

BLIZZARD

journal étudiant



Édition 2019-2020, volume 2
Octobre 2019

Collège **Laurentien**



Bonjour Groupe !

L'année scolaire est déjà bien amorcée et nous sommes heureux de vous retrouver après une rentrée réussie.

Cette année s'annonce fort occupée tant au niveau académique, qu'au niveau des activités parascolaires et sociales de toutes sortes, ce qui est fort emballant. L'équipe-école maintient le cap sur un seul objectif, l'amélioration de votre expérience de vie au Collège ! Bientôt la première étape sera déjà derrière nous et nous pourrons profiter d'une belle semaine de relâche !....pour ce faire, il faut maintenir la cadence et travailler fort !...

Bonne année scolaire à tous et toutes !

Alain Houde
Directeur général

À L'ÉCOLE



**POUR ÊTRE AU
COURANT DE TOUT**

ÉVÉNEMENTS



**POUR NE RIEN
MANQUER**

SPORTS



**PARCE QU'IL
FAUT QUE CA BOUGE**

JOURNÉE PORTES OUVERTES

Chers élèves bénévoles,

Je tiens à vous remercier du fond du cœur pour tout le travail accompli lors de nos portes ouvertes du samedi 28 septembre dernier. Grâce à vous, cette journée a été un grand succès.

Je suis fier de pouvoir dire que nous avons des élèves du primaire et du secondaire dévoués au Collège Laurentien. Je suis témoin quotidiennement de votre générosité et de votre implication. Je me sens privilégié de pouvoir vous côtoyer et d'appartenir à cette belle et grande famille. Vous avez su rassurer les futurs parents des bienfaits pour leur enfant de poursuivre son cheminement scolaire au Collège Laurentien.

Je n'aurai jamais assez de mots pour vous remercier pour votre présence et pour ce que vous êtes.

Christian Richer, Adjoint à la Direction Générale, directeur du service aux élèves et de la résidence scolaire



Sur la photo, de gauche à droite - première rangée: Lucyle Simoës, Alyson Létourneau, Océane Lachapelle, Gabrielle Binette, Ludyvine Simoës, Jade Favreau - deuxième rangée: Laurie Thibault, Charles-Henri Martin, Bianca Jacques-Perez, Élisabeth Chalifoux, Béatrice Chalifoux - Dernière rangée: Raphaël Piché-Legault, Arianne Simard et Philippe Cliche.

Absents sur la photo: Chloé Drapeau-Bolduc et Jérémy Desrosiers



À L'ÉCOLE

ORDINATEUR, TABLETTE, TÉLÉPHONE INTELLIGENT.... PARENTS SOYEZ VIGILANTS!

Depuis quelques années, les réseaux sociaux prennent beaucoup de place dans la vie de votre enfant. Comme toute chose, il y a un bon et un mauvais côté avec les appareils électroniques. Le Collège Laurentien gère parfois des situations délicates suite à des conversations malsaines sur les réseaux sociaux. Soyons partenaires afin d'éviter ce genre de situation.



Nous savons pertinemment que cela n'est pas toujours facile d'avoir à vue ce que fait votre enfant avec son ordinateur et encore moins avec son téléphone intelligent. Avec l'ordinateur, assurez-vous de pouvoir y jeter un coup d'œil de temps en temps et continuer de discuter avec votre enfant pour savoir ce qu'il fait ou écrit sur les réseaux sociaux. Posez des questions ouvertes et soyez détendu, même détaché. Afin d'avoir une meilleure gestion et compréhension, soyez vous-même sur les réseaux, car vous aurez le même langage que votre enfant.

Aucune institution scolaire ou famille n'est à l'abri d'une situation malencontreuse qui pourrait se produire entre un élève ou un groupe d'élèves. Trop souvent, l'effet de groupe fait en sorte que des élèves écrivent des choses inacceptables entre eux. N'oubliez pas que les problèmes que nous avons gérés se sont produits le soir ou les fins de semaine. Nous vous invitons à la vigilance et à la prudence. Rappelez-vous que dans bien des cas, c'est vous qui offrez le cellulaire à votre enfant. Il est de votre responsabilité de bien encadrer celui-ci pour qu'il en fasse une saine utilisation.

Il est important de nous signaler toutes informations le plus rapidement possible, cela peut nous aider à résoudre des problèmes qui pourraient dégénérer.

Voici des références de sites internet sur le sujet.

Article sur les applications à surveiller : https://www.santeplusmag.com/15-applications-que-les-parents-devraient-surveiller-sur-les-telephones-de-leurs-enfants/?fbclid=IwAR1RZ1kPBOs6T9ZT9PTbxq5g9Fn7BfCfQx4-UjENWtCTcd_TrqRGac06no

AidezMoiSVP.ca : https://needhelpnow.ca/app/fr/parent_info-talking_tips

Ligne Parents : <https://www.ligneparents.com/LigneParents/Tous-les-themes/Technos>

Merci de votre collaboration,

- L'équipe d'éducatrices spécialisées: Laurence Tardif-Charlebois, Rachel Morissette et Pascale Huguet.
- Christian Richer , ADG, Directeur du service aux élèves

RAPPEL—APPAREILS ÉLECTRONIQUES

Une erreur s'est glissée dans la dernière édition du Journal: la période «électro-libre» est bien de **12h15 à 12h45**. Nous vous rappelons qu'aucun appareil électronique (Ipad, cellulaire, MP3, etc..) ne peut être en fonction durant cette période.

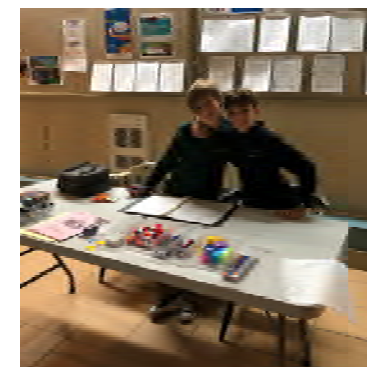


MAGASIN SCOLAIRE

Il vous manque du matériel scolaire et vous voulez absolument terminer tous vos travaux? Pas de problème, car le magasin scolaire est là pour vous. Une fois par semaine, vous pouvez vous procurer les fournitures scolaires qui vous manquent. Nous sommes situés devant le bureau de Mme Laurence de 12 h 15 à 12 h 45. Pour savoir quel jour nous sommes ouverts, vous n'avez qu'à regarder sur le tableau d'affichage près de l'entrée de la cafétéria.

Nous avons hâte de vous servir.

- Les élèves de 4e année



Sur la photo:
Loïc Fagnoli et Mathieu Lamont

OBJETS PERDUS

Voici la liste des objets perdus, en date du 8 octobre 2019;

Livre :

ADN (3ème Secondaire) : Victor Desroches

Agenda : Victor Desroches

Cartable rouge (science 3ème secondaire) : Victor Desroches

Cartable jaune (Maths 3ème secondaire)

L'essentiel (3ème secondaire)

Dictionnaire « Thesaurus »

Vêtements :

1 cape noire – **Est-ce que Batman étudie au Collège?**

7 coton ouaté Collège Laurentien

2 pantalon beige Collège Laurentien

2 polos vert du collège : Loïc Saey et Yuhan Levesque

1 coupe-vent « Raid-R »

1 Manteau « Cabin-Fever »

1 chandail de laine

1 veste « Puma »

1 jogging Collège Laurentien

1 chandail d'éducation physique : Noah Kelly

1 casquette rouge

2 paires de souliers

Autres :

5 boîtes à lunch, 1 ice-pack

3 tupperware—**Vous ne vouliez pas les laver ?**

4 bouteille d'eau

3 coffres à crayon, 2 règles, 1 crayon à mine bleu

1 brosse à cheveux



N'oubliez pas de venir chercher vos affaires d'ici la fin du mois mais surtout n'oubliez pas d'écrire votre nom dans vos vêtements et autres objets dans le futur.

- Simon Montpetit Levac

L'ÉQUIPE DU JOURNAL 2019-2020

C'est avec fierté que nous vous présentons l'équipe inspirante du journal pour l'année scolaire 2019-2020!

Si vous avez des idées, des sujets que vous aimeriez voir traités dans votre journal, n'hésitez pas à les proposer à un des journalistes ou à Madame Nathalie.



Sur la photo, de gauche à droite: Lucas Kelly, Jarod Leduc, Vincent Laroche-Gagnier, Simon Montpetit Levac, Tom Nuvoli, Marianne Corbeil, Sylvestre Bodson, Béatrice Chalifoux, Gabriel Nadeau, Philippe Cliche et Mathieu Laurin.

Absents sur la photo: Gabrielle Binette, Charles-Henri Martin, Mégane Tévis

CONCOURS DE LOGO

Nous avons reçu une dizaine de propositions de logos mais malheureusement aucune de celles-ci n'a fait l'unanimité au sein du comité de sélection. Pour cette raison, le Journal va utiliser le visuel de cette édition pour cette année.

Merci à tous les élèves qui ont participé.

PROCHAINE PARUTION: Semaine du 2 décembre

À METTRE
 À VOTRE AGENDA

11 octobre	Journée pédagogique
14 octobre	Congé férié
15 octobre	Vote étudiant
16 octobre	Élections du Conseil
17 octobre	Ateliers Gumboots (primaire)
	Salon national de l'éducation et Grande Bibliothèque (sec. 4 et 5)
Semaine du 21 octobre	Première rencontre du Conseil étudiant
24 octobre	Ateliers ProfAqua (6e, sec 2 et 5)
31 octobre	Halloween
4-8 nov.	Relâche
18-27 nov.	Ateliers Tangage
20-21 nov.	Rencontres de parents sur rendez-vous
26 nov.	Journée carrières (sec. 3-4-5)

DEUX NOUVEAUX OUTILS POUR NE RIEN
 MANQUER DE CE QUI SE PASSE AU COLLÈGE

1—TABLEAU D’AFFICHAGE

Vous les avez sans doute remarqués, 4 tableaux d’affichages ont été réaménagés afin de centraliser les informations concernant la vie étudiante.

Sur les 2 tableaux de gauche, vous trouverez des affiches d’événements à venir, des demandes de bénévoles, de l’information importante et présentement, les candidatures aux postes de représentants de classes du Conseil étudiant y sont affichées.

Le tableau à gauche de l’arche est réservée aux activités, dates limites et informations de la semaine en cours.

Sur celui à droite de l’arche, vous trouverez maintenant les activités parascolaires.

Consultez ce tableau régulièrement pour ne rien manquer!



2—CALENDRIER DES ÉVÉNEMENTS SUR LE SITE WEB

Le calendrier des événements du site web du Collège s’est refait une beauté et est maintenant plus détaillé: collegelaurentien.ca/evenements

Consultez le régulièrement puisque des activités y sont ajoutées régulièrement.

Il vous est aussi possible de l’importer dans votre calendrier Outlook personnel en cliquant sur le bouton “ Exporter les événements”

B ÉVÉNEMENTS

VOTE ÉTUDIANT

Dans le cadre de la campagne électorale fédérale canadienne, VOTE ÉTUDIANT offre aux élèves l'occasion de faire l'expérience du processus du vote et d'acquérir de bonnes habitudes à titre de citoyens informés et engagés.

Des élèves joueront les rôles de membres du personnel électoral. Tous les élèves qui le désirent pourront voter pour les candidats officiels qui se présenteront dans la circonscription du Collège. Les résultats seront publiés par CIVIX après la fermeture des bureaux de vote.

Le vote se tiendra le mardi 15 octobre, sur l'heure du dîner, avec isolements et urnes officielles!

Plus d'informations sur voteetudiant.ca



ÉLECTIONS DES REPRÉSENTANTS DE CLASSE DU CONSEIL ÉTUDIANT



Suivant les principes de la démocratie, le conseil des élèves est un comité de 12 jeunes élus par les élèves de leur classe afin de représenter l'ensemble des élèves du Collège. L'objectif est de promouvoir la participation des élèves aux décisions prises concernant la réussite scolaire, leur qualité de vie et les diverses activités organisées au sein de l'école.

Le mercredi 16 octobre aura lieu le vote visant à élire les 12 représentants de classe.

Avant midi, les élèves du primaire iront à la mairie de Val-Morin pour y tenir le vote et élire leurs représentants.

Sur l'heure du dîner, les élèves du secondaire voteront à leur tour pour leur candidat préféré.

ATELIERS DE GUMBOOTS

Les élèves du primaire s'initieront au gumboots. Ils apprendront les rudiments de cette danse, son histoire avec des jeux et ateliers d'observation, d'écoute, de rythme.



SALON NATIONAL DE L'ÉDUCATION ET GRANDE BIBLIOTHÈQUE

Le 17 octobre, les élèves des groupes de 4e et 5e secondaires visiteront le Salon national de l'éducation où ils pourront rencontrer des représentants de différents établissements scolaires post-secondaires.

Par la suite, ils se dirigeront vers la Grande Bibliothèque. Les élèves de 4e secondaire auront l'occasion de participer à un atelier sur l'histoire de la chanson populaire au Québec pendant que les élèves de 5e secondaire feront de la recherche pour leur Projet-Passion.

ATELIERS PROFAQUA

Profaqua est une entreprise de vulgarisation scientifique qui se dévoue à transmettre aux jeunes sa passion pour les sciences. Leur règle d'or est de donner le goût aux jeunes d'en apprendre davantage sur ce domaine.



Jeudi 24 octobre—P1 et P2 Groupes 201 et 202

Électronique—Les élèves du groupe 201 participeront à un atelier d'électronique dans lequel ils créeront des circuits pour faire de la musique, des sons laser ou de voiture de pompier.



Jeudi 24 octobre—P3 Groupe 501

Eau potable et eau usée—Où va l'eau quand on tire la chasse d'eau...? Ensemble, nous répondrons à cette intrigante question grâce à une présentation multimédia d'une station de filtration et d'épuration des eaux, et surtout grâce à une activité à grand déploiement où vos jeunes sauveront de la noyade des bonhommes LEGO qui prennent leur douche!



Jeudi 24 octobre—P5 Groupe 661

Vie souterraine—Avez-vous déjà remarqué que la majorité des feuilles enfouies sous la neige ne sont plus là lorsque le printemps arrive? Nos biologistes comprendront ce phénomène grâce à 3 expériences amusantes!

RENCONTRES DE PARENTS

Les mercredi 20 novembre et jeudi 21 novembre 2019, de 15 h 00 à 20 h 00, auront lieu des rencontres de parents sur invitation.

Si vous êtes convoqués, il vous sera possible de rencontrer les enseignants, accompagné de votre enfant si vous le désirez, afin de vous informer du cheminement scolaire de celui-ci. La prise de rendez-vous et la ponctualité sont essentielles pour le bon fonctionnement de cette soirée. Les parents concernés recevront bientôt les détails concernant ces rencontres.

HALLOWEEN

Pour l'occasion nous invitons nos élèves à se déguiser lors de cette journée.

Nous souhaitons toutefois faire une mise au point concernant les déguisements, afin que la journée se déroule dans le plaisir et le respect des règles de vie du Collège:

Nous insistons pour que les élèves portent des costumes appropriés pour un milieu scolaire. Veuillez noter que la tenue civile n'est pas un déguisement. Dans le cas où le déguisement serait jugé inapproprié, l'élève devra porter l'uniforme scolaire. Les élèves ne désirant pas se déguiser doivent également porter l'uniforme scolaire complet.

Les costumes devront respecter les règles suivantes :

- Les déguisements jugés indécents, inappropriés ou contraire à nos valeurs sont interdits.
- Les jupes courtes ou les shorts trop courts, les camisoles à bretelles spaghetti, les épaules dénudées, les décolletés, les chandails ou autres vêtements moulants ne seront pas acceptés.
- Les accessoires indécents ou promouvant la haine, le racisme, la discrimination ou la violence, quelle qu'en soit la forme, ne sont pas permis.
- Les chapeaux et les masques ne peuvent pas être portés durant les cours.

Veuillez prendre note qu'un concours de costumes sera organisé pour souligner les déguisements les plus originaux. Le vote des finalistes aura lieu en classe à 13h30 et les grands gagnants seront dévoilés lors d'un rassemblement à 15h25.

Dès 13h20, des activités spéciales seront proposées aux élèves.



Nous sommes à la recherche de décoration pour notre maison hantée.

Si vous avez du matériel que vous n'utilisez plus, merci de l'apporter à madame Nathalie.

ATELIERS TANGAGE

Tangage est un organisme des Laurentides œuvrant à la prévention des dépendances.



18, 21 novembre Groupes 401 et 402
"Le Cannabis, on va se parler des vraies affaires"

20, 21 novembre Groupes 201 et 202
"La gestion du plaisir"

20, 27 novembre Groupes 101 et 102
"Les drogues; savoir pour mieux comprendre"



UN COMPTE-RENDU DE LA FÊTE DE LA RENTRÉE

PRIMAIRE

La fête de la rentrée a eu lieu au mois d'août. C'était une belle journée où nous avons eu plusieurs activités dont un caricaturiste, du soccer-bulle, une boîte à photo, du souque à la corde, un jeu de poche, du volley-ball, du maquillage, du rugby et du basket-ball.

Cela nous a permis de rencontrer d'autres personnes, des nouveaux élèves.

Notre activité préférée a été le soccer-bulle parce que c'était drôle : quand on essayait de se relever on avait l'air de tortues.



- MATHIEU ET GABRIEL



SECONDAIRE

Au Collège Laurentien nous avons l'habitude de souligner la rentrée en grand. Pour ce faire, les directeurs et les membres du personnel se démènent pour organiser des activités pour leurs élèves. De plus, pour le dîner nous mangeons des hot-dogs, parfois de la pizza ou des blé-d'indes, avec des collations fournies par la cafétéria. Comme activités, il y avait, entre autres, des caricatures, du souque à la corde, de l'arbre en arbre, un portait chinois des membres du personnel, un « photo booth », du spike-ball et même du soccer dans des bulles. Pour les élèves cet après-midi est très important puisqu'il nous fait décompresser et relaxer après une première semaine d'école et nous permet aussi d'apprécier les beautés et les joies de l'extérieur surtout quand nous tenons compte de notre environnement scolaire hors du commun. C'est un des immenses avantages de la vie au Collège Laurentien.

- BÉATRICE CHALIFOUX

AUTRES ACTIVITÉS QUI ONT EU LIEU DEPUIS LA RENTRÉE

Grande marche pour le climat



Visite au Pow Wow



Yoga avec madame Tremblay



CONSEIL ÉTUDIANT

Depuis l'année dernière, il y a eu une nouveauté au collège; un conseil étudiant! L'an dernier était la première année où il y avait un conseil étudiant au collège et je dois dire que c'était une expérience plutôt utile. Les messages pour les journées thématiques ou tout autre message qui concernait la vie étudiante se rendaient beaucoup mieux aux oreilles des élèves.

Cette année, la mise en candidature a été un peu différente. L'année dernière, nous devions simplement nous adresser à notre classe si nous étions intéressés à participer et expliquer aux autres élèves en quoi nous serions un bon président de classe. Cette année, nous devions remplir un formulaire pour appuyer notre candidature. Cette formule rend, selon moi, les choses plus officielles. Remplir ce document montrait aussi une certaine preuve d'intérêt de la part des élèves.

Qui sont ces élèves qui se sont présentés au conseil? Les voici;

441 : Hélios Nguyen-Cliche – Alizé Talbot – Anabelle Lamont – Jolan Monzée – Matteo Fantone

551 : Pénélope Sabourin = Élu par acclamation: Félicitations !

661 : Rose Milot – Mégane Valiquette – Lilianne St-Amand

101 : Arianne Simard – Marianne Corbeil – Pierre-Luc Dutil

102 : Mathew Bernier – Ludovic Allard – Jean-Félix Tremblay

201 : Malyk Jean-Baptiste = Élu par acclamation: Félicitations !

202 : Mégane Tévis – Téo Nuvoli – Olivier Dickey

301 : Anouk Chalifoux – Louis-Mathis Saey

302 : Élisabeth Chalifoux = Élu par acclamation: Félicitations!

401 : Béatrice Chalifoux – Romain Pakula

402 : Nathan Gervais-Laberge = Élu par acclamation: Félicitations!

501 : Lina Alla = Élu par acclamation: Félicitations!

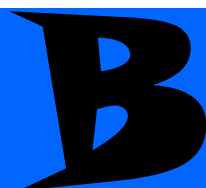


Pour qui allez-vous voter? On attend vos votes! La journée des votes sera le 16 octobre 2019.

Alors soyez présents c'est important de voter.

Pour toutes questions adressez-vous à Madame Nathalie ou à un élève qui se présente au conseil. Lorsque le conseil sera formé, n'hésitez pas à aller voir vos présidents de classe pour toutes questions ou commentaires.

- BÉATRICE CHALIFOUX



ÉCHOS DU CONSEIL

VOTE ÉTUDIANT

Ne pas confondre le VOTE ÉTUDIANT de mardi avec le vote pour le conseil étudiant du lendemain !

ÉLECTIONS DES REPRÉSENTANTS DE CLASSES

PRIMAIRE

C'est à la mairie de Val-Morin qu'aura lieu, le 16 octobre prochain, le vote des élèves du primaire pour élire leurs représentants de classe.

10h00 Arrivée à la salle
10h05 Mot du maire de Val-Morin
10h15 Mots des candidats
11h00 Vote et compilation
11h20 Annonce des représentants élus
11h30 Départ pour le Collège

SECONDAIRE

C'est sur l'heure du dîner que les élèves du secondaire seront à leur tour appelés à voter pour leur candidat favori. Un bureau de vote sera installé près de l'armoire des objets perdus.

Les résultats des élections seront affichés au tableau de la vie étudiante dès jeudi matin et une première rencontre du Conseil est prévue dans la semaine du 21 octobre.



COMPTE RENDU DÉFI PLEIN-AIR

PRIMAIRE

Le défi plein air a été un beau succès pour tous!

Il y avait beaucoup de parents pour encourager tous les coureurs.

Les élèves ont été très créatifs dans leurs costumes : il y avait des plongeurs, des mexicaines, des abeilles et des lignés en rouges et blanc, entre autres.

Il faisait très beau ce jour-là.

Il y avait des prix pour les meilleures équipes. C'est l'équipe de Bradley, David, Carlos, Lucas et Dehaen (661) qui a remporté la première place au primaire.

Il y avait des prix de participation à gagner et tout le monde s'est bien amusé.

- GABRIEL ET MATHIEU



SECONDAIRE

Le mercredi 25 septembre 2019 a eu lieu le « Défi Plein-Air ». Un défi sportif entre élèves qui consiste à courir, faire du canot et du vélo. Pour faire bouger les élèves il n'y a rien de mieux. Le principe est de se mettre en équipe puis de faire un circuit à vélo, en canot et à la course. Pour les primaires, il y a un tour de circuit à faire pour le vélo, le canot et la course. Pour le secondaire, nous devons faire deux tours de circuit pour le vélo et le canot. Pour la course, un seul tour est nécessaire peu importe le niveau. Malgré le côté technique de la course, il y a toute l'organisation liée à l'activité. Les membres du personnel sont dévoués à travailler pour les élèves autant pour le plaisir des élèves que pour le leur. Cette activité permet aux élèves de bouger en extérieur et de s'amuser. Selon l'esprit du Collège, le sport et être en extérieur sont des éléments important à la vie au collège.

-BÉATRICE CHALIFOUX

ANNÉE RECORD POUR LA PARTICIPATION AU BASKETBALL

La saison 2019-20 est une année record de participation au basketball pour le Blizzard. Plus de 91 jeunes, répartis dans 9 équipes, se sont inscrits cette année. La saison débute avec les tournois de classement pour les première et deuxième secondaires (benjamins et benjamines) qui auront lieu le 19 octobre pour les garçons (Collège St-Sacrement de Terrebonne) et le 20 octobre pour les filles (Externat Sacré-Cœur de Rosemère). Suite à ces mini-matches, les calendriers seront confectionnés la semaine suivante par le RSEQ. Les calendriers de saison seront donc disponibles le 1^{er} novembre sur le site de basketball du Blizzard. (blizzardbasketball.sitew.ca)

Bonne saison à toutes et à tous!!! Go BLIZZARD GO!!!



INTERVIEW AVEC COACH MAX

Q: Quelles sont les habilités nécessaires pour jouer au basket? R: Il faut avoir l'esprit d'équipe, de la détermination et de l'habilité à magner la balle.

Q: Quels sont les entraînements à faire pour jouer au Basket? R: Il faut s'entraîner à faire les mouvement de base comme "dribbler", passer la balle, faire un "lay-up", etc.

Q: Qu'est-ce que tu aimes de ton travail? R: J'aime aider les jeunes à avoir de l'estime de soi et j'aime connaître de nouveaux élèves. J'aime gagner des championnats avec mes petits et grands champions.

- TOM NUVOLI

PARASCOLAIRE BOXE

RÉSUMÉ DE MA RENCONTRE AVEC UNE PARTICIPANTE ET L'ENTRAÎNEUR

Durant la session de cette activité, les jeunes "se verront proposer un entraînement rigoureux, sans contacts entre eux, ayant pour but d'apprendre les techniques de boxe et d'améliorer leur condition physique" – extrait du site web du Collège Laurentien.

Pour faire un résumé de ma rencontre avec une participante, Béatrice Chalifoux, l'activité parascolaire boxe, c'est de l'entraînement physique et légèrement mental. Les élèves vont s'entraîner physiquement pour améliorer leur cardio et leur endurance. Pour l'endurance, ce sont surtout les bras et le dos qu'ils entraînent et pour le cardio ils font surtout de la corde à sauter pour s'améliorer. Pour l'entraînement mental; ils s'entraînent pour toujours rester concentrés, pour aiguïser leurs réflexes et retenir leurs enchaînements.

L'activité boxe est faite pour que les élèves se mettent en forme et qu'ils aient de l'estime de soi.

L'entraîneur, Mathieu Racine, voudrait surtout que les élèves soient enthousiastes et il aimerait réussir à transmettre sa passion au moins à quelques élèves. Même si la boxe est un sport sans partenaire, l'entraîneur voudrait que le groupe ait un esprit d'équipe et que les élèves s'entraident. Les élèves s'entraînent sur des coussins sans frapper n'importe comment, jamais en se battant entre eux.

- SYLVESTRE BODSON

B

SPORTS



Un texte de notre
collaboratrice
Madame Pilon



Saviez-vous qu'à la puberté 1 fille sur 2 abandonne le sport*? Une tendance qui s'accélère drastiquement entre 12 et 17 ans puisqu'au terme du secondaire, 9 filles sur 10 ne répondent pas aux normes canadiennes en matière d'activité physique**. Ensemble, nous pouvons renverser cette tendance!

Au Collège Laurentien, nous offrons la possibilité aux filles qui veulent bouger, de faire du sport tout en s'amusant. À tous les mardis, les filles rejoignent la responsable pour un petit km et demi avant le dîner. Cela fait du bien, cela détend, calme et nous remet sur le bon pied pour poursuivre la semaine!

Nous vous invitons à garder l'œil ouvert pour d'autres détails sur le Programme Fillactive du Collège Laurentien qui débutera officiellement en février 2020.



**Sources : <https://www.businesswire.com>. www150.statcan.gc.ca, <https://www.statcan.gc.ca/>

B

ENVIRONNEMENT

DE LA POLLUTION DANS VOS BOÎTES À LUNCH

Impossible? Attendez.

Entre la 2ème et la 3ème période, vous étiez pressé et, dans un élan de va-et-vient, vous n'avez eu le temps que de manger un biscuit et de jeter le sachet, malheureusement et accidentellement dans la poubelle. Il se retrouvera probablement dans les océans, parmi les immenses amas qui existent déjà.

Or, chaque année, près de 8,8 millions de tonnes de plastique finissent dans les océans, soit une quantité beaucoup plus importante que l'on estimait jusqu'ici, selon une étude de l'Université de Géorgie (Source : Radio-Canada). Certains n'hésitent pas à parler de 7ème continent. Certaines associations estiment à 100 000 le nombre de mammifères marins, et à un million d'oiseaux qui meurent à cause du plastique dans les océans (source : Futura planète).

Il est donc recommandé de porter attention au contenu de votre boîte à lunch, ainsi qu'à l'endroit où vous jetez vos déchets, selon le principe des 3 R : Réduire, Réutiliser, puis Recycler.

Lors de la prochaine édition du journal : 10 trucs pour limiter le plastique dans vos boîtes à lunch.

- LUCAS KELLY

VOYAGE COMMUNAUTAIRE EN THAÏLANDE



Cette année, pour la 4ème fois, le Collège Laurentien organise un voyage semi-communautaire en collaboration avec Voyages Objectif Terre. Cette fois-ci, au lieu d'être dans un pays sud-américain, le voyage se déroulera en Thaïlande, un pays d'Asie du Sud-Est

Vingt élèves et 3 accompagnateurs participeront à ce voyage, planifié pour les deux semaines de relâche de février-mars. Heureusement pour nous, car c'est le minimum demandé pour le voyage . Donc, s'il y avait eu une personne de moins qui participait, ce voyage n'aurait pas pu avoir lieu.

C'est après plus de 19 heures de vol, que le groupe arrivera à Bangkok et l'aventure pourra débiter.

Le volet culturel du voyage comprendra, entre autres, la visite de Bangkok avec son Grand Palais, le temple Wat Pho et une croisière douce à travers les klongs (réseau de canaux), un séjour sur l'île de Koh Samet, la visite de Chiang Mai avec son marché Worarot et d'autres temples thaï.

Le volet communautaire lui sera constitué d'un séjour de 5 jours au Elephant Nature Park pour aider à prendre soin d'éléphants qui ont eu un passé difficile, qui ont été blessés et-ou traumatisés.

Une expérience très enrichissante en perspective!

- Philippe Cliche



MON VOYAGE DE CET ÉTÉ À KOTOR ET À SPLIT

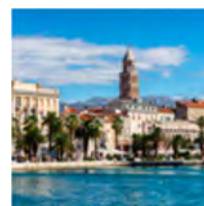
Dans cette section, je vais vous parler de mon voyage de cet été (du 9 au 19 août).

Pour commencer l'année, le sujet sera Kotor et Split. Dans les prochains journaux, je parlerai d'autres villes que j'ai vues.

J'ai voyagé en croisière avec la compagnie Celebrity X Cruise sur l'un de leurs bateaux; le Celebrity Infinity.



Kotor est une ville de 19 000 habitants (en date de 2003) au Monténégro. Malgré le fait que cette ville ne soit pas très connue, elle est magnifique avec sa vue sur les montagnes en plein milieu de sa baie. Kotor fut fondée à l'époque de Jules César et a été rajoutée à l'ancienne province Romaine de Dalmatie en -168. Au départ, son nom était Acruvium.



Cette ville est magnifique! Selon moi, il est mieux d'aller au Monténégro qu'à Corfu. Aussi il y a beaucoup de chats dans cette ville. Tellement en fait, que les chats de Kotor ont leur propre page Facebook! Si vous allez à Kotor je vous conseille d'aller voir la Cathédrale de Saint-Typhon.

Voici quelques photos :



Split est une ville de 167 121 habitants en Croatie, ce qui fait d'elle la 2^{ème} ville la plus peuplée de son pays. Split fait partie de la liste du patrimoine de l'UNESCO. Cette ville ancestrale est entourée par des montagnes et l'on peut voir l'Italie de son port. Split est sur le bord de la mer Adriatique.

Voici quelques photos :



- VINCENT LAROCHE-GAGNIER

MOTS CACHÉS

O	R	D	I	N	A	T	E	U	R	Y	S	A	Q
F	L	H	A	K	A	T	R	O	U	S	S	E	A
W	O	W	A	G	E	N	D	A	A	I	B	U	E
A	I	G	U	I	S	O	I	R	I	E	E	X	O
M	A	R	Q	U	E	U	R	J	F	H	W	E	X
R	È	G	L	E	S	S	A	R	R	A	U	X	J
G	N	C	A	L	C	U	L	A	T	R	I	C	E
G	V	P	O	I	E	V	L	N	A	L	Q	E	J
C	R	A	Y	O	N	U	I	Q	Q	E	W	P	G
C	O	L	L	E	P	O	O	U	S	A	M	X	R
C	I	S	E	A	U	P	C	S	E	E	E	W	T
E	F	E	S	A	C	M	E	W	V	U	E	B	D
E	O	E	E	F	F	A	C	E	C	V	N	N	Q
L	I	V	R	E	K	C	A	H	I	E	R	P	S

ARTICLES SCOLAIRES

efface	colle
règle	marqueur
ordinateur	ciseau
livre	agenda
trousse	sac
aiguiseur	
cahier	
calculatrice	
crayon	
sarrau	

MOTS CROISÉS

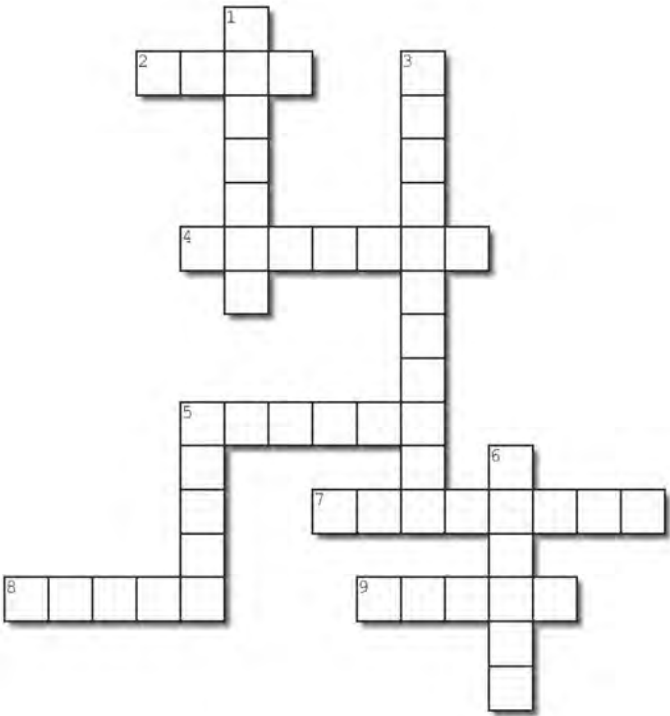
AU DÉFI PLEIN-AIR

Horizontal

- 2. Le sport à 2 roues
- 4. En vente sous la tente
- 5. Le sport sans accessoire
- 7. Lieu pour la remise des prix
- 8. Lieu de la course à pied
- 9. Pour délimiter le parcours

Vertical

- 1. On en a eu toute la journée
- 3. Pour identifier les équipes
- 5. Le sport sur l'eau
- 6. Pratique pour avancer dans l'embarcation



- GABRIELLE BINETTE

LES BLAGUES DE LAULAU



B

ANNIVERSAIRES

BONNE FÊTE À NOS ÉLÈVES
QUI CÉLÈBRENT LEUR ANNIVERSAIRE DE NAISSANCE D'ICI LA PROCHAINE
ÉDITION DU JOURNAL!



Duval, Julia	201	01-nov
Martin, Marylie	302	02-nov
Bautista Brodziak, Julio	441	04-nov
Jacquot, Robin	441	04-nov
Latella-Rocheleau, Carlo	661	06-nov
Boucher, Louis-David	551	08-nov
Bodson, Sylvestre	551	12-nov
Lafarge, Yoan	401	13-nov
Thibault-Lavigne, Sasha	661	16-nov
Talbot, Maxym	102	16-nov
Pollet, Valentine	441	18-nov
Poirier, Emanuelle	501	23-nov
Villeneuve, Léonie	101	24-nov
Pelletier, Shan	301	25-nov
Taylor-Washer, Sabah	301	26-nov
Laurin, David	661	28-nov
Morin, Teeja-Adjany	402	29-nov
Franke, Sasha	102	01-déc
Leduc, Jarod	202	01-déc
Parent-Chartray, Anouk	441	02-déc
Barker, Jesse	301	03-déc
Alary, Joey	501	04-déc

Nuvoli, Tom	551	02-oct
Therrien, Nicholas	401	02-oct
Léger, Chanelle	501	03-oct
Lafrance, Raphaël	201	04-oct
Fisette, Mireille	301	06-oct
Cliche, Philippe	302	06-oct
Lalande-Chamberland, Aurélie	441	07-oct
Chaumont, Nathan	401	09-oct
Desrosiers, Jérémy	201	10-oct
Valiquette, Mégane	661	11-oct
Desrosiers, Lénie B.	401	13-oct
Leclair, Maeva	661	16-oct
Lussier, Neeho	302	16-oct
Nuvoli, Téo	202	17-oct
David, Kimberley	301	18-oct
Rybak, Morgan	661	19-oct
Nadeau, Gabriel	551	22-oct
Seyer-Cloutier, Mathias	302	24-oct
Jacques, Samuel	402	25-oct
Quevillon, Maïa	201	27-oct
Pakula, Romain	401	29-oct
Régimbald, Victoria	202	31-oct



- SIMON MONTPETIT LEVAC