sur notre site.

Nous avons planté plusieurs sortes de légumes, tel que des radis, concombres, courges, piments jalapeno, salade, épinard, persil, fèves, échalotes, tomates, tomates cerise, basilic et tournesols. Plusieurs disaient que la terre n'était pas riche, mais comme vous pouvez le voir sur les photos, le tout pousse très bien. Je dois dire que le jardin, c'est beaucoup de boulot à entretenir. Je commence le matin pour finir vers 16 h et j'arrose au coucher du soleil.



Ce jardin m'apporte beaucoup de bienfait et là, je ne parle pas juste des légumes. Quand je suis au jardin, je peux relaxer, penser plus à mes choses personnelles, à mon futur. Aussi, quand j'ai quelque chose qui me stresse ou me met en colère, je vais dans le jardin, je marche entre les plantes et je redeviens calme. Je leur dis merci de prendre soin de moi et c'est leur manière de me remercier de bien m'occuper de lui (le jardin). Je dois dire un grand merci aux membres du personnel du centre d'avoir accepté mon nom afin que je puisse m'occuper du jardin. Merci aussi à mon aidant Chad qui m'a apporté une table à pique-nique, des nutriments, du répulsif contre les animaux, etc... À chaque fois qu'un membre du personnel ou un résident me dit que mon jardin est beau, ça me rend heureux. C'est la première fois que je m'occupe d'un jardin de légumes et je veux dire un grand merci à Mère Terre pour le beau soleil, la pluie et les bons légumes qu'elle me donne. et je suis content à toutes les fois qu'un membre du staff ou quand un résident me dit que mon jardin est beau, c'est mon premier jardin de légumes que je m'occupe de ma vie et un grand merci à la mère terre pour le beau soleil, la pluie et les bons légumes qu'ils me donnent.



INTERVIEW WITH A RESIDENT

(Normand L.)



I have now been at Waseskun for two years. I have spent almost 25 years in the correctional system. I had to spend time in many Institutions, but I always followed my Native culture. I wanted to follow my culture because I felt that I was going to find the reason why I committed the fatal act that cost someone's life. I went to a medium security Institution because the evaluation of my past showed that I was not a violent person. I started in Drummondville Institution and I didn't know where I was going from there. Later on, when I arrived in La Macaza I was close to home and I knew I would have my family's support. I saw that there was a Native brotherhood and I said to myself: Go! You'll

find what you need.

I thought that I'd find out the reasons behind my crime, all the abuses from my childhood, the sexual abuse. My mother and her father were Mohawk, and my father was Irish. I was the oldest in my family. My maternal grandfather didn't like my father and I endured all the repercussions of my grandfather's racism. But that didn't matter, I wanted to look at my heritage without old thinking and bitterness.

I was often rejected. I am the first kid of the family. My younger brother became handicapped, so my parents had to care more for him than for me. I got to understand this later on, but at 5 years old, a little boy doesn't comprehend these things. I ended up alone looking for attention from anyone, anytime. I quickly got into drugs and alcohol. My father and grandfather are both alcoholics. In school, I was bullied. I was the clown of the school, and the only way to get attention was to make the other kids laugh. It's all I could do. I withdrew myself and closed up, already at my young age. The only way was to fight to express my feelings.

Two boys were always bullying and beating me up. At some point, I defended myself. The next day, they chased me, attached me to a phone pole, and put my face in spider webs. This triggered my arachnophobia. I was 9 or 10. I was unable to talk about it because I was always told to make a man of myself, to fight. If I were to tell that I cried about this, I would have been slapped. I grew up scared of repercussions, scared of expressing myself. I would get a slap for making a face to my father. My father was himself raised that way, so he did the best he could. Today, I understand, but back then I did not, and I grew up scared of everything and everyone. Over the years, I tried to work on this. The way of white people never worked for me, I felt they would only hear what they wanted to, not how I honestly felt and why. It wasn't deep enough for me. I had other things going on in my childhood. My grandfather tried to drown me, and he'd beat me. I couldn't trust anymore.

I got older and had two beautiful big daughters who gave me wonderful grandchildren. I try to be the grandfather I never had. I am so happy when I see them! It's harder with my daughters. I think sometimes that they have not forgiven me, I understand, but I wouldn't



want them to do as I did and become closed, without expressing how they are hurt. I always try to have them speak about it, but maybe they will have to do as I did and attend programs to learn how not to hold onto resentment. As with my grandfather, it wasn't resentment toward human beings, it was a cry for help that I was unable to express. I didn't find the right person to help me, and, unfortunately, someone died because of it. Over the years, I tried to understand why. I am not someone who is violent or aggressive, maybe a bit swift, somewhat insecure, but that can be worked on.

Coming to Waseskun, I had to relearn how to know myself and to manage my emotions in a healthy way, because I was doing it the wrong way since childhood, managing my thoughts with my emotions. With Waseskun's programs, I started to understand that managing my emotions with my thoughts works much better. I can see the consequences of my actions and analyse them better. There are many things I understood from the programs. Instead of saying it's someone else's fault and feeling sorry for myself, I could let go of my past traumas. I still feel emotions when discussing difficult events of my life, my grandfather, the sexual abuses from my uncles, the arachnophobia, but it doesn't overwhelm me like before. I have been a victim, but that is over, it's time for a change. I have a beautiful life ahead of me, a great healing path.

At Waseskun, I really feel like I have received what I came looking for and I don't want to leave for day parole anymore. People here know me. If I am a little too swift, we can work to smoothen my insecurities. People here are more receptive to my needs. I was afraid to dig inside myself. I realized, when I did dig, that I was way too scared for nothing. The correctional system and Waseskun gave me a way to live, but I was in fear of what was outside. I became comfortable. I have visits, I thought I don't need to go out... but I realized something was missing. I need to reintegrate into society to practice what I have been learning. That's what I do now, being on day parole at Waseskun. I try to bring my achievements, my experiences, my seven teachings, to a new level of challenge, to go further in my spirituality, my healing path.

I now understand a greater deal of my story but am still in the healing process. When I committed the deadly act, I had lost control, I really needed help. I did not find THE key, but I went a long way and I now have the means and resources to help me.



ENTREVUE AVEC UN RÉSIDENT

(Normand L.)



Ça va faire deux ans que je suis à Waseskun. J'ai passé presque 25 ans dans le système. J'ai dû faire plusieurs établissements, toujours en suivant ma culture autochtone. J'ai fait en sorte de pouvoir suivre ma culture parce que je sentais que j'allais trouver le pourquoi du geste fatal que j'ai commis et qui a coûté la vie à quelqu'un. J'ai été au médium parce que l'évaluation de mon passé a démontré que je n'étais pas violent. J'ai commencé à Drummondville, je ne savais pas trop où j'allais. En arrivant à La Macaza, j'étais près de chez moi, je savais que j'aurais le support de ma famille. J'ai vu qu'il y avait une fraternité autochtone et me suis dit: vas-y! tu vas trouver ce que tu cherches!

J'ai voulu découvrir le pourquoi de mon crime, tous les services que j'ai vécu dans ma jeunesse, les abus sexuels. Ma mère et son père sont Mohawks. Mon père est irlandais. J'étais le premier de la famille. Mon grand-père maternel n'aimait pas mon père et j'ai subi toutes les répercussions du racisme de mon grand-père. Mais ça ne fait rien, j'ai quand même voulu aller voir, sans arrière-pensées, sans rancœur envers mes racines.

J'ai souvent été rejeté. Je suis le premier de la famille. J'ai eu un frère qui est devenu handicapé et ils ont dû lui offrir plus de soins à lui qu'à moi. J'ai pu le comprendre longtemps après, mais un petit garçon de 5 ans ne comprend pas. Je me suis retrouvé tout seul à chercher de l'attention auprès de n'importe qui, n'importe quand. Je suis tombé dans la drogue assez rapidement et dans l'alcool aussi. Mon père est alcoolique, mon grand-père aussi. À l'école, j'étais intimidé, j'étais la risée de mon école, et le seul moyen d'avoir de l'attention, c'était de faire rire mes petits camarades d'école. C'est tout ce que je pouvais faire. Je me suis renfermé sur moi-même, déjà, à mon tout jeune âge. Le seul moyen c'était de me battre pour essayer d'exprimer mes émotions.

Il y avait 2 gars qui m'intimidaient et me battaient tout le temps. À un moment donné, je me suis défendu. Le lendemain, ils m'ont poursuivi, m'ont attaché à un poteau de téléphone et m'ont accoté la face dans des toiles d'araignées. C'est là que ça déclenché ma phobie des araignées. J'avais 9-10 ans. Je n'étais pas capable d'en parler, parce qu'on m'avait toujours dit « fait un homme de toi! », « bats-toi! ». Si j'avais dit que j'avais braillé pour ça, j'aurais mangé une volée. J'ai grandi avec la peur des répercussions, la peur de m'exprimer. Tu mangeais une volée parce que tu regardais ton père de travers. Mon père a été élevé comme ça et il a fait du mieux qu'il pouvait. Aujourd'hui, je comprends, mais pas dans ce temps-là, et j'ai développé une crainte de tout et tout le monde. D'année en année, j'ai essayé de travailler ça. La façon des blancs ne fonctionnait jamais, j'avais l'impression qu'ils voulaient juste entendre ce qu'ils voulaient et non comment je me sentais vraiment et pourquoi. Ce n'était pas assez profond pour moi. J'ai eu autre chose qui s'est passé dans ma jeunesse. Mon grand-père a essayé de me noyer, il m'a battu. Je ne pouvais plus avoir confiance.

J'ai vieilli, j'ai eu deux belles grandes filles qui m'ont donné de beaux petits-enfants. J'essaie d'être le grand-père que je n'ai jamais eu. J'ai tellement de plaisir quand je les vois! C'est un peu plus dur avec mes filles, j'ai toujours l'impression qu'elles m'en veulent, je comprends, mais je n'aimerais pas qu'elles fassent comme moi et se referment sur elles-mêmes sans exprimer leurs blessures. J'essaie toujours de leur faire sortir le morceau, mais peut-être qu'elles devront faire comme moi, suivre des programmes pour ne pas garder de rancune. Comme avec mon grand-père, ce n'est pas une rancune envers l'être humain, c'est un cri d'aide que je n'ai pas été capable d'exprimer. Je n'ai pas trouvé la bonne personne pour m'aider, et malheureusement, quelqu'un en est décédé. Au fil des années, j'ai essayé de comprendre pourquoi. Je ne suis pas quelqu'un de violent ou agressif, peut-être un peu prompt, un peu insécuré, mais ça se travaille.

En venant à Waseskun, j'ai dû réapprendre à me connaître, à gérer mes émotions de la bonne manière, parce que je m'y étais mal pris depuis mon enfance, à gérer mes pensées par mes émotions. Avec les programmes de Waseskun, j'ai commencé à comprendre qu'en gérant mes émotions avec mes pensées, ça va beaucoup mieux, je vois plus les conséquences de mes gestes et les analyse mieux. Il y a beaucoup de choses que j'ai compris avec les programmes. Au lieu de dire c'est la faute d'un tel et de m'apitoyer sur mon sort, j'ai lâché prise de mes traumatismes. J'ai encore des émotions quand je raconte des événements de ma vie, mon grand-père, les abus sexuels par mes oncles, l'arachnophobie, mais ça vient moins me chercher qu'avant. J'ai été une victime, mais c'est fini, on passe à autre chose, j'ai une belle vie devant moi, un beau chemin de guérison.

À Waseskun, j'ai l'impression que j'ai vraiment ce que je cherche et je ne veux plus repartir pour ma semi-liberté. Les gens me connaissent bien ici. Si je suis un peu trop prompt, on peut travailler pour adoucir mon insécurité. Les gens sont plus réceptifs à mes besoins ici. J'avais peur d'aller en moi. Je me suis rendu compte, en allant gratter, que j'avais bien trop peur pour rien. Le système carcéral et Waseskun m'ont redonné une façon de vivre, mais j'avais peur de l'extérieur. J'ai mon petit confort, mes visites, je n'ai pas besoin de sortir... Mais je m'aperçois qu'il me manque quelque chose. Il faut que je retourne en société pour pratiquer tout ce que j'ai appris. C'est ça que je fais présentement, je suis en semi-liberté à Waseskun. J'essaie d'amener mes acquis, mes expériences, mes sept enseignements, à un nouveau niveau de défaut, un peu plus corsé, pour continuer à suivre ma spiritualité, mon chemin de guérison.

J'en comprends un bout sur mon histoire, mais je suis encore en processus de guérison. Quand j'ai commis le geste fatal, j'avais perdu le contrôle, j'avais vraiment besoin d'aide. Je n'ai pas trouvé LA clé, mais j'ai fait du chemin et j'ai des moyens pour m'aider maintenant.





Bodhisattva Prayer for Humanity

*“May I be a guard for those who need protection
A guide for those on the path
A boat, a raft, a bridge for those who wish to cross the flood
May I be a lamp in the darkness
A resting place for the weary
A healing medicine for all who are sick
A vase of plenty, a tree of miracles
And for the boundless multitudes of living beings
May I bring sustenance and awakening
Enduring like the earth and sky
Until all beings are freed from sorrow
And all are awakened.”*

Prière d'un Bodhisattva pour l'humanité

*« Que je sois un gardien pour ceux qui ont besoin de protection
Un guide pour ceux qui cheminent
Un bateau, un radeau, un pont pour ceux qui souhaite traverser le torrent
Que je sois la lampe dans l'obscurité
Un endroit de repos pour ceux qui sont fatigués
Un remède pour tous les malades
Un vase d'abondance, un arbre à miracles
Et pour la multitude sans limite des êtres vivants
Que j'apporte la subsistance et l'éveil
Inaltérables comme le ciel et la terre
Jusqu'à ce que tous les êtres soient libérés de leur peine
Et que tous soient éveillés. »*

MEETING WITH COMMUNITIES



As part of the Rebuilding the Circle initiative, Waseskun welcomed representatives from the communities of Akwesasne and Tyendinaga, as well as the First Peoples Justice Centre of Montreal (FPJCM) on May 1. The full day of talks centered around reintegration of men released from prison and healing centres into community and urban settings. In the first part of the day, each group shared the challenges they have faced and different initiatives they have tried. The afternoon was spent exploring ways in which Waseskun can use its expertise to help to communities and community organizations facilitate successful reintegration.

It was clear throughout the discussions that healing and successful reintegration cannot be accomplished in isolation. They require the concerted effort of family, community and support organizations. The conversation centered on the importance of family, the value of healing and sharing circles within communities, the power of ceremonies and access to Elders, and the grounding effect of being able to reconnect with the land and traditional crafts. In each of these areas, Waseskun offers support through the Family Healing program, Frontline Worker training, Elder teachings and ceremonies, and the traditional craft workshops. Waseskun residents have the added advantage of the On the Land Intensive Healing program.

The visit also included a tour of the property and workshops. Waseskun provided a community feast that gave the residents an opportunity to speak with the visitors and share some of their healing journeys.



RENCONTRE AVEC LES COMMUNAUTÉS



Le 1^{er} mai, dans le cadre de l'initiative de Reconstruire le Cercle, Waseskun accueille des représentants des communautés d'Akwesasne et Tyendinaga, de même que du Centre de Justice des Premières Nations de Montréal le 1^{er} mai. La journée de discussion fut axée sur la réintégration des hommes libérés de prison et des centres de guérison, dans les communautés et milieux urbains. Lors de la première partie de la journée, chaque groupe partagèrent les défis auxquels ils ont fait face ainsi que les différentes initiatives qu'ils ont essayées. En après-midi, les façons dont Waseskun peut utiliser son expertise afin d'aider les communautés et organismes communautaires à faciliter la réussite de la réintégration furent explorées.

Il fût clair, à travers les discussions, que la guérison et une réintégration réussie ne peuvent être accomplies en isolation. Elles requièrent les efforts concertés de la famille, la communauté et les organismes de support. La conversation fut centrée sur l'importance de la famille, la valeur de la guérison et les Cercles de partage à l'intérieur des communautés, la puissance des cérémonies et l'accès aux Aînés, et l'effet concret de pouvoir reconnecter avec la terre et l'artisanat traditionnel. Dans chacun de ces domaines, Waseskun offre un support à travers

le programme de Thérapie Familiale, la formation des Travailleurs(ses) de Première Ligne, les enseignements des Aînés et cérémonies et, les ateliers d'artisanat traditionnel. Les résidents de Waseskun ont l'avantage additionnel du programme intensif de guérison 'Sur la Terre'.

La visite a aussi inclus une visite du centre et des ateliers. Waseskun a offert un festin communautaire. Celui-ci donna aux résidents l'opportunité de discuter avec les visiteurs et de partager leurs chemins de guérison.



SUMMER SOLSTICE

Waseskun celebrated the Change of Seasons on June 19. Unlike past solstice celebrations, the number of guests was limited, allowing an event focused tightly on the community and residents.

Residents, Helpers and staff welcomed the day with a Sunrise ceremony. Although our Elder, Dennis Nicholas, was unable to attend the ceremony, he sent greetings to the community along with special messages for specific residents. Despite his absence, Dennis' influence was felt by everyone.



Following the ceremony, residents and staff gathered in the dining room for hearty breakfast feast prepared by our cook, Lucie, and her team of hard-working residents.

The main event of the morning was a drumming circle, lead by Helper Normand Guilbeault. Residents Darwyn, Normand L., Kenneth, Ryan, David and Adrien sang a variety of songs, and Normand G. explained each song's meaning and significance.

Another feast was held at noon, and enjoyed by residents, staff and guests from CSC and Makivik.

Helper Byran Deer held a powerful Sweat Lodge ceremony for the residents in the afternoon, after the guests had left. The entire community was present to support the men who entered the lodge. Firekeepers Adrien and Raymond did an excellent job preparing the Grandfathers.

This year's event was particularly significant, as it marked the arrival of a new Waseskun resident. He arrived with his Elder and ALO in time to enjoy the noon feast. Afterward, he joined the other residents in Sweat Lodge ceremony before beginning the two-day preparations for his healing journey at Waseskun.



LE SOLSTICE D'ÉTÉ



Waseskun a célébré le changement de saison le 19 juin. Le nombre d'invités, moindre que lors des précédentes célébrations du solstice, a permis un évènement concentré sur la communauté et les résidents.

Les résidents, Aidants et employés ont accueilli la journée avec une cérémonie du lever du soleil. Même si notre Aîné, Dennis Nicholas, ne pouvait y participer, il a fait parvenir ses bons vœux à toute la communauté avec un message spécial pour certains

résidents. Malgré son absence, l'influence de Dennis était ressentie par chacun.

Après la cérémonie, les résidents et employés se sont rassemblés dans la salle à manger pour un copieux déjeuner préparé par notre cuisinière, Lucie, et son équipe de vaillants résidents.

L'évènement principal de la matinée était un cercle de tambour dirigé par l'Aidant Normand Guilbeault. Les résidents Darwyn, Normand, Kenneth, Ryan, David et Adrien ont chanté différentes chansons et Normand, l'Aidant, a expliqué le sens et l'importance de chacune.

À midi, Il y a eu un autre festin que les résidents, les employés et les invités de Service correctionnel Canada (SCS) et de Makivik ont pu apprécier.

Dans l'après-midi, après le départ des invités, l'Aidant Bryan Deer a officié une puissante cérémonie de la tente de sudation pour les résidents. Toute la communauté était présente pour soutenir les hommes qui entraient dans la tente. Les Gardiens du feu, Adrien et Raymond ont fait un excellent travail en préparant les Grands-pères.

L'évènement de cette année était particulièrement significatif, car il marquait la venue d'un nouveau résident à Waseskun. Il est arrivé avec son Aîné et son Agent de Liaison Autochtone juste à temps pour le festin du midi. Puis, il a rejoint les autres résidents dans la tente de sudation avant de commencer les deux jours de préparation initiant son chemin de guérison à Waseskun.



VISIT FROM A SENATOR

by: Brian Sarwer-Foner

On July 11, 2019 Waseskun was honoured with a visit from Canadian Senator, Yvonne Boyer, her daughter (a young lawyer) and two of her parliamentary support staff. Senator Boyer and her team came to meet with staff and as well, with the residents. They were given a tour of our facility when they first arrived, which they all found very interesting.

Staff members had a very fruitful meeting with them, discussing current matters at Waseskun and our vision for future projects and expansion, including the development of an educational resource centre on site. Residents honoured the visitors with some drum songs and then proceeded to openly share their experiences and views in a sharing Circle with our guests. They also gifted the visitors with medicine bags.

All and all it was a fantastic visit predominated by open and frank communications about deficiencies and needs, and the good will and caring to bring forth these concerns and have them properly addressed by governmental authorities.



VISITE D'UNE SÉNATRICE

par : Brian Sarwer-Foner



Le 11 juillet 2019, Waseskun a eu l'honneur de recevoir la visite d'une Sénatrice canadienne, Yvonne Boyer, sa fille (une jeune avocate) et deux de son personnel de soutien parlementaire. Sénatrice Boyer et son équipe sont venus rencontrer les membres du personnel ainsi que les résidents. À leur arrivée, ils firent la visite de notre centre et trouvèrent le tout très intéressant.

Les membres du personnel ont eu une rencontre très fructueuse avec elles et

de notre vision pour des projets futurs et notre expansion incluant le développement d'un centre de ressources d'éducationnelles sur notre site. Les résidents ont honoré les visiteurs avec des chants au tambour et par la suite ont procédé au partage de leurs expériences et points de vue avec eux dans un Cercle de Partage. Ils ont aussi offert des sacs de médecines en guise de cadeau.

En conclusion, ce fut une visite fantastique qui était prédominée par des communications ouvertes et franches sur les déficiences et besoins et, la volonté et souhait de soulever ces préoccupations afin qu'elles soient adressées auprès des autorités gouvernementales.



VISIT FROM JOYCEVILLE TEAM TO WASESKUN

by: Brian Sarwer-Foner

From September 11-12 Waseskun received a group of 7 visitors from Joyceville Institution, including a Manager of Assessment and Intervention (MAI), an Aboriginal Community Development Officer (ACDO), 2 Aboriginal Liaison officers (ALOs), and 3 Parole Officers (POs). It was a very fruitful Encounter.



The Joyceville team arrived in time to have lunch at Waseskun after which we went directly to Waseskun's Land in Ste. Beatrix where a few guys had just returned from camping, to get a first-hand view of the set-up. Waseskun's Elder, Dennis and Helper, Chad gave teachings and explained to workings of Waseskun's Land program. Upon returning to Waseskun after, there was a very interesting and informative interchange between the Joyceville visitors and some Waseskun staff members.

At the end of the afternoon, the Joyceville visitors went out with Dennis and Brian, Liaison Officer, for supper in St. Gabriel de Brandon on route to Waseskun's 2nd centre, Mshkiki, which is used for special, events, workshops and the Rebuilding the Circle Family Healing Program. Important team bonding, brainstorming and pleasant socialization took place at Mshkiki. Dennis performed a Pipe Ceremony with the group, which was very moving.

After sleeping over and having breakfast at Mshkiki, the group returned to Waseskun where the visitors had a comprehensive tour of the facility, followed by a Sharing Circle with Waseskun residents. It was an open and nourishing exchange and all who participated felt the positive energy. The Circle ended with resident Joseph J. offering some drum songs to the Joyceville team, honouring them and wishing them safe travels. After sharing a hearty lunch, then hugs and goodbyes, the visitors departed for their journey back to Ontario.



VISITE DE L'ÉQUIPE JOYCEVILLE À WASESKUN

par : Brian Sarwer-Foner

Du 11 au 12 septembre, Waseskun a reçu un groupe de 7 visiteurs de l'Institution Joyceville, incluant un Gestionnaire, Évaluation et Interventions (GEI), un Agent de Développement Auprès de la Collectivité Autochtone (ADACA), deux Agents de Liaison Autochtone (ALAs) et trois Agents de Libération Conditionnelle (ALCs). Ce fût une rencontre très fructueuse.



L'équipe de Joyceville est arrivée à temps pour dîner à Waseskun, à la suite de quoi nous nous sommes rendus directement à la Terre de Waseskun à Ste-Béatrix, où quelques résidents venaient de rentrer du camping, pour avoir une vue de première main des installations. L'Aîné de Waseskun, Dennis, et l'Aidant Chad, ont donné des enseignements et expliqué le fonctionnement du programme de la Terre de Waseskun. De retour à Waseskun, un échange très intéressant et instructif a eu lieu entre les visiteurs de Joyceville et certains membres du personnel de Waseskun.

À la fin de l'après-midi, les visiteurs de Joyceville sont allés souper à Saint-Gabriel de Brandon, accompagnés de Dennis et Brian, Agent de liaison, en route pour le 2e centre de Waseskun, Mshkiki, qui est utilisé pour des événements spéciaux, des ateliers et le programme de thérapie familiale Reconstruire le Cercle. Un important travail d'équipe, une séance de remue-ménages et une socialisation agréable ont eu lieu à Mshkiki. Dennis a effectué une cérémonie du calumet avec le groupe, ce qui était très émouvant.

Après avoir dormi et pris le petit-déjeuner à Mshkiki, le groupe est retourné à Waseskun où les visiteurs ont eu une visite complète du site, suivie d'un cercle de partage avec les résidents. Ce fut un échange ouvert et nourrissant et tous les participants ont ressenti l'énergie positive. Le cercle a pris fin lorsque le résident Joseph J. a offert des chants de tambours à l'équipe de Joyceville, les honorant et leur souhaitant un bon voyage. Après avoir partagé un dîner copieux, puis avoir fait nos adieux, les visiteurs sont repartis pour leur retour en Ontario.





GUEST ELDER PROGRAM * PROGRAMME DES AINÉS INVITÉS



Solomon Wawatie is Anishinabe (Algonquin) from Barriere Lake in La Verendrye Park. He grew up on the land and learned from his mother and grandmother in the traditional settlement of Kokomville. Solomon has been involved in traditional and spiritual practices for all of his life.

Solomon was a CSC Institutional Elder for several years; now he is a regular guest Elder at Waseskun to share teachings in Program and to run sweats. His goal is to help people reconnect the spirit with the body through the teaching methods.

Solomon says that when the people gather around the Sacred Fire, the Ancestors are listening, and when you hold the eagle feather during ceremony it becomes a microphone to the spirit world.

Solomon Wawatie est un Anishinabe (Algonquin) de Lac Barrière dans la Réserve faunique de La Verendrye. Il a grandi sur les terres et a appris de sa mère et sa grand-mère au village traditionnel de Kokomville. Solomon s'est impliqué dans la pratique traditionnelle et spirituelle toute sa vie.

Solomon a été Aîné institutionnel pour le SCC pendant plusieurs années; maintenant, il est régulièrement invité comme Aîné à Waseskun pour partager ses enseignements dans les programmes et pour organiser des cérémonies de sudation. Son but est d'aider les gens à reconnecter l'esprit avec le corps à travers ces méthodes d'enseignement.

Solomon explique que lorsque les gens se rassemblent autour du Feu Sacré, les Ancêtres écoutent, et lorsque l'on tiens la plume de l'aigle pendant la cérémonie, celle-ci devient un microphone vers le monde spirituel.





Roger Echaquan is an Atikamekw Elder from Manawan. He received teachings from when he was five years old just up to today. He was a victim of the residential schools. He works with some special teachings he calls the Star Teachings which allows people to see how the Spirit is. They also help them to be able to see what mandate the Star Spirits want for them. They allow us to dream and see the problems we have and to learn what needs to be done in the face of these problems.

Roger is a person who sees things that other people do not see. He can see for others if they let him do so. He works in this fashion. The Star Teachings are similar to how he works in the Sweat Lodge. The teachings are fluid and continue like this. He received these teachings in a dream. The goal is to truly recognize one's own Spirit and what to do in relation to our Spirit.

The Spirit is there for us, but it is there for the present moment. If presently we have a problem, the Spirit helps us to overcome the problem so we can put it to the side. But sometimes we don't succeed and so Roger helps people succeed in connecting with the Spirit in treatment in the present moment in order to complete the process and arrive in a state of completeness.



Roger Echaquan est un Aîné Atikamekw de Manawan. Il a reçu des enseignements depuis l'âge de 5 ans et jusqu'à aujourd'hui. Il a été victime des pensionnats. Il travaille avec des enseignements spéciaux qu'il appelle les Enseignement des Étoiles qui permettent aux gens de voir comment est l'Esprit. Ces enseignements aident aussi à voir le mandat que les Esprits des Étoiles veulent pour eux. Ils nous permettent de rêver et de voir les problématiques que nous avons et, apprendre ce qui doit être fait face à ces problèmes.

Roger est une personne qui voit des choses que les autres personnes ne voient pas. Il peut voir pour les autres si les gens lui permettent. Les Enseignements des Étoiles sont similaires à sa façon de faire dans la Tente de Sudation. Le but est de reconnaître véritablement son propre Esprit et de savoir quoi faire en lien avec notre Esprit.

L'Esprit est là pour nous, mais il y est pour le moment présent. Si dans le présent nous avons un problème, l'Esprit nous aide à surmonter ce problème afin que nous puissions le mettre de côté. Mais parfois, nous n'y arrivons pas, alors Roger aide les gens à communier avec l'Esprit du moment présent de façon à réussir la démarche et arriver à un état de complétude.



Ernie Herodier, a Cree Elder from Chisasibi, first came to Waseskun at the request of one of our residents who is from the same community. While the visit focused on that resident, the entire community benefited from Ernie's teachings and the sweat lodge ceremony he held. «I heard of Waseskun in the 1990's,» he said. 'I've wanted to come here ever since.»

After 25 years as a professional musician working in bars across Canada, Ernie turned his life around when he entered an Indigenous recovery program. Later, he received teachings from David Blacksmith of Cross Lake First Nation. David told Ernie that he would help many people one day, but Ernie didn't believe it at the time. Now, Ernie provides counselling and leads a variety of ceremonies. Each year, he is active as a piercer at Sundance ceremonies. For Ernie, the great reward for his work is seeing positive changes in someone's life.

Waseskun would like to thank Cree Nation Government Department of Justice and Correctional Services for its cooperation and support of Ernie's visit.



Ernie Herodier, un Aîné Cri de Chisasibi, est venu à Waseskun à la demande d'un de nos résidents qui vient de la même communauté. Tandis que la visite était axée sur ce résident, la communauté entière a bénéficié des enseignements d'Ernie et de la tente de sudation qu'il a animée. 'La première fois que j'ai entendu parler de Waseskun dans les années 90', dit-il, 'j'ai toujours voulu y venir'.

Après 25 ans en tant que musicien professionnel travaillant dans des bars à travers le Canada, Ernie a changé sa vie lorsqu'il a débuté un programme de rétablissement Indigène. Plus tard, il reçut des enseignements de David Blacksmith de la Première Nation Cross Lake. David a dit à Ernie qu'il aiderait plusieurs personnes un jour, mais Ernie ne le cru pas à ce moment-là. Aujourd'hui, Ernie fournit de l'encadrement et anime une variété de cérémonies. À chaque année, il est un perceur dans des cérémonies de la Danse du Soleil. Pour Ernie, la plus grande récompense pour son travail est de voir les changements positifs dans la vie d'un individu.

Waseskun aimerait remercier le Gouvernement et Département de la Justice et Services correctionnels de la Nation Cri pour sa collaboration et son soutien de la visite d'Ernie.

MOCCASIN MAKING WORKSHOP



Angela Moar and George Loon - For the first three days of October, Waseskun residents were fortunate to have Angela Moar and George Loon of Mistissini present a three-day, moccasin sewing workshop. Angela and George brought the materials and patterns and guided the men through the process. For many, it was their first time doing this sort of project. The activity was well-received by the residents, and everyone looks forward to having Angela and George visit again. Special thanks to Cree Nation Government Department of Justice and Correctional Services for making the workshop possible.

ATELIER DE FABRICATION DE MOCASSINS

Angela Moar et George Loon Durant les trois premiers jours d'octobre, les résidents de Waseskun furent privilégiés d'assister à un atelier de confection de mocassins donné par Angela Moar et George Loon de Mistissini. Angela et George apportèrent le matériel et les patrons nécessaires et les guidèrent à travers le processus. Pour plusieurs d'entre eux, c'était la première fois qu'ils participaient à un tel projet. Cette activité fut bien reçue par les résidents et tous ont hâte qu'Angela et George reviennent. Nous tenons à offrir nos plus sincères remerciements au Département de la Justice et des Services Correctionnels du Gouvernement de la Nation Cri d'avoir rendu possible cet atelier.



SAMUEL CENTRE FOR SOCIAL CONNECTEDNESS

Over the summer, Waseskun residents shared their experiences and thoughts on the topic of Restorative Justice for Indigenous youth with a researcher from the Samuel Centre for Social Connectedness. Shaista Asmi (seen on the left with research supervisor, Celine Thomas), prepared the report in conjunction with the Samuel Centre and Human Rights Watch. The residents who participated provided very useful and thoughtful insight, and greatly appreciated the opportunity to share their perspectives on this important topic. The final report is available online at

<https://www.socialconnectedness.org/wp-content/uploads/2019/10/Indigenous-Youth-Restorative-Justice.pdf>.



CENTRE SAMUEL POUR LES LIENS SOCIAUX

Au cours de l'été, les résidents de Waseskun ont pu partager leurs expériences et exprimer leurs pensées sur le sujet de la Justice Réparatrice pour la Jeunesse Indigène avec une chercheuse du Centre Samuel pour les Liens Sociaux. Shaista Asmi (à gauche, avec sa superviseure en recherche Celine Thomas), ont préparé le rapport en collaboration avec le Centre Samuel et le Human Rights Watch. Les résidents qui ont participé ont fourni des réflexions utiles et ont beaucoup apprécié de pouvoir partager leurs perspectives sur ce sujet important. Le rapport final est disponible en ligne à :

<https://www.socialconnectedness.org/wp-content/uploads/2019/10/Indigenous-Youth-Restorative-Justice.pdf>.

DUCK PLUCK

On September 21, Wardens from Quebec's Wildlife Department delivered more than 20 ducks that they had confiscated from a poacher. A group of residents busied themselves with plucking the ducks to prepare and then clean them, ready to cook, for a future feast.



PLUMER LE CANARD

Le 21 septembre, les agents de protection de la faune du Ministère de la Forêt, de la Faune et des Parcs du Québec ont apporté plus de 20 canards qu'ils avaient confisqués de braconniers. Un groupe de résidents s'est occupé de plumer les canards afin de les apprêter et les nettoyer, et les rendre prêts à cuire, pour un festin futur.





KANESATAKE POWWOW

On September 1st, a group of 5 residents with 2 Waseskun staff went to the Kanien'kehá:ka (Mohawk) community of Kanesatake to attend their annual Pow Wow. The residents had a lot of fun watching the dancing, listening to the music, shopping at the stalls, eating food and drinking refreshing beverages from the vendors. A good day was had by all!



POW WOW À KANESATAKE

Le 1^{er} septembre, un groupe de 5 résidents et 2 membres du personnel de Waseskun s'est rendu dans la communauté Kanien'kehá:ka (Mohawk) de Kanesatake afin de prendre part au Pow Wow annuel. Les résidents ont eu beaucoup de plaisir à observer les danseurs, écouter la musique, parcourir les kiosques, goûter la nourriture et consommer des breuvages rafraîchissants. Tout le monde a eu une superbe journée!





Si vous êtes intéressés à recevoir notre journal ou à devenir collaborateur, communiquez avec nous. Si vous voulez nous soumettre des articles, des histoires, des photos ou toutes autres informations, nous ferons notre possible pour inclure vos contributions dans une édition future.

Le Cercle de Waseskun

*1 rue Waseskun
Boîte Postale 1159
Saint-Alphonse-Rodriguez (Qc), J0K 1W0
Tel. : 450 883-2034 Fax : 450 883-3631
www.waseskun.net*

If you are interested in receiving our newsletter or in collaborating please contact us. If you wish to submit articles, stories, photos or other information, we will do our best to include your contributions in a future publication.

The Waseskun Circle

*1 Waseskun street
PO Box 1159
Saint-Alphonse-Rodriguez (Qc), J0K 1W0
Tél. : 450 883-2034 Fax : 450 883-3631
www.waseskun.net*

Thank you to all our collaborators !

Merci à tous nos collaborateurs !

Nia:wen! Meegwetch!

Nakurmiik! Welàliek!



Miigwech! Tshi Nashkumetin!