



Journal l'Infomane

Le journal étudiant de collège de Bois-de-Boulogne depuis 1974

LE JOURNAL

EST DE

RETOUR !

DANS CETTE ÉDITION :

- L'association étudiante et ses comités
- Grève des professeurs : causes et perspectives
- Three Days Grace à Montréal
- 5 Films à regarder
- Que faire pendant les vacances?!
- J'ai pas le temps de m'entraîner!
- Le nouveau petit écran?
- Classique Hivernal 2016

VIE ÉTUDIANTE

L'ASSOCIATION ÉTUDIANTE ET SES COMITÉS



Toute personne qui étudie au collège fait partie de l'Association Générale Étudiante de Bois-de-Boulogne (AGEBdeB). L'AGE est le syndicat des étudiants et étudiantes de Bois-de-Boulogne, et travaille donc à défendre leurs droits, tout en leur offrant plusieurs services et en finançant des comités qui remplissent différentes tâches et animent la vie étudiante.

L'AGEBdeB fonctionne sur le principe de la démocratie directe. Pour cette raison, c'est l'assemblée générale de ses membres qui est son instance décisionnelle suprême. C'est en participant aux assemblées générales que vous pouvez décider de la direction que prendra l'association, des actions qu'elle posera et des positions qu'elle défendra.

L'assemblée générale est, entre autres, responsable d'élire le conseil exécutif, qui se charge de gérer les affaires courantes de l'association et de mettre en œuvre ce qui a été voté en assemblée. Le conseil exécutif se compose de neuf membres. Actuellement, deux postes au conseil sont vacants : celui de secrétaire aux affaires internes, dont le mandat est d'assurer le bon fonctionnement des comités de l'association, et celui de secrétaire aux communications, responsable de produire le matériel de communication de l'AGEBdeB et de le diffuser.

Si vous voulez **contribuer**, si vous avez des questions ou si vous avez **besoin d'aide**, n'hésitez surtout pas à passer au local S-258 ou à écrire au agebdeb@age.bdeb.qc.ca.

L'AGEBdeB fournit aussi plusieurs services à la population étudiante de Bois-de-Boulogne. Elle prête des sarraus, elle offre un service d'impression à bas prix, y compris en couleur et, surtout, elle défend les étudiants et étudiantes qui rencontrent des problèmes avec le personnel enseignant ou l'administration du collège et gère leurs plaintes, par exemple en ce qui concerne la révision de notes et les cas de discrimination. Ce dernier service est assuré par le ou la secrétaire aux affaires pédagogiques que vous pouvez rejoindre par le biais son adresse courriel (pedagogie@age.bdeb.qc.ca).



LE COMITÉ D'IMPROVISATION

Le comité d'improvisation regroupe dix-neuf étudiants dynamiques qui ont pour mission d'organiser la production, la diffusion et la promotion de spectacles d'improvisation théâtrale, plus particulièrement des « matchs d'impro ». Les équipes du collège font partie de la Ligue des Pamplemousses qui est la plus grande ligue d'improvisation au monde regroupant cette année quarante-et-une équipes collégiales. La Réplique (division Pamplemousse), La Riposte (division Tangerine) et Le Retour (équipe réserve) vous offrent des soirées d'impro enflammées les mercredis soir à la Place Ignace (Pavillon Ignace-Bourget). Blagues, rires et punchs sont au rendez-vous, sans oublier du popcorn gratuit! Pour plus d'informations concernant les matchs à venir, suivez-nous sur Facebook @Impro BdeB!



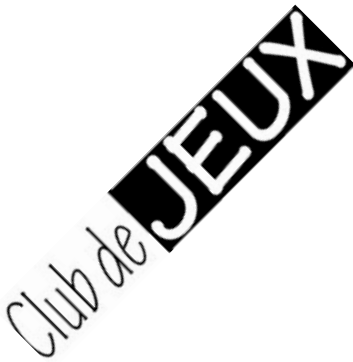
LA RADIO ÉTUDIANTE CJRB*

La mission de CJRB est de permettre aux membres de l'Association d'avoir un espace permettant la diffusion d'émission de nature culturelle ou artistique. Le comité a également une mission pédagogique et vise à fournir une expérience radiophonique et d'animation aux membres qui participent. De manière plus spécifique, le comité privilégie la diffusion de matériel culturel québécois et francophone.



LE MIWAKU, LE COMITÉ MANGA ET CULTURE ASIATIQUE*

La mission du Miwaku est de promouvoir et de favoriser l'apprentissage de divers savoirs et savoir-faire en lien avec la production littéraire de genre Bande dessinée. Le comité a pour objectif de favoriser la création, la production et l'offre artistiques et culturelles de ce genre littéraire au collège. Le comité a pour objectif de mettre à la disposition des membres les fonds, les installations et l'équipement nécessaire aux productions et diffusions de littérature de ce genre. Le comité vise également à offrir aux membres qui s'investissent une expérience, à divers niveaux, dans la production et l'édition de bandes dessinées. Finalement, le comité a pour objectif général d'alimenter la vie culturelle dans la communauté.



LE CLUB JEUX*

La mission du club Jeux est de favoriser la production originale de littérature et de produits culturels liés à la littérature fantastique, mythologique, liée aux jeux de rôle, autrement étrange, etc. Le comité a pour objectif de favoriser la diffusion et la promotion de spectacles, des activités de divertissement ou de séances interactives liées à production ou la diffusion de ce genre littéraire. En ce sens, il favorise l'apprentissage et cela constitue au cégep un lieu privilégié d'échange et de création pour les membres cherchant à acquérir une telle expérience. Dans un sens plus général, le comité a pour but d'alimenter l'offre culturelle et l'animation générale au collège.



Club Informatique
Collège de Bois-De-Boulogne

LE CLUB INFORMATIQUE*

La mission du club informatique est d'offrir une assistance aux membres et non-membres de l'Association en matière informatique. Le comité entretient également une vocation pédagogique à l'endroit des membres qui s'y impliquent à l'effet de fournir une formation dans le domaine du soutien et l'entretien de systèmes informatiques. Le comité vise plus généralement à favoriser la solidarité et la coopération entre les membres de l'Association.

LE CALEB, OU COMITÉ D'ACTION ET DE LUTTES ÉTUDIANTES BOULONNAISES*

La mission du CALEB est de constituer un espace de réflexion relatif au plan d'action et aux positionnements de l'Association, pour les membres intéressés de l'Association. Le comité a pour but de favoriser la conscience syndicale des membres. Le comité a pour objectif de soutenir, étudier et proposer diverses positions et revendications pour l'Assemblée générale des membres. Le comité a également pour mission de susciter la participation au plan d'action du comité ou de l'Association. Le Caleb est donc un lieu de débat, d'organisation et de planification d'actions pour l'Association. En ce sens, le comité a pour but de regrouper dans une ligne commune d'initiative l'ensemble des actions politiques ou autres afin qu'elles forment un ensemble cohérent. Le comité vise à l'organisation de diverses activités ou formations visant à la conscientisation ou à l'information des membres.

*Description venant des règlements généraux.

MONDE ET SOCIÉTÉ

GRÈVE DES PROFESSEURS: CAUSES ET PERSPECTIVES



Source : SEECB

Par : Kyryl Nyemtsev

Depuis le début de la session, la grève des professeurs est un sujet largement discuté. En effet, notre personnel enseignant fait partie du vaste mouvement de grève qui secoue actuellement le secteur public au Québec, et les effets s'en font sentir jusqu'à Bois-de-Boulogne: après avoir mis en œuvre des moyens de pression divers et variés (manifestations internes visant à déranger l'administration du collège dans son travail, piquetages symboliques le matin), le Syndicat des enseignantes et enseignants du Collège de

Bois-de-Boulogne (SEECB) a mené une première journée de grève le jeudi 29 octobre, suivie de deux jours de grève lundi le 16 et mardi 17 novembre. Mais pourquoi nos professeurs sont-ils en grève? Et que peut-on attendre pour la suite des choses?

Actuellement, les employés du gouvernement provincial sont en processus de négociations pour le renouvellement de leurs conventions collectives. En bref, cela signifie qu'ils cherchent à s'entendre avec leur employeur, le gouvernement, sur leurs conditions de travail, leurs salaires et d'autres questions

importantes. Pour augmenter leurs chances de réussite dans ces négociations, les principaux syndicats qui représentent la fonction publique se sont regroupés au sein de Front commun, qui regroupe la Centrale Syndicale Nationale (CSN), la Fédération des Travailleurs et Travailleuses du Québec (FTQ) et le Secrétariat Intersyndical des Services Publics (SISP).

Le Front commun a formulé plusieurs revendications, demandant entre autres une augmentation de salaire de 4.5 % par an pendant trois ans, dans l'optique de combler la différence de salaires qui existe ac-

tuellement entre la fonction publique provinciale et le secteur privé. Il a aussi demandé au gouvernement de prendre des engagements clairs en ce qui concerne plusieurs dossiers touchant aux conditions de travail, par exemple la précarité d'emploi, la conciliation travail-famille-études et le recours à la privatisation. Depuis un an déjà, le Front commun négocie avec le gouvernement afin d'obtenir ce qu'il demande. Cependant, ses représentants affirment que les négociations n'avancent pas.

Les syndicats jugent en effet l'offre gouvernementale insuffisante : le plan proposé par le Conseil du Trésor comporte par exemple, et ce, depuis le début, une augmentation de salaire de 3 % en cinq ans, ce qui correspond aux deux tiers de ce que le front commun demande pour une seule année. L'offre du gouvernement a récemment été révisée, mais, en ce qui concerne les salaires, ce remaniement n'a fait que répartir différemment l'augmentation de salaire qui était déjà sur la table. Il faut dire que le gouvernement libéral en place cherche, depuis son élection, à mettre en œuvre des politiques d'austérité, ou de rigueur budgétaire. Il cherche donc à limiter ses dépenses, entre autres en coupant dans le secteur public, ce qui explique en partie pourquoi il ne juge pas recevables les revendications des syndicats.

Si tout ceci nous affecte, c'est parce que le SISF inclut la Centrale des Syndicats du Québec (CSQ), dont fait partie le SEECB. Nos professeurs participent

donc aux moyens de pression du Front commun. Qu'est-ce que ça signifie pour la suite des choses? Le tableau est désormais flou : les syndicats avaient prévu une grève nationale le 1er, 2 et 3 décembre, ce qui aurait été un développement majeur, considérant que toutes les journées de grèves jusqu'à maintenant ont été régionales et n'ont donc jamais affecté la province entière. Cependant, cette grève a récemment été reportée par la direction du Front commun, alors même que le gouvernement rejetait son offre la plus récente.

En plus de ce récent changement dans les plans du Front commun, c'est la possibilité d'une loi spéciale qui rend difficile toute prédiction sur la suite des choses. En effet, puisque le gouvernement libéral est non seulement l'employeur des grévistes, mais aussi le législateur du Québec, il pourrait facilement adopter une loi qui fixerait directement les conditions de travail des grévistes, sans égard pour les négociations, et leur ordonnerait de retourner au travail en imposant de lourdes pénalités pour ceux et celles qui ne le feraient pas. Le Front commun n'a pas encore dévoilé ce qu'il ferait si un tel cas de figure devait se produire. La grève dans le secteur public reste donc un dossier à suivre, même si, pour le moment, son impact direct sur le collègue semble avoir été réduit.

 **vos opinions?**
.....
Infomane@age.bdeb.qc.ca

Article, Texte, Photo, Poème, Chronique, Opinion...

Vous voulez écrire des articles de journaux, des textes d'opinions, des analyses sur des sujets qui vous touchent, ou des histoires?

Devenez journaliste!

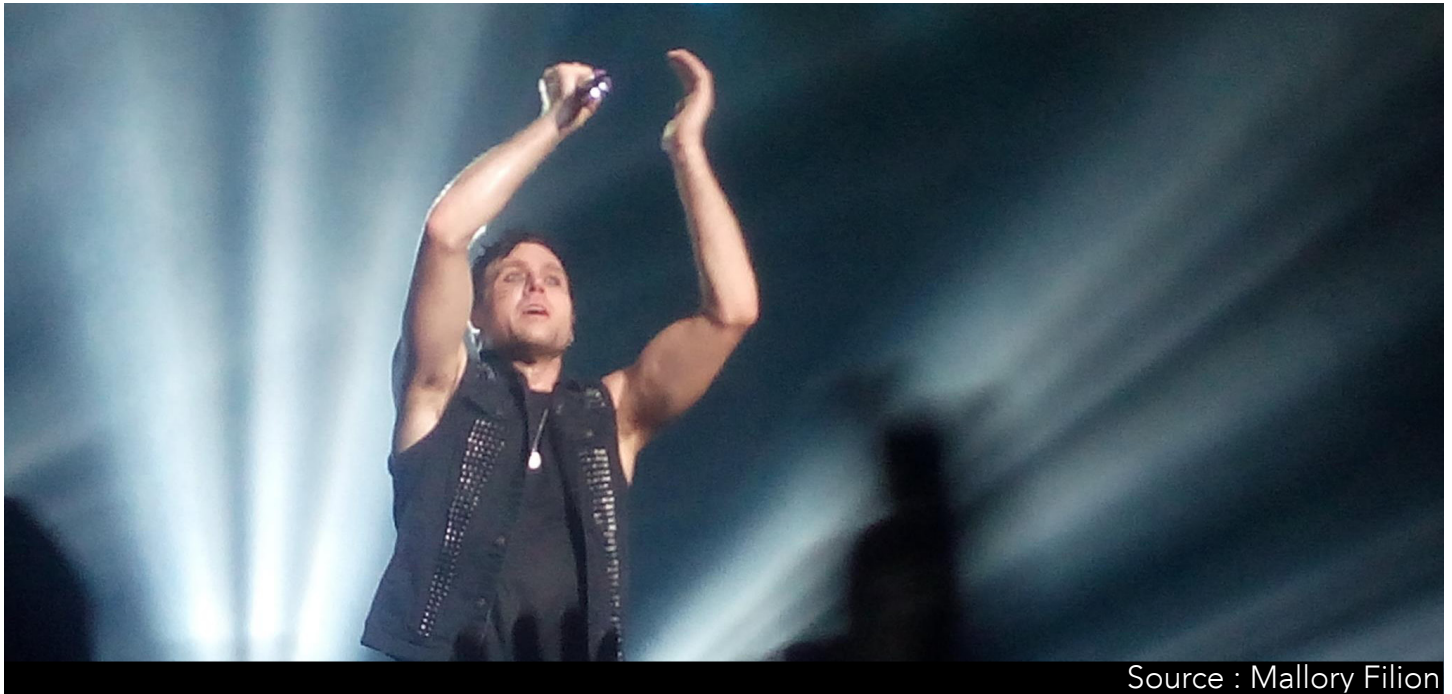
Vous avez envie de devenir journaliste et de vous joindre au sein de l'équipe de l'Infomane, le journal étudiant de Bois-de-Boulogne depuis 1974? Venez-nous voir!

Seules conditions : avoir l'humilité d'apprendre et la curiosité de rechercher.

Contactez-nous !
infomane@age.bdeb.qc.ca

ARTS ET SPECTACLES

THREE DAYS GRACE À MONTRÉAL



Source : Mallory Filion

Par: Mallory Filion

Le groupe métal alternatif Three Days Grace a offert toute une performance à ses admirateurs lors de son passage au Métropolis le 6 novembre dernier. Sa venue à Montréal a attiré de nombreux spectateurs; la salle affichait complet. Pendant 90 minutes, Three Days Grace a su captiver le public par l'interprétation de ses anciens et plus récents succès.

La dernière apparition du groupe à Montréal datait de 2013, peu de temps avant qu'Adam Gontier, le chanteur officiel, ait décidé de quitter la formation. Ce fut une séparation assez déchirante pour ces amateurs, jusqu'à l'arrivée, en 2014, de Matt Walst, le chanteur actuel. Ce dernier a bien accompli sa tâche, même s'il ne possède pas les mêmes intonations que Gontier, et a réussi à cap-

ter l'attention de la foule, faisant presque oublier l'ancien interprète.

Le spectacle a commencé sur une introduction de sons et de lumières, puis le groupe a fait son apparition sur le rythme de son plus récent succès « I am machine » tiré de leur tout nouvel album « Human », sorti en mars dernier. C'est avec dynamisme et énergie que Walst a su motiver les spectateurs dès les premières minutes du concert en les invitant à chanter à tue-tête et à faire le plus de bruit possible.

Three Days Grace a évoqué un brin de nostalgie tout au long du spectacle avec la reprise de multiples succès datant du début des années 2000. L'interprétation des chansons, telles que « I hate everything about you », « Riot » et « Home », a effectivement su électriser la foule. Les admirateurs des tout premiers débuts de la troupe canadienne

avaient de quoi être choyés!

Le groupe en première partie a démarré le spectacle avec vigueur et explosion sonore. Halestorm dirigée par la chanteuse Lzzy Hale, a fait vibrer le Métropolis au son des chansons « Apocalyptic » et « I miss the misery ». Le batteur Arejey Hale a volé la vedette le temps d'un solo impressionnant. Il a même mis une touche humoristique avec l'utilisation de baguettes géantes. Dommage qu'Halestorm n'était qu'en première partie du spectacle, puisque les amateurs ne se lassaient pas de leur performance.

Three Days Grace continuera sa tournée canadienne jusqu'à la fin novembre pour ensuite s'envoler vers l'Europe. Espérons qu'ils reviendront bientôt à Montréal pour un nouveau spectacle!

5 FILMS À REGARDER

Par : Linda Mai

Après des examens stressants de fin de session : quoi de mieux que de regarder des films pour aérer l'esprit ? Voici mes cinq suggestions de films, tous adaptés d'un roman, à voir durant la fin de session. Les films, accompagnés d'un résumé et de critiques, vous donneront probablement le goût de les regarder.



L'écume des jours de Michel Gondry (Comédie dramatique, fantastique)

Le film français est une adaptation du roman du même nom de Boris Vian.

Synopsis : Colin, jeune homme naïf, rencontre Chloé avec qui il filera le parfait amour. Hélas, le couple nouvellement marié verra leur destin exempt de plaisirs, puisque Chloé tombe malade d'un nénuphar qui grandit dans son poumon. Avec moins d'argent en poche, Colin enchaîne travail après travail pour payer les soins de Chloé. Malgré ses efforts, l'état de Chloé ne s'améliore pas. Pour combler le tout, son groupe d'amis, composé du cuisinier

Nicolas et de Chick, fanatique du philosophe Jean-Sol Partre, prendra des chemins opposés.

Le film commence dans un univers fantastique et éclaté où les objets se déplacent tout seul, un chef cuisinier se trouve à l'intérieur d'une télévision, l'agenda du cuisinier est en forme de cube Rubik, des voitures avancent à l'envers, et j'en passe... Sur le plan visuel, le réalisateur fait preuve d'ingéniosité dans les effets spéciaux, quelquefois un peu trop étourdissants. Gondry a bien su mettre en vie les éléments principaux du roman tout en ajoutant sa touche explosive de créativité.

Toutefois, le film ne va pas plus loin, négligeant ainsi des éléments importants. Le réalisateur a tellement misé sur un montage débordant d'imagination, qu'il a fait du récit une affaire de second plan. Il faut avouer qu'adapter au cinéma un roman rempli de procédés littéraires surréalistes, ce n'est pas chose facile ! Au final, Gondry livre un film respectant merveilleusement bien l'univers créé par Boris Vian, mais qui perd d'éclat sur le plan émotionnel. Même si le film ne crée pas entièrement la vision de Vian, ce film reste un des films les plus



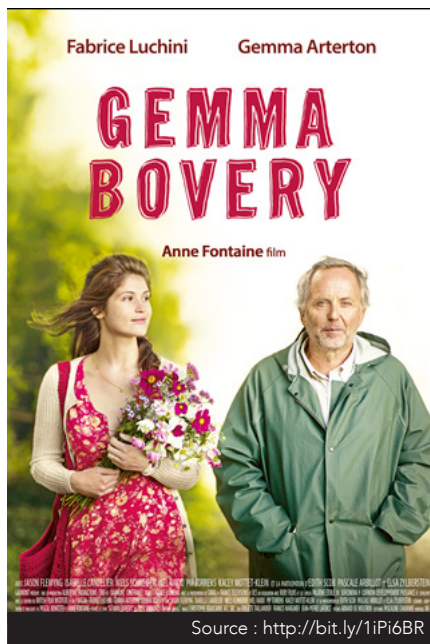
Divergent de Neil Burger (Science-Fiction, Romance, Action)

Le film Divergence est basé sur la trilogie du même nom.

Synopsis : Le film est transposé dans un monde postapocalyptique divisé en cinq factions, et une non-faction : Altruiste, Audacieux, Érudit, Sincère et Fraternel, et Sans Faction. Leur destin dépend de leur choix, mais plus spécifiquement du résultat à un test obligatoire. Le personnage principal Tris n'appartient à aucune catégorie ; elle est une Divergente. Ayant le goût aux aventures, elle choisit d'intégrer la faction des Audacieux. Tris verra des amitiés se briser, des couleurs ressortir ainsi que des

relations se former et se souder.

Comme tout bon film de science-fiction, un film de ce genre se voit impressionnant du côté des effets spéciaux. C'était le cas pour *Divergence*. À mon plus grand étonnement, les jeunes acteurs délivrent une performance convaincante. Si vous n'envisagez pas de voir le film parce que vous ne voulez pas faire comme tout le monde en regardant un film déjà vu par le trois quarts de la population planétaire, vous passez à côté d'un film qui vaut la peine d'y jeter un œil. *Divergence* brisera votre cœur d'altruiste, alimentera votre esprit fraternel, prouvera votre ténacité d'audacieux et apportera du soutien à votre âme de sincère.



Gemma Boverly d'Anne Fontaine (Drame, Comédie)
Le film français Gemma Boverly est l'adaptation du roman du même titre de Posy Simmonds qui s'inspire du roman, Madame Bovary, de Flaubert.

Synopsis : Martin délaisse sa vie parisienne pour vivre en Normandie avec sa femme et son fils, désirant reprendre la boulangerie paternelle. Depuis toujours, Martin se passionne pour la littérature, particulièrement celle de Flaubert. Au comble de son bonheur, un couple anglais, Gemma et Charles Boverly, vient pimenter sa vie monotone en s'installant dans la maison d'en face. Non seulement leurs noms sont similaires à ceux des héros de Flaubert, mais leur comportement semble étrangement tirer du roman. Subjugué par le charme de la jolie Gemma, Martin deviendra témoin de ses malheurs. Partagerait-elle le même sort tragique qu'Emma Boverly, personnage fictif de Flaubert?

Anne Fontaine propose une comédie dramatique remarquable dans lequel les acteurs brillent dans leur prestation. L'acteur Fabrice Luchini incarne à merveille son personnage. De même que l'actrice britannique Gemma Arton, au charme naturel, s'approprie le rôle de la sensuelle Gemma Boverly avec crédibilité. Seul petit défaut : le film a des lenteurs, par moments, qui auraient pu être enlevées. Malgré cela, on savoure cette comédie à l'humour subtil. L'intelligence des propos, la mise en scène, la performance des acteurs et la fin cohérente qui constituent les qualités du film font de cette adaptation cinématographique une réussite du cinéma.



Le monde de Charlie de Stephen Chobsky (Comédie, drame)
Ce drame est basé sur le livre The Perks of Being a Wallflower ou, en version française, Le monde de Charlie. Stephen Chobsky est celui qui a écrit le récit et aussi celui qui a dirigé les acteurs lors du tournage.

Synopsis : Un accident du passé lui a laissé des marques et il n'est pas capable de s'en débarrasser. Charlie est un jeune adolescent commençant son secondaire. Il demeure seul jusqu'à ce qu'il rencontre deux autres personnages, Sam et Patrick, pendant la saison d'automne de football. Ce personnage n'a aucune expérience sociale, mais tout changera lorsqu'il fera la connaissance de la drogue, de l'amour et de l'alcool.

Il n'est pas facile de rester indifférent face aux situations compliquées que vit Charlie. L'adaptation cinématographique touche le spectateur principalement dû aux sentiments, aux actions et aux paroles qui transpercent presque le cœur. Difficile de fi-

nir le film sans être bouleversé. Le blanc peut bien s'incorporer au noir, mais le noir peut aussi troubler le blanc. C'est ce que le film prouve clairement. Émouvant, profond et juste, Le monde de Charlie se distingue d'autres films adolescents par sa réalité troublante des souffrances durant la puberté.



Libre et assoupi de Benjamin Guedj (Comédie)
Il s'agit d'une adaptation cinématographique du roman *Libre, seul et assoupi* de Romain Monnery.

Synopsis : Sébastien, âgé de 29 ans, n'a qu'une seule ambition dans la vie : ne rien faire. Diplômé d'un Bac +10, il passe ses journées affalé sur son canapé et contemple sa vie. Poussé par ses deux colocataires qui, contrairement à lui, enchaînent travail et stages, Sébastien devra faire son entrée dans le marché du travail. Fini la vie libre ! Il va apprendre à mûrir avec l'aide d'Anna, celle qui ne recule devant rien, et de Bruno, celui qui aime se promener en slip. À travers un personnage paresseux, le film français dresse le portrait d'une génération

qui rejette le monde du travail. Bardé de diplômes, Sébastien ne sait plus quoi faire de son avenir, mais cela lui importe peu... finir le dernier ou le premier à l'école ; qu'est-ce que ça change dans la vie ? On assiste à un film qui délivre des messages saisissants sur notre société tout en gardant un aspect humoristique. Cette comédie a un humour qui fonctionne bien, sans vraiment nous faire éclater de rire. Le dénouement, à la fois simple et surprenant, mérite des applaudissements. Si vous cherchez une comédie sympa à regarder durant la fin de session, vous savez ce qu'il faut choisir !

Et vos opinions ?

Faites-nous savoir vos opinions sur les sujets chauds de l'actualité, que ce soit sur la scène nationale et internationale ou sur les événements qui vous entourent et vous touchent. Le courrier du lecteur est là pour vous écouter, recueillir vos réflexions, vos critiques, vos lettres d'opinion et vos commentaires ! Écrivez à l'équipe de rédaction de l'Infomane pour publier un texte d'opinion dans nos pages ; les textes seront publiés en conformité avec notre *Code d'éthique journalistique*.

Infomane@age.bdeb.qc.ca

Publicité

IMPRO BDEB

ON A BESOIN DE VOUS

IMPRO BDEB

SOIRÉE D'IMPRO À BDEB!

MATCH DE FEU, BLAGUES,
RIRES ET POPCORN GRATUIT!
TU VEUX PAS MANQUER ÇA!



À BDEB
ON IMPROVISE AILLEURS QU'EN EXAMEN

PROCHAINE DATE

LA REPLIQUE VS LES PORTES PATIO

LE 16 DECEMBRE 20 HEURE
PLACE IGNACE

VISITEZ NOTRE PAGE FACEBOOK

IMPRO BDEB




SANTÉ ET BIEN-ÊTRE



QUE FAIRE PENDANT LES VACANCES?!

Source : <http://bit.ly/1LwmFYS>

Par : Sara Lachapelle

Les vacances d'hiver, c'est aussi le temps pour prendre sa revanche sur l'ennui constant que nous procurent les études, les examens et tout ce qui vient aussi. Voici une sélection d'idées pour vous divertir pleinement pendant le congé des fêtes!

Tout d'abord, il y a tout ce qui est sport d'hiver. Vous pouvez prendre une journée ou plus pour aller faire du ski ou de la planche à neige. Si vous ne savez pas en faire, il n'est pas trop tard pour apprendre! Sinon, il y a toujours des choix moins chers comme le patin à glace ou la luge. Ce genre d'activités vous fera enfin sortir de votre maison et vous permettra de profiter un peu de l'hiver.

C'est aussi le temps parfait pour renouer des liens. Il n'y a rien de mieux que de voir ses vieux amis. Alors, pourquoi ne pas partir dans un chalet pour quelques jours et s'offrir du bon temps?

Il y a aussi les bons vieux clas-

siques qu'on aime toujours faire, comme aller au karaoké, à l'arcade et j'en passe.

Pour ceux qui sont plus fêtards, vous aurez enfin l'occasion de boire sans avoir à vous soucier de votre devoir de philosophie. Le New City Gas propose toujours d'excellents concerts de DJ, mais il y a aussi d'autres clubs, comme les Foufounes Électriques, qui sont plus abordables.

Il est tout aussi compréhensible de vouloir simplement se détendre. Alors, quoi de mieux, après une longue session stressante, que d'aller se faire masser ou de passer une journée au spa pour se libérer de toute cette tension? Il est tout aussi possible de se reposer le cerveau devant une bonne série ou encore de se faire un marathon de tous les *Star Wars* avant de voir le nouveau qui sortira le 18 décembre prochain.

S'il y en a certains qui n'ont pas décroché de l'école, vous pouvez toujours vous rendre au centre des sciences où il y a des expositions intéressantes.

Vous pouvez aussi vous rendre à la Tohu ou dans le musée de votre choix selon le choix d'exposition qui vous attire le plus.

Pour ceux et celles pour qui l'hiver rime avec hockey, vous aurez la possibilité de faire plus que simplement le regarder sur votre écran chez vous et enfin vous rendre au Centre Bell pour profiter de l'ambiance enivrante que cette expérience vous donne.

Enfin, vous pouvez toujours profiter de ce que notre belle ville nous offre, c'est-à-dire des nombreux festivals et spectacles en tous genres. Pour plus d'informations, allez consulter les sites : <http://www.sorstu.ca/ville/montreal/>, <http://www.tourismemontreal.org/blog/fr/category/evenements-festivals/>, etc.

Oui, il y a un congé et nous enfin relaxer, mais il ne faut pourtant pas oublier que ce sera aussi le temps des fêtes et qu'il est important de passer du temps avec sa famille et ses amis.

Bonnes vacances!

J'AI PAS LE TEMPS DE M'ENTRAÎNER!



source : <http://goo.gl/0feSsv>

Par : Anna Lazaris

Travail, école, amis, étude, dodo... et c'est à recommencer. La plupart d'entre nous ont des vies tellement chargées que le temps semble nous échapper. On n'a pas le temps; c'est simple. Malheureusement pour nous, notre horaire nous a rendus moins actifs. Selon les statistiques, la majorité des Canadiens (68 %) sont sédentaires pendant plus de neuf heures par jour, évidemment sans compter les heures de sommeil. Maintenant, ces nombres semblent assez catastrophiques, par contre un simple rajustement nous permettrait d'atteindre un statut « actif » selon l'Institut de Cardiologie de Montréal et Santé Canada.

Alors que faire pour être considéré comme un adulte actif ?

Bien qu'il soit recommandé de faire une heure d'exercice modéré ou léger tous les jours, se limiter à trois heures par semaine et aussi acceptables. Maintenant, trouver 25 minutes de libres pour faire de l'exercice est beaucoup plus facile. En plus, il n'est nullement mentionné que ce doit être un temps d'exercice continu. Ce qui veut dire que pendant une pause de dix minutes vous avez le temps de courir pendant cinq minutes ou faire l'aller-retour entre le pavillon d'Ignace et St-Paul deux fois, aller aux toilettes et revenir en classe à l'heure.

Il faut avouer qu'il n'y a rien de mieux pour se réveiller après deux heures de philosophie que de faire une petite course dehors à l'air frais.

Exercice intense, modéré ou Léger ?

Chaque type d'exercice a son utilité, par exemple la journée après un entraînement demandant, on pourrait choisir de quand même rester actif, mais de façon légère. Il faut aussi être conscient de nos propres limites, parce qu'un entraînement trop demandant pourrait causer des blessures. Les entraînements à haute intensité sont des entraînements par intervalles. Tandis qu'un entraînement léger ou modéré serait de type continu. Marché, monter les escaliers et faire le ménage serait des activités légères. Un petit jogging matinal avec quelques « push-up » un travail modéré. Un entraînement cardiovasculaire ou musculaire serait soit modéré ou intense dépendant du nombre de répétitions ou de séries.

Pourquoi faire de l'exercice ?

C'est simple, être actif à une panoplie davantage. Aussi peu que 15 minutes d'exercice par jour augmentent l'espérance de vie de 3 ans. L'exercice réduit le risque du diabète et aide à équilibrer le taux de sucre dans le corps. Le fait d'être actif nous permet de mieux dormir, mais aussi de baisser notre stress et notre anxiété. Alors, sans

ce surplus de stress il est plus facile de se concentrer. Les gens actifs ont tendance à être plus énergétiques et moins fatigués que leurs collègues plus sédentaires.

Et si j'ai pas le temps d'être actif ?

Impossible. Tout le monde a le temps d'être actif, ne serait-ce que pour vingt-cinq minutes par jour. On n'a pas besoin d'un gym pour être actif ou d'un entraîneur personnel. Un petit jogging matinal pourrait faire l'affaire. À la place de prendre le bus pourquoi ne pas marcher? Le trajet est trop long? Descendez un ou deux arrêts avant votre destination. Quand vous avez une pause entre deux cours, allez visiter la salle de musculation du cégep qui a une plage horaire réservée aux étudiants. Marcher pendant vos quinze minutes de pauses et prendre des détours pour aller en classes peut vous permettre d'accumuler des heures d'activité physique.

Temps vs Motivation

Être en santé ne se limite pas à marcher plus et à faire de l'exercice évidemment, mais c'est un bon début. C'est vrai qu'ouvrir son ordinateur et de passer la soirée sur Netflix est facile, mais s'entraîner et peut être aussi facile. Bien que le temps puisse être à blâmer, c'est plutôt le manque de motivation qui cause le plus de tort. Planifiez-vous des entraînements entre amis; un engagement est plus difficile à « oublier » qu'un « post-titre » laissé pour soi-même. Avec des partenaires d'entraînement, il est moins tentant de manquer une séance de sport.

Faites des matchs de « foot » ou de volley, la façon la plus facile de faire de l'exercice c'est de jouer. Amusez-vous en restant actif!

TECHNOLOGIE

LE NOUVEAU PETIT ÉCRAN ?



Source : Claudine Lambert

Par : Claudine Lambert

Le divertissement est maintenant omniprésent dans notre vie. On le cherche partout et toujours. Notre capacité de ne rien faire, pour certain, s'est complètement dissipée avec la venue des jeux vidéos, d'Internet, de la télévision 24 h, de la radio... Depuis quelques années, les services de flux continu, tel que Netflix, ont pris d'assaut la partie divertissement de notre vie. Ce qui nous amène à nous poser la question : Dois-je m'abonner à un service Internet ou garder ma bonne vieille télévision ?

Netflix a beaucoup évolué depuis sa création en 1997. Cette compagnie est passée de la location de DVD à la diffusion d'émissions et de films à partir de son site Internet et de son application. En effet, dans ses

premières années, on s'abonnait à Netflix pour pouvoir louer des DVD que l'on recevait par La Poste. L'abonné versait un montant mensuel, comme toujours, et pouvait garder ses locations aussi longtemps qu'il le voulait. Par contre, le nombre de locations était limité, selon le forfait auquel il était abonné. La compagnie a gardé le concept de la location sans limites et l'a ensuite transféré sur le Web en 2010. Elle a rendu ce service disponible sur plusieurs plates-formes variées, telles que les ordinateurs, les consoles de jeux vidéos et les appareils iOS. Depuis 2013, on peut y accéder par certains téléviseurs et tablettes électroniques. À ce jour, plus de 1 000 appareils sont compatibles avec Netflix.

Auparavant, la tâche de diffuser des contenus vidéos était celle de la télévision. Maintenant que

Netflix compte plus de 65 millions d'abonnés, on peut se demander quel service est le meilleur.

Il est difficile de trancher entre la télévision ou les services internet tels que Netflix. Du côté économique, comme les forfaits de Netflix sont d'apparence très bas (8,99 \$ pour le forfait le plus populaire), il faut aussi inclure le prix des forfaits Internet des utilisateurs. Comme on ne peut pas pleinement profiter du service à 8,99 \$ par mois sans un service Web haute vitesse d'une trentaine de dollars, le petit prix de Netflix ne reste pas si petit que cela. Pour la télévision, les forfaits qui contiennent seulement le minimum tournent autour de 40 \$. Pour illustrer ce propos, Vidéotron offre un forfait de 38 \$/mois pour 5 chaînes personnelles et les chaînes haute définition de base. Axion, une autre entreprise de câblodiffusion, offre un total de 40 chaînes pour 31 \$. Le combat reste neutre.

En plus d'un forfait, pour écouter Netflix, il faut être propriétaire d'un outil en tant que support pour le service. Un ordinateur, une tablette, un téléphone... Du côté de la télévision, bien entendu, il faut un téléviseur. Les prix de ces deux items sont très variables, mais nous pouvons poser l'hypothèse que l'ordinateur portable moyen coûte environ 500 \$ et que la télévision de 32 pouces aussi.

Pourtant, se fier aux coûts n'est pas la meilleure solution pour décider entre la télévision et Netflix. Pour pouvoir comparer les deux systèmes, il faut comparer la diversité du contenu qu'il distribue. Le contenu peut aider le téléspectateur à choisir sa plate-forme préférée. Le Netflix canadien offre plus de 800 comédies, presque le même nombre de séries, 700 documentaires, 52 classiques du cinéma et beaucoup plus. De son côté, la télévision offre environ 500 chaînes diffusant du contenu très diversifié. Du contenu québécois, canadien, français

et bien sûr, du contenu traduit de l'anglais. C'est d'ailleurs la raison prédominante du choix entre Netflix et la télévision.

Certains amèneront peut-être l'argument qu'il n'y a pas d'actualités, de nouvelles sur les réseaux tels que Netflix. Mais maintenant, toutes les informations que l'on peut entendre et voir à la télévision sont disponibles en tout temps sur la Toile. Les fils de presse sont en constant renouvellement et c'est sur cette plate-forme que l'on retrouve les nouvelles le plus rapidement. Parmi les différents journaux au Québec, La Presse,

le Journal de Montréal et Le Devoir ont chacun un site comportant une foule d'articles, plusieurs exclusifs au Web. Donc, dans ce cas-ci, le gagnant se décide encore par les préférences personnelles des auditeurs.

Si vous n'êtes toujours décidé, Netflix est maintenant accessible via quelques télévisions. Donc, le choix n'est plus nécessaire en achetant un gadget comme celui-là.

5 raisons de préférer ...

	Netflix	Télévision
1.	Sans publicité.	Être à jour dans les saisons.
2.	Les épisodes d'une saison arrivent tous au même moment.	Possibilité d'interagir sur les médias sociaux pendant un épisode.
3.	Présence de séries et de films originaux disponibles uniquement sur Netflix.	Possibilité d'écouter plusieurs émissions en même temps, avec le " zapping ".
4.	Disponible n'importe où, n'importe quand.	Contenu en français beaucoup plus riche.
5.	Désabonnement possible à n'importe quel moment, même pendant le premier mois gratuit.	Contenu local et instructif plus présent.

➔ Joignez-nous!

Vous voulez faire partie de l'équipe du journal l'Infomane? Votre implication est la bienvenue! Que ce soit pour être journaliste, photographe, correcteur, caricaturiste ou graphiste, il y a toujours un moyen de s'investir au journal. Venez faire un tour chez nous, au local S-264, ou écrivez-nous par courriel!

.....
Infomane@age.bdeb.qc.ca

SPORT

HOCKEY

CLASSIQUE HIVERNAL 2016: LA RIVALITÉ MONTRÉAL-BOSTON À L'EXTÉRIEUR



Source: NHL.com

Par : Mallory Filion

Les amateurs de hockey pourront fêter le Jour de l'an, cette année, en regardant la légendaire Classique hivernale opposant les Bruins de Boston aux Canadiens de Montréal. Ce fameux match se déroulera au Gillette Stadium de Foxborough, stade de football des Patriots de la Nouvelle-Angleterre.

La toute première Classique hivernale a eu lieu à Buffalo en 2008 : un affrontement entre les Sabres de Buffalo et les Penguins de Pittsburgh. Ce sera la première fois qu'une équipe de la Ligue nationale sera l'hôte d'une deuxième Classique hivernale; les Bruins avaient effectivement reçu les

Flyers de Philadelphie au Fenway Park en 2010. Quant aux Canadiens, ce sera leur première participation à cet événement historique.

La rivalité entre les Bruins et les Canadiens figure parmi l'une des plus importantes et des plus anciennes de la LNH. Cela fait neuf décennies que ces deux équipes rivales sont en compétition et la partie du 1er janvier représentera leur 910e affrontement en saison régulière depuis leur création. Les joueurs sont bien conscients de l'histoire que leurs deux associations représentent, et ils comptent honorer fièrement leurs anciens coéquipiers.

« Chaque fois qu'on affronte les Canadiens, on peut sentir l'ambiance dans la foule, l'énergie, a déclaré Patrice Bergeron, attaquant des Bruins de Boston. C'est différent de nos duels contre toute autre équipe. Ce sera très excitant, et ça ajoutera sans doute un petit quelque chose à l'événement. La Classique hivernale de 2010 avait déjà été assez incroyable, mais ça devrait être encore mieux l'an prochain. »

Pour l'occasion, les deux équipes revêtiront un chandail à l'effigie de leur logo des années 20, années de leurs tout débuts dans la Ligue nationale. Cam Neely, président des Bruins de Boston, a dévoilé le 24 octobre dernier le modèle du chandail que porteront ses joueurs lors de la Classique hivernale. Composé d'un fond noir, on y retrouve plu-

sieurs lignes jaunes ainsi que le logo initial du club, quelquefois modifié. Le chandail a été créé de manière à ce qu'il soit plus chaud que les chandails habituels afin de contrer le froid de la patinoire extérieure.

Le chandail des Canadiens laisse lui aussi paraître la riche histoire de leur association. La bande bleue rappelle le chandail que les Canadiens portaient lors de leur création. On y retrouve un logo aux couleurs inversées; la lettre « C » étant blanche et la lettre « H » étant rouge. Sur les manches, le globe terrestre représente le début de leur rivalité avec l'équipe bostonnaise qui avait lieu lors de la même saison que le championnat « Champions du monde », auquel les Canadiens ont participé.



Source: canadian.nhl.com

À un mois de l'événement tant attendu par les amateurs de hockey, on estime un auditoire d'environ 80 000 spectateurs. Il ne reste plus qu'à attendre jusqu'en janvier...

Appel de texte

Chers étudiants,

Le comité de la formation générale du Collège est heureux de vous faire parvenir son appel de textes pour la première édition de sa revue numérique portant sur les enjeux de la formation générale commune au Cégep qui sera lancée en mai 2016.

La revue s'adresse d'abord à la communauté boulonnaise. Elle cherche à présenter des exposés concrets qui réfléchissent à la manière dont s'enseignent, se conçoivent et se vivent nos cours de français, de philosophie, d'éducation physique et d'anglais, tant du point de vue des enseignants que de celui des étudiants.

En tant qu'étudiant(e) au Collège, vous êtes au centre de la mission poursuivie par la revue et êtes ainsi invité(e)s à collaborer à ce premier numéro qui traitera d'une des 4 questions formulées ci-dessous.

Question sur la discipline du français : « **Qu'est-ce que la littérature française (ou québécoise), passée ou présente, peut nous apprendre sur l'humain d'aujourd'hui ?** »

Question sur la discipline de l'éducation physique : « **Quelles incidences les cours d'éducation physiques peuvent-ils avoir sur la réussite globale de l'étudiant ?** »

Question sur la discipline de la philosophie : « **Quelles idées philosophiques dirigent la société québécoise actuelle ?** »

Question sur la discipline de l'anglais : « **Qu'est-ce qui devrait caractériser et singulariser les cours d'anglais enseignés au Cégep** »

Normes de rédaction

Nous vous invitons à nous soumettre des textes de 1500 à 4000 mots; Nous encourageons l'utilisation de sous-titres pour éclairer le propos

Les articles doivent être dactylographiés en police de caractère Times New Roman, taille de police 12 et enregistrée au format « .doc » ou « .docx » dans un fichier MS Word. Le texte doit être présenté à interligne double;

Les notes apparaissent en fin d'article (notes de fin). Les appels figurent en chiffres arabes (1, 2, 3) dans le corps de texte. Les notes doivent apparaître en Times New Roman 10;

Les citations courtes (moins de 40 mots) doivent être insérées dans le texte entre des guillemets français (« ... »); la ponctuation faisant partie de la citation doit être comprise à l'intérieur des guillemets.

Les citations longues (plus de 40 mots) doivent être en retrait, toujours en Times New Roman 12. Toutes les citations doivent être en français dans le texte (inclure éventuellement la version originale en note de fin);

Nous vous invitons également à nous soumettre, idéalement, un court résumé de votre article (maximum 250 mots) et une note biographique. Tous les documents peuvent être inclus dans un fichier unique.

Parrainage

Les étudiants qui souhaitent participer à la revue seront appelés à consulter un professeur de leur choix associé à la discipline visée par leur article. La rencontre, brève et conviviale, permettra de valider l'angle et la méthode choisis par l'auteur.

Échéance et envoi des textes : Date limite pour les recevoir est le 15 janvier 2016. Veuillez les envoyer (.doc ou .docx sur MS Word) par courriel. christian.giguere@bdeb.qc.ca

Des questions? N'hésitez pas à m'écrire à la même adresse courriel.

Christian Giguère

JOURNAL L'INFOMANE

Le journal étudiant de Bois-de-Boulogne depuis 1974

10555, avenue de Bois-de-Boulogne
local S-264, pavillon Ignace-Bourget
Montréal (Québec) H4N 1L4
Tél. : 514.332.3000 poste 7585
infomane@age.bdeb.qc.ca

Édition

Volume XL,
Numéro 1,
Novembre-décembre 2015

L'équipe

RÉDACTION EN CHEF

Mathieu Bergeron

CHEF DE PUPITRE

Anna Lazaris
Claudine Lambert
Zohra Cherdoud

CORRECTEUR

Claudine Lambert
Kyril Nyemtsev
Zohra Cherdoud

TRÉSORIER

Louis-François Chénier-André

ÉQUIPES DE LA RÉDACTION, DE LA RÉVISION ET DE L'ÉTHIQUE, ET DE LA CONCEPTION

Anna Lazaris
Claudine Lambert
Kyril Nyemtsev
Linda Mai
Sara Lachapelle
Zohra Cherdoud
Mathieu Bergeron

Informations

Les propos, les articles et les opinions exprimées dans ce journal ne reflètent en rien la ligne éditoriale du journal et n'appartiennent qu'à leurs propres auteurs. Le journal l'Infomane se donne une ligne de neutralité et n'est qu'un agora où les différents points de vue sont exposés et analysés.



*Cafés 100%
biologiques
et équitables*



@CAFETORREFACTION