le Flambeau
École secondaire publique DE LA SALLE
Journal étudiant de l'école secondaire publique De La Salle

Le 2 mai 2017

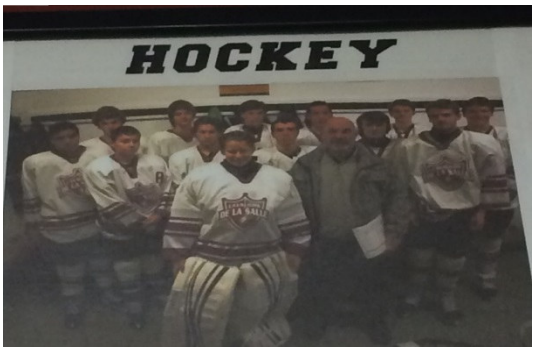
Le trouble obsessionnel compulsif, est-ce qu'on en parle assez?

De la glace à la renommée

Par Halimo-Kafia Mohamed Fourreh

La *LNH* (Ligue nationale de hockey) est une association canadienne de joueurs professionnels composée de vingt-trois équipes américaines et sept équipes canadiennes. Pour fêter son centième anniversaire, l'association a prévu de grandes festivités à la capitale, Ottawa.

Depuis 1917, la *LNH* a accepté plusieurs équipes au fil des années. Passé de dix équipes en 1926, la grande dépression de 1935 a fait perdre la majorité des franchises. Puis, elle termine avec trente équipes en 1967 et prévoit une trente et unième équipe pour la saison de 2017-2018. La *LNH* a fait beaucoup de progrès.



Crédit photo : Halimo-Kafia Mohamed Fourreh

Pour fêter son centième anniversaire, la *LNH* a préparé les festivités à la capitale de façon imposante. Les festivités ont commencé en janvier lorsqu'un match classique a eu lieu entre les Red Wings de Detroit et les Maple Leafs de Toronto. Vers la fin de janvier, la ville de Los Angeles a annoncé les cents plus grands joueurs de la *LNH*. En mars, plus précisément à Ottawa, on a célébré le 125e anniversaire de la coupe Stanley. En juin, on célèbrera la cérémonie des trophées à Las Vegas. De novembre à décembre on célèbrera la fondation et le premier match de *LNH*. Durant toute l'année 2017, un camion *Centenaire* va faire sa tournée dans tous les milieux clés de l'association. Il comporte un mini musée, des collections, des activités pour les nombreux partisans et la présence de

joueurs et d'anciens joueurs de la *LNH*. À Ottawa, un match classique entre les Canadiens de Montréal et les Sénateurs d'Ottawa aura lieu en plein air le 16 décembre prochain à la place TD à Lansdowne.

En plus, de toutes ces festivités, la ligue nationale de hockey a également prévu des programmes qui concernent tous. Des enfants jusqu'à l'adolescence, il y en a pour chaque catégorie; ceux qui sont nouveaux, ceux qui ont de l'expérience et ceux qui veulent se perfectionner. L'équipe officielle de la capitale, les Sénateurs d'Ottawa, est l'équipe la plus impliquée en ce qui concerne la participation des jeunes. Des camps d'été pour les enfants n'ayant jamais fait partie d'une équipe, des entraînements avec des joueurs professionnels ainsi que des mini-compétitions entre jeunes talents.

En 2017, un nouveau programme a été lancé. Créé par les sénateurs d'Ottawa ainsi que l'Association des joueurs de *LNH* puis commandité par la Banque Scotia, les élèves ont de quoi s'occuper. «Sens à l'école» est une initiative qui a pour but de faciliter l'alphabétisation et d'initier les tout petits à la lecture. En recevant des prix et des certifications de participations, le tout a un lien avec le hockey. L'année 2017 est celle à ne pas manquer non seulement sur le plan national, mais également sur le plan sportif.

La construction du train léger à Ottawa

Par Madeleine De Salaberry

Qu’est-ce que le train léger? Le train léger est un moyen de transport public qui ressemble à un Tramway. On peut le comparer à un métro puisqu’ils ont tous les deux plusieurs compartiments. On retrouve des systèmes de train léger un peu partout dans le monde et dans les villes du Canada telles qu’Edmonton, Calgary et la région de Waterloo.

Après plusieurs années de planification et de vérification, on a finalement reçu l’autorisation du conseil de la ville d’Ottawa. La ville aura aussi son propre système de train léger qui s'intitule : *La ligne de la Confédération*. La construction du réseau a débuté en 2013 et on espère que le tout sera terminé en 2023. C’est estimé qu’environ 70% de la population aura une distance maximum de cinq kilomètres d’une station.

Le plan a été approuvé sans problème en 2012 après un long débat qui a eu lieu à Ottawa pendant plusieurs années. C’est alors que la première étape a commencé. En fait, il y eu deux étapes. La première sera complétée en 2018 et qui établira la ligne à travers le centre-ville. La deuxième étape commencera la même année. Elle a pour but de relier la région de l’est et l’ouest en rejoignant le centre-ville. À la fin de la première étape, on aura un chemin de 12,5 kilomètres qui inclura un tunnel de 2,5 kilomètres ainsi que treize stations qui commence à Blair et termine à Tunney’s Pasture. Ce parcours sera aussi connecté à la ligne Trillium qui existe actuellement. Après l’ouverture de la deuxième étape en 2023, le système s’allongera de treize kilomètres et quinze nouvelles stations seront ouvertes de Bayshore à Trim. La ligne Trillium aura une extension de cinq nouveaux arrêts. En tout, il y aura plus

de trente-six kilomètres et vingt-deux stations qui accommoderont une flotte de trente-quatre trains.

Ceci est un des plus grands projets entrepris par la ville d'Ottawa depuis son existence et c'est également l'un des plus coûteux. Ce projet vaut selon des estimations plus de 2,13 milliards de dollars (mars 2012). Toutefois ce prix très élevé devrait en valoir la peine; premièrement, pour tous ceux qui n'ont pas de voiture, il y aura une nouvelle façon, plus rapide et efficace, pour se rendre aux destinations voulues. Il sera possible de se transférer entre train et bus en quelques instants sans attente et ainsi faciliter l'accès aux services et à la vie du centre-ville. *La ligne de la Confédération* aidera aussi à diminuer la congestion et la pollution ; si plus de personnes prennent le bus et le *train léger*, moins de voitures relâcheront leurs vapeurs polluantes. Si toutes les personnes qui se déplacent en voiture seule prenaient le train, non seulement ce serait comme un géant covoiturage, mais imaginez l'effet sur la circulation, la qualité d'air, et la santé des ottavien(ne)s!

Crédit photo : Mateleine De Salaberry

En conclusion, *la ligne de Confédération* offre un avenir excitant pour la vie d'Ottawa. Nous aurons une nouvelle forme de transport très rapide qui bénéficiera l'économie et l'environnement. Pour plus d'information, il est possible d'assister à des présentations et à des séances d'information ainsi que des consultations publiques. Il y a aussi plusieurs sites qui abondent sur la construction des rails.

Le trouble obsessionnel compulsif, est-ce qu'on en parle assez ?

Par Dalia Latreille Benmiloud

Selon *Statistique Canada*, les troubles mentaux sont plus prononcés parmi les personnes de quinze à vingt-quatre ans au Canada, c'est-à-dire les étudiants. En effet, l'environnement scolaire pose un problème aux jeunes atteints d'une maladie mentale. Cependant, avec l'assistance et la compréhension des intervenants scolaires, un étudiant pourrait être épargné des dommages causés par ce style de vie. Tout le monde n'est pas renseigné sur les diverses maladies mentales, ce qui les rendent indifférents à leur tour. Ce cercle vicieux entraîne la condition du TOC (trouble obsessionnel compulsif), une maladie très répandue, mais qui n'est pas facilement détectable, ce qui complique la tâche pour apporter de l'aide aux individus.

Crédit photo : Dalia Latreille Benmiloud

Voici une entrevue avec une étudiante universitaire atteinte du TOC, qui explique son expérience dans son milieu scolaire :

#1- Selon votre expérience d'étudiante, est-ce qu'on parle assez du trouble obsessionnel compulsif en milieu scolaire ?

À mon avis, non. Malgré le progrès en ce qui concerne la conscience collective des troubles mentaux, je pense qu'il y a beaucoup de progrès à faire. Surtout si l'on pense à certains diagnostics spécifiques. Comme les termes «anxiété» et «dépression» sont plus acceptés, alors qu'ils sont très souvent des symptômes ou des conséquences d'un diagnostic plus précis, à la base du problème. À mon avis, il faut connaître la racine du problème, afin d'avoir du succès pour traiter et apprendre à gérer les symptômes. Selon mon expérience, la conscientisation sur certains troubles, tel que le TOC, n'est pas particulièrement présente, ou évidente, à moins que quelqu'un cherche de l'info sur cela. Ceci peut poser un problème lorsque la sensibilisation a pour but d'aider gens qui n'ont pas déjà conscience du problème.

#2- Selon-vous, est ce qu'on fait assez pour répondre aux besoins des étudiants ?

Pour ma part, j'ai été bien chanceuse d'avoir recours à des services qui m'ont permis d'avoir du succès afin d'accomplir mes objectifs, mais je crois que cela n'est que possible lorsqu'une personne est consciente du diagnostic. Heureusement, j'ai bien eu recours à des services d'adaptation à l'université, cependant, cela n'a pas été facile. J'ai dû faire beaucoup de demandes auprès de mon psychiatre, afin d'avoir les documents requis. De plus, comme plusieurs personnes n'ont pas nécessairement un diagnostic précis, il peut être difficile d'avoir recours à ces services. Entreprendre le défi d'affronter le besoin d'aide, demande déjà beaucoup de volonté, de persévérance, et de temps… ce que plusieurs étudiants n'ont pas. Il est triste que le stress des études pousse certaines personnes à développer des symptômes plus évidents, ou qui leur font réaliser

qu'ils ont des troubles. C'est à ce moment qu'ils sont en besoin de services et d'accommodements, mais ils n'ont pas déjà l'aide ni la documentation, pour supporter leur cause. Heureusement, dans mon cas, j'avais depuis quelques années, entrepris d'avoir recours à de l'aide, afin d'avoir des réponses précises concernant mon état psychologique, dont j'ai souffert depuis mon enfance. Ceci m'a permis d'avoir l'avis de professionnel en santé mentale pour bénéficier des services.

#3- Avez-vous des exemples de services, programmes offerts à l'université que vous avez utilisé?

Toute institution universitaire devrait avoir un centre avec des services d'accommodements pour personnes atteintes d'handicapes qu'ils soient physiques, développementaux, ou psychologiques. Par exemple, l'Université d'Ottawa a le SASS (Service d'Appui au Succès Scolaire), qui contient des services spécifiquement pour de tels cas.

#4 Avez-vous autre chose à ajouter à ce sujet?

J'ai de l'espoir pour les futures générations, car de plus en plus, on consacre une plus grande importance sur la conscientisation, car il est prouvé que la prévention ou les traitements précoces sont la clef du succès, et peuvent sauver des vies! (Dans plusieurs sens).

Pour conclure, le ministre de l'éducation, les parents et les élèves doivent contribuer à faire des améliorations qui sont encore nécessaires pour réaliser une progression significative, selon cette étudiante. Comme elle le dit dans l'entrevue, certains étudiants atteints du TOC ne sont pas encore satisfaits avec les services procurés. Aussi, les personnes en général ne sont pas assez sensibilisées sur ce propos selon eux, mais pour cela, il faut qu'elles soient informées.

Ne jugez pas un produit par son emballage

Par Noor Labed

On fait tous les courses au moins une fois par semaine. Par contre, on ne se rend pas compte de ce que contiennent les aliments que nous achetons. Est-ce qu'on se fie trop aux emballages? Plusieurs pensent que normalement, ces questions ne devraient même pas être posées...

Malheureusement, il n'y a pas longtemps (2014), l'industrie en croissance de la nourriture halal a été victime de fraude au Canada. Depuis, on a entendu parler du faux riz servi dans des restaurants et vendu dans des magasins ainsi que le risque de bactérie dans plusieurs marques de farines vendues au Canada. Il est donc temps de questionner sur ce que l'on achète.

La hausse de la demande de production de viande halal au Canada a capté l'attention de plusieurs compagnies. Un consommateur de viande halal ne peut qu'avoir confiance en l'étiquette *Halal* sur les produits qu'il achète. Il est donc très facile de simplement coller une étiquette *Halal* sur de la viande qui ne l'est pas. C'est un problème qui inquiète la communauté musulmane.

Le faux riz en plastique a été le sujet de tout un scandale dans les réseaux sociaux. Par contre, l'Agence canadienne d'inspection des aliments (ACIA) a dit de ne pas avoir reçu de rapports à ce sujet. Cependant, les préoccupations ont été jugées d'être sans fondement par les autorités sanitaires locales.

On a aussi entendu parler d'aliments vendus partout au Canada qui ont été probablement en contact avec une bactérie tels que la farine, qui est le cas le plus récent. Plusieurs ménages qui ont récemment procuré certaines marques de farines ont reçu des appels pour les

avertir sur la présence d'une bactérie et pour leur demander de retourner le produit aussi tôt que possible.

Crédit photo : Noor Labed

Bref, le cas de la farine est presque inévitable. Par contre, la fraude des produits halals ou juste le fait d'étiqueter un produit faussement est inacceptable. La prochaine étape pour Subedar, un imam à Toronto, et ses collègues est de créer une organisation nationale officielle pour réglementer la certification des produits halals.

Les effets de la marijuana

Par Erik Chin

Le premier juillet 2018, la marijuana sera légalisée selon Justin Trudeau et son cabinet. Jusqu'à cette date, les lois actuelles ne changeront pas. La légalisation du cannabis a été envisagée majoritairement pour contrer la production illégale de cannabis et simultanément combattre son rôle dans le crime organisé. Même si le cannabis serait légal, il y aurait quand même plusieurs restrictions et une réglementation sur l'âge.

L'une des promesses électorales de Justin Trudeau était de légaliser la marijuana. L'effet souhaité serait de prendre cet argent des vendeurs illégaux de drogues pour baisser le taux de crime organisé et de diminuer les risques sur la santé associés à la marijuana synthétique. Depuis peu, cette drogue artificiellement créé est devenue populaire même si elle a eu des effets néfastes sur la santé.

Crédit photo : www.nmodiaries.com

De plus, quand la loi sera mise en place, chaque personne aura le droit de porter sur lui seulement un montant de trente grammes. Les gens pourront aussi être propriétaire de plantes de marijuana, avec un maximum de trois plantes par résidence. Ces réglementations strictes serviront à assurer qu'il n'y a pas d'abus ou de vente illégale de cette substance. Il y aura aussi des taxes sur la vente de marijuana pour que le gouvernement tire profit de la vente de cannabis.

Subséquemment, plusieurs scientifiques pensent que dix-huit sera l'âge minimum

où l'accès à la marijuana devrait être accepté. Aussi, il y a eu des études récentes qui ont soulignés que la consommation de marijuana à un jeune âge pourrait avoir des impacts à court et à long terme sur les fonctions cognitives du cerveau, similairement à l'alcool. Selon certains sondages, la marijuana consommée avant dix-sept ans pourrait mener à la schizophrénie. Cela s'ajoute au fait que présentement, les adolescents canadiens sont parmi les plus grands consommateurs de cannabis au monde.

À présent, le processus de légalisation de la marijuana s'effectue relativement vite. Plusieurs jeunes sont tentés par cette drogue en oubliant ses dangers et symptômes. Selon une recherche scientifique récemment conduite, le « pot », serait la drogue par laquelle commence la plupart des adolescents qui consomment de la drogue. De plus, on estime qu'une grande partie des gens qui fument de la marijuana sont curieux et vont aller vers de drogues plus puissantes tel la cocaïne et l'héroïne. En outre, quand quelqu'un sombre dans des drogues aussi puissantes que celles-ci, cela devient très difficile de s'en sortir. Ces comportements sont associés le plus souvent au crime organisé et aux gangs de rues, et produirait l'effet contraire de celui qu'envisageait le Parti Libéral.

En somme, la marijuana devrait bientôt être légale, mais elle sera strictement réglementée pour respecter les lois déjà mises en place. Plusieurs sont en accord avec la nouvelle loi qui est projetée pour le premier juillet 2018. Ce qui reste à voir c'est si le Parti Libéral est sérieux concernant leurs promesses ou si ce n'était qu'une autre tactique de commercialisation pour assurer leur victoire pendant la campagne électorale.

Équipe technique

Dan Kanioka
dkanioka665@edu.cepeo.on.ca
Loula Daher
ldaher613@edu.cepeo.on.ca
Benjamin Richard
brichard445@edu.cepeo.on.ca
Nicolas Michaud
nmichaud301@edu.cepeo.on.ca
Katya Legault-Young
klegaulty990@edu.cpeo.on.ca

Journalistes

Madeleine de Salaberry
mdesalabe687@edu.cepeo.on.ca
Dalia Latreille Benmiloud
dlatreill807@edu.cepeo.on.ca
Noor Labed
nlabed989@edu.cepeo.on.ca
Erik Alexandre Morin Chin
echin198@edu.cepeo.on.ca
Halimo-Kafia Mohamed F.
hmohamedf108@edu.cepeo.on.ca

Sous la supervision de
M.Pape Mody Sy

CEAO
DEPUIS 1983
CENTRE D'EXCELLENCE ARTISTIQUE DE L'ONTARIO

École secondaire publique De La Salle
501, ancienne rue St-Patrick
Ottawa, ON K1N 8R3