



Vous êtes actifs sur les réseaux sociaux ? Cliquez sur les icônes !

BULLETIN D'INFORMATION

LES MANCHETTES

de la vie étudiante

Cliquez sur les titres soulignés pour arriver directement à la page désirée



Sports

[Centre sportif - Activités intramurales](#)

[Pré-camps - saison 2024-2025](#)
[Flag football F et M - Soccer F et M](#)

[Salle de musculation](#)

Psychosocial

[La rubrique du psychosocial](#)

Parascolaire

Environnement

[En mai, on ne tond pas le gazon](#)

Activités du milieu

[Kiosque à deux doigts de la main](#)

[Massage sur chaise](#)

[Semaine de la santé mentale](#)

[Zazou](#)

Autres

[Défi de la semaine du QG](#)

[Exposition à la bibliothèque](#)
[remise des bourses François-de-Chantal](#)

[Kahoot, venez tester vos connaissances à propos de la place des femmes dans notre société](#)

[Participation des élèves dans un colloque à Gatineau sur la mixité en éducation à l'enfance](#)

[Projet DIASH](#)

[SPJ - On braque les projecteurs sur..](#)

Groupes étudiants

Culturel

[Match d'improvisation](#)

ACTIVITÉ DU MILIEU



Kiosque
À deux doigts de la main

Tu t'y connais en cannabis? Un peu, beaucoup, pas du tout? Peu importe, on veut en parler avec toi

OÙ : Foyer 1
QUAND : 29 avril de midi à 14 heures



CULTUREL - IMPROVISATION



PROCHAIN MATCH D'IMPRO! **LUNDI 6 MAI**

GRANDE FINALE

ORANGE CRUSH **LE GAZON DU VOISIN**

LES IMPROBABLES



TOUS LES MATCHS SONT À 18H30 À L'AGORA **SERVICE DE BAR SUR PLACE**

ACTIVITÉ DU MILIEU



MASSAGE SUR CHAISE

Foyer 1
11 heures à 14 heures
Mercredi 8 mai
Pour étudiants seulement

ZAZOO

AGORA
MIDI À 14 HEURES
LUNDI 6 MAI



LA RUBRIQUE DU PSYCHOSOCIAL



Cette semaine, nous avons envie de te poser la question suivante : quelle est ta relation avec ton cellulaire?

L'organisation PAUSE te propose un quiz pour t'aider à évaluer la place que celui-ci a dans ta vie. Tu as envie de le découvrir ? [C'est par ici!](#) ←

Tu aimes les défis ? Voici un lien vers des défis que tu peux relever seule ou entre ami.e.s ! [Clique ici!](#) ←



Ta santé mentale te tient à cœur ? Chaque semaine, nous te proposerons un défi à relever qui t'aidera à favoriser le maintien de ta santé mentale.

Défi de la semaine

Choisis un défi à relever parmi les choix suivants : <https://pausetonecran.com/defis/> ←

Si tu veux en savoir plus, viens rencontrer Sophie, Marie-Michèle et Christine de l'équipe psychosociale, vie étudiante au S-126.



ENVIRONNEMENT

EN MAI, ON NE TOND PAS LE GAZON

Sophia Nadeau



Vous avez peut-être constaté qu'on entend moins de tondeuses au mois de mai... En effet, le mouvement international « Mai sans tondeuse » prend de l'ampleur au Québec. Mais pourquoi ?

La nourriture est rare pour les insectes pollinisateurs en mai. Le pissenlit est une des premières plantes à pousser et à pouvoir subsister aux besoins des insectes pollinisateurs. Si l'on tond le gazon en mai, on enlève la source principale de nourriture de ces insectes, soit les pissenlits. Ces insectes étant essentiels pour la biodiversité, on bouleverse le cycle lorsqu'on tond son gazon trop tôt. D'ailleurs, il ne faut pas s'inquiéter : les pissenlits ne sont pas nuisibles aux êtres humains malgré le fait qu'elle se disperse rapidement.

Alors, quand pouvez-vous tondre votre gazon ? Il faut laisser le gazon intact jusqu'à ce que les pissenlits tournent du jaune au blanc. Cela veut dire que les insectes pollinisateurs ont récupéré tout le nectar et le pollen des plantes. Bref, ne tondez pas votre gazon trop tôt ! Participez au mouvement « Mai sans tondeuse » pour aider les insectes pollinisateurs !

Source : ←

Sophia Nadeau

Pré-camps - saison 2024-2025



PRÉ-CAMP FLAG FOOTBALL Saison 2024-2025

au Parc Eugène-Dostie (Vestiaires disponibles)

Masculin et Féminin :

- Mardi 30 avril de 18h à 20h
- Mardi 7 mai de 18h à 20h



Pour informations, écrivez à Mathieu Crête par Mio



PRÉ-CAMP SOCCER Saison 2024-2025

au Parc Eugène-Dostie (Vestiaires disponibles)

Masculin :

- Mercredi 1er mai de 18h à 19h30
- Mercredi 8 mai de 19h30 à 21h



Féminin :

- Mercredi 1er mai de 19h30 à 21h
- Mercredi 8 mai de 18h à 19h30

Pour informations, écrivez à Mathieu Crête par Mio

CENTRE SPORTIF - ACTIVITÉS INTRAMURALES

Semaine du 29 avril

Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
Volleyball libre Au gymnase Gratuit De 12 h à 13 h 45	Badminton libre Au gymnase Gratuit De 12 h à 12 h 50	Soccer libre Au gymnase Gratuit De 11 h à 12 h 50	Badminton libre Au gymnase Gratuit De 12 h à 13 h	Basketball libre Au gymnase Gratuit De 11 h à 13 h 30
			Basketball libre Au gymnase Gratuit De 12 h à 13 h	

SALLE DE MUSCULATION

Horaire pour la semaine
du 29 avril



Lundi

- 10h à 11h30
- 12h à 13h45
- 14h à 15h
- 18h10 à 20h55

Mardi

- 10h à 11h30
- 12h à 14h
- 18h05 à 20h25

Mercredi

- 11h à 13h
- 18h10 à 20h55

Jeudi

- 9h30 à 11h30
- 12h à 13h
- 19h05 à 20h55

Vendredi

- 12h à 13h30
- 17h55 à 18h55
- 19h05 à 20h55

Samedi

- 9h30 à 12h10
- 13h05 à 18h15

Dimanche

- 8h05 à 10h45
- 10h50 à 11h55
- 12h05 à 18h55
- 19h05 à 20h55

KAHOOT!

VENEZ TESTER VOS
CONNAISSANCES À PROPOS
DE LA PLACE DES FEMMES
DANS NOTRE SOCIÉTÉ

PRIX À GAGNER!



LUNDI
29 | AVRIL
2024
12H15
Local 251

**Rejoignez-nous
pour un échange enrichissant !**

La place de la femme dans:

- Le sport
- La politique
- Les médias

Projet intégrateur - DIASH

Marili Sauvé, Eloïse Sivyer et Léa Théorêt

Dans le cadre des cours de Sciences humaines Projet DIASH

Nous vous présentons des affiches montrant les effets positifs et négatifs des drogues. Chaque affiche à sa propre catégorie de drogue (déresseur, stimulant, perturbateur, médicale) et quelques effets positifs et négatifs. Le but est de sensibiliser les élèves par rapport aux divers effets des drogues.

Tadeusz Pazdzior et Jordan Croteau
Sciences humaines

Risques
 Étourdissement -
 Manque d'appétit -
 Éruption cutanée -
 Perte de poids / de cheveux -
 Douleur articulaire -
 Hallucination / Faible libido -
 Dommages au foie / aux reins -
 Étourdissement -
 Perte de mémoire -
 Paralyse / Mort -

Bénéfices
 Meilleure santé d'une population +
 Empêche l'aggravation des symptômes ou d'une infection +
 Soulage la douleur +

Médicaments

Les drogues de type stimulant

Exemples de drogues
 - Cotonne
 - Nicotine
 - Amphétamine
 - cocaïne

Effets négatifs
 - Trouble de sommeil
 - Troubles cardiovasculaires
 - Augmente l'anxiété

Effets positifs
 - Aide à la concentration
 - Augmente la sociabilité
 - Augmente l'énergie

Les drogues de type déresseur

Exemples de drogues
 - Alcool
 - GHB
 - Opiacé
 - essence à moteur

Effets positifs
 - Aide aux relations sociales
 - Aide le sommeil

Effets négatifs
 - Risque de surdose
 - Consommation d'alcool
 - Endommage le foie

Perturbateur


Danger
 - Surdose -
 - Vieillessement du cerveau -
 - Augmentation des risques de maladies mentales -

Positif
 - Peut calmer +
 - Peut réduire le stress +

Positif
 - Peut rendre plus sociable +
 - Peut rendre plus heureux +

Médicaments "déconseillés"
 - Médicaments
 - Benzodiazépines (Xanax, Valium)
 - Alcool
 - Cannaibinoïdes
 - Tabac
 - Nicotine
 - MDMA (Ecstasy)
 - Cocaine

Participation des élèves dans un colloque à Gatineau sur la mixité en éducation à l'enfance



NOTRE COLLOQUE

Notre colloque s'est passé au cégep de l'Outaouais sur le sujet de la présence masculine et stéréotypes de genre en éducation à l'enfance. Notre colloque parlait de trois sujets précis en lien avec la place des hommes dans notre domaine :

- 1** Attirance, rétention et épanouissement
- 2** Les ateliers sur trois sujets en rapport avec la sensibilisation
- 3** Les stéréotypes de genre en petite enfance

ÉTUDIANTES ET ENSEIGNANTES DU COLLOQUE AU CÉGEP DE L'OUTAOUAIS

<< J'ai appris que c'est l'entourage qui doit s'adapter à l'accueil d'un éducateur et non l'éducateur qui doit s'adapter au milieu.>>



Jasmine Maltais

<< J'ai aimé parler de tout ce que les hommes peuvent faire de plus qu'utiliser leurs bras.>>



Émilie Clermont

Ce que les étudiants retiennent de cette conférence



Pourquoi il y a peu d'hommes dans ce domaine?

- Traditionnellement, c'est un domaine féminin.
 - Secteur d'emploi moins bien payé.
 - Peu de modèles masculin (toujours parlé au féminin dans les médias).
- Il faut retenir les éducateurs de partir de la formation. Leur retrait est principalement causé par des pressions sociales, un isolement vécu, les sentiments de ne pas être à sa place, etc.

Les stéréotypes de genre en petite enfance

- L'égalité est une question de valeurs et de droits fondamentaux : même droit et même liberté de choisir.
- Il y a des attendus sociaux selon notre sexe biologique.
- Orientation scolaire : division sexuée très présente.



<< Il faut diversifier le modèle d'éducateur et d'éducatrice que l'on recherche.>>

POURQUOI LES ENFANTS PENSENT QUE LE DOMAINE EST SEULEMENT POUR LES FEMMES?

Puisque les hommes ne sont pas autant représentés dans les CPE.



<< Encore en 2024, certaines personnes disent que les hommes ne peuvent pas travailler auprès des enfants.>>



Bianca Parent

<< Il faut plus valoriser la mixité des termes utilisés pour désigner le domaine.>>



Maude Beaudry

<< En partageant collectivement des solutions, on peut autant s'enrichir mutuellement que faire avancer la société, petit à petit... Et peut-être avoir plus d'hommes dans la profession d'éducateur ou d'éducatrice à l'enfance, qui sait?>>



Lysanne Denicourt

<< Des conférences et ateliers stimulants qui ont suscité de riches discussions avec des personnes passionnées.>>



Maude Bouchard

Exposition à la bibliothèque

Remise des bourses François-de-Chantal

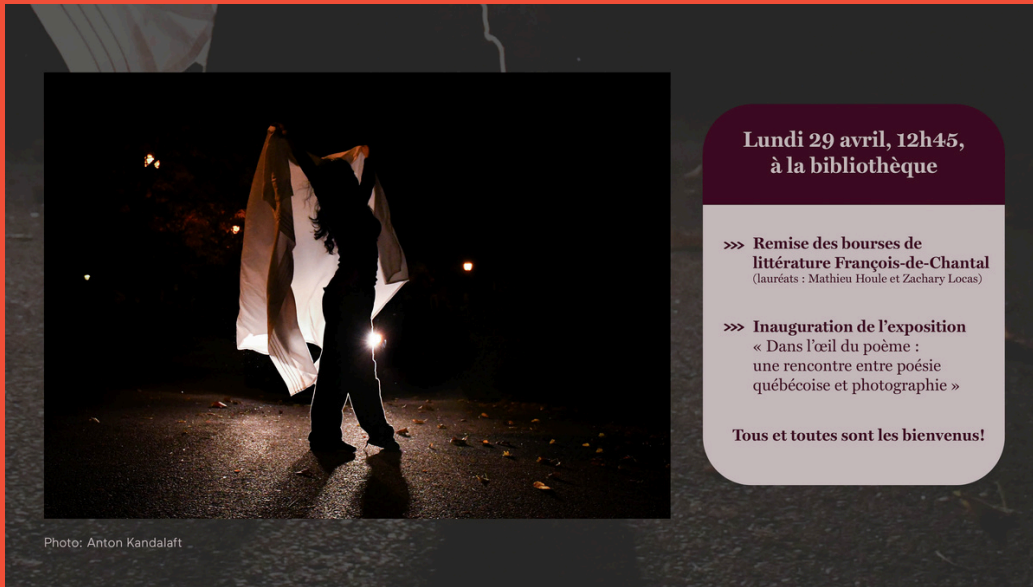


Photo: Anton Kandalaf

Lundi 29 avril, 12h45,
à la bibliothèque

>>> Remise des bourses de
littérature François-de-Chantal
(lauréats : Mathieu Houle et Zachary Locas)

>>> Inauguration de l'exposition
« Dans l'œil du poème :
une rencontre entre poésie
québécoise et photographie »

Tous et toutes sont les bienvenus!

Les départements de littérature et d'Arts, lettres et communications invitent l'ensemble de la communauté collégiale à un événement double le lundi 29 avril prochain, dès 12h45, à la bibliothèque du collège : l'inauguration de l'exposition « Dans l'œil du poème : une rencontre entre poésie québécoise et photographie » et la remise des bourses François-de-Chantal du département de littérature.

L'exposition qui sera inaugurée à la bibliothèque est le fruit d'une collaboration entre Geneviève Blais et David Courtemanche dans le cadre du cours « Photographie; évolution et tendances » et présente le travail des étudiantes et étudiants inscrits à ce cours à la session d'automne 2023, qui devaient s'inspirer de poèmes québécois contemporains pour réaliser une création photographique.

Les bourses François-de-Chantal sont remises annuellement par le département de littérature, avec le soutien de la Fondation du cégep Gérald-Godin. Cette année, elles sont remises à Mathieu Houle, étudiant en Sciences informatiques et mathématiques (pour l'excellence en littérature) et Zachary Locas, étudiant en Sciences humaines (pour les progrès accomplis en littérature). La remise aura lieu à 13h15, toujours à la bibliothèque.

Dans l'œil du poème : une rencontre entre poésie québécoise et photographie

Qu'est-ce qu'un poème? Une ouverture, une possibilité, un saut dans le vide, un moment... et une image. Ce que nous donne à voir le poème peut être multiple, changeant. C'est une main tendue. Cette main, les étudiantes et étudiants du cours « Photographie; évolution et tendances » dont nous pouvons ici admirer le travail photographique l'ont saisie, et l'ont laissée les emmener vers des chemins divers, parfois surprenants. Ce faisant, ils ont fait de leurs images... des poèmes.

La poésie québécoise contemporaine (des années 1980 à aujourd'hui) est incroyablement riche, diversifiée, vivante. Elle est aussi assez méconnue. Cette exposition est aussi l'opportunité d'aller à sa rencontre au moyen de quelques poèmes qui, nous le souhaitons, donneront envie aux lecteurs de parcourir les recueils dont ils sont tirés. L'observateur attentif remarquera un poème de 1953, petite exception dans cette sélection, d'une autrice qui a considérablement marqué les poètes québécois d'aujourd'hui.

Cette exposition a été rendue possible grâce à la collaboration entre les départements d'Arts, lettres et communication et de littérature et au soutien de la direction des études, de la bibliothèque et de la Fondation du Cégep Gérald-Godin.



L'autoroute, il me semble en garder
intactes les séquences dans une marge
irréductible. Les plus belles routes
sont celles où se repose la nuit contre
les phares, avec la brèche silencieuse
des feux de cigarettes et, tout enfoui,
ce que cherche à ramener d'images la
main de l'autre sur soi, rallumant déjà
un pays qui se bouscule à l'intérieur et
qu'il faudra regagner. L'autoroute, il
me semble revoir cette lente progression
dans la nuit.

*** Rachel Leslère, Les rires Proustiens, 2001.

GABRIELLE AMARA-ACHARD

DÉFI DE LA SEMAINE DU QG

Défi de la semaine:

Planifie ta fin de session avec stratégie.

Tes responsabilités:

Fais le point, consulte ton sommaire des résultats sur Mon portail/Omnivox et, pour chaque cours, pose-toi les questions suivantes :

Quel est mon **cumulatif** jusqu'à maintenant ?

-Combien me reste-t-il d'**évaluations** ?

-Quel **résultat** dois-je viser pour réussir ce cours ?

-Est-ce **réalisable** ?

-Devrais-je **privilégier** une matière plus qu'une autre ?

-Ai-je besoin de **consulter mon ou ma professeur(e)** pour mieux me préparer ?

12



Pour plus d'information, consulte la page « Développer mon autonomie comme apprenant » du QG (qg.cgodin.qc.ca). ←

Source: Carrefour conseil API Cégep de Sainte-Foy.

ON BRAQUE LES PROJECTEURS SUR...

... Comment debord et leur spectacle *Journée pédagogique*



**Spectacle à voir bientôt à la Salle Pauline-Julien,
la salle de spectacle de ton cégep!**

Vendredi 10 mai, 20 h

En première partie, laissez-vous charmer par **Rau_Ze** qui a remporté le 26^e concours-vitrine des Francouvertes et le Prix coup de cœur Télé-Québec. Ensuite, il vous sera impossible de ne pas succomber au « groove » entraînant et unique de **Comment Debord** qui nous a rapidement conqui.e.s avec leur premier album.

Préparez-vous à une soirée qui vous fera danser sur vos chaises avec deux groupes hors du commun! 📄 bit.ly/CD-SPJ24 ←

Les 30 ans et moins, si vous avez la carte ACCRO, le billet est seulement 15 \$!

