

ÉDITION DU 2 FÉVRIER 2015

# Aussi fort que Charlie



Par Camille Ducellier

Les dernières semaines peuvent se résumer en une phrase : **Je suis Charlie**. C'est impossible d'ignorer ce que la France a vécu au cours des dernières semaines lorsqu'on passe au travers de son fil d'actualités, qui comporte en grande partie des statuts, des photos ou des vidéos sur les attentats contre le journal satirique *Charlie Hebdo*. Quelques fois des guerres de commentaire éclatent quand certains jouent avec le feu en publiant : « *Fuck<sup>1</sup> Charlie* ». C'est alors que même ceux dont personne n'a jamais entendu la voix se mettent à commenter des paragraphes entiers qui protègent leur religion, blâment l'opinion des autres, ou alors qui mettent de l'avant la liberté de presse.

J'ai donc entrepris de m'engager dans le conflit et de lire tous les 144 commentaires Facebook, plus ceux qui s'ajoutent chaque minute. Cela m'a pris beaucoup de temps, et beaucoup de patience envers beaucoup d'ignorance.

Tout d'abord, il ne faut jamais négliger que la presse éditorialiste a été créée pour une bien simple raison : pour permettre à la démocratie d'élargir ses principes, et ainsi, mener l'humanité vers l'avant. Lorsqu'en 1789, l'article 11 de la *Déclaration des droits de l'homme et du citoyen* dicte que « la libre communication des pensées et des opinions est un des droits les plus précieux de l'Homme : tout Citoyen peut donc parler, écrire et imprimer librement », une nouvelle liberté fondamentale a été créée, la liberté de presse. Elle englobe trois

<sup>1</sup> NDLR : Il nous a paru plus juste d'éviter la censure de ce mot, puisqu'il s'agit ici d'un discours rapporté et que nous désirons demeurer conséquents avec le propos de cet article.

libertés toutes primordiales : la liberté mentale, la liberté d'expression ainsi que la liberté d'opinion.

D'ailleurs, l'Organisation non gouvernementale (ONG) *Reporter Sans-Frontières* mène chaque année une enquête sur la liberté de presse à l'échelle mondiale. Ils classent les pays selon la censure requise ainsi que selon plusieurs autres facteurs. En 2014, la France arrive au 39<sup>e</sup> rang, alors que le Canada termine en 18<sup>e</sup> position. Aux derniers rangs du classement, on y retrouve les pays où le droit de s'exprimer via la presse est inexistant; en dernière position, l'Érythrée, petit pays d'Afrique au nord de l'Éthiopie, qui se partage la dernière place chaque année avec la Corée du Nord.

Des terroristes ont attaqué Paris dans l'espoir de semer la peur et de ne plus jamais voir Mahomet caricaturé sur la une du journal satirique *Charlie Hebdo*, ou sur n'importe quel autre média. Ils ont échoué. C'est 3 millions d'exemplaires au lieu des 60 000 habituels qui ont été imprimés avec comme première page le prophète musulman. En publiant cette édition osée, *Charlie Hebdo*, même estropié, sort vainqueur des attaques terroristes dont il a été la cible. C'est aussi grâce à des rassemblements d'une amplitude semblable à ceux de la Libération de Paris à la fin de la Seconde Guerre mondiale que la liberté de presse triomphe face aux extrémistes.

Par contre, si l'on admet le courage des survivants de *Charlie Hebdo*, il est facile de remarquer les nombreux médias qui ont succombé sous la peur et n'osent plus rien dire. Par exemple, le réseau anglais de Radio-Canada, CBC, censure les images des journaux pour ne pas choquer leur public alors que le but de leur téléjournal est de reporter l'actualité et les faits. Avoir peur et se censurer, c'est laisser les terroristes gagner. Ceux-là mêmes qui sèment la crainte, et ainsi, réussissent à faire taire la liberté de presse.

Beaucoup se disent « neutres, mais... » Beaucoup constatent l'importance de la liberté de presse, mais croient plutôt que ça se voyait venir, qu'ils le cherchaient. Je crois bien que c'est la réaction la plus ingrate à avoir face aux événements d'il y a quelques semaines. Comment peut-on être pour la liberté d'expression (donc de presse), qui consiste au droit de publier toute opinion, lorsque l'on croit que des journalistes caricaturistes, en dessinant, cherchent la mort. Ces journalistes ont un métier tout comme d'autres sont pompiers ou avocats. En dessinant des caricatures, ils ne font que leur profession et personne ne devrait se sentir menacé d'une attaque terroriste dans son milieu de travail.

Pour conclure, s'avouer vaincu face aux attaques, c'est accepter une censure qui nous a été dictée par la peur; de cette façon, c'est laisser les terroristes gagner et c'est faire régresser la liberté de presse. « La liberté d'expression des médias est un droit fondamental qu'il faut absolument préserver, même si elle heurte certaines sensibilités », comme le stipulent la Cour suprême et la Commission canadienne des droits de la personne<sup>2</sup>.



La communauté française d'Ottawa exprime sa solidarité avec *Charlie Hebdo* devant l'Ambassade de France.

---

<sup>2</sup> Références: « Classement Mondial De La Liberté De La Presse 2014 » *Reporters Sans Frontière*,. N.p., 2014. Web. 16 Jan. 2015.

De Castelneau, Régis, « Charlie Hebdo : Le Droit Au Blasphème Est Sacré », Causeur Charlie Hebdo Le Droit Au Blasphème Est Sacré. N.p., 22 Jan. 2015. Web. 22 Jan. 2015.

Krol, Ariane. « Liberté De La Presse: 2 à 0 », *La Presse*, N.p., 02 Jul 2008. Web. 20 Jan. 2015.

Tillinac, Denis. « Pourquoi Je Ne Suis Pas Charlie... » *Valeurs Actuelles*, N.p., 21 Jan. 2015. Web. 19 Jan. 2015.

# L'enfant dupé



*Par Nicolas Lum*

**Héros, protecteur, sauveur, le policier moderne représente pour la grande majorité de la population une source de réconfort et d'autorité. Mais à la suite d'incidents entre les forces policières et des adolescents et jeunes adultes aux États-Unis, cette réputation se ternit. Notamment, à cause d'un incident récent à Ferguson aux États-Unis. Michael Brown, un jeune homme noir, a été abattu par un policier blanc dans des circonstances douteuses.**

Face à cet événement, une vague de révolte et de manifestations a éclaté aux États-Unis. En effet, je pourrais même aller jusqu'à dire que les forces policières sont devenues une représentation incarnée, pour certains, d'une extension de l'autorité oppressante tant méprisée par les jeunes d'aujourd'hui. On pourrait dégager un lien entre cette notion et le nombre croissant d'incidents reliés à la violence de gang de rue à Ottawa. En 2014, il y eut 49 fusillades dans la capitale nationale, un nombre record. Il faut se demander, pourquoi cette réitération d'une tension entre policier et adolescent est réapparue, une tension, que l'on aurait presque crue disparue.

On pourrait attribuer l'accroissement de ce phénomène au développement physique et mental que l'adolescent subit. En effet, l'adolescence représente l'âge où l'être humain prend conscience de ses limites, physiques et mentales. Néanmoins, ces limites doivent être mises en place par une source d'autorité afin d'assurer la sécurité de l'individu. Cette source étant souvent représentée par les parents, mais, s'ils refusent d'endosser ce rôle autoritaire, on retrouve souvent la problématique de l'enfant qui se croit au centre de l'univers. Voilà pourquoi certains appellent la génération actuelle les enfants-rois, ce qui n'est pas faux à mon avis. Les familles étant de plus en plus petites, l'attention des parents est focalisée sur de moins en moins d'enfants. Cependant, il faut aussi à l'adolescent une source d'autorité contre qui se révolter; la révolte faisant partie intégrale de son parcours. Cette source absente, l'adolescent se tournera vers autre chose, ce qui pourrait expliquer en partie d'où provient ce mépris envers la police, un symbole autoritaire.

La tension entre policiers et adolescents est peut-être aussi causée par un système fautif. Lors de l'enfance et de l'adolescence, on crée un individu qui saura fonctionner dans la société et y contribuer, mais, aujourd'hui, cette notion semble avoir pris le dessus sur quoi que ce soit d'autre pour devenir une

obsession. On essaie d'enseigner aux jeunes aussi tôt que possible combien il est important de réussir dans la vie et de développer les bonnes habitudes pour qu'une fois rendus à l'âge adulte, ils puissent entrer dans le marché de travail. Or, il serait important de se demander si cette méthode d'enseignement pourrait être nocive envers l'enfant. En effet, ce n'est guère surprenant que certaines personnes se retrouvent épuisées avant la fin de leurs secondaires, ayant été, depuis l'enfance, assommées de contraintes, pour devenir des membres acceptables de la société. Certains adolescents verraient donc chez les forces policières une extension du bras formateur qui les côtoie depuis leur tendre enfance, une représentation symbolique du caractère impératif du conformisme social.

De plus, l'adolescent a besoin d'un grand sens d'appartenance. Mais ce sens d'appartenance commence à se brouiller tôt : on appartient tous à quelque chose, mais à quoi ? Contrairement aux générations antérieures, il y a presque rien qui qualifie celle des enfants du deuxième millénaire. Les années soixante ont donné naissance au mouvement « Hippie », les années soixante-dix avaient le disco, mais on dirait que ce sentiment d'appartenance à un groupe diminue de génération en génération...

Ces mouvements ne représentaient pas seulement un style, une manière de s'habiller et d'agir, c'est un mode de vie. L'on pourrait attribuer l'augmentation de violence de rue à Ottawa à ce manque d'appartenance ; la vie de gang emplissant cette vacuité laissée par ce manque d'identité générationnelle. Il semble que ce soit le même effet qu'il y a eu aux États-Unis lorsque Michael Brown s'est fait abattre. La sensation d'indignation ressentie par les adolescents aux États-Unis a été reprise à travers le monde et cette sensation leur a procuré un sentiment d'appartenance. Uni dans l'indignation face à cet événement, l'adolescent est satisfait, car il se sent finalement comme s'il faisait partie intégrale d'un mouvement, qu'il est finalement quelqu'un.

En fin de compte, il apparaît que les raisons derrière cette tension qui règne entre policiers et adolescents semblent attribuables à un système dysfonctionnel et à une mentalité générationnelle qui a mené le jeune à faire fi des autres. Je crois qu'on devrait nommer cette génération celle des enfants dupés, car à force de se croire Roi, l'ado s'est truqué. Son règne n'aura duré que jusqu'à l'adolescence au cours de laquelle il en vient à réaliser un constat amer : jamais une génération n'aura été à ce point assujettie à l'inaction, faute de modèles ontologiques.

# Un restaurant exotique tout près de chez nous!



*Par Michael Louismé*

**Cette semaine, j'ai décidé d'aller à un restaurant assez proche de mon école. Après quelques minutes de recherches, j'ai trouvé le *Saffron Restaurant*. Un endroit sympathique situé entre plusieurs bâtiments au 426, rue Rideau, soit à cinq minutes à pieds de l'école si on passe par la rue Chapel.**

Ce restaurant mixte dont la spécialité est iranienne et libanaise a une salle à manger bien éclairée, munie de trois télévisions. J'ai aimé la douce musique présente dans ce restaurant. Par contre, la décoration était simple, voire médiocre... quelques tableaux un peu abstraits ici et là et une table sans présentation ayant seulement le strict nécessaire (les ustensiles avec serviette de table et des assaisonnements).

Du côté service, le *Saffron Restaurant* a assuré. J'ai eu la chance d'avoir un serveur gentil, mais surtout patient. Ce jeune homme semblait prendre un réel plaisir à m'expliquer chacun des plats sur le menu, car c'était une nouvelle expérience pour moi. À noter, si un élève de l'école veut manger son dîner dans ce restaurant, il doit se dépêcher parce que vers midi, il y a plus beaucoup de place...

J'ai choisi une spécialité locale, soit le Ghaymeh, (1<sup>re</sup> photo) pour 10.95 \$. Tous les plats du menu avaient un prix raisonnable qui variait de 3.99 à 16.99 \$. Avant de recevoir mon repas, j'ai eu le droit à une soupe (avec pains et beurre) chaude, succulente et parfaite en temps froid. Le Ghaymeh est un plat avec des morceaux d'agneaux et de bœufs mijotés aux pois chiches avec un peu de tomates qui sont parfumées avec du citron séché iranien. Le tout est servi avec du riz basmati avec une sauce secrète. La présentation du plat était d'une simplicité incroyable, mais elle était quand même attirante. Ce qui m'a beaucoup plu dans le Ghaymeh c'est la quantité de morceaux de viande dans l'assiette. Par contre, le riz manquait un peu de goût. Quant à mon cousin qui

m'accompagnait, il a opté pour le Bogholi Polo (2<sup>e</sup> photo) avec jarret d'agneau (9.95 \$). J'ai goûté et cela a été une autre belle découverte pour moi... Ce plat était composé de riz basmati à l'aneth avec de la sauce et aux fèves de Lima avec un peu de salade à côté. Sans oublier, le gigantesque jarret d'agneau, dont la viande, est tellement tendre qu'elle fond à la bouche! La nourriture là-bas est délicieuse, mais attention, les portions sont énormes... Personnellement, j'ai aimé cela, car j'en ai eu pour mon argent!

L'expérience n'a duré que quarante petites minutes, ce qui m'a laissé amplement le temps de retourner à mon école sans risquer d'être en retard. De manière générale, ma visite au *Saffron Restaurant* a été très agréable.



---

## Les Amours 2.0



*Par Camille Richard*

**Si nous nous fions qu'aux médias, on pourrait croire que l'amour ne se trouve et ne se garde qu'uniquement grâce à notre allure physique.**

Prenons, par exemple, les émissions de télévision, les panneaux d'affichage, la musique et les livres dans lesquels tout est misé sur l'apparence, les pulsions, l'attraction et l'attirance. Trouver la plus jolie, la plus sexy, le plus beau, le plus musclé. L'on nous présente l'importance de faire partie des riches et des populaires pour être désiré(e). Mais nous pouvons nous demander si cela reflète réellement les idéaux de notre société.

Il y a quelques centaines d'années, la romance se voulait courtoise : des chevaliers, des poèmes lyriques. Qu'en est-il maintenant? La romance se résume en général, aux diamants « éternels » et aux montres *Rolex* si l'on s'en tient aux médias. Parallèlement, dans les magazines ainsi que dans les vidéoclips, ce sont les rapprochements physiques qui sont glorifiés, et ce, d'une manière qui frôle trop souvent la pornographie. Les livres, eux, semblent présenter toute autre chose : s'endormir aux côtés de l'être aimé, passer des nuits blanches à parler et à s'embrasser tendrement (si on exclue, bien entendu, les *50 shades of Grey* et autres). Des idéaux qui s'opposent : le premier misant sur le matérialisme et le sexe, l'autre priorisant plutôt les sentiments. Nous pouvons alors nous interroger sur lequel de ses aspects représente réellement notre vie quotidienne.

Il est difficile de savoir ce que l'on cherche en notre tendre moitié... Sans savoir ce que l'on veut, il est difficile de trouver quoi que ce soit. On utilise une tonne de moyens tels que les sites de rencontres, les *dates*, les *friends with benefits*, les *one night stands*, les relations d'à peine un mois... Tout ça pour s'apercevoir que ce n'est pas ce que l'on veut... Pourtant, pour aimer quelqu'un réellement, il faut l'aimer pleinement. Pour ça, il faut apprendre à connaître l'autre. Ce qui n'arrive pas facilement, car nous avons tendance à baser la majeure partie de nos relations sur les systèmes de communications technologiques, c'est-à-dire les profils, les textos, les photos, les *emojis*, les posts, qui n'ont aucune chaleur humaine. Un masque en quelque sorte qu'on porte, une distance que l'on met entre nous et l'Autre, pour mieux se protéger des éventuelles ruptures. On entretient des contacts superficiels. Nous avons un mouvement vers l'autre et la seconde d'après, un mouvement de fuite. La plupart d'entre nous n'aiment pas se retrouver seuls, mais nous ne voulons pas permettre aux autres de nous voir tels qu'on est réellement non plus. Donc, certains passent de relations à relations en un temps record. Nous sortons avec des gens de qui nous ne sommes mêmes pas amoureux, dans le but de le devenir dans certains cas, certes, mais nous ne nous en donnons pas la chance, nous avons peur, mais de quoi? Certains diront de l'amour, du rejet, de l'abandon... Il y a tellement de raisons.

Lorsque l'on arrive finalement à trouver quelqu'un qui répond à nos attentes, on hésite, on analyse. On se demande si c'est bien le bon choix, s'il n'y a pas quelqu'un de mieux ailleurs. Nous sommes toujours à l'affût du meilleur au lieu d'apprécier ce qu'on a déjà, alors on flirte ici et là, on veut absolument avoir un back-up plan. On continue de fréquenter d'autres prétendant(e)s même si une relation est prometteuse et que l'intérêt y est. On se sent vide et on essaie de combler cette vacuité à l'aide des autres, au lieu de la combler soi-même. Certains iront même jusqu'à tromper, ne serait-ce que pour ressentir la naissance de l'amour à nouveau...

Mais lorsqu'on est sûr et que c'est officiel, c'est-à-dire que nos amis *Facebook* sont au courant, on *tweet*, on met des photos sur *Instagram* de notre *bae*... Et bien, une fois en couple, plusieurs autres obstacles se dressent sur notre route. Soit, on commence par s'oublier pour penser à l'autre ou soit on oublie de penser à l'autre. Et de ce déséquilibre naît le doute.

Nous ne devrions pas avoir besoin de l'autre pour s'aimer soi-même. Certains sont en couple parce qu'ils ont un élan d'altruisme, d'autres d'égoïsme, de peur, de fuite, parce qu'ils aiment le regard que l'autre porte sur eux... ou tout simplement pour adhérer au seul mode de vie prôné socialement; comme si le célibat était un vice honteux.

Dans tous les cas, quand nous sommes avec quelqu'un, nous apprenons plus sur soi que sur l'autre. Il est si facile de se faire blesser, mais peu apprennent à choisir à qui ils donnent ce pouvoir. Il importe aussi de considérer la problématique sous un autre angle délicat qui fait nombre de disputes : la jalousie et la possessivité. Mettons une chose au clair, nous sommes des humains, pas des objets, alors nous n'appartenons à personne, pas même à notre partenaire. Si votre compagnon de vie veut aller voir ailleurs, peut-être est-il temps de le laisser libre. Un aspect difficile à aborder dans une relation est l'indépendance. Comment ne pas être trop « colleux », mais laisser savoir à l'autre qu'on l'aime quand même? Il est ardu de trouver son équilibre entre être trop indépendant et juste assez. Avoir une relation saine et forte est plus facile à dire qu'à faire parce qu'il faut s'engager et y mettre du temps. Il faut aimer l'autre avec ses qualités et ses défauts. Cependant, il ne suffit pas de simplement tolérer ses défauts, mais de les apprécier, parce que c'est ce qui le ou la rend unique.

Toutefois, lorsque la relation se termine quelques semaines, quelques mois, quelques années plus tard, on tient à s'émanciper de l'autre personne, à faire une transition du vieux au nouveau. Trouver quelqu'un de différent, être quelqu'un de différent... et le cycle recommence, comme si on devait obligatoirement mesurer notre existence que par les relations qui l'ont ponctuée.

# Pourquoi n'ai-je rien à dire ?



*Par Austin Walsh*

**On affirme souvent que l'écriture dépend fortement de l'imagination et de la créativité d'un individu possédant la volonté de faire ressortir ses idées. Il arrive parfois que cette personne se trouve incapable de trouver un sujet d'écriture et de faire une réflexion. Il lui est donc impossible de publier son œuvre. Petite interrogation du syndrome de la page blanche...**

On pourrait certainement dire que l'inspiration est difficile à trouver dans ce monde moderne où presque tout a déjà été créé et est facilement repérable sur Internet. Or, ce dernier peut servir d'inspiration précisément parce que d'immenses répertoires d'informations y sont partagés. Un manque d'inspiration pourrait être une des principales causes du bloc de l'auteur, mais il arrive aussi que l'inspiration initiale ne suffise pas pour développer pleinement ses idées. L'inspiration n'est pas toujours présente pour la durée de l'écriture et peut s'estomper rapidement, causant des ennuis à l'élève ou l'auteur.

On pourrait aussi attribuer ce manque d'inspiration à une surconsommation de produits technologiques tels la télévision et les jeux vidéo. L'interaction entre l'individu et la télé est minimale, car elle repose sur un transfert unilatéral d'informations souvent impertinentes et inutiles dans la réflexion sérieuse. Les jeux vidéo, eux, nécessitent une certaine interaction entre l'individu et la console de jeu, mais demeure limitée à des choix simples prédéterminés par le groupe d'individus qui ont écrit les scénarios. Il est donc certainement possible que la technologie soit à la racine du bloc de l'auteur et qu'elle empêche la pensée créative de l'écrivain en herbe.

Dans un autre ordre d'idées, l'inspiration pourrait être jugée d'aucune importance si l'individu n'a jamais appris à réfléchir profondément. Pendant toutes ses années d'éducation, les sujets d'écriture lui ont été assignés à partir d'une courte liste de sujets simples, pensons notamment aux fameuses questions de texte d'opinion du genre : « Devrait-on interdire la cigarette ». La prise d'opinion repose ici sur une évidence et n'invite pas à la réflexion.

Du coup, la première fois que le jeune auteur doit trouver un sujet de réflexion et d'écriture devient une lutte contre lui-même et son apprentissage, qui l'a formé à répondre, et non à poser une question. C'est cette même éducation formelle, qui mène à l'emploi payant et qui l'empêche de former des idées originales et fraîches. Dans le monde adulte, la créativité est quasiment limitée aux domaines

artistiques, tels les beaux-arts, le cinéma, la mode, l'architecture et la musique, qui peuvent bien payer, dans le cas du gros succès, certes, mais, même là, les chances de faire ressortir ses idées sont assez limitées. Les emplois simples, où les seules exigences sont la patience et une formation dans le domaine, peuvent facilement payer autant qu'un emploi dans les arts, et ceux-ci requièrent un minimum de pensée créative. Bref, le type d'apprentissage qu'a reçu l'individu pourrait bien déterminer sa faculté à réfléchir profondément à un sujet, voire l'atrophier.

On pourrait aussi attribuer tout à la réticence à partager ses idées. La crainte de se faire juger ou même d'apporter de l'attention vers sa personne pourrait avoir une grande influence sur la personne introvertie ou timide qui, autrement, aurait facilement voulu mettre ses idées sur papier. Ces personnes écrivent parfois sous un pseudonyme, afin d'éviter l'œil critique du public. Ils sont, malheureusement, parfois vus comme étant des lâches, qui ne veulent simplement pas assumer les responsabilités perçues d'un auteur. Leurs idées survivent sans l'attribution de la célébrité que leur a valu l'œuvre.

Il arrive même qu'un individu décide simplement ne pas partager son opinion ou ses idées, préférant ne produire aucune œuvre ou de transmettre ses idées à la postérité. La paresse pourrait aussi bien être un facteur dans la réticence de produire une œuvre, due au grand manque de motivation chez certains groupes de jeunes adultes qui se contentent d'apprendre tout ce dont ils nécessiteront pour l'emploi de leur choix, sans réfléchir à l'importance des facultés qu'ils apprennent. Ce groupe englobe malheureusement la grande majorité des élèves de la dernière génération.

Finalement, l'incapacité de produire une œuvre pourrait tant bien être attribuée au manque d'opportunité. Plusieurs idées originales restent latentes pour de longues périodes, avant qu'elles surgissent, des années plus tard, sous forme diluée par le temps qu'a pris l'auteur à mettre ses idées en ordre et la perte qu'a causée l'édition de son œuvre. Certes, la publication de l'œuvre mérite une certaine célébration, mais la pureté des idées originales et du message initial de l'auteur est parfois perdue dans le procès de révision et d'édition.

Il arrive même qu'un individu meure et qu'on trouve des fragments de texte destinés à être publiés, mais qui ont dû être abandonnés à la mort de l'auteur. L'opportunité de publier son œuvre n'est jamais venue, avec sa mort avant sa complétion. Chez les auteurs de série, il arrive parfois qu'un auteur meure avant qu'il puisse conclure son œuvre. C'est possiblement un des pires événements qui peut survenir à un auteur et ses fans. La transmission de ses idées demeure donc incomplète, destinée à être présumée à partir des restes trouvés dans le lieu de travail de l'auteur ou des œuvres non-officielles écrites par les fans.

Il existe plusieurs réponses à la question « Pourquoi n'ai-je rien à dire? », mais selon mes expériences, le tout s'explique par un désintérêt dans la littérature et dans la publication des idées, causé par la lecture obligatoire qu'imposent plusieurs programmes d'études. Certains se cachent derrière l'idée que « Tout a déjà été dit ». Ce sont ces mêmes jeunes qui ont grandi dans la culture de l'instantanée, où le futur n'a aucune importance, et l'acte de laisser sa propre marque sur le monde au travers des mots semble étrange. On ne peut qu'espérer que cette problématique disparaisse et que le partage des idées devienne encore plus facile, contribuant davantage à la diversité des arts, quelle qu'en soit la déclinaison.

---

## Le *Scone Witch*



Par Beata Elliott

**Avec une heure seulement pour dîner, les élèves du secondaire à De La Salle ont souvent l'impression que leurs options culinaires sont limitées. Bien qu'on puisse facilement acheter quelque chose à la cafétéria ou prendre la petite marche vers le restaurant *Paesanos*, on se retrouve souvent face à un menu peu varié et plusieurs élèves choisissent plutôt de tout simplement apporter un dîner de chez eux.**

Or, une option que pourraient considérer les élèves est le café *Scone Witch*, qui se situe au 35, avenue Beechwood, seulement quelques minutes de l'école. L'établissement, caché à côté du magasin de livres *Books on Beechwood*, peut être difficile à trouver si on ne le cherche pas, mais les délicieux sandwichs faits avec des scones sont à ne pas manquer!

Bien que son service ne soit pas excellent et son espace pour manger un peu trop petit durant les heures plus occupées, le *Scone Witch* offre un menu divertissant et délicieux, que ce soit pour le déjeuner, le dîner ou pour la simple collation. On peut y déguster un *sconewitch* savoureux si le dîner traditionnel nous tente, ou partir avec une boîte de certains des meilleurs scones de la ville

d'Ottawa – sans oublier un pot de crème Devon ou de confiture qu'on peut acheter en avant de la caisse.

Les élèves qui n'ont pas la chance de déjeuner le matin, peuvent passer par le *Scone Witch* pour un repas d'œufs, de fruits, de confiture et, bien sûr, de scones. Tout est frais et préparé sur place! On ne paye rarement plus de cinq à sept dollars pour un sandwich, un prix raisonnable pour un repas de qualité fait d'ingrédients naturels.

Sa proximité de l'école rend le *Scone Witch* idéal pour les Delasalliens qui désirent un menu plus varié pour leurs dîners, ou qui veulent tout simplement sortir avec leurs amis pendant la pause au lieu de rester toujours à l'école. Les repas sont préparés rapidement et peuvent être mangés sur la route si jamais on manque de temps ; si on se dépêche, on peut même passer par le libraire!

En somme, le *Scone Witch* est un restaurant qui devrait plaire aux élèves du secondaire à De La Salle pendant l'heure du dîner: sa nourriture est bonne, peu coûteuse, près de l'école et différente de ce qu'on mange d'ordinaire. Je recommande aux élèves d'y aller dès que possible.



# Un simple geste!



Par: Midley Basquin

**Depuis quelque temps déjà, on remarque que quelques-uns de nos professeurs distribuent de la nourriture au foyer de l'école. Derrière ce simple geste se trouve une grande équipe qui travaille pour le bien-être des élèves à DLS.**

Plusieurs de nos professeurs, éducateurs, éducatrices, concierges, membres de la direction et parents sont impliqués dans ce grand projet, qui consiste à distribuer un petit déjeuner aux élèves de De La Salle deux fois par semaine en collaboration avec l'épicerie *Whole food market* située sur la rue Bank dans le quartier du parc Landsdowne. Cette compagnie a un programme pour la récupération de nourriture afin d'éviter le gaspillage. Ils ont accepté de faire le don de cette nourriture pour que tous les élèves aient la chance de déjeuner avant d'aller en classe.

Les enseignants ont remarqué que plusieurs élèves ne déjeunaient pas ; ils ont donc décidé de prendre une initiative afin de diminuer ce problème. Plusieurs organismes de santé, dont *Santé Canada* affirment que « les enfants qui déjeunent sont plus alertes, ont de meilleures performances physiques et intellectuelles ». Ainsi, « c'est une équipe avec un grand cœur » qui anime ce projet à DLS, comme le mentionne M. Carrière, l'un des organisateurs.

Ce projet a été accueilli avec joie par la plupart des élèves. Si on se fie à la foule d'élèves qu'on voit chaque matin durant les deux jours qu'on a la chance d'avoir le déjeuner pour tous, on peut dire que c'est une réussite. Certains élèves disent que « parfois ils doivent faire vite et ils oublient de déjeuner. C'est donc une bonne chose de pouvoir arriver à l'école et trouver quelque chose. »

N'oubliez pas, tous les lundis et mardis, le déjeuner est offert à tous et les autres jours de la semaine seulement pour certains élèves.

« Si vous connaissez quelqu'un à DLS qui profiterait de cette nourriture, veuillez communiquer avec votre orienteur, parce que c'est important que chaque Delasallien ait accès à un bon petit déjeuner » - renchérit M. Carrière.

# La dépression saisonnière : plus que les bleus de l'hiver

Par: Pascale Couturier-Rose



La dépression saisonnière, ou trouble affectif saisonnier (TAS), est un type de dépression liée au changement des saisons. La plupart des cas de TAS commencent en automne (lorsque les jours deviennent plus courts) et finissent à l'arrivée du printemps (quand les jours se rallongent). Ce phénomène est plus courant dans l'hémisphère nord, en raison de la plus grande variation du nombre d'heures d'ensoleillement. En effet, au Canada, environ 18% de la population est atteinte de ce type de dépression causée par le manque de lumière naturelle.

Caractérisée par la fatigue, le manque d'entrain et l'anxiété, la dépression saisonnière affecte non seulement les adultes, mais aussi les adolescents. Les symptômes du trouble affectif saisonnier apparaissent chaque automne ou hiver. Chez les étudiants, il peut parfois être difficile de confirmer s'il s'agit vraiment du TAS ou simplement du stress lié à cette période de l'année (par exemple, les examens à l'école).

Que faire si l'on pense être atteint de la dépression saisonnière? Premièrement, en parler à un adulte de confiance ou aller chez le médecin pour vérifier que les symptômes de dépression ne sont pas liés à des problèmes de santé (tels que des déséquilibres hormonaux).

Il existe plusieurs traitements pour le trouble affectif saisonnier, dont la luminothérapie. Comme son nom l'indique, ce traitement repose sur une lampe munie d'un filtre UV, qui projette des rayons ultraviolets sur le patient. Attention, il ne faut pas confondre avec une lampe à bronzage qui émet un différent type de rayons!

Malgré que la luminothérapie soit le moyen le plus efficace de combattre le TAS, il existe d'autres options de traitement. En effet, d'après la naturopathe, Anne-Laure Chevron, la prise de vitamines est une solution possible: « Veillez à ne pas être en manque de vitamine B, celle-ci calme les irritations du système nerveux ».

Finalement, le plus grand problème auquel fait face le TAS est l'ignorance, comme nous explique une élève de secondaire : « Moi-même, je connais plus ou moins le TAS. Mais je pense qu'il est possible que plusieurs de mes amis en soient affectés sans s'en rendre compte. » En effet, plusieurs élèves déclarent qu'ils ressentent un changement lors de l'arrivée de l'hiver. D'après eux, les baisses d'énergie, le besoin de plus de sommeil et autres sont des symptômes ressentis chaque année à l'arrivée de la saison froide. Par contre, la plupart des élèves interrogés avaient soit une petite idée de ce qu'était le TAS, soit ne connaissaient pas ce phénomène du tout. Il reste du chemin à faire pour informer la population étudiante.

Pour en savoir plus sur le trouble affectif saisonnier, vous pouvez visiter le site de CHEO: <http://www.cheo.on.ca/fr/dépressionhiver>

---

## De l'éducation...

*Par: Émilie Du Perron*



**L'école secondaire, la captivité de l'adolescent, peut être soit une belle expérience, soit une période en moyenne assez correcte ou soit l'endroit où on a souffert le plus au cours de toute sa vie entière; ça dépend du vécu des gens. Étant l'une de ces créatures fréquentant cet établissement et côtoyant ses élèves, je suis, disons,**

**familière avec le domaine.**

Des événements passés et présents me forcent à avouer que, pour moi, l'école peut être une mauvaise expérience. D'un autre point de vue, et en toute honnêteté, l'éducation est nécessaire, enrichissante et bénéfique. Cependant, les méthodes d'enseignement utilisées en classe me préoccupent profondément, particulièrement parce qu'on n'y met pas assez l'accent sur tous les divers types de personnalités chez l'ado. De plus, j'estime qu'il y a des incongruités importantes dans la relation enseignant-élève et l'école se concentre trop sur l'aspect social.

Comme tout le monde le sait, l'apprentissage à l'école secondaire s'élabore à partir de divers cours, dont maths, langues, sciences exactes et sociales, arts et autres sujets intrigants. Habituellement, ça se passe dans une salle encombrée

de pupitres et d'élèves avec un enseignant en avant de la classe. Ah oui, et on apprend ; puisque tout le monde est censé connaître le fonctionnement d'une classe, je n'ai pas besoin d'en aborder les détails. Il est à noter que l'éducation est en changement constant; toujours au diapason des recherches et des valeurs à la mode. Le XXI<sup>e</sup> siècle est une période plus « ouverte » que les précédentes, avec, bien sûr, quelques exceptions. C'est aussi une période qui se concentre beaucoup sur l'avenir de l'individu : il faut pouvoir se procurer de l'argent pour soi-même et sa famille pour avoir sa place dans la société. En des mots les plus simples, apprendre pour mieux travailler, toujours au profit de la société.

Au court de mon expérience scolaire (relativement courte, j'en conviens), j'ai eu la chance d'écrire des tests de personnalité. Selon quelques-uns, j'ai une intelligence musique-rythmique dominante et j'apprends de façon visuelle. Évidemment, ce n'est pas nécessairement ma véritable identité. L'école secondaire valorise la diversité des élèves, mais elle n'enseigne pas toujours de même. En effet, la majorité des gens en Amérique du Nord sont visuels, et pourtant on enseigne tout principalement de façon à plaire aux auditifs. De plus, si on considère les personnalités Myers-Briggs, il y a 4 groupes différents, formant 16 types au total. Les intellectuels dans le monde ont un pourcentage de 12.5 %, les visionnaires de 14 %, les créateurs de 33 % et les protecteurs de 40.5 %.

C'est une évidence : il existe diverses personnalités; on est tous uniques. En principe, même si un enseignant ne peut pas plaire à tout le monde, il peut, si un élève a besoin d'aide, s'adapter à la manière de l'élève. Après tout, si l'élève veut vraiment apprendre, l'aider sincèrement est toute à fait juste. C'est d'ailleurs ce qu'on appelle de la différenciation de l'apprentissage. Et l'école le fait, généralement... Mais encore faut-il que l'élève soit assez autonome pour manifester son besoin de différenciation, d'une part, et d'autre part, que les enseignants soient à l'affût des besoins de leurs élèves. Cette double contrainte est au cœur de la problématique relation élève-enseignant, qui, parfois, se solde en une mutuelle incompréhension. Malheureusement, tout le monde y perd.

Ainsi, puisque le fonctionnement d'une classe se compose plutôt d'une interaction de groupe, l'élève a moins de chance à parler à l'enseignant individuellement, si jamais il a des questions ou il a besoin de l'aide académique. Or, souvent l'élève ne demande pas pour de l'aide, car il est intimidé par tous les autres élèves et l'enseignant ou il ne trouve pas qu'il a besoin de l'aide, bien que ce puisse être le cas. Ensuite, la relation élève-enseignant est censée être protocolaire, mais apprendre n'est pas tout simplement recopier des faits dictés. Il faut réfléchir certaines choses, sortir ses propres opinions, créer. Or, il s'avère que ce processus repose sur un lien de confiance. Je ne suggère pas qu'on devienne meilleur ami avec ses enseignants; en outre, les enseignants devraient

apprendre à mieux connaître leurs élèves, ses qualités et ses faiblesses, et vice-versa, pour que le succès soit une histoire d'équipe. Bref, le rôle d'un enseignant n'est pas seulement de transmettre à ses élèves, mais aussi à amener l'élève à construire sa réussite.

Il est clair qu'on vit dans une société extravertie, et ceci inclut l'école. On y est encouragé à socialiser avec les gens autour de nous; mais, en fait, presque la moitié des personnes au monde sont introverties, disons 47 % d'après le pourcentage des personnalités Myers-Briggs. Les introverties ne sont pas gênées; ils sont seulement plus sensibles lorsqu'ils sont stimulés. Même si la socialisation est importante pour apprendre à communiquer et à travailler, il est aussi important de se concentrer intérieurement. Personne n'est complètement extroverti ou introverti. On vit dans un monde chaotique, et parfois il est bien de vouloir et être seul. L'école devrait apprendre à l'élève que la solitude n'est pas néfaste; on peut découvrir de merveilleuses choses sur soi-même, y créer son plein. Enfin, avec toutes ces distractions sociales, la solitude est une alternative réconfortante.

En somme, l'adolescente en moi trouve que les méthodes d'apprentissage à l'école ne sont pas des plus efficaces. Peut-être on pourrait créer un comité d'élèves centré sur l'éducation dans chaque école; on a une voix, et on doit la faire entendre.