

# LE RÉVERBÈRE

Octobre 2023

# SOMMAIRE

Mot du CA	3
Mot du directeur	4
Programmation	6
Prix de reconnaissance 2023	12
Nouveau duo aux services des aînés	14
Programme « Jeunes au travail »	15
Radio Victoria	16
Alliance Française	20
Association historique francophone de Victoria	22
Scouts francophones de Victoria	24
Carrefour 50+	26
RésoSanté	28
Les temps sont durs !	30
Paroisse St-Jean-Baptiste	34
Rubrique beauté	35
À ne pas manquer	36



### UNE RENTRÉE POUR NOUS RETROUVER

Les journées raccourcissent, les matinées refroidissent, on sent que l'automne s'est bien installé. Heureusement, la Société francophone de Victoria vous a encore concocté une chaleureuse programmation pour se réchauffer !

Le mois d'octobre sera ainsi rythmé par de nombreuses activités pour faire vibrer la francophonie dans toute sa diversité. Des **Petits matins** en musique au **Café causerie**, de nos **balades hantées** en ville à nos **randonnées dans la nature** en passant par nos **cours de yoga**, il y en a pour tous les âges et tous les goûts. Les occasions de sortir seront nombreuses également : en plus de notre soirée mensuelle **Le Coquetel**, nous avons invité le **groupe Volo**, originaire de France, pour vous présenter ses chansons françaises début novembre.

Découvrez notre programme et rejoignez-nous pour faire des rencontres, commencer une nouvelle activité ou juste pour le plaisir de jaser en français.

*« Octobre est rythmé par de nombreuses activités pour faire vibrer la francophonie dans toute sa diversité »*



Guillaume de Pauw  
Conseiller au Conseil d'administration

# OCTOBRE ET CES MOMENTS DE GRATITUDE

**Au moment où vous feuilletez notre magazine d'octobre, le long week-end de l'Action de grâce est déjà derrière nous. Au nom de notre communauté, cette année, nous pouvons exprimer notre gratitude pour la concrétisation et la réussite de nos projets d'envergure qui contribuent à renforcer et à unir davantage la francophonie d'ici et je suis convaincu que ce mouvement positif perdurera dans les années à venir !**

La Société peut se réjouir de constater qu'à chaque événement récurrent, nous retrouvons des visages familiers et accueillons de nouveaux et nouvelles participant.e.s. Cela témoigne de la fidélité de nos membres et de l'élargissement de notre public qui rassemble des gens de tous âges.

## LE MOIS D'OCTOBRE PLACÉ SOUS LE SIGNE DE LA GRATITUDE !

Et quel moment plus opportun que celui-ci pour annoncer le lancement des candidatures des **Prix de Reconnaissance**, décernés par la SFV à quatre personnes qui se sont impliquées de manière exceptionnelle au sein de notre communauté contribuant ainsi à la maintenir riche et vivante. Les lauréats de ces prix seront honorés lors de la **Soirée distinction**, le samedi 18 novembre prochain. Nous prendrons le temps de célébrer l'engagement précieux de tout.e.s les bénévoles qui ont contribué aux jeux franco-canadiens du Nord et de l'Ouest.



Casey Edmunds  
Directeur de la SFV

## LE MOT DU DIRECTEUR

Leur dévouement a été un atout essentiel de cet événement marquant et nous souhaitons leur adresser un chaleureux remerciement.

### NOUVEAUTÉS AU SEIN DE LA SOCIÉTÉ

Je saisis ce moment pour souligner officiellement l'entrée en poste de notre nouvelle responsable de la programmation, Magali Canovas ! Forte de plusieurs années d'expérience dans le domaine de l'événementiel, elle aura pour mission de planifier et d'organiser nos activités à venir. Nous sommes persuadés que son expertise enrichira notre offre culturelle et communautaire. Vous avez des suggestions d'activités, n'hésitez pas à écrire à [magali@sfvictoria.ca](mailto:magali@sfvictoria.ca)

### OCCASIONS DE PARTAGE ET DE DÉCOUVERTES

Souvent, ce sont de ces moments simples et réconfortants dont nous sommes le plus reconnaissants après tout :

- Accordez-vous du temps pour prendre soin de votre esprit et de votre corps tout en rechargeant vos énergies grâce aux cours de yoga *Namasté*.
- Émerveillez-vous devant les couleurs de la nature et de l'air pur lors de la *Rando Franco* le dimanche 22 octobre.
- Apprenez de nouvelles histoires et des faits historiques à propos de Victoria lors des *Balades hantées*.
- Partagez des moments précieux avec votre famille lors *Des Petits Matins en musique* ou bien à l'activité *Halloween en famille* !
- Pour les enfants, exprimez-vous et découvrez une nouvelle danse lors des ateliers d'initiation à la gigue.
- Et pour tous, laissez-vous emporter par les belles paroles du duo français *Volo* qui se produira le jeudi 9 novembre. Un concert qui saura charmer vos oreilles, j'en suis convaincu. Réservez vos billets dès maintenant pour profiter des tarifs de prévente.

Profitez pleinement du mois d'octobre. J'espère vous rencontrer lors de l'une de ces activités !



La Société francophone de Victoria

## Soirée distinction

Samedi, 18 novembre 2023

19 h

Oak Bay Beach Hotel

[info@sfvictoria.ca](mailto:info@sfvictoria.ca)

[sfvictoria.ca](http://sfvictoria.ca)

Billets en  
vente à  
partir du  
25 octobre





# NAMASTÉ

## Cours de yoga

Session 1 - débute le 16 octobre

Tarif pour le forfait de 4 séances  
Membre: 40\$ Non-membre: 65\$

Prix à l'unité: 15\$

 16, 23, 30 octobre et  
le 6 novembre

 18h à 19h

 2-1218, rue Langley

Réservation



Octobre - novembre

# AGENDA



## Activités récurrentes

### *Rando Franco*

**Dimanche 22 octobre**

- 10 h 45 - 14 h
- Au Witty's Lagoon

### *Les Petits Matins en musique*

**Les samedis 14, 21 et 28 octobre**

- 9 h 30 - 10 h 30
- 2-1218, rue Langley

### *Le Coquetel*

**Jeudi 2 novembre**

- 17 h - 19 h
- 2-1218, rue Langley

### *Café causerie*

**Mardi 14 novembre**

- 10 h 30 - 12 h
- 2-1218, rue Langley

Plus d'informations - [sfvictoria.ca](http://sfvictoria.ca)





La Société francophone  
de Victoria

# Les Balades hantées

PLONGEZ DANS LES MYSTÈRES  
ET LES RÈCITS DE FANTÔMES  
QUI IMPRÈGNENT VICTORIA

6-13-20-27  
OCTOBRE

812 WHARF ST, VICTORIA  
DÉPART: 18H00

CONTEUSE **MARIE-HÉLÈNE BOURRET**  
MEMBRES: 10 \$ NON-MEMBRES: 15 \$  
Enfants 12 ans et plus: 5 \$  
[WWW.SFVICTORIA.CA](http://WWW.SFVICTORIA.CA)



# HALLOWEEN EN FAMILLE



6 À 12 ANS  
GRATUIT

## 29 OCTOBRE

### 9H30 À 11H00

### 2-1218, RUE LANGLEY, VICTORIA

Veillez réserver votre place avant le 26 octobre.

### CÉLÉBREZ LA FÊTE DE L'ÉPOUVANTE EN FAMILLE

Sculpture de citrouilles  
Bricolage et jeux  
Animation et surprises



[sfvictoria.ca](http://sfvictoria.ca)





# ATELIER DE GIGUE

Cours de danse pour les 6 à 12 ans

24 octobre - 7 novembre  
21 novembre - 5 décembre

17h30-18h30

École Victor-Brodeur  
637 Head St, Victoria

Tarif pour le forfait de 4 séances

Membre: 20\$ Non-membre: 30\$

Prix à l'unité: 10\$

Réservation



sfvictoria.ca

LA SOCIÉTÉ FRANCOPHONE DE VICTORIA PRÉSENTE



CONCERT

JEUDI 9 NOVEMBRE 2023

20H

Portes: 19H

PRÉVENTE

25\$

5 AU 15 OCTOBRE

RÉGULIER

30\$

Victoria Event Centre

1415 Broad St, Victoria



VEUILLEZ SCANNER LE CODE QR CI-DESSUS POUR OBTENIR VOS BILLETS



En novembre, la Société francophone de Victoria est heureuse de présenter le concert du duo français VOLO formé par les frères Frédéric et Olivier Volovitch, originaires de Tours. Ces deux voix fraternelles aux élégances singulières se répondent et se complètent, s'interrogent et se bousculent. Deux frères, donc, qui s'accordent pour interroger sans détour la marche du monde, des recoins de la vie intérieure aux vastes tumultes à venir. Avec lucidité, toujours ; humour et tendresse, surtout.

# Prix de reconnaissance

2023

## PRIX DE RECONNAISSANCE

**La Société francophone de Victoria est heureuse de décerner annuellement quatre prix de distinction pour reconnaître publiquement des personnes remarquables au sein de notre collectivité. Nous saluons leur contribution exceptionnelle qui fait la différence dans notre communauté et la maintient forte et vivante.**

Les prix seront remis lors de l'évènement « Soirée distinction » qui aura lieu le samedi 18 novembre prochain à Oak Bay Beach Hotel à Victoria.

Si vous connaissez une personne méritant cette reconnaissance, n'hésitez pas à soumettre sa candidature.

Voici les dates limites de dépôt des candidatures :

- Du 9 octobre au 31 octobre : réception des candidatures
- 1er novembre : analyse des candidatures par le comité de sélection
- 18 novembre : remise des prix aux récipiendaires

### **PRIX PÉDAGOGIQUE GÉRALD-MOREAU**

Ce prix reconnaît publiquement un enseignant ou une enseignante en immersion française dans le Grand Victoria. Cette personne se sera distinguée par son engagement pédagogique et son implication envers la promotion de la langue française et de la culture francophone.

Ce prix est une initiative financée par Monsieur Gérard Moreau. Le ou la récipiendaire recevra une récompense de 300 \$, accompagnée d'un certificat de distinction et son nom figurera sur la plaque officielle.

### **PRIX HENRIETTE-MOREAU**

Le prix Henriette-Moreau est accordé annuellement à un individu, bénévole, groupe d'individus, institutions, entreprises ou organismes ayant fait, de façon remarquable, la promotion du français, de la culture canadienne-française et de l'histoire des francophones de la Colombie-Britannique, à Victoria pendant au moins 10 années.

### **PRIX FORTIN-TERRIEN**

Le prix Fortin-Terrien est une récompense annuelle par laquelle la Société francophone de Victoria reconnaît l'implication bénévole exceptionnelle d'un ou d'une membre de la communauté francophone. À travers ce prix, la Société met en lumière en particulier les actions qui contribuent à l'épanouissement de la communauté et qui ont un impact sur son présent et son futur.

### **PRIX JEUNESSE**

Ce prix est remis à une ou un jeune (de 14 à 25 ans) qui se démarque par ses contributions et son engagement dans la communauté d'expression française du Grand Victoria. Ce prix est présenté par les Jeux franco-canadiens du Nord et de l'Ouest.

**Pour soumettre une candidature veuillez remplir le formulaire**

**Ou pour plus d'informations, écrire à :**  
[info@sfvictoria.ca](mailto:info@sfvictoria.ca)





# NOUVEAU DUO AUX SERVICES DES AÎNÉS FRANCOPHONES DE VICTORIA

Depuis plusieurs années maintenant, la SFV vise à faire une plus grande place pour la jeunesse. Après le succès fulgurant des Jeux francophones, la SFV change d'angle et s'intéresse tout particulièrement à la population des 50 ans et plus.

C'est ainsi que nous vous présentons le duo Mélanie et Nicole qui travaillera sur ce nouveau projet en partenariat avec le Carrefour 50+. Suit une brève présentation de chacune d'entre elles :

**Mélanie Richard** a un long parcours professionnel dans le milieu de la santé et a travaillé auprès de personnes en pertes d'autonomie pendant plus de 15 ans. Elle réside à Victoria depuis 2017 et c'est un changement de carrière qui l'amène à travailler à la SFV. Elle a pris part aux JFCNO en tant que responsable aux opérations et fait maintenant partie de l'équipe permanente de la SFV.



Mélanie Richard et Nicole Chagnon

**Nicole Chagnon** est à Victoria depuis 1990 et a œuvré à la SFV dès son arrivée. Enseignante et directrice d'école au sein de plusieurs communautés francophones à travers la C.-B., Nicole, jeune retraitée, s'implique depuis plusieurs années auprès d'ainé.e.s via le James Bay Community Center. Vous la connaissez peut-être grâce à l'émission « Au rythme des aînés » diffusée deux fois par mois sur les ondes de Radio-Victoria.

Surveillez les prochains numéros du Réverbère pour plus de détails sur les projets à venir !

# UNE COHORTE DE « JEUNES AU TRAVAIL » SE TERMINE BIENTÔT À VICTORIA !

Le programme Jeunes au Travail clôture bientôt sa cohorte démarrée fin août avec plusieurs participants venant de tous horizons, citoyens ou nouveaux arrivants, à Victoria et à Vancouver.

Pendant six semaines, ces jeunes francophones et bilingues de 16 à 30 ans ont participé à des ateliers quotidiens de mise en valeur professionnelle en vue de se qualifier pour un emploi durable en Colombie-Britannique.

Rémunérés pour assister à ces ateliers afin d'acquérir des compétences utiles et recherchées sur le marché du travail, ils pouvaient ainsi obtenir gratuitement des certificats pour l'emploi, améliorer leur anglais professionnel, réseauter et apprendre à collaborer.



Disponible à Victoria et sur toute l'île de Vancouver

Inscriptions gratuites

Renseignez-vous dès maintenant : [infojat@educacentre.com](mailto:infojat@educacentre.com)

RDV sur le site pour plus de détails : [www.educacentre.com/jat](http://www.educacentre.com/jat)

et suivez-nous sur **LinkedIn** page Jeunes au Travail (JAT) du collège Educacentre



[www.educacentre.com/jat](http://www.educacentre.com/jat)

VICTORIA 250.382.1310 SURREY 778.565.6690

Programme subventionné par :  
Program funded by:







## CHANGEMENTS, TRANSFORMATIONS, ÉVOLUTIONS : RADIO VICTORIA GARDE LE CAP !

Les contrecoups de la pandémie, l'inflation galopante, des années de financement public stagnant et la difficulté d'embaucher et de retenir du personnel en raison des salaires peu compétitifs par rapport au coût exorbitant de la vie poussent certaines organisations communautaires à revoir leur structure administrative afin de garantir la poursuite à long terme de leurs opérations.



Pierre-Luc Landry  
Secrétaire du Conseil  
d'administration

*Credit photo : Stefania Becheanu, 2022*

Dans ce contexte et en l'absence d'une direction générale depuis février dernier, Radio Victoria travaille d'arrache-pied afin d'imaginer et de préparer le futur de la seule radio communautaire francophone de Colombie-Britannique.

### NOUVELLE STRUCTURE ORGANISATIONNELLE

Dans les prochains mois, une nouvelle structure organisationnelle sera implantée de manière à gagner en efficacité, étendre l'impact de nos services et mieux contribuer au bien-être de nos employé-es, tout en maintenant la qualité de nos émissions.

### CONTENUS MÉDIATIQUES BLOQUÉS SUR FACEBOOK

De plus, les médias communautaires souffrent énormément de la décision de Meta de bloquer l'accès aux contenus médiatiques sur Facebook et Instagram en réponse à la loi C-18 sur l'information en ligne. Pour les petites équipes comme celle de Radio Victoria, il s'agit d'une petite catastrophe ; elles se retrouvent, de la sorte, isolées de leur auditoire et de leur communauté, sans véritable moyen de rejoindre les populations qu'elles desservent.

“

*La radio se  
renouvelle !*

”

### HÉBERGEMENT TEMPORAIRE À LA SFV

Ajoutons à cela un dégât d'eau important ayant affecté les consoles dans nos studios de l'École Victor-Brodeur, et voilà : c'est un peu la crise. Encore une fois cependant, la solidarité de la communauté sauve la mise : nous remercions chaleureusement la Société francophone de Victoria de nous héberger temporairement pour que nous puissions reprendre nos activités de radiodiffusion le plus rapidement possible.

COUPS DE  
COEUR



Comme à l'époque du Jazz  
Les Sages Poètes de la rue

Achille  
Naibu

Balade à Toronto  
Jean Leloup

La devise  
MC Solaar

Les artistes que j'ai choisis ont beaucoup joué durant mon voyage en Ontario et au Québec. On y retrouve du nouveau Drum N Bass et du classique québécois.  
-Thomas -

## PROGRAMMATION DIVERSIFIÉE

Malgré tout, notre programmation est plus que jamais riche et diversifiée — en témoignent, par exemple, Littérature jeunesse, *Hey Meuf !* et *Au rythme des aînés*, les nouvelles émissions que vous avez pu entendre sur nos ondes récemment. D'autres nouveautés s'ajouteront également à notre grille-horaire dans les prochaines semaines ; nous vous invitons à découvrir ces contenus de qualité produits par et pour notre communauté.

## BÉNÉVOLES RECHERCHÉS

Si vous souhaitez vous impliquer dans le processus de restructuration ou plus simplement contribuer à la vitalité des activités de Radio Victoria, n'hésitez pas ! Nous sommes à la recherche de bénévoles, notamment pour le conseil d'administration : certains sièges sont vacants, incluant celui de la trésorerie ; nous recrutons également des membres pour nos comités dont les tâches concernent autant le financement que l'événementiel et les communications. Écrivez-nous si vous souhaitez mettre vos compétences au service de votre station de radio communautaire !

Devenez bénévole pour la seule radio communautaire 100% francophone à l'ouest des Rocheuses !

Nous sommes à la recherche de bénévoles pour créer de nouvelles émissions, de nouvelles collaborations et de nouveaux projets.

Vous avez envie de faire du bénévolat hors du commun, ne cherchez pas plus loin : nos studios vous sont offerts ! Rejoignez ainsi les membres de notre dynamique équipe.

Contactez-nous :  
250-220-4139

[info@radiovictoria.ca](mailto:info@radiovictoria.ca)

<https://radiovictoria.ca/simpliquer/devenir-benevole/>



## C'EST LA RENTRÉE !

**Alors que la rentrée des classes est passée et que l'heure est au commencement d'une nouvelle année pour beaucoup d'entre vous, c'est le cas aussi pour notre association.**

N'ayant pas fini nos bilans de l'année 2022-2023 en juin comme chaque année, nous avons dû reporter notre **assemblée générale au samedi 14 octobre**. La réunion aura lieu dans les locaux de la Société francophone de Victoria, Maison de la Francophonie, mais également en ligne sur Zoom.

Ce sera l'occasion pour notre petite équipe de rassembler nos adhérents et bénévoles et leur demander leur soutien pour renforcer notre association et lui donner les moyens de continuer à avancer.



Stéphanie Navoly  
Présidente de l'Alliance  
Française de Victoria

Notre mission principale en tant qu'Alliance Française est de proposer à la population locale des cours de français (deuxième langue) de qualité et de mettre en valeur la culture française à travers quelques événements et activités (conférences, cercle littéraire, pétanque...). Nous espérons aussi dans un futur proche pouvoir aider les étudiants, citoyens et futurs citoyens canadiens à passer des examens de français utiles et nécessaires dans leur parcours, comme par exemple les tests TEF et TCF. Nous vous tiendrons au courant quand nos longues démarches auront abouti.

Je profite de cet article pour vous inviter, membres et futurs membres de l'AF Victoria, à porter votre candidature pour devenir membre de notre conseil d'administration et nous aider à réaliser nos objectifs.

Ecrivez-moi directement si vous avez des questions ou pour présenter votre candidature : [president@afvictoria.ca](mailto:president@afvictoria.ca)

Très prochainement, des détails plus précis sur l'assemblée générale seront postés sur notre site [www.afvictoria.ca](http://www.afvictoria.ca) et sur les réseaux sociaux.



Et pour revenir à la rentrée d'automne, voici une partie du programme de nos activités à venir :

- Le **Café croissant**, le samedi 7 octobre ;
- Le **Cercle littéraire**, le jeudi 26 octobre, autour du livre « Une belle journée d'avance » de Robert Lalonde ;
- Et puis des **conférences** également, toujours sur le thème du Japon et présentées par **Emmanuel Herique**. La première sera à propos de l'Aikido, un art martial basé sur la défense et l'autre sera à propos de l'ouverture du Japon et l'expédition du Commodore Perry de 1855.

Les détails utiles sur toutes nos activités seront bientôt affichés sur notre site.

Merci à tout.e.s pour votre soutien et passez un bel automne !



# RENAISSANCE DE L'ASSOCIATION HISTORIQUE FRANCOPHONE DE VICTORIA

**Fort de ses 38 années d'existence, quelques membres se sont joints au conseil d'administration de l'Association historique francophone de Victoria (AHFV), reprenant ainsi le flambeau.**

Ils poursuivent assidûment la vision, la mission et les travaux de l'association. Frédérique D. Bouchard est maintenant la présidente du conseil d'administration tandis que Denise Branter, Audrey Courcy, Joëlle Lake et Marc-André Ouellette siègent au conseil d'administration et en assureront le leadership et la pérennité.



Frédérique D. Bouchard  
Présidente du CA de l'AHFV

## PORTRAITS ET MÉMOIRES DE MÉTIS À VICTORIA

Le projet « Portraits et mémoires de Métis à Victoria », sous la direction de l'anthropologue et principale consultante Carole Masure, est presque terminé. Comme vous le savez peut-être déjà, dans le but de participer à l'effort de réconciliation entre Autochtones et non-Autochtones au Canada, l'AHFV s'est engagée à enrichir les archives de mémoires et de récits incluant les vues et les perspectives des Autochtones.



« Dans cette optique, mon travail de recherche est une invitation à ouvrir une fenêtre sur la culture riche et unique des Métis. J'espère qu'à travers ces récits vivants,

les photographies, les citations et les liens qui illustrent ces mémoires, nous pouvons mieux mesurer l'importance de reconnaître les politiques et les pratiques préjudiciables envers cette communauté et que nous pouvons mieux apprécier une mémoire collective trop souvent négligée et même parfois oubliée » affirme Carole Masure.

Les résultats de cette recherche seront bientôt publiés sur le site de l'association <https://ahfv.org/>

## MISE À JOUR DU SITE INTERNET

Le conseil d'administration prévoit une mise à jour et une optimisation de son site dans les prochains mois.

## L'HISTOIRE INCLUSIVE : CINQ RÉCITS HISTORIQUES...

Nous sommes également très fiers d'avoir reçu en juillet dernier l'approbation et l'aide financière de Patrimoine canadien pour un nouveau projet intitulé « L'histoire inclusive : cinq récits historiques... »

## NOUVEAU PROGRAMME D'ÉTUDES

De plus, l'association est présentement en pourparlers avec des experts en éducation pour la création d'un programme d'études qui portera sur la contribution des francophones à l'histoire de la Colombie-Britannique. Ce projet visera à communiquer et valoriser l'apport important des francophones à l'histoire de notre province. Ce programme d'études deviendra un outil important pour les enseignants du Conseil scolaire francophone et du programme d'immersion française.

## DEVENEZ BÉNÉVOLES !

Joignez-vous à nous, soit comme membre, bénévole ou même osez siéger au conseil d'administration !

Un petit rappel : si vous effectuez un don à notre association historique avant le 31 décembre, un reçu pour fin d'impôt vous sera remis.

Contribuez à votre histoire !





## LES SCOUTS FRANCOPHONES DE VICTORIA DÉBUTENT LEUR NOUVELLE SAISON

**Après le succès de la dernière année scoute, les jeunes francophones de Victoria se sont retrouvés pour leur première réunion en unité, lors de leur journée d'inscription, le 1er octobre. À cette occasion, une équipe d'animation qualifiée et les membres du comité de parents étaient présents pour accueillir les jeunes et leurs familles.**

Tout au long de cette nouvelle année, ces jeunes entreprendront - entre autres - des activités de plein air et travailleront ensemble pour préparer les sorties, randonnées et camps prévus jusqu'en juin prochain.

D'octobre à juin, le groupe se rencontrera le premier dimanche du mois de 10 h 30 à 14 h 30 à l'école francophone Victor-Brodeur et dans les parcs avoisinants. Rassemblés selon leur âge en deux groupes - les Castors (7-8 ans) et les Louveteaux (9-11 ans) - les enfants participent à des activités d'éducation non-formelle en français, dont l'apprentissage de techniques (boussoles, nœuds...), des sorties en forêt, des jeux actifs et des bricolages. Le leadership étant au cœur des activités dès l'âge de 7 ans, les jeunes progressent ensemble, exercent leur sens des responsabilités et s'accomplissent, tout en développant de nouvelles amitiés.

Au printemps, l'un des grands projets sera le camp provincial avec les Scouts de Maillardville, auquel participeront les Louveteaux. Cette grande aventure nécessitera tout un travail de préparation et de planification. Les jeunes seront invités à contribuer de nombreuses façons, que ce soit avec des idées, suggestions, ateliers, jeux, collectes de fonds, etc.

Les parents jouent un rôle de premier plan dans l'organisation de cette nouvelle saison scoute et sont chaleureusement invités à donner un peu de leur temps, que ce soit pour l'animation des réunions ou aider pendant les activités, tout comme pour s'impliquer à la gestion et à la promotion. Comme pour les adultes en animation, toute la formation des parents est offerte et un plan personnalisé et reconnu leur permet de progresser et d'acquérir de nouvelles connaissances. Si



vous désirez vous impliquer, contactez le groupe à [scoutsfrancovictoria@gmail.com](mailto:scoutsfrancovictoria@gmail.com) pour en connaître les critères d'éligibilité.

Fondé en 1979, le groupe de Victoria est membre des Scouts francophones de Colombie-Britannique tout comme le groupe de Maillardville dans la banlieue de Vancouver. Le mouvement scout est le plus grand réseau jeunesse au monde ; il a pour but de contribuer au développement des jeunes en les aidant à réaliser pleinement leurs possibilités physiques, intellectuelles, affectives, sociales et spirituelles, en tant que personnes, citoyens responsables et membres des communautés locales, nationales et internationales.



## L'APPEL DES OISEAUX

**Avec son écosystème riche et diversifié, la Colombie-Britannique est un paradis pour tout ornithologue en herbe. Claude Rioux,oureuse des oiseaux et de la nature, nous invite à découvrir cet univers captivant.**

Le chant d'un merle d'Amérique à l'aube, la danse d'un pic flamboyant, la majesté d'un pygargue à tête blanche en vol... L'ornithologie n'est pas seulement une science, c'est une fenêtre ouverte sur une symphonie naturelle et vibrante. « Quand vous entrez dans le monde des oiseaux, chaque promenade devient une aventure, chaque silence une attente pleine de promesses », partage Claude.

Se lancer dans l'observation des oiseaux est un voyage à la portée de tous. « La première chose à faire est d'acquérir une bonne paire de jumelles et un guide d'identification des oiseaux de la région », conseille Claude. Et pas besoin d'aller loin : commencez par votre propre jardin ou un parc local. « Vous serez surpris par la diversité des espèces qui vous entourent. »

La Colombie-Britannique abrite plus de 500 espèces d'oiseaux, de la mésange à tête noire aux oies des neiges, en passant par les aigles



royaux. Le printemps et l'automne sont des moments privilégiés pour observer les migrations spectaculaires. « Chaque saison apporte son lot de surprises et de beautés à découvrir. »

L'une des joies de l'ornithologie est également son aspect communautaire. Claude encourage vivement à rejoindre un club local, comme le *North Okanagan Naturalists' Club* ou le *British Columbia Bluebird Society*. « Les clubs offrent non seulement des sorties organisées et des conférences, mais aussi la chance de partager votre enthousiasme avec d'autres passionnés. »

Apprendre à identifier les oiseaux par leur chant est un autre aspect gratifiant de l'ornithologie. « Le chant des oiseaux est comme une musique qui donne vie à la forêt. C'est une autre langue à apprendre, une autre façon de se connecter à la nature », explique Claude. Il existe des applications et des livres audio qui peuvent aider à affiner votre oreille.

« Le chant des oiseaux est comme une musique qui donne vie à la forêt »

Enfin, Claude nous rappelle que l'ornithologie n'est pas seulement un passe-temps, mais une façon de contribuer à la protection de l'environnement. « En prenant le temps d'observer et d'apprécier les oiseaux, nous prenons conscience de leur importance et de la nécessité de préserver leurs habitats. »

Qu'il s'agisse d'écouter le chant mélodieux du rossignol solitaire ou d'observer le vol en formation des grues du Canada, l'ornithologie ouvre une porte sur un monde de beauté naturelle et de moments de quiétude. Alors pourquoi ne pas saisir vos jumelles, ouvrir grand vos oreilles et vos yeux et vous lancer dans cette aventure ornithologique en Colombie-Britannique ?





## LE MOIS DE LA SANTÉ AU TRAVAIL AU CANADA : UN ENGAGEMENT ENVERS LE BIEN-ÊTRE DES TRAVAILLEURS

**Le Mois de la Santé au Travail, célébré chaque année au Canada en octobre, met en lumière l'importance cruciale de la santé et de la sécurité au travail. Cet événement vise à sensibiliser les travailleurs, les employeurs et le grand public aux enjeux liés à la santé au travail, dans un pays où la sécurité et le bien-être des travailleurs sont une priorité.**

### LA SÉCURITÉ AU TRAVAIL AVANT TOUT

La sécurité au travail est au cœur du sujet. Cela rappelle aux employeurs et aux travailleurs l'obligation de maintenir des normes strictes en matière de sécurité au travail et souligne l'importance de ces normes pour garantir que chaque travailleur a le droit fondamental de travailler dans un environnement sûr et sain.

### SENSIBILISER À LA SANTÉ MENTALE AU TRAVAIL

La santé mentale au travail est bien entendu un des enjeux les plus importants aujourd'hui. Le stress, la dépression et l'épuisement professionnel sont des problèmes courants dans le milieu professionnel. Le Mois de la Santé au Travail encourage la sensibilisation à ces enjeux et promeut des environnements de travail favorables à la santé mentale.

### FORMER ET INFORMER

La formation et l'information sont essentielles. De nombreuses organisations organisent des sessions de formation et des ateliers pour sensibiliser les travailleurs aux risques potentiels et aux meilleures pratiques en matière de sécurité. Ces initiatives visent à habilitier les travailleurs en les informant sur les dangers et en leur enseignant comment les éviter. Renseignez-vous auprès de votre responsable des ressources humaines pour découvrir les formations disponibles pour vous. En Colombie-Britannique, vous pouvez vous rapprocher de WorkSafeBC pour tout ce qui touche à la santé et la sécurité au travail.

### ENCOURAGER LA PRÉVENTION DES ACCIDENTS

Les accidents et les blessures peuvent souvent être évités grâce à une planification appropriée, à l'utilisation d'équipements de sécurité adéquats et à la formation continue des employés. Le Mois de la Santé au Travail encourage les employeurs à mettre en place des politiques et des procédures de prévention des accidents efficaces. N'hésitez pas à faire remonter l'information si vous pensez que des mises à jour dans les politiques sont nécessaires.

«  
Créons des  
environnements de  
travail plus sains  
»

### PROMOUVOIR UN ÉQUILIBRE TRAVAIL-VIE PERSONNELLE

L'équilibre entre travail et vie personnelle est un aspect crucial de la santé au travail. Le Mois de la Santé au Travail encourage les employeurs à soutenir leurs travailleurs dans la gestion de cet équilibre. Cela peut inclure des horaires de travail flexibles, des congés payés pour la santé mentale et des programmes de bien-être en milieu de travail. Il n'est pas rare de voir quels employeurs prennent cela en considération dès leur présentation dans les offres d'emploi.

En conclusion, le Mois de la Santé au Travail au Canada rappelle l'importance de la santé et de la sécurité au travail, sensibilise aux enjeux liés à la santé mentale et encourage la prévention des accidents. Il met en lumière l'importance de l'équilibre travail-vie personnelle et de la collaboration pour créer des environnements de travail plus sains.



## LES TEMPS SONT DURS !

**Une expression que l'on n'entend plus de nos jours mais qui aurait pourtant sa place aux nouvelles de 18 h. La hausse des coûts nous a amenés à une impasse : nous devons souvent choisir entre différentes obligations pour parvenir à boucler notre budget. Et c'est souvent le panier d'épicerie qui assume le coup.**

Les personnes ayant le moins souffert lors de la Grande Dépression de 1929 étaient les fermier.ères. En effet, le simple fait d'avoir un petit lopin de terre à cultiver et quelques poules changeait la donne. La plus grande misère se retrouvait dans les villes.

Dans cet article, je me permets de partager quelques trucs qui peuvent nous aider à économiser sur notre facture d'épicerie.



Marie-Hélène Bourret  
Membre de la SFV

### CULTIVER CHEZ SOI

La plupart d'entre nous vivons dans de petits appartements, avec des balcons ridiculement minuscules. Mais nous pouvons quand même utiliser ces petits espaces pour faire pousser de la laitue, quelques herbes aromatiques et des tomates.

On peut, pour un investissement de quelques dollars, faire pousser à l'intérieur des germes qui fournissent fibres, vitamines, minéraux, acides gras essentiels et anti-oxydants à l'année (luzerne, moutarde, noix, fèves, etc.). Pourquoi ne pas former une petite coop d'achat avec des ami.e.s et/ou en famille ? Acheter en grande quantité est toujours moins dispendieux. Si on en a les moyens, acheter un petit congélateur permet de conserver des repas préparés d'avance avec des ingrédients achetés en solde. Et pour une solution communautaire, fonder une cuisine collective et préparer ensemble des repas à congeler et se partager la facture aidera chacun.

### RÉCOLTER GRATUITEMENT

La cueillette de noix et de fruits n'est pas pour tout le monde, mais il est fort à parier qu'un propriétaire de pommier dans votre quartier laisse pourrir ses pommes au sol. N'hésitez pas à frapper à sa porte pour lui demander si vous pouvez vous servir. Quant aux mûres, elles sont une espèce invasive en C.-B., et



*Il ne faut pas hésiter à demander de l'aide et il ne faut surtout pas hésiter à l'offrir !*



poussent partout : elles sont source de vitamines gratuites ! Compotes et gelées se conservent très bien en pots de verre (suivez à la lettre les instructions de conservation). S'il vous faut investir la première année dans l'achat de pots, il vous suffira par la suite d'en renouveler les couvercles.

### APPRENDRE À FAIRE SON PAIN

On trouve des recettes faciles et rapides sur internet. Si on y ajoute des noix, des graines ou différentes farines (achetées en vrac) on obtient une fournée plus nourrissante. Pour moins de deux dollars, on peut déguster un pain qui en coûterait 15 \$ au Farmers' Market.



## CONSOMMER MOINS DE VIANDE

Diminuer sa consommation de viande : c'est un must ! Et je ne parle pas ici de questions éthiques, mais bien de diminuer sa facture d'épicerie. Les protéines d'un steak à 22 \$ peuvent être remplacées par une demi-boîte de conserve de pois chiches (une boîte coûte 2.77 \$). Si vous ne pouvez pas vous offrir internet pour chercher des recettes pour préparer vos « Garbanzo », devenir membre de votre bibliothèque locale ne vous coûte rien et vous donne accès gratuitement à internet.

## LES BANQUES ALIMENTAIRES

De nombreuses banques alimentaires permettent de renflouer un tant soit peu son garde-manger, en donnant quelques vivres à des gens dans le besoin. Malheureusement, les demandes ont explosé depuis la pandémie et certaines banques alimentaires doivent limiter le nombre des personnes qu'elles aident.

Et c'est pourquoi chacun, chacune d'entre nous qui en avons encore la capacité, pouvons déposer lorsque nous passons à l'épicerie, qui une boîte de conserve, qui un paquet de nouilles, dans les bacs récoltant les denrées non périssables à être redistribuées par les banques alimentaires.

## SOUTIEN COMMUNAUTAIRE

C'est au sein de la communauté, par sa force, son soutien, que l'on peut diminuer certains des impacts les plus néfastes de la course au profit des plus riches de notre société. C'est par l'action citoyenne que l'on peut organiser des services et forcer les gouvernements

à changer leurs tactiques politiques qui ont prouvé encore et encore qu'elles sont inefficaces pour protéger les citoyens contre l'avarice des grandes corporations.

Oui, les temps sont durs mais des petits gestes peuvent améliorer la situation. Et lorsqu'on a tout essayé et que rien ne va plus, il ne faut pas croire que l'on est seul, car tant qu'il y aura de la compassion au cœur de l'humain, il y aura de l'espoir.

## QUELQUES LIENS QUI POURRAIENT VOUS SERVIR

- Banques alimentaires du Grand Victoria : [Meals & Food Banks for the Homeless - Victoria Homelessness](#)
- Soupes populaires (repas) : [Meals & Food Banks for the Homeless - Victoria Homelessness](#)
- Qu'est-ce qu'une cuisine collective : [À propos - Regroupement des cuisines collectives du Québec \(RCCQ\)](#)
- Aide au logement pour personnes âgées : [Shelter Aid For Elderly Renters \(SAFER\) | BC Housing](#)
- Liste des prospectus des soldes en épicerie (Victoria) : [Groceries Flyers Victoria, BC - RedFlagDeals.com](#)
- Pousses et germinations : [Pousses et germinations | Gouvernement du Québec \(quebec.ca\)](#)
- Acheter en saison en C.-B. : [British Columbia crop harvest calendar - When fruit and vegetables are normally available and ready to pick in British Columbia \(pickyourown.org\)](#)
- Recette de pain facile : [La meilleure recette de Pain ménage de nos grands-mères \(mesrecettes.info\)](#)



Hugo Trudel, CIM, CFP, FCSI  
Conseiller en patrimoine  
CIBC Wood Gundy

Tél. : 250 361-2232  
hugo.trudel@cibc.com

## Ma philosophie de placement

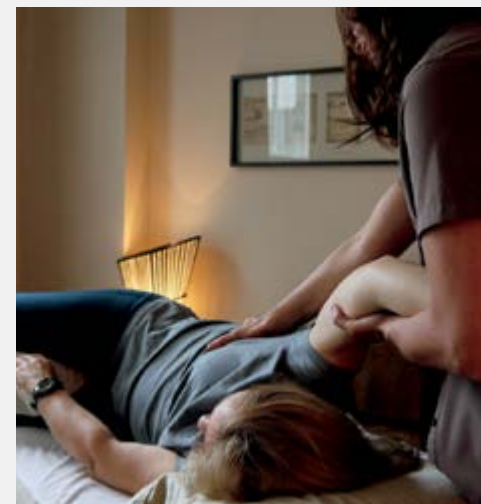
J'estime qu'il est important de bien comprendre les valeurs, les aspirations et les objectifs de mes clients et de leur offrir le service de gestion financière qui les aidera à les atteindre. Je collabore avec vous pour créer des stratégies de placement personnalisées qui répondent efficacement à vos objectifs de planification financière en mettant l'accent sur la production de rendements à long terme assortis de niveaux de risque réfléchis.

Mon approche en matière de gestion de placements consiste à m'assurer que votre portefeuille est bien diversifié et qu'il est exposé à une vaste gamme de catégories d'actifs, de façon à générer de solides rendements tout en réduisant au minimum la volatilité. Les solutions financières que je vous offre sont personnalisées et reposent toujours sur des conseils financiers avisés. Tourné vers l'avenir, je propose des solutions financières qui vous permettront non seulement de préserver votre mode de vie actuel, mais aussi de protéger et de faire fructifier votre patrimoine pour les générations futures.

Je travaille en étroite collaboration avec des collègues de tout le Groupe de sociétés CIBC afin de répondre à vos questions immédiates, mais aussi de vous fournir des recommandations sur les façons les plus efficaces d'utiliser vos ressources financières pour l'avenir. Qu'il s'agisse d'assurance vie, de services successoraux et fiduciaires ou de planification du patrimoine, notre équipe d'experts travaillera en collaboration pour répondre à vos besoins et vous offrir un service de qualité supérieure.



## QUAND L'ART DU TOUCHER THÉRAPEUTIQUE DEVIENT LA CLÉ DU BIEN-ÊTRE



### RODIERA OSTEOPATHY WELLNESS ART

est en plein cœur de Victoria pour vous servir si vous recherchez :

- Une approche de santé douce, holistique pour retrouver un meilleur équilibre de vie au niveau du corps et de l'esprit;
- Une évaluation et compréhension globale de votre état de santé incluant les différents aspects de votre vie;
- L'origine des malaises au lieu des symptômes;
- Une rencontre unique dans un environnement professionnel

Contactez-nous, il nous fera un grand plaisir de répondre à vos questions et de vous éclairer dans votre processus de guérison.

Anie Rodier - DOMP(Ca), B.Sc.OT  
Ostéopathie - ThetaHealing - Soins Énergétiques  
anie@rodieraosteopathy.ca  
778-891-0063

WWW.RODIERAOSTEOPATHY.CA

## CHEVEUX ET ONGLES

Les cheveux et les ongles peuvent devenir endommagés par une exposition régulière à des éléments extérieurs agressifs : rayons UV artificiels ou solaires, vent, utilisation excessive d'appareils de coiffage (sèche-cheveux, fer à boucler, fer à lisser), eau à forte concentration de chlore (comme à la piscine) et produits d'entretien ménagers (pour les ongles).

### LE PIRE TRAITEMENT POUR VOS CHEVEUX ET VOS ONGLES ?

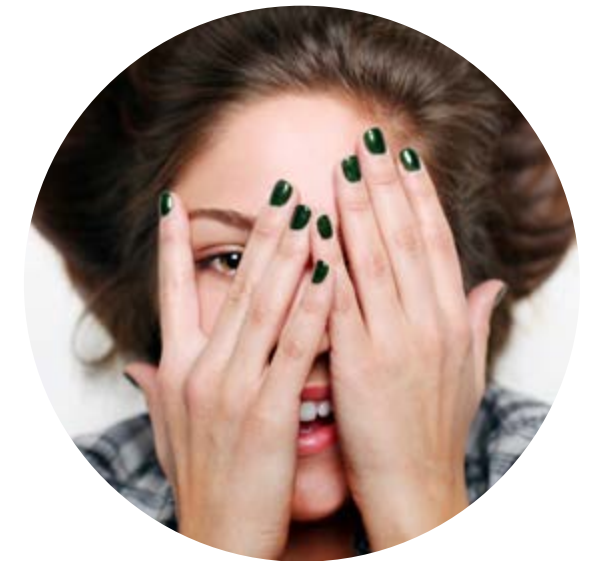
Le cocktail chimique auquel ils sont exposés au quotidien : shampoing et démêlant, laque, gel coiffant, coloration (pour les cheveux), vernis à ongles et dissolvant (pour les ongles).

### VOUS N'Y CROYEZ PAS ?

Découvrez plutôt les composants Frankenstein présents dans vos produits de soin et leurs dangers au point de vue interne et externe : l'horreur.

### POURQUOI PRENDRE UN RISQUE POUR VOTRE SANTÉ ET ABÎMER EN MÊME TEMPS VOS PHANÈRES ?

En suivant une nutrition beauté, vous allez déjà constater une nette amélioration dans la texture et l'éclat de vos cheveux ainsi que la force de vos ongles. Soyez encore plus belle en créant vos propres produits maison à



base d'ingrédients naturels. Vous détiendrez enfin des solutions variées, efficaces et d'une simplicité déconcertante pour obtenir une chevelure de rêve et des ongles superbes, et ce, à tout âge.



Colette Cécile

Autrice de « *Ces aliments qui embellissent* », en vente à la SFV

## PAROISSE ST-JEAN-BAPTISTE

Nous vous invitons à participer aux messes célébrées en français par le Père Rolf Hasenack.

Tous les dimanches à 13h30 au 307 avenue Richmond

### PLUS D'INFORMATIONS :

<https://www.rcdvictoria.org/parishes/st-baptiste>

Téléphone : 250-656-7433

Courriel : [info@stjeanbaptistevictoria.ca](mailto:info@stjeanbaptistevictoria.ca)



Régine Bérubé

Membre à vie de la SFV





## À NE PAS MANQUER

Je ne peux pas m'empêcher de vous montrer à nouveau la « Trackside Art Gallery » car L'ECAH (Esquimalt Community Arts Hub) a organisé le 4 Septembre dernier un évènement exceptionnel en réunissant dans ce corridor plus de 40 artistes urbains, locaux et Vancouverois, pour réaliser de façon légale (accord des propriétaires des murs, de la ville d'Esquimalt, du Capital Regional District) une œuvre de leur choix.

Une magnifique journée de rencontre entre les artistes et le public et comme résultat une agréable promenade colorée dans une ambiance artistique urbaine.



Isabelle Le Boulh. Photograph  
Membre de la SFV



MOIST



CINEL



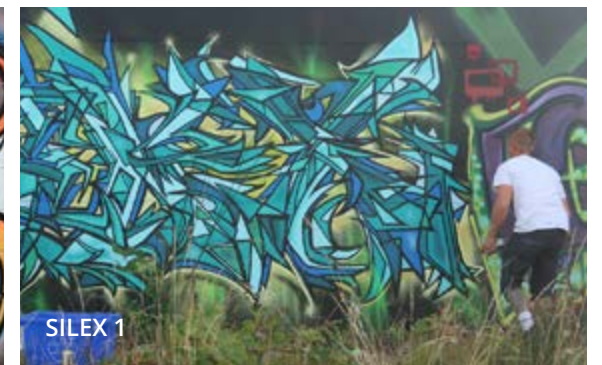
MOLLY LONG



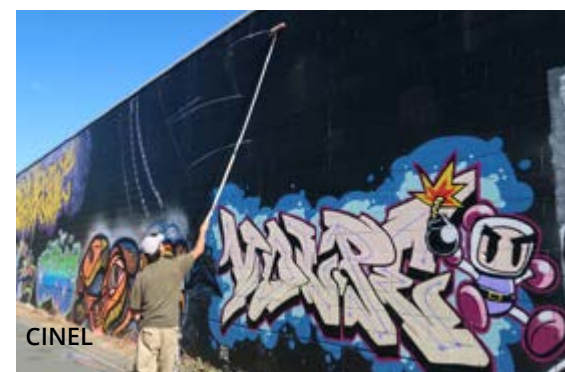
CPLARTS



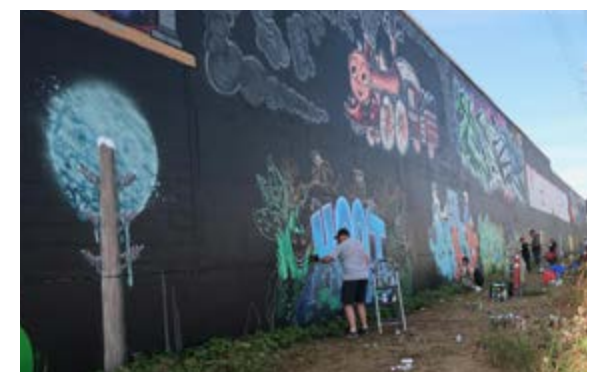
PNDN



SILEX 1



CINEL







Nous offrons un service de qualité pour la location d'appartements et de maisons en rangées à Victoria, Duncan, Nanaimo, Parksville et Campbell River, de bureaux et espaces commerciaux à Victoria et Nanaimo. Pour plus d'information et pour connaître les disponibilités, veuillez visiter notre site internet : [www.groupedenux.com](http://www.groupedenux.com)

**Annie M. Charbonneau**  
Architecte  
Architecte OAQ AIBC  
**250.891.4663**  
[amc.architecte@gmail.com](mailto:amc.architecte@gmail.com)

Service complet d'architecture | Résidentiel, commercial et institutionnel; nouvelle construction, développement et rénovation.

**ÉQUIPE DE LA SFV**

**Casey Edmunds**  
Directeur Général  
[casey@sfvictoria.ca](mailto:casey@sfvictoria.ca)

**Dominique Wozniack**  
Rédactrice en chef  
[lereverbere@sfvictoria.ca](mailto:lereverbere@sfvictoria.ca)

**Catherine Lefebvre**  
Responsable aux communications  
[catherine@sfvictoria.ca](mailto:catherine@sfvictoria.ca)

**Magali Canovas**  
Responsable de la programmation  
[magali@sfvictoria.ca](mailto:magali@sfvictoria.ca)

**Mélanie Richard**  
Responsable des programmes et services  
[melanie@sfvictoria.ca](mailto:melanie@sfvictoria.ca)

**CONSEIL D'ADMINISTRATION**  
**Frédérique D. Bouchard**  
Présidente

**Virginie Raimbaud**  
Vice-présidente

**Janine Durette**  
Trésorière

**Martin Bouchard**  
Secrétaire

**Diane Campeau, Marilou Gagnon, Sylvia Exposito, Cynthia Tremblay Lorrain et Guillaume de Pauw**  
Conseiller.ères

**LA SOCIÉTÉ FRANCOPHONE DE VICTORIA**

2-1218, rue Langley  
Victoria, C.-B. V8W 1W2

Tél : (250) 388-7350  
1-888-388-7350

Courriel : [info@sfvictoria.ca](mailto:info@sfvictoria.ca)  
[www.sfvictoria.ca](http://www.sfvictoria.ca)



OFFREZ À VOTRE ENFANT  
UNE ÉDUCATION PUBLIQUE FRANCOPHONE

**Inscrivez-vous**  
**Register Now**



M-8 ÉCOLE MER-ET-MONTAGNE CAMPBELL RIVER 250-923-3359	9-12 ÉCOLE AL-COEUR-DE-LA VALLÉE DE COMOX 250-339-1848	M-12 ÉCOLE DES CASCADES DUNCAN, C.-B. 250-737-4486
M-7 ÉCOLE Océane NANAIMO 250-714-0761	8-12 ÉCOLE DES GRANDS CÉDRÉS PORT ALBERNI 250-723-5614	M-12 ÉCOLE VICTOR-BRODEUR VICTORIA 250-220-6010
		M-5 ÉCOLE BEAUSOLEIL VICTORIA 250-598-1684



**JE PARLE FRANÇAIS, ET J'Y CROIS !**

**DEVENEZ**

**MEMBRE**



**La Société  
francophone  
de Victoria**

[www.sfvictoria.ca/fr/content/devenir-membre-1](http://www.sfvictoria.ca/fr/content/devenir-membre-1)

Merci à nos bailleurs de fonds :

