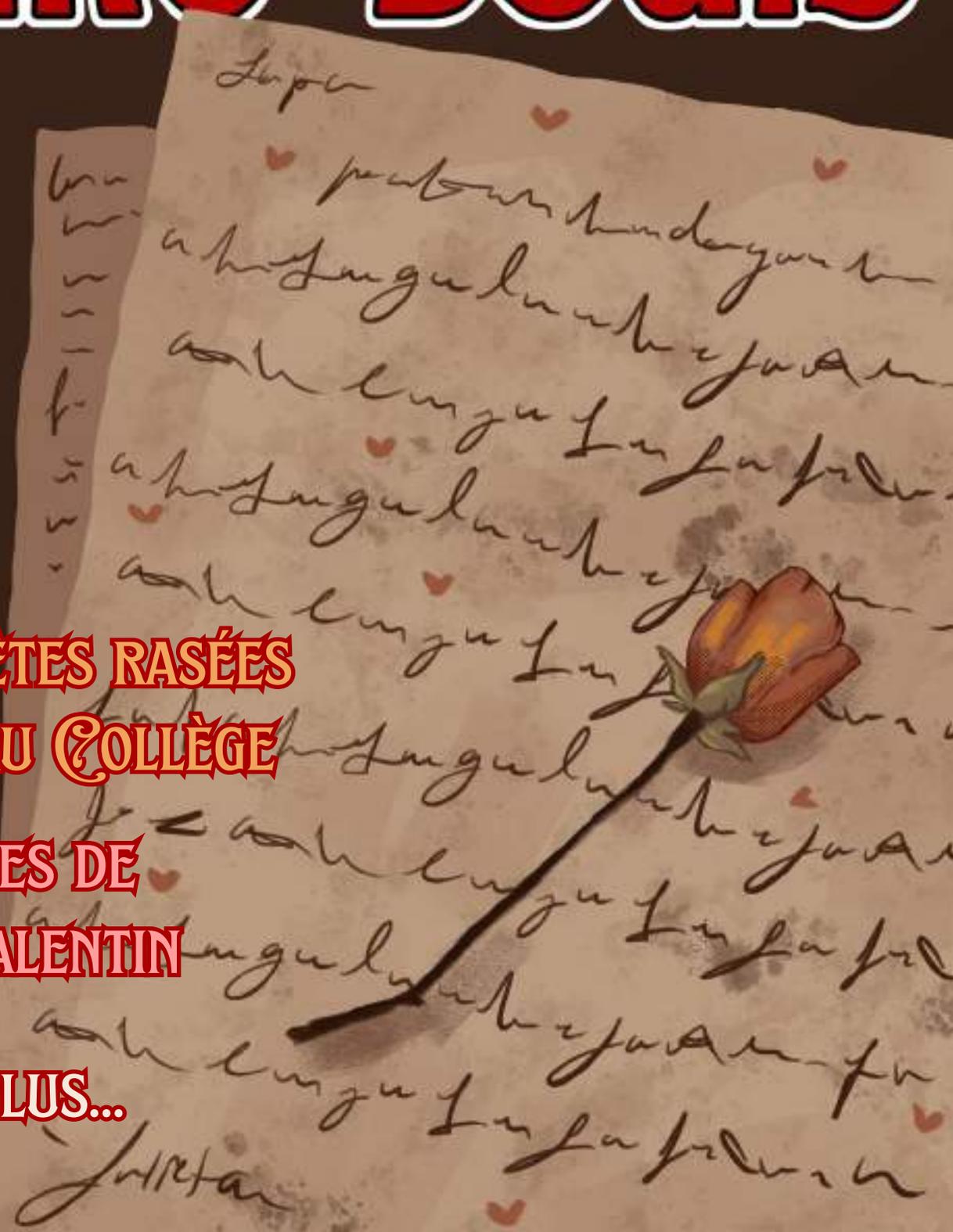


Le Journal

SAINT-LOUIS



**LE DÉFI TÊTES RASÉES
S'AMÈNE AU COLLÈGE**

**DEVINETTES DE
SAINT-VALENTIN**

ET BIEN PLUS...



Éditorial

Quoique plusieurs mois en retard, voici finalement la cinquième parution du Journal Saint-Louis. Comme vous le savez déjà, nous avons dû mettre en pause la production de cette édition censée être publiée en Novembre par faute de la grève. Malgré cela, toute l'équipe a persévéré afin de mettre au jour cette cinquième édition du Journal, juste à temps pour la Saint-Valentin. Nous poursuivons donc la tradition que nous avons commencée l'an passé, avec la parution de la deuxième édition du Journal. Une nouveauté que nous avons introduite dans ce journal est le roman-feuilleton de Victor Zheng, une histoire captivante pleine de suspense. Suivez les péripéties de l'histoire à travers les éditions à venir! Finalement, nous voulons préciser que certains thèmes controversés seront explorés dans cette publication, tels que des sujets politiques concernant le conflit israélo-palestinien. Nous souhaitons clarifier que nous tenons seulement à partager la réalité de la situation, sans filtre.

En espérant que vous allez apprécier votre lecture,

Les rédacteurs en chef
Sibora, Anna et Ryad

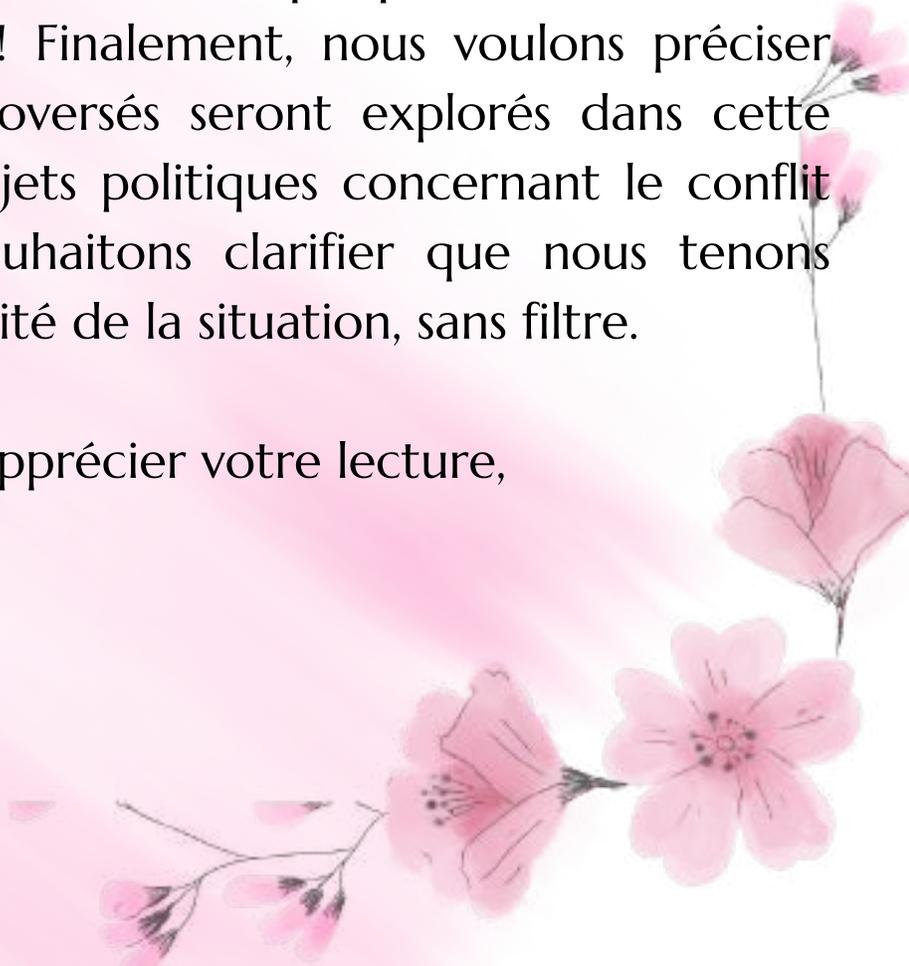




Table des matières

L'ennemi de l'étudiant	4
Une nécessité à CSL	6
Les grands gagnants	8
Recommandations de lecture	10
Présentation d'un groupe de musique	12
Le Défi Têtes Rasées s'amène au Collège	13
Grossophobie à l'école : déconstruire les préjugés	14
L'influence qu'on endure	16
Guerre Palestine Israël	17
Frappes de missiles dans la Mer Rouge	19
Crise climatique; comment faire ta part?	21
Entre l'éveil et le rêve: quelle est la différence?	22
Devenir adulte, c'est quoi?	24
Les utopies, ces mondes idéalistes	26
Interprétation Entre-Ouverte	27
Une tragédie, et quelques réflexions	28
Les femmes trans dans le sport	31
Devinettes de la Saint-Valentin	33
Vitrine linguistique du Collège	34
Concours d'écriture	36
Roman-feuilleton	39
BD «Chat»	41

L'ENNEMI DE L'ÉTUDIANT

Nous nous sommes tous déjà demandé ce qu'il nous manquait pour devenir un meilleur étudiant, mais rares sont ceux qui ont trouvé la réponse. Ce qu'il vous manque vraiment, c'est de la concentration, et en lisant ceci, vous allez apprendre à développer certains gestes qui vous permettront de devenir l'étudiant que vous avez toujours rêvé d'être.

LE SOMMEIL

Tout d'abord, l'un des premiers points à corriger ne concerne pas seulement votre vie d'étudiant, mais plutôt votre vie de tous les jours. Bien évidemment, c'est le sommeil, une partie très importante dans notre journée qui est malheureusement négligée par plusieurs. La première chose que vous devriez faire pour contrer votre manque de sommeil, c'est vous procurer une alarme. Plusieurs d'entre vous dorment avec votre téléphone à vos côtés, ce qui vous nuit énormément, non seulement parce que vous l'utilisez avant de dormir, mais aussi après votre réveil, alors que vous pourriez utiliser ce temps-là pour faire quelque chose d'utile et/ou d'intéressant.



En achetant une alarme, vous n'aurez plus d'excuses pour garder votre cellulaire avec vous durant la nuit. On peut en trouver plusieurs à bas prix ou même gratuitement et après tout, c'est pour votre bien. Il est aussi conseillé de prendre une douche avant de dormir, une bonne façon de compléter toutes ses heures de sommeil tout en restant propre. À présent, vous le savez: c'est en dormant correctement que l'on optimise sa concentration!



Ensuite, il faut vous assurer d'utiliser le moins possible votre téléphone durant la journée, car on y consacre beaucoup trop d'heures (environ 3,9 heures par jour), ce n'est donc qu'une perte de temps. La première façon d'y remédier est de ne jamais avoir votre appareil mobile dans votre chambre. Le mieux serait de demander à quelqu'un de prendre votre téléphone. De cette façon, vous ne risquez pas de tricher. Ceci vous permettra de mieux étudier, sans distraction. Les concepteurs de ce bijou électronique ont trouvé les meilleurs moyens pour attirer votre attention, et nous ne faisons que suivre l'appât qui nous mène vers leurs pièges. Au secondaire, nous avons beaucoup de travaux et d'étude à compléter, mais c'est surtout le cellulaire qui nous empêche d'être productif, car le temps, il y en a énormément, mais il faut savoir bien l'utiliser.



LA DISTRACTION NUMÉRIQUE



LE SPORT



Troisièmement, une des meilleures façons d'améliorer ses capacités cognitives est de faire de l'exercice physique. En effet, plusieurs études montrent que faire du sport stimule le cerveau, permettant une concentration bonifiée durant les études. De plus, l'exercice améliore la circulation sanguine dans le cerveau. Il est préférable de faire du sport au moins trois fois par semaine pour obtenir les meilleurs résultats. Faire du sport est une bonne façon d'utiliser notre temps, puisque cela améliore notre condition physique comme mentale.

En conclusion, les meilleures manières d'améliorer sa concentration sont de bien dormir, d'éviter les distractions et de faire du sport. Comme vous l'avez probablement remarqué, la plus grande partie de la solution consiste à se débarrasser du plus grand ennemi de l'étudiant, le cellulaire. Maintenant, peut-être vous demandez-vous s'il existe d'autres façons de devenir un meilleur étudiant? Bien entendu, mais pour ça, il va falloir attendre la prochaine édition.

UNE NÉCESSITÉ À CSL



Le sport occupe une place importante dans la vie en général, que ce soit pour rester en bonne santé ou tout simplement pour le plaisir, mais il est encore plus important lorsqu'on est au secondaire. Le secondaire est une nouvelle aventure remplie de stress, de nouveaux défis et de surprises, comme tout élève au collège Saint-Louis le sait déjà. En arrivant au secondaire, on peut vivre énormément d'expériences et je peux vous assurer que faire partie d'une équipe sportive est l'une des meilleures. Mais alors, pourquoi est-ce que le sport au secondaire est si nécessaire pour maintenir un bon équilibre entre l'école et notre vie scolaire? Et bien, voici la réponse.

Comme mentionné plus tôt, l'entrée au secondaire peut être une période très stressante dans notre vie. Environ 65% des élèves qui commencent leur première année de secondaire souffrent d'anxiété de performance. Puisque c'est une nouvelle étape que nous découvrons, celle-ci peut paraître effrayante, mais j'ai trouvé une solution pour vous aider à vous détendre. Le sport est en effet une activité essentielle. En faisant du sport, notre corps va produire une certaine drogue naturelle qui se nomme l'endorphine. Qu'est-ce que l'endorphine? L'endorphine est connue comme étant «l'hormone du bonheur et du plaisir». Différents scientifiques ont mené des études qui ont prouvé que le sport pouvait nous rendre de meilleure humeur. En effet, en 2022, une étude a été menée auprès de 3 000 adultes. Plus de 67% de ces adultes ont affirmé que faire du sport améliore leur humeur. La majorité des non-sportifs ressentent plus de stress que les sportifs. Certains athlètes auraient même dit que pratiquer une activité physique aide leur qualité de sommeil et leur crée un sentiment de bien-être intense. Donc, on peut définitivement reconnaître que faire du sport semble être une excellente solution pour se sentir bien. La pratique du sport durant l'adolescence peut vraiment aider à gérer notre anxiété. En particulier au Collège Saint-Louis, où il y a beaucoup d'exigences envers les élèves qui ressentent souvent une grande pression académique. La majorité des élèves ressentent le besoin d'avoir d'excellents résultats, ce qui crée une lourde pression sur leurs épaules. Faire des exercices aérodynamiques pourrait alors les aider à gérer ce stress au lieu de l'embouteiller.

De plus, le sport au secondaire peut aussi être utile pour rencontrer de bonnes personnes et pour créer de nouvelles relations. Être dans une équipe sportive nous permet de développer un énorme sentiment d'appartenance. Je sais que lorsqu'on entend ce mot, on pense tous aux longs travaux IB qu'on a fait en utilisant des grands mots qui semblent philosophiques comme celui-ci, mais je suis ici pour vous confirmer que ce sentiment est bien réel. Rien n'est mieux que de se créer de nouveaux amis grâce au sport. Par exemple, grâce à l'équipe de volleyball de l'école, je me suis fait beaucoup de nouvelles amies. J'adore pouvoir jouer avec elles sur le terrain, car en se connaissant, notre chimie d'équipe devient encore meilleure, ce qui nous mène beaucoup plus facilement à la victoire. Évidemment, faire le premier pas pour rencontrer de nouvelles personnes peut être difficile, en particulier lorsqu'on vient de commencer le secondaire, mais je vous assure que ces petites interactions parfois gênantes au début en valent la peine. Qui sait, peut-être que vous allez trouver un ou une amie à long terme? De plus, je peux aussi dire que notre coach est toujours là pour nous. Je sais que si jamais j'ai un problème, je peux tout lui dire. La majorité des entraîneurs vont être là pour leurs athlètes. Si vous avez envie de parler à quelqu'un, mais que vous êtes trop gênés de parler à une des ressources à l'école, allez discuter avec votre coach. Les entraîneurs ne sont pas juste présents pour vous entraîner, ils sont aussi présents pour vous aider. En plus, la majorité des coachs à notre école sont des gradués de CSL, donc ils vont nécessairement comprendre vos enjeux scolaires. En effet, ces amies et ces entraîneurs m'aident depuis maintenant plus de deux ans, que ce soit à l'école ou à l'extérieur du Collège Saint-Louis.

Pour conclure, on peut observer qu'il y a d'énormes bénéfices à faire du sport au secondaire. On peut créer de nouvelles amitiés qui peuvent durer des années et on peut aussi se trouver une nouvelle activité qui nous rend euphorique. En tant qu'élève inscrite à différentes équipes/troupes parascolaires à l'école, je vous encourage vraiment, mais vraiment, à bouger lorsque vous pouvez, que vous soyez en secondaire 1 ou en secondaire 5, ou même si ce n'est pas une équipe à l'école, donnez-y une chance. Donc, j'espère que maintenant vous penserez à faire le premier pas dans n'importe quel sport, car vous ressentirez un bienfait incomparable dans votre vie.



LES GRANDS GAGNANTS

QUI A GAGNÉ LA COMPÉTITION DES PRIX DE JEUX VIDÉOS CETTE ANNÉE?

Par Annabelle Maiorano

Cette année, le 7 décembre à sept heures et demie, le grand évènement appelé les Game Awards, ou Prix de Jeux, a pris place. Cette compétition englobe tous les jeux sortis en 2023, dans le but de décider lesquels ont été les plus époustouflants! Les résultats sont sortis, nous allons donc examiner le grand gagnant du Jeu de l'Année et de quelques jeux d'autres catégories.

QU'EST-CE QUE LES GAME AWARDS, OU LES PRIX DE JEUX?

Débutés officiellement en 2014, les Game Awards sont un évènement annuel durant lequel des prix sont remis à diverses compagnies de jeux vidéo et à des directeurs de jeux dans différentes catégories.

Quelques exemples de ces catégories sont le jeu de l'année, le jeu possédant le meilleur récit, le jeu possédant les meilleurs graphismes, etc. Les gagnants sont choisis par vote, un sur le site des Game Awards en ligne, qui compte pour 10%, et un par un jury, qui compte pour 90%. La concurrence est toujours féroce, et même si plusieurs jeux méritent de gagner, un seul remportera le trophée chaque année.



LES RÉSULTATS

Gagnant du Jeu De L'Année:
Baldur's Gate 3

Le jeu Baldur's Gate 3 est le troisième jeu de la série Baldur's Gate, qui a débuté en 1998, et qui se joue sur l'ordinateur. Cette série a pour but de créer un univers interactif dans le style du jeu de rôle Donjons et Dragons, un jeu de société qui a évolué pendant plusieurs décennies.

Baldur's Gate 3 a reçu de nombreux éloges. Parmi ceux-ci, on trouve la personnalité mémorable des personnages, le haut niveau de liberté que possède le joueur, et les mécaniques amusantes du jeu. On dit qu'un seul joueur ne verra jamais tous les scénarios possibles dans l'histoire, puisqu'il y a tout simplement trop de possibilités!



LES GRANDS GAGNANTS

LES RÉSULTATS (SUITE)

Gagnant du meilleur jeu de famille:

Super Mario Bros. Wonder

Il n'y a probablement personne dans notre continent qui n'a pas entendu parler du célèbre personnage, Mario. Récemment revenu de ses exploits dans son nouveau film, Mario et son frère Luigi sont de retour!

Dans ce jeu d'une beauté exceptionnelle, revenu au style du défilement latéral à la place du mouvement 3D, le joueur contrôle les deux frères alors qu'ils essaient d'arrêter, encore une fois, le cruel monstre Bowser. Ce qui fait de ce jeu un des meilleurs de la série Mario est la multitude de nouvelles habiletés et événements nouvellement accessibles. Des tuyaux qui prennent vie, des plantes qui transforment Mario en éléphant, rien n'est impossible! Le jeu permet de jouer à plusieurs, et familles et amis sont garantis d'une expérience formidable.



Gagnant du meilleur jeu d'aventure:

The Legend of Zelda: Tears of the Kingdom

**Coup de cœur de la rédactrice!*

Nous passons maintenant à un jeu de la compagnie Nintendo, qui a gagné le meilleur jeu d'aventure de l'année. The Legend of Zelda: Tears of The Kingdom. Cette aventure fantastique est la suite de la série Zelda, dont le jeu précédent, The Legend of Zelda: Breath of the Wild, a gagné le prix de jeu de l'année en 2017.

Ce qui a rendu ce jeu vidéo et son prédécesseur si populaire est le niveau si haut de liberté qu'a le joueur. Il y a plus d'une centaine de différentes activités divertissantes à faire dans cette aventure Zelda, c'est donc un jeu à ne pas manquer pour les gamers avec le plus d'expérience, ou aucune expérience du tout!



Gagnant du meilleur jeu de stratégie:

PIKMIN 4

Le jeu Pikmin 4 est le quatrième d'une série de jeux de stratégies débutée en 2001. Il a pour but d'accomplir des défis et des missions très amusantes! Le joueur prend le contrôle d'une multitude de petits personnages, appelés les pikmins, qui peuvent accomplir des tâches reliés à leur couleur. Par exemple, les pikmins bleus peuvent aller sous l'eau, ce qui leur donne un avantage dans certaines situations. C'est un jeu relaxant, amusant, et qui développe tes capacités cognitives!

CONCLUSION:

Les Game Awards sont malheureusement officiellement terminés cette année, mais quels jeux incroyables l'an 2023 nous a amené! La technologie progresse de plus en plus, permettant aux nouveaux jeux vidéo d'atteindre des hauteurs étonnantes que les générations du passé n'auraient même pas pu imaginer. Je crois que je ne suis pas la seule qui a déjà hâte au Game Awards de 2024!

-Annabelle Maiorano

Recommandations de lecture

Vous voulez commencer à lire des livres? Vous ne savez pas quoi lire? Voici 4 recommandations de lecture.

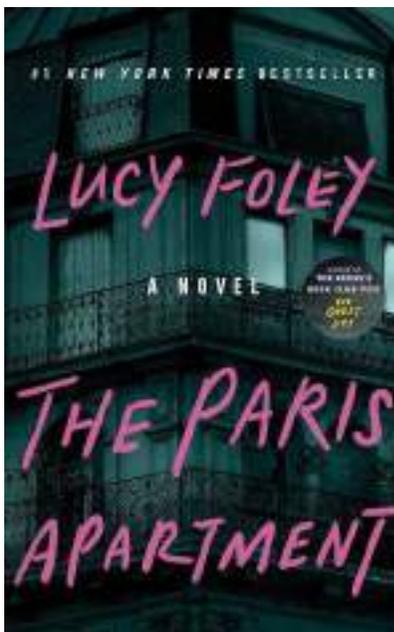
Terrienne par Jean-Claude Mourlevat

Genre: Science-Fiction, Dystopie Note: ★★★★★

Résumé: Un an après la disparition de sa grande sœur Gabrielle, Anne reçoit enfin un message de sa part, lui demandant de venir la sauver à Campagne : un monde parallèle. Cet univers semblant parfait mais se révélant dystopique est habité par des créatures inhumaines qui prônent d'étranges valeurs et normes différentes à celles sur Terre. Anne sera-t-elle capable de s'introduire dans cette civilisation et d'en retirer sa sœur ?

Mon avis: Je ne suis pas une amatrice de romans de science-fiction et de romans dystopiques, mais la lecture de ce livre m'a empêché de dormir la nuit. En fait, je le relis encore chaque année pour ne jamais oublier l'intrigue. L'écriture de l'auteur est détaillée et donne l'impression de regarder un film. Ce livre va vous provoquer des montagnes russes d'émotions. Vous allez rire, vous allez pleurer, vous frissonnez et vous tomberez amoureux des personnages. Cet univers totalement différent de celui dans lequel nous vivons rend curieux et donne envie de plus. C'est d'ailleurs une des raisons pour lesquelles il est si difficile de le lâcher.

JEAN-CLAUDE MOURLEVAT



The Paris Apartment par Lucy Foley

Genre: Thriller psychologique, Suspense

Note: ★★★★★

Résumé: Après avoir été mise à la porte de son dernier emploi, Jess décide qu'il est temps de prendre un nouveau départ. Sans emploi et seule, elle décide de rendre visite à son demi-frère à Paris où il vient d'emménager dans son luxueux appartement. Pourtant, le jour de son arrivée, Benjamin est introuvable. Effrayée et seule, Jess enquête sur la disparition de son frère et découvre un mystère encore plus grand. Où pourrait-il être ? Serait-il blessé ? Les étranges voisins de Ben seraient-ils liés à cette affaire ? Sa propre vie serait-elle menacée si elle creusait cette énigme ?

Avis: Lucy Foley a une façon de créer de la tension et du suspense d'une manière qui rend ses livres impossibles à lâcher. À la fin de chaque chapitre, un cliffhanger donne envie de continuer. Les petits détails, même ceux qui semblent presque inutiles, ont souvent un impact sur le scénario et donnent envie de scruter chaque centimètre du livre. Les rebondissements et le suspense du roman vous feront haleter et frissonner d'effroi. Après chaque page tournée, vous allez vous sentir plus proche de découvrir la vérité derrière le mystère.

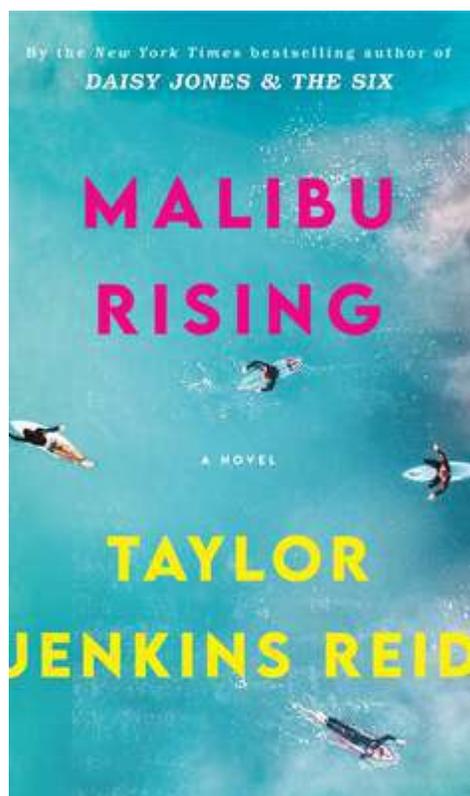
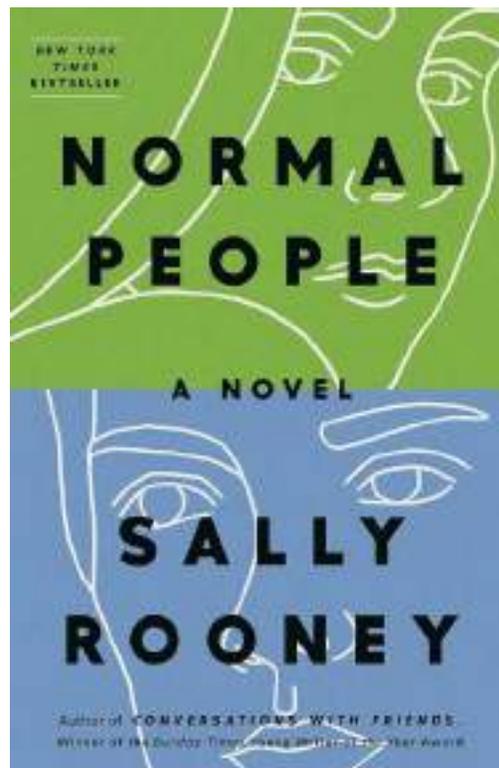
Normal People par Sally Rooney

Genre: Roman psychologique

Note: ★★★★★

Résumé: Cette histoire d'amour commence lorsque le footballeur populaire rencontre la jeune fille discrète et têtue. Un jour, alors que Connell va chercher sa mère chez Marianne, une connexion forte se noue entre ces deux camarades de classe et ils décident d'entretenir une relation secrète. Tout au long de leur adolescence jusqu'à leur vie d'adulte, ils seront toujours attachés l'un à l'autre d'une manière ou d'une autre. Leurs problèmes de communication et leurs relations complexes leur permettront-ils un jour d'être ensemble ?

Avis: La plupart des gens tombent amoureux des livres parce qu'ils tombent amoureux des personnages. Ceci est mon cas avec Normal People. En fait, Marianne et Connell me semblent presque être de vraies personnes parce que j'ai pu découvrir un morceau de leur personnalité après chaque page tournée et je ne peux m'empêcher de voir un peu de moi-même en eux et je suis sûre que tous les lecteurs le feront. Vous suivez leur histoire au fil des années et cela entraîne de la frustration, de la tristesse et du bonheur, donnant l'impression que vous regardez la vie de vos amis passer.



Malibu Rising par Taylor Jenkins Reid

Genre: Fiction historique

Note: ★★★★★

Résumé: Chaque année, un jour d'août, Nina Riva organise la fête estivale de l'année que tout le monde attend. Comme chaque année, des célébrités, des chanteurs et des personnalités publiques assistent à cet événement annuel, mais la fête de l'été 1983 sera certainement l'une des plus épiques et des plus excitantes de toutes. Ce sera aussi sûrement la dernière organisée par les Rivas.

Nina, l'aînée, se remet encore des cicatrices de son enfance ruinée. Hud devra avouer son secret à son meilleur ami et son frère, Jay, attend que la fille de ses rêves vienne à sa fête. Et enfin Kit, la plus jeune qui essaie de trouver sa propre voie, attend également que quelqu'un se présente chez Riva. Au matin, la soirée Riva du 83' ne sera plus qu'une légende, mais que s'est-il réellement passé cette nuit-là ?

Avis: La particularité de Malibu Rising est que vous pouvez voir le point de vue de chaque personnage mentionné tout au long de ce livre. Des personnages principaux aux personnages secondaires, chaque détail sera fourni par les témoins de la fête. En raison du nombre de personnages, vous en trouverez certainement un auquel vous vous identifierez ou du moins vous verrez un peu de vous-même dans l'un d'eux. Le scénario saute entre le passé et le présent car vous pourrez voir l'histoire des parents de Nina, Hud, Jay et Kit ainsi que l'impact qu'ont leurs décisions sur la vie de leurs enfants.

Bonne lecture!

PRÉSENTATION D'UN GROUPE DE MUSIQUE

par Andrea Fundora et Émilie Gilbert

VOULEZ-VOUS ÉLARGIR VOS GOÛTS MUSICAUX ? CET ARTICLE EST PARFAIT POUR VOUS!

Aujourd'hui, je vais vous présenter un groupe musical. Le voici: **Måneskin**.



Måneskin est un groupe italien de pop rock qui est composé de 4 membres: **Damiano**, le chanteur, **Thomas**, le guitariste, **Ethan**, le batteur, et **Victoria**, la bassiste. Celle-ci, d'origine danoise, a choisi le nom du groupe. En effet, le mot "Måneskin" signifie clair de lune en danois.

Ils ont été connus du public italien grâce à l'émission X Factor Italia. Malheureusement, ils n'ont pas gagné, mais leur deuxième place a été suffisante pour propulser leur carrière en Italie. Par contre, c'est seulement en 2021 qu'ils ont été connus partout dans le monde.

En premier, ils ont représenté l'Italie à l'Eurovision, un concours européen auquel participent une quarantaine de pays, la majorité européens. Cette année-là, l'Italie a gagné et cette victoire a été la meilleure chose qui ait pu arriver pour leur carrière.

Après cette soirée, toute l'Europe savait qui était Måneskin, mais le monde entier a pu les connaître grâce à l'application Tiktok. Leur chanson « I wanna be your slave » et leur reprise d'une chanson originalement produite par le groupe The four seasons sont devenues complètement virales sur cette application.

Depuis ce temps-là, les membres de Måneskin sont devenus de vraies stars internationales avec plus de 5 millions d'abonnés sur Instagram et 43 millions d'auditeurs par mois sur Spotify.

Quelques-unes de leurs chansons sont **Zitti e buoni**, avec laquelle ils ont gagné l'Eurovision, **Gossip**, **Mamamia**, **Supermodel**, de leur album le plus récent et **Coraline** et **Vent'anni**, des chansons un peu plus calmes. Donc, si vous êtes intéressés, je vous recommande leurs chansons.

Le Défi Têtes Rasées s'amène au Collège

Saviez-vous qu'ici-même au Collège, nous avons notre propre groupe qui participe au Défi Têtes Rasées? Eh oui! Un groupe composé d'élèves et d'enseignants courageux ont décidé de se raser la tête en février pour faire une collecte de dons pour Leucan.



Les participants du Défi Têtes Rasées

Quand on fait un don à Leucan, il est possible de sélectionner vers où l'argent sera dirigé. Le financement de la recherche sur le cancer constitue une partie de Leucan et leur mission. Par contre, cette organisation ne se limite pas aux progrès scientifiques, elle reconnaît aussi l'élément humain du cancer et de ses effets. Le bien-être des enfants est une nécessité pour eux, parce qu'une maladie aussi dévastatrice que le cancer peut aussi avoir des effets néfastes sur la santé mentale des jeunes, même s'ils parviennent à le combattre. En effet, des troubles dépressifs peuvent être occasionnés par le combat d'un cancer, et peuvent engendrer des sentiments d'abattement, des troubles du sommeil et même des pensées morbides.

Le défi auquel nous participons a comme but de recueillir des dons monétaires pour Leucan, qui est une organisation qui vient en aide aux enfants atteints du cancer, ainsi qu'à leur famille. Le groupe du Collège espère amasser 5000 \$ pour cette organisation! Déjà, les participants ont accumulé 4 500 \$, ce qui est 90% du but total. Vous vous demandez probablement quand aura lieu le fameux jour du rasage. Pour laisser le temps de faire la diffusion du défi et pour faire une collecte maximale de dons, la date déterminée est le 19 février 2024. Bien sûr, le rasage de tête se fera à l'école, dans la cafétéria, pendant l'heure du dîner. Soyez là en grand nombre! Vous pouvez aider en partageant l'information avec vos amis et vos proches. Ensemble, nous pouvons atteindre notre but et encore plus, car la solidarité prévaudra!

Ainsi, à l'aide des dons, Leucan peut offrir des services tels que la sensibilisation en milieu scolaire, l'animation de jeux en milieu hospitalier et de l'aide financière aux familles, mais aussi aider à briser l'isolement que les enfants peuvent vivre, et reconforter, informer et orienter les patients et leur famille, en leur donnant des moyens concrets pour survivre au choc du diagnostic bouleversant de la maladie.

Pour faire un don, vous pouvez visiter le site du Défi Têtes Rasées et cliquer sur «donner». Vous pouvez ensuite rechercher le groupe CSL 2023-2024. Notez qu'une carte de crédit est nécessaire pour faire un don en ligne. Vous retrouverez des thermomètres indiquant la progression de la collecte de dons par rapport au but un peu partout dans l'école. Nous vous remercions d'avance pour votre soutien!

GROSSOPHOBIE À L'ÉCOLE : DÉCONSTRUIRE LES PRÉJUGÉS

Article de Saskia Van Hell & Sibora Dibra

Récemment, nous avons pris conscience d'une augmentation d'un sentiment grossophobe au sein du Collège. Que ce soit à travers les réseaux sociaux tels qu'Instagram et TikTok, ou plus simplement en face à face, la grossophobie se ressent de façon anormale auprès des élèves de notre école.

C'est pourquoi, à travers cet article, nous désirons informer les gens sur ce sujet sensible aux yeux de plusieurs.

Vous avez tous déjà entendu parler de la grossophobie, mais savez-vous réellement ce que ce mot, qui peut sembler banal à première vue, signifie? Il désigne la haine démesurée et les comportements critiques que portent certaines personnes envers les gens corpulents, qui, souvent, provoquent de nombreuses conséquences sur les individus affectés.

À QUI LA FAUTE?

D'où vient cette haine envers les personnes en surpoids? Pour répondre à cette question, nous n'avons qu'à déchiffrer les secrets des standards de beauté qui sont si profondément ancrés dans nos esprits. La grosseur est, de nos jours, généralement considérée physiquement peu saine, comme un signe de négligence et d'insatiabilité, alors qu'il y a tant d'autres facteurs ayant des effets beaucoup plus primordiaux sur la prise de poids d'une personne. Notre société, malheureusement, n'est pas construite de façon inclusive pour tous les différents corps, ce qui rend l'accès à certains loisirs plus difficiles aux personnes de grande taille. De fait, les gens corpulents sont souvent sous-représentés dans la culture populaire, c'est-à-dire à la télévision, dans les films, dans le domaine de la mode, et plus encore.

LE SURPOIDS: HORS DE NOTRE CONTRÔLE?

Comme vous le savez, il est beaucoup trop facile de juger quelqu'un par l'apparence, sans le connaître véritablement et sans même avoir un aperçu de sa vie. Il y a une multitude de facteurs qui viennent influencer le poids de quelqu'un. Commençons avec le rôle de la génétique. Certains sont prédisposés génétiquement à l'obésité. En effet, autour de 400 gènes influent sur une multitude de facteurs, dont l'appétit et le métabolisme. Il existe aussi plusieurs facteurs environnementaux qui peuvent affecter le poids et les habitudes. Par exemple, ce qu'on appelle la programmation fœtale, qui se produit in utero et est influencée par la mère (diabète, cigarette, etc.). Bien sûr, les habitudes en enfance peuvent être tellement enracinées dans notre façon de vivre qu'il peut être extrêmement difficile de les changer plus tard dans notre vie.

UNE SOCIÉTÉ QUI NUIT À NOTRE BIEN-ÊTRE

L'influence américaine au Canada peut être ressentie dans une multitude de sphères culturelles, incluant la nourriture. Le fast-food occupe une grosse place dans notre culture, qu'on le veuille ou non. Nous voulions mentionner un autre aspect qui n'est pas beaucoup mentionné à notre avis. Il y a un lien évident entre la pauvreté et l'obésité. Les gens qui doivent beaucoup travailler pour gagner leur vie n'ont pas nécessairement le temps pour cuisiner leurs propres plats.

Avec le coût des épiceries de nos jours, il peut devenir tentant de recourir au *fast-food* pour se nourrir, ce qui nous laisse en manque de certains nutriments et en trop d'autres plus nuisibles.

LA GROSSOPHOBIE NE FAIT PAS PERDRE DE POIDS

Plusieurs semblent penser que leurs propos grossophobes agiront comme une sorte de motivateurs qui aiderait les personnes plus corpulentes à perdre leur poids en trop. Au contraire, aux yeux des gens touchés, ça n'est rien de plus qu'une humiliation, une stigmatisation pouvant provoquer des réactions davantage intenses. Le poids qu'ont les gens corpulents n'est pas seulement physique, mais aussi psychologique. En effet, nous pouvons le comparer à une charge mentale immense qui suit la personne dans toutes ses activités, au quotidien. Ces propos peuvent fréquemment mener à des troubles alimentaires tels que le trouble alimentaire compulsif, l'anorexie, la boulimie, etc. Plus important encore, ils détériorent l'estime de soi et la confiance des personnes affectées, les menant à s'isoler socialement.

LE MOUVEMENT BODY POSITIVITY

Dans les dernières années, un mouvement dont vous avez sûrement entendu parler a gagné de l'ampleur sur les réseaux sociaux: le mouvement *body positivity*. Il est possible, en lisant ces mots, qu'une idée préconçue de ce que ce mouvement consiste vous vienne à l'esprit. Nous sommes ici pour éclaircir le véritable objectif de ce mouvement. Il a pour but d'aider tout le monde à se sentir bien dans sa peau, indépendamment du fait qu'elle soit en bonne santé ou non. Dans les années 1990 à 2010, la culture de régime dans les médias était omniprésente et avait un effet négatif sur la santé mentale des femmes, entre autres, en causant des troubles alimentaires. C'était normal de n'avoir aucun gras sur le corps, alors qu'un manque de graisse corporelle est nuisible à la santé d'une femme. Le but du *body positivity* n'est pas de dissuader les gens de perdre du poids, mais bien d'encourager la confiance en soi sans un sentiment de valeur associé au poids.

Parlons maintenant de certains commentaires que nous avons entendus au Collège Saint-Louis.

« D'où c'est grossophobe de dire que quelqu'un est en surpoids lorsqu'il l'est réellement ? Laissez les gens se construire une meilleure santé! »

Ce commentaire pourrait vous sembler inoffensif, mais c'est un point de vue dangereux que plusieurs adoptent. Si vous pensez que quelqu'un est laid, le diriez-vous? Non.

Pourquoi serait-ce différent avec le poids? Nous sommes tous humains. Nous pouvons vous garantir que ces gens sont conscients d'eux-mêmes et il n'est pas de votre responsabilité de le leur dire. De plus, on ne connaît jamais l'expérience de quelqu'un. Il y a d'innombrables causes qui peuvent expliquer la situation de quelqu'un.

« Je dois m'asseoir en classe derrière une très grosse personne qui bloque ma vision. »

Il est bien clair que ce commentaire n'est pas du tout acceptable. Toutefois, il démontre à quel point ce genre de commentaire insultant est accepté auprès des élèves du Collège. Les étudiants pensent faussement que le surpoids est contrôlable, et décident donc que c'est carte blanche pour les insultes. Au contraire, ce genre de commentaire peut blesser très gravement l'élève visé, et stigmatise un groupe de personnes qui ne font, somme toute, rien de mal.



L'INFLUENCE QU'ON ENDURE

Article de Marina Hovhannisyan

Les médias sociaux sont très présents dans notre vie. Ces réseaux permettent de transmettre beaucoup d'informations et de diverses opinions, qui ciblent des publics spécifiques, particulièrement par moyen des influenceurs. Ces gens ne partagent pas seulement leur quotidien, mais aussi leurs pensées, leurs idées et plus. Ceci les amène à avoir un grand impact politique puisqu'ils sont des individus qui sont capables d'engager avec un grand public sur les plateformes.

Cette capacité de retenir l'intérêt d'un public mène à la manipulation involontaire des gens qui les admirent. Les personnes qui regardent leurs vidéos les admirent puis essayent de leur ressembler en copiant leurs idéaux et leurs styles. Cela provoque ce qu'on appelle de nos jours un *trend*. Récemment, un événement politique s'est produit le 7 octobre, menant à plein d'influenceurs de donner leur avis et de choisir un côté. Plein de célébrités se sont exprimées en donnant leur opinion sur ce conflit. Ceci a provoqué une divergence d'opinions chez les gens, qui décident de soutenir un parti plutôt qu'un autre.

Prenons par exemple Gal Gadot, mieux connue comme *Wonder Woman*. Elle nous montre dans ces annonces précédentes sur Instagram, où réside sa loyauté avec Israël, obtenant plus de 900 mille *likes*. Durant les prochains jours, plein d'autres célébrités ont publié une image par rapport au conflit. Mark Ruffalo, l'acteur de Hulk, nous démontre son inquiétude et son désir que le président fasse quelque chose afin d'aider Gaza en ce moment sombre, recevant cette fois-ci 200 mille *likes*. Kim Kardashian, Bella Hadid et plein d'autres font la même chose, ayant tous quelque chose en commun: leurs préoccupations et leurs opinions sont vues et aimées par des centaines de milliers de personnes et parfois même des millions. Est-ce que toutes ces personnes sont venues à cette conclusion toutes seules? 79% de personnes affirment que leurs opinions politiques ont été influencées par les médias sociaux. C'est énorme non?

Plus les années passent, plus nous endurons l'influence des réseaux sociaux. Afin de se protéger de la propagande et des fausses nouvelles, ne croyez pas immédiatement aux informations partagées par des personnes célèbres. Consultez plutôt des sites fiables comme Radio Canada, La Presse, Le Devoir, et plus.

GUERRE: PALESTINE- ISRAËL

Article de Angie Toumieh

C'est toujours difficile d'entendre parler d'une guerre. Il y a plusieurs personnes dont la famille est morte dans ces batailles interminables. Malheureusement, ces scénarios horribles sont toujours présents dans le monde. Il y a près d'un mois, le conflit israélo-palestinien qui date de l'année 1948 a repris en force. Des deux côtés, il y a eu des morts. Des deux côtés, il y a eu des injustices subies par les civils. Des deux côtés, les droits internationaux humains n'ont pas été respectés. Aujourd'hui, je voudrais vous présenter l'affrontement entre la Palestine et l'Israël, en restant le plus neutre possible.

LES ORIGINES DE CE CONFLIT

Tout a commencé lors de la Seconde Guerre mondiale. Le peuple juif a commencé à migrer vers la Palestine à cause de la persécution des juifs en Allemagne nazie. Après la guerre la plus meurtrière de l'histoire, les Nations Unies proposèrent alors un plan de partage de territoires entre les Juifs et les Arabes. Les Juifs auraient le nord (55 % du pays) de la région et les Arabes auraient le sud (45 % du pays), tandis que les régions de Bethléem et de Jérusalem, lieux sacrés pour les trois religions monothéistes (Christianisme, Judaïsme et Islam), resteraient sous le contrôle international. Les Juifs acceptèrent cette proposition, toutefois les Arabes la rejetèrent. En 1948, quelques mois plus tard, l'Israël déclara son indépendance. Depuis, des guerres opposent d'un côté l'Israël et de l'autre côté la Transjordanie (Jordanie d'aujourd'hui), le Liban, la Syrie, l'Égypte et l'Irak. En 1978, l'Égypte conclut alors un accord de paix. Cet accord devait comprendre des clauses concernant les Palestiniens, mais celles-ci n'entreront jamais en vigueur. Malheureusement, jusqu'à aujourd'hui, il n'y a eu aucune entente pour rétablir la paix entre ces deux pays.



EXPLICATIONS DES ATTAQUES DU 7 OCTOBRE 2023

Le 7 octobre 2023, le Hamas (mouvement islamique et nationaliste palestinien) armé et soutenu par le régime iranien, a mené des séries d'attaques qualifiées de "terroristes" sur le territoire israélien. Environ 1200 personnes ont été tuées sur les terres d'Israël. Ces dernières sont majoritairement des civils. En plus de ces 1200 morts, 240 individus ont été enlevés en otages et parmi eux, des bébés, des enfants, des femmes et même des personnes âgées. Depuis ce moment, Israël a déclaré une guerre pour «éradiquer» le Hamas. Ainsi, les bombardements israéliens ont fait plus de 11 240 morts dont la plupart des civils, parmi lesquels plus de 4 630 enfants.

DÉROULEMENT DES ATTAQUES

Peu avant 6h30 (heure locale)

Les services de renseignements israéliens (Mossad) ont détecté des activités intensives anormales produites par les réseaux militaires de Gaza. Ainsi, ils alertent les soldats israéliens qui ont pour travail de garder les frontières à Gaza. Malheureusement, l'avertissement arrive trop tard, l'attaque fut immédiate. Pourtant, selon certains médias, les États-Unis et l'Égypte auraient reçu dans les jours précédents des avis selon lesquels le Hamas préparait une attaque.

6h30 (heure locale)

Les attaques du Hamas commencèrent et des milliers de roquettes furent tirées vers l'Israël. Au même moment, des combattants du Hamas bombardèrent des tours d'observation avec des drones commerciaux, utilisèrent des explosifs et des bulldozers pour ouvrir des brèches dans la barrière et entrèrent dans le pays, que ce soit à moto, en camion, à pied ou en parapente.

6h31 (heure locale)

La défense israélienne publie un message sur le réseau X (*Twitter* avant l'acquisition): << Sirènes entendues dans le centre de l'Israël. 🚨 >>

7h30 (heure locale)

Plusieurs coups de feu retentissent sur les lieux d'un festival de musique. Des milliers de personnes ont tenté de fuir, mais plusieurs d'entre elles ont été tuées à cet endroit (environ 300).

7h40 (heure locale)

Un autre message a été publié sur X: <<Rapport initial : des terroristes ont infiltré Israël depuis Gaza. Les habitants du quartier sont priés de rester chez eux. Détails à suivre.>>

10h46 (heure locale)

L'Israël annonce des frappes sur la bande de Gaza en riposte à cette attaque.

11h35 (heure locale)

Benjamin Netanyahu, premier ministre israélien, déclare à la nation: Israël est en guerre.

Dimanche 8 octobre

Les combats se poursuivent entre les militants du Hamas et les soldats israéliens. Plusieurs frappes ont été lancées par l'Israël en direction du Hamas. Le Hezbollah (groupe militaire libanais) allié du Hamas, a tiré plusieurs roquettes sur le nord de l'Israël.

Mardi 10 octobre

L'armée israélienne a déclaré avoir repris le contrôle de toutes les communautés le long de la frontière. La défense israélienne affirme aussi avoir mené plus de 2000 frappes aériennes sur Gaza.

La guerre continue malheureusement à se manifester aujourd'hui. Nous espérons tous qu'une entente va se faire entre ces deux pays et que la paix sera rétablie au Moyen-Orient.

FRAPPES DE MISSILES DANS LA MER ROUGE

Article de Vincent Beauvilliers

Le Conflit israélo-palestinien fait beaucoup parler de lui, mais au Yémen il y a en ce moment un conflit impliquant directement les États-Unis, le Royaume-Uni et d'autres pays occidentaux.

En effet, Les Houthis, une organisation armée, politique, et théologique, ont lancé des missiles sur plusieurs navires de commerce dans la mer Rouge qu'ils affirment être liés à Israël. Ils affirment que ces frappes sont un signe de solidarité envers la Palestine.

Jusqu'à maintenant (21 janvier 2024), les Houthis ont lancé au moins 26 attaques de ce genre, selon le Commandement central de l'armée américaine. Ces attaques ont d'importantes répercussions sur le commerce car plusieurs bateaux sont contraints de contourner l'Afrique par le sud, ce qui augmente leurs coûts et augmente la durée de leur trajet. Étant donné que plus de 15% du trafic maritime mondial transite par la mer rouge, les pertes potentielles sont énormes, ce qui explique pourquoi plusieurs pays tentent de négocier avec les Houthis pour qu'ils arrêtent leurs attaques.



PROSPERITY GUARDIAN

La situation n'est pas abordée de la même façon par chaque pays: certains, comme la France, tentent la désescalade, tandis que d'autres ont décidé de répliquer à ces agressions. Sans grande surprise il s'agit des États-Unis qui ont décidé de former une coalition multinationale de plus de 20 pays dont les États-Unis, le Royaume-Uni, le Danemark et le Canada dans le but de lancer l'opération militaire *Prosperity Guardian* pour défendre la sécurité du trafic maritime dans la mer Rouge, le Bab-el-Mandeb et dans le Golfe d'Aden.



La coalition a déjà fait au moins 150 frappes sur des cibles stratégiques réparties sur environ 30 sites différents, et les Houthis disent qu'ils ne laisseront pas passer ce genre d'agression et ripostent à leur tour en continuant à envoyer des missiles sur des navires.

Il est difficile de prévoir jusqu'à quel point la situation va escalader au Yémen, mais une chose est certaine: les États-Unis ne sont pas frileux quand il s'agit de se battre pour protéger leurs intérêts commerciaux et politiques. Il y a donc de bonnes chances que l'opération *Prosperity Guardian* continue à mener des attaques, d'autant plus que les Houthis ne semblent pas être près d'arrêter. Néanmoins, la majorité des pays semble disposée à négocier pour calmer la situation, alors peut-être que les belligérants trouveront un terrain d'entente.



**Te demandes-tu
comment faire ta part
pour remédier à la crise
climatique?**

**Visite mon site Internet
pour trouver des
conseils!**

lien vers le site



projet personnel de Galilée Lemieux

Entre l'éveil et le rêve: quelle est la différence?



Par Emma A. Vero

Imagine ceci: tu trébuches sur une petite roche et tu commences à tomber d'une énorme falaise, tu sens l'air froid et rapide tourbillonner autour de toi. Ton cerveau travaille à mille à l'heure pour essayer de trouver une manière de survivre et, juste avant de t'écraser au sol, tu te réveilles. Tu sors de ton lit, tu vas te brosser les dents, tu manges même ton petit-déjeuner et tu as presque oublié ton cauchemar d'hier soir quand tu te réveilles encore. Ce que tu viens de vivre s'appelle un rêve lucide, et environ 55 % des gens en vivent un au moins une fois dans leur vie.

Tu as certainement vu quelques vidéos qui allaient en profondeur sur ce sujet, et tu as probablement, tout comme moi, décidé de les faire défiler pour passer à la prochaine vidéo, sans même un autre regard. Si vous vous reconnaissez dans cette situation, alors considérez cet article comme votre éveil (jeu de mots volontaire). C'est juste en faisant un cauchemar tout comme celui-là, que je me suis rendu compte que, peut-être, ça valait la peine que je m'en informe davantage. Un rêve lucide est souvent un cauchemar où tu peux contrôler tes actions, ce qui est atypique lors d'un sommeil normal. Dans le mien, j'ai aussi contrôlé mes pensées : j'ai fait toute ma routine du matin, j'ai écrit des textos et j'ai même pensé à mes devoirs, qui eux étaient très vrais, sans même me rendre compte que je n'étais pas réveillée.

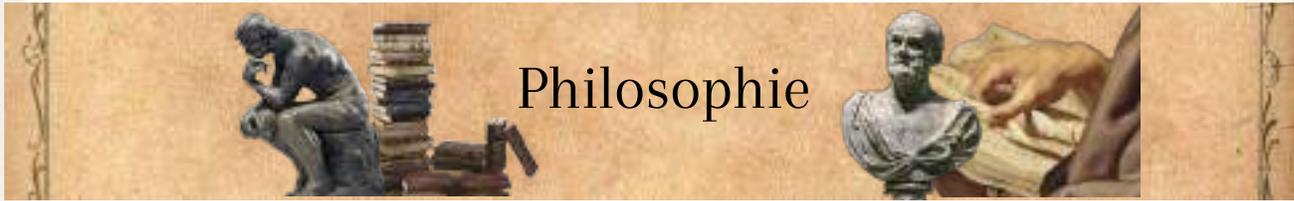
Premièrement, s'il t'arrive de vivre une situation comme celle décrite dans les paragraphes précédents, c'est en réalité très souvent ton cerveau qui t'envoie des alertes pour te dire que tu es beaucoup trop stressé ou anxieux dans ta vraie vie, donc pour les adolescents (qui sont plus ciblés que les adultes en premier lieu) qui se mettent beaucoup de pression, ceci est un problème plus présent qu'on ne le penserait. Deuxièmement, si tu l'induis par toi-même (parce qu'il est possible d'aller voir un spécialiste pour arriver à ce point de lucidité) même si c'est juste une fois, les répercussions peuvent durer pour une longue période de temps.

On peut en venir à souffrir d'insomnie, d'ESPT, de cauchemars chroniques et, dans des cas extrêmes, de dépression et d'hallucinations. Personnellement, je n'ai eu que des problèmes à m'endormir le lendemain soir, donc je me considère comme très chanceuse. Les rêves lucides se produisent généralement pendant la phase de sommeil paradoxal (aussi appelée période REM), lorsque le cerveau est très actif. Certains chercheurs croient que ceux avec le trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH), le syndrome de la Tourette et l'état de stress post-traumatique (ESPT) sont plus portés à être des rêveurs lucides réguliers. Il y a beaucoup d'informations sur Internet qui expliquent comment réussir à en provoquer et j'avoue que cela semble fort intéressant, mais ce que tous ces sites et blogues ne vous disent pas est qu'il y a souvent des effets néfastes liés à ce type de rêve, qu'ils soient forcés ou non.

Bien qu'il y ait clairement raison de se méfier des rêves lucides, beaucoup de gens qui ont correctement appris les techniques appropriées les vivent quand même. L'artiste Salvador Dali et Nikola Tesla, inventeur à grande réputation, sont parmi les gens les plus connus qui ont ouvertement parlé de leurs expériences.



Mon but dans cet article n'était pas de vous effrayer, ni de vous décourager de pratiquer l'art des rêves lucides, mais plutôt de vous informer sur le sujet afin que vous en sachiez plus avant de vouloir l'essayer.



Devenir adulte, c'est quoi?

Par Lukas Hébert

*Il y a des choses que tu ne comprends pas
mais cela n'est pas si grave que ça.
Les humains ont tout pour rêver,
cependant tous mes rêves ont chuté.
Cela n'est pas si grave que ça,
il y en aura d'autres selon toi.
Il y a des années,
j'ai perdu beaucoup d'amitiés.
Cela n'est pas si grave que ça,
il y en aura d'autres selon toi.
Je ne serai probablement jamais chanteur,
je m'éteins comme une fleur.
Cela est si grave que ça?
Je n'aurais pas d'autres vies selon toi.*

Récemment je me suis rendu compte que je commençais à devenir un adulte, et que l'adolescence est notre état de transition vers la vie adulte. On se pose des tas de questions, parfois on a peur de ce que le futur pourrait être. Mais devenir adulte, c'est quoi?

Selon moi, être adulte, ce n'est pas simplement une question d'âge malgré le fait qu'on associe souvent devenir adulte à la majorité, donc dix-huit ans. À partir de cet âge, on peut acheter de l'alcool, aller dans des clubs la nuit et plein d'autres privilèges nous sont offerts. Mais est-ce que c'est vraiment seulement quand on a dix-huit ans qu'on est adulte? La réponse est non, car être adulte ne dépend pas d'un moment précis, mais plutôt de l'état de la personne. Beaucoup de gens disent avoir "l'âme jeune", ce qui voudrait signifier que, de corps, ils sont adultes, mais d'esprit non. De plus, certaines personnes majeures considérées comme des adultes réfléchissent et se comportent comme des enfants. Cela voudrait dire qu'être adulte consiste à savoir réfléchir intelligemment et à faire des bons choix ou encore

être mature et sérieux. Ce sont des capacités que certains “adultes” ne possèdent pas. Un adulte doit savoir protéger ses biens et sa famille.

Comment sait-on qu'on est un adulte? Je pense que nos actions et nos façons de réfléchir peuvent déterminer dans quelle phase de la vie ou dans quel état notre esprit se trouve. Mais je pense qu'on ne sait jamais réellement quand on est adulte. Peut-être qu'un jour, on va se trouver en train de lire les spéciaux des magasins puis chialer que tout est trop cher et, à ce moment, on réalisera qu'on est maintenant adulte. Ou peut-être que non. Après tout, tout dépend de ce qu'un adulte est pour soi, souvent notre vision de la vie adulte est influencée par ceux autour de nous; nos parents, les amis de nos parents, nos professeurs, etc. Cependant, je crois qu'on devrait nous laisser nous guider nous-même et trouver notre définition de la vie adulte. Et vu qu'il n'y a pas d'âge pour être adulte, il n'est jamais trop tard pour changer de vision et devenir l'adulte qu'on veut être.

Oui, car pendant des années j'ai eu peur de devenir adulte et maintenant je réalise surtout que je ne savais surtout pas quel genre d'adulte je voulais être. Le genre enfantin, le sévère et grognon ou encore le parent protecteur. Aujourd'hui, je sais que je veux simplement être moi, écouter mon cœur et ma tête pour devenir un adulte dont je serai fier, pour qu'un jour, quand je serai vieux, je repense à ma vie avec un sourire. Je crois que c'est ça réussir sa vie. Être fier de qui on est et de ce qu'on accomplit.

En conclusion, nous allons tous devenir adulte un jour, peut-être que nous le sommes déjà, qu'on le sache ou non. Malgré toutes les surprises que le futur peut nous réserver, je crois que c'est important de profiter de chaque jour. Pas besoin de tout faire trop vite. C'est vrai que l'aiguille de l'horloge n'arrêtera pas, mais ce n'est pas si grave de simplement la regarder tourner de temps en temps.

Et pour toi, devenir adulte, c'est quoi?

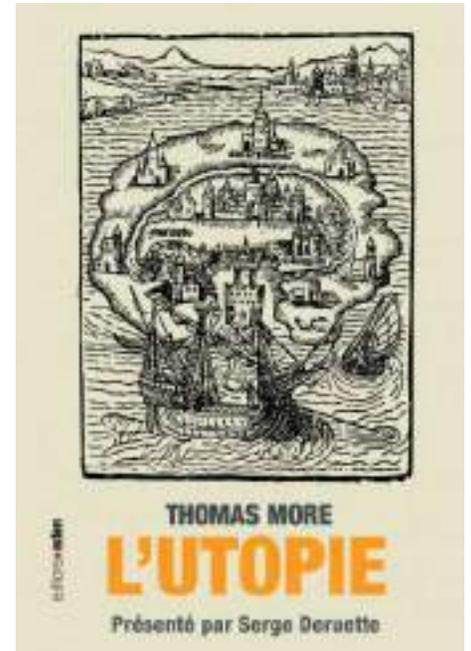
Les utopies, ces mondes idéalistes

Par **Émilie Dubois**

Le mot utopie vient du grec *tópos*, (lieu) avec le préfixe *ou-*, (nom) signifiant en aucun lieu. Ce terme est souvent utilisé pour décrire un endroit ou une société parfaite. Au cours de l'histoire, plusieurs utopies ont été tentées, mais à ce jour, aucune d'entre elles n'a réussi. En voici deux exemples:

L'utopie de Thomas More

Thomas More est l'inventeur du mot utopie, faisant référence à son livre *L'utopie*. Dans ce document, il mentionne son idée d'une île habitée de cent mille personnes. Les hommes y seraient traités également aux femmes, et des choses comme le vol, l'argent ou la misère n'existeraient pas. Il n'y aurait pas de religion imposée, et la discrimination serait interdite par la loi. Cette idée ne s'est jamais réalisée, car Thomas Moore s'est fait exécuter en juillet 1535.



L'utopie des Adamites

En 1420, les Hussites demandaient la réforme du clergé. Ils sont à l'origine du protestantisme. Pourtant, un groupe plus radical s'est détaché du mouvement: les Adamites. Ils s'installèrent sur une île. Ce groupe pensait que la meilleure façon de se rapprocher de Dieu était de vivre comme Adam, le premier humain. Les Adamites vivaient nus et mettaient toutes leurs possessions en commun. Là-bas, il n'y avait pas de structure sociale, ni d'argent ou d'héritage. Ils étaient tous végétariens et consommaient des plantes sauvages. Évidemment, ces radicalistes agaçaient les Hussites, qui pensaient qu'on pouvait simplifier le culte de Dieu, mais pas à ce point. Ils encerclèrent l'île des Adamites et les tuèrent tous.

En conclusion, est-ce qu'une véritable utopie serait vraiment possible? Toutes celles qui ont été tentées ont été gâchées par l'homme. Un jour, peut-être, l'homme sera assez évolué pour tenter une nouvelle utopie et réussir. Mais on ne commence jamais ses phrases par mais. Il faudrait l'inclure dans la phrase d'avant. Ce sera probablement dans un futur lointain...

Interprétation Entre-Ouverte

Anciennement << Les anachronismes de Cole >>



SpaceX a aujourd'hui dévoilé leur nouveau vaisseau conçu spécialement pour les voyages intergalactiques.

Alice découvre la joie et l'horreur infinie de la maternité (par adoption, évidemment).



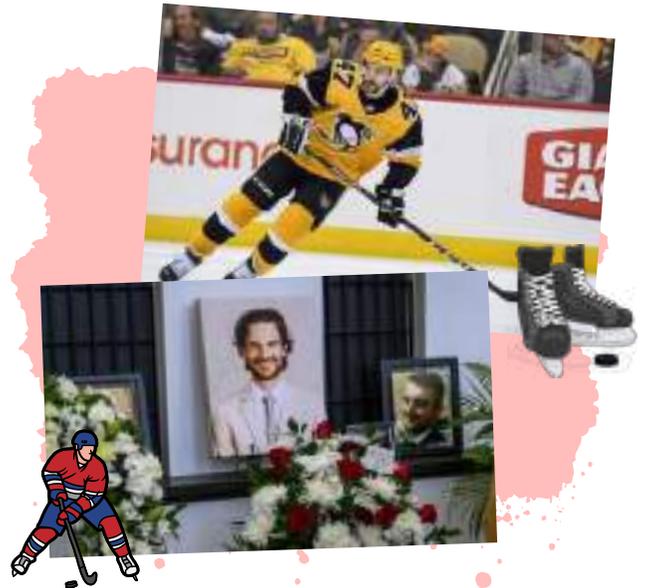
« T'es sérieux, bro? Tu penses vraiment que Superman pourrait battre Capitaine America? C'est fait, je ne te parle plus ! »

SPORT

UNE TRAGÉDIE, ET QUELQUES RÉFLEXIONS

PAR JOHN DONG

Le 28 octobre 2023, sur la patinoire du stade Sheffield, lors d'une rencontre entre les Steelers de Sheffield et les Panthers de Nottingham, deux équipes de la ligue élite de hockey au Royaume-Uni, Adam Johnson subit une coupure à la gorge après une collision avec un joueur adverse. La partie est instantanément arrêtée et il est dirigé à l'hôpital général de Sheffield. Le lendemain, c'est le club qui annonce son décès en offrant ses sincères condoléances à toute sa famille et à ses proches.



Cette nouvelle fait le tour du monde du hockey et les images commencent à être diffusées partout. Âgé de seulement 29 ans, il a participé à 13 parties avec les Penguins de Pittsburgh. Il s'est dirigé par la suite en Suède, en Allemagne et au Royaume-Uni pour continuer sa carrière. C'était un homme passionné de hockey. Lorsque tu gagnes près de 60 000\$ dans une ligue bien loin de chez toi, de ta fiancée, de tes amis et de ta famille, c'est parce que tu ne pratiques pas ton sport pour le portefeuille, mais pour la joie et la passion que tu as. En tant que partisans, nos yeux sont souvent braqués sur les ligues majeures. C'est le but de chaque sportif de percer dans la meilleure ligue possible et de jouer avec les meilleurs joueurs de la planète. Les ligues majeures regorgent de talent, mais combien de joueurs sont véritablement animés par cette passion pure, dénuée de toute considération monétaire, cet engouement pour ce qu'on aime et la détermination de poursuivre jusqu'au bout?



Au-delà du joueur de hockey, Adam Johnson était un homme joyeux, souriant, humble et intelligent qui avait une belle vie devant lui.



Face à une tragédie de cette ampleur, en tant qu'amateur de sport et d'une personne passionnée de tout ce qui touche le sport, j'ai quelques réflexions que j'aimerais partager avec vous, chers élèves et pour certains, athlètes.

Dans les jours qui ont suivi l'accident, des équipes autour de la planète lui ont rendu hommage, notamment lors d'un match des Penguins où les joueurs des deux équipes et les arbitres ont entouré le centre de la glace lors d'une vidéo commémorant sa période où il jouait avec les Penguins. Le Nottingham FC a également arrêté le jeu à la 47e minute en hommage au numéro 47 qu'il a porté durant sa carrière de hockeyeur.



Premièrement, la vie est fragile. À chaque jour, des accidents et des tragédies surviennent. Et cela touche tout le monde. Ce n'est pas la richesse, le pouvoir, l'autorité, la profession, l'âge ou n'importe quel autre facteur qui cachera la fragilité de notre existence. C'est cette fragilité qui rend nos moments sur Terre si précieux et qui donne un sens à notre vie. La vie est bien trop courte pour simplement exister.

Deuxièmement, la santé est une des choses les plus précieuses de cet univers. Ça sonne très cliché. Banal. Mais je tiens à vous le rappeler. Il faut prendre soin de notre corps et tout faire pour le protéger. Surtout pour les athlètes. On a une mentalité d'être fort, courageux, de se sacrifier pour l'équipe et de vivre avec la douleur. Personnellement, je suis contre cette manière de penser. Le repos est le plus grand remède pour la majorité des blessures qu'on aura sur le terrain. Quel est le but de risquer d'aggraver sa blessure quand on peut simplement se reposer et laisser le temps à notre corps de récupérer ?



Enfin, soyez passionné et dédié à ce que vous faites. Au-delà des chiffres, des statistiques et des honneurs, c'est la flamme qui brûle en vous qui vous mènera peu importe où dans le monde. Dans le sport, la passion sera votre moteur qui vous mènera à l'excellence. Dans la vie, la passion, c'est ce qui rajoute de la couleur dans votre journée. Votre raison de sourire le matin, de persévérer en dépit des obstacles, de repousser vos limites et d'atteindre des sommets.

La passion, après tout, transcende la vie elle-même.

SPORT

Siyi Wei

Les femmes trans dans le sport

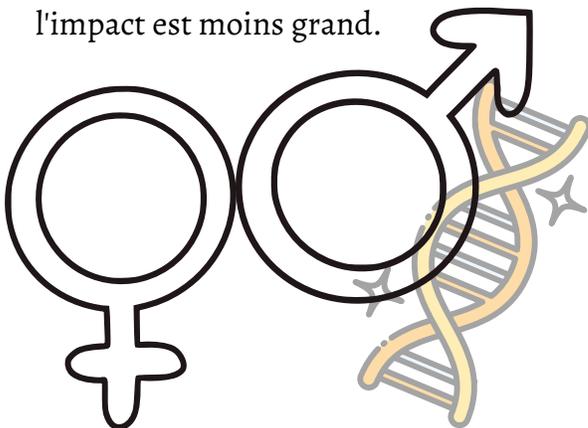
Par E. Cécile Kpankou

Que dire de cela? La communauté transsexuelle fait l'objet d'une controverse, mais ce sujet ne date pas d'hier. Depuis que la nageuse américaine Lia Thomas a remporté une victoire, une première pour une femme trans, dans la catégorie féminine, elle est au coeur de ce débat. Les athlètes cisgenres se plaignent d'une atteinte à l'équité, d'être en train d'assister à l'enterrement du sport féminin. Voyons dans cet article si l'avantage des femmes transsexuelles est réel ou un mythe pur et simple.



Tout d'abord, tentons de mieux comprendre la cause de cette accusation des athlètes cisgenres envers les trans. Elle vient tout simplement du fait que ces dernières auraient des avantages par rapport à leurs comparses cisgenres, car leur taux de testostérone serait plus élevé malgré leur traitement hormonal. Ce qui, si on suit cette logique, voudrait dire qu'elles auraient une masse musculaire et osseuse plus élevée qui assurerait de meilleures performances sportives.

Il faut également considérer l'âge auquel la personne a commencé son traitement hormonal. En effet, si celui-ci réduit d'un quelconque pourcentage la masse musculaire, et autres, cela dépend vraiment de l'âge. Une prise d'hormones pendant la puberté signifie une réduction plus importante des caractéristiques masculines, à cause de la possibilité d'évolution du squelette et des muscles, alors que si elle est post pubertaire, l'impact est moins grand.



Ce raisonnement est le plus courant lorsqu'on aborde le sujet. Il n'est pas totalement faux. « On ne peut pas déterminer si c'est tout blanc ou tout noir », a déclaré Joanna Harper, ex-conseillère du Comité international olympique pour les Jeux de Rio. Il y a plusieurs facteurs à prendre en compte lorsqu'il s'agit d'équité dans les sports. Notamment, la génétique.



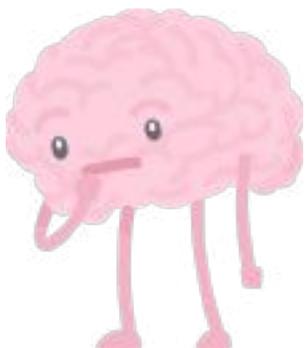
Avant d'être homme ou femme (ou non-binaire), nous sommes d'abord des humains, et en tant que tels nous sommes uniques, une combinaison de caractéristiques propres à chacun(e). Cela rend difficile de déterminer si l'avantage est réel ou pas. De plus, les recherches à ce sujet sont limitées. La plupart des données récoltées, bien que maigres, montrent que les athlètes cisgenres ne sont pas forcément désavantagés par rapport aux transsexuelles.

UNIQUE



Joanna Harper affirme que les attributs, sans être trop proéminents, peuvent avantager des athlètes dans leur discipline. Une étude publiée dans le *British Journal of Sports Medicine* a démontré que les femmes transgenres gardent une force, une masse corporelle maigre et une surface musculaire plus élevée que les femmes cissexuelles durant les trois premières années de leur thérapie hormonale.

Néanmoins, on ne peut pas généraliser cette situation à partir d'une seule étude. D'un autre côté, il faut savoir qu'une transition hormonale n'est pas aisée. Les sujets doivent composer avec des nombreuses lacunes qui se créent au fur et à mesure qu'on avance dans le processus. « La structure musculaire et la rapidité des mouvements changent lors de la transition, et le cerveau doit compenser. Nous avons donc à travailler plus fort que les autres pour rester compétitives » a révélé Laura Budd, une joueuse trans dans le club de hockey féminin récréatif de Yorkton. Selon elle, elle serait plus désavantagée qu'autre chose par sa thérapie, qu'elle suit depuis 7 ans maintenant.

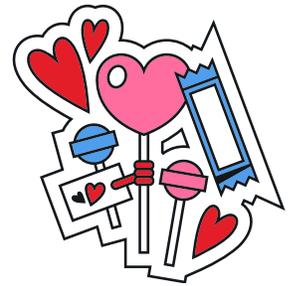


On peut constater sans surprise que les avis diffèrent, qu'ils sont en contradiction. Les partisans du fair-play d'un côté et les fervents défenseurs de l'inclusion de l'autre. Et vous cher lecteur, qu'en pensez-vous? Êtes-vous plutôt de ceux qui veulent diviser les rangs ou préférez-vous l'inclusion?



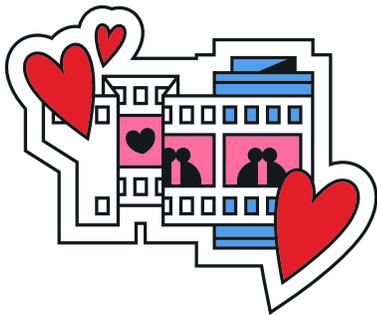


DEVINETTES¹ DE LA SAINT-VALENTIN



1. DEUX PRINCES POUR UNE PRINCESSE

Deux princes se disputent le cœur d'une jolie princesse. Pour les départager, le roi décide de mettre à l'épreuve leur intelligence. Il demande aux chevaliers de faire une course à cheval jusqu'au royaume voisin. Il accordera la main de sa fille à l'amoureux dont la monture sera la plus lente. Déroutés, les deux prétendants ne savent pas trop comment faire. Mais la princesse, impatiente de se marier, leur souffle un conseil. Les princes se mettent en route aussitôt et entame une course effrénée. Quel conseil a donné la princesse aux deux princes ?



2. CHARADE DE LA ST VALENTIN

Mon premier est une lettre de l'alphabet.
Mon deuxième est un oiseau qui aime tout ce qui brille.
Mon troisième est un talent particulier que l'on peut avoir.
Mon tout a beaucoup de travail le jour de la Saint-Valentin.

3. ÉTRANGE DÉCLARATION D'AMOUR

Un garçon gêné par son amour glisse ce petit papier sur le bureau de sa bien-aimée:

128√ e980

La jeune fille n'y comprend rien... En quoi est-ce une déclaration d'amour?



¹Source: <https://www.enigme-facile.fr/enigmes-amour-12433>

-Vitrine linguistique du Collège-

La richesse de l'Espagnol

SOY UNA PERSONA ATENTA Y MUY **M**INUCIOSA.

EN MI TIEMPO LIBRE **E**, ME GUSTA TOCAR LA GUITARRA CLÁSICA.

UNO DE MIS DEPORTES FAVORITOS ES EL **L** VOLEIBOL.

MIS AMIGOS ME DICEN A MENUDO QUE SOY PERSEVERANTE.

TAMBIÉN PIENSO QUE TENGO MUCHA CREATIVIDAD.

ME ENCANTA HACER NUEVOS AMIGOS. POR ESO **S**OY EXTROVERTIDA.

FINALMENTE, CREO QUE SOY EQUILIBRADA **A**, PORQUE ORGANIZO MI TIEMPO LIBRE EN TORNO A TODAS MIS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES.

MELISSA

de Mélissa-Siruo Zheng



de Yi Fei Yang

ACRÓSTICO - SHAIJA SHAKER

¡Hola! Me llamo Shaia y soy un chico muy

Simpático y sociable. Me gusta **H**acer investigación sobre todas las ciencias y soy muy fuerte en las m**A**temáticas, lo que me hace informado. Soy también organizada, porque hago mis tareas el día que los profesores me p**I**den. Finalmente, soy **A**pasionado de la lectura y los animales prehistóricos, como los dinosaurios ¡Adiós!




de Shaia Shaker

Concours d'écriture

Citation d'inspiration: « Brouillards d'octobre et pluvieux novembre font bon décembre. »

3 syllables, 1 mot : Liberté.

Par Mia Fei Baillargeon

Je ne suis pas né schizophrène. Cette condition ne s'est manifestée que lorsque j'avais douze ans, suite au mois pluvieux de Novembre. Quelque chose en moi avait changé, les journées pluvieuses avaient embrouillées mon esprit, mes pensées me fuyaient telles les feuilles orangées des arbres d'automne, portées par le vent fougueux. L'univers semblait avoir perdu ses couleurs vibrantes du jour au lendemain, ou est-ce moi qui ne pouvais plus les distinguer? Je ne sais plus.

Les images magnifiques de mon entourage se dissipent pour laisser place aux hallucinations. Des silhouettes monstrueuses qui ne sont que le fruit de mon imagination morbide se matérialisent dans les recoins les plus sombres de ma maison, responsables de mes maintes attaques d'angoisse quotidiennes.

Ces personnes, sont-elles mes parents? Ou bien une autre création de mon cerveau? Ces voix que j'entends, sont-elles celles de mes amis? Ou bien une hallucination? Je ne sais plus différencier le vrai du faux.

Au début, mes parents étaient insouciants de mes troubles, croyant que je ne faisais qu'inventer, que fabuler pour me rendre intéressante.



Dessin de Tess Mc Elreavy,

Un automne se changeant doucement en hiver

Par Ines Hafdi

Un enfant sans parents. Au mois d'octobre, il était âgé de dix ans.

Alors que les feuilles des arbres changeaient de couleur, cet enfant pensait à son avenir. Ce jeune, élevé d'orphelinat en orphelinat, avait toujours espéré que sa vie s'améliorerait. Mais non.

Cet octobre, il fut accusé du vol d'une certaine vaisselle en porcelaine par sa famille d'accueil. Effectivement, depuis deux semaines, il vivait chez une riche famille de nobles comme garçon de chambre. Il ne travaillait chez eux que pour le temps d'un évènement spécial. On l'avait accusé faussement et lui ne s'était pas défendu, parce qu'il savait que cela ne servirait strictement à rien. Alors, on lui avait donné une sanction.

Par conséquent, il sortait souvent en dehors de leur manoir pour aller prendre soin des chevaux dans la grange. Pour ce faire, il marchait de longues minutes dans un brouillard impénétrable. Ces moments de solitude étaient pénibles et cruels de la part des avarés nobles.

À chaque soir de novembre, il pensait à sa vie paisible à l'orphelinat. La famille avait décidé de le garder et il n'avait, bien entendu, pas le droit de donner son avis. Il s'avérait très utile, car il travaillait de façon très autonome.

Il y avait un bois près de la maison. L'enfant y allait fréquemment pour prendre soin d'une famille de marcassins. Une femelle avait mis bas une dizaine de marcassins. Il avait pris pitié pour eux puisqu'ils étaient comme lui. Leur mère était décédée peu après leur naissance.

À cause de sa bienveillance, il y allait couramment et il finit par tomber gravement malade. Malgré la pluie qui tombait lors de tout le mois de novembre, il y allait, et ce, jusqu'à ce que les marcassins puissent s'occuper d'eux-mêmes tout seul.

La famille, le voyant dans cet état, se désintéressait de sa condition. Au bout de trois jours, ses amis, les domestiques, s'inquiétèrent que sa maladie fut incurable. Alors, ils appelèrent un médecin en cachette.

Après avoir pris ses médicaments, l'enfant se rétablit rapidement. Pourtant, il était trop faible pour continuer ses tâches ménagères.

Le mois de décembre arriva. Allongé sur son lit, le jeune regardait la neige calmement tombée à travers la fenêtre. Une automobile venait de se stationner en face de la maison et il s'interrogea sur ce qu'un jeune couple venait faire dans cette demeure.

Une vingtaine de minutes après, une domestique lui demanda de faire un peu d'effort afin de se rendre dans le salon des invités. Arrivé là-bas, le garçon salua les maîtres de la maison et les fameux invités.

À la suite d'une longue discussion, le couple annonça au petit qu'ils étaient venus ici pour l'adopter. Tout heureux par la nouvelle, il en pleura de joie et fila à sa chambre pour ramasser ses affaires, aussi légères qu'elles étaient. Il dit au revoir à ses amis et à la famille qui l'avait accueilli pendant deux mois, puis alla rejoindre ses nouveaux parents.

En si peu de temps, malgré tout ce qu'il avait enduré, il trouva son bonheur.



Dessin d'Aimee Li

Roman-feuilleton

par Victor Zheng

Chapitre 1: Lennon

L'homme marchait. Presque mécaniquement. Chaque pas était un retentissement à travers la ville déserte. Occasionnellement, le bruissement de feuilles dans les ruelles ténébreuses ainsi que le chant épars de plusieurs oiseaux nocturnes se faisaient entendre. Sinon, un silence assourdissant régnait dans les parages, déconcertant le quadragénaire qui était si accoutumé à la cacophonie urbaine. Il soupira. Depuis quelques heures, l'homme arpentait vainement les venelles, les rues et les avenues à la recherche de sa fille disparue. Malgré l'obscurité de cette soirée automnale et l'épais brouillard qui s'était répandu dans tous les recoins de la cité, enveloppant celle-ci dans un voile dense et nuageux, l'homme arborait une attitude tenace pour retrouver la jeune Cheryl qu'il chérissait tant. Même si cela signifiait risquer sa vie. Au croisement de deux voies routières, l'homme s'engagea vers la droite et poursuivit sa marche à vive allure, sentant la présence de sa fille se rapprocher de plus en plus. Puis, peu à peu, l'homme ralentit à une halte, les yeux fébriles ainsi que le cœur tressaillant d'anticipation. À quelques mètres de lui se dressait la silhouette vaporeuse d'une jeune fille vêtue d'une robe chasuble. Elle se tenait là, le dos face à lui, le regard concentré sur l'horizon.

« Cheryl... C'est toi, ma fille? murmura l'homme d'une voix hésitante. »

Il attendit patiemment, mais seule une réponse muette, exprimée par le silence, lui parvint. Pris de malaise, l'homme bredouilla quelques propos inintelligibles et conclut, presque à contrecœur:

«Écoute-moi, ma chérie.... On ne peut pas rester ici.»

À nouveau, ses paroles résonnèrent dans un écho de silence. Le mutisme que sa fille arborait commençait sérieusement à tracasser le père, incertain s'il devrait l'aborder ou patienter davantage. Finalement, après une longue inspiration, l'homme actionna le pas en direction du profil qui se découpait contre le paysage brumeux. Sa démarche fut lente et prudente malgré les palpitations et les haut-le-cœur qui trahissaient l'appréhension éprouvée face à cette situation singulière.

« Cheryl... » souffla-t-il, à peine audible.

L'homme se trouvait à deux doigts de la fille lorsque cette dernière lui fit volte-face si brusquement qu'il manqua de peu de la heurter. Aussitôt, le visage estompé de Cheryl se précisa: ses yeux en amande, son nez délicat, ses lèvres douces et charnues ainsi que ses cheveux châtain. Le quadragénaire reconnut l'enfant qu'il avait chèrement élevée et éprouva instantanément, pour elle, une telle tendresse qu'il l'étreignit longuement. Soulagé de la retrouver indemne, l'homme lui susurra à l'oreille:

« Je suis désolé de t'avoir délaissé... »

Papa...

Oui, ma fille?

Papa... je...

Quoi?

Papa... je n'existe pas... »

L'homme observa Cheryl d'un air curieux, les yeux empreints d'interrogation. À sa grande surprise, l'enfant réitéra ce même propos incohérent à plusieurs reprises avant de sombrer dans l'inconscience dans les bras du père. Le corps demeurait inerte malgré les interpellations et les secouements désespérés de l'homme, abasourdi par les événements nouvellement survenus. Il dévisagea la masse inanimée et poussa un cri de stupeur lorsqu'il constata que celle-ci se dissipait peu à peu, comme si la matière qui la constituait avait amorcé la phase de désagrégation. Éperdu, l'homme regarda frénétiquement autour de lui à la recherche d'un point de repère, mais comprit sur-le-champ que son environnement immédiat s'estompait également: la lumière incandescente des réverbères avoisinants était réduite à une lueur vaguement définie, le sol environnant avait cédé à un gouffre béant, et le brouillard qui s'était installé depuis quelques heures avait enveloppé l'homme dans un voile accablant, obscur et sinistre. Enfin, le tout prit une tournure démesurée, accompagnée d'une série d'éruptions éphémères de couleurs fluorescentes.

Puis, dans un ultime soupir, l'homme s'étendit par terre et ferma silencieusement les paupières, priant que ce cauchemar prendrait fin...

(La suite au prochain numéro)



Chat

		
Tommy Leverdeter Prof de science. Aime inventer toutes sortes de choses.	Duckyduck Douce moitié de Citrouille. Doux et calculé.	Citrouille Douce moitié de Duckyduck. Timide mais passionnée.



Équipe du journal



Rédactrices et rédacteur en chef

Sibora Dibra
Anna Hovhannisyanyan
Ryad Siafa

Journalistes

Galilée Lemieux
Émilie Dubois
John Dong
Vincent Beauvilliers
Marina Hovhannisyanyan
Eyram Cécile Kpankou
Alexandra Gagnier
Zakaria Lagrini
Annabelle Maiorano
Danyi Zhang
Claudia Fundora Garcia
Émilie Gilbert
Lukas Hébert
Emma Alexandra Vero
Saskia Van Hell
Angie Toumieh

Réviseurs

Émilie Gilbert
Linda Baba-Alissa
Chloé Foucault
Hyejin Jo
Linda Wang
Chawky Jraijiri
Edward Scinteianu
Mailis Arel

Graphistes

Julieta Barbosa Hernandez (Couverture)
Yasmine Fadika (Philosophie)
Tian Ling Zhou (Politique)
Alice Rassolova (Divertissement)
Xiaofeng Lin (Culture)
Siyi Wei (Science)
Mia Fei Baillargeon (Sport)

UN GRAND MERCI À NOS FIDÈLES LECTEURS QUI AURONT EU LA PATIENCE D'ATTENDRE LE PRÉSENT NUMÉRO; VOTRE ENGOUEMENT NOUS AURA INSUFFLÉ L'ÉNERGIE NÉCESSAIRE POUR FINALEMENT PRODUIRE CE NUMÉRO.

JÉRÉMIE MORIN-PICARD
EXPERT EN PROJETS QUI TIENNENT
DIFFICILEMENT LA ROUTE

LA VITRINE ARTISTIQUE -AUTOPORTTRAITS-

Créations réalisées par des élèves de 5e secondaire dans le cadre du cours d'arts
de Mme Catherine Goerner Potvin

