

# LES POTINS



## LA VOIE

La vérité de l'expérience spirituelle ne se trouvera jamais dans un enseignement ou dans un livre. La voie spirituelle se vit plutôt, par exemple, dans l'acte même de marcher, car ce n'est qu'en marchant qu'on connaît le chemin.

Or, bien avant l'entrée spirituelle, l'apprentissage de la marche constitue pour tout être humain, quelle que soit sa culture, un passage décisif dans sa croissance vers l'autonomie. Il suffit d'observer un jeune enfant qui commence à marcher pour comprendre le défi à la fois exaltant et difficile qui lui est proposé. La réussite des premiers pas l'enivre et le propulse vers l'avant, alors que la chute s'impose comme une épreuve lui permettant d'expérimenter la puissance du goût de la liberté, qui l'emportera sur sa peur et sa souffrance. Dans cette quête d'autonomie, la mission des parents consiste à accompagner l'enfant dans sa marche, d'une part, en l'éduquant pour qu'il puisse s'appuyer, à même ses essais et erreurs, sur ses propres dynamismes qui le mettent en marche et d'autre part, en s'effaçant graduellement pour le laisser grandir en liberté et, en quelque sorte, créer son propre pas.

La voie, la vie, est ainsi faite. On le soupçonne aisément, il y a un long chemin qui sépare la décision de se mettre en route et la capacité de le faire. Cependant, et c'est là toute la pertinence de l'accompagnement spirituel, l'essentiel est d'apprendre à marcher. Chaque étape de la route arrivera en son temps et, pourtant, d'une certaine façon, toutes les étapes sont déjà présentes à chaque pas.

Tiré et adapté du texte « *L'accompagnement spirituel dans le christianisme ; éduquer à l'autonomie spirituelle* » de Christian Grandin

*Bonne réflexion !*

David Chéron

Animateur à la vie spirituelle et à l'engagement communautaire

### ÉDUCATION PHYSIQUE RÉPRISES D'ÉVALUATION

Veillez noter qu'il y aura reprise d'évaluation pour les deux (2) disciplines suivantes :

Water-polo—3<sup>e</sup> secondaire :  
Mercredi, le 23 février à 12h10.

Basket-ball—5<sup>e</sup> secondaire :  
Jeudi, le 24 février à 12h10 au gymnase.  
**LE COSTUME EST OBLIGATOIRE !**  
Les résultats partiels sont affichés au bloc C.

André-Marie Tremblay  
Département d'éducation physique

### ÉDUCATION PHYSIQUE RÉPRISES D'ÉVALUATION

Veillez noter qu'il y aura reprise d'évaluation pour le mini volley-ball :

#### JEUDI MIDI

À la palestra. Les tests à reprendre sont la réception et l'attaque.

Le costume d'éducation physique est obligatoire.

Roger Tremblay



## Menu - BUFFET NICO



Mardi, 22 février

Crème de carottes  
Poutine  
Pain de viande  
Pommes de terre frites



Mercredi, 23 février

Soupe aux tomates et riz  
Hot dog  
Vol-au-vent au poulet  
Pommes de terre en purée  
Comptoir sous-marin NICO

Jeudi, 24 février

Soupe aux légumes  
Pizza maison  
Pâté au saumon  
Pommes de terre frites



Vendredi, 25 février

Soupe aux pois  
Burger de poulet  
Assiette chinoise  
Riz

**Un trio santé ainsi que le spaghetti vous sont offerts tous les jours!**



**BON APPÉTIT !**

**BONNE SEMAINE DE RELÂCHE !!! ET AMUSEZ-VOUS**

### Recherche—Table de ping-pong

Le service des loisirs de l'école est à la recherche d'une table de ping-pong en excellent état, même si elle est usagée.

Prière de prendre contact avec monsieur Manuel Dubois.



Robert Labbé,  
directeur



## Chronique Internet

\***Le protocole de Kyoto** <http://www.src.ca/nouvelles/dossiers/kyoto/> est entré en vigueur le 16 février 2005, plus de sept ans après son adoption. Entre 2008 et 2012, les 37 pays les plus industrialisés qui y ont adhéré doivent collectivement réduire leurs émissions de gaz à effet de serre (GES) de 5 % par rapport à leurs émissions de 1990. La contribution du Canada a été fixée à 6 % d'ici 2010.

\***Agir contre les changements climatiques** <http://www.changementsclimatiques.gc.ca>

Portail d'information du gouvernement du Canada sur les changements climatiques : émissions de gaz à effet de serre, réchauffement de la planète, climatologie, ...

\***EcoRoute de l'information** <http://ecoroute.uqcn.qc.ca> - Site traitant de la conservation de la nature, de la protection de l'environnement et de l'écologie au Québec.

\***Education environnement** <http://environnement.ecoles.free.fr> - Portail d'activités pédagogiques pour l'éducation à l'environnement.

\***Greenpeace Canada** <http://www.greenpeace.ca> - Greenpeace fonde sa philosophie et son intervention sur le principe de la lutte pacifique contre la dégradation de l'environnement.

\***Ushuaia Nature** <http://www.ushuaia.com> - Magazine vidéo en ligne qui vous propose de découvrir la nature à travers des thèmes emblématiques (l'eau, l'océan, les volcans, la biodiversité) et des thèmes transversaux (les oiseaux, le nomadisme des humains, ...).

**Yves Duchesne**

Activités du Bloc C

Semaine du 21 février 2005

	Lundi, 21 février Jour 9	Mardi, 22 février Jour 1	Mercredi, 23 février Jour 2	Jeudi, 24 février Jour 3	Vendredi, 25 février Jour 4
<b>PISCINE</b>		Water-polo	Reprise d'évaluation Water-polo (3 <sup>e</sup> sec.) (A.-M. Tremblay)	Bain libre	
<b>GYMNASE</b>	Volley-ball Sec. 4-5 Quart de finale	Volley-ball Sec. 4-5 Quart de finale	Basket-ball Sec. 3-4-5	Reprise d'évaluation Basket-ball (5 <sup>e</sup> sec.) (A.-M. Tremblay)	
<b>PALESTRE</b>	Reprises d'évaluation (Roger Tremblay)	Reprises d'évaluation (A.-M. Tremblay)	Ping-pong	Reprise d'évaluation Mini-volley (Roger Tremblay)	
<b>ARÉNA</b>					



## Volley-ball - Midi / Résultats

*Semaine du 21 février 2005*

Équipes	Michaël Fortin	Mélanie Simard	Éric Bélanger	Lydia Audet	Raphaël Fillion
Michaël Fortin	<del>X</del>	18—25 21—25	25—23 25—13	25—10 25—18	18—25 17—25
Mélanie Simard	25—18 25—21	<del>X</del>	20—25 25—19	25—16 25—22	18—25 26—24
Éric Bélanger	23—25 16—25	25—20 19—25	<del>X</del>	15—25 22—25	10—25 19—25
Lydia Audet	10—25 18—25	16—25 22—25	25—15 25—22	<del>X</del>	15—25 16—25
Raphaël Fillion	25—18 25—17	25—18 24—26	25—10 25—19	25—15 25—16	<del>X</del>

Dates des parties : Lundi 21 février : Mélanie Simard –vs– Éric Bélanger

Lundi 14 mars : 2 gagnants des demi-finales

Mardi 15 mars : FINALE

Mardi 22 février : Michaël Fortin –vs– Lydia A.

BONNE CHANCE À TOUTES ET À TOUS !

## Volley-ball ... Toute une journée !



Nous avons un horaire favorable et nous étions à la maison. Nous avons des supporters, des marqueurs hors pair. Nous avons des nouveaux gilets d'échauffement. Nous avons deux plateaux de jeu que nous connaissons bien. Nous avons aussi un plan de match. Nous avons eu des entraînements supplémentaires pour nous préparer. Malheureusement, nous n'avions peut-être pas suffisamment prévu que nos adversaires voudraient autant de victoires ! Pourtant, nous nous pensions prêts.

L'avant-midi s'est déroulée comme nous l'avions imaginé. Nous avons gagné les deux premiers matchs et avons ainsi terminé bon premier de notre section. Pour nous, la voie était bien pavée. Mais trois heures de pause, c'est long. Lors de notre retour au jeu à 16h45, nous étions un peu dans les limbes ... Et malgré quelques soubresauts, c'est dans ces mêmes limbes que nous avons terminé la journée en perdant nos deux derniers matchs de la journée, qui étaient soit dit en passant, les deux plus importants. Les dommages causés par ces deux défaites ne sont pas encore totalement connus mais il faudra s'attendre à être obligé de donner un effort plus que considérable pour le tournoi 5.

Il arrive de connaître des contre-performances dans le sport et pour nous, c'est déjà du passé. Maintenant il faut penser à reconstruire pour être à la hauteur après la relâche. La fin de la saison arrive à grands pas. Dans la défaite, il faut le voir positif et cela nous permettra de travailler plus fort et ainsi corriger nos petits problèmes. Un après-midi à oublier !

Roger Tremblay, entraîneur

## La défaite ... un mal pour un bien !

Il était une fois, 16 filles de 5<sup>e</sup> année qui se voyaient offrir l'opportunité de pratiquer le volley-ball. Bien vite, elles apprennent les rudiments de ce sport, elles ne peuvent plus se passer de cette activité. Elles en mangent ! Elles participent à des compétitions et elles se démarquent des autres écoles. Elle ne connaissent que la victoire, elles dominent dans les écoles adverses. Pendant deux ans, la victoire n'est que le seul mot que l'on connaît.

En 1<sup>re</sup> secondaire, les filles continuent sur leur lancée, mais elles ne sont pas seules. Les autres écoles veulent battre Saint-Aubin, elles s'améliorent, et soudain le pire ennemi des sportifs, la défaite, arrive de façon foudroyante... Les larmes coulent, les blessures surviennent et font plus mal, et chaque erreur commise semble être la fin du monde. C'est à ce moment que la défaite l'emporte et que le moral tombe à zéro. Le seul remède contre la défaite est de se relever la tête et de continuer !

C'est avec la force de caractère qu'elles peuvent voir la défaite empêcher de diminuer le moral de l'équipe. Se reprendre en main lors d'un mauvais match, s'encourager. Le caractère est un gage de succès. Plusieurs équipes moins talentueuses peuvent gagner en ayant cette qualité. La défaite n'est pas la fin du monde. Elle est là seulement pour permettre d'évoluer en tant qu'équipe.

Les grands sportifs de ce monde tels que: Patrick Roy, Lance Armstrong, Alexandre Despatie etc ... ont tous connu un jour ou l'autre la défaite dans leur carrière. Cela ne les a pas empêché d'être des champions de leur discipline.

J'ai confiance que nous saurons nous relever des déboires de la fin de semaine. Il s'agit d'avoir confiance en soi et un désir de vaincre hors pair.

Ne lâchez pas les filles, vous êtes bonnes ! Il ne reste qu'à vous convaincre vous-mêmes... VOUS AVEZ JUSQU'AU 13 MARS !

David Côté, entraîneur