



La Rentrée

Cahier spécial

LeQuotidien

LEADER DE L'INFORMATION RÉGIONALE



Fournitures scolaires

Le top 10 des meilleurs outils pour la rentrée des classes

(EN)— Acheter de nouveaux crayons, des blocs-notes, des règles, des sacs à dos et autres fournitures scolaires est un bon moyen d'inciter les jeunes à se préparer pour l'école. Voici une liste d'articles au goût du jour pour la rentrée des classes.

1. Chiffres gagnants

Calculatrices originales de couleurs au dos aimanté, une solution idéale pour les casiers.

2. Trancher net

Variété de ciseaux Westcott Kleenearth aux lames de sécu-

rité en acier inoxydable, poignées aux couleurs pastel vives fabriquées en plastique recyclé à 70 %. Garantis 10 ans.

3. Règles à suivre

Les règles Westcott Kleenearth de couleurs vives sont fabriquées en matériau recyclé à 70 %.

4. Couvertures attrayantes

Les reliures attrayantes et polyvalentes Better Binder de Staples de couleurs variées sont résistantes, 100 % latex et sans PVC. Les articles complémentaires comme les accessoires

de classement Better Binder aident les étudiants à être organisés et efficaces.

5. Page propre

Les gommes à effacer Westcott Kleenearth conçues pour les enfants sont post-fabriquées à 100 % avec la technologie Microban.

6. Essentiels à la rentrée

Les trois produits essentiels sont les suivants : 1) Crayons de couleur Staedtler-Staples à mine solide en paquets de 24 couleurs vives; 2) Bâton de colle Pritt aux motifs de Toy Story

PUBLICITÉ



L'AVENIR
S'ÉCRIT À
L'ÉCOLE.
FAISONS TOUS
NOS DEVOIRS.

L'école
i'y tiens!

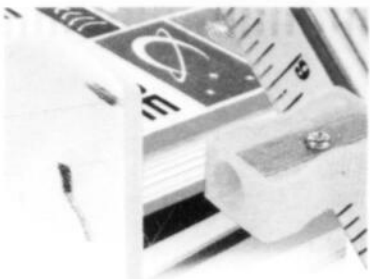
2284139

www.mels.gouv.qc.ca

Éducation,
Loisir et Sport

Québec





3, un des thèmes favoris de Disney ; 3) Ensemble de géométrie Hilroy avec un compas, deux équerres, un rapporteur, une règle, un taille-crayon, un crayon et une gomme à effacer.

7. Reliure pratique

Jolie et robuste, la reliure Binder à glissière et accès multiples contient un classeur extensible à six pochettes accessibles de l'intérieur et de l'extérieur, une pochette intérieure à glissière en micromesh et des boucles élastiques pour stylo/crayon.

8. Marqueurs colorés

Quatre marqueurs aux couleurs vives s'ajoutent à la reliure personnalisée Hilroy : on peut ainsi dessiner et colorier la couverture soi-même. La reliure comprend aussi une pochette de rechange.

9. Outils technologiques

Choisissez les lecteurs USB à motifs vifs, pratiques pour le stockage de données et élégants.

10. Stylos écolos

Pour réduire son empreinte écologique, rien de mieux que les stylos Papermate noirs et bleus biodégradables.



La reliure Binder à glissière et accès multiples contient un classeur extensible à six pochettes accessibles de l'intérieur et de l'extérieur, une pochette intérieure à glissière en micromesh et des boucles élastiques pour stylo/crayon.

PROGRAMMES Automne 2010

A E C

	Nombre d'heures	Date début
Actualisation professionnelle en soins infirmiers	480	
Bureautique, comptabilité et coordination (bilingue)	1530	23 août
Comptabilité (de soir) - perfectionnement	300	
Gestion de l'approvisionnement	1245	18 oct.
Préposé aux bénéficiaires en institution de santé	765	13 sept.
Stratégie d'intervention en dév. du langage	360	T. partiel
Techniques de prévention des incendies	840	13 sept.

Nombre d'heures

D E C

Soins infirmiers (recyclage d'infirmiers auxiliaires) 2175

Hiver 2011

A E C

	Nombre d'heures
Inspecteur, inspectrice en bâtiment	1260
Inspection, surveillance et contrôle en génie civil	1410
Gestion des micro-ordinateurs et réseautique CISCO	1545
Courtier immobilier résidentiel	570

Nombre d'heures

D E C

Soins infirmiers (D.E.C. intensif en 19 mois) 2235

418.696.2243

www.humanis.qc.ca

poste 0



CÉGEP
DE
CHICOUTIMI



HUMANIS
CENTRE DE FORMATION CONTINUE
CÉGEP DE CHICOUTIMI





PUBLICITÉ

Rectification orthographique du français

Une nouvelle graphie à en

Rédactrice
Publicitaire

mbradette@lequotidien.com

Le temps aouté, c'est signe que les vacances tirent à leur fin. Ce sera bientôt la rentrée... Vous filez coucicouça et

commencez à faire de l'exéma à l'idée de préparer le retour à l'école des enfants? Vous vous dites: terminé les journées à se prélasser au soleil comme une grenouille sur un nénufar, fini les trempettes dans la piscine en sirotant un punch pour se rafraîchir, les sorties en kayak sur le fiord, les moments d'hilarité à raconter des galéjades sur le bord du feu de camp. Le temps s'écoule rapidement et la liste des choses à faire, d'ici la rentrée, est longue: trouver une nouvelle baby-sitteur pour

le tout-petit, acheter un nouveau four microondes, récolter les oignons et autres légumes du potager, acheter le matériel scolaire des enfants ainsi que de nouveaux vêtements...

En lisant ce paragraphe, il vous apparaît évident que je devrais, moi aussi, faire un petit retour à l'école pour améliorer mon français écrit. Selon vous, quelqu'un dont le métier est d'écrire ne devrait pas faire autant de fautes en un seul paragraphe... Eh bien, si vous croyez que certains de ces mots sont mal orthographiés, détrompez-vous, il s'agit de mots visés par la rectification orthographique du français.

Une langue qui évolue

La langue française étant, une langue vivante, celle-ci a largement évolué au cours des trois derniers siècles. Elle a même fait l'état de changements en profondeur. Au fil de ces réformes, différents changements ont été apportés à la graphie française. En 1740, par exemple, l'Académie française modifia la graphie d'un mot sur quatre, dans sa troisième édition de son Dictionnaire. En 1935, elle réintroduisit le «t» pour certains mots au pluriel, dont enfans et contens. Elle remplaça aussi le «oi» pour «ai», dans les verbes j'avois et il étoit, qui devinrent j'avais, et il était.

Plus récemment, la féminisation des noms de métiers a été introduite à l'orthographe. Ce changement a été effectué en 1979, au Québec, puis en 1986 et 1999, en France. Pour ensuite être appliquée, en 1993, en Belgique francophone.

Puis, en 1990 une nouvelle réforme a été adoptée dans toute la francophonie, mais

comme recommandation officielle, sans être imposée. Cette rectification orthographique du français porte sur environ 2000 mots et vise à simplifier l'orthographe. Plus

Vous pouvez consulter la liste de mots concernés par les recommandations orthographiques :
<http://users.skynet.be/Landroit/Renouvo/Liste.html>



La rectification orthographique du français porte sur environ 2000 mots et vise à simplifier l'orthographe.

modernisation de la norme du français (GQMNF), membre du RENOVO (réseau pour la nouvelle orthographe du français).

Ouvrages de référence

D'excellents ouvrages de référence ont également été publiés sur le sujet. En outre, Le Ramat de la typographie explique les règles de la nouvelle orthographe avec clarté dans sa toute dernière édition. L'ouvrage est même rédigé entièrement en nouvelle orthographe. On peut aussi consulter, en ligne, la liste des mots concernés par les recommandations orthographiques au <http://users.skynet.be/Landroit/Renouvo/Liste.html>

Nouvelle graphie ou ancienne orthographe?

Si vous avez des enfants au primaire, il est possible que vous ayez été surpris de voir de quelle façon ceux-ci écrivaient les mots oignon, nenu-

ExactAIR

ÉCOLE DE PILOTAGE

www.exactair.ca

RÉALISEZ VOTRE RÊVE

- Licence professionnelle
- Licence privée - loisirs
- Multimoteurs - IFR
- Pilote d'un jour

**Journée
porte ouverte**
Dimanche 22 août
de 10h à 16h*

* **SPÉCIAL SURVOL**
25\$/personne

Prix valide seulement le 22 août 2010.
En fonction de 3 personnes. Tx. inclus.

418.673.3522 ou 1.877.673.3522
850, Chemin Volair - Aéroport de St-Honoré



PUBLICITÉ

perdre son latin



far, facsimilé, joailler, relai ou gageüre et autres mots visés par la rectification orthographique. Mais sachez que cette nouvelle graphie, bien qu'elle ne soit pas imposée, est tout aussi valable que l'ancienne orthographe.

Selon l'académie française : «l'orthographe actuelle reste d'usage, et les «recommandations» du conseil supérieur de la langue française ne portent que sur des mots qui pourront être écrits de manière différente sans constituer des incorrections ni être considérés comme des fautes». L'Office québécois de la langue française (OQLF) arbore elle aussi en ce sens. Le 3 mai 2004, l'OQLF déclarait qu'elle «estime qu'en cette période de transition, ni les graphies traditionnelles ni les nouvelles graphies proposées ne doivent être considérées comme fautives».

Il n'y a donc pas d'erreur à utiliser l'orthographe traditionnelle ou la version moderne. Toutefois, il doit y avoir homogénéité: c'est une graphie ou l'autre, pas question de mélanger les deux!

Je cours vers la Rentrée

STUDIO D'ENTRAÎNEMENT EN LANGUES



Venez découvrir notre concept unique

Ateliers inédits - Accès libre service
Salon de pratique - Zone des tout-petits

Promotion d'ouverture
Payez 60% de l'inscription
avant le 30 août 2010!

www.origgen.ca

422, rue Racine Est, Chicoutimi • info@origgen.ca • 418 602-7717

INSCRIPTION DÈS MAINTENANT

VINIYOGA
CHICOUTIMI

YOGA PRÉNATAL

Cours préparatoire à
l'accouchement avec
l'A.P.O.R.B. de Gasquet

• Groupe ou individuel
• Autres cours disponibles
pour la session d'automne

Début du yoga prénatal:

MARDI 17 AOÛT
9 H À 11 H
19 H À 21 H



Arlette
Bouchard

diplômée de E.T.Y. et
diplômée du C.T.Y.

Pour renseignements:
418 545-3832

SYNERGYM
CENTRE DE SANTÉ

ABONNEMENT MENSUEL à partir de 22⁵⁰\$

Heures d'ouverture

Lundi au vendredi 6 h à 23 h
Samedi et dimanche 8 h à 16 h

Programme et bronzage gratuits

Produits et services offerts

- Appareils de cardio et de musculation
- Cours de groupe
- Entraînement privé
- Programme d'entraînement
- Massothérapie - Kinésithérapie
- Suppléments alimentaires
- Bronzage
- Programme d'amaigrissement

NOUVEAUX COURS

- **Boot camp** : Exercices d'inspiration militaire, travaillera vos muscles, améliorera votre cardiovasculaire, votre coordination, votre agilité et votre équilibre.
- **Pilates** : Ce cours permet de rééquilibrer les muscles du corps qui interviennent dans l'équilibre de la posture et le maintien de la colonne vertébrale.
- **Midi express** : Programme de conditionnement physique complet, comprenant : échauffement, aérobic, musculation, souplesse et relaxation.
- **Stretching** : Ce cours est constitué d'enchaînement de mouvements d'étirement. Le stretching apporte un bien-être total, physique et mental.
- **Danse aérobique** : Entraînement cardiovasculaire, suivant un enchaînement de mouvements rythmiques exécutés sur de la musique entraînante.
- **Cardio tae boxe** : Le tae boxe est considéré comme une combinaison entre les arts martiaux, de boxe et de rythmes de danse.
- **Tonus musculaire** : Un cours avec combinaison d'exercices musculaires, concentrés sur le travail des abdominaux et des fessiers.
- **Spinning** : Un cours sur vélo spécialisé rempli de bienfaits, autant musculaires que cardiovasculaires qui se déroule dans une ambiance rythmée et entraînante.

POUR INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES, VISITEZ LE
www.synergym.ca

1130, boulevard St-Paul, Chicoutimi 418-543-8190

**Le plus vaste choix
D'UNIFORMES
dans la région**

- Restauration
- Hôtellerie
- Soins de santé



**Grand choix d'uniformes
pour hommes et femmes
en soins de santé**

**Nous payons l'équivalent
des 2 taxes sur la
marchandise en inventaire**
(vêtements soins infirmiers seulement)

SPÉCIAL ÉTUDIANT
Équivalent des taxes
+ 5 % de rabais additionnel
vêtements soins infirmiers
(sur présentation carte étudiante)



Vestes de chef
à partir de **17\$50**

Pantalons
Pied de poule
à partir de **25\$50**

Chapeaux cuistot
à partir de **7\$50**

Chaussures antidérapantes
légères et confortables en cuir.
Traitées, idéales pour la restaura-
tion et les soins infirmiers.
Blanches

Prix imbattable

69\$95

NOUVEAU!
Uniformes pour
salon de coiffure

Heures d'ouverture:
Du lundi au vendredi, de 12 h 30 à 17 h,
le matin sur rendez-vous.

Bernier Uniformes

1022, Thérèse-Casgrain, Chicoutimi
Robin Bernier et Josée Boily

**OU 418-543-3999
1-877-947-7999**

Pour information
INFORMEZ-VOUS, AUSSI DISPONIBLES

Vêtements identifiés au nom de
votre entreprise et logo

PRIX TRÈS COMPÉTITIF

Représentant disponible pour les groupes

**6 5 AOÛT
2010**



École nationale de cirque

Vivre sa passion du cirque!

PUBLICITÉ

L'école nationale de cirque entreprend une tournée provinciale afin de dénicher les futurs artistes de cirque! Étant constamment à la recherche de jeunes talents, cette école de renom leur offrira la chance de développer leur plein potentiel en art du cirque.

Cette grande tournée de présélection qui aura lieu cet automne, fera escale à Saguenay. Ce sera une excellente occasion pour les jeunes intéressés à joindre les rangs de l'École nationale de cirque de faire évaluer leur potentiel et leurs acquis par des enseignants de l'École et en connaître davantage sur les programmes.

L'établissement de renommée internationale offre depuis 1991 un programme de type arts-études de niveau secondaire permettant aux jeunes adeptes de cet art exceptionnel d'entreprendre une formation professionnelle en arts

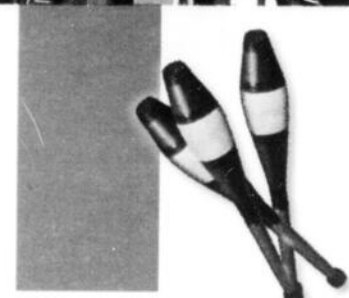
du cirque tout en poursuivant leurs études secondaires à l'École nationale de cirque, à Montréal. Le service d'hébergement complet des toutes nouvelles résidences de l'École, réservé aux élèves mineurs, permet dorénavant aux jeunes de partout au pays d'avoir accès à une formation de haut niveau dans cette école reconnue de par le monde.

Comme toute discipline artistique, le jeune artiste de cirque doit entreprendre sa formation le plus tôt possible pour exceller dans son art. Le programme Cirque-études secondaires allie l'éducation des jeunes (toutes les matières obligatoires du régime pédagogique secondaire québécois) à une solide préparation physique et une formation technique et artistique dans les disciplines de base des arts du cirque. Au terme de ses études secondaires, le jeune diplômé poursuivra ses études en formation

supérieure pour une durée de trois ans afin d'obtenir son diplôme d'études collégiales et un bagage nécessaire pour une carrière réussie.

Depuis plus de 25 ans, l'École nationale de cirque joue un rôle crucial en matière de développement des arts du cirque au pays et dans le monde. Avec un taux de placement de ses diplômés de plus de 95 %, elle a formé près de 400 artistes dont plusieurs ont remporté les grands honneurs dans les plus prestigieux festivals. L'École a contribué à l'émergence de plusieurs entreprises de cirque dont les plus renommées sont le Cirque du Soleil, le Cirque Éloize et les 7 doigts de la main.

On peut visiter le www.ecolenationaledecirque.ca pour connaître les dates et les étapes de la tournée de même que les informations sur les programmes et services offerts.



**École
nationale
de cirque**
MONTREAL

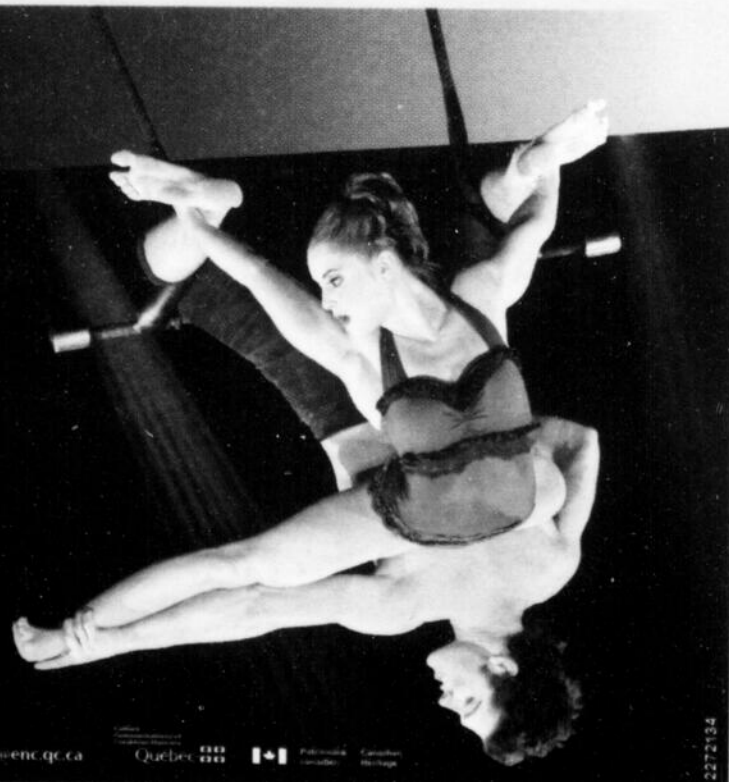
Devenir artiste de cirque

Nouvelle tournée de présélection!
Surveillez notre passage dans votre région
ecolenationaledecirque.ca

- > DEC en arts du cirque
 - > Cirque-études secondaires
 - > Formation d'instructeur et de formateur AEC
- Date limite d'inscription : 15 janvier 2011**

8181, 2^e Avenue, Montréal (Québec) Canada H1Z 4N9 514 982 0859 1 800 267 0859 info@enc.qc.ca

Quebec



227-2134



Recettes

Boîtes à lunch réinventées


MéliSSa Bradette
 Rédactrice publicitaire
 mbradette@lequotidien.com

La préparation des diners à apporter est, pour plusieurs, un véritable casse-tête quotidien. Vous en avez assez des sandwiches au jambon, mais vous ne savez pas comment renouveler le contenu de votre boîte à lunch et celle de vos enfants? Comment ne pas perdre la tête avec une moyenne de 200 lunches à préparer par enfant chaque année? Les Éditions Pratico-Pratiques viennent à votre rescousse avec le magazine Boîtes à lunch réinventées, de la série Je Cuisine.

Ce numéro présente une foule d'idées de lunches variés, nutritifs et savoureux pour huit semaines : fini la routine! Vous y trouverez, non seulement des recettes pour renouveler les sandwiches qui demeurent les favoris à l'heure du midi, mais aussi des repas chauds, des lunches express, des salades-repas, des desserts santé et des collations équilibrées, tous conseillés par une nutritionniste.

Comme le temps manque souvent pour la préparation de ces repas, le magazine contient également une tonne de conseils pratiques pour des lunches vite faits.

Grâce à ces recettes et à ces précieux conseils, la préparation des lunches n'aura jamais été aussi simple! Un 9,95 \$ bien investi!

Le magazine Boîtes à lunch réinventées est disponible dans plusieurs points de ventes. Vous pouvez aussi le commander en ligne via le site des Éditions Pratico-Pratiques: www.pratico-pratiques.com

Source: Éditions Pratico-Pratiques





**INSTITUT DE FORMATION
THÉOLOGIQUE
ET PASTORALE**

Apprendre et donner
à la foi



Session Automne 2010

Date du début des cours : semaine du 30 août 2010

Cours en théologie

	Dates	Lieux	Horaire
Accompagnement des personnes souffrantes			
PST-2105 W prof: Christian Bouchard	Le mercredi	Chicoutimi	18 h 30 à 21 h 15
<i>*Cours sur toute l'année: 1^{er}, 8 et 15 septembre, 13 octobre, 3 et 24 novembre, 15 décembre, 5 et 26 janvier 2011, 16 février, 9 et 30 mars, 20 et 27 avril. Débute le mercredi 1^{er} septembre 2010.</i>			
L'Univers de la Bible			
THL-1004 W prof: Anne-Marie Chapleau	Le lundi	Chicoutimi	13 h 15 à 16 h
<i>Débute le lundi 30 août 2010</i>			
L'Église			
THL-2006 W prof: Andrée Larouche	Le lundi	Chicoutimi	18 h 30 à 21 h 15
<i>Débute le lundi 30 août 2010</i>			
Évangiles synoptiques			
THL-1001 W prof: Anne-Marie Chapleau	Le mercredi	Chicoutimi	13 h 15 à 16 h
<i>Débute le mercredi 1^{er} septembre 2010</i>			
Spiritualités chrétiennes			
THL-1003 W1 prof: René Guay	Le mercredi	Saint-Félicien	19 h à 21 h 45
<i>Débute le mercredi 1^{er} septembre 2010</i>			
Droit canonique I : le droit ecclésial (2 crédits)			
THL-2124 W prof: Raynald Côté	Le jeudi	Chicoutimi	13 h 15 à 16 h
<i>*Du 2 septembre au 11 novembre 2010</i>			
Suite du cours de Droit canonique : Travaux dirigés I (1 crédit)			
THL-2400 W prof: Raynald Côté	Le jeudi	Chicoutimi	13 h 15 à 16 h
<i>*Du 18 novembre au 16 décembre 2010</i>			
N.B. : Pour le cours de droit canonique, vous devez vous inscrire aux deux derniers cours, soit Le droit ecclésial et Travaux dirigés I. Les cours commencent la semaine du 30 août 2010.			

Ces cours sont tous crédités de l'Université Laval



Conférence de la Rentrée :

Les funérailles : entre fonction sociale et expérience spirituelle
Avec Marie-Josée Poiré, consultante à l'Office national de liturgie

Mardi, 14 septembre 2010 Admission : 5 \$

13 h 30 à Chicoutimi : Grand Séminaire, 574, Jacques-Cartier Est

19 h à Roberval : Église Notre-Dame, 484, boul. St-Joseph

Session pastorale :

Regard éthique sur l'euthanasie et l'aide au suicide

Avec Mgr Bertrand Blanchet, biologiste et archevêque émérite de Rimouski

Coût d'inscription : 35 \$

Mercredi, 27 octobre 2010


9 h à 16 h, à Alma, Hotel Universel, 1000, boul. des Cascades

Consultez notre site Internet : **WWW.IFTP.ORG**

INSTITUT DE FORMATION THÉOLOGIQUE ET PASTORALE

574, rue Jacques-Cartier Est, Chicoutimi (Québec) G7H 1Z5

Tél.: 418-543-2006

Une corporation relevant du Diocèse de Chicoutimi 

F. FARHAT
LUNETTERIE[™]
Opticiens d'ordonnances



Réservez votre examen de la vue ! Dr Steve Otis - Dre Christine Simard, optométristes chez F. FARHAT en composant le 418 693-6260

2264841

8 5 AOÛT
2010



Santé visuelle

Pour que vos enfants



Rédactrice
Publicitaire

rsimard@lequotidien.com

Avant le début de la rentrée scolaire, il est important de s'assurer de la santé visuelle de vos enfants. Puisque 80 % de l'apprentissage en classe est visuel, la vue est un élément qu'il ne faut pas négliger.

Dr Steve Otis, optométriste chez Lunetterie Farrah à Chicoutimi, affirme qu'il est très important pour les jeunes de moins de 12 ans de passer un examen de la vue,

et ce, même s'il n'y a aucun symptôme.

«Tout comme la croissance, le développement de la vision se fait durant l'enfance. Donc tout retard dans ce développement, comme l'amblyopie ou un œil paresseux, peut se traiter avant 12 ans. Après cet âge, la neurologie ne peut plus se développer adéquatement et les défauts de vision de l'œil ou les anomalies binoculaires risquent de demeurer permanents», explique le professionnel de la vision.

Parmi les enfants qui présentent des problèmes d'apprentissage, 70 % montrent des problèmes reliés à la vision.

Symptômes

Souvent, les enfants ayant un œil paresseux ne démontrent aucun symptôme, c'est pour-

quoi l'Association des optométristes du Québec recommande un examen à l'âge de 6 mois, de 3 ans, à la première rentrée scolaire et ensuite à tous les ans.

«Un œil paresseux est un œil qui ne force pas. Dans ce cas, l'autre travaille doublement et à long terme, il s'essouffle. Ce problème peut être corrigé jusqu'à 12 ans, puisqu'avant cet âge le système nerveux est encore en développement. Nous procédons alors à l'occlusion, qui consiste à cacher l'œil qui travaille beaucoup plus, afin de forcer le cerveau à faire travailler celui qui est paresseux. Il est important de régler rapidement ce problème puisque ce trouble de la vision peut nuire plus tard, principalement pour certains métiers, comme celui de policier», complète Steve Otis.

Conseils

Pour éviter de fatiguer l'œil

- Garder une distance de 2 à 3 mètres entre vous et la télévision.
- Lors de la lecture, assurez-vous d'avoir un bon éclairage et d'avoir une distance d'un avant-bras entre vous et votre livre.
- Lorsque vous êtes à l'ordinateur, prenez une pause de 10 minutes chaque heure.
- Lorsque vous regardez longtemps de proche (lecture, devoirs, etc.), reposez vos yeux en regardant de temps à autre au loin, cela relaxe le système visuel.

Ces conseils vous permettront d'augmenter votre confort tout en diminuant la fatigue.

3 pour 1*



Laissez nos professionnels de la vue s'occuper de votre famille.

CHICOUTIMI
1448, boul. Talbot
418 693-6260

LA BAIE
2100, rue Bagot
418 544-1550

* Pour un seul prix obtenez, 1. Une paire de lunettes verres et monture, 2. Une 2e paire de lunettes verres et monture, 3. Une 3e paire de lunettes solaires Toxic ou verres de contact. * Détails complets de l'offre dans les succursales participantes sur montures sélectionnées. * Cette offre ne peut être jumelée à aucune autre offre. Traitements en sus. MC: Marque de commerce dûment enregistrée et utilisée par les opticiens-franchisés de la bannière F. Farhat Lunetterie sous licence de Groupe F. Farhat inc.



voient la rentrée d'un bon œil

Examen

Lors de l'examen visuel d'un enfant, trois éléments sont évalués, soit si les yeux sont atteints d'une maladie (ex. : cataractes), s'il y a des problèmes de vision importants et si les deux yeux travaillent ensemble et de manière égale. D'ailleurs, pour les moins de

trois ans, l'examen dure moins de cinq minutes.

Puisque l'apprentissage des enfants dépend de la vision, gardez en tête qu'une bonne santé visuelle est aussi essentielle qu'un sac à dos adéquat, des bonnes chaussures et son matériel scolaire!

Dr Steeve Otis, optométriste chez Lunetterie Farrah à Chicoutimi, affirme que l'examen de la vue est très important chez les jeunes de moins de 12 ans



Dr Steeve Otis, optométriste
chez Lunetterie Farrah
à Chicoutimi



L'apprentissage
en classe est à
80 % visuel

Exercices

Afin d'être alerte à d'éventuels problèmes de vision, voici quelques éléments à vérifier qui peuvent donner des indices sur la santé visuelle de votre enfant.

- Est-ce que l'enfant évite de travailler ou lire de près?
- Est-ce qu'il perd le fil pendant qu'il lit?
- Est-ce qu'il distingue bien ce qui se passe au loin?
- Se plaint-il de maux de tête?
- Cligne-t-il des yeux trop souvent ou a des yeux rouges et larmoyants?

Si vous répondez oui à un de ces éléments, consultez immédiatement votre optométriste.

Examen de la vue sur place par un optométriste.
Nous acceptons les prescriptions de l'extérieur.

F. FARHAT
LUNETTERIE^{INC.}
Opticiens d'ordonnances

3 pour 1, c'est une réalité!
Partagez-le!



Jeux et logiciels

Un support à l'apprentissage



Il y a de cela quelques années seulement, l'ordinateur faisait son apparition dans les écoles. Les étudiants avaient un cours ou deux d'informatique par semaine afin d'apprendre à maîtriser cette nouvelle technologie. Maintenant, l'ordinateur fait partie intégrante de la vie des jeunes de la dernière génération et ceux-ci ne s'imagineraient même pas de quoi pourrait avoir l'air leur existence sans ce précieux appareil.

Maintenant que l'ordinateur est un outil utilisé régulièrement pour l'école et les travaux scolaires, il vaut mieux avoir en poche quelques petits conseils afin d'utiliser cette technologie non pas uniquement pour le plaisir, mais aussi pour l'apprentissage.

Alain Tremblay, propriétaire de l'entreprise Roussel Informatique de Chicoutimi, nous propose quelques petits logiciels qui peuvent être utiles en cette rentrée scolaire.

«Tout d'abord, il existe deux programmes qui viennent en aide aux personnes souffrant de dyslexie, soit «WordQ 2»

et «Inspiration». Ces deux logiciels sont très populaires depuis leur sortie et ils sont même subventionnés par le gouvernement dans plusieurs cas», explique-t-il.

«WordQ» est axé sur l'aide à la rédaction et lorsqu'on tape, il affiche une liste de mot à utiliser, en plus de donner une rétroaction orale. Pour ce qui est d'«Inspiration», il complète très bien le premier, puisqu'il permet d'accéder à une panoplie de mots en fonctionnant par symbole et par image.

École et travail

Pour ce qui est des étudiants, le programme «Hop! Étude» est un outil des plus intéressants pour ceux qui désirent mettre de l'ordre dans leurs travaux et faciliter leur méthode d'étude. S'adressant autant au niveau primaire et secondaire, qu'au cégep et à l'université, il permet de noter et conserver de grandes quantités de données, de créer des diagrammes, des schémas et des organigrammes, de concevoir des lignes et des échelles de temps, de même que faire des cartes questions-réponses pour l'étude.

En plus de servir d'agenda et de calendrier, ce programme d'aide aux études permet aus-

si de faciliter la préparation d'exposés oraux et de travaux longs.

«Nous avons aussi en magasin de nombreux correcteurs d'orthographe et des programmes d'aide à la rédaction. Antidote HD, par exemple est le plus efficace de tous et permet d'obtenir une gamme complète d'information sur la langue française. Il contient un correcteur pour la grammaire, la syntaxe, la conjugaison, l'orthographe, les anglicismes, la ponctuation et le style, en plus d'offrir des définitions pour tous les mots et des explications pour chaque règle de français», continue Alain Tremblay.

Loisirs

Quant aux plus petits, on retrouve sur le marché un grand choix de jeux pour les 3 à 8 ans qui permettent de s'amuser tout en apprenant les chiffres, les couleurs, les lettres de l'alphabet et bien plus encore. Le jeu «Plumo» est particulièrement apprécié des jeunes enfants et est disponible en plusieurs ver-

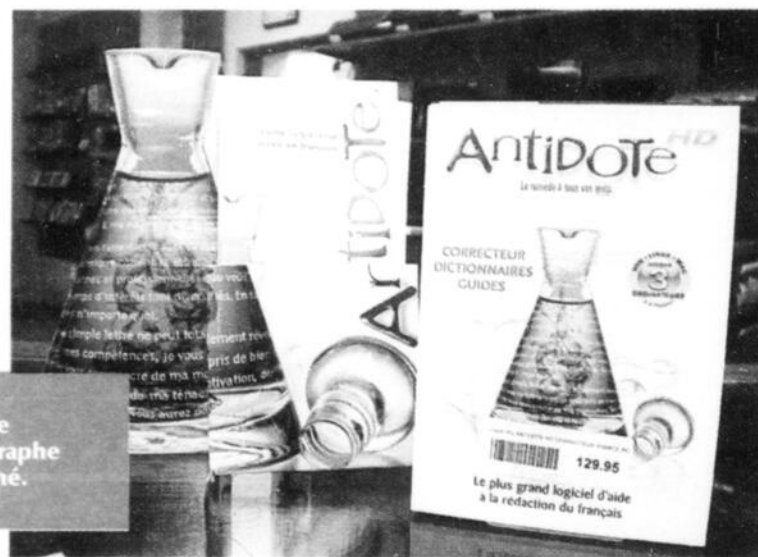
sions, soit «Plumo au cirque», «Plumo au zoo», etc.

Pour les enfants ou les adultes qui désirent uniquement développer leur sens de l'observation et leur logique en s'amusant, le jeu «Énigmes et objets cachés» est sans aucun doute un des plus en demande.

Bref, il existe de nombreux logiciels d'apprentissage. Informez-vous auprès des professionnels de Roussel Informatique afin de savoir lequel correspond le plus à vos besoins. Que ce soit pour le français, l'anglais, les chiffres, la géographie, la science... Il y en a pour tous les goûts!



Le programme Hop! Étude est idéal pour les étudiants qui veulent mettre de l'ordre dans leurs travaux.



Le logiciel Antidote est le meilleur correcteur d'orthographe présentement sur le marché.

NOUVELLE ADRESSE

Roussel Informatique

Maintenant dans notre nouveau local
au 1130, boul. Talbot

entre Ultraviolet et Passion Café

418 543-0550

VENEZ NOUS VISITER

Les tendances pour la rentrée

Nouveautés technos

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
simard@lequotidien.com

Comme à chaque rentrée scolaire, les jeunes attendent l'arrivée de nouveaux gadgets avec impatience. Sans compter le fameux I-Pad, le I-Phone, le I-Pod et toutes les innovations que Mac a lancées cette année, on retrouve bien d'autres nouveautés technologiques, principalement au niveau des PC.

Selon le propriétaire de Roussel Informatique, Alain Tremblay, ce qui risque d'être populaire cette année est la tour portable du PC «Zino», l'ordinateur avec

pour les étudiants puisqu'il se transporte facilement tout en ayant deux utilités; celle d'ordinateur et de lecteur DVD.

Autre technologie intéressante est l'ordinateur «MSI» qui possède un écran tactile. Très pratique pour placer dans des endroits où il y a peu d'espace comme dans le salon ou dans la cuisine, sans oublier qu'il ne nécessite ni tour, ni clavier. Doté d'un lecteur et graveur de DVD, ce modèle est intéressant pour ceux qui désire visionner des films dans une pièce où il n'y a pas nécessairement de télévision ou comme deuxième ordinateur.

Le miniportable est plus populaire que jamais auprès des étudiants et des voyageurs.

Toujours aussi populaire

Le miniportable, quant à lui, a toujours autant la cote! Depuis sa sortie en magasin il est de plus en plus performant et est offert à un prix qui ne cesse de descendre. «Le miniportable est accessible à partir de 259 \$ seulement et celui-ci est doté d'une web-cam et d'un réseau sans fil. De plus, ces ordinateurs sont très pratiques pour les voyageurs et les étudiants puisqu'ils se transportent bien et les nouveaux modèles sont maintenant beaucoup plus rapides», ajoute Alain Tremblay.

Pour ce qui est des accessoires, on retrouve un grand choix de tapis de souris originaux et plusieurs étuis à portable rigides, minces, colorés et personnalisés.

L'ordinateur MSI possède un écran tactile et ne nécessite ni tour, ni clavier.



Alain Tremblay, propriétaire de Roussel Informatique avec la tour portable du PC Zino.

écran tactile et surtout le miniportable.

«Une des nouveautés qui attire l'attention est le «Zino», une tour portable de PC, qui offre la même performance qu'un ordinateur standard. Possédant un lecteur DVD, on peut connecter l'appareil directement à un téléviseur afin d'écouter un film ou le brancher à un écran d'ordinateur afin de l'utiliser comme ordinateur. Étant petit et pratique, il est très utile



2000
LES FARANDOLES
DE CHICOUTIMI INC.

ÉCOLE DE DANSE LES FARANDOLES

VOUS OUVRE LE MONDE

Une école de qualité
active partout dans la
région avec plus de
44 ans d'expérience

Créativité (3 à 5 ans)
Ethnique, danses folkloriques du monde
(6 ans et plus/adultes)
Gigue québécoise (6 ans et plus/adultes)
Flamenco (8 ans et plus/adultes)
Jazz/funky (8 ans et plus/adultes)
Tap celtique (8 ans et plus/adultes)
Swing/lindy hop (adultes)
Gitano-arabe (adultes)
Baladi (adultes)
Moderne (14 ans et plus/adultes)
Gumboots (14 ans et plus/adultes)
Danse-santé (adultes et aînés)

Nouveaux programmes:

- ✦ «Danse de l'Inde style Bollywood»
Très à la mode partout sur la planète 12 ans et plus (adultes)
- ✦ «Hip-Hop» 8 ans et plus (adultes)
- ✦ «Mélusine en voyage» pour les mamans et leurs bébés 1 an à 2 ans et demi
- ✦ «Programme groupe élite» 3 heures/semaine (élèves ayant déjà suivi des cours de danse 10 ans et plus)
- ✦ «Baladi bébé» pour les femmes enceintes de 3 mois et plus

Début des cours dans la semaine du 6 septembre.
Inscription du 23 août au 3 septembre 2010.
Cours offerts à Chicoutimi, Chicoutimi-Nord, Jonquière,
La Baie et Falardeau.

Information : 418 549-4777

www.eccemundo.com

12 5 AOÛT
2010

La
Rentrée

École de musique de Chicoutimi

PUBLICITÉ

Au rythme de vos passions



Rédactrice
Publicitaire

srichard@lequotidien.com

Depuis plus de 45 ans, l'École de musique de Chicoutimi forme, encourage et soutient les artistes musicaux de la région. Avec ces quelque 35 professeurs d'expérience, elle offre de nombreux cours couvrant tout aussi bien les instruments à vent que ceux à cordes, sans oublier les percussions. «Nous pouvons accueillir des gens de 3 à 90 ans. Les cours

offerts correspondent aux besoins de chacun, à leurs disponibilités et à leur vitesse d'apprentissage», explique la directrice générale de l'école, Caroline Fortin.

Dès l'âge de trois à cinq ans, les tout-petits sont invités à venir développer leurs facultés sensorielles. Le programme proposé est l'Éveil musical. En

petit groupe d'un maximum de 12 enfants, ils apprennent entre autres à avoir le sens du rythme par le biais de danses, de chants et de comptines. Le but visé est évidemment celui de les familiariser avec l'univers musical tout en les amusant.

Pour les enfants de cinq et six ans, le cours *Initiation à l'instrument* est une formule fort appréciée. En effet, plutôt que de suivre un cours privé, les jeunes sont en groupe restreint d'environ 4 personnes.



Cette année, j'apprends la musique!

- Cours d'instruments et de chant
- Éveil musical à partir de 3 ans
- Ensembles variés
- Cours de jour pour retraités

Inscription
2010-2011

ARRONDISSEMENT
JONQUIÈRE



Foyer des loisirs et de la culture
secteur Arvida
(418) 548-0707
www.atelierdemusique.qc.ca

ARRONDISSEMENT
CHICOUTIMI



Cégep de Chicoutimi
entrée rue Jacques-Cartier
(418) 543-1902
www.ecoledemusiquechicoutimi.com

ARRONDISSEMENT
LA BAIE



Foyer de la culture
(418) 697-5082
www.ecoledemusiquelabaie.ca

ALMA



400, St-Sacrement, Alma
(418) 668-4467
www.efma.qc.ca

Pour tous les styles
et tous les goûts

Une collaboration

Culture et
Communications
Québec

Ville de
Saguenay

VILLE
D'ALMA

2283046



De plus, il n'est pas nécessaire d'acheter un instrument de musique à l'enfant puisque l'école se charge de leur en prêter un. Ainsi, les jeunes ont le loisir d'essayer un instrument sans engendrer d'importants coûts pour leurs parents. Piano, guitare, chant, flûte à bec et batterie sont les cours offerts en initiation.

Il y a également, à partir de l'âge de quatre ans, les cours individuels comprenant 30 minutes de pratique avec un enseignant et une heure de théorie de groupe. «Comme chacun apprend différemment, à un rythme qui lui est propre, il est important d'offrir des cours personnalisés et privés», explique Mme Fortin.

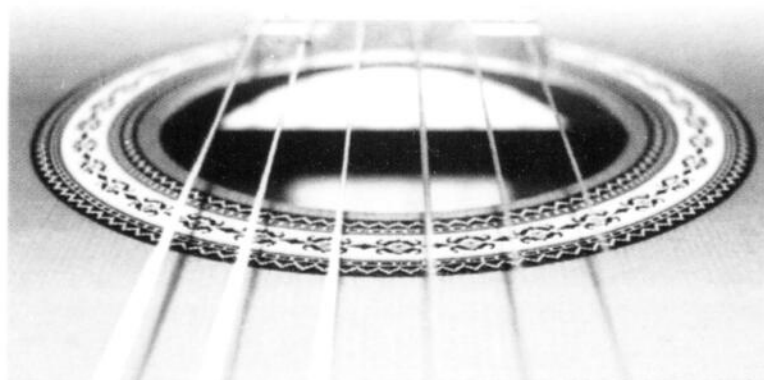
Musique-études

L'École de musique de Chicoutimi en collaboration avec la Commission scolaire

des Rives du Saguenay offre, pour les étudiants du primaire et du secondaire, la possibilité d'entrer dans le programme musique-études.

Ce dernier permet aux passionnés de musique de combiner école et travaux scolaires, avec perfectionnement musical, le tout dans un environnement encadré et stimulant. L'an dernier, 30 élèves ont pris part à ce programme.

Dès le 30 août, de 13 h à 18 h, il sera possible de s'inscrire à l'École de musique de Chicoutimi directement sur place au 534 rue Jacques-Cartier Est. «L'an dernier, 750 élèves se sont inscrits, soit une hausse de 100 élèves par rapport à l'année précédente. L'école est vraiment en progression», ajoute la directrice générale, Caroline Fortin.



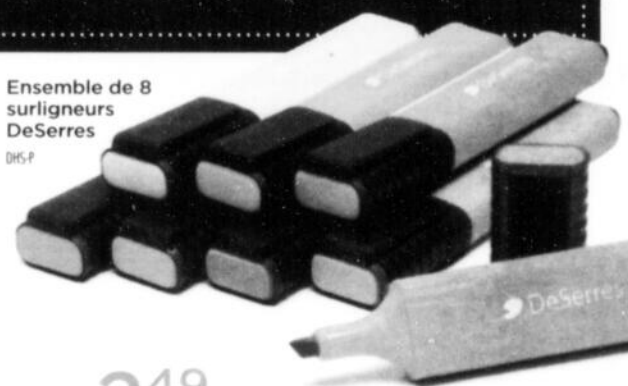
2⁹⁵
5⁹⁵ Boîte de 24
crayons couleur
Faits de papier recyclé
DCC2402-3



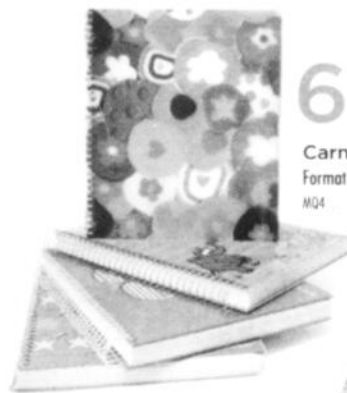
5⁹⁵
9⁹⁵ 12 crayons de couleur
Faber-Castell
24 crayons : 9,95 \$ - 36 crayons : 14,95 \$
R1162

les grands soldes d'été

4⁹⁵
7⁹⁵ Ensemble de 8
surligneurs
DeSerres
DHS-P



6⁹⁵
ch. Carnet notes
Format A5
MQ4

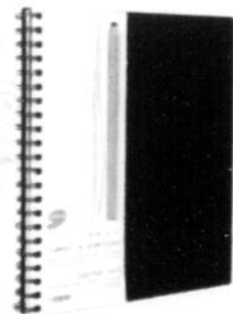


2⁴⁹
ch. 3⁴⁹ Étui à crayons
DCSF18



1²⁵
2⁹⁵ 5 bâtons de colle
DeSerres
5 x 10 g
DRC650

3⁹⁵
6⁹⁵ Cahier à esquisses
DeSerres
60 feuilles (8,5 po x 11 po)
DSC330811



*Prix en vigueur jusqu'au 26 septembre 2010
ou jusqu'à épuisement de la marchandise.

26 magasins au Canada | Depuis 1908

Achats en ligne
DESERRES.CA



2272210



Projet Commu vélo du Cégep de Jonquière

Des vélos à la disposition des étudiants

Marc Bouchard, coordonnateur du Comité d'action en environnement du Cégep de Jonquière.



«Nous avons 17 vélos qui ont été restaurés et entretenus afin de paraître comme neufs. Les pneus, les freins et la chaî-

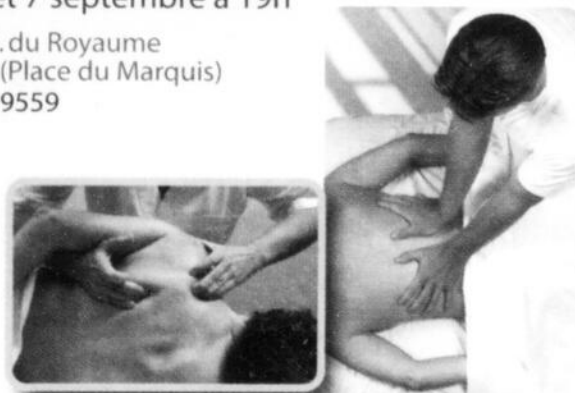
Formation professionnelle en Massothérapie thérapeutique

DEVENEZ MASSOTHÉRAPEUTE
Période d'inscription en cours pour l'automne.

SOIRÉES D'INFORMATIONS

24 août et 7 septembre à 19h

3750, boul. du Royaume
Jonquière (Place du Marquis)
T. 418 695-9559



Avantages

- Possibilité de financement jusqu'à 11 mois.
- Enseignement basé sur une approche personnelle. Notre équipe est à votre écoute.
- Déductible d'impôts provincial et fédéral.
- Reconnu par de nombreuses associations.
- Possibilité de remettre des reçus d'assurance.
- Plus de 25 ans d'expérience.

Inscription ou demande d'information :
1 800 888-3811

ÉCOLE DE FORMATION
M.K.O.
DEPUIS 1984

www.massomko.com

Roxanne Simard
Rédactrice publicitaire
rsimard@lequotidien.com

En mai dernier, les membres du Comité d'Action et de Concertation en environnement (CACE) du Cégep de Jonquière lançaient le projet de vélos libre-service «Commu vélo». Au courant de l'été, sept étudiants anglophones du Centre linguistique ont utilisé ce service et pour la rentrée, pas moins

de 17 bicyclettes seront à la disposition des étudiants et des professeurs du Cégep de Jonquière.

Les vélos qui ont été remis à neuf par le CACE proviennent de la Maison de quartier, mais aussi de dons faits par la population et par le magasin Sport Excellence du Carré Davis. Marc Bouchard, coordonnateur du CACE, affirme avoir atteint le nombre de vélos qui avait été fixé au printemps.

La rentrée, c'est aussi la rentrée des AUTOBUS SCOLAIRES!

Groupe
AUTOCAR AIR
Jeannois inc.

AUTOCAR JEANNOIS VOUS RAPPELLE D'ÊTRE PRUDENT!

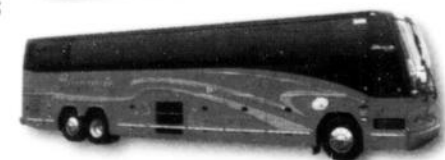
Plus de **100** véhicules pour le transport de personnes tant au niveau scolaire que pour des déplacements nolisés ou autres.

- Autocars de luxe V.I.P., intérieur en cuir (56 passagers)
- Autocars de luxe (47 à 48 passagers)

- Minibus de luxe (14 à 20 passagers)
- Autobus et minibus scolaires



Des véhicules pour la location qui peuvent répondre à tous vos besoins pour vos voyages de groupes scolaires



Groupe Autocar Jeannois inc.

Tél: **418-662-6145**

www.autocarjeannois.com

La sécurité, notre priorité! Un service personnalisé!

ne ont été changés pour que les locataires puissent circuler dans l'arrondissement de Jonquière sans crainte. Sur présentation de la carte étudiante, nous prêtons le vélo gratuitement durant toute la journée», explique-t-il.

Ce service offrira à la communauté collégiale la chance de bénéficier d'un moyen de transport gratuit pour des petits déplacements comme aller en promenade sur l'heure du midi, faire des emplettes ou tout simplement pour une activité pédagogique avec des élèves. Commu-

vélo constitue une première démarche vers un plan de transport durable au Cégep de Jonquière.

Centre linguistique

Durant la période estivale, c'est le Centre linguistique qui en a fait l'expérimentation : sept vélos ont été prêtés aux étudiants anglophones du Programme EXPLORE pour leur séjour au collège. «L'offre d'un service de location de vélos est très populaire auprès des étudiants anglophones. Si nous avions eu 30 vélos à prêter, ils auraient tous été loués sans

problème», continue Marc Bouchard.

Cette alternative permet aux étudiants d'avoir beaucoup plus de liberté dans leurs déplacements, en plus d'être un moyen de transport écologique et actif.

Ce projet innovateur, qui a été imaginé il y a de cela près de deux ans, consistait à redonner une deuxième vie à des vélos usagés et à démontrer la pertinence d'un moyen de transport peu dispendieux, bon pour la forme physique et, de plus, écologique.



MASTERA CÉGEP DE JONQUIÈRE

ATTESTATIONS D'ÉTUDES COLLÉGIALES Automne 2010

- ★ **Génie industriel et amélioration continue** (1 515 heures)
Début : 6 septembre 2010
- ★ **Développement et gestion d'entreprises collectives** (750 heures)
Début : 9 septembre 2010
- ★ **Bureautique et comptabilité** (1 305 heures)
Début : 13 septembre 2010
- ★ **Gestion de commerces** (1 140 heures)
Début : 4 octobre 2010
- ★ **Caissier/caissière dans une institution financière** (210 heures)
Début : 25 octobre 2010
- ★ **Techniques d'éducation à l'enfance** (1 200 heures)
Début : 1 novembre 2010



PROGRAMMES OFFERTS À L'HIVER 2011

- ★ **Assurance de dommages** (975 heures)
- ★ **Techniques d'aide aux personnes âgées ou en perte d'autonomie** (870 heures)
- ★ **Technologie des énergies renouvelables et rendement énergétique** (2 160 heures)

FORMATIONS

COURS À TEMPS PARTIEL

Automne 2010 (Début dans la semaine du 27 septembre)

2 \$ / h

Cours	Durée
Comptabilité 1	75 heures
Français correctif des affaires	60 heures
Techniques de communication en anglais	60 heures
Environnement bureautique et Internet	75 heures
Traitement des données	60 heures
Traitement de texte (débutant/intermédiaire)	60 heures
Système comptable informatisé	60 heures
Acquisition et traitement de l'image 1 (Photoshop)	60 heures
Modélisation 1 (Solidworks)	90 heures
Dessin assisté par ordinateur (Autocad)	45 heures
Accompagnement lors d'une perte ou d'un deuil	45 heures
Relation d'aide	45 heures
Activité et animation en milieu gérontologique	45 heures

RECONNAISSANCE DES ACQUIS ET DES COMPÉTENCES

Pas question de recommencer à zéro!

418 547-3672

www.mastera.qc.ca
mastera@cjonquiere.qc.ca



CÉGEP DE JONQUIÈRE

2283040

Centre de Formation Générale des Adultes



C'EST LA RENTRÉE



COMMISSION SCOLAIRE
DE LA JONQUIÈRE

Jour : dès le 2 août, 30 heures/semaine

Soir : dès le 23 août, 12 heures/semaine

Alphabétisation et présecondaire

Anglais

Formation à distance

Français

Histoire

Informatique

Intégration sociale

Intégration socioprofessionnelle

Mathématiques

Préalables formation professionnelle

Préalables cégep

Sciences

Inscription : 70 \$ pour l'année

Apportez votre certificat de naissance et votre
dernier relevé de notes lors de l'inscription

www.cfgajonquiere.com

3842, boul. Harvey, Jonquière Téléphone : 418 547-4702, poste 235 ou 236