



Sports et responsabilité

L'hiver bat son plein, la dernière pluie a laissé un peu de glace sur la pente... et ce qui devait arriver... une chute sur une pente glacée... fini le sport préféré pour cet hiver! Est-ce que l'exploitant de votre centre de ski préféré voit sa responsabilité engagée? Puis-je lui réclamer des dommages?



L'exploitant pourrait être tenu responsable s'il a commis une faute. Il peut repousser sa responsabilité, mais doit alors démontrer qu'il a pris les moyens nécessaires pour contrer les dangers prévisibles et évitables, donc qu'il a agi de manière responsable pour assurer la sécurité des personnes qui fréquentent son établissement. Les installations doivent donc rencontrer les normes de sécurité qui s'appliquent au sport pratiqué et les installations par exemple doivent être exemptes de pièges.

De plus, comme sportif vous acceptez de courir les risques inhérents à l'activité pratiquée. Vous ne pouvez donc poursuivre le propriétaire du centre de ski, par exemple, si un risque normalement prévisible ou habituel se réalise, surtout s'il n'y a pas faute de l'exploitant.

Le sportif peut aussi être tenu responsable s'il fait défaut de respecter les règles du jeu et les normes de sécurité s'appliquant au sport pratiqué.

Par ailleurs, si vous êtes spectateur de la partie de hockey de fiston, vous devez être vigilant et porter attention au jeu, surtout qu'il est bien connu qu'à l'occasion la rondelle peut tomber dans les gradins. Vous devez aussi respecter les consignes de sécurité mises en place par les organisateurs ou les exploitants des événements auxquels vous participez. Les exploitants pour leur part doivent prendre les meilleurs moyens pour éviter les risques pour les spectateurs, surtout en ce qui concerne les dangers prévisibles et évitables.

Alors, prenez l'air et pratiquez votre sport préféré, mais avec prudence et en toute sécurité.

Bonne année et bonne santé à tous.

Ce texte ne remplace aucunement les textes de loi en vigueur et ne peut être reproduit sans autorisation.

Signes de dépression chez les ados

Pierre – En visite chez mes amis Marie et Claude, j'ai assisté à une violente prise de bec entre Marie et sa fille Nathalie, 15 ans. Elle est entrée en faisant un tapage de tous les diables. Marie lui a demandé de faire moins de bruit, lui faisant observer que j'étais là. Pour toute réponse, Nathalie a sacré en jetant un regard méprisant à sa mère. Et elle est repartie en claquant la porte. C'était la première fois que je la voyais dans une telle colère. Mes amis m'ont avoué que, depuis quelque temps, c'est un scénario quotidien. Ils sont inquiets. Bien plus qu'une crise d'adolescence, Nathalie a coupé tous contacts avec eux.

Danielle – L'adolescent traverse une période difficile. Se chercher, perdre ses rêves d'enfant, ses illusions, ses certitudes, c'est une transition qui chamboule toutes ses façons de faire et d'être. Moi-même à l'adolescence, je n'étais pas en colère, mais très renfermée sur moi-même. C'est là que j'ai commencé à dessiner et à faire du sport. Je me suis découvert un talent artistique et le sport m'a sortie de ma coquille. Heureusement, car je ne sais pas si je serais encore en vie

aujourd'hui. Mon sentiment de solitude était tellement intense.

Le 7 décembre dernier, j'écoutais *L'après midi porte conseil* à Radio Canada, une émission que je recommande d'ailleurs (*La dépression chez les adolescents: briser les mythes*, avec Johanne Renaud, pédopsychiatre). J'ai compris que je présentais moi-même des symptômes de dépression à l'adolescence. Mais comme j'avais spontanément choisi des activités équilibrantes, mon adolescence fut un moment de turbulence plutôt positif.

Pierre – Il est possible que Nathalie vive une période plus ou moins dépressive.

Danielle – Oui, les problèmes de comportement comme l'agressivité sont aussi des symptômes de dépression. Surtout si Nathalie a tendance à se dévaloriser, à s'isoler. Ou si elle a développé un trouble alimentaire pour ravaler ses angoisses.

Pierre – Son père Claude est travailleur autonome. Il me disait que les contrats ont été rares ces derniers temps. Il est très tendu. Crois-tu que cela puisse avoir un rapport?

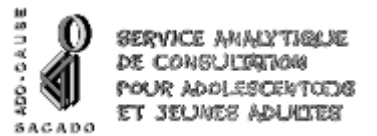
Danielle – Oui, un jeune est comme une éponge. Le sentiment d'échec et les émotions négatives dégagées par un parent peuvent augmenter le risque de dépression chez l'ado. Mais il peut y avoir d'autres facteurs : une rupture avec des amis, des difficultés scolaires, l'insomnie, un stress récurrent comme l'intimidation. La drogue aussi...

Pierre – Ouais... Marie et Claude refusent de parler de dépression. C'est un sujet tabou.

Danielle – La première chose à éviter c'est la panique. Il faut qu'ils continuent d'être attentifs et d'observer si les comportements symptomatiques de Nathalie persistent. Ce n'est pas tous les adolescents qui vivent une dépression; mais, comme le dit docteur Johanne Renaud, «16% des adolescents québécois (dont une majorité de filles) présentent des symptômes de dépression, et de 5 à 9 % souffrent d'un trouble dépressif majeur. Concrètement, cela voudrait dire que, dans une école secondaire de 1000 élèves, 50 sont vraiment dépressifs et 160 seraient à risque.»

Pierre – Mais dépression ou pas, il vaut mieux démontrer à son enfant que l'on aime et rester calme, même si ce n'est pas facile.

Danielle – Oui. Maintenir le dialogue et ramener les discussions à un niveau réaliste, éviter les dramatisations, les sermons, les remontrances, les « toujours jamais ». Si on veut que son enfant agisse de sa propre initiative, on peut lui proposer le site Web ADO-CAUSE ou laisser traîner cette information. ADO-CAUSE est un forum d'aide et d'entraide entre jeunes avec un psychanalyste. Et s'il le faut, consulter. Dans ce cas, le mieux à faire est de contacter l'équipe santé mentale jeunesse du CSSS de la région.



NDLR: Vous avez des questions santé pour Danielle? Écrivez-lui sur info@coop-sante-services-prevost.org.



Nos sorties et activités à venir



SUZANNE MONETTE

Soulignons l'anniversaire de nos fêtés de janvier 2012

Le 1^{er} janvier, Suzanne Beaudry – le 3, Micheline Labrèche, Jean-Paul Lacombe – le 5, Francine Labelle - le 6, Michelle Benoit – le 8, André Leduc – le 9, Rosaire Desjardins – le 10, Diane Caissie, André Dagenais, André Gagnon – le 13, Gisèle Guénette – le 14, Nicole Giroux - le 15, Ginette Adornetto, Jacques Giroux – le 16, Monique Dufresne – le 19, Marcel Guilbault – le 21, Mariette Leroux - le 23, Lise Vaillancourt – le 24, Cécile Charlebois (gagnante du gâteau) - le 26, Aline Desgroseillers - le 27, Céline Bourgeois – le 28, Ghislaine

Vanier. Grand merci à nos fidèles et généreux commanditaires. Ce geste est très apprécié par tous nos membres.

Nos activités reprennent de plus belle en cette nouvelle année 2012. Le Shuffleboard (palet) a déjà débuté lundi 9 janvier 2012, à 13 h au Centre culturel; info: André, au 450 224-2462 - les cours de danse en ligne, avec Michel et Nicole, également lundi 9 janvier, de 15 h 45 à 17 h 30; info: Thérèse, au 450 224-5045 - le bingo, mardi 10 janvier, à 13 h 30; info: Thérèse, au 450 224-5045 - vie active (exercices en douceur), mercredi 11 janvier à 10 h 15; info: Ginette, au 450 569-3348 et Pauline, au 450 227-3836 - le scrabble, mercredi 11 janvier, à



Thérèse Guérin du Club Soleil et Claude Thibault de AXEP PLUS qui offrait le gâteau anniversaire à Cécile Charlebois, l'heureuse fêtée de janvier. – Bonne année à tous!

13 h; info: Cécile, au 450 592-1023 – les jeux de société (cartes, dominos, etc.), mardi 24 janvier, soit le 4^e mardi du mois; info: Gilles, au 450 436-1749. Quant à l'aquaforme, la prochaine session débute mardi 6 mars, à 19 h, à l'Académie Lafontaine; info: Micheline, au 450 438-5683. Le Club des douze (jeux, bataille de mots, etc.), jeudi 8 mars, de 13 h à 15 h, au centre culturel de Prévoist. Bien vouloir vous inscrire auprès de Ghislaine, au 450 224-4680, ou Suzanne, au 450 224-5612.

Notre prochain souper/danse sous le thème «Fête des cœurs» aura lieu le 11 février à 18 h, à l'école Val-des-Monts, 872, rue de l'École, Prévoist; info: Suzanne, au 450 224-5612 ou Micheline, au 450 438-5683. Une

chaleureuse invitation à toutes et tous.

Pour terminer, je désire offrir un merci bien spécial aux membres du comité d'administration pour le travail inouï accompli, à Michel et Nicole pour l'animation de la danse, à tous nos bénévoles ainsi qu'à tous les membres et non-membres qui, par leur présence aux activités ainsi qu'à nos soupers/danse, nous ont permis d'avoir une année exceptionnelle. Vous dire la satisfaction que cela apporte, car nous réalisons que notre travail n'est pas en vain.

Le comité et moi-même souhaitons à chacune et chacun d'entre vous nos meilleurs vœux pour une BONNE ET HEUREUSE ANNÉE 2012.

À la recherche du mot PERDU

Par Odette Morin
Placez dans la grille la première lettre de la réponse de chaque énigme. Vous obtiendrez ainsi le mot ou le nom recherché.

1 – Une paire qui a besoin de soutien!
2 – Sa mémoire est légendaire.
3 – Certains habitent à Gènes.
4 – Quand le chat n'est pas là, elles dansent.
5 – Noir, on le tient à l'écart.
6 – Vendre, transporter des produits à l'étranger.
Mot (ou nom) recherché : Bouleversement.

1	2	3	4	5	6

1 – C'est mille kilogrammes.
2 – Comprend huit éléments binaires.
3 – Phénomène optique observable dans un désert.
4 – Arme de Cupidon.
5 – Larve des amphibiens.
6 – Ouvrage aménagé entre deux plans d'eau de niveau différent.
Mot (ou nom) recherché : Fruit rouge.