



NDRL : Au cours de la prochaine année, vous aurez la chance de lire les articles des élèves de 12^e année de l'école Ste-Marie de New Liskeard. Grâce à leur collaboration, vous pourrez suivre l'actualité du Témiscamingue ontarien, telle que vécue par les gens de l'endroit. Bonne lecture!

Le Programme du Diabète du Timiskaming célèbre ses 20 ans!

Brianna Harrington, Renée Chartrand et Benoit Charlebois

Saviez-vous qu'à Temiskaming Shores, plus de 13 % de la population souffre de diabète, ce qui représente environ 3 530 personnes?

C'est le mardi 4 novembre dernier que le Programme du Diabète du Timiskaming fêtait ses 20 ans de service. Cette célébration a eu lieu à la Place Riverside de New Liskeard, invitant la population à se rassembler, entre 14 h et 19 h, dans le but d'en apprendre davantage sur cette maladie tout en participant à de nombreuses activités.

Joanne Potter, infirmière et organisatrice de cette exposition, a planché pendant toute une année à son organisation. « Notre but est de donner de l'information au sujet du diabète, de la bonne gestion de

celui-ci, et nous ciblons principalement les gens qui n'ont pas le diabète parce que nous souhaitons les éduquer sur les façons de prévenir cette maladie. »

Sur place, trente kiosques étaient installés. La majorité d'entre eux regroupait des professionnels de la santé qui côtoient chaque jour des gens atteints de diabète, comme des dentistes, des optométristes, des spécialistes œuvrant dans le domaine pharmaceutique, des travailleuses sociales, etc. Quelques entreprises de la communauté, en lien avec le domaine de la santé, prenaient également part à l'activité, notamment The Running Link, Source For Sport et Balance Motion And Pilates.

Lors de cet après-midi et ce début de soirée, les participants ont pu assister à quatre démonstrations culinaires où des mets étaient préparés avec des ingrédients peu connus, mais qui sont bons pour la santé et recommandés pour les personnes diabétiques. Un groupe d'élèves de Temiskaming District Secondary School (TDSS) avait également monté quelques kiosques, offrant des démonstrations de techniques qui



peuvent sauver la vie d'une personne souffrant de diabète.

Pour clôturer le tout, plusieurs tirages ont permis aux gens qui se sont déplacés de gagner des prix intéressants. Le plus prestigieux fut offert par le Programme du Diabète du Timiskaming. Il s'agissait d'un chèque-cadeau permettant d'être membre pendant un an au Pool and Fitness Centre de New Liskeard.

Les commentaires positifs recueillis auprès des exposants et des participants confirment le succès de l'Expo Diabète 2014. Madame Potter se dit satisfaite du déroulement de l'événement et de la participation de la population.

C'est par de petits gestes de gentillesse...

Alek Bélanger, Isabelle Gauthier et Marie-Ève Corbin

Des élèves de l'ESCSM, spécifiquement ceux du cours d'English, filière préuniversitaire, ont vécu une activité hors du commun, le 3 novembre dernier. En effet, ils se sont rendus au centre-ville de New Liskeard dans le but de distribuer gentillesse et bonté. Les vingt-quatre élèves de la 12^e année se sont dispersés un peu partout, soit près de la bibliothèque municipale, dans le stationnement du Wal Mart et dans les pâtés de maisons aux environs de l'école. Sur place, certains offraient gratuitement du chocolat chaud aux passants ainsi qu'aux travailleurs alors que d'autres raclaient des feuilles dans des cours ou laissaient des mots encourageants et positifs dans les pare-brise des voitures.

Tout a commencé l'an dernier lorsqu'Alex Bain, enseignant à l'ESCSM, fut troublé par les « neknominations » que l'on retrouvait sur les réseaux sociaux. Ces défis lancés invitaient les jeunes à boire le plus d'alcool possible dans un court laps de temps. Ces nominations furent la cause de quelques mortalités chez des adolescents et l'enseignant cherchait un moyen de prévenir ses élèves des dangers encourus par ce type « d'activité ». Il a donc mis sur pied ce projet et, ayant connu le succès escompté, monsieur Bain a décidé de revivre l'expérience pour une deuxième année consécutive avec un

nouveau groupe. Les jeunes avaient tous très hâte d'y participer. Cette fois, l'événement s'est fait en partenariat avec le Timiskaming Foundation, un organisme local qui a lui aussi organisé une telle journée quelques jours plus tard.

Jusqu'à maintenant, ce sont les élèves qui ont défrayé les coûts de déplacement et payé les achats nécessaires, comme le chocolat chaud. Dans le but de faire de cette activité scolaire une tradition, monsieur Bain a soumis son projet afin d'obtenir une bourse nommée *Exprime-toi*. Il s'agit d'un montant accordé qui pourrait aller jusqu'à 1000 \$ offert par le gouvernement canadien à des groupes d'élèves qui cherchent à réaliser des projets dans leur communauté tout en valorisant l'entraide. Avec cette bourse, le projet pourrait s'étendre davantage et prendre de l'ampleur.

Bref, cette occasion d'offrir de petits gestes de gentillesse fut très profitable. Les jeunes de l'ESCSM ont réussi à illuminer la journée de plusieurs ainsi que la leur. Surprendre leur a plu. « C'était amusant d'aider les autres. Les gens ne se rendent pas compte à quel point il est facile d'aider », a mentionné Amy Wadge, une des élèves prenant part à cette sortie éducative.



Le MEILLEUR magasin pour des planchers parfaits

Tuiles de porcelaine
à partir de
0,99 \$ p.c.

Plancher flottant à
0,99 \$ p.c.

Plancher de vinyle débutant à
0,99 \$ p.c.

Et beaucoup d'autres produits en rabais jusqu'au 28 novembre!

336, rue Whitewood Ouest, New Liskeard (Ontario) P0J 1P0 (Près du chemin de fer)
Sans frais : 1-877-294-2700 Courriel : admini@carpetonetemisk.com

www.carpetonenewliskeard.com

Cuisine communautaire

Vous voulez apprendre à cuisiner santé?
Vous aimez socialiser?
Vous devez cuisiner sur un budget?

GRATUITE!

Chaque participant rapportera un repas sain!

Appeler Jenn au Centre de santé communautaire du Timiskaming (CSCT) au **705-647-5775**