




MIKUNISS

AUTOMNE 2017, Vol. 5, No. 4

SOMMAIRE

Vœux 2018 1
*Environnement :
 conservation et éducation* 2
Recherche et développement..... 6

DATES À RETENIR

- 23 janv.** – Revue des pairs sur la crevette
- 30-31 janv.** – Prochaines réunions des administrateurs de l’AMIK
- 8-9 fév.** – Formation sur la sécurité des navires du Comité permanent sur la sécurité des bateaux de pêche du Québec à Rimouski
- 13-14 fév.** – Revue des pairs sur le crabe des neiges
- 21 fév.** – Revue des pairs sur la mactre de stimpson
- 27 fév.** – Revue des pairs sur le capelan
- 13 mars** – Revue des pairs sur le turbot

BONNE ANNÉE 2018 !

Kuei Kassinu Innuat

En ce début d’année 2018, l’équipe de l’AMIK souhaite adresser ses meilleurs vœux à ses communautés membres et à tous ses partenaires ! Nous souhaitons la poursuite de nos collaborations fructueuses et la réalisation de nos objectifs de support de nos communautés membres dans la gestion durable de leurs ressources halieutiques.

Dans ce numéro, nous revenons sur quelques projets et événements qui ont touché l’AMIK à l’automne 2017.

En vous souhaitant encore une fois une bonne année et une bonne lecture de cette nouvelle édition de notre bulletin trimestriel !

Léo St-Onge, directeur général de l’AMIK



© Éli Laliberté

ENVIRONNEMENT : CONSERVATION ET ÉDUCATION

ENVIRONMENT : CONSERVATION AND EDUCATION

À LA DÉCOUVERTE DU PLANCTON !

L'AMIK a eu la chance de recevoir, en septembre dernier, un spécialiste français du plancton, le biologiste retraité Pierre Mollo. Ce dernier cumule 40 années d'expériences en recherche et expérimentations sur le « petit peuple de la mer », le surnom qu'il donne au plancton, et partage avec enthousiasme sa passion. Inlassable promoteur du plancton, Pierre Mollo est venu au Québec, et spécifiquement à Sept-Îles, pour partager ses connaissances et susciter l'intérêt des citoyens et des jeunes envers ce petit peuple de la mer.

Dans le cadre de son voyage, Pierre Mollo a offert une conférence au festival de l'environnement de Sept-Îles, le 16 septembre 2017, intitulée « Le plancton, un aliment pour tous ». L'école secondaire Manikanetish de la communauté innue de Uashat mak Mani-Utenam a aussi accueilli Pierre Mollo pour quatre ateliers. L'AMIK a également organisé deux activités en laboratoire avec les étudiants en sciences de la nature du CÉGEP de Sept-Îles, qui ont été captivés par le personnage. Nous devons dire, que nous aussi, à l'AMIK, nous avons été charmés par le dynamisme et la générosité du chercheur dans son partage de connaissances.

Afin de pouvoir nous entretenir sur le plancton, Pierre Mollo allait chaque matin à la pêche avec son filet à plancton afin de pouvoir illustrer ses propos par des observations au microscope. Par ailleurs, l'équipe de l'AMIK a reçu une brève formation sur le plancton et nous avons tous eu un coup de cœur sur le sujet. D'ailleurs, la vision de Pierre Mollo rallie les préoccupations des communautés innues pour les générations futures. Et comme le plancton est la base de la vie marine, l'importance de le préserver devient vite une évidence.



Pierre Mollo avec son filet à plancton © AMIK



L'équipe de l'AMIK et Pierre Mollo © AMIK



Soazig Le Breton et Pierre à la pêche matinale © AMIK

« La mer, les océans, les petites mares de bord de côte ont d'abord été mon terrain de jeu, puis l'objet de mon travail, et toujours pour moi une source d'inspiration et de création. À travers une goutte d'eau, j'observe des myriades de petites vies marines, j'admire, je m'émerveille, puis je prends conscience que, demain, elles seront les protéines halieutiques de l'humanité. Ma vie d'enseignant-chercheur m'a démontré que le plancton est vital pour l'homme et qu'il devrait faire l'objet d'une protection à la mesure de son importance. La préservation du plancton doit rapidement devenir une préoccupation citoyenne si nous voulons que la mer soit féconde pour les générations futures. »

Pierre Mollo, spécialiste du plancton



Claire Pédrot parmi les panélistes qui ont présenté des projets de leur milieu lors du congrès annuel de l'ABQ © ABQ

LE CONGRÈS DE L'ASSOCIATION DES BIOLOGISTES DU QUÉBEC



Les 23 et 24 novembre dernier, se tenait à Trois-Rivières le congrès annuel de l'Association des biologistes du Québec (ABQ), un réseau de 870 biologistes. Le thème central du congrès était l'évolution du Saint-Laurent. Au total, ce sont 200 personnes qui ont assisté à ce congrès, une belle réussite, à laquelle l'AMIK espère avoir pu contribuer !

À cette occasion, Claire Pédrot, chargée de projet à l'AMIK, a eu l'occasion de présenter par deux fois une conférence portant sur le projet de « *Suivi des zosteraies et de la biodiversité des poissons à l'embouchure de la rivière Romaine et dans la baie des Sept-Îles* ». Cette présentation s'inscrivait dans un panel « carrousel d'actions » mettant en évidence les défis à relever et les réussites dans différents milieux le long du fleuve.

La présentation de Claire a contribué à faire connaître l'AMIK et son projet de suivi des zosteraies qui a débuté il y a 10 ans maintenant. Elle a permis également d'aborder le rôle de cet écosystème, ainsi que les suivis effectués, et mis en perspective les défis et les réussites de ce projet.

BILAN DES ATELIERS SCIENTIFIQUES « LA MER ET LE LITTORAL - SHIPEK MAK NANEU/SHINUEU » DANS LES ÉCOLES PRIMAIRES

L'automne dernier, Julie-Christine Martin, chargée de projet à l'AMIK pour les ateliers scientifiques, et Louise Zilber, animatrice scientifique, ont visité 7 écoles primaires dans 6 des communautés membres de l'AMIK (Pessamit, Uashat mak Mani-Utenam, Ekuanitshit, Nutashkuan, Unamen Shipu et Pakua Shipu) pour présenter nos ateliers scientifiques sous le thème « La mer et le littoral – Shipek mak naneu/shinueu ».

Pour la première année de ce projet, notre offre d'activités comprenait deux ateliers. Le premier portait sur le homard et son écosystème et a été monté en collaboration avec l'organisme Homarus Inc. du Nouveau-Brunswick. Le deuxième avait pour sujet les mammifères marins et a été préparé en utilisant une trousse éducative qui nous avait été donnée par le Réseau d'observation des mammifères marins (ROMM) de Rivière-du-Loup, il y a quelques années.

La tournée a permis à 87 classes des 7 écoles visitées d'assister à l'un ou l'autre de nos ateliers. Au total, 894 élèves de la maternelle à la 6^e année ont participé à nos activités. Ces élèves ont pu en apprendre davantage sur des espèces qu'ils côtoient dans leur environnement et sur des moyens à prendre pour les protéger. De plus, ils ont pu discuter avec nos animatrices sur différentes carrières en sciences. Nos ateliers ont certainement éveillé une curiosité envers le domaine des sciences chez ces jeunes. En effet, notre format d'ateliers est particulièrement adapté pour développer

l'intérêt des élèves puisqu'il implique beaucoup de manipulation de matériel.

Nos deux ateliers reviendront dans les écoles primaires l'an prochain et nous travaillons présentement à leur amélioration suite aux commentaires des enseignants et des élèves, reçus via des sondages remis à la fin de l'activité. Nous préparons aussi une adaptation de l'atelier sur le homard pour le secondaire. Finalement, de nouveaux partenariats sont en développement pour agrandir notre offre d'activités au primaire et au secondaire. Un projet passionnant, à suivre...



Des élèves de l'école Pakuashipi (Pakua Shipu) participent à notre atelier scientifique interactif sur le homard et son écosystème lors de notre visite en octobre 2017. Pendant l'introduction, notre animatrice scientifique, Louise Zilber, explique la biologie et le cycle de vie du homard à l'aide de matériel varié que les jeunes peuvent manipuler lorsqu'ils se déplacent dans les différentes stations de l'atelier. ©AMIK



Des élèves de l'école Olamen (Unamen Shipu) participent à notre atelier scientifique interactif sur les mammifères marins lors de notre visite en octobre 2017. À la station « Conservation », les jeunes prennent connaissance des espèces de mammifères marins que l'on retrouve dans le Saint-Laurent ainsi que les menaces qui les guettent. ©AMIK



Des élèves de maternelle de l'école Nussim (Pessamit) participent à la version courte de notre atelier sur les mammifères marins lors de notre visite en novembre 2017. Dans cette version, les jeunes sont installés par terre autour de tissus représentant le fond marin et l'eau. Notre animatrice scientifique, Louise Zilber, leur parle des mammifères marins tout en dévoilant des objets cachés sous les tissus que les élèves peuvent toucher et manipuler. ©AMIK



Des élèves de l'école Uauitshitun (Nutashkuan) participent à notre atelier scientifique interactif sur le homard et son écosystème lors de notre visite en novembre 2017. À la station « Écosystème », ils apprennent à reconnaître et classifier différents organismes marins ainsi qu'à les placer en relation dans une chaîne alimentaire. ©AMIK



Des élèves de l'école Nussim (Pessamit) participent à notre atelier scientifique interactif sur les mammifères marins lors de notre visite en novembre 2017. Pendant l'introduction, notre animatrice scientifique, Louise Zilber, explique les caractéristiques spécifiques aux mammifères marins à l'aide de matériel varié que les jeunes peuvent manipuler lorsqu'ils se déplacent dans les différentes stations de l'atelier. ©AMIK



Des élèves de l'école Olamen (Unamen Shipu) participent à notre atelier scientifique interactif sur le homard et son écosystème lors de notre visite en octobre 2017. À la station « Pêche », les élèves découvrent différentes techniques de pêche au homard. Aussi, les jeunes apprennent les mesures de conservation de l'espèce, par exemple, les tailles légales pour la pêche commerciale et l'importance de relâcher les femelles œuvées. ©AMIK

RECHERCHE & DÉVELOPPEMENT

LES TENDANCES ALIMENTAIRES 2018

L'AMIK vous propose un tour d'horizon de 12 grandes tendances alimentaires que nous pourrions retrouver dans nos assiettes et dans les épiceries en 2018. Ces tendances s'inspirent des experts culinaires des chaînes d'épiceries biologiques *Wholefoods* ainsi que d'un expert plus près de chez nous, le *Ricardo Magazine*. En espérant que ces tendances inspireront les communautés membres dans le développements de leurs produits locaux.

1) Les arômes floraux

Fleurs de sureau, de lavande, roses d'hibiscus parfumeront les cocktails et les boissons de certains plats. La compagnie *De baies et de sèves* à Natashquan a déjà bien compris ce concept.



Thé de la Minganie © De Baies et de Sève

2) Les suppléments alimentaires



Par exemple, le curcuma, le matcha, la racine de maca et le cacao en poudre. Les smoothies s'agrémenteront de spiruline (une algue), de chou frisé, d'aromates et de racines moulues (chicorée, inuline). Les jus verts ont la cote.

© Manger Santé 7jours

3) Plus de transparence

Les consommateurs gardent à l'esprit les questions de traçabilité et de transparence. En 2018, cette exigence ne fera que s'amplifier. À cet effet, le magazine *Ricardo Magazine* a cité en exemple *Keshken*, notre marque de commerce qui garantit, entre autres, un produit issu de pêches autochtones. *Keshken* assure la traçabilité des produits de la mer à l'assiette, ainsi qu'une grande transparence avec le consommateur qui peut voir le vidéo du pêcheur en action et même lui laisser un message.

L'EXEMPLE KESHKEN

Les produits certifiés *Keshken*, tous issus de la pêche des Innus de sept communautés de la Côte-Nord qui se partagent les revenus, ont récemment adopté le code de traçabilité. Inscrit sur l'emballage, il nous indique le nom du pêcheur, la technique de pêche et l'endroit où le buccin, le pétoncle ou encore l'oursin a été pêché, et nous informe sur les étapes de la chaîne de congélation, en plus de fournir des recettes. Plus que de simples chiffres, ce code de traçabilité fait la fierté des pêcheurs autochtones. Car lorsqu'un produit *Keshken* est acheté, c'est toute la communauté qui en bénéficie.



EN OUVERTURE P. 91: Le Québec est le seul endroit en Amérique du Nord où les œufs sont obligatoirement codés, pour prémunir les consommateurs contre une crise sanitaire, mais aussi, les conscientiser à l'achat d'œufs québécois. CI-DESSUS: Il est possible de suivre les produits *Keshken* depuis le navire de pêche jusqu'à notre assiette.

4) L'invasion des légumes



© Ricardo Magazine

La prochaine révolution alimentaire se fera-t-elle sous le règne végétal? Les légumes racines, le chou-fleur ou le kale n'ont jamais été si populaires. On sait que le kimchi supplantera le kale cet année. Il ne joue plus seulement un rôle d'accompagnement mais aura un rôle principal dans l'assiette. L'importance de la viande dans nos menus a changé avec la popularité grandissante des protéines végétales et des

grains entiers. On se soucie davantage des aspects éthiques (bien-être animal), environnementaux et de la santé.

5) Boire et manger local

De la renaissance de la microbrasserie au Québec jusqu'aux vins québécois et canadiens qui n'en finissent plus de nous surprendre, on veut désormais savoir ce que l'on boit ou l'on mange, ainsi que connaître les producteurs et les artisans qui l'ont fabriqué et embouteillé. Dans l'esprit de la conscience environnementale, on préfère les produits à circuits courts à ceux qui ont fait le tour de la planète avant d'arriver dans notre assiette. Dans notre région, on en retrouve déjà quelques-unes, les microbrasseries St-Pancrace à Baie-Comeau, La Mouche et sa bière la Muddler conçue à Natashquan et bientôt, les produits la microbrasserie Septilienne : la Compagnie.

6) Le vent dans les algues

Le terroir, c'est aussi les trésors de la mer !

Alarie succulente, laminaire sucré (kombu), laitue de mer, main de mer palmée (dulse), mousse d'Irlande, ces algues se retrouvent à l'état sauvage dans les régions bordées par le Saint-Laurent. Les Jardins de la mer, Un océan de saveurs, Seabiosis sont d'autant de petites entreprises qui les récoltent et les transforment en différents produits. Il y en a même qui en font la culture, dont l'entreprise mi'gmaq Salaweg en Gaspésie, et, plus près de nous, l'entreprise Purmer avec le projet Optimal près de l'île Grosse Boule à Sept-Îles. Ce projet développe des produits associés comme des craquelins et des croustilles.

<http://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1038372/million-dollars-transformation-algues-merinov-gaspesie>

Pour le moment, Salaweg a mis en marché 4 nouveaux produits, présentés dans l'image ci-dessous.



© Salaweg

7) Du « bon fast food »

Une nouvelle génération de restauration rapide, plus santé, se profile comme l'une des tendances fortes en alimentation. Par exemple : les tacos sans tacos. On oublie complètement la croustille et on met notre garniture dans une feuille de laitue. On aime le concept du *Foodchain* à Montréal qui offre une sélection de salades préparées en quelques tours de robot et qui fait la promotion d'une saine alimentation tout en favorisant la réinsertion sociale.

8) Les champignons : reishi, chaga, shitake

Les propriétés nutritives de ces champignons seront mises à profit dans les boissons en bouteille, les cafés, les smoothies et les infusions de 2018. En plus d'alimenter les bouillons végétaliens, le goût terreux des champignons enrichira la saveur du cacao, du chocolat et du café. Près de nous à Gallix, l'entreprise Trésors des Bois récolte les bolets, les champignons crabe et les matsutakes vendus déshydratés ou en poudre.

9) Les collations

Soufflé, grillé ou séché, le « snacking » est en recrudescence. Quinoa soufflé, pois, betteraves et patates douces remplacent les croustilles de pommes de terre traditionnelles. On pourrait imaginer retrouver sur nos tablettes des croustilles faites avec de la poudre de carapaces de crevettes ou des paillettes d'algues.

10) Pas de gaspillage!

On va vers une tendance à l'adoption généralisée du « zéro gaspillage alimentaire ». Il existe même un festival ZD (Zéro Déchet) à Montréal. Dans cette mouvance, on trouve des projets qui sont liés à des nouvelles technologies, comme par exemple le HPP (traitement par hautes températures) dont le projet 9 du CDBQ :

« En 2050, la Terre comptera 9 milliards de bouches à nourrir (d'où le nom Projet 9). Il faut donc être évolutionnaire, c'est-à-dire modifier ses comportements afin de faire face à l'un des plus grands défis planétaires : cesser le gaspillage alimentaire. Pour lutter contre cette aberration économique, sociale et environnementale, le Centre de développement

bioalimentaire du Québec (CDBQ) lance, en collaboration avec Recyc-Québec, le Projet 9, dont les objectifs vont de la prise de conscience à l'adoption d'une nouvelle façon de faire pour réduire le gaspillage alimentaire. Comme le gaspillage se fait tout au long de la chaîne de production alimentaire, soit des producteurs jusqu'aux consommateurs en passant par les épiciers, le Projet 9 vise à sensibiliser chaque acteur à devenir évolutionnaire. »

http://www.hubertcormier.com/new-blog/technologiepp?ct=t%28bulletin_d%C3%A9cembre_2016%29

11) Sucre moins, sucrer mieux !

On pense aux dattes, au sirop d'érable et au miel ! Dans les dernières années, le sucre est devenu l'ennemi public numéro 1, surtout à cause des études démontrant le lien entre la consommation de sucres contenus dans les produits transformés et certaines maladies. Dans un article paru en avril 2017 sur le site web de Radio-Canada, il nous est dit que le sirop d'érable contient de l'inuline. Ce glucide complexe agit comme prébiotique et encourage la croissance des bonnes bactéries dans l'intestin. Les prébiotiques sont des substances naturelles que l'on retrouve entre autres dans plusieurs petits fruits, dans le vin, dans le thé vert, etc. Ils ont plusieurs propriétés intéressantes pour la santé, dont des propriétés antioxydantes et des propriétés qui empêchent la prolifération des cellules cancéreuses.

<http://ici.radio-canada.ca/nouvelle/1026661/sirop-erable-benefique-sante-etudes>

12) Explosion de textures :

De la texture dans les plats, amenez-en ! On dit souvent qu'on mange d'abord avec les yeux, mais en 2018, le mariage des textures est le mot à retenir pour la réussite d'un plat. C'est ainsi qu'on ajoute des noix, des graines, des fruits séchés, de la chapelure ou des croûtons pour égayer un plat de pâtes ou même un potage.