



a pathway to
RECONCILIATION

Education - Empowerment – Inspiration

un chemin vers la
RÉCONCILLIATION

Éducation – Autonomisation – Inspiration

ONE CONVERSATION AT A TIME

UNE CONVERSATION À LA FOIS



While reconciliation seems like a vague or unattainable concept, RTS breaks it down into small but impactful steps for everyone and anyone.

Our work focuses on learning from the past, gaining the tools to make change in our present, and being empowered to create a better future for ourselves, our family, our society.

ONE CONVERSATION AT A TIME

Alors que la réconciliation semble être un concept vague ou irréalisable, RAE la décompose en petites étapes qui ont un impact sur tous et chacun.

Notre travail se concentre sur ce qu'on apprend de notre passé, sur l'acquisition d'outils qui permettent de changer notre présent, et de s'habiller à créer un meilleur avenir pour nous-mêmes, notre famille et notre société.

UNE CONVERSATION À LA FOIS

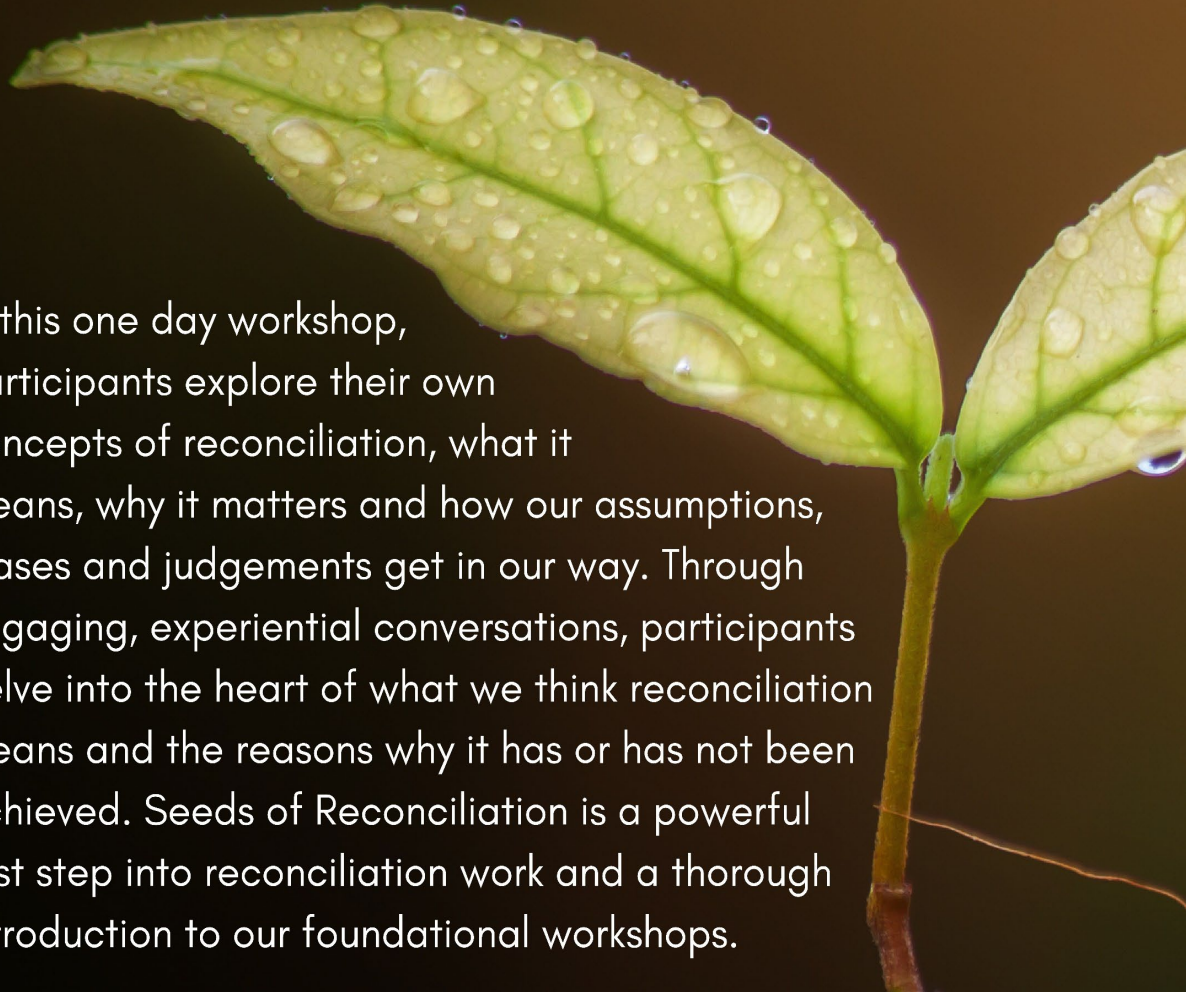
****NEW****

SEEDS OF RECONCILIATION



The first step on your path of reconciliation

In this one day workshop, participants explore their own concepts of reconciliation, what it means, why it matters and how our assumptions, biases and judgements get in our way. Through engaging, experiential conversations, participants delve into the heart of what we think reconciliation means and the reasons why it has or has not been achieved. Seeds of Reconciliation is a powerful first step into reconciliation work and a thorough introduction to our foundational workshops.



****NOUVEAU****

SEMENCES DE RÉCONCILIATION

Les premiers pas sur votre chemin de réconciliation

Dans cet atelier d'une journée, les participants explorent leurs propres concepts de réconciliation, ce qu'ils signifient, pourquoi ils sont importants et comment nos suppositions, nos préjugés et nos jugements se mettent dans le chemin.

Par le biais de conversations engageantes et expérimentales, les participants plongent au cœur de ce que nous pensons que la réconciliation signifie et des raisons pour lesquelles elle a ou n'a pas été réalisée.

Semences de réconciliation est un premier pas puissant dans le travail de réconciliation et une introduction approfondie à nos ateliers fondamentaux.

SEEDS OF RECONCILIATION



SEMENCES DE RÉCONCILIATION

(Les dates disponibles en ce moment sont en anglais)

Seeds of Reconciliation

Friday, April 8, 2022

9:00 AM 4:30 PM

Winnipeg, Manitoba

Vendredi 8 avril 2022

9 h – 16 h 30

Winnipeg, Manitoba

Seeds of Reconciliation (*Mediation Services)

Tuesday, April 19, 2022

9:00 AM 4:30 PM

Winnipeg, Manitoba

Mardi 19 avril 2022

9 h – 16 h 30

Winnipeg, Manitoba

**This workshop is not open to the public.*

Seeds of Reconciliation (*Anti-Racism in Sport Committee)

Monday, April 25, 2022

9:00 AM 4:30 PM

Winnipeg, Manitoba

Lundi 25 avril 2022

9 h – 16 h 30

Winnipeg, Manitoba

**This workshop is open to Anti-Racism in Sport committee members and colleagues.*

ROOTS OF RECONCILIATION WORKSHOP



Re-awakening your personal power and spirit for living

This four day workshop gives participants an opportunity to explore reconciliation through in depth conversations and experiential learning. We call this workshop foundational as it creates a strong foundation of understanding what reconciliation is, how it impacts our lives and how we can create reconciliation going forward.

Through this process, participants learn to identify the areas of their lives where there is no reconciliation and develop powerful insights on their role in reconciling with themselves, others and life. When we come to a place of reconciliation with ourselves & what is in our space we have a powerful foundation for creating reconciliation with others.

Roots of Reconciliation (Indigenous)

Monday, April 4, 2022, 8:30 AM to

Thursday, April 7, 2022, 4:30 PM

Duncan, BC

LES RACINES DE LA RÉCONCILIATION

Réveiller votre force et esprit personnel pour la vie

Cet atelier de quatre jours donne aux participants l'occasion d'explorer la réconciliation par le biais de conversations approfondies et d'un apprentissage par l'expérience. Nous disons de cet atelier qu'il est fondamental, car il constitue une base solide à la compréhension de ce qu'est la réconciliation, son impact sur nos vies et comment nous pouvons créer la réconciliation à l'avenir. Grâce à ce processus, les participants apprennent à identifier les domaines de leur vie où il n'y a pas de réconciliation et développent des idées fortes sur leur rôle dans la réconciliation avec eux-mêmes, les autres et la vie. Lorsque nous parvenons à nous réconcilier avec nous-mêmes et avec ce qui se

trouve dans notre espace, nous disposons d'une base solide pour créer la réconciliation avec les autres.

ADVANCING RECONCILIATION WORKSHOP



Deepening the conversation, connecting communities

Over the course of this four day workshop, participants who have already experienced the Foundational Workshop have an opportunity to deepen their understanding of reconciliation. Indigenous and non-Indigenous participants come together to connect in a space of honesty and personal responsibility. The connections made in this workshop are without blame or making wrong and are built on their own personal work from the Foundational Workshop. In bringing communities together, participants become part of a larger, more impactful experience of reconciliation.



ATELIER FAIRE AVANCER LA RÉCONCILIATION

Réveiller votre force et esprit personnel pour la vie

Durant cet atelier de quatre jours, les personnes participantes qui ont déjà pris part à l'atelier sur *les Racines de la réconciliation* ont l'opportunité d'approfondir leur compréhension de la réconciliation. Les personnes participantes, autochtones et non-autochtones, se rencontrent et se rejoignent dans un espace d'honnêteté et de responsabilité personnelle.

Les liens qui sont faits lors de cet atelier sont sans blâme ou culpabilité et se construisent à partir du travail personnel fait lors de l'atelier sur *les Racines de la réconciliation*. En faisant se rencontrer des communautés, les personnes participantes se joignent à une expérience plus large et puissante de réconciliation

NURTURING RECONCILIATION SEMINAR SERIES



This personal empowerment series tackles a variety of topics through the lens of reconciliation. An opportunity to address experiences like fear, forgiveness, self-sabotage and everyday upsets that affect each one of us. Identify how these have shown up in your life and discover your own power to change what has disempowered you in the past.

SÉMINAIRES FAIRE VIVRE LA RÉCONCILIATION

Cette série sur l'autonomisation personnelle aborde une variété de sujets à travers le prisme de la réconciliation. Il s'agit d'une opportunité d'aborder des expériences telles que la peur, le pardon, l'auto-sabotage et les bouleversements quotidiens qui affectent chacun d'entre nous. Identifiez comment elles se sont manifestées dans votre vie et découvrez en votre propre pouvoir de changer ce qui vous a privé de vos forces et capacités par le passé.

Horaire : 3 journées complètes ou
6 demi-journées

Format : en personne ou en ligne

Timeframe: 3 Full Days or 6 Half Days

Delivery: In Person or Online

ONE GENERATION OF HEALING FOR ONE GENERATION OF SEXUAL ABUSE

****NEW****



Discovering peace and healing through connection

In this five-day workshop, participants address the challenges of letting go of past trauma and begin to shift their focus to opportunities for a more empowered future. A safe space is created for participants to connect openly and honestly about their shared experiences of childhood sexual abuse. Participants discover how past experiences can affect their capacity to be at peace with themselves, with life and with others. This workshop provides the tools and resources to reconnect with themselves and experience freedom from shame, blame, anger and sadness.



****NOUVEAU****

ATELIER *ALLER DE L'AVANT* SUR LES ABUS SEXUELS

Découvrir la paix et la guérison par des liens

Au cours de cet atelier de cinq jours, les participants abordent les difficultés à s'affranchir des traumatismes passés et commencent à se tourner vers la possibilité d'un avenir plus autonome. Un espace sûr est créé afin que les participants puissent parler ouvertement et honnêtement de leurs expériences communes d'abus sexuels dans l'enfance. Les participants découvrent comment les expériences passées peuvent affecter leur capacité à être en paix avec eux-mêmes, avec la vie et avec les autres. Cet atelier fournit les outils et les ressources nécessaires pour se reconnecter avec soi-même et se libérer de la honte, du blâme, de la colère et de la tristesse.

ONE GENERATION OF HEALING FOR ONE GENERATION OF SEXUAL ABUSE



ATELIER *ALLER DE L'AVANT* SUR LES ABUS SEXUELS

(Les formations prévues en ce moment sont en anglais)

Moving Forward: Sexual Abuse Workshop *(Indigenous Men)*

Wednesday, May 11, 2022, 9:00 AM to
Sunday, May 15, 2022, 4:30 PM
Winnipeg, Manitoba

Mercredi 11 mai 2022, 9 h au
Dimanche 15 mai, 2022, 16 h 30
Winnipeg, Manitoba

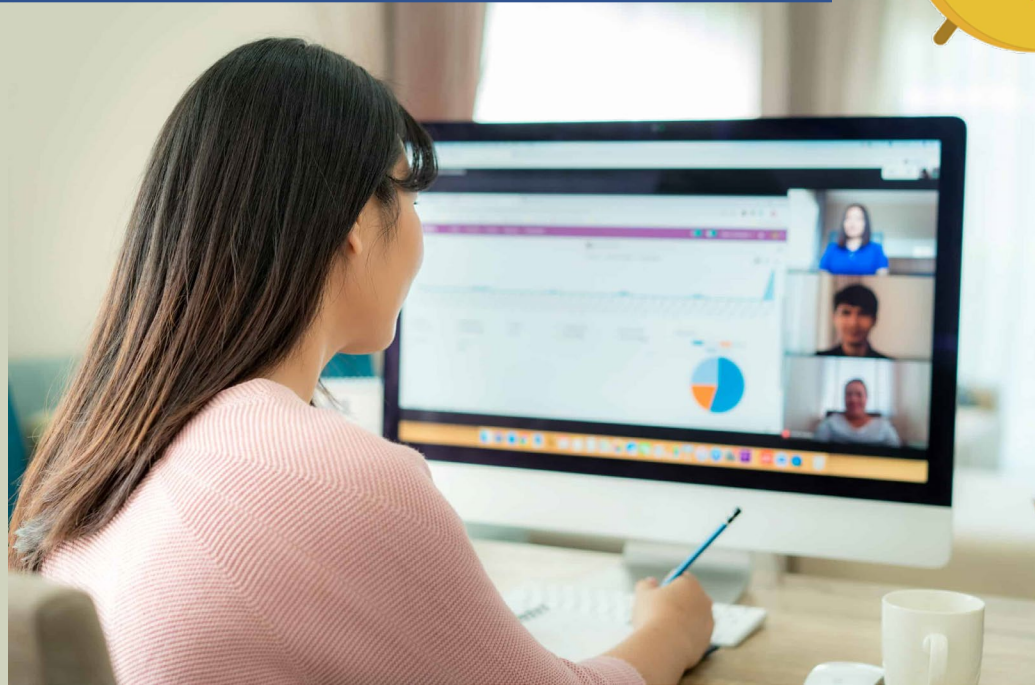
Moving Forward: Sexual Abuse Workshop *(Indigenous Women)*

Tuesday, May 24, 2022, 9:00 AM to
Saturday, May 28, 2022, 4:30 PM
Winnipeg, Manitoba

Mardi 24 mai 2022, 9 h au
Samedi 28 mai, 2022, 16 h 30
Winnipeg, Manitoba

BODY STORY SERIES

****NEW****



While all our workshops focus on reconciliation, the Body Story workshop series is dedicated specifically to creating reconciliation with your body. This is an exploration of the events in your life that have shaped the way you see your body and the stories you have created about it. Learn about body wiring and how to begin to shift into creating a new relationship with your physical self.

****NOUVEAU****

SÉRIE L'HISTOIRE DU CORPS

Si tous nos ateliers axés sur la réconciliation, la série d'ateliers Body Story est spécifiquement consacrée à la réconciliation avec votre corps.

Il s'agit d'une exploration des événements de votre vie qui ont façonné la façon dont vous voyez votre corps et les histoires que vous avez créées à son sujet. Apprenez à connaître les réactions physiques et comment commencer à créer une nouvelle relation avec votre corps.

Horaires : 4 heures (2 sessions)

Format : en ligne

Timeframe: 4 hours (2 sessions)

Delivery: Online



This workshop changed my life. I learned things that will forever change the way I make decisions. For a long time, I judged First Nations people based on widespread prejudices, and I think this workshop gave me the opportunity to meet extraordinary people.

What I learned from them also changed the way I see them. I think this will permit more connection between us. Even if we think we know how to communicate, the RTS process helps us understand how it feels when we take the time to listen and not just hear what others are sharing around us.

Anita Adou – Université de Saint-Boniface MB
(originally from Ivory Coast)

ONE CONVERSATION AT A TIME

Cet atelier a changé ma vie. J'ai appris des choses qui vont changer à jamais ma façon de prendre des décisions. Pendant longtemps, j'ai jugé les membres des Premières Nations en fonction de préjugés largement répandus, et je pense que cet atelier m'a donné l'occasion de rencontrer des personnes extraordinaires.

Ce que j'ai appris d'eux a également changé la façon dont je les vois. Je pense que cela permettra de créer davantage de liens entre nous. Même si nous pensons savoir comment communiquer, le processus RAE nous aide à comprendre ce que l'on ressent lorsque l'on prend le temps d'écouter et pas seulement entendre ce que les autres partagent autour de nous.

Anita Adou - Université de Saint-Boniface MB
(originaire de Côte d'Ivoire)

UNE CONVERSATION À LA FOIS



I feel like I know who I am better. I'm proud to be Catholic, proud to be francophone and proud to be Metis! It has helped me see that in everyday communication, we listen to reply, instead of listening to understand.

The skills I've learnt about healthy conversations will definitely help me at work, at school, with my family and friends. Through this workshop, I've also found people who inspire me, understand me, who will be able to guide me and listen to me. It makes me feel brave and alive. RTS is a gift that keeps on giving.

Myriam Dupuis, USB (Lorette MB)

ONE CONVERSATION AT A TIME

J'ai l'impression de mieux savoir qui je suis. Je suis fière d'être catholique, fière d'être francophone et fière d'être métis ! Cela m'a aidé à voir que dans la communication quotidienne, nous écoutons pour répondre, au lieu d'écouter pour comprendre.

Les compétences que j'ai acquises en matière de conversations saines me seront certainement utiles au travail, à l'école, avec ma famille et mes amis. Grâce à cet atelier, j'ai également trouvé des personnes qui m'inspirent, qui me comprennent, qui seront en mesure de me guider et de m'écouter. Je me sens courageuse et vivante. Le RAE est un cadeau qui ne cesse de donner.

Myriam Dupuis, USB (Lorette MB)

UNE CONVERSATION À LA FOIS



I was stuck in a hatred of the residential school and having to do with welfare workers. I hated Whites and Natives. I'm a half-breed and as a child I was called down by both Native and Whites. I closed my body, heart and soul from everyone. I was alone most of my life.

My friends encouraged me to take RTS; they said that this would help my life journey. Of course, I am a curious cat. After taking these two workshops I have healed the most important issues in my life. Speaking to Religious people and with the welfare workers, sharing my experience without blame, without making right or wrong. For 62 years I carried this burden, now I'm free.

Peggy Murdock, BC

ONE CONVERSATION AT A TIME

J'étais prise dans la haine de l'école résidentielle et dans le fait d'avoir affaire à des travailleurs sociaux. Je détestais les Blancs et les Autochtones. Je suis métis et, dans mon enfance, j'ai été rabaissée par les Autochtones et les Blancs. Je fermis mon corps, mon cœur et mon âme à tout le monde. J'ai été seul la majeure partie de ma vie.

Mes amis m'ont encouragé à prendre RAE. Ils m'ont dit que cela m'aiderait dans mon parcours de vie. Bien sûr, je suis un chat curieux. Après avoir suivi ces deux ateliers, j'ai guéri les problèmes les plus importants de ma vie. J'ai pu parler aux religieux et aux travailleurs sociaux, partager mon expérience sans blâmer, sans donner tort ou raison...

Pendant 62 ans, j'ai porté ce fardeau. Maintenant, je suis libre.

Peggy Murdock, BC

UNE CONVERSATION À LA FOIS



This workshop has brought me to a deeper understanding of reconciliation. As we reconcile with others, we reconcile with ourselves and thus life. It completes us in a holistic way, in heart, mind, body, and spirit.

I am truly amazed at the continued unfolding of the layers of this work and the incredible impact it has on everyone.

Cecilia Opekokew, Canoe Lake First Nation SK

Cet atelier m'a permis de mieux comprendre la réconciliation. En nous réconciliant avec les autres, nous nous réconcilions avec nous-mêmes et donc avec la vie. Cela nous complète d'une manière holistique, dans le cœur, l'esprit, le corps et l'âme.

Je suis vraiment émerveillé par le déploiement continu des couches de ce travail et par l'impact incroyable qu'il a sur chacun.

Cecilia Opekokew, Première nation de Canoe Lake SK

ONE CONVERSATION AT A TIME

UNE CONVERSATION À LA FOIS



Contact information / :
Coordonnées

email: info@returningtospirit.org
Phone: 1-204-889-4579
Toll Free: 1-855-244-3963
Fax: 1-888-224-1286

Website / site web:

231-614 Des Meurons St
Winnipeg, MB R2H 2P9
<https://www.returningtospirit.org/>

ONE CONVERSATION AT A TIME

UNE CONVERSATION À LA FOIS



Reconciliation Takes Truth –

It begins here. Speaking the truth of what has happened and what is happening is the first step in creating reconciliation.

There is power in our voices, there is meaning in our words and there is healing in our listening.

ONE CONVERSATION AT A TIME

La réconciliation exige la vérité –

Elle commence ici. Dire la vérité sur ce qui s'est passé et ce qui se passe est la première étape de la réconciliation.

Il y a de la puissance dans nos voix, du sens dans nos paroles et de la guérison dans notre écoute.

UNE CONVERSATION À LA FOIS



**Reconciliation Takes Honesty –
Whether it's on social media, in
relationships, in our work life, pretending
is a common practice.**

**Moving forward in reconciliation requires us
to stop pretending and return to who we
truly are.**

**There is a sense of peace in being able to
express ourselves honestly and exactly as
we are.**

ONE CONVERSATION AT A TIME

**La réconciliation exige l'honnêteté –
Que ce soit dans les médias sociaux, dans
les relations, dans notre vie professionnelle,
« faire semblant » est une pratique
courante.**

**Pour avancer dans la réconciliation, il faut
arrêter de faire semblant et revenir à qui
nous sommes vraiment.**

**Le fait de pouvoir nous exprimer
honnêtement et exactement comme nous
sommes nous donne une sensation de paix.**

UNE CONVERSATION À LA FOIS