DEPUIS 1928, LE SEUL JOURNAL DE LANGUE FRANÇAISE EN ALBERTA

LE FRANCO

www.lefranco.ab.ca @JournalLeFranco Le Franco (journal)

| 12 pages | Du 18 au 25 mars 2021 |
Volume 91 | N°16 | N° de convention 40011833

CALGARY

PLUS D'UN MILLION DE DOLLARS POUR ACCUEILLIR LES NOUVEAUX ARRIVANTS

P. 5

VALLÉE DE LA BOW

UNE INITIATIVE POUR GONFLER LA VISIBILITÉ DES ENTREPRENEURS FRANCOPHONES

P. 6

PROVINCIAL

DEUX NOUVELLES ÉCOLES FRANCOPHONES VONT ÉCLORE

P.7

GASTRONOMIE

MARS, C'EST AUSSI LE MOIS DE LA NUTRITION

P. 8

UN FRANCO-ALBERTAIN DE CLASSE MONDIALE

SPORT

EN UNE

Simon Gauthier, le regard déterminé pendant les qualifications aux Mondiaux juniors de biathlon à Québec.

Crédit photo : Michel Richer

Simon Gauthier recharge son fusil pendant l'épreuve de tir lors de la Coupe Calforex de biathlon, à Canmore. Crédit photo : Michel Richer

LE CALGARIEN SIMON GAUTHIER A PARTICIPÉ AUX MONDIAUX JUNIORS DE BIATHLON

Représenter le Canada sur la scène internationale était un rêve de jeunesse de ce Calgarien. Ce rêve, Simon Gauthier l'a réalisé du 27 février au 6 mars lorsqu'il a pris part aux Championnats du monde juniors de biathlon à Obertilliach, en Autriche.

Gabrielle Beaupré
Journaliste

Simon Gauthier se dit très satisfait de ses performances et de s'être qualifié pour ces Championnats du monde sous la sélection canadienne. Le biathlète de 18 ans a obtenu une 70e place à l'épreuve individuelle, une 63e position au sprint et a terminé 16e du relais avec l'équipe canadienne.

Mais peu importe, il fera mieux la prochaine fois. «Ce que je retiens, vraiment, c'est que je suis fier de ce que j'ai accompli. Dans les prochaines années, j'espère y retourner et je vais pouvoir me baser sur cette expérience pour avoir de meilleurs résultats», souligne-t-il.

Une déception couronnée d'un apprentissage

Pour l'épreuve individuelle, Simon est satisfait de sa 70e position. «J'étais heureux d'y être et d'avoir fait de mon mieux». Pour le sprint, il a terminé à la 63e position. Même s'il a conscience de l'amélioration de son résultat, il ne peut cacher une certaine déception.

Cette course était en fait une épreuve de qualification pour une autre course, la poursuite, qui rassemblait les 60 meilleures biathlètes. Simon relate : «J'ai fini 63e. Si j'avais été 8 secondes de plus rapide, 8 petites secondes, j'aurais été 60e et j'aurais fait partie de cette course.»

Simon a assisté à l'épreuve de poursuite en tant que spectateur. Regarder la course aux premières loges a été pour lui un grand apprentissage, car lorsqu'il prend part aux épreuves, il reste dans sa bulle et il ne porte pas attention aux autres participants. «J'ai vu comment ils skiaient et comment ils tiraient. Je me suis dit "Oh oui! C'est ça que je dois faire pour être parmi les meilleurs"».

Protocoles COVID-19

En raison de la crise sanitaire, Simon Gauthier pensait que ces Mondiaux juniors de biathlon allaient être annulés, mais Biathlon Canada ainsi que l'Union internationale de biathlon ont instauré des protocoles pour permettre la tenue de l'événement.

Pour se rendre à l'événement sportif, le biathlète comme le reste de l'Équipe Canada ont dû se confiner une semaine avant le départ et présenter un test de COVID-19 négatif à l'aéroport. De plus, il fallait qu'ils aient en leur possession des lettres d'autorisation du gouvernement canadien leur autorisant à voyager et à revenir au pays. Ils ont aussi obtenu une lettre du gouvernement allemand leur autorisant un transfert d'avion sans faire de quarantaine. Il ajoute que le masque de type médical N95 était obligatoire sauf pour les courses. La distanciation de deux mètres était obligatoire pour tous sauf pour les personnes partageant la même bulle que lui. «Je partageais un petit appartement avec trois autres coéquipiers de mon groupe d'âge. Donc, avec eux, on formait une bulle.»

Un début de passion laborieux

Simon a commencé le ski de fond lorsqu'il avait 4 ans. «Petit, je faisais du ski de fond avec mes parents tout le temps. J'aimais ça sauf quand il faisait trop froid». À l'âge de 9 ans, ses parents lui ont proposé d'essayer le biathlon puisque le club de biathlon offrait une journée d'essai.

«Je leur ai dit : "Ben oui! Ça a l'air cool de tirer au fusil"». En rigolant, il se rappelle n'avoir pas eu de coup de foudre à sa première journée. Impossible de réussir à tirer une seule cible! Il a alors dit à ses parents ne pas avoir aimé son expérience, qu'il se trouvait mauvais et qu'il ne voulait plus jamais recommencer. «Mes parents m'ont dit d'essayer une autre journée, alors j'ai essayé une autre journée. J'ai peut-être touché 5 cibles. Je me suis dit : "OK, ce n'est pas si pire. Je vais essayer une autre journée"».

Une journée, deux journées, puis trois. Finalement, d'année en année, le biathlon est devenu son sport. L'enfant de l'époque n'aurait jamais imaginé représenter le Canada à ce sport un jour. Au mois de décembre prochain, le biathlète portera de nouveau le maillot à la feuille d'érable, ainsi que celui de l'Université de Laval aux Universiades, les jeux universitaires mondiaux.

Simon Gauthier [à gauche] est avec ses coéquipiers d'Équipe Canada pendant le Championnat du monde junior de biathlon. Crédit photo : courtoisie

CHRONIQUE

LES CONSEILS DU COACH

«L'ÉTÉ APPROCHE, J'AIMERAIS ME SCULPTER UN CORPS POUR LA PLAGE, DES CONSEILS?»

Ancien sportif de haut niveau, le journaliste Fuat Seker possède une grande expertise dans le domaine de la remise en forme et du coaching. Dans cette chronique du Franco, il répond deux fois par mois à vos questions dans le domaine de la remise en forme et du sport santé.
N'hésitez pas à nous écrire par courriel à ***redaction@lefranco.ab.ca***

Note du coach

Dans environ trois mois, c'est l'été, et ce genre de questions va commencer à être très fréquent. Même s'il est possible de perdre «du gras» et de gagner du muscle en même temps, ces deux processus sont à différencier. Si vous vous posiez la question, sachez que non, on ne transforme pas la graisse en muscles.

C'est grâce aux microtraumatismes que le processus de croissance musculaire s'enclenche. Ce sont les petites lésions musculaires engendrées lors de l'entraînement qui conduisent à l'augmentation de la taille des fibres formant les muscles. Pour schématiser la prise de masse musculaire, c'est lorsque l'organisme répare ces lésions en formant de nouvelles fibres plus épaisses et plus solides pour compenser les dommages et faire face à de nouveaux dégâts.

En revanche, pour la perte de poids, on parlera de la lipolyse, qui est le processus de dégradation des graisses en énergie utilisable par les muscles. Il y a plusieurs types de lipolyse, mais celle qui nous intéresse ici est celle de type adipocytaire. Elle élimine les graisses stockées contrairement à celle de type digestif qui provient de la dégradation des lipides alimentaires que l'on vient d'ingérer.

Autre précision : perdre du gras de façon localisée, c'est impossible, c'est un mythe. Qu'on le veuille ou non, c'est tout votre corps qui va bénéficier de cette perte de couche adipeuse.

Bref, tout est possible en trois mois et cela dépendra essentiellement de trois fondements à bâtir : l'entraînement, l'alimentation et le mental. Ces principes paraissent simples, mais sont extrêmement efficaces.

Cette année, Le Franco souhaite vous remettre en forme! La pandémie ne devrait pas être un frein à l'activité physique. Cette semaine, les conseils du coach ont pour objectif de vous aider à sortir bikinis et autres maillots de bain cet été. C'est le moment d'y penser !

1/ L'entraînement

Tout le monde sait que l'entraînement est la condition de base pour se muscler. Cependant, les gens ignorent souvent comment s'entraîner efficacement.

Pour avoir des muscles plus gros et plus esthétiques, il faut choisir un entraînement orienté vers le gain de masse musculaire. Pour faire grossir un muscle, je vous conseille la salle de sports, afin d'y soulever des poids.

Comme mentionné lors de mes dernières chroniques, si vous êtes débutants, je vous conseille fortement de vous faire accompagner par un coach afin d'apprendre à réaliser les mouvements. La sécurité en premier!

Pour gagner en masse musculaire le nombre de répétitions idéal pour chaque exercice se situe entre sept et 12 par série, avec trois à cinq séries par exercice. L'objectif est l'échec musculaire sur la dernière répétition. Les mouvements devront avoir une vitesse d'exécution lente pour travailler toutes les fibres du muscle.

Pour ce genre de programme, privilégiez un entraînement allant de 50 minutes à 1h30 maximum, à une fréquence de trois entraînements par semaine.

Il existe aussi des programmes qui sont à la fois bons pour brûler les graisses et efficaces pour développer vos muscles. On parle de circuit. L'autre avantage de ce genre d'entraînements est que l'effet sur le long terme s'auto entretient, puisque le muscle acquis va vous permettre de brûler plus de calories, au repos.

L'idéal est de réaliser des séances d'entraînement courtes d'environ 45 min, mais intensives, faites de mouvements très complets. Les circuits d'exercices avec des temps de travail intermittent sont parfaits pour atteindre cet objectif. (30 secondes de travail / 30 secondes de repos)

En ne dépassant pas 45 minutes, les entraînements ne sont pas assez longs pour puiser dans vos muscles et s'autodétruire. Au contraire, en choisissant des mouvements comme des squats, des pompes, du gainage, vos muscles seront très rapidement plus forts. Et donc plus développés.

Les programmes d'entraînement cardio tels que la course, le vélo, la natation, (etc…) sont excellents pour brûler les graisses, mais ne suffisent pas pour une prise de masse significative.

Pour travailler vos muscles de manière efficace, ne négligez pas l'échauffement qui doit durer entre 5 et 10 min.

2/ L'alimentation

L'alimentation est tout aussi importante que l'entraînement si l'on veut devenir musclé ou perdre du gras.

Si on travaille bien nos muscles sans leur donner à manger, ils ne grossiront pas vite. En même temps si on mange mal, en ingérant trop de sucre ou trop de lipides, notre corps aura tendance à prendre du gras.

Une alimentation qui permet un gain musculaire présente au moins deux caractéristiques. Une alimentation de qualité accentuée sur les protéines et une alimentation en quantité équilibrée.

Les muscles sont principalement composés d'eau (75%) et de protéines (20%). Pour gagner en musculature, il est donc vital de manger des protéines. Ceux-ci se trouvent naturellement dans nos plats (notamment dans la viande, le poisson et les œufs).

Pour avoir une alimentation riche en protéines, il faut absorber entre 1,5 et 2g de protéines/kg/jour. L'excédent de protéines sera éliminé par le corps. Par exemple, pour une personne qui pèse 70 kg, la quantité de protéine ingérée devra être d'environ 120 grammes chaque jour. Pour information, un steak de 100 grammes contient environ 20 grammes de protéines.

Inutile également d'essayer d'ingérer toutes les protéines de la journée en une fois, car le corps ne peut absorber les protéines que par tranche de 30 grammes.

Si vous souhaitez perdre du poids et obtenir une silhouette plus musclée en même temps, vous devez faire attention à votre apport calorique journalier (cf. chronique 2). Vous devrez faire attention à ne pas ingérer plus de calories que vous n'en dépensez.

De plus, s'il est primordial de conserver une alimentation équilibrée et variée pour ne pas avoir de carence, je vous conseille fortement de bannir les produits sucrés, et de diminuer fortement les produits gras.

Il est judicieux de varier vos sources de protéines. Par exemple, les protéines issues des légumineuses telles que le soja, le haricot, lentille n'apportent pas forcément tous les acides aminés essentiels pour le corps. Il faut donc les compléter par d'autres sources de protéines telles que la charcuterie, les œufs, le poisson...

3/ Le mental

Pour les athlètes de haut niveau, la gestion mentale est une aptitude essentielle pour se surpasser. Même à un niveau plus modeste, savoir gérer son mental est obligatoire si l'on veut progresser rapidement et durablement.

Déterminer ce qui nous motive et s'en servir pour les jours difficiles est un bon moyen d'être régulier et ne pas lâcher. On se le rappellera chaque fois que nécessaire. Une des astuces consiste à l'écrire et à l'afficher quelque part où on sera amené à le voir plusieurs fois au cours de la journée. Par exemple : un post-it sur le réfrigérateur.

Se fixer des objectifs réalisables est une des clés du succès, car l'une des raisons de l'abandon peut résider dans l'établissement d'objectifs inadéquats, et souvent trop élevés ou inatteignables. Pourquoi viser la lune? Rien ne sert de miser sur l'impossible, c'est le meilleur moyen de se décourager.

Fixez-vous un objectif raisonnable, en fonction de votre condition physique. Par exemple, si vous cherchez à perdre du poids, n'espérez pas plus de 2 kg par mois, c'est déjà bien assez. N'oubliez pas que les résultats viendront avec une pratique régulière, et donc avec le temps.

N'ayez pas peur de prendre le temps d'apprécier vos résultats. Ils sont une grande source de motivation. Le fait de progresser vous motivera davantage. Par exemple, pour vous motiver, prenez des photos de vous de temps en temps pour voir votre évolution et vous rappelez d'où vous êtes partis.

canaf
Centre d'accueil pour nouveaux arrivants francophones
Contactez-nous :
403-532-6334
1-855-512-2623 (sans frais)
info@canaf-calgary.ca
727, 7e avenue S.O. Suite 1560
Calgary Alberta T2P 0Z5
www.canaf-calgary.ca
Retrouvez-nous sur
Avez-vous choisi de vivre à Calgary ou dans une zone rurale en Alberta ?
Le CANAF vous offre divers services d'accueil et établissement : informations, orientation, références à toute votre famille.
Financé par :
Immigration, Refugees and Citizenship Canada
Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada

Gouvernement du Canada Government of Canada

INVITATION À SOUMETTRE UNE EXPRESSION D'INTÉRÊT CONCERNANT LA DISPONIBILITÉ DE LOCAUX À LOUER À EDMONTON (ALBERTA)

NUMÉRO DE DOSSIER : 81001904

Travaux publics et Services gouvernementaux Canada invite toutes les parties intéressées à soumettre une réponse, au plus tard le 9 avril 2021, concernant la disponibilité de locaux à bureaux à louer dans des immeubles à Edmonton, pour un bail de 10 ans débutant le ou vers le 1er juin 2023.

Pour voir la version intégrale de cette invitation et y répondre, veuillez consulter le www.achatsetventes.gcca/biens-et-services/location-de-biens-immobiliers ou communiquer avec Andrea Musgrave au 780-862-8744 ou à andrea.musgrave@tpsgc-pwgsc.gc.ca.

Canada

À vos côtés, à chaque étape

La pandémie de COVID-19 continue de mettre à rude épreuve les Albertains. Pour cette raison, le gouvernement de l'Alberta veut être à vos côtés, à chaque étape. Que ce soit par l'entremise de sa subvention pour les petites entreprises, de son allocation en espèce versée aux travailleurs essentiels et aux parents qui travaillent ou de son programme gratuit d'isolement à l'hôtel, incluant un soutien du revenu pour les personnes devant s'auto-isoler, il est là pour vous aider. Parce que protéger la vie et le gagne-pain des Albertains et Albertaines, c'est essentiel.

Découvrez nos programmes d'aide d'urgence

alberta.ca/LivesAndLivelihoods

PROTECTING
LIVES AND
LIVELIHOODS

Alberta

CALGARY

1 350 000 $ POUR ACCUEILLIR LES NOUVEAUX ARRIVANTS

Calgary ouvre ses portes à l'immigration. Le projet Communautés francophones accueillantes (CFA), sous la tutelle du ministère de l'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) tente de « rendre certaines collectivités plus accueillantes » pour les Franco-Albertains d'adoption. Crédit photo : Unsplash — Kyler Nixon.

Miser sur le « fait local » pour accueillir les nouveaux immigrants au Canada, c'est le mandat du projet des Communautés francophones accueillantes (CFA). À travers le pays, quatorze communautés franco-canadiennes minoritaires ont été sélectionnées par le ministère de l'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC). En Alberta, Calgary l'emporte. 1 350 000 $ serviront à financer des projets, sur trois ans.

Mélodie Charest
Journaliste

Ces fonds serviront à financer plusieurs projets. Aux termes de consultations, de l'établissement d'un plan de travail, mais aussi de la validation d'un conseil consultatif et d'IRCC, ce sont pour le moment cinq projets qui ont été retenus (voir hors-texte).

Tous répondent à un critère particulier, celui de « créer quelque chose de nouveau, une activité qui n'existe pas déjà dans la programmation habituelle [des associations ou organismes] », précise Salima Bouyelli, présidente du comité consultatif autour de ce financement.

Le fait local

« C'est une initiative qui a été épaulée par la Fédération des communautés francophones et acadiennes du Canada (FCFA) ainsi que les réseaux d'immigration francophone au niveau national», explique Erwan Oger, coordinateur du projet. Il ajoute qu'un système a été mis en place pour choisir des projets qui prennent en considération le « fait local ».

Selon lui, cette approche favorise un esprit « consultatif et collaboratif» afin d'offrir des services de qualité et donc mieux adaptés à la population immigrante. « C'est probablement à l'échelle locale que les gens ont la meilleure approche sur les projets qui aideront le plus leurs communautés ».

Le processus

Calgary avait été désignée communauté accueillante le 13 mars 2019. Depuis, le processus s'est divisé en deux phases. Le Réseau en immigration francophone de l'Alberta (RIFA) a conceptualisé le projet. C'est désormais au Centre d'Accueil des Nouveaux Arrivants Francophones (CANAF) de gérer la mise en place opérationnelle. Ces deux phases ont été supervisées par un conseil consultatif communautaire (CCC) de citoyens bénévoles.

Ce dernier doit « analyser en toute transparence et objectivité des propositions de projets ou d'activités, et faire des recommandations pour leur financement », précise sa présidente, Salima Bouyelli.

Les organismes communautaires ont été invités à « collaborer sur un plan de développement communautaire pour évaluer quel type de projet nous avons besoin. Il y a eu des tables de travail qui ont été organisées depuis mars 2019 jusqu'à l'été 2020 », ajoute-t-elle.

Les retombées de ce financement fédéral seront difficiles à évaluer, l'indicateur principal est le nombre de nouveaux immigrants francophones desservis.

Les projets retenus :

1. Un service d'accueil pour les nouveaux arrivants à l'aéroport de Calgary, proposé par l'Association canadienne-française de l'Alberta (ACFA) régionale de Calgary.

2. Une maison pour les jeunes francophones, incluant un mandat d'activités culturelles, sportives et éducatives. Celle-ci sera sous la gestion de Portail de l'Immigrant Association (PIA) .

3. Une offre de services de soutien à l'employabilité, proposée par le Centre d'Accueil des Nouveaux Arrivants Francophones.

4. Un programme de formation des enseignants du Conseil Scolaire FrancoSud, pour mieux servir les jeunes apprenants nouvellement arrivés à Calgary.

5. Une initiative d'Ambassadeurs de la diversité qui sera réalisé par le CANAF.

Un des projets selectionnés est la mise en place d'un service d'accueil pour les nouveaux arrivants à l'aéroport de Calgary.
Crédit photo : Unsplash Justin Hu.

Calgary est la ville pilote de la province de la rose sauvage pour ce projet. Crédit photo : Unsplash — Patrick Macvey

VALLÉE DE LA BOW

L'ACFA DE BANFF-CANMORE OFFRE UNE VISIBILITÉ AUX ENTREPRENEURS FRANCOPHONES

Valérie Themen, propriétaire du magasin Vertical Addition à Canmore. Crédit photo : courtoisie.

Étienne Alary, directeur général du Conseil du développement économique de l'Alberta. Crédit photo : courtoisie.

Qu'ils soient touristes ou résidents, les francophones de la vallée de la Bow ne sont plus seuls face à leur «English, so, so». L'ACFA Canmore-Banff avec la collaboration du Conseil du développement économique de l'Alberta (CDÉA) a regroupé dans un répertoire les entreprises et entrepreneurs offrant des services en français.

Gabrielle Beaupré
Journaliste

Cette idée résulte du désir de mettre en lumière et de faire connaître les entreprises et entrepreneurs francophones, explique Geneviève Poulin, présidente de l'ACFA Canmore-Banff. «On savait qu'on est dans une communauté dont les francophones sont très entrepreneuriales, mais on ne savait pas combien ils étaient et on ne savait pas où ils se trouvaient».

La première fois que l'idée a été mise sur la table du Conseil d'Administration remonte à cinq années. La présidente explique que le CA avait fait une demande de subvention à la ville de Canmore pour la réalisation de ce projet, mais que celle-ci avait été refusée. «On a alors mis le projet sur la tablette pendant quelques années et nous sommes revenus à la charge l'année dernière. Nous l'avons financé avec le fédéral et le CDÉA».

Un «timing» parfait

«Quand l'ACFA de Canmore-Banff nous a approché, on s'est rapidement joint à l'aventure en contribuant financièrement à l'organisation de ce projet», dit le directeur général du CDÉA.

La réalisation du répertoire est d'ailleurs un «timing» parfait pour Étienne Alary. Il note qu'avec la relance économique, le tourisme local sera encouragé dans la prochaine année. Ainsi, la création du répertoire d'entrepreneurs et d'entreprises francophones permettra aux voyageurs lors de leur présence dans la vallée de la Bow de trouver plus facilement les entreprises offrant des services francophones.

Le répertoire est divisé en 17 catégories comprenant bien artisanaux, commerces, hébergement et tourisme. 103 entreprises et entrepreneurs peuvent soit offrir un service en français en tout temps, sur demande et non garanti, ou seulement offrir de la documentation en français. La nature du service est indiquée dans le descriptif de chaque entreprise.

Une visibilité pour les entreprises

Valérie Themen, propriétaire du magasin Vertical Addition à Canmore, se dit étonnée qu'il n'y ait pas plus de personnes présentant leurs entreprises dans le répertoire puisqu'elle affirme que c'est une super belle initiative pour promouvoir les entrepreneurs francophones de la région. «Même si les gens ne nous connaissent pas, ils peuvent nous trouver», dit-elle.

Laurissa Brousseau, agente de projet et de communication du répertoire, souligne que le répertoire est toujours à l'affût pour ajouter de nouvelles entreprises et entrepreneurs. L'inscription est gratuite.

Pour consulter le répertoire : https://canmore.acfa.ab.ca/services/services-regionaux/

Laurissa Brousseau, agente de projet et de communication du répertoire. Crédit photo : courtoisie.

Geneviève Poulin, présidente de l'ACFA Canmore-Banff. Crédit photo : courtoisie.

Du soutien pour pouvoir avancer.

Vous avez servi dans les Forces armées canadiennes ou la GRC?

Il existe des services en matière de gestion financière, de perfectionnement professionnel, d'éducation, de mieux-être et de santé mentale, dont l'ESPT, qui pourraient vous fournir du soutien, à vous et à votre famille.

Obtenez le soutien nécessaire pour avancer, dès aujourd'hui.
veterans.gc.ca/services-acc **1-866-522-2022**

Anciens Combattants Canada | Veterans Affairs Canada

Canada

ÉDUCATION

DEUX NOUVELLES ÉCOLES FRANCOPHONES SERONT CONSTRUITES EN ALBERTA

Les parents d'élèves sont ravis. Le gouvernement albertain a annoncé ce 10 mars la construction de 14 nouvelles écoles, dont deux francophones. Le Conseil scolaire Centre-Nord (CSCN) aura le droit à une nouvelle école Claudette-et-Denis-Tardif à Sherwood Park. À Calgary, FrancoSud a obtenu un établissement scolaire à Silverado, dans le sud de la ville.

Gabrielle Beaupré
Journaliste

«Nous sommes ravis de cette nouvelle!», s'exclame Mireille Péloquin, la directrice de la Fédération des parents francophones de l'Alberta. Cette nouvelle s'inscrit dans l'investissement de 268 millions du gouvernement albertain pour la construction de 14 nouvelles écoles dans la province.

Besoin d'espaces à Sherwood Park

Ouverte en 2015, l'école Claudette-et-Denis-Tardif accueillait à l'époque 46 élèves. D'une superficie d'environ 1350 m2, elle atteint désormais sa pleine capacité avec 163 élèves. «L'annonce [du gouvernement] reconnaît le besoin d'espaces scolaires pour les élèves francophones de la région de Sherwood Park» reconnaît le besoin d'espaces scolaires pour les élèves francophones de la région de Sherwood Park», félicite Tanya Saumure, présidente du CSCN.

Présentement, l'établissement scolaire offre des classes de la maternelle jusqu'à la sixième année. Il ne possède pas de salle de musique ni de bibliothèque en raison d'espaces occupés par les services de garderie. La nouvelle école comptera quant à elle : la maternelle, l'élémentaire et le secondaire (6e à 12e année), en plus de locaux dédiés au parascolaire. Mireille Péloquin souligne : «Dès qu'il y a une école élémentaire, ça va de soi qu'il y a un service de garde offrant des services avant et après l'école». Tanya Saumure ajoute que «cette annonce est également l'aboutissement d'un travail acharné de la communauté de l'école Claudette-et-Denis-Tardif et du Conseil scolaire Centre-Nord pour la construction d'une école qui répond aux besoins de nos familles».

Contacté par Le Franco, le CSCN indique qu'il est actuellement à la recherche d'un site pour bâtir cette nouvelle école. Les détails concernant sa superficie et sa capacité d'élèves seront divulgués par la suite.

Une école à Calgary pour 700 élèves ?

Dans le quartier Silverado de Calgary, un nouveau complexe scolaire sera construit. Antoine Bégin, coordonnateur des communications pour le conseil scolaire FrancoSud indique que «le complexe pourrait accueillir 350 élèves de la maternelle à la sixième année ainsi que 350 élèves de la septième année à la douzième année».

L'élémentaire et le secondaire seront aménagés par leur propre installation. De plus, l'établissement scolaire inclura des services pour la petite enfance et une prématernelle.

Erwan Goasdoué, président du Conseil scolaire FrancoSud, déclare que cette annonce fait le bonheur du conseil scolaire et des familles du sud de Calgary puisque ces derniers attendent ce nouvel établissement depuis longtemps. «Il s'agit d'un projet novateur qui permettra d'améliorer l'accès à l'éducation francophone pour les élèves du sud de Calgary, en plus de leur offrir une expérience scolaire équivalente à celle offerte dans les écoles anglophones».

Antoine Bégin précise que ce nouvel établissement scolaire n'a pas encore de nom. «Il sera déterminé suite à une consultation de la communauté de l'école après l'ouverture».

L'actuelle école Claudette-et-Denis-Tardif. Crédit photo: courtoisie

GASTRONOMIE

LA NUTRITION FRANCOPHONE EST À L'HONNEUR

Le mois de mars n'est pas uniquement le mois de la francophonie albertaine pour Céline Bossé et AnneMarie Vaillancourt. C'est aussi le mois de la nutrition pour ces deux diététistes calgariennes. «Bon pour vous, et à votre goût!», tout un programme pour l'Association canadienne des diététistes.

Arnaud Barbet
Journaliste

Par Zoom ou en présentiel, Céline Bossé aime partager avec les jeunes (4 à 12 ans) ses petits trucs pour mieux manger. Cette diététiste, diplômée de l'Université de Montréal, aujourd'hui à Calgary, propose depuis déjà cinq ans ses ateliers «Cinq Épices» dans les écoles de la province.

Passionnée, elle sait qu'elle a les moyens de changer la destinée d'un grand nombre de jeunes victimes de problèmes nutritionnels. En effet, selon le rapport de l'UNICEF paru en 2019, *La Situation des Enfants dans le Monde - Enfants, nourriture et nutrition*, près d'un enfant sur trois est sous-alimenté ou en surpoids.

Une situation qui n'épargne pas l'Alberta. «Ici, le problème d'obésité est partout et cela ne s'arrange pas. Alors nous essayons de prévenir, de façon ludique grâce à des ateliers de cuisine où les jeunes découvrent comment cuisiner de nouveaux aliments frais et non transformés, de nouvelles saveurs, dans la bonne humeur et le plaisir», explique la diététiste.

Le plaisir d'abord

Car lorsque l'on parle de nourriture, Anne-Marie Vaillancourt rejoint sa consœur. Spécialiste en prévention de maladies chroniques et maintien ou perte de poids, elle mise elle aussi sur un plaisir global, entre bien-être physique et mental.

«C'est le plaisir de cuisiner, de partager ses repas en famille ou entre amis, de manger ce que l'on aime, en petite quantité. De bouger, de méditer, de prendre l'air dès qu'on en a besoin», explique-t-elle. Elle admet aussi qu'il faut contrôler son environnement, une mesure parfois difficile à mettre en place. «On mange trop, trop de bouffe! Dans les restaurants, les portions sont trop grosses, les industriels de l'agroalimentaire nous bombardent de marketing haut en sucre, en gras, et en sel», s'insurge-t-elle.

Elle met d'ailleurs en garde les parents qui auraient tendance à cultiver certaines habitudes de malbouffe intergénérationnelles, «être devant un film avec les pizzas, le popcorn et les sodas, une association d'aliments que l'enfant va avoir pour le reste de sa vie.»

C'est d'ailleurs pour cela que Céline Bossé encourage la prévention par une certaine pédagogie des bonnes pratiques. «L'éducation alimentaire est trop limitée. Il faut passer par le jeu, le plaisir et toucher le cœur de l'enfant», explique-t-elle.

Elle se remémore avec tendresse cette jeune fille qui n'osait pas goûter ce qu'elle venait de préparer, «ne pas la forcer, mais l'accompagner». Les enfants découvrent ensemble, à leur rythme et finalement, «certains en parlent à la maison, et les mauvaises habitudes changent».

La nutrition, le portefeuille, et nos valeurs

Sans réfuter les difficultés sociales d'une certaine clientèle, la diététiste AnneMarie Vaillancourt insiste : «bien manger en petite quantité coûte moins cher que de manger en grande quantité». Un adage parfois difficile à mettre en œuvre, mais «une approche globale de la personnalité du client est souvent gagnante», explique-t-elle.

Elle propose d'ailleurs une mise en situation, et invite chacun de nous à choisir 5 valeurs qui reflètent le bien-être, «si l'une d'entre elles est en péril, il faut agir». Elle insiste sur l'aspect individuel et unique de chacun et sa réponse comportementale aux maux de notre société.

Pour Céline Bossé, la malnutrition rime aussi trop souvent avec précarité et préjugés. «Derrière un problème nutritionnel se cache autre chose, une anxiété, un mal-être, des difficultés sociales», prévient-elle. Elle insiste sur l'importance de demander de l'aide, de croire en ses valeurs, de prendre conscience que le métabolisme de l'un n'est pas celui de l'autre. «Notre alimentation, c'est aussi notre identité. Il faut la préserver.»

Par expérience, elle souligne qu'il est malheureusement plus facile de blâmer une personne sans-le-sou qui achète une pizza très médiocre aux rayons surgelés, plutôt que de remettre en question l'industrie agroalimentaire dans son ensemble et notamment les prix exorbitants des produits frais. Des tarifs qui d'ailleurs ne sont pas près de baisser si l'on en croit le *Rapport canadien sur les prix alimentaires à la consommation 2020* rédigé par Sylvain Charlebois, chercheur à l'Université Dalhousie à Halifax.

Nos deux spécialistes se rejoignent sur la nécessité de ce Mois de la nutrition, qui permet de lever le voile sur un problème de société qui en cache souvent d'autres. Céline Bossé le sait, «l'aspect alimentaire n'est jamais loin de l'aspect psychologique de l'être humain». AnneMarie Vaillancourt conclut, «vous pouvez manger de tout, mais pas tout!

AnneMarie Vaillancourt, est spécialisée en prévention de maladies chroniques et en maintien ou perte de poids. Crédit photo : courtoisie.

AnneMarie Vaillancourt a choisi le ski sans neige. Une plaisanterie pour inciter les gens à bouger régulièrement, créer du mouvement, même quelques minutes. Crédit photo : courtoisie.

Céline Bossé fait la part belle à ses ateliers de cuisine Cinq Épices Alberta, une belle manière d'apprendre la nutrition pour les petits et les plus grands. Crédit photo : courtoisie.

Mini-quiches florentines

Rendement : 4 portions
Coût par portion : 0,59 $

Ingrédients

2		Œufs
60 ml	(¼ tasse)	Lait
5 ml	(1 c. à thé)	Moutarde de Dijon
30 ml	(2 c. à table)	Épinards hachés, décongelés et égouttés
125 ml	(½ tasse)	Fromage cheddar fort râpé
4 brins		Ciboulette, ciselée
		Tortillas de blé entier
8		Moules à tartelette en aluminium (7,5 cm ou 3 pouces)

Méthode

1. Préchauffer le four à **375˚ F** (190˚ C).
2. Battre les œufs et y incorporer le lait, la moutarde, les épinards, le fromage et la ciboulette.
3. En utilisant un gabarit d'environ 10 cm de diamètre, couper 8 cercles de la même grosseur dans les tortillas, puis les déposer dans le fond des moules à tartelette.
4. Verser 30 ml (2 c. à table) de la préparation aux oeufs dans chaque moule.
5. Déposer les moules sur une plaque de cuisson et cuire au four environ **15 minutes**.

Note
*Pour faire une seule **grosse quiche**, il suffit de déposer une tortilla entière dans le fond d'une assiette à tarte profonde, de 24 cm (10 pouces) de diamètre et d'y verser la préparation. La quiche devra ensuite être cuite au four pendant 30-35 minutes.*

Bon appétit !

Ateliers cinq épices

Une recette facile pour les tous petits.
Crédit photo : Céline Bossé / Ateliers Cinq Épices.

Plus d'informations :

Suivez le guide alimentaire : https://guide-alimentaire.canada.ca/fr/

AnneMarie Vaillancourt : www.dietitiansweightloss.ca

Céline Bossé - Cinq Épices Alberta : celineb.dt.p@gmail.com, https://cinqepices.org/

Rencontre du CA provincial de l'ACFA des 3 et 6 mars 2021

Par visioconférence

ACFA

POINTS SAILLANTS

RAPPORT DE LA PRÉSIDENTE

Au cours des dernières semaines, la présidente a été active sur plusieurs dossiers. Le document de réforme sur les langues officielles proposé par la ministre Mélanie Joly a engendré plusieurs rencontres auxquelles l'ACFA a pris part. Ultimement, l'ACFA a accueilli favorablement ce document et continuera à travailler afin qu'un projet de Loi sur les langues officielles modernisé soit déposé rapidement à la Chambre des communes. La présidente a aussi entamé une série de rencontres politiques avec des élus provinciaux dans le cadre d'Équipe FRAB, pendant le Mois de la francophonie albertaine.

Rapport du secrétariat provincial de l'ACFA

La directrice générale a présenté le rapport du secrétariat provincial de l'ACFA du 1 er avril au 31décembre 2020, lequel a été remis à Patrimoine canadien.

Finances

Les administrateurs ont adopté le bilan financier du 1 er juillet 2020 au 31 décembre 2020.

Statuts et règlements des ACFA régionales

Les administrateurs ont adopté les modifications aux Statuts et règlements des ACFA régionales suivantes : Calgary, Camrose / Battle River (cercle local), Plamondon / Lac La Biche et Saint-Paul.

Adhésion

La proposition de mettre en place un comité de l'adhésion incluant des représentants de l'ACFA et des ACFA régionales a été adoptée.

Campus Saint-Jean

Les administrateurs ont reçu une mise à jour dans le dossier du Campus Saint-Jean. La directrice générale a aussi partagé les grandes lignes de la stratégie de financement qui sera lancée dans les prochaines semaines.

Équité, diversité et inclusion

Dans le cadre du travail sur l'équité, la diversité et l'inclusion, les administrateurs ont reçu le premier rapport de la firme Future Ancestors. Le comité de politiques étudiera les modifications proposées aux statuts et règlements, politiques et autres documents de l'ACFA. Puis, le tout sera présenté au CA provincial de l'ACFA, dans le cadre d'une rencontre dédiée à ce sujet.

Journal Le Franco

Donnant suite aux décisions prises lors de l'Assemblée générale extraordinaire, tenue le 12 décembre 2020, les administrateurs ont adopté le plan stratégique du Journal Le Franco, le plan de restructuration et le profil des compétences des administrateurs.

Élections à L'ACFA

Puisque l'année 2021 constitue une année électorale à l'ACFA, la procédure à cet effet a été enclenchée. Des personnes ont été proposées pour faire partie de la Commission électorale.

Mise en place de comités

Étant donné le contexte de la pandémie de Covid-19 qui réduit le temps des rencontres, les administrateurs se sont engagés sur divers comité afin d'avancer les dossiers prioritaires identifiés par le CA provincial de l'ACFA.

La prochaine rencontre du Comité exécutif de l'ACFA aura lieu le 24 mars 2021. La prochaine rencontre du CA provincial de l'ACFA est prévue les 26, 29 et 30 mai 2021.

SECRÉTARIAT PROVINCIAL DE L'ACFA

La Cité francophone
8627 rue Marie-Anne-Gaboury
Pavillon II, Bureau 303
Edmonon, Alberta T6C 3N1

Tél.: 780 466-1680
Télec.: 780 826-1923
acfa@acfa.ab.ca
www.acfa.ab.ca

Suivez-nous : acfaab

VIVRE EN FRANÇAIS EN ALBERTA !

L'ÉQUIPE

SIMON-PIERRE POULIN | **DIRECTEUR** | DIRECTION@LEFRANCO.AB.CA
GEOFFREY GAYE | **RÉDACTEUR EN CHEF** | REDACTION@LEFRANCO.AB.CA
PUBLICITÉ | MARKETING@LEFRANCO.AB.CA
SARAH THERRIEN | **RESPONSABLE COMMUNICATION / MARKETING ET DÉVELOPPEMENT COMMUNAUTAIRE**
VALÉRIANE DUMONT | **ADJOINTE ADMINISTRATIVE ET MARKETING** | RECEPTION@LEFRANCO.AB.CA
MÉLODIE CHAREST | **JOURNALISTE** | JOURNALISTE@LEFRANCO.AB.CA
GABRIELLE BEAUPRÉ | **JOURNALISTE** | REPORTAGE@LEFRANCO.AB.CA

CORRESPONDANTS ET CHRONIQUEURS
FUAT SEKER | ARNAUD BARBET |

Le Franco est la propriété de l'ACFA. Au niveau national, il est représenté par Lignes agates marketing (anne@lignesagates.com I 905 599-2561). Le Franco est imprimé par Central Web, à Edmonton. La reproduction d'un texte ou d'une photo par quelque procédé que ce soit, est strictement interdite sans l'autorisation écrite du journal.

Lettres ouvertes : Le Franco est ouvert à la publication de lettres ouvertes. La rédaction se réserve le droit de limiter la longueur du texte ou de ne pas publier la lettre si le contenu est jugé diffamatoire. L'auteur doit être identifiable.
Annonces : Les clients ont 15 jours après la date de parution pour nous signaler des erreurs. La responsabilité du journal se limitera au montant payé pour la partie de l'annonce qui contient l'erreur, si l'erreur est celle du Franco.
Avis lecteurs : N'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires en écrivant à l'adresse reception@lefranco.ab.ca

Alberta Weekly Newspapers Association
Lignes Agates Marketing
APF Association de la presse francophone | FIER MEMBRE
CentralWeb Heatset & Coldset Web Printing

Nous reconnaissons l'appui financier du gouvernement du Canada.

Canada

OPINION

QUESTIONNEMENT SUR L'IMPORTANCE DE LA LOI SUR LANGUES OFFICIELLES

Ces pages sont les vôtres. Le Franco souhaite donner la possibilité aux lecteurs d'exprimer leurs opinions. Cette semaine, Fernand Denault, résidant à Edmonton, remet en cause la *Loi sur les langues officielles* qu'il juge comme un instrument utile à l'assimilation des Canadiens francophones.

Fernand Denault
À titre citoyen

Il arrive parfois que quelque chose soit créé avec la meilleure intention, mais que cette action, après plusieurs concertations et autant de compromis, n'atteigne d'aucune façon la visée. Je vous soumets que ce serait le cas, ici, avec une loi qui ne s'applique qu'au gouvernement fédéral du Canada. Ce gouvernement ne s'occupe même pas d'insister sur son respect dans ses trois colonies canadiennes.

L'application de cette *Loi sur les langues officielles* est surveillée par un agent du Parlement : le commissaire aux langues officielles du Canada. Ce dernier n'a que des fonctions limitées. Il peut faire la promotion des langues officielles, recevoir des plaintes, mener des enquêtes, présenter des recommandations et de temps en temps se permet de participer comme intervenant dans des causes avancées devant les tribunaux. Cependant, il demeure un agent parlementaire, sans aucun pouvoir exécutoire.

Je vous suggère qu'on se doit d'apprécier tout le travail qui se fait par tout ce beau monde, plein de bonnes intentions et de bonne foi, tel que le commissaire et ses employés, nos représentants communautaires et, de temps en temps, quelques élus et appointés parlementaires afin d'améliorer la portée limitée de cette loi. Même si au fond, il ne s'agit que d'embellir les murs d'une boîte ou les barreaux d'une cage.

Je me demande. Qu'arriverait-il si cette loi n'existait pas? En son application, ne sert-elle pas tout simplement à minimiser l'importance de notre droit de citoyen en province? Nous sommes citoyens à parts égales en Alberta. Pour quelle autre raison ne respectons-nous pas nos origines, notre sens identitaire ou notre choix linguistique, reconnu comme une des deux langues officielles au Canada? Pourquoi le Canada n'intervenait pas lorsque l'Alberta nous enlevait nos droits quelques années après avoir signé la Charte? Pourtant, le Canada est un pays qui enchâsse dans sa *Charte des Droits et Libertés* que ses deux langues officielles sont égales et que ses citoyens sont égaux entre eux, qu'importe l'origine, la race, l'ethnicité, la couleur, l'âge, la religion, le sexe ou la déficience mentale ou physique. Cette absence fédérale démontrait-elle le respect d'un engagement politique pour obtenir la signature de l'Alberta à la Charte?

La Loi sur les langues officielles ne s'applique qu'aux institutions dans la portée des pouvoirs du gouvernement fédéral. Elle n'est appliquée que sporadiquement advenant des plaintes et du bon vouloir de certains de nos élus.

« QU'ARRIVERAIT-IL SI CETTE LOI N'EXISTAIT PAS ? »

- Fernand Denault

Cette loi ne sert-elle pas plutôt à poser un nuage d'ambiguïtés sur le respect de notre droit à l'égalité, sur le respect de notre dignité, de notre sens identitaire, de notre culture et de notre choix de vivre au Canada sans discrimination?

Est-il possible que cette loi fédérale, dans son application, serve plus à convaincre ceux qui se voient supérieurs à nous de la fausse croyance que nos droits de citoyens albertains d'expression française n'ont pas d'importance en Alberta? Est-il possible que l'application sporadique de cette loi supporte l'idée que nous ne bénéficions pas des mêmes droits qu'eux et que nos droits au respect et à l'égalité ne font pas le poids des autres droits constitutionnels?

Est-il possible que l'application de cette loi permette à la majorité de juger négligeables nos droits? Une majorité, d'ailleurs, complice d'élus de faible conviction à la recherche constante d'un soutien populaire. Cette interprétation nuisible encourage-t-elle les actes suprémacistes à notre détriment?

Puisque l'ambiguïté et l'interprétation du droit ne font pas bon ménage, est-il surprenant que le gouvernement albertain se permette tant d'attaques préjudiciables à notre égard? Est-il surprenant que nos élus, ceux qui se disent plus ouverts à l'application d'une justice sociale, voulussent v'là quelques années, lorsqu'ils étaient au pouvoir, reconnaître notre existence tout en stipulant qu'il n'y aurait pas de droit raccroché à cette reconnaissance?

Je crois que la reconnaissance de notre égalité réelle ne dépend pas de la *Loi sur les langues officielles* puisqu'elle n'a qu'une application en juridiction fédérale et que ce respect de base à tout citoyen est déjà adéquatement exprimé dans la Charte.

Je crois également que cette loi nous embarque aveuglément dans un discours sans issue depuis plusieurs décennies et que nous avons sauté aveuglément dans cette boîte. On y entra comme un troupeau de moutons se dirigeant vers l'enclos, cherchant la protection contre les morsures aux chevilles infligées par les chiens du berger qui nous arrache nos agneaux à leur guise… L'assimilation.

Nous devons entamer le vrai discours pour mettre fin aux discriminations.

Les aînés en savent beaucoup,
mais il y a toujours plus à savoir.

Pour un âge d'or sûr et paisible, renseignez-vous sur les programmes et services pour les aînés, comme les avantages du Régime de pensions du Canada, le Supplément de revenu garanti bonifié et la prévention de la fraude.

Rendez-vous à Canada.ca/aines ou appelez au 1 800 O-Canada (1 800 622-6232)

Gouvernement du Canada Government of Canada

Canada

OPINION

C'EST VRAI, JE L'AI LU SUR INTERNET !

Photo d'illustration. Crédit photo : Libre de droits/ Mike MacKenzie/ Flickr.

L'organisation Le français pour l'avenir a dévoilé ce 10 mars la liste des gagnants du Concours national de rédaction 2020. Sur 387 adolescents participants, 96 ont obtenu une bourse d'études. Les étudiants de la 10e à la 12e année devaient rédiger un texte qui répond à la question « En quoi les fausses nouvelles ont-elles modifié ton rapport avec les informations médiatiques ? » Le Franco souhaite partager avec ces lecteurs le travail de Félix Rondeau, étudiant à l'Université de Lethbridge, qui a obtenu la somme de 2000$.

Felix Rondeau
Collaboration avec
Le français pour
l'avenir

L'information est une arme puissante, que ce soit pour comprendre le monde qui nous entoure ou pour atteindre des fins parfois douteuses. Quand cette information est fausse, ceci peut créer de sérieux problèmes au sein de la société. La fausse information est devenue une chose bien banale que je rencontre quotidiennement. Cela est devenu ma réalité dans un monde interconnecté. Avec le temps, je ne fais plus confiance aux nouvelles repostées sur les médias sociaux. Il est devenu plus difficile de discerner les vraies nouvelles au milieu des fausses. Certains individus peuvent se laisser influencer facilement par les fausses nouvelles sur les médias sociaux, comme par exemple les jeunes et les personnes âgées. Par contre, personne, même moi, n'est à l'abri du phénomène des fausses nouvelles. Toutes les tranches de la société peuvent être touchées.

Mais pourquoi créer de fausses nouvelles ? En surface, la fausse nouvelle semble inutile, elle n'a aucun but à part de faire réagir les lecteurs. En approfondissant mes recherches, les motivations qui poussent à la création de ces fausses nouvelles prennent un ton sinistre. Mais pour comprendre, il faut être capable d'en distinguer certaines catégories. Il y en a plusieurs et les buts sont très différents. Le type de fausses nouvelles le plus répandu est de simples exagérations ou la création d'histoires pour obtenir une réaction de la part des lecteurs.

Souvent, ce genre de nouvelles est mis en ligne par des trolls qui désirent tout simplement voir les utilisateurs réagir. Souvent, ceci crée des réactions violentes, des insultes qui sont dirigées envers la cible de la nouvelle ou envers les autres utilisateurs qui interagissent avec la nouvelle.

Certains types de fausses nouvelles ont d'énormes conséquences dans le monde réel. Ce type de nouvelle est un danger aussi pour ma génération. Elles ont pour seul but de permettre à l'auteur des gains politiques, monétaires ou sociaux. Elles peuvent même engendrer de la violence ou la radicalisation de certains lecteurs qui y voient, dans cette nouvelle, une menace. Par exemple, j'ai lu plusieurs fausses nouvelles au sujet du virus de la COVID. Certaines de ces fausses nouvelles affirment que ce virus aurait été créé dans un laboratoire en Chine. Dans cet exemple, cette nouvelle a été créée dans le seul but de propager les visions racistes de l'auteur. Celle-ci blâme la Chine et encourage la discrimination envers les personnes de descendances asiatiques en Amérique du Nord. Ce genre de nouvelle a pour but d'amener les autres lecteurs à adhérer à une idéologie en utilisant la peur pour justifier un point de vue.

Un élément a amené le changement de ma relation avec les médias et a pris de l'ampleur au courant des dernières années. Ceci est appelé la mentalité du troupeau virtuel. Ce phénomène se voit surtout sur des sites comme Instagram, Facebook et Twitter où il est facile de reposter ce que quelqu'un d'autre a partagé. Il suffit seulement de cliquer sur un bouton pour reposter et cela se fait en quelques secondes. Il n'est même pas nécessaire d'avoir lu la nouvelle ! Ceci permet la propagation de fausses nouvelles à des vitesses jamais vues auparavant, un phénomène que je trouve très inquiétant.

Des nouvelles qui auraient été peu connues auparavant sont devenues virales au bout de quelques heures. Si cette nouvelle devient virale, elle donnera à l'auteur le pouvoir de changer les idéologies des gens. Ce phénomène a beaucoup de pouvoir dans notre société moderne. Un exemple récent est au sujet de la brutalité policière. Il était tellement facile de propager l'information même avant que certains faits ne soient vérifiés de façon officielle. Certains individus ont poussé certains narratifs, qu'ils soient vrais ou faux, et ont été repris comme étant véridiques par les utilisateurs de média sociaux. Ceci a pour conséquence d'amener un changement dans l'opinion publique. En conclusion, les fausses nouvelles ont le pouvoir de changer notre monde, parfois au mépris de certains groupes, individus, idées ou idéologie et dans certains cas, dans le but de faire des gains politiques, sociaux et/ou économiques. Ce qui m'inquiète avec cette façon de s'informer est que si les gens l'ont lu, ils y croient sans nécessairement aller vérifier leurs sources. Les fausses nouvelles se sont répandues comme une traînée de poudre.

Le même sensationnalisme qui fait passer les ragots d'un voisin à l'autre, jusqu'à ce que tout le village le sache, fait voyager les fausses nouvelles au monde en quelques minutes. Ce genre de nouvelles est devenu extrêmement efficace, entre autres par la facilité de publication sur les médias sociaux, et encouragé par le phénomène social de la mentalité de troupeaux. Ceci change la relation que j'ai avec les médias. Enfin, je me pose la question : doit-on croire ce qui est rapporté sur les médias sociaux ?

Dr. MARC COULOMBE
DENTIST
CANADA PLACE DENTAL
9828-101 A ave. Edmonton, AB. T5J 3C6
Phone : 780 - 424 - 6272
Fax : 780 - 424 - 9327
E mail : the_dental_studio@hotmail.com
www.edmontondentalstudio.com

MD
McCUAIG DESROCHERS LLP
BARRISTERS SOLICITORS AVOCATS

**Notre Expérience.
Votre Avantage.**

Nous exerçons dans plusieurs domaines de droit y compris le droit des affaires, le droit d'immigration et le droit de la famille.

Pierre C. Desrochers, c.r. • C. Vincent Kurata •
Justin E. Kingston • Céline G. Bégin • Patrick W. Coones

2401 TD Tower,10088 - 102 Avenue, Edmonton, Alberta T5J 2Z1
T 780.426.4660 F 780.426.0982 -
www.mccuaig.com

DR. CLAUDE BOUTIN ORTHODONTIST
wired wireless

Dr Claude Boutin
B.Sc, D.D.S., D. Ortho., F.R.C.D
Spécialiste certifié en orthodontie

- *Orthodontie pour les enfants et les adultes*
- *Services en français*
- *Cabinets de traitement privés et modernes*
- *Technologie de pointe*
- *Aucune référence nécessaire*

Tél. : (403) 284-5202
www.drboutin.com

Market Mall Executive Professional Centre
Suite 124 – 4935 40 Avenue N.O.
Calgary, AB T3A 2N1

Impliquez-vous au Franco

Les directions du Franco et de l'ACFA sont à la recherche de 3 à 5 personnes pour faire partie du Conseil d'administration du Franco.

VOUS VOUS RECONNAISSEZ DANS L'UN DES 5 PROFILS SUIVANTS ?

Spécialiste du milieu des affaires et du développement d'entreprise

Le journal doit diversifier et pérenniser ses sources de revenus. Pour se faire, il devra établir de nouveaux partenariats avec des organisations privées.

Un regard critique sur l'offre publicitaire, les finances, les ressources et les projets du Franco est crucial.

Spécialiste du milieu de l'éducation en Alberta

Le journal doit rebâtir des ponts avec les conseils scolaires francophones et plus largement tout le milieu éducatif en Alberta. Son contenu est une ressource pédagogique, un outil de transmission et de fierté, encore inexploité.

Nous aurons besoin de conseils et d'expertise pour favoriser la liaison entre le journal et ce milieu.

Spécialiste de l'expérience communautaire

Les chefs de file de la communauté francophone en Alberta ont eu historiquement un fort attachement au journal.

Il est impératif de maintenir ce lien et de le fortifier. Le journal dépend encore largement de subventions gouvernementales. Nous jugeons qu'une expertise associée à cette réalité s'impose.

Spécialistes des tendances numériques

La manière dont on consomme l'information et leur monétisation ont drastiquement changé ces 20 dernières années. L'intégration numérique, représente un défi pour tous les médias.

Les nombreuses possibilités d'avenir requièrent une vision stratégique qu'un.e tel.l.e spécialiste contribuerait à établir.

Spécialiste des médias

Le Franco évolue dans un écosystème médiatique unique et doit adapter sa stratégie aux tendances de
cette industrie en pleine transformation.

Un.e allié.e du journal avec une vision d'ensemble, nationale, de la réalité des médias et des diffuseurs contribuera à notre succès.

Nous encourageons les candidatures de toute personne qui s'identifie avec les profils présentés. Le Franco s'engage à effectuer la sélection de manière équitable, diversifiée et inclusive.

Nous encourageons les candidatures des personnes issues d'une minorité visible, des Néo-Canadiens, des autochtones ou des personnes handicapées et tous ceux qui peuvent contribuer à la diversité régionale en phase avec la mission et les objectifs stratégiques du journal.

Entré en fonction officielle : octobre 2021

Envoyez-nous une lettre d'intention avec quelques lignes sur votre expérience à : **direction@lefranco.ab.ca**

Vous avez jusqu'au 31 mars !

LE FRANCO

BESOIN D'INFORMATION JURIDIQUE?

Nous sommes là pour vous aider!

Par téléphone Sans frais 1 844 266-5822

Par courriel question@infojuri.ca | www.ajefa.ca

Service d'assermentation gratuit à Edmonton

CENTRE ALBERTAIN D'INFORMATION JURIDIQUE
AJEFA DROIT AU CŒUR DE LA COMMUNAUTÉ