

Hebdo Garneau

25 mars 2013 • Volume 45 • Numéro 9

Le Québec d'aujourd'hui et de demain : le regard de la démographie

Conférence présentée dans le cadre des Mardis des Sciences humaines



**Le mardi 26 mars,
de 14 h 15 à 15 h 45,
à l'auditorium du Cégep**

Combien y a-t-il d'habitants au Québec? Est-ce que la population du Québec augmente ou diminue? Le vieillissement de la population, ça veut dire quoi? Quelles sont les probabilités de vivre jusqu'à 100 ans? Est-ce vrai qu'on ne se marie plus au Québec? À quel âge les femmes ont-elles un premier enfant? De quels pays viennent les immigrants?

Les statistiques démographiques permettent de répondre à ces questions et à bien d'autres. La présentation fera le point sur la situation démographique du Québec d'aujourd'hui, mais également sur ce que la démographie peut nous dire du Québec de demain.



CONFÉRENCIÈRE : CHANTAL GIRARD

Chantal Girard occupe un poste de démographe sénior à la Direction des statistiques sociodémographiques de l'Institut de la statistique du Québec. Elle est responsable de la réalisation du Bilan démographique publié annuellement par cet organisme.

Information

Marc-Antoine Nadeau
manadeau@cegepgarneau.ca

Jean Plamondon
jplamondon@cegepgarneau.ca



2012-2013, au Cégep Gameau, c'est
l'Année de valorisation du français.

Bulletin de l'Année de valorisation du français

Les dix mots du Département des techniques d'orthèses visuelles

Devez-vous prendre rendez-vous avec un optométriste, un opticien ou un ophtalmologiste? Ah! Vous ne savez pas les distinguer vous non plus, avouez. Alors, jetez un œil sur les définitions du lexique qui suit, histoire d'y voir un peu plus clair dans ce jargon scientifique. Après tout, un lexique constitue aussi une sorte d'orthèse visuelle, pour les moments où on a une compréhension de certains mots un peu... embrouillée.

ACCOMMODATION

Réflexe entraînant une augmentation de la puissance de l'œil afin de permettre une vision nette des objets rapprochés (exemple : lors de la lecture).

ADDITION

Puissance de lentille supplémentaire requise en vision de près pour compenser un déficit d'accommodation (exemple : presbytie) ou un déséquilibre oculomoteur (exemple : strabisme).

ASTIGMATISME

Défaut visuel entraînant de l'embrouillement autant en vision de loin qu'en vision de près et qui s'accompagne souvent de maux de tête. Il est provoqué par une différence de puissance de l'œil entre l'axe vertical et l'axe horizontal.

CONTACTOLOGIE

Terme désignant la branche de l'optique ophtalmique qui se consacre à l'ajustement de lentilles cornéennes (verres de contact).

LENTILLE OPHTALMIQUE

Pièce d'un matériau transparent dont les deux surfaces courbes font dévier la lumière qui la traverse afin de compenser un défaut visuel lorsqu'elle est placée devant l'œil.

LUNETTES

Équipement optique constitué d'une monture et des lentilles ophtalmiques requises pour compenser un défaut visuel. Dans ce contexte, « lunettes » s'écrit toujours

au pluriel, sinon on parle alors d'instrument de grossissement (exemple : lunette astronomique ou lunette de visée).

OPHTALMOLOGISTE

Professionnel détenant un diplôme universitaire en médecine et détenant une spécialisation dans le diagnostic et le traitement médical et chirurgical des maladies oculaires.

OPTICIEN D'ORDONNANCES

Professionnel détenant un diplôme collégial en Techniques d'orthèses visuelles. Sur présentation d'une ordonnance émise par un optométriste ou un ophtalmologiste, il pose, remplace, vend, fabrique et ajuste les lentilles ophtalmiques requises pour compenser un défaut visuel.

OPTOMÉTRISTE

Professionnel détenant un diplôme universitaire en optométrie. Il effectue l'examen des yeux (santé oculaire) et de la vision (défaut visuel) et émet l'ordonnance optique requise à l'opticien d'ordonnances.

PRESBYTIE

Perte graduelle de l'accommodation liée à l'âge provoquant un embrouillement des objets rapprochés. Elle commence à être ressentie aux environs de 40 ans.

Commentaires ou suggestions

pmottet@cegepgameau.ca

Le français, une voix qui... se voit!

Gagnantes du Mot d'or 2013

L'épreuve locale du concours « Le mot d'or 2013 du français des affaires » a eu lieu le 21 février dernier. Trois étudiantes en Techniques de bureautique se sont démarquées par la qualité du français, le respect du thème ainsi que la pertinence et l'originalité des arguments. Il s'agit de Mireille Martin qui a remporté le premier prix de 100 \$, Émilie Gauthier (deuxième prix de 50 \$) et Natacha Cardinal (troisième prix de 50 \$).



Les textes de ces trois lauréates ont été envoyés au Conseil pédagogique interdisciplinaire du Québec (CPIQ) dans le cadre du grand concours québécois du Mot d'or du français des affaires. Les membres du comité organisateur, Georges Chouinard, Lucie Dallaire, Caroline Demers, Marie-France Dussault et Thérèse Métras, tiennent à féliciter les gagnantes de l'épreuve locale et à leur souhaiter bonne chance pour le concours provincial.

Georges Chouinard
Professeur en Techniques de bureautique



L'herbe des nuits

Le dernier livre de Patrick Modiano, *L'herbe des nuits*, nous plonge dans le paysage intérieur du narrateur. S'il raconte cette période trouble de sa jeunesse, ce n'est en fait que pour « échapper à sa vie monotone ». Malgré cela, nous nous laissons porter par la musique séduisante de ces phrases : souvenirs lointains, mystères insolubles, questions sans réponse. Et puis, il y a ce petit carnet noir, que le narrateur a conservé de cette époque. Aussi, ce dossier d'enquête que le policier lui remettra plus tard dans l'histoire, afin qu'il complète ses recherches. Cependant, même avec ces deux choses en main, il ne parviendra guère mieux qu'à jeter une lumière d'aquarium, dira-t-il, sur ces événements passés. Ce passé qui est comme le présent pour lui : « Décidément, il n'y a ni passé ni présent. »

Il s'investit alors dans une recherche de noms de rues, de cafés ou d'hôtels qui, peu à peu, lèvent le voile sur un petit groupe louche dans les années cinquante ou soixante. L'atmosphère est lourde et oppressante au cours de ces nuits fiévreuses : « Partout, il planait une menace dans l'air qui donnait une couleur particulière à la vie. » C'est Dannie qui l'initiera à ce petit groupe. Il l'a connue à la cité universitaire. Avec elle, il sillonnera les rues de Montparnasse la nuit jusqu'au petit matin. Ou bien, il l'attendra des heures inutilement, se présentera à des rendez-vous manqués. Elle le conduira aussi dans une maison hors de la ville, où ils n'avaient rien à faire, où ils n'allumaient pas les lumières, de peur que le gardien les aperçoive. À un autre moment, ils sont dans un appartement. Là encore, le narrateur se sent « en visite clandestine ». Il pose des questions à Dannie, mais il n'est pas certain de la vérité de ces réponses. Elle fuit ou tergiverse : « Tu te poses toujours beaucoup trop de questions. » Il apprendra plus loin à la lecture de l'enquête que son vrai nom n'était pas Dannie, mais plutôt madame Dorme, et qu'elle avait tué une femme pour une somme d'argent.

Tout cela aura duré trois mois, au temps de sa jeunesse où lui aussi vivait une période difficile, « pas sûr de son identité ». Pourquoi se fut-il inquiété de celle de Dannie? Au moins a-t-il vécu et il n'était plus seul toutes ces nuits à déambuler dans les rues.

Côme Lachapelle
Professeur au Département de lettres

Patrick Modiano, *L'herbe des nuits*, Gallimard, Paris, 2012, 177 p.

LE FRANÇAIS APPRIVOISÉ

À l'orée du printemps, saison du renouveau et de la fertilité, nous vous invitons à découvrir de nouveaux mots :

ÉTATIQUE

Qui a rapport à l'État.

FACONDE

Éloquence surabondante, loquacité (tendance à parler beaucoup). Avoir de la faconde. Synonymes de faconde : éloquence, bagou (familier), volubilité.

MACARONIQUE

Poésie macaronique, poésie burlesque dans laquelle on affuble de terminaisons latines les mots de la langue vulgaire. Exemple : De brancha in brancham degingolot atque facit pouf. (traduction libre : De branche en branche il dégingola en pleine face et pouf!)

BIGARRÉ

Qui a diverses couleurs. Qui est formé d'éléments variés. Figuré : vers bigarrés, langage bigarré, vers, langage où l'on entremêle les mots de deux langues, comme dans *Le malade imaginaire* : Grandes doctores doctrinae / De la rhubarbe et du séné. Style bigarré, style où il y a de la bigarrure.

RAPINE

Action de ravir par la violence. Vol, larcin. Pillage. Expressions avec rapine. Vivre de rapine. Pratiquer la rapine. Cet homme s'est enrichi par ses rapines. Il a été puni pour ses rapines.

Source : Adaptation de Mediadico.com (par Notrefamille.com). *La météo des mots- Les mots à découvrir* [en ligne] <http://www.mediadico.com/dictionnaire> [consulté le 12 mars 2013]

Néobiblio hebdo, une fenêtre sur la Bibliothèque...

NOUVEAUTÉS



Les partis politiques québécois dans la tourmente



Sauve-toi, la vie t'appelle



Sexualité et éthique

BIBLIO QUIZ

Quels sont les signaux de la faim?

Le *Dictionnaire de nutrition et diététique* nous apprend que la sensation de faim est caractérisée entre autres par des crampes gastriques. Cette sensation est contrôlée par des senseurs métaboliques. C'est l'hypothalamus latéral qui est notre « centre de la faim ». Plus l'absence de nourriture se prolonge, plus la sensation de faim diminue. Dans ce dictionnaire vous pourrez consulter plus de 1000 entrées, un lexique des abréviations communes, des schémas et des tableaux illustratifs. Il vous propose aussi des sites Internet et une bibliographie de choix. Disponible à la cote R 613.203 Z39d.

HEURES D'OUVERTURE

Lundi au jeudi 7 h 45 à 22 h

Vendredi 7 h 45 à 18 h

Dimanche 12 h à 17 h

www.cegepgarneau.ca/biblio

Bravo Aube pour ton magnifique texte *Histoire d'une colère qui a changé!*

Il existe une multitude de formes d'implication politique : militer dans un parti, signer une pétition, faire un don, organiser des actions de visibilité, assister à un débat, participer aux assemblées générales étudiantes... Notre camarade et amie Aube St-Amand s'est quant à elle relevé les manches, a rédigé une lettre ouverte et l'a expédiée au journal indépendant *Le Devoir*, qui l'a publiée!

Son analyse de la situation politique et la richesse des images qu'évoquent ses mots ont tout pour faire honneur à ses professeurs, à ses camarades et à elle-même. Déjà plusieurs milliers de personnes ont pu apprécier sa plume sur le site Web du journal...

Bravo, chère Aube!

Steeve Péloquin et les membres du Comité Mob

ATELIERS PRÉPARATOIRES À L'ÉPREUVE UNIFORME DE FRANÇAIS (É.U.F.)

Deux ateliers sont offerts à deux reprises chacun, au local D-3511 :

1^{er} atelier : critères compréhension et structure

Mercredi 1^{er} mai, de 12 h à 14 h

Jeudi 2 mai, de 11 h à 13 h

2^e atelier : critère langue

Mercredi 8 mai, de 12 h à 14 h

Jeudi 9 mai, de 11 h à 13 h

Inscription au Centre d'aide en français (local D-2514, à la Bibliothèque) ou à caf@cegepgarneau.ca

Alexandra Fortin

Responsable du Centre d'aide en français (CAF)

<http://ssea.cegepgarneau.ca>

caf@cegepgarneau.ca

Le Centre d'aide en français recrute des tuteurs pour l'automne 2013

La formation se donne dans le cadre d'un cours crédité qui remplace ton 4^e cours obligatoire de français, le cours *Relation d'aide appliquée en français écrit*.

Comment postuler? En faisant un test de repérage d'erreurs.

Quand? Jusqu'au 30 avril prochain.

Où? Au Centre d'aide en français (local D-2514 de la Bibliothèque).

Qui? Seuls les étudiants qui seront en deuxième session ou plus à l'automne 2013 sont admissibles.

Inscription au CAF (local D-2514), au <http://ssea.cegepgarneau.ca> ou à caf@cegepgarneau.ca

Alexandra Fortin

Responsable du Centre d'aide en français (CAF)

<http://ssea.cegepgarneau.ca>

caf@cegepgarneau.ca

SEMAINE DES ADULTES EN FORMATION

C'est du 6 au 14 avril prochain que se déroulera la Semaine québécoise des adultes en formation. L'objectif de cette semaine est d'encourager l'apprentissage auprès des adultes tout au long de leur vie et de promouvoir les mille et une façons d'apprendre, le goût de développer et d'élargir leurs connaissances dans les différentes sphères. Malgré les difficultés que représente le retour aux études pour les adultes, c'est valorisant d'acquérir et de développer les compétences qui feront d'eux des personnes plus accomplies et plus performantes. Pour souligner les efforts de ces étudiants, la Direction de la formation continue du Cégep Garneau a décidé, encore cette année, de s'impliquer et de faire de cette semaine un événement à caractère festif où nos étudiants seront mis à l'honneur. Plusieurs activités seront organisées tout au long de la semaine : conférence, tirage de prix, dégustation d'un gâteau où tous nos étudiants adultes seront conviés. Nous souhaitons à tous nos étudiants en formation une excellente semaine!

Le comité organisateur

Exposition des étudiants en Techniques de la documentation

À la Bibliothèque du Cégep

Chez Curry : l'Inde dans votre assiette! 24 au 28 mars

Cette exposition permettra de découvrir la cuisine de l'Inde à travers ses influences environnementale, économique et religieuse. Des informations seront fournies sur les aliments et les épices, dont leurs provenances et la façon de les cuisiner. Ce sera également une occasion de se familiariser avec les outils culinaires propres à ce pays. Une brochure incluant des recettes indiennes sera disponible sur place pour tous.

Cynthia Francoeur Randlett, Laurie Bouffard, Marie-France Beaudet et Chrystine Lafond

La sorcellerie : de la noirceur aux projecteurs 22 mars au 2 avril

En visitant cette exposition, vous serez sous le charme des sorcières qui vous surprendront avec leur histoire ainsi que leur importante influence dans le monde culturel. Venez nous voir et laissez-vous ensorceler!

Sonia Maltais, Cynthia Couture, Jenny Hamel et Sabrina Desbiens-Tremblay



Crédit : François Villeneuve

Le choix de carrière

Un bon choix de carrière n'est pas nécessairement parfait ni définitif. Il est possible que, même si elle est très satisfaite de son parcours dans un domaine donné, la personne choisisse de se réorienter un jour. Une bonne décision est une décision qui est satisfaisante au moment où elle est prise. On ne peut pas tout prévoir, la vie réserve souvent bien des surprises. Pour prendre une décision judicieuse en matière d'orientation, il faut se conformer à des critères bien précis.

En premier lieu, le choix de carrière doit correspondre à l'expression d'un désir authentique. Plus l'enracinement personnel de ce choix est profond, mieux c'est. Plus on se laisse influencer, plus on risque de regretter les décisions prises.

Un choix judicieux doit refléter les aspects prépondérants de la personnalité. Il doit y avoir une correspondance certaine entre la personne et la profession choisie. Bien qu'on ne puisse prendre en compte tous les aspects de sa personnalité, il faut s'assurer d'être à l'aise dans sa future profession.

Le choix de carrière doit pouvoir tenir la route. S'il est illusoire de penser faire un choix qui durera toute la vie professionnelle, il faut quand même pouvoir persévérer un certain temps dans la voie choisie.

En dernier lieu, un bon choix de carrière doit être prometteur, donc il doit tenir compte des réalités du marché du travail.

Le service d'orientation

Tes cours te semblent difficiles...

Le Cégep Garneau t'offre gratuitement la possibilité d'avoir du tutorat par les pairs dans une matière où tu éprouves des difficultés scolaires.

L'aide provient généralement d'un étudiant tuteur qui a déjà fait et réussi le cours.

Le tutorat t'aidera à :

- Améliorer ta compréhension du cours;
- Acquérir de nouvelles méthodes de travail;
- Comblé tes lacunes dans la matière choisie;
- Augmenter tes chances de réussite.

Voici quelques commentaires d'aidés qui sauront te convaincre :

« J'ai beaucoup aimé cette expérience. J'ai eu de meilleures notes et je comprends mieux la matière. »

« Je me suis nettement amélioré, j'ai une meilleure compréhension et j'ai développé de bonnes méthodes de travail. »

« Le tutorat m'aide beaucoup et me pousse à étudier la matière plus en profondeur. J'ai tout de suite vu une amélioration au deuxième examen. J'utilise de plus en plus les méthodes de résolution de problèmes acquises lors du tutorat. »

Pour t'inscrire et avoir de plus amples renseignements, consulte le site du Cégep au www.cegepgarneau.ca (onglet *Service/Aide à la réussite scolaire*). Tu peux également te présenter au Service de l'organisation et du cheminement scolaire (local K-1950).

L'équipe du tutorat par les pairs

Information scolaire et professionnelle

Nouveau programme à L'UQAM

Le baccalauréat en sciences naturelles appliquées à l'environnement abordera les défis contemporains liés aux enjeux environnementaux dans une perspective interdisciplinaire et permettra aux étudiants de comprendre les mécanismes menant à la dégradation des écosystèmes, de proposer des solutions pour atténuer les impacts présents et de prévenir l'apparition de problèmes futurs.

Notez qu'il n'est pas possible de faire une demande d'admission en ligne pour ce nouveau programme. Le candidat doit déposer une demande d'admission papier. Date limite : 1^{er} mai 2013.

Cours d'été 2013

La programmation des cours d'été offerts dans les cégeps de la région est maintenant disponible sur le site Internet du SRACQ au www.sracq.qc.ca/ete. La période d'inscription est du 1^{er} avril au 1^{er} mai 2013.

Programmes encore ouverts à l'admission

Après le 1^{er} mars, il y a encore des possibilités d'admission dans certains programmes universitaires non contingentés. Vous pouvez consulter la liste au Centre d'information scolaire et professionnelle (local K-1945).

Karine Dufour, conseillère en information scolaire et professionnelle
Centre d'information scolaire et professionnelle, local K-1945
Service de l'organisation et du cheminement scolaire
informationscolaire@cegepgarneau.ca
www.cegepgarneau.ca/scs

La Médaille du jubilé décernée à une professeure du Cégep!

Le mercredi 13 février dernier, lors d'une cérémonie sobre mais profondément symbolique, Marie White, professeure au Cégep Garneau, a reçu des mains de René Gros-Louis, chef familial délégué à la santé et aux services sociaux de Wendake, la Médaille du jubilé de diamant de la reine Elizabeth II.

Cette médaille, créée dans le cadre des célébrations de 2012 qui ont marqué le 60^e anniversaire de l'accession au trône de Sa Majesté la reine Elizabeth II en tant que Reine du Canada, fut donnée à Marie White en reconnaissance de son dévouement et de son travail pluridisciplinaire autour de la cause autochtone au fil des ans. Elle a contribué comme journaliste et écrivaine au journal autochtone *Windspeaker* et au *Quebec Chronicle Telegraph* (le plus vieux journal d'Amérique du Nord toujours existant), toujours dans le but de souligner et promouvoir la cause autochtone. Bien sûr, ici au Cégep, beaucoup la reconnaitrons pour la création du comité d'accueil et de soutien des étudiants autochtones de Garneau qui en est à sa septième année.

Bravo Marie pour ta générosité et tout ton travail!

Jean-François Joubert
Professeur au Département de langues



Photo : Amy Bilodeau

De gauche à droite : Daniel Lafontaine, Luc O'Bomsawin, Marie White et Chef René Gros-Louis



Marathon d'écriture

Mais quelle fabuleuse nuit! Cette nuit durant laquelle une cinquantaine d'étudiants des cégeps de la région se sont rassemblés à Garneau afin de vivre la 23^e édition du Marathon d'écriture intercollégial, du 1^{er} mars (13 h) au 2 mars (13 h). L'événement, qui consiste à un 24 heures d'écriture en continu, a été animé par sept ateliers, allant des jeux littéraires et de la bande dessinée au conte et au haïku, tout en passant par l'uchronie, l'autofiction et la twittérature.

Tous ces ateliers étaient séparés par des périodes d'écriture libre et des collations. Pendant toutes ces périodes où l'encre coulait à flot, un comité de sélection se réunissait afin de sélectionner les gagnants du concours qui avait eu lieu au début de l'événement. C'est avec surprise et sous un tonnerre d'applaudissements que nous avons appris, le 2 mars en matinée, alors que l'événement touchait à sa fin, qu'**Audreyanne Marcotte**, étudiante au Cégep Garneau, se voyait décerner avec un mérite certain, le premier prix de la 23^e édition du Marathon d'écriture intercollégial, pour son texte intitulé « Phobie chronique », et cela à travers tout le Québec! Son texte sera publié prochainement dans le journal VOIR.

En plus d'avoir été riche en émotions, cette nuit était écoresponsable. En effet, grâce à l'expertise du Service de développement durable de Garneau Travail, que ce soit sur les plans du transport, des déchets, de la nourriture, des achats, etc., tout a été réfléchi afin de minimiser les impacts sur l'environnement. Des repas végétariens étaient proposés, le compostage était fait, les emballages individuels étaient limités, des « saviez-vous que » apparaissaient partout et les participants sont rapidement entrés dans le jeu.

Un énorme merci à tous les participants, au comité organisateur et aux bénévoles. Encore un immense bravo à notre gagnante, Audreyanne Marcotte!

Quentin de Dorlodot
Membre du comité organisateur

On s'élève à donner

Spectacle bénéfique au profit de Centraide

28 mars, 20 h, à l'auditorium du Cégep

Billets en prévente chez COOPSCO F.-X.-Garneau au coût de 15 \$ ou au guichet, le soir du spectacle, au coût de 18 \$.

Programmation

SALEM

Un hypnotiseur de talent qui vous fera découvrir son monde sans limite. Un spectacle que vous ne serez pas prêt d'oublier!

K-LO

Un band qui vous fera redécouvrir les classiques des années 70 à aujourd'hui. Préparez-vous à « Booguez »!

MICHIGAN

Un auteur-compositeur-interprète de talent qui vous transportera dans son univers artistique aux couleurs folk-alternatif.

GUILLAUME GAGNON

Un auteur-compositeur-interprète de renom qui joue la carte de l'humour pour faire passer ses messages débordants de vérité.

PE NA RUA

Un groupe de percussion qui vous fera voyager aux rythmes brésiliens. Un partage culturel qui promet d'être fort intéressant.

On vous attend en grand nombre pour une soirée haute en couleurs et surtout en découvertes!

Ateliers de marchandisage à la Coop!

Dès cette semaine, et ce, jusqu'au 26 avril, la Coop est heureuse d'accueillir des étudiants en Gestion de commerces pour la réalisation d'ateliers de marchandisage. Une section du magasin leur est confiée et un thème leur est attribué. Leur mission? Concevoir une présentation attrayante qui met en valeur des produits que l'on retrouve en magasin.

En collaboration avec Sonia Massé, professeure du cours *Techniques de commercialisation*, cette activité existe depuis déjà sept ans! Pour l'occasion, la Coop devient un laboratoire exceptionnel, permettant ainsi aux étudiants de mettre en pratique les notions théoriques vues en classe.

Du 25 mars au 26 avril, venez en magasin admirer les réalisations des étudiants!

Rabais caché sur notre page Facebook

Pour toute la durée des ateliers de marchandisage, suivez en images les réalisations des étudiants sur notre page Facebook; visionnez l'album-photos et trouvez le coupon-rabais caché!

Nadia Hinse
Agente de communication et marketing
COOPSCO F.-X.-Garneau



F.-X.-GARNEAU

Librairie | Informatique | Papeterie | Matériel d'art

Sports

RÉSULTATS

Basketball féminin division 2

15 mars
Garneau 50 | 63 Sainte-Foy

Basketball masculin division 2

15 mars
Garneau 38 | 100 Sainte-Foy

Basketball féminin division 3

16 mars
Garneau 59 | 78 Baie-Comeau

17 mars

Garneau 58 | 59 Sainte-Foy

Badminton

16 mars
Championnat régional individuel
Simple Masculin
Médaille d'argent Marc-Olivier Béliveau
Médaille de Bronze Sébastien Drouin
Lemieux

Zumba Géant

Invitation à tout le personnel et aux étudiants

11 avril, 12 h, au gymnase

C'est gratuit!

Inscription et information au Service des sports, local A-2179.

T-shirt gratuit aux 100 premiers inscrits, faites vite!

www.gogarneau.com

Des voyages hors du commun!

Vous rêvez de partir en voyage? Vous souhaitez vivre des expériences fascinantes et palpitantes? Vous brûlez d'envie de découvrir des trésors des pays exotiques? C'est possible!

Des étudiants du cours complémentaire en Arts plastiques *Dessin, peinture et images* se sont envolés dans l'espace, ont fait du yoga sur une île du pacifique, sont allés à la chasse aux lapins géants en Amazonie, se sont promenés à dos d'ours polaire, ont joué à l'équilibriste avec un sabre sur la grande muraille de Chine, et plus encore!

Incroyable mais vrai! Venez voir pour le croire!

Des images de leurs aventures sont affichées dans les vitrines de la salle des Pas perdus du 15 au 25 mars.

Hélène Tremblay,
Professeure en Arts plastiques

Invitation à tous les étudiants, en particulier ceux d'Arts et Lettres!

Assistez à l'atelier Caribana, le carnaval culturel!

Le jeudi 28 mars, de 11 h à 12 h, au Café Oxy-mel.

L'activité est valide pour le Carnet Culturel pour les étudiants en Arts et Lettres.

Venez écouter de la musique des Caraïbes, pratiquer votre anglais et surtout, vous amuser! Des prix de présence seront tirés et vous pourrez assister à une performance spéciale de Neto Yuth, un artiste reggae.

Une invitation du Département de langues modernes



Besoin de clientèle

Lunetterie du Cégep Garneau

Ouvert à tous

Bénéficiez de soins de qualité dispensés par les étudiants en Techniques d'orthèses visuelles sous la supervision des professeurs opticiens.

- Plus de 900 montures
- Des prix avantageux
- Des services professionnels

Prenez rendez-vous dès maintenant!
418 688-8310, poste 2831

www.cegepgarneau.ca/cliniques

Horaire
Lundi au jeudi
9 h à 17 h

CÉGEP
GARNEAU

PRÉVENTION DU SUICIDE : INDICES ET MESSAGES

La personne avec des idées suicidaires donne parfois des indices et messages de sa souffrance. C'est comme un signal d'alarme qu'elle envoie à ses proches. Ces indices et signes peuvent être un changement de comportement, des émotions à fleur de peau ou encore des messages verbaux directs ou indirects.

Voici des exemples d'indices et de messages :

- Ça ne vaut plus la peine de continuer.
- Je n'ai plus le goût de vivre.
- Je vais en finir.
- Bientôt, vous allez avoir la paix.
- Je vais débarrasser le plancher sous peu.
- Dans un examen, aucune réponse juste un dessin de bonhomme pendu.
- Dons d'objets appartenant à la personne.
- Diminution de la performance scolaire.
- Retrait, isolement.
- Perte de plaisir.
- Tristesse, découragement.
- Agressivité.

Après avoir observé des changements de comportements ou des indices de détresse chez une personne, il vaut mieux ne pas rester sur des doutes et vérifier l'urgence suicidaire. Ceci vous permettra d'avoir l'heure juste et de l'orienter vers les ressources les plus utiles pour elle (exemple : a-t-elle besoin d'une aide face à la toxicomanie ou de consulter un psychologue à la suite d'une peine de d'amour?). Selon son état d'isolement, il serait utile de prendre des mesures avec elle pour réactiver son réseau de contacts afin de lui assurer le soutien qui lui est nécessaire.

Selon le Centre de prévention du suicide (CPS), le fait de demander à une personne si elle a des idées suicidaires ne précipitera pas et ne provoquera pas le passage à l'acte, mais l'aidera plutôt à se libérer du fardeau qu'elle porte.

Gardez en tête :

Que le CPS offre du soutien aussi pour les aidants autant que pour ceux qui sont en crise suicidaire (1-866-APPELLE).

Que les employés du Cégep ayant à leur porte l'affichette orange « Tu es important pour nous, le suicide n'est pas une option » peuvent également répondre à vos interrogations.

Line St-Laurent
Professeure d'éducation physique

Marie Therrien
Professeure de chimie

SERVICE DE PRÉLÈVEMENT SANGUIN

CÉGEP
GARNEAU
Clinique de soins infirmiers

Saviez-vous que la Clinique de soins infirmiers vous offre un service de prélèvement sanguin avec présentation d'une prescription médicale?

Voici les coûts associés à ce service :

Personnel : 16 \$

Étudiant : 8 \$

Clientèle extérieure : 20 \$

Heures d'ouverture de la clinique:

Du lundi au jeudi, de 7 h 30 à 12 h et de 13 h à 15 h

Il nous fera plaisir de vous rencontrer.

Madeleine St-James, professeure
Responsable de la Clinique de soins infirmiers

6

Le journal officiel du Cégep Garneau
1660, boul. de l'Entente, Québec (Québec) G1S 4S3

Production :
Direction des communications et des affaires corporatives

Responsable de la publication : Christine Arbour

Aide technique à la publication et à la révision linguistique :
Bianca Fortin

Infographie : Marie Geoffrin

Impression : Numérix média

Tirage : 500 copies

Dépôt légal : Bibliothèque du Québec

Pour faire parvenir un texte, une seule adresse :
<http://publications.cegepgarneau.ca>

Information : 418 688-8310, poste 2462

Date de tombée : au plus tard le lundi à 11 h 30 pour la publication le lundi suivant

Dans ce document, l'utilisation du masculin pour désigner des personnes a comme seul but d'alléger le texte et identifie sans discrimination les individus des deux sexes.

Imprimé sur papier 100 %
RECYCLÉ
Rolland Enviro 100 Print

