

# Guide pédagogique

à la découverte des  
cultures autochtones!





## À propos

**Ce guide pédagogique a pour objectif de fournir aux professionnel·les de l'enseignement et de l'éducation des ressources visant à les sensibiliser et à les accompagner dans la découverte des cultures autochtones auprès des enfants, dans le cadre des services de garde éducatifs à l'enfance.**

Il est important de souligner que chaque nation autochtone exprime sa culture de manière unique. Ainsi, certaines des ressources partagées ici peuvent ne pas refléter la vision de toutes les personnes autochtones, de la même manière qu'aucun groupe culturel ne saurait être homogène dans sa pensée. Notre démarche de recherche s'est concentrée sur la petite enfance, en privilégiant des ressources élaborées par des organismes autochtones, tout en intégrant également des outils issus du milieu académique.

## Remerciements

Au-delà des outils et de la documentation partagée, ce guide incarne un travail collaboratif qui n'aurait pu voir le jour sans l'engagement et les contributions de plusieurs partenaires. Nous tenons à exprimer notre profonde gratitude envers tous ceux qui ont participé à l'élaboration de ce projet : plus particulièrement, Diane Campeau, professeure en éducation, Yan-Abel Chachai, enseignant Atikamekw, Marie-Hélène Gagnon-Dion, chercheure et professeure en travail social, Suzy-Kim Pelletier Saindon, éducatrice, Minh-nhi Tran, enseignante en éducation à l'enfance ainsi que les collaborateurs des agences de design graphique Niaka et numérique ASBAN.

Nous remercions également nos partenaires institutionnels de la DRPNI-MES pour leur soutien financier, leurs conseils et pour avoir permis la concrétisation de ce projet. Enfin, un grand merci aux personnes lectrices, éducatrices et enseignantes qui, nous l'espérons, trouveront dans ce guide des ressources utiles et inspirantes pour leurs pratiques quotidiennes auprès des enfants.

Ce guide a été développé et mis en œuvre par Stéphanie Verriest, chargée de projet pour Reconnaître, dans une approche collaborative et axée sur la recherche.

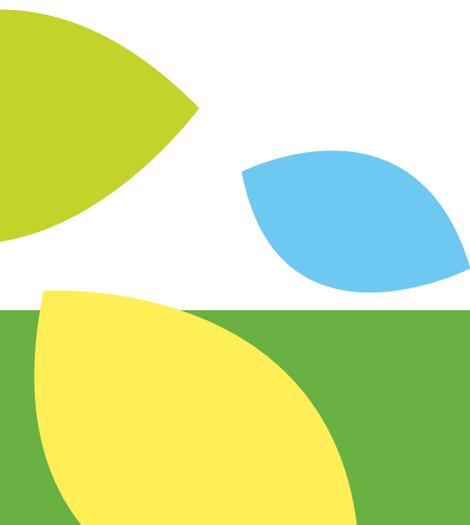
Avec la participation financière de :





## Guide pédagogique : à la découverte des cultures autochtones!

- 1** Réalités historiques et actuelles des Premiers Peuples
- 2** Inclusion des perspectives autochtones dans la formation
- 3** Appropriation, appréciation et sécurisation culturelles
- 4** Littérature jeunesse
- 5** Pédagogie Autochtone
- 6** Activités éducatives et matériel didactique
- 7** Les enfants autochtones en milieu urbain
- 8** Le rôle des Aînés
- 9** Les langues
- 10** Activités culturelles atikamekw selon les saisons



# 10



Activités  
culturelles atikamekw  
selon les saisons



# Activités culturelles atikamekw selon les saisons



Ce guide d'activités a été conçu par Minh-Nhi Tran, enseignante, en collaboration avec Yan-Abel Chachai, enseignant atikamekw, ainsi que les étudiantes de l'AEC en éducation à l'enfance du Cégep de Saint-Félicien à Opitciwan (2023-2024).

1. Remerciement.....	46
2. Introduction.....	46
3. Les saisons atikamekws.....	47
4. Les semaines culturelles.....	48
<b>Septembre</b>	
5. Activité sur le cercle et la légende Ka Waweiaki.....	49
6. Bâton de parole.....	51
7. Activité de bracelet.....	54
<b>Octobre</b>	
8. Activité de fabrication d'un capteur de rêve.....	56
<b>Novembre</b>	
9. Le sapinage.....	58
<b>Décembre</b>	
10. Recette bannique.....	59
<b>Janvier/février</b>	
11. Activité : Fabrication d'un Totem.....	61
<b>Mars/avril : dégel</b>	
12. Activité : Identifier l'habitat et l'alimentation des animaux.....	63
<b>Mai</b>	
13. Le tambour.....	65
<b>Juin</b>	
14. Activité : Découverte de la fraise et de son lien avec le coeur.....	67
<b>Juillet</b>	
15. Le mois de la framboise (Mikomin) : partage, de la solidarité et du respect.....	68
<b>Août</b>	
16. Le mois du bleuet : Le lien avec la Terre-mère.....	69



## 1. Remerciement

Nous tenons à exprimer notre plus sincère gratitude à Paul-Yves Weizineau pour sa contribution exceptionnelle en tant que chaman de la communauté à Obedjiwan, consultant, conseiller clinique en intervention culturelle, traditionnelle et spirituelle, guide spirituel, guérisseur traditionnel et enseignant des savoirs ancestraux.

Son expertise et sa générosité à partager les enseignements des anciens ont enrichi notre programme culturel et de mieux-être. Grâce à son accompagnement, nous avons pu plonger plus profondément dans nos racines et développer une compréhension plus profonde des traditions et des valeurs spirituelles.

## 2. Introduction

Dans un contexte où la diversité culturelle est de plus en plus présente dans nos milieux éducatifs, l'immersion dans les activités culturelles atikamekw pour les éducateurs en service de garde éducatif à l'enfance permet de favoriser une compréhension profonde et respectueuse des traditions, des valeurs et des savoirs ancestraux des peuples autochtones. Les Atikamekws, peuple autochtone vivant principalement dans les régions du Québec, notamment en Mauricie, en Haute-Mauricie et dans le Centre-du-Québec, possèdent une culture riche et unique, profondément liée à leur environnement naturel. Cette immersion vise à offrir des outils concrets pour intégrer des pratiques respectueuses, inclusives et enrichissantes qui nourrissent à la fois le développement social, émotionnel et cognitif des enfants, tout en les sensibilisant à l'importance du respect des cultures et des traditions autochtones. En partageant des connaissances, des histoires et des savoir-faire, les éducateurs pourront créer des environnements d'apprentissage enrichissants et diversifiés qui reflètent la richesse de la culture atikamekw, contribuant ainsi à une éducation plus inclusive et interculturelle.

La section qui suit propose programme d'activités basé sur les saisons atikamekw, organisé selon les mois de l'année et inspirées du cycle de vie atikamekw, permettant aux enfants de découvrir et de s'immerger dans les différentes étapes de ce cycle, qui englobe les rituels et les enseignements traditionnels des Atikamekws. Ainsi, des informations supplémentaires destinées aux adultes, pour favoriser une meilleure compréhension de la culture atikamekw et de ses traditions.

Ces activités sont conçues pour être flexibles et adaptables selon les intérêts et les besoins des enfants, tout en leur offrant des occasions d'apprentissage pratiques et ludiques. Les éducateurs peuvent choisir de mettre en œuvre une ou plusieurs de ces activités, en fonction des thématiques qu'ils souhaitent aborder et des moments de l'année.

L'objectif est d'encourager les enfants à développer une connexion profonde avec la nature, les cycles de la vie et les valeurs culturelles atikamekw, tout en stimulant leur curiosité, leur créativité et leur sens de la coopération. Que ce soit à travers des activités artistiques, des jeux extérieurs, des récits traditionnels ou des apprentissages en lien avec le respect des ressources naturelles, ces propositions visent à nourrir l'éveil culturel des enfants tout en les sensibilisant aux réalités et aux savoirs ancestraux des Atikamekws.



### 3. Les saisons atikamekws

Les saisons atikamekws, profondément ancrées dans la relation du peuple avec la nature, rythment la vie quotidienne et les pratiques culturelles, offrant un cadre essentiel pour comprendre leur vision du monde et leur manière d'appréhender le temps.

#### Phase 1: Mikomin pisim acit Otatakon pisim – Nipin (Juillet et août – Été)

Cette saison correspond à l'été, une période marquée par la chaleur, la floraison et l'abondance des ressources naturelles. Les Atikamekws profitent de cette période pour récolter les fruits de la nature, comme les baies, et pour participer à des activités de pêche et de chasse, notamment au cerf. C'est aussi une période d'activité sociale et de rassemblement familial, puisque le climat permet des déplacements plus longs et des camps temporaires. L'écorce de bouleau est utilisée pour fabriquer des paniers et des cassots, tandis que les bleuets sont transformés en une pâte semi-déshydratée par évaporation, ce qui permet de les conserver pendant l'hiver.

#### Phase 2: Kakone pisin acit Namekosa pisim – Takwakin (Septembre et octobre – Automne)

L'automne, ou *Takwakin*, est une saison de transition où les récoltes sont abondantes. Les Atikamekws collectent des racines, des baies, et préparent des réserves pour l'hiver à venir. Ils chassent également le gros gibier, comme l'orignal, et préparent la viande pour le stockage. Cette période est importante pour assurer les provisions pendant les mois froids.

#### Phase 3: Atikamekw pisim acit Pitcipipon pisim – Pitcipipon (Novembre et décembre – Pré-hiver)

Le *Pitcipipon* est la période du pré-hiver, où les premières chutes de neige apparaissent et les températures baissent. Les Atikamekws commencent à se préparer pour l'hiver, en rassemblant leurs ressources, en peaufinant leurs abris et en peaufinant les peaux des animaux pour créer des vêtements adaptés au froid. Les chasseurs se concentrent sur la capture du gibier qui reste actif avant l'arrivée du grand froid.

#### Phase 4: Kenosit pisim acit Akokatcic pisim – Pipon (Janvier et février – Hiver)

Le *Pipon* représente l'hiver, une période froide et enneigée où la chasse au gros gibier, comme l'orignal, devient une activité centrale. C'est aussi le moment de la pêche sous la glace et du piégeage. Pendant cette saison, les Atikamekws passent plus de temps dans leurs habitations, se regroupent en famille et partagent leurs connaissances et savoirs ancestraux. Les rituels et cérémonies sont aussi importants à cette époque.

## Phase 5: Nikikw pisim acit Kawasikotot pisim – Sikon (Mars et avril – Pré-printemps)

Le *Sikon* est une période charnière entre l'hiver et le printemps. Les Atikamekws commencent à observer les signes de l'arrivée du printemps, comme la fonte de la neige et le retour de certains animaux. Cette saison est marquée par des activités de récolte précoce et des rituels de purification. C'est aussi le moment de préparer les outils et d'organiser les déplacements pour les grandes chasses ou les activités agricoles à venir.

## Phase 6: Wapikom pisim acit Otehimin pisim – Miroskamin (Mai et juin – Printemps)

*Miroskamin*, ou le printemps, est la saison du renouveau. Les plantes commencent à pousser, les premiers bourgeons apparaissent, et les animaux migrateurs reviennent. C'est une période de pêche active et de récolte des premières plantes médicinales. Les Atikamekws célèbrent la nature qui se réveille, et c'est aussi un moment de purification et de renouveau spirituel. Ils se préparent à la saison des grandes chasses et à l'abondance des récoltes.

### 4. Les semaines culturelles

Les semaines culturelles atikamekw sont des périodes dédiées au ressourcement et à la transmission des traditions, savoirs et pratiques culturelles de la communauté. Elles se déroulent généralement en octobre, lors de la chasse à l'orignal et au doré, pour préparer les provisions pour l'hiver à venir. En mai, elles sont marquées par la chasse aux oies.

Ces semaines culturelles sont un moment privilégié pour que la communauté atikamekw se rassemble, renforce son identité, et assure la transmission des savoirs de génération en génération. Elles permettent également aux jeunes générations de se reconnecter avec leurs racines culturelles et de préserver un héritage précieux.



# Septembre

## 5. Activité sur le cercle et la légende Ka Waweiaki

Cette activité offre aux enfants l'occasion d'explorer le concept du cercle et de découvrir la culture autochtone à travers un conte. Ils apprendront ce qu'est un Pikokan et un Tipi, et auront la chance de construire leur propre mini tipi ou, si possible, d'en visiter un. En plus d'approfondir leur compréhension de l'importance du cercle dans les cultures autochtones, les enfants développeront leur sens de l'observation et leur créativité. En fabriquant un mini tipi et en découvrant le conte Ka Waweiaki, ils pourront réfléchir à l'impact des formes sur la culture, la nature, et leur propre vision du monde.

### Objectifs :

- Comprendre la forme du cercle : Identifier et explorer les objets et éléments qui ont une forme circulaire.
- Découvrir la culture autochtone : Introduire les enfants au concept de Pikokan (le tipi) et à l'importance des formes géométriques dans les cultures autochtones.
- Apprendre par l'interaction : Utiliser le conte Ka Waweiaki pour guider la réflexion des enfants sur la forme du cercle et sa symbolique.

### Matériel nécessaire :

- Images de cercles : Représentations de formes circulaires dans la nature, les objets, et la culture autochtone.
- Vidéo du conte Ka Waweiaki : Accessible sur le site web de Boîte Rouge Vif :  
<https://autourdufeu.laboiterougevif.com/conte-legende/ka-waweiaki/>
- Matériaux pour la construction d'un mini tipi : Branches souples, ficelle, tissu ou papier (selon les ressources disponibles).
- Images d'un tipi : Pour montrer aux enfants à quoi ressemble un tipi.

### Étapes de l'activité :

#### 1. Présentation du cercle :

- Introduction du cercle : Commencez par introduire la forme du cercle. Montrez un objet ou une image en forme de cercle (par exemple, une roue, une assiette, ou un soleil).
- Exploration du cercle : Demandez aux enfants : " Qu'est-ce que vous voyez qui a une forme de cercle ? " Encouragez-les à identifier les objets circulaires autour d'eux.
- Discussion sur les formes circulaires dans la nature : Expliquez que dans plusieurs cultures, notamment chez les peuples autochtones, le cercle est une forme importante. Il représente l'harmonie, l'équilibre, et l'infini.



## 2. Visionnement du conte "Ka Waweiaki" :

- Introduction du film : Expliquez que vous allez maintenant regarder un conte appelé Ka Waweiaki, accessible via le site web Boîte Rouge Vif. Ce film explore des thèmes autour de l'observation des formes et des symboles dans la nature.
- Questions avant le visionnement : Avant de démarrer, posez quelques questions pour préparer les enfants :
  - o " *Qu'est-ce que vous savez à propos de ce film ?* "
  - o " *À quoi pensez-vous que le film pourrait parler ?* "
- Visionnement du conte : Montrez la vidéo Ka Waweiaki et laissez les enfants suivre l'histoire.

## 3. Discussion après le film :

- Questions de réflexion : Une fois la vidéo terminée, posez les questions suivantes aux enfants pour encourager la discussion :
  - o *De quoi parle ce film ?* "
  - o *Que fait le personnage principal ?* "
  - o *Comment voit-il les choses autour de lui ?* "
  - o *Quelles formes les objets que le personnage observe ont-ils ?* " (surtout les cercles).
- Réflexion sur le cercle : Demandez aux enfants de réfléchir sur la symbolique du cercle dans le conte. Comment le cercle pourrait-il être important dans l'histoire ?

## 4. Introduction du Pikokan (Tipi) :

- Explication du Pikokan : Expliquez aux enfants que le cercle est également un symbole important pour les peuples autochtones, notamment les Pikokan, ou tipis. Le tipi est une habitation traditionnelle en forme de cône, souvent vue dans les cultures des peuples des Prairies.
- Montrer des images de tipis : Montrez aux enfants des images ou des vidéos d'un tipi pour qu'ils puissent voir à quoi cela ressemble.

## 5. Construction d'un mini tipi :

- Faire un mini tipi : En classe ou dans la cour du CPE, organisez une activité de construction d'un mini tipi avec les enfants. Utilisez des bâtons souples (comme des brindilles ou des pailles) et des morceaux de tissu ou de papier pour construire une petite maquette de tipi.
  - o Étapes :
    1. Formez une structure conique en attachant les bâtons ensemble en haut (comme un tipi).
    2. Couvrez la structure avec du tissu ou du papier pour imiter l'apparence d'un vrai tipi.
- Visiter un tipi (si possible) : Si l'occasion se présente, emmenez les enfants visiter un vrai tipi, ou invitez quelqu'un qui en possède un pour une démonstration en direct.



### **Identification des cercles en classe :**

- Questions sur les cercles : En classe, demandez aux enfants de vous montrer ou de nommer des objets et des éléments qui ont une forme de cercle. Vous pouvez les encourager à chercher dans leur environnement et à partager leurs observations.

o " *Qu'est-ce qui est en forme de cercle ici ?* "

o " *Pourquoi penses-tu que le cercle est une forme importante dans certaines cultures ?* "

### **6. Activité : Bâton de parole**

#### **Les matériaux pour créer un bâton de parole :**

- Plumes
- Billes et perles
- Parties d'animaux : patte de perdrix, morceau de panache d'original, fourrure de lièvre, carapace de tortue, peau d'original
- Peinture pour ajouter des couleurs
- Une plume d'aigle (utilisée pour un bâton de parole)
- Une roche (qui peut aussi servir de bâton de parole)

#### **Liste des éléments symboliques :**

Il est important de comprendre la signification de chaque élément. Pour cela, il est recommandé d'avoir une personne ressource qui connaît bien la symbolique et les interprétations culturelles de ces objets au sein des Premières Nations.

#### **Recueillir les éléments naturels ou spirituels :**

Ces objets doivent être collectés dans un esprit de respect et de conscience des traditions spirituelles autochtones. Une fois les matériaux rassemblés, il faut les préparer et les ranger dans une boîte, de manière à ce qu'ils restent hors de la vue des enfants, afin de maintenir un certain respect et un cadre pédagogique approprié.

#### **Présentation des éléments :**

- La boîte contenant ces objets significatifs peut être présentée aux enfants.
- Alternativement, l'enseignant ou l'animatrice peut choisir de présenter une plume d'aigle ou une roche, en expliquant leur signification particulière.

#### **Étapes pour utiliser le bâton de parole :**

1. Expliquer le rôle et l'usage du bâton de parole, notamment dans un cercle de parole. Il est important de souligner où et comment ce bâton est utilisé.
2. Montrer un des éléments qui seront utilisés pour confectionner le bâton de parole. Par exemple, si l'on choisit un morceau de bois, l'enseignant et les enfants iront d'abord le chercher à l'extérieur.
3. Si une roche est choisie, l'enseignant et les enfants choisiront une pierre appropriée.



4. Si c'est une plume d'aigle qui est utilisée, l'animatrice pourra la présenter et expliquer sa signification dans les cultures autochtones, ainsi que l'importance d'un bâton de parole dans un cercle de parole.
5. Expliquer le rôle et l'usage du bâton de parole, notamment dans un cercle de parole. Il est important de souligner où et comment ce bâton est utilisé.
6. Montrer un des éléments qui seront utilisés pour confectionner le bâton de parole. Par exemple, si l'on choisit un morceau de bois, l'enseignant et les enfants iront d'abord le chercher à l'extérieur.
7. Si une roche est choisie, l'enseignant et les enfants choisiront une pierre appropriée.
8. Si c'est une plume d'aigle qui est utilisée, l'animatrice pourra la présenter et expliquer sa signification dans les cultures autochtones, ainsi que l'importance d'un bâton de parole dans un cercle de parole.

## Les couleurs et leurs symboles

Dans un cadre éducatif, il est important de sensibiliser les enfants à la signification des couleurs et à leur rôle dans l'harmonie avec la nature, la vie et la culture. En particulier, la roue médicinale atikamekw, avec ses huit couleurs, offre une occasion unique d'explorer les valeurs de respect, d'identité, de bien-être et de spiritualité.

### **Le Blanc – L'Est (Lever du soleil, naissance, lumière)**

Le blanc est associé à l'est, symbolisant le début du jour et la naissance. Dans le cadre de l'éducation, cette couleur évoque l'éveil, l'apprentissage et le développement de l'enfant. Elle représente :

- L'élément de la vie : L'eau, essentielle à la vie.
- L'élément de l'évolution de l'être humain : Le développement physique.
- L'élément de l'identité : La culture et l'appartenance.
- L'élément de la connaissance de soi : Les valeurs personnelles.
- L'élément du bien-être : L'honnêteté et l'intégrité.
- L'élément de l'être : L'enfant en pleine croissance.
- L'élément du langage et du comportement : Le bébé, qui commence à s'exprimer et à interagir.

### **Le Jaune – Le Sud (Chaleur, soleil du midi)**

Le jaune est lié au sud et à la chaleur du soleil. Cette couleur rappelle la chaleur humaine, la lumière intérieure et l'ouverture aux autres. Elle représente :

- L'élément de la vie : Le feu, source de transformation et de croissance.
- L'élément de l'évolution de l'être humain : Le développement mental.
- L'élément de l'identité : Les traditions et les coutumes.
- L'élément de la connaissance de soi : La communication, l'expression de soi.
- L'élément du bien-être : La compassion et l'empathie.
- L'élément de l'être : La femme, symbole de sagesse et de maternelle.
- L'élément du langage et du comportement : L'enfant, en plein apprentissage social et émotionnel.



### **Le Rouge – L'Ouest (Coucher du soleil, les ancêtres, la transition)**

Le rouge symbolise l'ouest, la direction du coucher du soleil et le chemin des ancêtres. Il évoque aussi la transition, la mort et la transformation. Il incarne :

- L'élément de la vie : La terre, fondement de notre existence.
- L'élément de l'évolution de l'être humain : Les émotions et la gestion de celles-ci.
- L'élément de l'identité : Les croyances et les principes.
- L'élément de la connaissance de soi : L'estime de soi et l'acceptation.
- L'élément du bien-être : La sagesse et la maturité.
- L'élément de l'être : L'homme, l'adulte mûr.
- L'élément du langage et du comportement : L'adulte, avec ses responsabilités et son rôle de guide.

### **Le Noir – Le Nord (La nuit, la force de l'ours blanc)**

Le noir symbolise le nord et la nuit, ainsi que la force spirituelle et physique représentée par l'ours blanc. Cette couleur est synonyme de réflexion, de profondeur et de spiritualité. Elle représente :

- L'élément de la vie : L'air, la respiration, l'essence de la vie.
- L'élément de l'évolution de l'être humain : La spiritualité, la quête de sens.
- L'élément de l'identité : La spiritualité, le mode de vie.
- L'élément de la connaissance de soi : L'affirmation de soi et la confiance.
- L'élément du bien-être : La force intérieure, la résilience.
- L'élément de l'être : L'homme mûr.
- L'élément du langage et du comportement : L'aîné, porteur de sagesse et de guidance.

### **Le Bleu – L'Eau Sacrée**

Le bleu est lié à l'eau sacrée, la source de toute vie. Cette couleur fait référence à la conception et à la fluidité de la vie, avec les 13 outils de l'être humain : ses membres et organes, symbolisant les différents aspects de l'individu. Elle incarne :

- Les cycles lunaires, les outils de l'être : Les pieds, mains, yeux, oreilles, bouche, corps, et sexe, tous interconnectés, représentant l'intégralité de l'être humain.

### **Le Vert – La Terre-Mère**

Le vert représente la Terre-Mère, la vie, et le cycle naturel de retour à la terre après notre passage ici-bas. C'est un symbole d'enracinement, de respect de la nature et de croissance. En éducation, elle est un appel à la conscience écologique et au respect de la planète.

### **Le Violet – Les Esprits et la Création**

Le violet symbolise la couleur des esprits, issus de la Terre-Mère. Il évoque la connexion avec les cinq aspects de la création : l'humain, le monde aquatique, les végétaux, les minéraux et les animaux. En contexte éducatif, il rappelle l'interconnexion de toutes les formes de vie et la nécessité de comprendre et respecter toutes les créatures vivantes.



## 7. Activité de bracelet

Cette activité permet aux enfants de découvrir un aspect important des cultures autochtones, tout en développant leur créativité et en apprenant à respecter les traditions artisanales.

### Objectifs :

- Sensibiliser les enfants à l'artisanat traditionnel autochtone.
- Leur enseigner les symboles, les matériaux et les techniques utilisées dans la fabrication de bijoux.
- Encourager la patience, la concentration et l'appréciation des arts et cultures autochtones.

### Matériel nécessaire :

- Cuir ou fil tressé (souvent utilisé dans les bijoux traditionnels autochtones)
- Perles (en bois, en verre, ou en coquillage, qui ont une grande importance symbolique dans plusieurs cultures autochtones)
- Plumes (optionnel, pour ajouter des éléments naturels et symboliques)
- Aiguille et fil (pour assembler les perles et coudre les éléments)
- Billes en métal ou en os (pour décorer)
- Décorations naturelles comme des petites pierres, des morceaux de bois, des graines, etc.
- Ciseaux pour couper le fil ou le cuir
- Petites décorations symboliques (p. ex., des symboles ou des motifs représentant des éléments naturels comme des animaux ou des éléments spirituels)

### Étapes de l'activité :

#### Introduction à l'activité :

- Expliquez aux enfants que, dans plusieurs cultures autochtones, les bijoux sont non seulement beaux, mais aussi pleins de symboles et de significations.
- Montrez-leur les matériaux : fil, perles, plumes et autres éléments. Vous pouvez aussi leur parler brièvement de la signification des plumes (sagesse, esprit) et des perles (souvent liées à la nature ou à la communauté).



### **Préparation du bracelet :**

- Donnez à chaque enfant un morceau de fil ou de cordon, assez long pour faire un bracelet. Aidez-les à mesurer et à couper le fil si nécessaire.
- Expliquez-leur que leur bracelet peut être unique et qu'ils peuvent choisir les couleurs et les perles qui leur plaisent.
- Création du bracelet :
  - Les enfants commencent à enfiler les perles sur le fil. Encouragez-les à utiliser une variété de couleurs et de formes. Vous pouvez suggérer quelques motifs simples ou laisser les enfants être totalement créatifs.
  - Pour les enfants plus jeunes, vous pouvez préparer les perles à l'avance et les aider à enfiler les perles une à une.
- Ajouter des éléments symboliques :
  - Si vous avez des petites plumes ou d'autres éléments naturels, expliquez aux enfants que dans certaines cultures, ces objets peuvent symboliser des liens avec les esprits, la nature ou les ancêtres. Ils peuvent choisir de les ajouter à leur bracelet, comme un petit rappel de la nature.

### **Fermer le bracelet :**

- Une fois qu'ils ont terminé de passer leurs perles, aidez-les à nouer le fil pour fermer le bracelet. Si vous utilisez du fil élastique, montrez-leur comment faire un nœud solide.

### **Moment de partage :**

- Une fois tous les bracelets terminés, encouragez les enfants à partager ce qu'ils ont créé. Demandez-leur ce qu'ils aiment dans leur bracelet, s'ils ont utilisé des couleurs ou des perles spéciales, et si leur bracelet a une signification particulière pour eux.



# Octobre

## 8. Activité de fabrication d'un capteur de rêve

Cette activité permet aux enfants de découvrir la signification du capteur de rêve tout en créant leur propre objet. Le capteur de rêve est un artéfact traditionnel des cultures autochtones, notamment des peuples des Premières Nations d'Amérique du Nord, souvent utilisé pour protéger les individus pendant leur sommeil en filtrant les mauvais rêves.

### Objectifs :

- Sensibilisation culturelle : Introduire les enfants à la signification et à l'histoire des capteurs de rêve dans les cultures autochtones.
- Création manuelle : Encourager les enfants à créer un capteur de rêve, en les aidant à développer leur créativité tout en apprenant des techniques artisanales.
- Apprentissage de la légende : Expliquer la légende du capteur de rêve, et son importance spirituelle et symbolique.

### Matériel nécessaire :

- Cercles en métal ou en bois (pour servir de base au capteur de rêve)
- Fil de laine ou de coton (pour créer la toile du capteur)
- Plumes (pour décorer et ajouter un symbole de protection)
- Perles (en bois ou en plastique, pour ajouter des décorations et des symboles)
- Ciseaux (pour couper les fils)
- Ruban ou ficelle (pour suspendre le capteur de rêve)
- Aiguille (si nécessaire pour passer le fil)
- Colle (pour fixer certains éléments décoratifs, si besoin)

### Étapes de l'activité :

#### 1. Introduction du capteur de rêve :

Explication culturelle et symbolique : La vidéo suivante est destinée à l'adulte afin de mieux comprendre la signification du capteur de rêves.

KWE! À la rencontre des peuples autochtones

#### La fabrication de capteurs de rêves

➤ <https://www.youtube.com/watch?v=JPWtDu2BdC8&t=1s>

- L'adulte peut ensuite expliquer que le capteur de rêve est un objet traditionnel qui provient des peuples autochtones, en particulier des nations amérindiennes des Great Plains (comme les Lakotas).



- Légende du capteur de rêve : L'adulte raconte la légende du capteur de rêve, expliquant que celui-ci est destiné à protéger les dormeurs en filtrant les mauvais rêves, tout en permettant aux bons rêves de passer à travers le centre.
- Signification et matériaux : Il explique également la signification des différents éléments du capteur de rêve : le cercle (qui représente l'univers ou le cycle de la vie), le fil tissé (qui symbolise les rêves et les pensées), les plumes (qui symbolisent l'élévation spirituelle et la protection), et les perles (souvent liées aux esprits ou à la nature).

### **Présentation des matériaux :**

- Présentation des matériaux : L'adulte distribue ou montre les matériaux que chaque enfant va utiliser pour fabriquer son capteur de rêve (cercles, fil, plumes, perles, etc.).
- Démonstration des étapes : L'adulte peut faire une démonstration rapide pour montrer aux enfants comment commencer, par exemple, en enroulant le fil autour du cercle pour créer une toile (représentant le filtre des rêves).

### **3. La légende du capteur de rêve :**

- Histoire : Avant de commencer à fabriquer le capteur de rêve, l'adulte raconte l'histoire du capteur de rêve ou lit un livre illustré sur le capteur de rêves écrit par un.e auteur.e autochtone. Cela permet aux enfants de mieux comprendre l'origine et la signification spirituelle de l'objet.
- Après la lecture, l'adulte demande aux enfants ce qu'ils ont appris et ce qu'ils pensent de l'histoire. Cela permet de créer une conversation autour des significations profondes du capteur de rêve.

### **4. Fabrication du capteur de rêve :**

- Création de la toile : Chaque enfant prend un cercle (en métal ou en bois) et commence à enrouler le fil autour pour créer la toile du capteur de rêve. L'adulte peut donner des instructions simples, comme commencer par faire passer le fil du centre vers les bords, en formant des motifs de toile.
- Ajout des éléments décoratifs : Une fois la toile terminée, les enfants peuvent ajouter des perles et des plumes à leur capteur de rêve. Les perles peuvent être enfilées dans le fil pour décorer, tandis que les plumes peuvent être attachées au bas du cercle pour symboliser les rêves qui s'envolent.
- Finition du capteur : Les enfants attachent une ficelle ou un ruban au sommet du capteur de rêve pour pouvoir l'accrocher. Ils peuvent également ajouter d'autres éléments décoratifs selon leur créativité.

### **5. Partage et discussion :**

- Moment de partage : Une fois les capteurs de rêve terminés, chaque enfant peut présenter son capteur de rêve au groupe et expliquer ce qu'il a créé, pourquoi il a choisi certains éléments, et ce que cela signifie pour lui.
- Discussion de clôture : L'adulte peut poser des questions aux enfants pour encourager la réflexion sur ce qu'ils ont appris. Par exemple : " Qu'est-ce que le capteur de rêve représente pour toi ? " ou " Comment te sens-tu après avoir fabriqué ton propre capteur de rêve ? ".



# Novembre

## 9. Le sapinage

### Objectif :

- Sensibiliser les enfants à la culture atikamekw et leur apprendre à respecter et apprécier les arbres et la nature.

### Matériel :

- Images ou figurines de sapins
- Des branches ou des aiguilles de sapin (si disponibles)
- Quelques objets en bois (comme des petits jouets en bois ou des sculptures)

### 1. Introduction au sapinage

Commencez par expliquer aux enfants que dans la culture atikamekw, les arbres, comme le sapin, ont une importance particulière.

Exemple : "Les Atikamekw, un peuple qui vit dans les forêts, utilisent des arbres comme le sapin de différentes façons. Ils les respectent beaucoup, car les arbres leur donnent des choses très utiles, comme des aiguilles pour les aider à se sentir mieux quand ils sont malades."

### 2. Le sapin et ses bienfaits

Expliquez que les Atikamekw utilisent les aiguilles de sapin pour préparer des infusions qui peuvent les aider à se soigner, car ces aiguilles sont pleines de vitamines. Les aiguilles de sapin sont très spéciales. Les Atikamekw les utilisent pour faire des boissons qui aident à rester en bonne santé. C'est comme si la nature nous offrait des cadeaux pour prendre soin de nous.

### 3. Le respect des arbres

Montrez aux enfants une image ou un petit modèle de sapin et expliquez-leur comment les Atikamekw prennent soin de la nature. Quand les Atikamekw récoltent des sapins ou leurs branches, ils le font toujours avec respect. Ils remercient la nature pour ce qu'elle leur donne. C'est comme quand on prend soin d'un ami : on fait attention et on est gentil.



# Décembre

## 10. Recette bannique

La bannique traditionnelle est un pain très simple et rustique, souvent associé aux modes de vie des peuples autochtones, mais aussi des pionniers européens qui l'ont adoptée pour sa praticité en plein air. Traditionnellement, elle était faite avec les ingrédients de base disponibles sur le terrain, car elle ne nécessitait ni levure ni cuisson au four.

Pourquoi la bannique était importante ?

Pour les peuples autochtones, la bannique était une ressource alimentaire facile à préparer, surtout lors de déplacements ou dans des situations de survie. C'était un aliment rapide à cuire, énergétique et versatile. Lorsque les colons ont introduit des ingrédients comme la farine et la levure, la bannique est devenue un aliment commun, mais elle est restée un symbole de l'adaptation et de la résilience des peuples autochtones face aux changements.

Aujourd'hui, la bannique continue d'être préparée dans de nombreuses communautés autochtones, et elle est un symbole de la culture et des traditions. Les recettes varient beaucoup d'une famille à l'autre, mais l'esprit de simplicité et de praticité est toujours là.

Comment se prépare la bannique autochtone ?

La recette de base est assez similaire à celle que j'ai partagée plus tôt, mais il existe des variations selon les groupes. Voici une version plus proche de la préparation traditionnelle :

### Ingrédients :

- 2 tasses de farine
- 1 c. à soupe de poudre à pâte (levure chimique)
- 1/2 c. à thé de sel
- 1/4 tasse de graisse animale ou de suif (ou du beurre)
- 1/2 à 3/4 tasse d'eau (ajuster pour obtenir une pâte souple)

### Préparation :

1. Mélanger les ingrédients secs : Dans un grand bol, mélanger la farine, la poudre à pâte et le sel.
2. Incorporer la graisse : Ajouter la graisse animale et mélanger jusqu'à ce que la texture ressemble à une pâte sablonneuse.
3. Ajouter l'eau : Ajouter l'eau petit à petit et mélanger jusqu'à obtenir une pâte homogène.
4. Façonner la bannique : Aplatir la pâte sur une surface légèrement farinée, puis la couper en forme de cercle ou de rectangle.
5. Cuisson : Traditionnellement, on la cuisinait directement sur des pierres chaudes au-dessus du feu ou dans une poêle en fonte. Dans la poêle, cuire environ 10 à 15 minutes de chaque côté, jusqu'à ce que le pain soit doré et bien cuit.



### **Variations :**

- Bannique sucrée ou salée : Selon les régions et les préférences, des versions sucrées de la bannique peuvent être faites en ajoutant des baies ou du sucre, tandis que des versions salées peuvent inclure des herbes ou des graines.
- Bannique avec d'autres ingrédients : Certains groupes ajoutaient des racines comestibles ou des plantes pour enrichir la recette.



# Janvier / février

## 11. Activité : Fabrication d'un Totem

Cette activité permet aux enfants de découvrir l'importance des totems dans les cultures autochtones, d'explorer les significations des animaux et de créer leur propre totem. À travers cette activité, les enfants apprendront l'histoire des clans familiaux autochtones et l'importance de représenter son clan par un totem.

### Objectifs :

- Comprendre les totems : Introduire les enfants à la signification et à la symbolique des totems dans les cultures autochtones.
- Explorer les animaux symboliques : Découvrir les animaux boréaux et leurs qualités, et comment ces animaux étaient utilisés pour représenter des clans.
- Création artistique : Encourager les enfants à fabriquer un totem qui représente leur groupe ou leur classe.

### Matériel nécessaire :

- Boîtes de carton (ou autres matériaux recyclés) pour la base du totem
- Colle, ciseaux, peinture (pour la décoration)
- Images d'animaux boréaux (cerf, loup, ours, etc.)
- Images de totems traditionnels (pour montrer aux enfants ce à quoi ressemble un totem)
- Matériel décoratif : Perles, plumes, morceaux de tissu, etc. pour personnaliser les totems
- Ordinateur ou tablette avec la vidéo animée L'histoire du petit caribou (disponible sur le site web de Boîte Rouge Vif)

➤ <https://autourdufeu.laboiterougevif.com/conte-legende/atikw-ka-wi-namesiwit/>

### Étapes de l'activité :

#### 1. Introduction et visionnement de l'histoire :

- Visionnement du film : Commencez par diffuser la vidéo animée L'histoire du petit caribou. Ce film permettra aux enfants de découvrir plusieurs animaux boréaux et de réfléchir à leur rôle dans l'histoire.
- Discussion après le film : Après avoir regardé le film, posez les questions suivantes aux enfants :
  - o " Quels animaux avez-vous vus dans l'histoire ? "
  - o " Quels animaux vous ont marqué et pourquoi ? "
  - o " Que symbolisent ces animaux selon vous ? "



## 2. Introduction au concept des totems :

- Explication des clans familiaux autochtones : Expliquez aux enfants que dans le temps des ancêtres autochtones, chaque famille appartenait à un clan, et chaque clan avait un animal qui le représentait.
- Signification des animaux : Faites connaître aux enfants les animaux boréaux et les qualités qu'ils symbolisent. Par exemple, l'ours peut symboliser la force, le cerf la sagesse, le loup la loyauté, etc.
- Présentation des totems : Montrez une image d'un totem traditionnel. Expliquez que le totem est un moyen pour un clan de présenter son animal totem et de revendiquer son territoire. Le totem sert aussi de symbole de protection et d'identité culturelle.

## 3. Création de totems par les enfants :

- Fabrication du totem : Demandez aux enfants de fabriquer leur propre totem en utilisant des matériaux comme des boîtes de carton, de la peinture, des images d'animaux, des plumes, des perles, etc. Chaque groupe d'enfants (ou la classe entière) choisira un animal pour représenter son clan familial.
  - o Instruction de fabrication :
    1. Découper et assembler le carton pour former une base solide.
    2. Peindre et décorer le totem en fonction de l'animal choisi.
    3. Ajouter des éléments décoratifs (perles, plumes) pour représenter l'animal de façon symbolique.
- Réflexion sur l'animal choisi : Pendant que les enfants fabriquent leur totem, encouragez-les à réfléchir à l'animal qu'ils ont choisi et à ce qu'il représente pour leur groupe ou leur classe.

## 4. Célébration du totem et de l'occupation du territoire :

- Installation des totems à l'extérieur : Une fois les totems terminés, chaque groupe du CPE peut installer son totem à l'extérieur dans un espace réservé (par exemple, un coin du jardin du CPE ou un espace extérieur).
- Cérémonie de l'appartenance : Organisez une petite cérémonie où les enfants, accompagnés de leurs enseignants, honoreront leur totem et l'occupation de leur " territoire " (la classe ou l'espace du CPE). Cela symbolise l'appartenance de chaque groupe à un territoire et à une culture partagée.
- Photographie des totems : Prenez des photos de chaque groupe avec son totem pour immortaliser le moment et créer un souvenir collectif de cette activité.

## 5. Discussion finale :

- Réflexion sur le processus : Demandez aux enfants ce qu'ils ont appris au sujet des totems et des animaux symboliques. Posez des questions comme :
  - o " Pourquoi est-ce important pour un clan de montrer son animal totem ? "
  - o " Comment le cercle ou l'animal aide-t-il à représenter un groupe ou une culture ? "
  - o " Qu'est-ce que cela signifie pour toi d'appartenir à un groupe ? "



# Mars / avril : dégel

## 12. Activité : Identifier l'habitat et l'alimentation des animaux

Cette activité permet aux enfants de découvrir l'habitat et l'alimentation des animaux tout en favorisant leur réflexion sur les différents types d'animaux, qu'ils soient domestiques ou sauvages. Après avoir vu un film éducatif, les enfants seront invités à explorer les caractéristiques de leurs animaux préférés et à comprendre comment ces animaux vivent et se nourrissent dans leur environnement naturel.

### Objectifs :

- Comprendre l'habitat des animaux : Apprendre à identifier où vivent différents animaux et comment leur environnement influence leur mode de vie.
- Explorer l'alimentation des animaux : Découvrir ce que les animaux mangent en fonction de leur habitat et de leurs besoins.
- Favoriser l'observation et la réflexion : Encourager les enfants à réfléchir sur les animaux qu'ils préfèrent et à comparer les caractéristiques des animaux de la ferme avec ceux de la forêt boréale.

### Matériel nécessaire :

- Vidéo ou film éducatif sur les animaux (illustrant différents habitats et types d'alimentation).
- Images d'animaux : Animaux de la ferme, animaux de la forêt boréale, etc.
- Cartes ou affiches représentant les habitats des animaux (ferme, forêt boréale, etc.).
- Tableau ou papier pour noter les réponses des enfants.

### Étapes de l'activité :

#### 1. Visionnement du film :

- Introduction au film : Commencez par expliquer que vous allez regarder un film sur différents animaux et leurs modes de vie.
- Visionnement : Montrez la vidéo ou le film éducatif qui présente des animaux et leur habitat, en mettant l'accent sur leur alimentation et leur lieu de vie.



## 2. Discussion après le film :

- Questions sur l'alimentation des animaux : Après le film, posez la question suivante aux enfants :
  - o " *Qu'est-ce que certains des animaux que nous avons vus préfèrent manger ?* "
  - o Encouragez les enfants à se souvenir des différents animaux et des types de nourriture qu'ils ont vus dans le film.
- Questions sur l'habitat des animaux : Ensuite, demandez-leur :
  - o " *Où est-ce que ces animaux vivent ? Comment est leur demeure ?* "

Utilisez des images pour illustrer différents habitats (ferme, forêt, prairie, etc.) et 3. Exploration des habitats et des habitudes alimentaires :

- Questions ouvertes : Posez des questions supplémentaires pour amener les enfants à réfléchir davantage :
  - o " *Où vivent les animaux que vous connaissez ?* "
  - o " *Qu'est-ce qu'ils mangent ?* "
- Comparaison des habitats : Demandez aux enfants si leur animal préféré vit dans une ferme ou dans une forêt boréale. Utilisez des cartes ou des affiches pour illustrer les différences entre ces habitats.

## 4. Discussion sur l'animal préféré des enfants :

- Choix de l'animal préféré : Invitez chaque enfant à partager son animal préféré parmi ceux qu'ils connaissent.
- Identification de l'habitat et de l'alimentation : Pour chaque animal préféré, demandez aux enfants :
  - o " *Connaissez-vous l'habitat de cet animal ? Où vit-il ?* "
  - o " *Et qu'est-ce qu'il mange ?* "
  - o Est-ce un animal de la ferme ou un animal de la forêt boréale ?

## 5. Activité complémentaire (facultative) :

- Création d'un habitat : Si le temps et les ressources le permettent, demandez aux enfants de dessiner l'habitat de leur animal préféré et de représenter ce qu'il mange. Vous pouvez organiser cela sur des feuilles de papier ou des affiches à coller dans la classe.



# Mai

## 13. Le tambour

- **Le cœur de la Terre** Le tambour est souvent vu comme le cœur de la Terre. Il fait un bruit qui ressemble au battement du cœur, et c'est un moyen de se connecter à la nature et aux esprits.
- **Un son sacré** Le tambour est un instrument sacré, ce qui veut dire qu'il est très spécial pour les peuples autochtones. Ils l'utilisent pour faire des cérémonies et des prières, pour se connecter avec leurs ancêtres et leurs esprits.
- **Un symbole de la vie** Le son du tambour symbolise le rythme de la vie. Quand il bat, cela nous rappelle que tout dans la nature a un rythme : les animaux, les saisons, et même nous. Il représente le cycle de la vie : la naissance, la vie, et la mort.
- **Un outil pour la guérison** Le tambour est aussi utilisé pour guérir. Quand les gens sont malades ou tristes, le son du tambour peut les aider à se sentir mieux. Il chasse les mauvaises énergies et apporte la paix dans le cœur des gens.
- **Un moyen d'unir les gens** Le tambour réunit les gens. Quand ils jouent du tambour ensemble, ils se sentent connectés, comme s'ils faisaient partie de la même famille. Tout le monde danse et chante ensemble au même rythme, ce qui crée un grand sentiment de communauté.

### Activité : Le Rythme du Cœur : Découvrir le Tambour Sacré

#### Objectifs de l'activité :

- Sensibiliser les enfants à la relation entre le rythme du cœur humain et le son d'un tambour.
- Apprendre le respect de l'objet sacré qu'est le tambour et l'importance de l'écoute.
- Encourager la calme et la concentration en restant attentif aux sons et en suivant des consignes précises.
- Faire vivre une expérience sensorielle en écoutant le battement du cœur et en associant cela au rythme du tambour.

#### Matériel nécessaire :

- Un stéthoscope pour écouter les battements du cœur.
- Un tambour traditionnel (ou un instrument simulant le tambour) pour reproduire le son du cœur.
- Un invité (si possible) pour jouer du tambour et partager l'histoire de cet instrument.



## Étapes de l'activité :

### 1. Introduction à l'écoute du cœur :

- Montrer le stéthoscope aux enfants et demander leur avis : *"À quoi pensez-vous que ce matériel sert ?"*
- Expliquer brièvement le rôle du stéthoscope : *" C'est un outil que les médecins utilisent pour écouter le cœur et vérifier s'il fonctionne bien. "*

### 2. Écouter son propre cœur :

- Chaque enfant aura la chance d'écouter son propre cœur à l'aide du stéthoscope, un à la fois.
- Instructions : Demandez aux enfants de rester calmes, assis ou debout, et d'écouter attentivement les battements de leur cœur.
- Après avoir écouté, posez la question : *" Qu'est-ce que vous entendez dans le stéthoscope ? "* L'objectif est de permettre aux enfants de reconnaître le rythme du cœur.

### 3. Faire le lien avec le tambour :

- Demander aux enfants de toucher leur cœur. Pendant ce temps, l'animatrice invite l'invité à jouer du tambour.
- Une fois que tous les enfants touchent leur cœur, l'invité commence à jouer au rythme du battement de cœur.
- Explication : L'invité explique que *" Le son du tambour est similaire au rythme de notre cœur. Le tambour est un instrument sacré dans de nombreuses cultures autochtones et il est souvent utilisé pour nous rappeler la vie, le battement du cœur, et notre connexion à la Terre. "*

### 4. Explication de la signification du tambour :

- L'invité peut partager une brève histoire ou explication sur l'importance du tambour dans les cultures autochtones, en précisant que le tambour symbolise souvent le rythme de la vie, la connexion à l'esprit, et l'harmonie avec la nature.

### 5. Écouter son cœur au tambour :

- Demander aux enfants de garder leurs mains sur leur cœur et de rester à leur place.
- L'invité joue à nouveau le tambour, mais cette fois-ci les enfants doivent suivre le rythme du tambour avec leur main sur leur cœur.
- Encourager les enfants à ressentir les battements du tambour et du cœur en même temps, à se concentrer sur le rythme de la vie qui les entoure.

### 6. Permettre aux enfants de jouer du tambour :

- Si possible, donner aux enfants l'opportunité de faire sonner le tambour eux-mêmes, en les guidant pour jouer au rythme de leur propre cœur.



# Juin

## 14. Activité : Découverte de la fraise et de son lien avec le cœur

Cette activité permet aux enfants de découvrir la fraise, son lien culturel avec le mois de juin et sa forme similaire à celle du cœur. Ils auront l'occasion de toucher, observer et goûter une fraise tout en apprenant un mot en langue atikamekw.

### Objectifs :

- Comprendre la forme de la fraise : Identifier que la fraise a la forme d'un cœur.
- Explorer la langue atikamekw : Apprendre que le mois de juin est appelé "Otehimin", signifiant " le mois de la fraise ", et comprendre son lien avec le mot "oteii" (cœur).
- Stimuler les sens des enfants : Encourager les enfants à toucher, observer et goûter la fraise.
- Associer la forme de la fraise à celle du cœur humain : Explorer les similitudes entre la forme de la fraise et celle du cœur.

### Matériel nécessaire :

- Fraises fraîches
- Couteau pour couper les fraises (à utiliser par un adulte)
- Image d'un cœur humain pour la comparaison
- Petites assiettes ou bols pour distribuer les fraises

### Étapes de l'activité :

#### 1. Introduction à la fraise :

- Présentez les fraises aux enfants en expliquant que c'est le mois de juin, qui en langue atikamekw s'appelle Otehimin, ce qui signifie "le mois de la fraise".
- Expliquez que ce mot contient la racine "oteii", qui veut dire "cœur". Dites aux enfants que la fraise a une forme qui ressemble à un cœur.

#### 2. Examen de la fraise :

- Coupez une fraise en deux pour montrer la forme à l'intérieur du fruit. Laissez les enfants observer attentivement la forme et les contours de la fraise.
- Question aux enfants : "Qu'est-ce que vous remarquez sur la forme de la fraise ? À quoi ressemble-t-elle ?"
- Comparaison avec le cœur humain : Présentez une image d'un cœur humain et demandez aux enfants : "À quelle partie du corps se trouve quelque chose qui ressemble à la fraise ?"



### 3. Observation sensorielle :

- Encouragez les enfants à toucher la fraise tranchée, à observer la couleur et la texture du fruit. Discussions sensorielles : " Comment est la texture de la fraise ? Est-elle douce ou rugueuse ? "

### 4. Goûter de la fraise :

- Après avoir exploré la forme et la texture de la fraise, distribuez un morceau de fraise à chaque enfant pour qu'ils puissent goûter.
- Discussion après la dégustation : "Comment trouvez-vous le goût de la fraise ? C'est sucré, acide, ou autre ?"

### 5. Réflexion finale :

- Demandez aux enfants de réfléchir à la forme de la fraise et de l'associer au cœur humain.
- Question finale : "Pourquoi pensez-vous que la fraise et le cœur sont liés dans la langue atikamekw ?"

## Juillet

### 15. Le mois de la framboise (Mikomin) : partage, de la solidarité et du respect.

Le mois de juillet est souvent associé à la framboise, et cela peut être une belle occasion d'apprendre aux enfants l'importance de l'unité et de l'harmonie entre tous les êtres humains, quelle que soit leur origine. À travers la couleur rouge de la framboise, nous pouvons leur rappeler que, tout comme la couleur du sang qui coule dans nos veines, nous sommes tous reliés, peu importe notre peau, notre culture ou nos croyances.

Pour les enfants, ce mois peut être l'occasion de discuter de la diversité, de l'amitié et du respect des autres. Vous pouvez leur expliquer que, tout comme les différentes plantes et animaux de la nature vivent ensemble en harmonie, les humains doivent également vivre en paix, respecter les différences et prendre soin les uns des autres.

Utiliser des activités autour de la framboise (par exemple, goûter des fruits, faire des dessins de framboises, chanter des chansons) peut aider à rendre ce message plus concret et accessible. Vous pouvez aussi évoquer "la Terre Mère", ce qui leur permettra de comprendre que nous faisons tous partie de la même grande famille, et que nous devons respecter et prendre soin de notre planète et de tous ses habitants, qu'ils soient humains, animaux ou plantes.

Ce mois symbolise aussi l'idée de générosité : tout comme la framboise nourrit et enrichit nos corps, nous pouvons apprendre à être généreux et bienveillants les uns envers les autres. C'est une belle occasion de cultiver des valeurs de partage, de solidarité et d'amour du vivant.



# Août

## 16. Le mois du bleuets : Le lien avec la Terre-mère

Le bleuets dans la culture atikamekw est souvent associé à des valeurs de guérison et de connexion avec la nature. Cette plante, en plus de ses propriétés médicinales, symbolise également l'harmonie, la paix et l'équilibre. Les Atikamekws, comme beaucoup d'autres nations autochtones, voient la nature comme une source de sagesse et de bien-être, et le bleuets, en tant que fruit de la terre, représente un lien spirituel fort avec leur environnement.

Le bleuets peut également être perçu comme un symbole de l'abondance que la Terre Mère offre, et il rappelle l'importance de respecter et de prendre soin de la nature pour maintenir cet équilibre et cette harmonie dans nos vies.

Les Atikamekws utilisent les bleuets de différentes manières. Ils les mangent frais, en font des confitures ou les sèchent pour l'hiver. Les ancêtres consommaient toujours le bleuets. La confiture de bleuets est un plat traditionnel chez les Atikamekw. C'est l'une des façons de conserver les bleuets pour pouvoir en profiter pendant l'hiver, car ce fruit est riche en vitamines. Elle est préparée dans un chaudron, où les bleuets cuisent longtemps avec de l'eau. Les bleuets ont aussi des vertus médicinales : les feuilles peuvent être utilisées pour faire des infusions qui aident à la digestion. Symboliquement, les bleuets représentent l'harmonie et la guérison, un lien avec la nature et la Terre Mère. Pour les enfants, cela peut être l'occasion d'apprendre à respecter la nature et à apprécier tout ce qu'elle nous offre.

Voici quelques idées d'activités amusantes et pédagogiques que l'on pourrait organiser avec les enfants Mowisowin : La cueillette des bleuets, Minic Tekirep : Crêpes aux bleuets.

> <https://www.youtube.com/watch?v=kS6bYDQpvQE>

### 1. Mowisowin : La Cueillette des Bleuets

- o **Exploration de la nature** : Organiser une sortie en forêt ou dans un champ de bleuets, en expliquant l'importance des baies pour l'écosystème et leur culture. Cela permet aux enfants de se familiariser avec l'environnement naturel tout en s'amusant à chercher et cueillir des bleuets.
- o **Jeu de reconnaissance** : Avant de partir, donner aux enfants des cartes de différentes sortes de fruits et baies qu'ils pourraient rencontrer durant la cueillette. L'objectif est de trouver des bleuets, mais aussi d'apprendre à identifier d'autres plantes comestibles.

### 2. Minic Tekirep : Crêpes aux Bleuets :

- o **Atelier de cuisine** : Organiser un atelier où les enfants peuvent participer activement à la préparation des crêpes. Ils peuvent mélanger les ingrédients, cuire les crêpes et les garnir de bleuets frais. Cette activité permet d'enseigner des compétences de base en cuisine tout en s'amusant.
- o **Peinture avec les bleuets** : Utiliser les bleuets comme peinture naturelle pour les enfants. En écrasant les baies, ils peuvent créer des œuvres d'art comestibles ou simplement imprimer des motifs avec des tampons faits maison.

# Guide pédagogique

à la découverte des  
cultures autochtones!



Avec la participation financière de :



Québec 