

canoe network ... cnews

**OTTAWA
SUN**

February 10, 2009

Ice, freezing rain on the way

MORNING DRIVE: Roads okay so far, but many school buses cancelled

By Sun Media

Unless you are a duck ... or have some other reason to like freezing rain and drizzle, this is not going to be a very nice day.

The counter to a dramatic rise in temperatures which will occur Tuesday is a day which will include ice pellets, freezing rain and then rain once the temperature rises above the freezing point. While Ottawans start our morning commute in -10C conditions with clear and dry roads, that will change before the morning is through.

In anticipation of dangerous conditions later today, most school boards in the region have cancelled buses for the day, though all schools remain open. Both the Ottawa Carleton and Ottawa Catholic boards have cancelled buses.

The Upper Canada board, the Prescott-Russell-Dundas-Glengarry board and the Catholic board of Eastern Ontario have also cancelled all their routes for Tuesday. Some routes in western Quebec are also cancelled.

On city streets this morning the drive is going fairly well as of 7:30 a.m.

- The Hwy. 417-174 corridor is moving slowly in to the downtown core with traffic building normally. The northbound Hwy. 416 is moving well in to the 417 junction
- Hunt Club is moving well in both directions, but slowing through the Hunt Club bridge area
- Northbound routes in from Barrhaven and South Ottawa are beginning to get heavy, with minor problems reported at Hunt Club and Riverside; Woodroffe and Baseline.
- In the east end, a Inness is slow in the usual spots, other routes building normally

As has happened since the OC Transpo strike began, traffic volumes are building about a half hour earlier than normal. Even with the resumption of most bus service this week, volumes remain heavier than usual on most major routes.

Aide aux étudiants athlètes en 2007-2008

L'Université d'Ottawa a été parmi les plus généreuses

MARTIN COMTOIS

mcomtois@ledroit.com

Les détracteurs de l'Université d'Ottawa ne pourront jamais lui reprocher d'être pingre envers ses athlètes.

Les Gee Gees font partie des institutions qui ont été les plus généreuses au pays en terme de bourses d'études sportives en 2007-2008 selon une compilation effectuée par Sport interuniversitaire canadien (SIC). Le document publié hier indique que l'université ottavienne a remis 201 000 \$ à ses athlètes, ce qui la place troisième à ce chapitre en Ontario derrière les universités de Toronto (213 923 \$) et Windsor (260 300 \$).

Au pays, elle arrive 15^e sur 52 établissements membres de SIC, l'organisme qui supervise le sport universitaire à l'échelle nationale.

Le classement est dominé par les universités des Maritimes et de l'Ouest canadien. Les Pandas et Golden Bears de l'Alberta ont versé 416 531 \$ en bourses d'études sportives lors de la dernière saison.

Une question de plafond

«Notre contribution serait plus élevée si le plafond en Ontario était le même qu'ailleurs au pays», a souligné le directeur du service des sports de l'Université d'Ottawa, Luc Gélinau.

En ce moment, la conférence

Ontarienne (OUA) limite ses membres à verser une bourse maximale de 3500 \$ à un athlète. «Ce montant est de 4800 \$ ailleurs», a souligné Gélinau.

Son équipe se dit prête à augmenter sa contribution. Elle tente de convaincre les autres universités ontariennes de faire le saut et uniformiser ses règles depuis plusieurs années.

«Nous avons tenu un vote à ce sujet l'an dernier, et mes collègues n'étaient pas encore prêts. Le débat au sujet de la parité est éternel, a expliqué Gélinau. Je suis convaincu que cela va revenir à l'ordre du jour de notre prochaine réunion ce printemps.»

L'Université d'Ottawa ne peut

batailler à armes égales avec les institutions québécoises afin d'attirer les meilleurs joueurs de football, de basket-ball ou de hockey dans la capitale. En plus du plafond qui est différent, l'Ontario demande aux athlètes de maintenir une moyenne de 70 % afin de recevoir cette aide financière.

«Au Québec et dans les autres provinces, le plancher est fixé à 65 %», a souligné Luc Gélinau.

Ce dernier croit important de revoir à la hausse le montant versé aux étudiants athlètes.

Philosophie claire

«Notre philosophie est claire. Un étudiant athlète qui cherche à assurer son développement

académique et athlétique ne devrait pas être obligé de travailler en plus», a affirmé Gélinau.

Au total, les universités canadiennes ont distribué, en 2007-2008, la somme de 8527 861 \$ en bourses d'études sportives.

«Une perception erronée fort répandue veut que les bourses d'études sportives ne soient disponibles que chez nos voisins du sud. Dans les faits, environ un étudiant athlète de SIC sur deux profite d'un soutien financier qui lui permet de poursuivre ses activités académiques et sportives au Canada», a déclaré la directrice générale de SIC, Marg McGregor, dans un communi-
qué.

Le Droit 10-02-2009

ACTUALITÉS 15

Un adolescent sikh plaide non coupable à des accusations d'agression au kirpan

MONTRÉAL — Un adolescent sikh de 13 ans a plaidé non coupable à des accusations de voies de fait avec son kirpan, un symbole religieux ressemblant à un poignard porté à la ceinture par les Sikhs orthodoxes. Le procès s'est ouvert au palais de justice de Montréal, hier, devant le Tribunal de la jeunesse, où l'adolescent doit répondre de trois accusations de voies de fait sur deux camarades de classe. Le garçon soutient qu'il n'a sorti son kirpan de son étui que lorsque la police est arrivée pour l'interroger. Des témoins ont présenté des déclarations contradictoires au sujet des événements qui se sont déroulés sur le terrain d'une école montréalaise, en septembre dernier. En 2006, la Cour suprême du Canada s'était prononcée en faveur du port du kirpan à l'école, à condition que l'arme symbolique soit enveloppée dans un étui coussu et dissimulée sous les vêtements.

LA PRESSE CANADIENNE

Le Droit 10-02-2009



Vous pourriez devenir porteur du flambeau olympique de 2010

[Participez >](#)

IMAGINEZ. RÉALISEZ.

cyberpresse.ca

Publié le 10 février 2009 à 05h00 | Mis à jour à 07h30

Le Canadien à l'école primaire



L'attaquant du Canadien Guillaume Latendresse signe des autographes à son arrivée au Centre Bell.

Photo: La Presse



Michèle Ouimet
La Presse

Du matériel pédagogique conçu par le Club de hockey Canadien circule dans les écoles primaires du Québec. Présenté sous forme de fascicules, il est utilisé dans les cours de français, de mathématiques, d'anglais langue seconde et d'éducation physique, de la 3^e à la 6^e année.

En 2007, la ministre de l'Éducation, Michelle Courchesne, a versé 125 000\$ au Club de hockey pour le soutenir dans cette aventure pédagogique. Il y a deux semaines, elle a renouvelé la subvention et allongé 128 000\$ supplémentaires.

> [Réagissez à cette nouvelle](#)

Le Club de hockey est une entreprise privée qui appartient à un

millionnaire américain, George Gillett. Selon le magazine *Forbes*, le Canadien est la troisième équipe la plus riche de la ligue nationale. Il vaudrait 334 millions, avec des revenus en hausse de 18%.

Le programme du Canadien a été officiellement lancé le 2 novembre 2007 par la ministre Courchesne. Le lancement a eu lieu dans une école de la Commission scolaire de Montréal (CSDM) en présence de la présidente, Diane De Courcy.



jeplanifie.com  **Régie des rentes Québec**

la province sont touchées. Cette année, le Canadien a ajouté un module lecture pour les élèves de première et deuxième année.

Le contenu des fascicules est conçu par le Club de hockey et il ne souligne que ses bons coups. Pas un mot sur la violence, les batailles ou les salaires des joueurs qui se calculent en millions.

On y parle des réalisations du Club, «la plus grande équipe de hockey au monde», de la célébration de son 100e anniversaire, du Temple de la renommée, des bâtisseurs et du talent des joueurs.

Selon Pierre St-Germain, président de la Fédération autonome de l'enseignement, un syndicat qui regroupe 27 000 enseignants du Grand Montréal, cette «ingérence des Canadiens dans le cadre scolaire est inacceptable».

L'éducation souffre de sous-financement, a-t-il dit. Pour les écoles, utiliser du matériel gratuit est tentant.

«C'est carrément de la publicité déguisée en matériel pédagogique, a-t-il ajouté. La publicité auprès des jeunes est interdite. Le Canadien utilise une approche sournoise pour rejoindre les élèves. Et le pire, c'est que le ministère de l'Éducation encourage cette pratique en donnant des subventions. Le Canadien est une institution, c'est vrai, mais c'est aussi une entreprise privée qui vend des produits. C'est scandaleux!»

M. St-Germain a rappelé l'épisode du géant de l'agroalimentaire Saputo qui, à la fin janvier, a plaidé coupable pour avoir fait de la publicité auprès des enfants. La compagnie avait distribué, dans 230 garderies, des sacs et des autocollants à l'image d'Igor, le petit gorille des gâteaux Saputo.

Pour lui, Saputo et le Canadien, c'est du pareil au même: trouver l'astuce qui permet de faire de la publicité auprès des jeunes. Les gorilles pour Saputo, les fascicules pédagogiques pour le Canadien.

Le Canadien a protesté. «On ne vend rien et le programme est facultatif, a assuré le vice-président aux communications, Donald Beauchamp. On n'est pas une entreprise qui vend des produits, on est une équipe de hockey. Mais si vous voulez jouer avec les mots, oui, on est une entreprise privée.»

«Le programme nous coûte des centaines de milliers de dollars, mais on continue même si c'est déficitaire, a-t-il poursuivi. C'est pour ça que nous avons demandé un support financier au gouvernement. C'est un bon programme qui amène des bienfaits.»

La ministre Courchesne n'a pas voulu accorder d'entrevue.

Son attaché de presse, Jean-Pascal Bernier, a défendu l'initiative du Club. «Le Canadien n'est pas une entreprise privée comme les autres, a-t-il souligné. Il fait partie de l'histoire. C'est une institution davantage qu'une entreprise.»

- Même si le propriétaire est un millionnaire américain?

- Le Canadien a une histoire et des partisans, a-t-il répondu.

- Est-ce du matériel promotionnel?

- Les fascicules ont été produits par le Canadien pour les enseignants, a expliqué M. Bernier. Il a été conçu dans le cadre du 100e anniversaire de l'équipe. Le but n'est pas de faire de la promotion. C'est un guide facultatif qui ne remplace pas le matériel pédagogique.»

La présidente de la CSDM défend aussi les fascicules. «On les a fait évaluer et ils tiennent la route, a dit Diane De Courcy. Est-ce un ouvrage promotionnel? Peut-être. Si ça permet aux garçons de s'intéresser au français ou aux mathématiques et de s'accrocher, tant mieux.»

«C'est un outil facultatif. Huit écoles l'utilisent», a tenu à préciser le porte-parole de la CSDM, Alain Perron.

Le privé dans les écoles

Ce n'est pas la première fois qu'une entreprise privée essaie d'entrer dans les écoles. En 1998, deux institutions financières, Investors et la Banque de Montréal, avaient distribué du matériel conçu à des fins pédagogiques.

La Banque de Montréal courtisait directement les enseignants par l'entremise d'une ligne 1-888 sans passer par

le ministère de l'Éducation. La Banque avait reçu 40 000 commandes pour son jeu *Mon argent au max! Petit magot deviendra gros* et son manuel de l'enseignant. Le succès avait été foudroyant. Les enfants apprenaient à faire fructifier leur argent de poche.

Investors, lui, avait reçu 4000 demandes pour son livre *Les jeunes et l'argent*.

Mais, a tenu à préciser le ministère de l'Éducation, on est loin de la promotion ou de la vente avec le Canadien. «Avec le programme de français, on veut améliorer la lecture chez les garçons», a noté une porte-parole du ministère, Stéphanie Tremblay.

L'attaché de presse de Mme Courchesne a précisé que le Canadien avait des partisans partout au Québec. Le Ministère mise sur la popularité de l'équipe de hockey pour améliorer la performance des élèves.

PATON PUBLISHING

Depuis 1999, Paton publishing, une compagnie canadienne basée à Toronto, développe du matériel pédagogique pour les écoles à la demande d'équipes de sport professionnel. C'est Paton qui a mis en forme les fascicules conçus par le Canadien.

Paton a lancé plusieurs programmes?: Jays@School (pour l'équipe de baseball de Toronto) qui touche 631 écoles de la région, Leafs@School (l'équipe de hockey des Maple Leafs) présent dans près de 90% des écoles du Grand Toronto, Marlins@School (l'équipe de baseball de Miami) implanté dans 62% des écoles de Miami, etc.

Les programmes sont disponibles sur l'internet.

Source?: www.patonpublishing.com

LA LOI SUR LA PUBLICITÉ AUX ENFANTS

Les articles 248 et 249 de la Loi sur la protection du consommateur interdisent toute forme de publicité destinée aux enfants de moins de 13 ans.

L'article 248 se lit ainsi?: Nul ne peut faire de la publicité commerciale destinée à des personnes de moins de 13 ans.

L'Office de la protection du consommateur veille à l'application de la loi qui a été adoptée en 1971. Elle a été contestée par Irwin Toys. En 1989, la Cour suprême a confirmé la légalité de la loi.

Cyberpresse vous suggère

Copyright © 2000-2009 Cyberpresse Inc., une filiale de Gesca. Tous droits réservés.

Montfort installe son deuxième appareil d'imagerie par résonance magnétique



par **Kristina Brazeau**

[Voir tous les articles de Kristina Brazeau](#)

Article mis en ligne le 9 février 2009 à 16:16

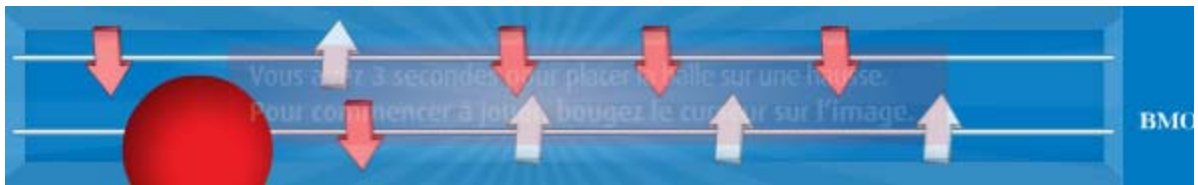
[Soyez le premier à commenter cet article](#)

Le deuxième appareil d'imagerie par résonance magnétique (IRM) acquis par la Fondation de l'hôpital Montfort a fait son entrée dans le Nouveau Montfort, cet après-midi. Une grue géante de 40 tonnes a transporté l'appareil de haute technologie à l'intérieur des locaux de l'hôpital par une ouverture béante créée sur la façade de l'aile B. L'aménagement de l'appareil de 5,5 tonnes a nécessité plusieurs jours de travail. Les ouvriers étaient à l'œuvre dès 7h ce matin.

Cet appareil s'ajoute à celui que Montfort possède déjà et qui fonctionne à pleine capacité à son centre de Santé Montfort du chemin Portobello, à Orléans.

L'appareil, au coût de 2,2 millions \$ a été financé par la Fondation de l'hôpital Montfort. Les coûts d'opération, qui s'élèvent à 800 000\$ par année seront défrayés par la province.

Plus de détails dans l'édition du 12 février.



cyberpresse.ca

Contactez la salle de rédaction

Publié le 09 février 2009 à 23h40 | Mis à jour le 09 février 2009 à 23h42

Retrouvailles privilégiées pour un chauffeur d'expérience



Archives, LeDroit



Dominique La Haye
Le Droit

En 23 ans de carrière, le chauffeur d'OC Transpo, Barry Langevin, ne se souvient pas avoir ressenti autant de nervosité avant d'aller travailler, que lorsqu'il s'est levé hier matin.

Pour lui et la plupart de ses collègues, c'était le jour J, celui suivant la grève et sonnant l'heure des retrouvailles avec les usagés privés depuis deux mois de transport commun à Ottawa.

« J'ai reçu plusieurs regards assassins des passagers, mais pas (encore) d'attaques verbales. Je pense que les gens les plus amères ne sont pas encore remontés à bord

des autobus. Je m'attends à ce que ceux-là reviennent dans quelques jours. Les gens ont bien le droit d'être fâchés », confie le chauffeur.

Dès 6 h 30, M. Langevin était derrière le volant du grand autobus rouge en forme d'accordéon pour accueillir les nombreux usagers empruntant à l'heure de pointe matinale le populaire circuit 95, traversant la ville d'est en ouest, des stations Place d'Orléans à Fallowfield.

Regard fuyant

Lors du passage du Droit, bon nombre des usagers entraient dans le véhicule le regard fuyant. Les plus rares, se comptant sur les doigts d'une main, risquaient quelques formules de politesse. Autrement, la vie semblait avoir repris son cours. Les plus jeunes avaient leurs écouteurs aux oreilles, écrivant message « texte » à l'aide de leur

cellulaire, pendant que d'autres usagers lisaient un bouquin.

« Je suis amère, mais en même temps soulagé que le service ait repris. Je faisais du covoiturage avec quatre amis pendant la grève, mais ça me coûtait 60 \$ d'essence par semaine. Je n'avais plus les moyens », confie Nathan Robb, 22 ans, un étudiant au collège Algonquin.

Service essentiel

Pour le chauffeur Langevin, il n'y a aucun doute, le transport en commun à Ottawa doit devenir un service essentiel pour éviter qu'une autre grève ne se reproduise.

« Ça ne semble pas être le souhait de la Ville, ni celui du syndicat. Mais à mon avis, c'est la meilleure solution pour que nous puissions continuer à défendre nos droits comme travailleurs, sans priver pendant près de deux mois les gens du transport en commun. Avec les fusions municipales, Ottawa est devenue une région métropolitaine, alors selon moi, la municipalité a acquis la responsabilité de fournir le service et de faire en sorte que les gens puissent aller travailler. »

Copyright © 2000-2009 Cyberpresse Inc., une filiale de Gesca. Tous droits réservés.

Public secondary school teachers sign contract to 2012

BY JOANNE LAUCIUS, THE OTTAWA CITIZEN FEBRUARY 10, 2009

The region's largest school board and its secondary school teachers' union have signed a four-year contract that will last until 2012.

The Ottawa-Carleton District School Board and the Ontario Secondary School Teachers' Federation had agreed to the details about two weeks ago and forwarded the contract to Queen's Park for final approval.

The major wage issues had already been decided last November under limits set in a provincial framework.

Under the new contract, which is retroactive to Sept. 1, 2008, the teachers will get a three-per-cent wage increase each year over four years.

Currently, the top salary for a secondary teacher in the region is about \$84,084, said Kerry Houlahan, who represents the approximately 1,700 public secondary teachers in the district. At the end of the four-year contract, the top salary will be \$94,649.

New graduates from teachers' college just starting currently make between \$46,000 and \$49,000 depending on their qualifications. In four years, those wages will range from about \$50,000 to \$53,000.

Meanwhile, occasional teachers with the public board have also reached an agreement with the board. The teachers, who currently make about \$191 a day, will also get a three-per-cent increase each year over four years.

The new agreement also gives occasional teachers improved experience credit for time spent on long-term assignments, said Ron Shewchuk, president of the local bargaining unit, which represents almost 1,000 occasional teachers.

© Copyright (c) The Ottawa Citizen

Freezing rain forecast shuts Rideau Canal

BY TOM SPEARS AND BRENDAN KENNEDY, THE OTTAWA CITIZEN FEBRUARY 10, 2009

The Rideau Canal Skateway was closed overnight due to poor ice conditions and the threat of freezing rain this afternoon.

The National Capital Commission closed the Skateway at midnight last night and said it would remain closed until further notice.

"This precautionary measure will enable the NCC to reopen the Skateway as soon as possible," read a release from the commission, which said that as soon as weather permits, maintenance crews will be working to reopen the canal for skating.

Three of the worst kinds of winter weather are expected to be wrapped into a single day -- and night -- today, which prompted Environment Canada to issue a winter storm watch yesterday.

Early morning ice pellets are expected to turn into periods of freezing rain by midday, as the day's high hovers near -1C. Environment Canada warned freezing rain will continue for about six hours "before tapering off."

In the evening, the freezing rain will end, but periods of freezing drizzle will resume late in the evening. The temperature is expected to remain around -1C for most of the night before climbing to 5C by morning.

Tomorrow is expected to bring clouds and more rain with a mild high of 8C.

Neither the Ottawa public or Catholic school boards are reporting any transportation cancellations, but several high school sporting events have been postponed or rescheduled.

© Copyright (c) The Ottawa Citizen

Yes, we can (do math)

BY ELIZABETH PAYNE, THE OTTAWA CITIZEN FEBRUARY 10, 2009 8:34 AM



Lola Docherty tutors math at Connaught School. Columnist Elizabeth Payne says that increasingly it is believed that most people can succeed in math with a little help.

Photograph by: Jean Levac, The Ottawa Citizen, The Ottawa Citizen

Being lousy at math has long been a kind of in-joke among journalists. "That's why I went into journalism," wordsmiths shrug after finding themselves stumped over a grade school-level math puzzler.

The joke reflects the widely held belief that math skills are a gift possessed by just a lucky few. Turns out that is a myth. It's not an inability to do math that stops people from grasping it, but the belief that they can't.

A growing recognition anyone can succeed at math, with a little help, is changing the way it is taught. That should eventually trickle down to the Canadian economy in the form of more engineers, physicists, and high-technology experts, not to mention a more numerate population.

In Ottawa, some students, who had been struggling, are living examples that math is for everyone.

Every week, more than 120 students at schools around Ottawa sit down with a volunteer tutor provided by the Ottawa Centre for Research and Innovation (OCRI) to work on math skills using a program known as JUMP (for Junior Undiscovered Math Prodigy). The results are delighting volunteers, parents and the students themselves.

Rose Anne Leonard, who co-ordinates the program, calls them miracle stories. Often the real miracle is what the one-on-one sessions do for the students' confidence. "It makes kids feel special, you can see the result in all areas," said Ms. Leonard, who is herself a JUMP volunteer. One student she worked with quietly told her "Everyone thinks I'm stupid," when she began. Later, when Ms. Leonard asked whether the tutoring was making a difference, the girl replied, "Oh, yes, I got a B." The answer brought tears to Ms. Leonard's eyes.

At Connaught School in Hintonburg, there is a waiting list to join the after-school math club run through OCRI. Ernie Cowan, a retired computer worker who organizes the club at Connaught talks about the joy of seeing "lights come on" when students begin to understand concepts.

"I see a change in attitude from trying to avoid the challenge and feeling inadequate, to feeling enthusiastic about it and saying 'Let me show you what I can do'."

JUMP is the brainchild of Toronto mathematician John Mighton, a playwright, philosopher and PhD in math, who nearly failed first-year calculus. His charitable organization, JUMP Math, aims to "promote a numerate society." He is a missionary for the idea that anyone can think mathematically, a concept he promotes through his books *The Myth of Ability: Nurturing Mathematical Talent in Every Child* and *The End of Ignorance -- Multiplying Our Human Potential*, as well as the Junior Undiscovered Math Prodigy workbooks (www.jumpmath.org).

Mr. Mighton, who has been called Canada's math conscience, has taken on an impressive task. "We strive to increase children's chances of success, to reduce socio-economic disparities, to engender a sense of belonging and, most importantly, to endow voiceless children with opportunity."

The funny thing about his one-man crusade to make the country more numerate is that no one has attempted it in such a big way before. That might say something about how deeply ingrained math anxiety is in our culture.

Math skills are crucial, not only to function well in daily life, but to prepare students for the kinds of jobs, in technology and engineering, that are increasingly filled by foreign-trained workers. It's not that Canada doesn't have talented graduates in math-heavy fields -- the University of Waterloo, which was the first accredited university in North America to create a faculty of mathematics, graduates some of the best.

But the point of Mr. Mighton's program is that the opportunity to attend programs at schools such as the University of Waterloo would be open to many more students if society didn't somehow write off their abilities.

In his book *Outliers*, pop sociologist Malcolm Gladwell, addresses the same issue. Mr. Gladwell, who grew up in Elmira near Waterloo, writes about an impressive Bronx school that puts the belief that

anyone can do math into action.

The Knowledge is Power Program (KIPP) Academy is publicly funded and has no admission requirements. Students are chosen by lottery. The school requires its students, most of whom are poor, to work extremely hard, but the payoff is huge. Eighty-four per cent perform at or above their grade level in math and 90 per cent get scholarships to private high schools. In the book, one of the students talks to her friend who concludes she does well in school because she is really smart. "No, every one of us is smart," the girl replies.

Which might sum up the new thinking about math.

In Ottawa, students might be ahead of adults in that thinking. So many students want to take part in OCRI's JUMP Math tutoring program that it can't find enough volunteers. OCRI encourages everyone to apply -- no math background necessary -- even those with math phobias. "The program has proven that, even with a modest amount of attention, every child will flourish."

Ms. Leonard has seen it with her own eyes.

"It can really convert a child. We might not be turning out mathematical PhDs, but we are seeing changes."

For more information about JUMP math tutoring www.ocri.ca/education/jump/asp

Elizabeth Payne is a member of the Citizen's editorial board.

© Copyright (c) The Ottawa Citizen

Body talk

We asked five girls aged 17 to 20 about body image. What they said might surprise you.

BY MICHELLE MAGNAN, CANWEST NEWS SERVICE FEBRUARY 10, 2009

Nicole Richie is too skinny.

Jessica Simpson is too fat.

If you've been following headlines like these, you know that mixed messages abound when it comes to girls and body weight.

But what do girls really think when it comes to the pressure to be thin?

We thought it was a good time to find out so we chatted with five girls, who range in age from 17 to 20, about everything from the pressure to look good to what to say to someone who you think may have an eating disorder.

Here are their thoughts: the only words we've changed are their names.

Where does the pressure to be thin come from?

Lisa: With my friend, her mom really gets her down. She'll say, 'What do you want for your birthday? Maybe we should get you a gym membership.' I'm seriously surprised she hasn't had an eating disorder yet, because her mom puts so much pressure on her. And the more I talk about it, I know that a lot of people's moms say 'You should look a certain way,' and they don't.

Candace: I get it a lot from my mom all the time, like, 'You should do this, you should go to the gym.' And I say, 'You know what? It's not my thing.' And a lot of peers at school are really bad. They don't necessarily come out and say anything, but you can tell just by the way they look at you -- the up and down glances.

Alison: My mom goes between. She doesn't want to overdo anything, so she'll say, 'Are you going to eat all that ice cream?' But then she'll say, 'You didn't have a snack today. Why didn't you have a snack?' So it's walking a very fine line. Parents have a really hard time, I'm sure.

There seem to be a lot of mixed messages out there for girls -- at home, with friends, in the media.

Sarah: Everyone says the media is bad, but I think the thing that hurts the most is family and friends. I had an experience with my uncle. He came to visit us when I was about 13 and I was pretty chubby

back then, but it never crossed my mind. I was still a child. And he made a lot of fun of me for three days.

I was crying in my room. I still remember that. That's when I started looking after myself, and I actually think that was a good thing because if no one had mentioned it, I don't know where I would have ended up. So, it's mostly family and friends.

Candace: Yeah, when you see a model in a magazine, everyone knows that it's completely altered and that's not what anyone looks like.

When you have someone who you spend every day with, someone who really cares about you, saying things in your ear like, 'This is what you should look like,' then you're like, 'Oh, maybe I should be thinking about this.'

Lisa: We all know that media affects us. I read Nylon (magazine) and afterward I'm like, 'Maybe I should go to the gym or go for a run or something.' But I think we've all grown up with that (media awareness) now.

Alison: Yeah, they teach media awareness now in school, so we know what we're supposed to be reacting to.

Candace: A lot of times it's easier to blame the media than look at the fact that it could possibly just be a) your family and friends or b) most of the time, yourself. If you were to stop probably 85 per cent of the comments that you make about yourself, you wouldn't feel half as bad about yourself.

Are you good at stopping that negative self-talk?

Jamie: When my friends start making comments like 'Oh my God, I'm so fat,' it makes me uncomfortable, because I've never had those terrible thoughts. There are days I think I should maybe try to get more exercise or try to be a little bit more healthy, but I've never had that thought of, 'Oh my God, I'm so fat.'

Alison: Well, and you know what the script is. You know that when someone says something bad about themselves, you're supposed to come in with something that you're uncomfortable with, too.

Candace: The whole pity party!

Alison: It's bonding through self-hate.

Candace: It's such a pointless game.

Have you ever had an issue with food?

Sarah: I hate it when people comment on what you're eating. I got sick and I couldn't eat. Everyone was trying to shove food in my mouth, and I could hear people saying, 'Oh my God, she's trying to lose weight!' And I wasn't!

Candace: I don't know how genetic it is, but eating disorders have been very common in former generations in my family. My dad's really paranoid about it. If I skip even half a meal, he's on me for, like, three weeks. He gets up every morning and watches me eat.

Lisa: Grade 12 was a pretty bad year for me. There were definitely some food issues. And I think my mom kind of picked up on it, because I'd say 'I'm not going to eat meat,' or, 'I have to work.' I'd purposely avoid food.

And my mom was basically like, 'If you don't start eating meat and you don't start coming home for dinner, you're grounded.' There's obviously still that issue, but I'm pretty OK with it now.

Have you ever gone on a diet?

Sarah: I never could be on a diet. I would die!

Candace: I don't have enough willpower.

Alison: My mom thought I was on a diet for a really long time. I think raw broccoli is great, so I decided I was going to have it as a snack after school. And then I got really sick and wasn't hungry for a long time. And I started doing yoga. I slimmed down a little bit. My mom was really concerned and we had 'the talk.'

Candace: I think parents get really freaked out about it.

Alison: It's weird that a lot of parents freak out and then some parents don't freak out at all. So you have people freaking out over nothing and then you have people who are silently throwing up in the bathroom after every meal and no one notices. It's sad that happens.

Have you re-thought friendships because of how they make you feel?

Alison: I've always stayed away from people that were that focused on it because it made me uncomfortable, if they're really critical of themselves.

Sarah: I don't like hanging out with people that I need to build their confidence. I'm not the one who needs to build their confidence; each person has to do it for themselves.

Alison: For me, though, I feel like there's a difference between people who will talk badly about themselves out loud and people who genuinely need help because they're not talking about it. I think

often the people who need the most help are the ones who are most subtle about it. You get people who will just not comment about the fact that they're not eating.

Lisa: Because I've had issues with food, I can definitely tell when someone has an eating disorder and hasn't said anything about it. I made friends with this girl once who wore really baggy clothes, so you couldn't tell she was really skinny. Every time I'd see her, she'd only have tea. Finally I said, 'I don't mean to be blunt, but do you have an eating disorder? Do you need help?' She said, 'No, I'm fine.' And we got in a fight, and that friendship ended because I wanted her to go get help and she wouldn't. But then I found out a year later she was going to get help.

What's the right thing to say to someone you're concerned about?

Lisa: If you suspect something with a friend, you should continually say, 'I think something's wrong. You've gotten really skinny. If you need help, I'm here.' Obviously they're going to say, 'No, I'm fine. I'm fine.' But, eventually they'll want to tell someone that something's wrong.

Alison: There's always a breaking point.

Candace: It's really important to tell people who you think have an eating disorder -- or if someone's just heading down that path -- that you think they're beautiful and you think they're OK, because sometimes I think that can be enough.

Alison: Even saying that you're there to talk about it ...

Candace: Yeah, letting them know they're not alone. That makes a difference.

© Copyright (c) The Ottawa Citizen

Send us your summer camp listings

THE OTTAWA CITIZEN FEBRUARY 9, 2009

The Citizen will publish a list of summer day camps and programs in mid-April. To be included, you must provide details about your organization's camp, including a description of activities, location, the ages of the children served, cost, dates and time of day the camp runs and a contact number for registration. Send the information by e-mail no later than March 21 to Idenley@thecitizen.canwest.com. Due to space limitations, not all programs can be listed, but will be taken on a first-come basis. For display advertising, please contact Dwain Moore at 613-726-5810 or dmoore@thecitizen.canwest.com .

© Copyright (c) The Ottawa Citizen