



## **Un message de la Thunderbird Partnership Foundation**

9 Avril, 2020

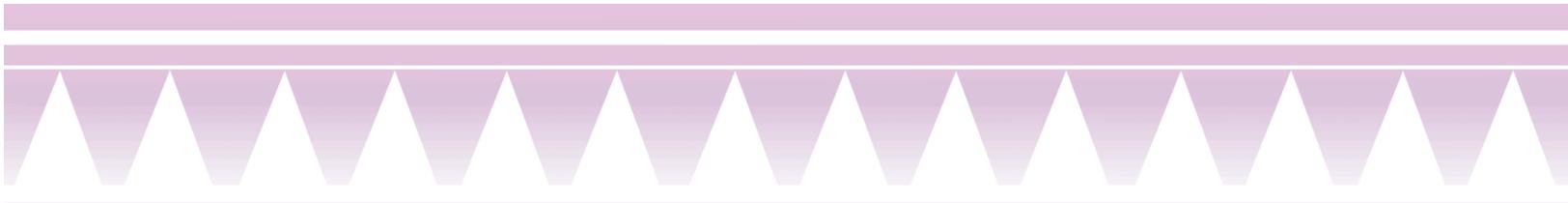
### **Cadre du continuum du mieux-être mental des Premières Nations et COVID-19 : Un message d'appartenance pour soutenir le mieux-être mental**

La vision du mieux-être mental des Premières Nations est un équilibre entre l'espoir, l'appartenance, le sens et le but. Ces quatre mots s'appliquent à l'ensemble de l'humanité. La présente communication porte sur notre capacité de soutenir un plus grand sentiment d'appartenance pendant cette pandémie de la COVID-19. Nos relations avec la famille, la communauté, la terre et l'ensemble de la Création renforcent notre sentiment d'appartenance. Ces relations soutiennent une attitude positive face à la vie, que nous exprimons souvent en pensant à toutes nos relations.

L'appartenance est à la base des relations. Maintenant plus que jamais, nous cherchons tous des moyens de maintenir nos relations et de nouvelles façons de rester liés. Il y a de quoi se réjouir en constatant la créativité des Premières Nations. Les plateformes virtuelles et les médias sociaux sont de plus en plus utilisés pour maintenir nos relations. Ce sont là de bons exemples pour garder une attitude positive face à la vie.

Pourtant, nous savons que plusieurs ne peuvent pas quitter la maison pour différentes raisons ou n'ont pas de connexion Internet. Nous devons aussi nous rappeler que bon nombre de communautés se préparent aux potentielles inondations qu'amèneront la neige et la glace qui fondent au printemps, ou aux feux causés par les forts vents.

L'expression toutes nos relations reflète les valeurs de respect des Premières Nations et nous aide à mieux comprendre que tous les êtres de la Création sont liés et font partie du cycle de la vie. Chaque fois que nous recevons quelque chose, nous sommes reconnaissants pour cet acte de gentillesse, ou cette bénédiction de l'Esprit, ou ce cadeau, en exprimant toutes nos relations. Nous voulons étendre cette bénédiction aux autres. Nous ne pensons jamais qu'à nous. Nous nous souvenons de toutes les personnes avec qui nous sommes liées. Pour nous aider les uns les autres à développer et à maintenir ce lien avec les autres, nous devons écouter les histoires et les



enseignements de nos communautés au sujet de nos relations. Alors que nous réfléchissons à nos relations, nous devons aussi penser à notre relation avec la neige et l'eau. La neige est un élément essentiel de la Création et le gel permet de s'assurer que la Terre se repose et peut se renouveler. Le gel purifie l'eau. Ces deux éléments sont nécessaires à la vie. Nous ne parlons pas souvent de cet enseignement des principes lorsqu'il est question d'inondation et de vent. Nous pouvons apprendre les expériences qu'a vécues notre communauté en regard de la terre, des animaux, des poissons et des plantes utilisées pour les médicaments puisqu'elles constituent un aspect important de qui nous sommes. Nous pouvons exprimer notre compassion pour la terre, la neige, le vent et l'eau en reconnaissant leur rôle dans notre santé et notre rôle dans leur santé.

Une bonne façon de faire preuve de respect envers tout notre entourage au sein de la Création consiste à nous rappeler ce que nous offrent traditionnellement nos communautés au printemps, et les relations que nous avons avec l'eau, le vent ainsi que l'esprit de l'hiver et du printemps.

Prenez soin de vous et entretenez toutes vos relations.

Carol Hopkins, O.C., M.S.S., LL.D. (avec distinction)  
Directrice générale  
Thunderbird Partnership Foundation

