



Volume 25, numéro 26  
Le 27 février 2006



## Menu - Buffet Nico

### Mardi, 28 février

Soupe poulet et nouilles  
Poutine  
Cuisses de poulet  
Pommes de terre frites et purée  
Salade de jambon (*repas*)  
Croustade aux fraises

### Mercredi, 1<sup>er</sup> mars

Crème de chou-fleur  
Poulet popcorn  
Pâté mexicain  
Pommes de terre rissolées et riz  
Salade du chef (*repas*)  
Tarte au sucre

### Jeudi, 2 mars

Soupe au chou  
Pizza  
Fricadelles de poisson  
Pommes de terre frites  
Salade aux œufs (*repas*)  
Gâteau chocolat-vanille

### Vendredi, 3 mars

Soupe bœuf et riz  
Lasagne  
Fajitas au poulet  
Comptoir sous-marin NICO  
Salade de poulet (*repas*)  
Pouding au pain

**Bonne semaine de relâche !**

## Semaine de relâche !

Plusieurs activités et/ou sorties auront lieu pendant la semaine de relâche à Forum Jeunesse ! Vous êtes tous invités à venir y participer.

De plus, nous sommes ouverts à toutes suggestions et/ou questions, alors il est possible de le faire en allant voir Manon à son bureau dans la salle de jeux. Vous pouvez également vous informer par téléphone au numéro 435-3139.

À bientôt !

### Ligue d'improvisation

Le prochain rendez-vous pour la ligue aura lieu vendredi le 3 mars à l'auditorium.

Venez voter pour les Bleus ou les Rouges dès 12h10 toutes les semaines !

On vous y attend !

Valérie Boulet

### Interclasses mini volley-ball 2e sec.

Vendredi 3 mars

1<sup>re</sup> demi-finale

Roger Tremblay,  
Enseignant



**FOOTBALL—  
FOOTBALL**

**À TOUS LES JOUEURS INSCRITS :**

**Réunion importante pour vous tous mardi à 12h30 à l'auditorium.**

**Mario Bédard,  
Entraîneur  
Manuel Dubois, techn. en loisirs**

**LES  
POTINS**



## Activités au Bloc « C »

### Semaine du 27 février au 3 mars 2006

	Lundi 27 février Jour 5	Mardi, 28 février Jour 6	Mercredi, 1 <sup>er</sup> mars Jour 7	Jeudi, 2 mars Jour 8	Vendredi, 3 mars Jour 9
PISCINE		Récupération	Bain libre		Récupération
GYMNASE	Hockey Cosom et Soccer—Sec. 1		Basket-ball Rencontre défi - Sec. 3 –vs Sec. 4		Badminton Sec. 5
PALESTRE					
SALLE D'ENTRAÎNEMENT	Groupe 1	Groupe 2		Groupe 1	Groupe 2

## Chronique Internet

\***De Facto** <http://www.defacto.ca> - Programme de prévention du tabagisme de l'Association régionale du sport étudiant de Québec et de Chaudière-Appalaches (ARSEQCA).

\***J'Arrête** <http://www.jarrete.qc.ca> - Vous trouverez sur ce site des renseignements essentiels sur l'arrêt du tabagisme.

\***Jparle.com** <http://www.jparle.com> - Site destiné à informer et aider les jeunes et les parents à mieux communiquer pour connaître et comprendre l'autre.

\***Jeunesse j'écoute** <http://jeunesse.sympatico.ca/fr/> - Service d'aide et de consultation téléphonique sans frais offert aux jeunes à l'échelle du Québec 24 heures sur 24.

\***Lagangallumee.com** <http://www.lagangallumee.com> - Pour vivre sans tabac et se sensibiliser aux méfaits du tabagisme. Questions, opinions, jeux interactifs, ...

\***Réseau canadien de la santé** <http://www.reseau-canadien-sante.ca> - Des informations sur les moyens à prendre pour une vie saine et sur la promotion de la santé.

\***Sucres ...en corps** <http://www.exposition-sucres.com> - Exposition virtuelle destinée à vous conduire à la découverte de l'histoire des sucres dans le corps humain : rôle, recherche, diabète, obésité, hygiène alimentaire,...

\***Tel-jeunes** <http://www.teljeunes.com> - Service d'intervention pour les jeunes sur Internet. Information, conseils, aide, entraide, chat avec intervenant et foire aux questions.

\***Vos poumons travaillent pour vous** <http://www.poumon.ca/enfants/> - Le coin des jeunes de l'Association pulmonaire du Canada vous permet de mieux comprendre le système respiratoire et ses maladies.

Yves Duchesne



# Horaire - Radio-étudiante

	Lundi	Mardi	Mercredi	Jeudi	Vendredi
<i>Matin</i>	<b>Info-Matin</b> Michaël Pilote Élie-Anne Simard		<b>Info-Matin</b> Michaël Pilote Élie-Anne Simard		<b>Info-Matin</b> Michaël Pilote Élie-Anne Simard
<i>Midi</i>	<b>Rock-Midi</b> Andréanne Fortin Léa Jarry-Talbot Guillaume Ducharme		<b>Ground-Musik</b> Jeff Gauthier P.-Olivier Audet Alex Martel	<b>Il était une fois nous deux ...</b> Dave Côté Patrick Lavoie	<b>Spécial Métal</b> Caroline Gravel

**DIVERTISSEMENT !**

**L  
e  
s  
  
P  
o  
t  
i  
n  
s**



**Bonne relâche !**

