

TAPAGE

LE JOURNAL QUI FAIT DU BRUIT

MARS 2024

| | |
|---------------------------|-------|
| ÉDUCATION | 4 |
| ARTS ET CULTURE | 8 |
| DESTINATION | 10 |
| NOS AMIS LES ANIMAUX..... | 11-12 |
| SPORT | 13-15 |



Photo : Esmée Bigras



2&3

Des événements scolaires spectaculaires

Photo : Dania Descôteaux



6

L'avenir du sirop d'érable

Photo : Lydia Raddon



5

Surcycler pour le bien de tous

Photo : Janelle Dauphinais

École élémentaire catholique Christ-Roi, River Valley

Le premier spectacle à l'école Christ-Roi



ESMÉE BIGRAS

Maude Ouellet, une élève de la 8^e année qui a aimé le spectacle explique : « J'ai adoré ça, c'était très intéressant. Ça me donnait le goût de danser et les chansons étaient vraiment accrocheuses ». De son côté, Vincent Bigras, élève de la 6^e année, dit : « J'ai vraiment aimé danser à l'avant avec Jojo. C'était très amusant et les chansons avaient un très bon rythme. »

À la fin du spectacle, Johanne explique qu'elle a été ravie de pouvoir chanter à River Valley et espère pouvoir y revenir un jour. Elle a expliqué que pour écrire ses chansons, elle s'est inspirée de sa ferme et de ses animaux. De plus, elle a raconté qu'elle a choisi de faire de la musique pour les petits puisqu'ils sont un public animé, passionné et qui démontre toujours du bonheur.

Les élèves de l'école Christ-Roi ont grandement apprécié le spectacle et espèrent pouvoir accueillir à nouveau divers artistes. Merci à Jojo et aux Compagnons des Francs-Loisirs pour cette belle expérience!

Jojo, alias Johanne Lefebvre, de Plantagenet, en partenariat avec les Compagnons des francs loisirs est venue performer un spectacle de musique dans le gymnase de l'école Christ-Roi de River Valley, le 1^{er} février 2024. Le spectacle était intitulé « À la ferme de Jojo ». Les élèves de l'école Christ-Roi étaient très excités et enchantés à l'idée de pouvoir agir comme hôtes puisque c'était l'un des seuls spectacles qui a été performé à leur école.

Quoique le spectacle de Jojo était destiné à une plus jeune foule, les élèves de la maternelle à la 8^e année ont pu y assister ainsi que les gens de la communauté et les futures élèves de la maternelle. On y retrouvait donc petits et grands, parents et grands-parents. Tous se sont bien amusés en chantant et en dansant.

Les chansons qui semblaient les plus aimées par les élèves étaient *À la ferme de Jojo* et *La poule Hip Hop*. De plus, Jojo a su rejoindre davantage son public en présentant également des chansons traditionnelles telles que *Si tu aimes le soleil* et *L'arbre est dans ses feuilles*, invitant les élèves à l'avant de la scène pour prendre part à la performance.



Jojo et Esmée



Jojo en spectacle pour les élèves



Photo : Courtoisie



Photos : Esmée Bigras

CONSEIL SCOLAIRE
CATHOLIQUE
DE DISTRICT DES
GRANDES
RIVIÈRES

800 465-9984
CSCDGR.EDUCATION

Dans nos écoles catholiques,
les **inscriptions** sont
possibles en tout temps...
pour les **petits et les grands!**

École élémentaire catholique Christ-Roi, River Valley

Une belle soirée cinéma



de la 4^e année se sont occupés de la cantine avec Mme Anik Leduc, notre secrétaire d'école. Le film qui a été présenté à l'écran gonflable était le film *Trolls 3*. Les familles pouvaient s'y rendre à 18 h afin de s'installer et de faire leurs achats avant la présentation. Certains portaient leurs pyjamas et avaient même apporté des matelas, des chaises de camping, leurs couvertures et des peluches.

Tous les élèves de l'école et la communauté étaient invités, mais les enfants de la maternelle à la 3^e année devaient être accompagnés d'un adulte. Le film commençait à 18 h 30. Avant la présentation, ce sont les classes responsables de la levée qui devaient installer les matelas fournis, la cantine, les chaises et la table d'accueil pour les dons.

La soirée fut un grand succès. Il y a eu plusieurs gens qui sont venus pour visionner le film et beaucoup de gâteries ont été vendues. Les personnes présentes ont beaucoup aimé l'histoire du film. C'était une belle expérience pour les élèves qui ont aidé à organiser la soirée puisqu'ils ont pu apprendre comment rendre le local chaleureux et invitant, et ils ont pu comprendre comment préparer la cantine.

Lors de la soirée du vendredi 1^{er} mars 2024, il eut lieu une soirée cinéma à l'école Christ-Roi, qui a servi de levée de fonds pour le voyage de la fin de l'année pour les classes de la maternelle à la 4^e année.

Pour présenter le film, notre école a emprunté un gros écran gonflable du Centre des Compagnons des francs loisirs de North Bay, dont la dimension est d'environ 12 pieds de haut sur 13 pieds de large. Il y avait également sur place une cantine avec toutes sortes de gâteries spéciales et des breuvages.

Deux élèves de la classe à Mme Brigitte Sauvé

La secrétaire d'école ainsi que deux élèves qui travaillaient à la cantine



L'écran gonflable fournit par les Compagnons des francs loisirs



Les invités, installés confortablement pendant le film

Photos : Dania Descôteaux

LE LOUP
LA VOIX DU NORD

| | |
|-------------------------|--------------------------|
| 98.9 SUDBURY | 97.1 NIPISSING |
| 104.1 TIMMINS | 95.9 CHAPLEAU |

LE RETOUR
15 h à 18 h
avec Dayv Poulin

Collège Notre-Dame, Sudbury

L'impact profond de l'enseignement exceptionnel



GABRIELLE LEDUC

Il faut environ cinq ans pour terminer les études postsecondaires requises pour devenir enseignant. Cependant, ce qui distingue un enseignant exceptionnel ne réside pas seulement dans ses connaissances. Bien sûr, la maîtrise des connaissances est un bon début, mais ce qui caractérise un enseignant remarquable, ce sont des qualités telles que la passion, la patience, la générosité, l'amour, le respect, la bienveillance, l'enthousiasme et bien plus encore.

Un enseignant va au-delà de la simple transmission des connaissances, son impact s'étend au-delà du programme scolaire et en dehors de la salle de classe. Il agit en tant que modèle, influençant le développement académique, personnel et le façonnement du caractère des élèves.

J'ai rencontré divers enseignants tout au long de mes années d'école primaire et secondaire, mais l'un d'entre eux a eu un impact particulier sur moi. Je ressens de la peine pour ceux qui ne bénéficieront pas de l'enseignement passionné de cette enseignante exceptionnelle.

Mme Prévost est passionnée par sa matière,

comme elle enseigne plusieurs sciences avec un enthousiasme tangible. Elle construit des relations avec les étudiants en démontrant un intérêt réel pour leur réussite et leur bien-être, favorisant ainsi un environnement positif et solidaire.

Pendant une période difficile de ma vie, Mme Prévost a pris l'initiative de me tendre la main, me rappelant qu'elle était là pour discuter si jamais j'avais besoin de soutien. Cette attention personnelle a renforcé mon admiration pour elle en tant qu'éducatrice et en tant que personne dévouée au bien-être de ses élèves.

Elle transforme les obstacles en opportunités de croissance et de développement grâce à son enthousiasme. Sa passion est contagieuse, me donnant envie d'apprendre et me permettant de devenir plus passionnée et engagée. Mme Prévost réussit toujours à utiliser des méthodes d'enseignement créatives, à intégrer des exemples concrets et à encourager des discussions captivantes qui maintiennent l'intérêt des élèves. Je n'ai jamais ressenti autant de confort dans une salle de classe avant d'entrer dans la sienne, ce qui m'a incité à participer davantage et à poser plus de questions.

Son impact a été profond dans ma vie, démontrant que les enseignants peuvent être



Photo : Shutterstock

des guides précieux, non seulement pour l'apprentissage académique, mais aussi pour naviguer dans les défis de la vie. Je n'oublierai jamais cette enseignante exceptionnelle.

En conclusion, la grandeur d'un enseignant ne se mesure pas uniquement à sa maîtrise des connaissances, mais à ses qualités inspirantes. Ma rencontre avec Mme Prévost, une enseignante dévouée, a renforcé cette conviction.

Je suis reconnaissante envers ceux qui ont la chance de bénéficier de l'enseignement passionné de mentors exceptionnels comme elle. En réfléchissant à l'impact des enseignants tels que Mme Prévost, il est crucial de comprendre comment ils contribuent à construire une société pleine de valeurs, façonnant ainsi un avenir prometteur et enrichi par l'éducation.



AURORE DIONNE

École Saint-Joseph, Blind River

Les trésors cachés de la bibliothèque de Blind River

gratuitement et il suffit d'une petite carte facile à obtenir au comptoir. Ces livres sont pour tous les groupes d'âge et touchent à une infinité de sujets d'intérêt. Par contre, saviez-vous qu'elles offrent aussi d'autres services extraordinaires et qui souvent ne vous coûtent rien?

La bibliothèque de Blind River est une place chaleureuse et accueillante pour tous les âges. C'est un lieu de renseignement, ainsi que de rassemblement. Voici quelques exemples de services et d'activités qui s'y trouvent.

Parmi les allées de livre se trouve une section de DVD disponibles pour emprunt. De plus, il se trouve une collection de CD pour ceux qui s'en servent pour écouter de la musique. Et pour ceux qui préfèrent exercer leurs cerveaux,

il y a un échange de casse-tête.

Pour les enfants, la bibliothèque de Blind River a beaucoup à offrir. Il y a une chambre dédiée aux enfants contenant des casse-têtes en bois, une table de coloriage, un bac de jouet, des ordinateurs et encore plus! Cette salle est entourée de livres pour enfants et on y trouve des petits meubles et des divans pour leur confort de lecture. La bibliothèque organise aussi des compétitions de coloriage, des cherche-et-trouve, des tirages au sort et des bingos. Dans un autre coin de la bibliothèque, il y a même un mur de Lego!

Les adolescents et les adultes ne sont pas oubliés. Le personnel de la bibliothèque offre des rassemblements d'artisanats, des ateliers

spécialisés tels que la clinique d'impôt. Il y a également un coin d'ordinateur où les membres de la communauté peuvent avoir accès à l'internet gratuitement. Ici, il est aussi possible d'imprimer des documents pour un prix très raisonnable.

Avec toutes ces activités, il y aura toujours quelque chose à faire. Surtout durant les journées sombres ou froides. Cet édifice offre une place sécuritaire pour se divertir, peu importe l'âge. C'est évident que la bibliothèque de la ville de Blind River joue un rôle important dans cette petite communauté. Sans doute, toutes les bibliothèques sont importantes au sein de leur ville. Donc, informez-vous des services de votre bibliothèque publique, et prenez-en avantage!

Les bibliothèques publiques sont importantes pour chaque communauté. Bien sûr, elles offrent des livres de tout genre

École Saint-Joseph, Blind River

Un centre chrétien ouvert pour tous!

Malgré le grand nombre de chrétiens en Ontario, approximativement huit millions, selon [statista.com](https://www.statista.com), il semble y avoir un manque de place pour ceux-ci à se rassembler hors des églises. Voilà une raison d'être du Well. Une place sécuritaire et divertissante pour tous.

Andrew Glover gère The Well, situé sur la route principale de la communauté de Blind River. Il s'agit principalement d'un centre pour jeunesse, mais, pour ceux qui le désirent, il invite chacun à créer ou à renforcer sa relation avec Dieu. Chaque dimanche, le centre offre une occasion pour de la découverte spirituelle, écouter la musique d'ado-

ration et entendre l'enseignement biblique.

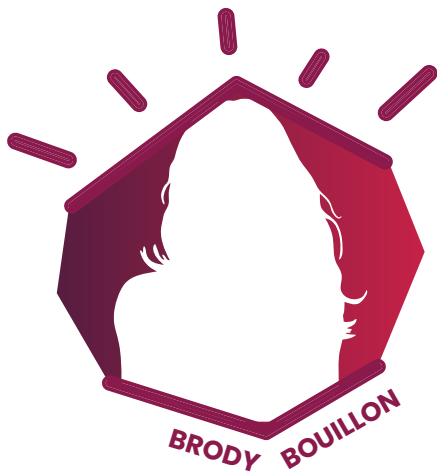
Le centre n'est pas réservé uniquement aux chrétiens. Le club jeunesse, pour les enfants de la 7^e à la 12^e année, est ouvert du mardi au samedi après les heures d'école. Là, ils peuvent jouer à des jeux vidéos, jouer à des instruments de musique, jouer à des jeux de société ou tout simplement socialiser avec leurs amis. Andrew et son équipe organisent aussi une variété d'activités divertissantes tels que des soirées de film, des chasses à trésor et des camps de jours lors des journées pédagogiques.

Andrew gère aussi un comptoir de café, où il sert des frappés, des liqueurs, des breuvages

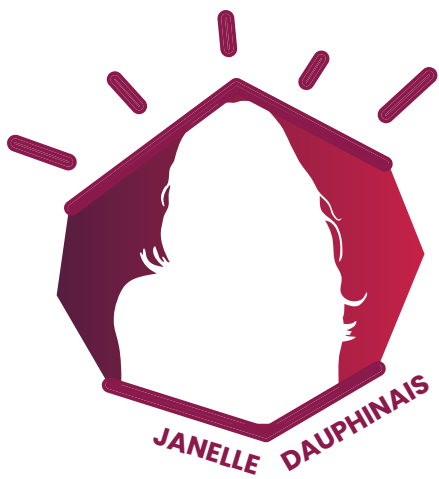
spéciaux et évidemment du café. Aussi, ils vendent des repas et des desserts. Les profits sont utilisés pour faire des achats et couvrir les frais divers du centre afin de lui permettre d'offrir ces services gratuitement aux élèves.

Pendant le jour, le Well est aussi ouvert aux membres de la communauté en besoin. Ceux-ci peuvent s'y rendre pour sortir des éléments, recevoir de la nourriture sans frais, et avoir quelqu'un d'empathique à qui parler.

Andrew et The Well occupent une grande place dans notre communauté. Cette organisation fait beaucoup de choses pour les habitants de Blind River.



BRODY BOUILLON



École secondaire publique Nipissing Ouest, Sturgeon Falls Surcycler pour le bien de tous

Pour débiter l'unité, nous avons chacun fabriqué «des sacs à provisions» en réutilisant des matériaux dont nous ne servions plus, comme des rideaux, des taies d'oreillers, des couvertures, etc. Ces sacs étaient confectionnés pour mettre nos épicereries, car les sacs d'aujourd'hui ne sont pas très durables. Ils Brisent facilement et ils sont dispendieux.

Pour un deuxième projet de surcyclage, nous avons fait un acte de gentillesse vers les gens sans abris dans notre communauté. Pendant les derniers mois de l'hiver, ce n'est pas très plaisant avec le froid donc nous avons eu une idée excellente de faire des mitaines à l'aide de matériaux recyclés pour ces gens qui doivent vivre dans des conditions difficiles. Cette occasion nous a permis de collaborer avec nos camarades en aidant plusieurs personnes et en donnant un cadeau qui leur sera utile. Au total, nous avons réussi à faire une vingtaine de paires de mitaines à distribuer dans la communauté.

Je trouve que ceci est un projet qui pourrait servir d'inspiration pour d'autres cours de couture. On pourrait certainement mettre un sourire sur le visage de ces personnes si on travaille ensemble pour créer d'autres projets pour notre communauté.



Photo : Janelle Dauphinais

Le surcyclage, ou upcycling en anglais, est un moyen de recycler qui permet de transformer des objets et matériaux inutilisés en de nouveaux produits. Bien que cette approche existe depuis plusieurs décennies, le surcyclage est devenu une pratique de plus en plus populaire, surtout dans les secteurs de la décoration et de la mode. Dans le cours de couture à l'École secondaire publique Nipissing Ouest, nous tenons à cœur l'environnement et la communauté. C'est grâce à une unité portant sur le surcyclage que nous avons eu l'occasion de donner une nouvelle vie aux tissus non utilisés et d'aider des personnes dans le besoin.



LISEZ TOUS LES TEXTES PRODUITS PAR LES JEUNES JOURNALISTES DU TAPAGE SUR LAVOIXDUNORD.CA.

Découvrez les MHS offertes au secondaire !

Affaires, construction, environnement, exploitation minière, fabrication, santé et bien-être, et sports.

Plus d'info : cspne.ca/mhs



École secondaire catholique Algonquin, North Bay

La saison des sirops

l'hiver et au début du printemps. Après avoir récolté la sève, nous le bouillons. Avant ce processus, la sève est souvent soumise à une machine à osmose inverse, qui sépare un pourcentage de l'eau de la sève avant de la faire bouillir. Un évaporateur est l'endroit où l'ébullition a lieu. À mesure que l'eau contenue dans la sève s'évapore, la sève s'épaissit et devient un sirop.

L'histoire du sirop d'érable

L'histoire raconte que le chef Woksis des Iroquois a trouvé la sève en lançant son tomahawk (hache) sur un érable dans le froid de l'hiver. Le lendemain, le soleil réchauffait la sève à l'intérieur de l'arbre et du trou jaillissait le délicieux sirop. L'épouse de Woksis cuisinait leur viande dans la sève, et c'était si délicieux que les autochtones ont commencé à intégrer le sucre d'érable dans leur vie.

En conclusion, la tradition du sirop d'érable est très admirable, les gens passent une saison de fins



Photo : Blog Sugar

de semaines à fabriquer ce sirop. Le sirop d'érable est de l'or liquide. Il rassemble les amis, la famille et les connaissances. Les gens vont à la cabane à sucre et font tellement de souvenirs. Personnellement, je n'ai pas de cabane à sucre, mais j'ai une amie qui en a une, et chaque fois qu'elle parle d'y aller, que ce soit avec ses amis ou sa famille, elle a l'air si heureuse comme si c'était vraiment un bon moment de faire bouillir du sucre.

École secondaire catholique Jeunesse-Nord, Blind River

La production de sirop se réchauffe

par dix leur récolte de sirop des années à venir en raison des changements climatiques.

Cependant, ce changement n'est pas entièrement positif : les températures hivernales plus chaudes réduisent le goût sucré de la sève des arbres. Il faudra donc augmenter la production de sève pour obtenir la douceur idéale. Le ratio actuel est de 40 litres de sève pour produire un litre de sirop.

Enfin, une autre inquiétude pour de nombreux producteurs d'érables est que la réduction de la couverture neigeuse expose les racines des arbres à la pourriture et aux attaques de parasites. Si cela affaiblit les arbres, ils seront plus vulnérables aux fortes tempêtes.

Finalement, à chaque défi posé par le changement climatique correspond une nouvelle façon pour l'industrie de s'adapter afin que le sirop d'érable continue de prospérer. Quoi qu'il en soit, rien n'empêchera cette délicieuse tradition sentimentale d'être chérie par les familles canadiennes pour les générations à venir.



Photos : Jim Raddon



Photo : Lydia Raddon



ZOE MAYOTTE

Le début du printemps et la fin de l'hiver marquent la saison de fabrication d'une substance très importante au Canada, surtout en Ontario. Cette substance s'appelle le sirop d'érable. Plusieurs familles propriétaires d'une cabane à sucre se réunissent et commencent leur tradition annuelle de cultiver la sève des arbres et de créer le sirop traditionnel. Mais comment est-il fabriqué et qui l'a inventé ?

Comment est fait le sirop ?

Au Canada, nous avons évidemment un arbre qui s'appelle l'érable. Dans les climats froids, les arbres économisent de l'amidon dans leurs troncs et leurs racines avant l'hiver. L'amidon est ensuite transformé en sucre qui monte dans la sève à la fin de



LYDIA RADDON

Le nord du Canada a connu un hiver étrangement léger cette année. Les températures ont augmenté et les pluies ont été extrêmement fréquentes. Bien que les conditions climatiques étranges affectent nos activités quotidiennes, de nombreuses personnes ne se rendent pas compte de l'impact qu'elles auront sur l'une des industries les plus importantes au nord du pays.

Le Canada est le plus grand producteur de sirop d'érable au monde. Le Canada produit 71 % du sirop d'érable pur du monde. Toutefois, l'augmentation des températures hivernales menace-t-elle de modifier cette statistique ?

Une bonne saison de production de sirop d'érable dépend de semaines de températures constantes qui descendent en dessous du point de gel la nuit et restent au-dessus du point de gel pendant les jours. C'est ce qui permet à la sève de s'écouler des arbres après qu'ils ont été entaillés.

L'année 2023 a été extrêmement mauvaise pour l'industrie du sirop d'érable et la production la plus faible depuis 2018. La production de l'industrie a chuté d'environ 40 % au Québec avec 9,4 millions de gallons de sirop d'érable de produit.

Cette année, la saison de l'entaillage des érables est arrivée plus tôt que les années précédentes. Les érables sont généralement entaillés entre la mi-février et la mi-mars, lorsque les conditions météorologiques deviennent idéales pour l'écoulement de la sève. Toutefois, une ferme érablière de l'Ontario a déclaré avoir entaillé ses arbres vers la fin du mois de janvier.

Tout d'abord, la hausse des températures a également augmenté le débit de la sève. Selon un article récent du Toronto Star, on estime que les producteurs de sirop d'érable pourraient multiplier

TAPAGE

LE JOURNAL QUI FAIT DU BRUIT

Tous les textes et les photos publiés dans TAPAGE sont la propriété des Publications Voyageur inc.

TAPAGE, propriété de Publications Voyageur inc. (distribution : 3 079 + 16 500 électroniques), est imprimé par Journal Printing, 309, rue Douglas, Sudbury.

• Les idées exprimées dans TAPAGE ne sont pas nécessairement celles de la direction. • TAPAGE est une tribune permettant aux jeunes de traiter divers sujets qui les touchent tout en leur donnant un aperçu du monde du journalisme. • TAPAGE utilise la nouvelle orthographe.

Rédactrice en chef

Edrúa Fechner

Aide à la révision

Mehdi Mehenni

Karine Tellier

Directrice du marketing

Karine Tellier

Responsable de la distribution

Guy Rouleau

Montage

Dacey Amiri

Jeunes journalistes

Alexis Lamontagne

Aly Sharabura

Anne-Danaëlle Laroulette

Arabella Gallant

Ayla Cada

Camille Ouellet

Chanelle Chartrand

Chloé O'Connor

Dania Descôteaux

Deliah Jeffery

Esmée Bigras

Gabrielle Boldt

Gabrielle Leduc

Joséanne Legault

Karli Smith

Katie Sharabura

Kaydence Klentz

Kyrielle LeBrun

Leila Frost

Léonie Tremblay

Lydia Raddon

Madeleine Dagenais

Maëlle Trottier

Megan Lemieux

Meghan Raddon

Mélanie Denis-Plante

Nyah Pause

Océane Simard

Savannah King

Sédric Larocque

Sienna Wieja-Marcinkowski

Sophie Pritchard

Sophie-Anne Levac

Thaïs Loayza Sempertegui

Vincent Bigras

Zoe Mayotte

Téléphone : 705-673-3377
Télécopieur : 705-673-5854
Courriel : tapage@levoyageur.ca

336, rue Pine, bureau 302,
Sudbury (Ontario) P3C 1X8

TAPAGE est publié par
Publications Voyageur inc.



JOSÉANNE LEGAULT

École élémentaire catholique Christ-Roi, River Valley L'improvisation

Tout récemment, j'ai assisté au premier tournoi d'improvisation de l'année dans la région du Nipissing-Ouest : l'Éponge d'Or. Je vais vous parler de ce que je pense de l'improvisation.

Depuis l'an dernier, nous participons aux tournois d'impro. L'improvisation a plusieurs règlements. Premièrement, si tu agis en tant que spectatrice, tu n'as pas le droit de

parler pendant que les arbitres parlent ou pendant les improvisations. Si tu agis en tant que joueur, tu dois respecter certaines directives pendant que tu improvises comme le thème, la catégorie, le nombre de joueurs ou autres choses. Il y a aussi des punitions pour non-respect du thème, non-respect de la catégorie, rudesse ou certaines autres punitions. Les improvisations peuvent être faites en comparée ou en mixte. Lorsque c'est en mixte, tu dois agir avec l'autre équipe et la foule va voter pour leur histoire préférée. Lorsque l'impro est comparée, chaque équipe fait sa version du thème et la foule vote pour sa version favorite. L'équipe qui a le plus de votes réclame le point et à la fin, l'équipe qui a le plus de points

gagne et affronte une autre équipe gagnante. Ensuite, les deux équipes qui ont accumulé le plus grand pointage s'affrontent en finale.

Je pense que l'improvisation est une bonne chose pour les joueurs autant que pour les spectateurs, car c'est drôle et ça permet de développer la créativité. J'aime beaucoup aller voir des joutes, car j'éprouve du plaisir avec mes amis ou amis et c'est drôle. C'est un peu comme de la pratique si je veux être joueuse d'impro dans les deux prochaines années. Le tout te permet d'avoir la chance de participer à plusieurs tournois, et ce, jusqu'à Casselman et de rencontrer de nouvelles personnes.

Enfin, je pense que l'improvisation est une très bonne chose pour tous. C'est une très belle activité en français pour tout le monde et c'est beaucoup de plaisir!



Photo : Joséanne Legault

L'équipe d'improvisation des Bernaches de l'école Christ-Roi.

Devenez *fan* du Voyageur

facebook.com/les-amis-du-voyageur



DELIAH JEFFERY

École Notre-Dame-du-Sault, Sault-Ste-Marie La quête de Despereaux

aujourd'hui à Minneapolis au Minnesota. Elle est une auteure américaine ayant écrit plus de 25 romans pour enfants comme «À cause de Winn-Dixie», «Tigre Libéré», et «La quête de Despereaux». Ses livres ont remporté divers prix : «La quête de Despereaux» et «Flora et Ulysse» ont remporté la médaille Newbery, faisant de DiCamillo l'une des six auteures à avoir remporté deux médailles Newbery.

Résumé du livre

Le petit souriceau aux grandes oreilles, appelé Despereaux, est jeté dans les oubliettes (le sous-sol) du château dans lequel il vit, parce qu'il a osé laisser la princesse le soulever et lui parler. Pire, Despereaux lui a répondu et est tombé amoureux d'elle. Une souris amoureuse d'une princesse ! À la suite d'une série d'événements impliquant l'enlèvement de la princesse, Despereaux se rend aux oubliettes pour la sauver et l'histoire se termine par une version réaliste de «ils vécurent heureux pour

toujours». Au même moment où cette histoire se passe, une autre histoire semblable est racontée : une fille appelée Mig partage son histoire après avoir été abandonnée par son père et un rat appelé Roscuro cherche à trouver de la lumière.

Critique

J'ai aimé le livre «La quête de Despereaux» parce qu'on partage l'histoire d'une différente manière qu'habituellement, et parce que c'était un livre vraiment facile à lire et à comprendre. De plus, il y avait beaucoup d'action et beaucoup de personnages qui partageaient leurs propres histoires. C'était une bonne histoire!

Recommandations

Je recommanderais ce livre aux personnes âgées de 8 à 11 ans, qui aiment les souris, les princesses en détresse et les sous-sols mystérieux.

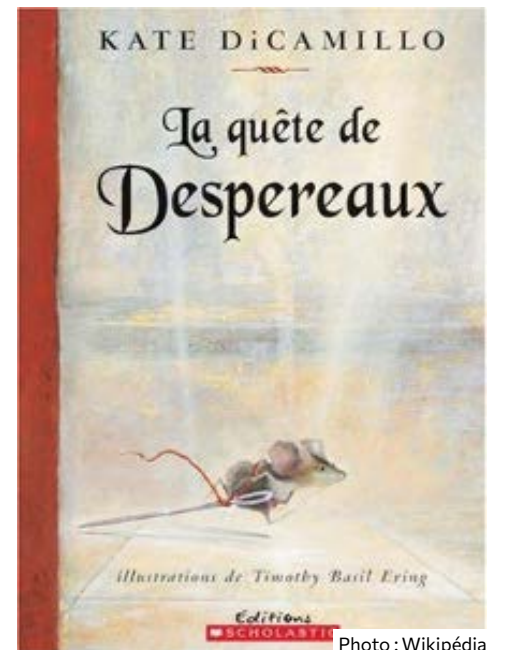


Photo : Wikipédia

La quête de Despereaux est un livre écrit par Kate DiCamillo au sujet d'un souriceau minuscule qui a de géantes oreilles. Il part pour une quête dans les oubliettes (le sous-sol) du château dans lequel il vit pour libérer la princesse qui est prise là.

Un peu sur l'auteure : Kate DiCamillo

Katrina Elizabeth DiCamillo est née le 25 mars 1964 à New York (É.U.), et habite

École secondaire publique Renaissance, Timmins L'amour de la Saint-Valentin

Mon amour, ma douce Valentine
Ton sourire éclaire mes nuits sombres
Ta tendresse fait fondre mon cœur
Ton amour est ma plus belle aventure

En ce jour de la Saint-Valentin
Je te promets de t'aimer sans fin
Je te chérirai pour l'éternité
Car tu es ma moitié, ma destinée

Ta beauté illumine mes jours
Ton amour me remplit pour toujours

Je suis comblé à chaque instant
De t'avoir comme amante, confidente

Mon Valentin, mon amour éternel
Je t'adresse ce poème sincère
Pour te dire combien je t'aime
Et combien tu es important à mes yeux

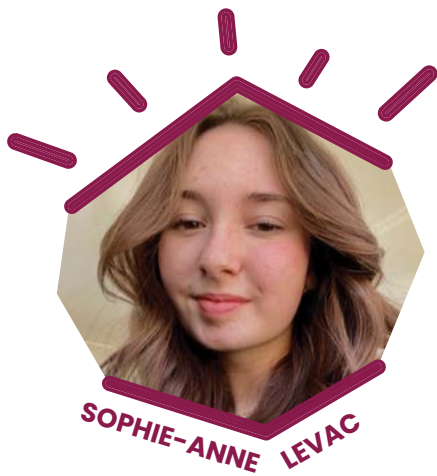
Je t'aime plus que tout au monde
Et mon cœur t'appartient, profondément
Joyeuse Saint-Valentin mon amour
Tu es la perle rare, mon plus grand trésor.



MYRANDA-LEE SCHOPF



Photo : Myranda-Lee Schopf



SOPHIE-ANNE LEVAC

École secondaire catholique Franco-Cité, Sturgeon Falls

Pour l'amour de la musique francophone : *Quand ça nous chante!*

durant la journée, ainsi que divers spectacles d'artistes francophones en soirée. En plus, les jeunes ont eu l'occasion de rencontrer ces artistes francophones lors des ateliers offerts et de discuter avec eux. Cette année, les participants ont eu l'honneur d'accueillir la chanteuse franco-ontarienne Mélissa Ouimet comme marraine du festival. Elle a assisté aux performances des écoles en plus d'interagir avec les jeunes et même offrir un spectacle incroyable pour clôturer le festival. Les festivaliers ont été extrêmement choyés et reconnaissants d'avoir fait de si belles rencontres d'artistes ainsi que d'avoir créé des amitiés avec les élèves provenant de partout en province.

Pourquoi est-ce que le festival *Quand ça nous chante* est-il important?

Le festival permet aux jeunes de se rencontrer, de s'encourager et de se dépasser sur scène en tant qu'artistes. Tous ont deux points en commun : l'amour pour la musique et le cadeau de la langue

française. Bien qu'il soit spécial d'entendre des jeunes de la 9^e à la 12^e année vivre 3 jours en français, il est encore plus impressionnant d'entendre la musique francophone résonner à l'intérieur des murs de l'É.S.C. Algonquin. Le festival donne aussi l'occasion à certains élèves de poursuivre leur passion pour la musique grâce aux prix distribués. Parmi ces prix, il y a le prix Bienvenue Records qui permet à un participant d'enregistrer une composition en studio avec l'aide de DJ Unpier. Il y a aussi le prix Jamais Trop Tôt dédié à trois chanteurs/chanteuses qui se sont démarqués lors du festival. Celui-ci permet d'explorer les possibilités de carrière en musique et même une chance de participer à un des plus grands festivals de musique francophone, soit le festival de la chanson de Granby.

Quinn Gauthier, élève de la 12^e année à l'École secondaire catholique Franco-Cité, a participé à *Quand ça nous chante* pour la deuxième fois en deux ans et il affirme que le festival est un évé-

nement à ne pas manquer. «*Quand ça nous chante* est super important pour les jeunes, car ça ouvre des portes pour des carrières en musique. Aussi, tu peux rencontrer plein de jeunes de ton âge qui partagent la même passion que toi.»

Danika Rondeau, élève de la 10^e année, a déjà hâte à l'année prochaine. «Après ma première expérience à *Quand ça nous chante*, je veux définitivement y retourner l'année prochaine. Les souvenirs, ainsi que les amitiés qui ont été créées pendant cette fin de semaine, sont inoubliables ! De plus, j'ai adoré être entourée de gens qui partagent le même amour que moi pour la musique et la francophonie.»

Bref, le festival *Quand ça nous chante* est de grande importance pour les jeunes artistes du secondaire puisqu'il permet non seulement l'appréciation de la musique francophone, mais il suscite aussi le goût et la confiance de poursuivre dans la musique en français. Une opportunité à ne pas manquer !



Photos : M. William Lemieux

Je suis prêt pour le marché du travail.

Suivez un programme scolaire novateur axé sur le milieu secondaire, le milieu collégial et le marché du travail à l'École des métiers de l'École secondaire Hanmer.

esh.grandnord.ca

 **École des métiers**
École secondaire Hanmer

 **Conseil scolaire
du Grand Nord**
Je vois grand

École secondaire catholique Franco-Cité, Sturgeon Falls

La drave



CAMILLE OUELLET

L'habillement

On pouvait reconnaître les draveurs surtout par leurs bottes en cuir mi-mollet équipées de crampons sous la semelle afin d'être plus stables sur les bûches et éviter de glisser sur les troncs et atterrir dans l'eau qui était souvent glacée. Lorsqu'un homme mourait, c'était une tradition de clouer ses bottes à un arbre sur la rive. Le reste de l'habillement d'un draveur consistait généralement d'un chapeau en feutre, une chemise carreautee, des pantalons (souvent des jeans) et une gaffe ou une perche.

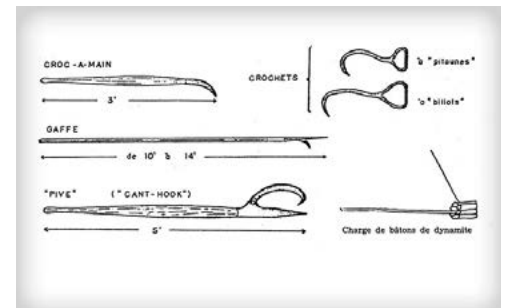
Les dangers

Ce métier, quoiqu'important pour l'industrie du bois, a causé plusieurs pertes et décès. En effet, si un homme tombait entre les billots, il y avait très peu de chances qu'il s'en sorte, puisque les craques entre les troncs qui menaient à la surface se refermaient aussitôt qu'ils ouvraient. De plus, lorsqu'il y avait un blocage, des hommes devaient aller placer la dynamite entre les crevasses du barrage, l'allumer, et ensuite courir le plus vite possible pour ne pas se faire engloutir par le soudain relâchement du barrage. Les corps des morts étaient enterrés sur la rive et leurs bottes étaient clouées sur un arbre avoisinant.

Le Nipissing-Ouest et la drave

La drave s'est aussi passée dans la région du Nipissing-Ouest et a fait partie de notre histoire. En effet, la connexion des rivières Temagami et Sturgeon permettait le transport facile des billots

jusqu'au Canadian Pacific Railway qui passait par Sturgeon Falls ou aux scieries. Le petit village de Field contenait aussi un moulin à bois, appartenant à la compagnie Field Lumber, sur les rives de la rivière Sturgeon, où plusieurs billots se dirigeaient. C'était l'arrivée du CNR à Field qui a causé l'extinction de la drave au petit village. La compagnie Goulard Lumber était la dernière à faire flotter ses billots sur la rivière Sturgeon jusqu'au moulin dans les années 1960.



La drave était un moyen de transporter les troncs d'arbres abattus sur une étendue d'eau, à partir du chantier jusqu'au moulin, où ils se faisaient transformer en planches et autres articles. Il y avait des personnes qui naviguaient sur les billots, appelés « draveurs », et ils s'assuraient que la cargaison se rendait bel et bien à la bonne destination. Ce moyen de transport des arbres abattus a duré de 1910 jusqu'à 1980.

Le processus

Tout débutait dans les chantiers où, pendant l'hiver, les bûcherons plaçaient des rangées d'arbres coupés au cours de l'année sur la glace, à l'aide de chariots tirés par des chevaux. Ensuite, lorsque le printemps arrivait et que la glace fondait, tout le bois tombait dans la rivière, et les draveurs se mettaient au travail. Ils grimpaient sur les arbres qui flottaient à la surface de l'eau et commençaient ainsi leur périple. Parfois, surtout lorsqu'il y avait des rapides, à la place de chevaucher les arbres abattus, ils se plaçaient dans des petites chaloupes. Afin de diriger le flux, ils étaient équipés de ce qu'on appelle des gaffes, ainsi qu'autres outils nommés perches. Pour dormir et manger, un bateau traînait derrière les billots avec une cuisinière et des lits pour les draveurs. Parfois, lors du trajet, les arbres s'entremêlaient et créaient un barrage. Pour les déprendre, on utilisait souvent de la dynamite, qui était un moyen très efficace, même si quelques billots se faisaient endommager. Afin de propulser l'amas de troncs et de créer un courant, on damait les lacs et ruisseaux avant de tout relâcher, ce qui créait des vagues qui propulsaient les billots. Lorsque le voyage arrivait au moulin, les draveurs pouvaient partir rejoindre leur famille.



Photos : Camille Ouellet



École St-Charles Borromée, St-Charles

Le pénitencier de l'État de l'Est



KAYDENCE KLENZ

Il existe de nombreux endroits hantés dans le monde. Certains sont plus connus que d'autres, et certains ne sont que des lieux abandonnés que moins de gens ont visités. L'un des endroits les plus recherchés d'Amérique est le pénitencier de l'État de l'Est. Cet endroit est connu comme extrêmement hanté à la fois par les gens qui le visitent et par ceux qui y travaillent. Si vous voulez en savoir plus sur cette prison, lisez avec moi !

Pour commencer, ce pénitencier a été construit en 1776 et a ouvert en 1829. Il a été modélisé et était destiné à changer les comportements des personnes condamnées pour crimes horribles, à travers l'isolement et la stratégie du travail. Cela a fonctionné sur certains prisonniers et moins

sur d'autres. Le pénitencier a été construit de manière extrêmement stratégique, les gens qui l'ont construit voulaient que sa conception favorise « la surveillance, la commodité, l'économie et la ventilation ». Une fois la construction terminée, il pouvait accueillir jusqu'à 450 prisonniers.

Deuxièmement, le pénitencier est connu pour être extrêmement hanté. Et c'est certainement cela qui a joué un rôle dans sa célébrité. L'histoire de la prison est incroyablement détaillée, avec des histoires sur les choses horribles qui se sont produites dans les murs. Découvrir les punitions sévères qui ont été infligées aux prisonniers vous fera dresser les cheveux sur la tête. Chaque cellule a une histoire différente et une entité différente qui hante la pièce. Dans le paragraphe suivant, je vous raconterai les histoires de chaque cellule.

Troisièmement, le bloc cellulaire 12 est connu pour faire entendre aux gens des voix/bruits en écho. Le bloc cellulaire 6 est connu pour avoir des silhouettes sombres qui se précipitent dans la pièce/les couloirs. Ce pénitencier a de nombreuses histoires différentes venant de nombreuses personnes différentes, et parfois les histoires ont les mêmes fins, ce qui rend les hantises plus crédibles. On pense que cette prison est hantée à cause des nombreuses vies qui y ont été enlevées. L'une des histoires les plus célèbres



Photo : Shutterstock

vient de Gary Johnson, qui a aidé à réparer les serrures brisées de la prison. En 1990, il venait d'ouvrir une serrure dans le bloc 4 et il affirme avoir senti une poigne le maintenir fermement en place. Il a ensuite expliqué le sentiment négatif

qui aurait explosé dans cette cellule.

Si vous en aviez l'occasion, passeriez-vous une nuit dans ce pénitencier ? Après tout, vous pouvez réserver une visite si vous le souhaitez !

École Notre Dame du Sault, Sault-Ste-Maire

L'Argentine



Avec une superficie de 2,78 millions de kilomètres carrés, l'Argentine est le deuxième plus grand pays de l'Amérique du Sud après le Brésil. De plus, l'Argentine est encore deuxième pour être le pays le plus peuplé de l'Amérique du Sud derrière la Colombie avec 45 929 705 habitants. Explorons ensemble les facteurs naturels qui influencent les gens pour s'installer dans ce pays, à commencer par l'environnement, l'économie et la population.

Les facteurs naturels

En Argentine, il y a une grande variété d'animaux sauvages. Par exemple, il y a une grande région du pays qui s'appelle la côte de Patagonie qui est une vaste mixture d'environnement, de plage, de forêts et de montagnes qui couvrent un espace de 637 000 km².

Dans cet environnement, il y a beaucoup de genres d'animaux comme des lions de mer et des pingouins. La raison que tous ces animaux peuvent vivre ici c'est parce que le climat est bon pour plusieurs genres d'animaux. Il y a une moyenne de 20 degrés Celsius. Puis, il y a aussi le placement géographique de l'Argentine. Le pays est situé dans une place dans le monde où l'environnement est convenable pour plusieurs animaux.

L'environnement

L'environnement de l'Argentine est très étendu. La température peut être 35°C dans le nord du pays comme elle peut atteindre -1°C dans le sud du pays. La température moyenne du centre du pays est de 30°C. Cette température tiède aide toutes les espèces à bien se développer et prospérer. Mais ce n'est pas seulement la température qui va aider les espèces à grandir. Au nord de l'Argentine, il y a des forêts, des savanes et des marais tropicaux dans une région appelée la Chaco. Cette région tropicale couvre un espace de 840 000 km², et elle connecte trois pays : la Bolivie, le Paraguay et l'Argentine. Cette région est aussi très humide. Toutes ces caractéristiques sont bonnes pour les animaux comme les reptiles et les amphibiens. De plus, tout le long du côté ouest de l'Argentine, il y a une lignée de montagnes appelées les Andes. Ces montagnes vont entre sept pays : le Venezuela, la Colombie, l'Équateur, le Pérou, la Bolivie, le Chili et l'Argentine. Ils couvrent un espace de 8 900 km et atteignent une hauteur maximale de 6 959 mètres à une montagne en Argentine qui s'appelle la montagne Aconcagua.

L'économie

L'Argentine a plusieurs ressources naturelles : des gisements de minerai de fer, d'uranium, de plomb, de zinc, d'argent, de cuivre, de manganèse et de tungstène qui sont exploités dans de différentes régions du pays. De plus, l'Argentine est un très grand exploitant; il est le 11e pays qui produit du blé et le 8^e à l'exploiter. Mais il n'exploite pas seulement du blé. L'Argentine exploite aussi le soja, le maïs, l'orge, le riz, les graines de lin, la canne à sucre, le coton, les agrumes et le raisin. L'Argentine couvre 54 % des exploitations venant de l'Amérique du Sud. Les choses que l'Argentine importe ce sont plutôt les véhicules, la machinerie, des équipements



électriques et des instruments médicaux qui viennent souvent du Brésil, de la Chine ou des États-Unis. De plus, la devise en Argentine s'appelle le Peso Argentin. Le dollar canadien est 610 fois plus fort que la devise de l'Argentine. C'est pourquoi le salaire moyen de la population est de 45 200 pesos argentins, ce qui est l'équivalent de 74 dollars canadiens. Malheureusement, l'économie du pays n'est pas forte, mais elle est en développement.

La population

La population de l'Argentine doit se placer dans des espaces spécifiques parce que l'environnement dans le contour du pays est

soit trop rocheux soit le sol est sableux. Alors, la densité de la population dans le centre est un peu encombrée, à l'exemple de la capitale, Buenos Aires ou Cordoba. Aussi, la pauvreté en Argentine n'est pas très bonne. Le taux de pauvreté du pays a monté jusqu'à 40 % l'année dernière. Heureusement, le gouvernement a placé une organisation à but non lucratif qui s'appelle «Fundación leer». Cette organisation éduque les jeunes enfants et leur donne les choses nécessaires pour vivre. La religion joue également un grand rôle en Argentine. Plus de 59 % de la population s'identifie comme catholiques, 8 % sont protestants, 9 % suivent d'autres religions et 15 % ne sont pas religieux.

En bref

L'Argentine est un pays en développement alors que plusieurs choses s'améliorent afin que ce soit un bon pays. Malgré les problèmes que le gouvernement a subis, l'Argentine est l'un des pays les plus stables de l'Amérique du Sud. Il attire plusieurs touristes internationaux chaque année. Il sont plus de 250 000 touristes à visiter l'Argentine chaque année ! Savais-tu qu'en Argentine, ils mangent leur souper très tard ? Pour eux, 22 h est le plus tôt qu'ils mangeraient. Quelquefois, ils peuvent manger jusqu'aux premières heures du lendemain ! Leur culture vaut vraiment la peine d'être explorée. L'Argentine est un pays de tango, de vin, mais aussi d'intelligence et d'amicaliste.



NOS AMIS LES ANIMAUX

École St-Charles Borromée, St-Charles

Quelques types de lémuriens



GABRIELLE BOLDT

Premièrement, existe-t-il un animal qui ne vit que sur une seule île ? Serait-il possible qu'un animal soit chassé par des singes pour qu'il ne vit plus que dans une seule place ? Le lémurien est un animal peu connu qui ne vit qu'à Madagascar. Il y a différents types de lémuriens qui vivent tous sur la même île. Quelles sont les caractéristiques physiques très importantes pour leur survie qu'ils pourraient tous avoir ? Leur nutrition est spécifique puisqu'ils trouvent leur nourriture seulement à Madagascar, une île près de l'Afrique du Sud.

De plus, il y a différents types de lémuriens sur l'île de Madagascar. Le lémur catta a les couleurs noir, gris et blanc. Il a un territoire où il laisse des odeurs que seuls les animaux peuvent sentir. Le lémur souris est le plus petit lémur de Madagascar. Il atteint la taille de 12 à 15 cm de longueur. Le lémur de bambou doré utilise ses dents robustes pour manger le bambou. Il y a aussi le sifaka, un lémurien qui s'est tellement adapté dans les arbres qu'il ne peut pas très bien marcher. Il court donc sur le côté comme un crabe et il peut sauter sur des plantes même si elles sont couvertes d'épines.

Quelles sont les autres caractéristiques physiques des lémuriens ? Ils ont presque tous des queues. Ses créatures ont toutes des pattes avant et arrière. Dépendamment de chaque type de lémurien, ils peuvent avoir des pattes douces et velues ou dures. Ce sont des primates. Ses animaux ont tous cinq doigts avec des ongles résistants sur chaque patte, pour mieux s'accrocher aux branches. Les lémuriens ont tous des caractéristiques physiques spéciales pour échapper à leur prédateur qui se

nomme le fossa, un animal étrange et qui est le plus gros carnivore de Madagascar. C'est un mammifère.

Maintenant, quelle est la nourriture des lémuriens ? Le lémur de bambou doré mange évidemment du bambou avec ses dents résistantes. Le lémur catta mange principalement les fruits de tamarinier. Il arrive aussi qu'il se nourrisse de feuilles, de fleurs, de bourgeons, d'écorce et de la sève. Le lémur souris mange habituellement des fruits ou des feuilles, mais parfois il se nourrit d'un régime spécial. Comme plusieurs autres types de lémuriens, le sifaka mange des fleurs et des feuilles.

Pour conclure, ses différents types de lémuriens sont très intéressants. Ils sont très différents, mais en même temps très semblables. Savais-tu que les lémuriens n'ont pas tous des queues ? Leurs caractéristiques physiques sont uniques et impressionnantes pour chacun d'eux. C'est intéressant d'apprendre sur ce que les lémuriens mangent. Leur nourriture est spécifique, et c'est surtout en raison du petit territoire où ils vivent. Dans le futur, qu'est-ce que les merveilleux lémuriens de Madagascar pourront-ils faire de leur île ?



Dessins de lémuriens par Gabrielle Boldt



Dessins : Gabrielle Boldt

École St-Charles Borromée, St-Charles

Le requin marteau



KARLI SMITH

Il y a tellement de types d'animaux différents dans l'eau. Le requin marteau est l'un des plus intéressants. Ils ont une apparence très fascinante. Ils ont de bonnes habitudes alimentaires. Ils ont un habitat régulier comme la plupart des autres.

Ils ont une très grosse tête et ils l'utilisent pour piéger leurs proies. Leurs yeux sont éloignés, ce qui les aide à scruter davantage leurs proies. Ils ont également un numériseur sur la tête qui les aide à repérer leurs proies. Les requins marteaux sont des nageurs très agiles et peuvent donc aller jusqu'à 40 km/h. La longueur normale des femelles adultes est de 15 à 18 pieds (4,6 à 5,5 m) ; la longueur commune des mâles adultes est d'environ 12 pieds (3,6 m) et à la nais-

sance est d'environ 1,6 à 2,3 pieds (50 à 70 cm). La longueur maximale jamais vue était de 20 pieds (6,1 m). Ils pèsent environ 500 livres.

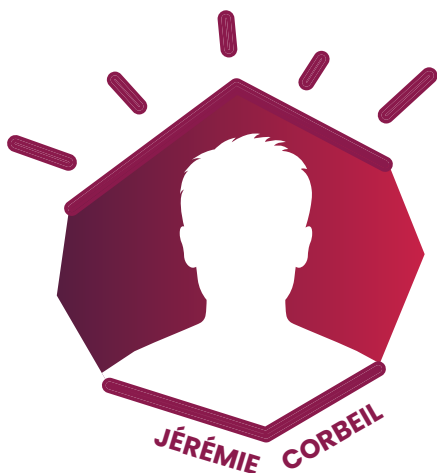
Ils mangent tout ce qu'ils attrapent. Ils aiment manger des raies et des patins. Ils peuvent également consommer d'autres requins, notamment d'autres requins-marteaux, des poissons osseux, des méroues et des poissons-chats de mer, des calmars et des crustacés de fond. Ils ne mangent que 2 fois par jour. Un requin marteau mange beaucoup au cours de sa vie, environ 32 120 fois.

Ils ont une très longue durée de vie pour une créature qui vit sous l'eau, puisqu'ils peuvent vivre jusqu'à 44 ans. Un requin marteau vit loin au large, près des rivages que l'on ne trouve réellement que dans les eaux tropicales. Ils sont généralement repérés en été, car ils migrent pour trouver de l'eau plus froide. Les requins marteaux aiment se retrouver en groupe, surtout lorsqu'ils migrent vers des eaux plus froides, c'est donc plus facile.

Savez-vous quelque chose de nouveau sur l'apparence unique du requin-marteau ? Pensez-vous que la façon dont les requins-marteaux attrapent leurs proies est intéressante ? Il y a tellement de choses intrigantes sur ce type de requin ! Selon vous, quelle est la chose unique à propos du requin-marteau ?



Photo : Shutterstock



École Saint-Thomas-d'Aquin, Astorville La mésange à tête noire

La reproduction de cette créature commence en mars quand les couples se rendent ensemble pour construire une cavité à trois mètres de hauteur, dans un arbre décédé. Ils remplissent la cavité avec des aiguilles de différents conifères, de la fourrure, des plumes et de la mousse. Après que le nid est terminé, la femelle commence à pondre trois à dix œufs. Elle incube les œufs pour douze à treize jours jusqu'à quand les oisillons éclosent. Les oisillons restent dans le nid pour seize jours. Cela étant, ils quittent le nid comme jeunes adultes ou juvéniles sans leurs parents.

Ces oiseaux sont des omnivores. Pendant le printemps et l'été, ils mangent des larves, nymphes, chenilles, araignées et différents types d'insectes. En automne et en hiver, ils mangent des baies et des graines. Donc, les mésanges à tête noire sont insectivores parfois et herbivores d'autrefois.

Apprenons ensemble au sujet d'un petit oiseau : la mésange à tête noire. C'est un oiseau de douze à quinze centimètres de long du bec à la queue. Ils ont une tête noire, les joues blanches, le ventre beige, le dos et la queue grise.

Les mésanges à tête noire vivent tout partout en Amérique du Nord. Le plus au nord qu'ils vivent, c'est en Alaska, le sud du Yukon et le sud des Territoires du Nord-Ouest. Le plus au sud c'est au Nouveau-Mexique et au nord du Texas. Le plus à l'est c'est dans les Maritimes (Nouveau-Brunswick, à l'Île-du-Prince-Édouard, en Nouvelle-Écosse, à Terre-Neuve-et-Labrador) jusqu'à Maryland. Le plus à l'ouest c'est de l'Alaska jusqu'à la Californie. Les biomes qu'ils vivent dedans sont les forêts taïga, mixtes ou de conifères, les prairies et les savanes.

Les ornithologues n'ont pas un nombre exact de la population de cet animal, mais ils savent qu'il y a environ quarante et un millions d'individus. Ils ne sont pas une espèce menacée. Leurs prédateurs sont les hiboux, les chouettes et la pie-grièche boréale. Aussi, les oisillons et les œufs ont leurs propres prédateurs. Les serpents, les écureuils, les souris et les belettes dégustent ces petites collations.



Photos : Jérémie Corbeil

Voici des faits intéressants à propos de la mésange à tête noire :

- Pendant la nuit, leur température baisse par dix à douze degrés pour sauver de l'énergie.
- Leur nom scientifique est *Poecile atricapilla*.
- À l'automne, leur hippocampe grossit par trente pour cent!



Photo : Shutterstock



École secondaire catholique Jeunesse-Nord, Blind River L'hibernation des grenouilles

Nous savons tous que des animaux comme des ours hibernent, mais saviez-vous que les grenouilles hibernent aussi ? Quand l'hiver arrive, surtout ici au Canada, les amphibiens et les reptiles commencent à hiberner, puisque, pour ces animaux au sang-froid, ils ne peuvent pas survivre à des basses températures.

Pour les grenouilles, il y a plusieurs méthodes d'hibernation. Par exemple, les grenouilles aquatiques vont généralement se cacher sous l'eau, ralentir leur métabolisme et absorber l'oxygène à travers leur peau. Tandis qu'autres grenouilles terrestres vont hiberner sous terre. Mais, il y a aussi certaines espèces qui vont juste geler l'hiver. Leurs poumons et leur cœur s'arrêtent, et recommencent à fonctionner lorsqu'ils dégèlent. Tant qu'ils ne sont pas complètement gelés, vraiment, pas plus que 65 %, ils vont dégeler au printemps, parfaitement correct.

Les grenouilles sont vraiment incroyables.



Photo : Shutterstock

École Notre-Dame du Sault, Sault-Ste-Marie

Les protéines chez les hommes



Depuis quelques décennies, la nutrition saine commence à baisser chez les hommes. Ceci est très alarmant parce que les bons nutriments sont la clé pour le développement physique et mental chez les êtres humains. Un des nutriments clés pour les hommes sont les protéines. Mais, quelle est l'importance des protéines pour les hommes ? Quels sont les effets d'une consommation trop basse ? Quels sont les avantages d'une consommation plus élevée ? Quel est le montant de protéines dont les hommes ont besoin par jour ? Comment le corps d'un homme digère et utilise les protéines ? Découvrons ensemble l'importance des protéines pour les hommes, le montant de consommation de protéines idéal et une diète santé de protéines.

L'importance des protéines

Premièrement, quelle est l'importance des protéines pour le développement physique et corporel chez les hommes ? Ou plus précisément, quelle est l'importance des protéines pour la croissance musculaire ? Selon une étude de la Bibliothèque nationale de Médecine aux États-Unis, une consommation adéquate de protéines est nécessaire pour le développement physique des adultes, parce qu'elle leur permet une régénération physique des cellules.

L'étude dit que c'est très important d'avoir une consommation de protéines correcte pour commencer n'importe quelle forme de développement physique et même mentale.

Une consommation de protéines saine

Quelle est la consommation moyenne de protéines des hommes au Canada ? Est-ce que la moyenne de consommation au Canada est saine et répond à la norme ? Selon une étude de l'Université McGill de Montréal, l'homme canadien moyen consomme environ 1,2 gramme de protéines par kilogramme de poids chaque jour. Malgré le fait que la consommation moyenne de protéines ne soit pas tout à fait idéale, cette variable n'est pas trop alarmante, parce que ce numéro est encore considérablement plus élevé que le minimum. Donc on peut conclure que la consommation de protéines de la population canadienne masculine n'est pas trop malsaine en consommation de protéines, du moins comparativement aux autres pays occidentaux comme les États-Unis ou le Royaume-Uni. Maintenant, est-ce avantageux de consommer trop de protéines ? Une étude de Harvard met en garde contre une consommation excessive. L'étude précise qu'une consommation plus élevée est très bonne pour se muscler, garder une bonne santé mentale et, en des cas rares, peut même aider à régénérer des blessures plus vite. Mais l'on doit être prudent, parce que si l'on en mange trop ça pourrait causer des problèmes digestifs. De même qu'une consommation de protéines trop basse pourrait être très dangereuse. Si l'on n'en mange pas assez on peut développer une carence et commencer à perdre de la



masse musculaire ou même osseuse, perdre la santé mentale, et même avoir des problèmes digestifs.

Une diète de protéines santé

Afin d'assurer une bonne consommation de protéine chez les hommes, voici une liste d'aliments hauts en protéine : la viande et la volaille, comme le poulet ou le bœuf, ainsi que des poissons gras, comme le saumon ou le thon. Certaines protéines végétales contiennent aussi des protéines, comme les lentilles et le soja.

En conclusion, les protéines sont un des nutriments les plus importants pour le développement physique et le maintien quotidien des hommes et jeunes garçons. Une consommation quotidienne

saine en protéine pour les hommes serait d'environ 1,4 gramme de protéines par kilogramme de poids chaque jour. De plus, les aliments les plus faciles pour ton corps à digérer haut en protéines sont la volaille, comme le poulet et la dinde, ainsi que les poissons gras, comme le saumon ou même le thon. Et finalement, une recommandation aux lecteurs, assurez-vous de faire attention lorsque vous effectuez vos recherches pour de l'information nutritive, parce qu'il y a beaucoup d'organisations qui n'ont pas la bonne information. De plus, quand vous effectuez des recherches, soyez certains de lire tout l'article avant de retenir l'information et assurez-vous qu'il s'agit d'une source fiable !

UN MONDE À DÉCOUVRIR

INSCRIPTION EN TOUT TEMPS!

CONSEIL
SCOLAIRE
CATHOLIQUE
NOUVELON

NOUVELON.CA



SPORTS

École Alliance St-Joseph, Chelmsford

Alliance St-Joseph triomphe au tournoi de basketball



Les Lynx de l'Alliance St-Joseph ont brillé au tournoi de basketball qui s'est tenu à l'école Félix Ricard le 21 février 2024.

Affrontant les Scorpions de l'école St-Paul et les Sabres de l'École secondaire Hanmer, l'équipe a montré sa détermination et son talent sur le terrain.

La journée a débuté tôt pour les Lynx, qui se sont préparés dès 9h pour leurs premiers matchs. Face aux Scorpions, l'Alliance a dominé le terrain de basketball, exploitant ses forces telles que la taille, la force et la vitesse pour remporter une victoire de 24 à 12.

Lors de leur deuxième rencontre contre É.S. Hanmer, les Lynx ont maintenu leur dynamisme. Bien que les Sabres de l'É.S. Hanmer se sont révélés être un adversaire plus coriace que St-Paul, l'équipe de l'Alliance a su rester ferme, l'emportant finalement sur un score serré de 23 à 19. Malgré les efforts de l'équipe adverse, leur confusion à certains moments du match leur a coûté la victoire.

Avec ces performances impressionnantes, l'Alliance St-Joseph a remporté la première place en division B. Bien que leur défaite contre l'école St-Denis les ait empêchés d'accéder à la division A, les Lynx ont montré une grande détermination tout au long du tournoi.

Les joueurs et les entraîneurs de l'équipe ont échangé des mots d'encouragement et de soutien tout au long des matchs, créant une atmosphère positive et motivante sur le terrain.

À la fin de la journée, les Lynx ont été récompensés pour leurs efforts avec une médaille bien méritée,

témoignant de leur dévouement et de leur excellence dans le basketball.

Cette journée a été une occasion pour l'Alliance St-Joseph de briller et de représenter fièrement son école avec passion et compétence sur le terrain de basketball.



Photos : Océane Simard

École secondaire catholique l'Horizon, Val Caron

La danse Néon à l'Horizon



Le 29 février 2024, l'École secondaire catholique l'Horizon à Val Caron a organisé une danse néon pour célébrer l'année bissextile. Le Parlement des élèves a monté cette danse avec de merveilleuses décorations, de la bonne musique et bien sûr, du fluo partout!

Après plusieurs semaines de préparation, les élèves du Parlement se sont mis au boulot pour tout organiser le gymnase afin d'accueillir au-delà de

120 élèves. Les murs étaient éclairés avec des lumières fluorescentes, et il y avait même un énorme arrière-plan noir avec des étoiles fluo, entouré d'une arche de ballons pour permettre aux élèves de se prendre en photo. En plus, il y avait une toile géante sur laquelle les élèves pouvaient écrire leur nom, et même une cabine photo avec tous les accessoires imaginables. Pour ceux et celles qui avaient une fringale, il y avait aussi une cantine complète de collations et de breuvages.

Lorsque les élèves et leurs invités sont arrivés, c'était un véritable parade de couleurs... de l'orange, du rouge, du rose, du mauve, du blanc et même du scintillant! Mais ça ne s'arrête pas là! Les élèves pouvaient aussi passer à la station d'accessoires fournis par le Parlement des élèves et se

ramasser des colliers, des bracelets et des objets lumineux pour compléter leur «look». Le plancher de danse était définitivement vibrant, de couleurs et d'énergie!

Puisque l'Horizon aime mettre en avant sa francophonie, le Parlement a choisi d'avoir dix pour cent de la musique jouée en français. Avec environ quinze chansons françaises, les élèves ont eu la chance d'écouter de nouvelles chansons et de s'amuser en découvrant de nouveaux artistes francophones pendant la soirée.

Un grand merci aux membres du Parlement des élèves, les professeurs et les bénévoles qui ont fait de cette soirée un véritable succès! Ne vous inquiétez pas, le Parlement n'attendra pas à la prochaine année bissextile pour planifier d'autres activités amusantes.

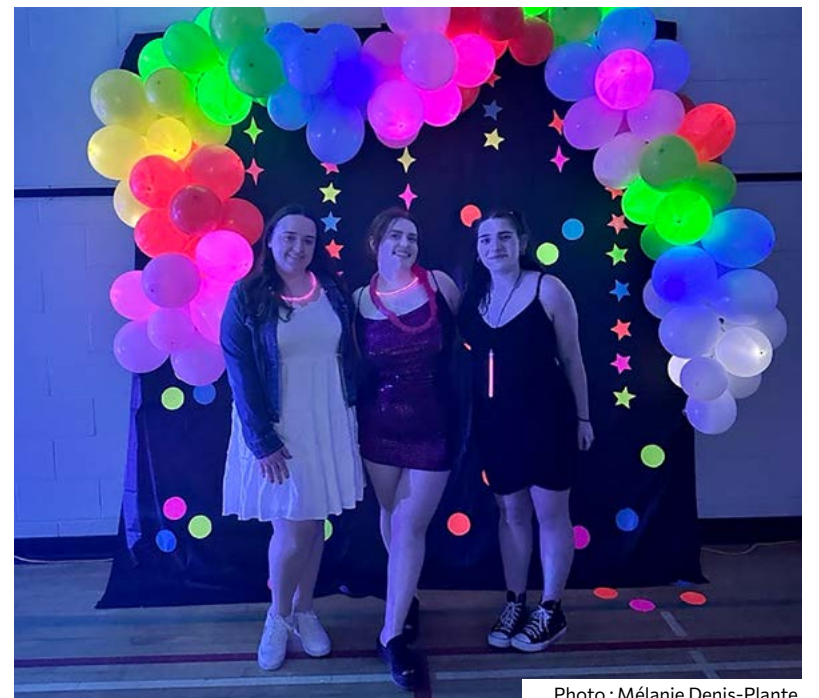
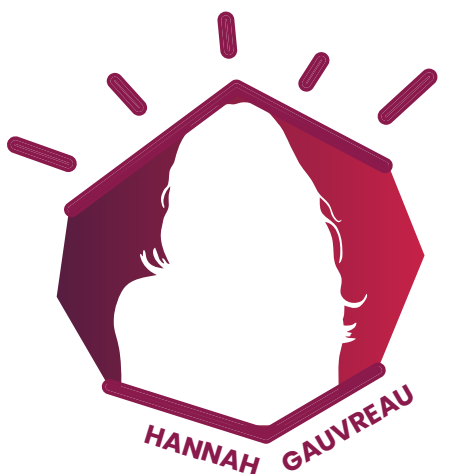


Photo : Mélanie Denis-Plante

École Alliance St-Joseph, Chelmsford

Chronique d'une danseuse : compétition de danse «Karv»



Depuis ma dernière publication, je continue à m'entraîner au studio Let's Dance à Chelmsford pour me perfectionner dans mes numéros en vue de la compétition de danse Karv.

Même avec 5 heures d'entraînement, je dois continuer à pratiquer à la maison pour réussir.

Lors de la compétition, les danseurs reçoivent des points pour leur technique, leur costume et leur maquillage, qui viennent compléter leur performance.

Un danseur qui obtient entre 80,00 et 84,99 points reçoit une petite bannière indiquant «Distinction Argent». Pour un score entre 85,00 et 89,99 points, la bannière indique «Distinction Or». Ceux qui obtiennent entre 90,00 et 92,99 points reçoivent une distinction en or de haute qualité. Le danseur accumulant de

90,00 à 95,99 points reçoit le prix platine, la plus haute distinction.

D'autres prix sont décernés selon différents critères : meilleur solo, meilleur duo, meilleur trio et meilleure danse parmi tous les concurrents. Il y a un gagnant dans chaque groupe d'âge pour ces catégories, et ils reçoivent un trophée.

De plus, les différents groupes d'âge réalisent une danse ensemble et peuvent remporter un énorme trophée pour le studio de danse.

La compétition Karv se déroule dans divers endroits de la province à partir d'avril 2024. Pour les amateurs de danse du nord de l'Ontario, le rendez-vous est à North Bay du 10 au 12 mai 2024.



Photo : Hannah Gauvreau

SPORTS

École Notre-Dame-du-Sault, Sault-Ste-Marie

Le combat d'une championne olympique contre la dépression



ANNE-DANAËLLE LAROULETTE

Clara Hughes est une cycliste et une patineuse de vitesse canadienne. Elle est la seule athlète à avoir gagné plusieurs médailles aux Jeux olympiques d'été et d'hiver. Elle a gagné une médaille d'or, une médaille d'argent, et quatre médailles de bronze pour le Canada. Elle a participé dans six Olympiques, de 1996 à 2012. Elle a pris sa retraite du patinage de vitesse en 2010, mais elle a continué pendant deux ans pour le cyclisme. Elle est née le 27 septembre 1972. Elle a 51 ans. Elle a une sœur qui s'appelle Dodie Hughes et un mari qui se nomme Peter Guzman. Ses parents sont Ken et Maureen Hughes. Clara est née à Winnipeg, où elle a obtenu un diplôme de Elmwood High School. Elle a commencé le patinage de vitesse à 16 ans, et à 17 ans, elle a commencé le cyclisme. Elle est la porte-parole nationale de Bell Canada Bell Cause pour la cause. Cette école se trouve à Oshawa, en Ontario. Elle a aussi écrit un livre *Open Heart, Open Mind* qui parle de la santé mentale.

Le cyclisme et le patinage de vitesse

Le cyclisme est un sport qui date depuis les années 1800. Le premier concept du vélo a été conçu en 1818. Cette version historique de la bicyclette à deux roues est familière à celle de nos jours, mais il y en a une qui est grande et une autre qui est petite. Elle a été inventée par un ingénieur allemand, Karl Drais. En 1861, elle

a évolué d'une pédale. Pierre Michaux, un serrurier français, ajoute un système de pédales, et elle devient la bicyclette moderne que nous connaissons aujourd'hui. C'est alors qu'ont commencé les courses de vélocipèdes à pédales. En 1903, il y a eu une grande course en France. Le Tour de France, qui est devenu très populaire. De nos jours, 42 % de la population mondiale possède un vélo.

Le patinage de vitesse est un sport qui a évolué après le patin à glace. Il a pris naissance lorsqu'un Écossais créa les premiers patins avec des lames en fer, en 1592. Cette évolution du patin a accéléré le développement du patinage de vitesse, et en 1942, un club a été fondé pour le patinage de vitesse. Maintenant, ce sport fait partie des Olympiques et attire de nombreuses foules.

Entraînement

Clara Hughes fait des entraînements de vélo, et cela l'aide avec son endurance lorsqu'elle fait le patinage de vitesse. Mais, pour s'entraîner pour le vélo, cela nécessite de l'exercice physique. Par exemple, faire des fentes qui aident avec les muscles des jambes et peuvent améliorer la force sur le vélo. La balançoire de Kettle Bell aide avec l'endurance et améliore la force des pédales. L'haltérophilie augmente la force musculaire globale et optimise les muscles qui peuvent aider à être un cycliste efficace et rapide. Pour le patinage de vitesse, il faut aussi de l'exercice physique. Le patinage de vitesse ne fait travailler que les muscles des quadriceps, des ischiojambiers et les mollets. Pour améliorer ces muscles, il y a un exercice qui s'appelle «patineur». Cet exercice stimule les muscles qui aident avec le patinage de vitesse. Ce qui aide aussi est les fentes croisées, les sauts latéraux, les fentes sautées et les squats à 1800.

La dépression



Photo : Shutterstock

Clara Hughes a vécu de la dépression lorsqu'elle n'était déjà qu'une petite fille. Durant son enfance, son père était alcoolique, et il y avait beaucoup d'agressions dans leur maison. Lorsque ses parents se sont séparés, elle et sa sœur ont commencé à avoir de mauvaises habitudes. Elles prenaient des drogues, fumaient des cigarettes et buvaient de l'alcool à l'âge de 13 ans. Même après avoir gagné des médailles olympiques, elle se sentait toujours triste, et elle avait arrêté sa carrière, parce qu'elle croyait que c'était le sport qui l'empêchait d'être heureuse. Elle croyait qu'elle se sentirait mieux sans le stress qu'implique la compétition sportive. Mais elle a fini par réaliser que ce n'était pas le cas.

La façon dont Clara Hughes a surmonté ses défis

Clara Hughes a surmonté ses défis lorsqu'elle a réalisé qu'elle n'était pas seule dans sa dépression, et que ça ne voulait pas dire qu'elle était faible. Un mécanicien automobile qui s'appelle Eric Ven Den Eynde aimait comparer les athlètes à des voitures. Il dit qu'il faut réparer le conducteur avant de réparer le moteur. Il disait que le conducteur c'est la santé mentale, et le moteur c'est la santé physique. Il a aidé Hughes à apprendre qu'elle ne pouvait pas tout faire. Ce qui a aidé Clara Hughes le plus, c'est quand elle a appris à prendre des journées de repos, et trouver le soutien médical dont elle avait besoin. Des fois, nous avons besoin de parler à quelqu'un pour surmonter nos défis.

École élémentaire catholique Christ-Roi, River Valley

Le meilleur joueur de hockey : Matthews vs. McDavid



VINCENT BIGRAS

Qui est le meilleur ? Auston Matthews ou Connor McDavid ? Est-ce une question de préférence ou de statistiques ?

Qui est Auston Matthews ?

Pour commencer, Auston Matthews est un joueur des Maple Leafs de Toronto, une équipe de la LNH. En ce moment, il est le plus grand buteur de toute la LNH avec 53 buts en 59 joutes. Donc, cela lui fait une moyenne de 0,89 but par joute, ce qui est incroyable!

Qui est Connor McDavid ?

McDavid est un joueur exceptionnel qui a

gagné le NHL All Star plusieurs fois, notamment celui de 2024. Il a gagné un prix pour le patineur le plus vite, le maniement de la rondelle et le tir le plus précis. Il fait partie de l'équipe des Oilers d'Edmonton.

Les statistiques des deux joueurs

En tout, McDavid a 945 points qui sont composés de 325 buts et 620 assistances en 625 joutes jouées. Il a été repêché dans la saison 2015-2016 et il était le premier choix dans la première ronde. Auston Matthews, lui, a été repêché dans la saison de 2016-2017 et a 352 buts et 269 assistances en 540 joutes jouées. McDavid a un +/- de +136 et Matthews de +130.

Les statistiques des trois dernières années

Pour que ce soit plus équitable, car Connor McDavid a commencé une année plus tôt, nous allons comparer seulement les trois dernières années. On va commencer par Matthews. Dans la saison 2021-22, il a réalisé 60 buts et 46 assistances qui font 106 points. En 2022-23 il a enregistré 40 buts et 45 assistances qui donnent 85 points, et en 2023-24, il a comptabilisé 53 buts et 26 assistances qui

font 79 points, avec un total de 270 points. Pour Connor McDavid, en 2021-22, il a réalisé 44 buts et 79 assistances. En 2022-23, il a enregistré 64 buts et 89 assistances, et en 2023-24, il a comptabilisé 22 buts et 95 assistances. Tous ces buts et assistances font 371 points.

Après toutes ces recherches, je trouve que

Connor McDavid est le meilleur joueur entre les deux, comme les statistiques lui donnent une avance de 99 points. Mais on peut aussi constater que McDavid fait plus de passes et a plus d'assistances tandis que Matthews a plus de buts même avec une année de moins que McDavid. Selon vous, quel joueur est le meilleur?



Photo : Shutterstock



Étudier ici, c'est
découvrir tout
un monde.

collegeboreal.ca




Boréal

**Un choix qui
change tout.**