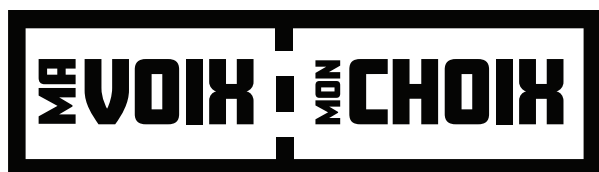


GUIDE DU PARTICIPANT



PRENDRE SOIN DE NOTRE TERRITOIRE



QU'EST-CE QUE J'EN RETIRE?

TROUSSE D'INSCRIPTION

La trousse contient des fournitures et des activités à votre intention, comme enfouir du papier ensemencé et utiliser des feuilles à colorier pour te renseigner sur l'environnement des Territoires du Nord-Ouest et sur ce que tu peux faire pour en prendre soin. La trousse contient aussi une trousse de premiers soins qu'il est recommandé d'emporter avec toi si tu décides d'aller dans la nature.



Dans ce document, tu trouveras aussi d'autres ressources à explorer ainsi que des codes que tu peux balayer avec ton téléphone pour consulter de l'information intéressante sur le territoire et les enjeux environnementaux.



L'importance du territoire

Quel que soit le lieu d'origine de tes ancêtres, il est important de savoir sur quel territoire traditionnel tu vis. Tu ne le sais pas? Balaie ce code QR avec ton téléphone pour le découvrir. <https://www.pwnhc.ca/territorial-evolution-of-the-northwest-territories/>

Pour progresser sur le chemin de la vérité et de la réconciliation, il faut reconnaître que les peuples autochtones ont été les premiers gardiens du territoire.

La terre prend soin de nous en nous fournissant ce dont on a besoin pour vivre (nourriture, eau, abri, etc.). Outre la satisfaction des besoins de base, le fait de se rapprocher de la terre procure une multitude de bienfaits!



Amélioration de l'humeur



Activité physique



Meilleure qualité de l'air à l'extérieur



Participation à la vie collective



Diminution du stress et de l'anxiété



Diminution du temps d'écran



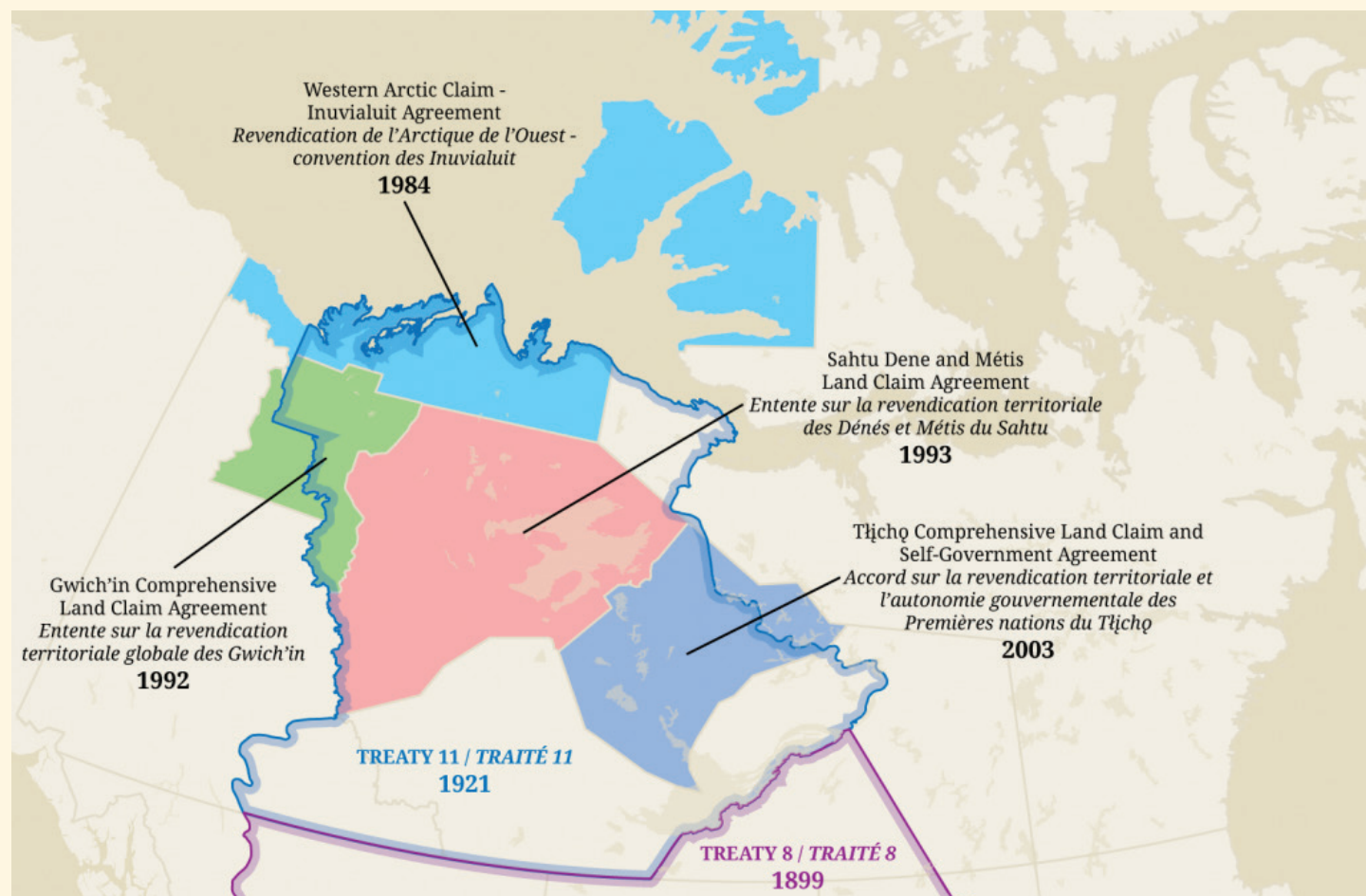
Apprentissages culturels



Relations positives avec les autres



TRAITÉS ET REVENDICATIONS TERRITORIALES DES TERRITOIRES DU NORD-OUEST



Questions de réflexion

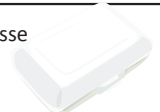
1. Sais-tu sur quel territoire traditionnel tu vis?
2. Sais-tu quelle est la reconnaissance du territoire de ta région?
3. Quel aspect préfères-tu de la vie aux Territoires du Nord-Ouest?
4. Comment la terre prend-elle soin de nous?
5. Pourquoi est-il important de prendre soin de la terre?
6. Que peut-on faire pour prendre soin de la terre?
7. Quelles activités peut-on faire dans la nature?
8. À ton avis, quels sont les bienfaits associés au temps passé dans la nature?
9. Que préfères-tu des moments passés dans la nature?

Changement climatique et interendance territoriale

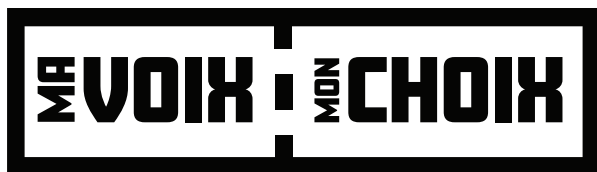
Il est important de faire attention au territoire dont on dépend, par exemple en ramassant et en réduisant ses déchets, en recyclant et en tenant compte des principes de conservation quand on chasse et pêche. N'oublie pas que même les petits gestes, comme disposer convenablement de tes déchets, peuvent grandement contribuer à protéger l'environnement!

Jette un coup d'œil au tableau « Parlons ordures! » pour découvrir le temps que prennent les déchets à se décomposer dans l'environnement :

Parlons ordures

Article	Durée de décomposition
Mégots de cigarette 	De 18 mois à 10 ans
Tissu 	De 2 semaines à jamais (selon le tissu)
Sacs de plastique 	De 10 à 1 000 ans
Pailles en plastique 	50 ans
Canettes en aluminium 	De 80 à 100 ans
Bouteilles en plastique 	450 ans
Masques médicaux jetables 	450 ans
Fil de pêche 	600 ans
Verre 	Plus d'un million d'années
Styromousse 	Jamais
Papier d'aluminium 	Jamais

*Les déchets se décomposent aussi plus lentement dans les climats froids, comme celui des Territoires du Nord-Ouest.



Tu veux en savoir plus à ce sujet? Regarde la vidéo d'environ une minute intitulée « En combien de temps se décomposent ces déchets? ».
<https://www.youtube.com/watch?v=2O1lrthmXFU>



La trousse d'inscription contient du papier ensemencé à planter à l'intérieur dans un pot, ou dans la nature. Cette vidéo explique comment procéder :
<https://www.youtube.com/watch?v=u5epYyUOICM>.



Et si ça ne fonctionne pas? Hé bien, c'est possible! Les plantes ne poussent pas toujours comme on le souhaite, pour différentes raisons. Essaie de ne pas te décourager si rien ne pousse ou si les pousses ne grandissent pas bien. D'ailleurs, pourquoi ne pas apprendre à fabriquer ton propre papier ensemencé, pour ton utilisation personnelle ou pour offrir à autrui, en faisant une recherche en ligne ou en suivant les étapes de la page ci-dessous?
<https://www.lapousseverte.fr/2020/12/23/tuto-diy-realiser-du-papier-ensemence-graines/>

Sécurité dans la nature

Passer du temps en nature, c'est bon pour le bien-être global, mais il est important de prendre conscience des risques qui existent et de savoir quoi faire pour assurer sa sécurité. C'est une bonne idée d'avoir son téléphone sur soi, mais on ne peut pas s'y fier pour tout!

ENJEU DE SÉCURITÉ :	EXEMPLES	MESURES DE PRÉVENTION
Conditions météorologiques	• Coup de soleil • Coup de chaleur • Brûlure due au vent • Tempête	• Appliquer un écran solaire • Se vêtir en fonction des conditions météorologiques • Vérifier les prévisions météo avant de partir
Faune	• Animaux agressifs • Insectes	• Se renseigner sur le comportement à adopter en présence d'animaux • Avoir un sifflet sur soi • Utiliser un insecticide
Conditions du sol	• Plantes toxiques • Terrain accidenté • Glace et neige	• Se renseigner sur les plantes toxiques • Porter des chaussures adéquates
Préparation personnelle	• Vêtements • Communications • Équipement et provisions • Aptitudes et expérience	• Désinfectant pour les mains • Lampe de poche • Trousse de premiers soins • Eau et nourriture • Outil polyvalent ou couteau • Être accompagné • Dire à quelqu'un où tu vas • Apporter un téléphone (mais ne pas s'y fier) • Apporter une carte papier et une boussole

VOIR
VOIR

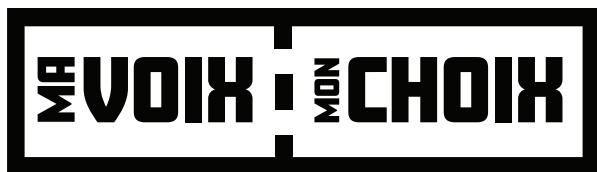
**PRENDRE SOIN DE
NOTRE TERRITOIRE**



GRIZZLI

Intelligent
Athlétique
Pas très sociable
Curieux
Soucieux des petits





Autres ressources

Pour en savoir plus sur les façons de prendre soin de notre territoire, jette un coup d'œil à ces sites en les cherchant en ligne ou en balayant les codes QR avec ton téléphone.

THUNDERBIRD STRIKE

Ce site Web présente des perspectives autochtones et contient de l'information sur les effets des sables bitumineux sur le sol. Tu y trouveras des vidéos, des questions qui portent à réflexion ainsi qu'un jeu interactif (pour téléphone intelligent, tablette ou ordinateur).

<https://www.thunderbirdstrike.com/>

ECOLOGY NORTH

Ecology North encourage l'établissement de relations positives avec l'environnement aux Territoires du Nord-Ouest.

<https://ecologynorth.ca/>

NATURE CANADA – SIX ÉTAPES POUR FABRIQUER TON PROPRE PAPIER ENSEMENCÉ

Parfaite pour les animateurs et les jeunes qui souhaitent fabriquer leur propre papier semencé, cette page présente la marche à suivre étape par étape, avec photos :

<https://naturecanada.ca/news/6-steps-to-making-your-own-seed-paper/>
(en anglais).

Page Web équivalente en français provenant d'une autre source :

<https://www.lapousseverte.fr/2020/12/23/tuto-diy-realiser-du-papier-ensemence-graines/>.

ASSOCIATION DES COLLECTIVITÉS DES TERRITOIRES DU NORD-OUEST (ACTNO) – TRADITIONAL FOODS ARE HEALTHY FOODS

L'ACTNO propose plusieurs trousseaux visant à favoriser l'autonomie des collectivités. Destinée aux jeunes, la trousse « Traditional Foods are Healthy Foods » (en anglais) contient de l'information sur les animaux et les plantes des Territoires du Nord-Ouest, et tout particulièrement sur les cultures autochtones. Elle contient aussi de l'information nutritionnelle, des recettes et des feuilles à colorier.

<https://traditionalfoods.toolkitnwtac.com/>

OCEAN WISE SHORELINE CLEANUP

Tu veux organiser une corvée de nettoyage dans ta collectivité, mais tu ne sais pas par où commencer? Cet organisme peut t'aider!

<https://shorelinecleanup.org/fr>

"Land of our Future"

Présentation : Il s'agit d'un film de 15 minutes produit par l'Institut de recherche en santé circumpolaire et financé par la Direction générale de la santé des Premières Nations et des Inuits et le programme de sécurité de l'Arctique Munk-Gordon. Quatre jeunes du secondaire de Yellowknife y font des entrevues avec des chasseurs, des aînés et des dirigeants gouvernementaux au sujet du changement climatique aux Territoires du Nord-Ouest.

<https://vimeo.com/66203406> (en anglais)



Government of | Gouvernement des
Northwest Territories
Territoires du Nord-Ouest

