

26 novembre 2007

Socially responsible coffee AT O'CAFÉ

Maybe some of you have already noticed that we have a new type of coffee in the cafeteria: *socially responsible coffee*. Why is it socially responsible? Because the price we pay for it is fairly distributed. This means that the coffee farmers receive a fair share of the profits resulting from their hard work. This means that the simple act of buying a coffee could mean so much more than just a rush of caffeine. It means that we choose to make a difference in the life of coffee farmers and their families. It means that we choose to be socially responsible.

On this note, I would like to address a special *thank you* to Mr. Michel Marleau of O'CAFÉ whose efforts has brought fair trade coffee to our cafeteria. I would also like to thank all of you who decide to choose more than just a coffee.

Thank you.

Paula Madalina Dumitrascu (Paralegal II)

More information on your choice:

<http://www.vanhoutte.com/en/company/responsibility/>



« **Maman Noël Orly** » souhaite remercier tous ceux qui ont participé à notre collecte par ce matin (mercredi 28 Novembre) si glacial! Elle remercie aussi ces lutins : **Elyse Morrissete** et **Joanne Rousseau**, qui l'ont aidée de si bonne heure. Grâce à cet effort collectif nous avons reçu **167 \$** en argent, quelques conserves et plusieurs promesses pour les jours qui viennent...

Si vous n'avez pas eu votre sucrerie vous pouvez noter à vos agendas que nous serons dans l'entrée une autre journée la semaine prochaine.



Décorations de Noël
Xmas Decorations

Merci / Thank you to **Kate Ilaqua, Vanessa Pagé, Natasha Fabien, Karina Pinsonneault** and **Chris**, our adoptive student from Dawson, for helping with all the beautiful decorations.

Orly



Un repas chez Khadija

Récemment, notre petite classe de commerce international a été invitée à une journée culturelle par une de nos collègues du groupe. En tant que président de notre merveilleux groupe, je tiens à la remercier au nom de tous ceux qui se sont régalés avec des mets du Maroc, son pays d'origine.

Le 9 Novembre, Mme **Kdadija Ait Boufousse** nous a reçu vers midi chez elle et nous a servi un délicieux thé marocain. Ensuite, en attendant les retardataires, elle nous a expliqué les danses et la musique de son pays en nous montrant des films, pendant que nous grignotions des crêpes et des cakes marocains. Un fois tous arrivés, elle nous a servi le plat principal, un couscous absolument délicieux avec viandes et légumes.

L'excellente hôte qu'elle est, **Khadija** ne nous a pas laissés partir avant que nous goûtions au dernier plat, une pastilla au saumon avec bien d'autres ingrédients secrets.

Nous nous sommes tellement bien régalés, que nous avons eu de la difficulté à nous lever pour partir!

De la part mes collègues de classe et de moi-même, un **GROS GROS MERCI**. Nous t'apprécions tous beaucoup **Khadija!**

Le groupe de commerce international LCA.88

Cedric Alexanderson

"**Momma Claus-Orly**" wishes to thank all students and staff who contributed to our fund-raiser on this morning Wednesday, November 28. She also wishes to thank her elves, **Elyse Morrissete** and **Joanne Rousseau** for being there with her, bright and early! This collective effort has brought in **\$167** in cash, a number of cans and many promises for the days to come.

Please note that we will be back next week, just in case you did not get your candy cane...



UN SOUPER BIEN SPÉCIAL GRACE À GEORGIA MAKRIGIANNIS!

Grâce à l'initiative de **Georgia Makrigiannis**, un souper avec les classes anglophones et francophones de Techniques juridiques de 2^{ième} année a eu lieu cet automne au restaurant *Le Caprice*. Le but de la soirée : donner l'occasion aux deux groupes de créer des liens.

À mon arrivée sur les lieux, en retard comme à ma fidèle habitude, j'ai ressenti une certaine ambiance de trêve dans la pièce. Après tout, l'idée de mieux se connaître entre groupes francophones et anglophones n'est peut-être pas une si mauvaise idée étant donné la situation quelque peu tendue entre les deux groupes. À ma table, des professeurs, des francophones, des anglophones. Comme je ne connaissais pas le restaurant *Le Caprice*, je ne savais pas à quoi m'attendre. Surtout que le maigre montant de quinze dollars demandé pour le repas me faisait imaginer une ambiance de cafétéria en un peu plus chic... On m'a suggéré le menu complet, très approprié, mais je crois que le terme huppé serait plus adéquat pour qualifier ce restaurant que la cafétéria finalement. Le menu, pour seulement quinze dollars taxes incluses, se composait d'un choix entre calmar frit, poulet grillé ou tortellini, avec soupe ou salade. En plus, nous avons droit à un rabais sur tout autres plats au menu. Après un souper, qui aurait pu coûter au moins le double sinon le triple de ce que nous avons payé, la tournée fut offerte par **Me Haccoun** (alias *Cathou* pour cette soirée) dans une ambiance d'avantage de fête que de souper d'école. Quoi de mieux, afin de finir le tout en beauté, que de terminer la soirée avec ceux encore vivants, au Radio Lounge... avec les professeurs! Je vous l'accorde... spécial! Cette soirée restera longtemps gravée dans nos mémoires avec plusieurs moments cocasses.

Merci beaucoup Georgia, au nom de tous. Merci aux professeurs.

Merci au groupe anglophone. La balle est maintenant dans notre camp afin de répéter l'expérience!

David Pinard, Téch. Jur. 2



Le lundi 15 octobre 2007, une vingtaine d'étudiants et membres de l'administration du Collège O'Sullivan ont eu la chance d'assister à un petit-déjeuner offert par la Fondation du cancer du sein du Québec. Le but de ce petit-déjeuner était d'informer les jeunes sur le cancer du sein et de promouvoir la prévention et le dépistage précoces. Le conférencier était le Dr. Richard Béliveau, auteur du livre « Les aliments contre le cancer ». Voici le compte-rendu d'une des participantes.

« Regardez à votre droite et ensuite à gauche, l'un d'entre vous sera atteint du cancer et un sur quatre perdra la bataille », voilà la réalité des statistiques. L'objectif du Dr. Béliveau était de nous dire « réveillez-vous! », il est vrai qu'il était 7 h 30 un lundi matin!

Il nous a expliqué que la prévention du cancer commence entre l'âge de 15 à 40 ans et qu'à chaque fois que nous mettons quelque chose dans notre bouche, des millions de cellules se forment grâce à cet aliment.

Des milliards de dollars sont investis en publicité qui vise les jeunes pour le marketing de la malbouffe. La consommation de la malbouffe a augmenté de 400 % dans les 25 dernières années.

Il est important de réaliser que le cancer est une cellule, comme une graine à l'intérieur de nous tous, qui se développera et grandira dépendant de la nourriture que nous lui donnons. Elle aime le sucre, le gras, le sodium, les agents de conservation. Elle n'aime pas l'eau, les 5 à 6 portions de fruits et de légumes, les graines de lin, etc.

L'importance de ce message est claire : apprenez à connaître votre corps, ne dépendez pas des autres pour savoir ce qui est bon pour vous et surtout ne soyez pas passifs. Il est troublant d'apprendre que la mentalité nord-américaine aujourd'hui est : « mangez gras mais, prenez des vitamines »

Nous avons tous un choix dans la vie : enrichir les compagnies pharmaceutiques et les gros restaurateurs ou s'efforcer de prendre les actions nécessaires afin d'éviter le pire. C'est notre qualité de vie qui en dépendra : « Nous sommes ce que nous mangeons »

Sofia Feijoo

Bur/Jur

P.s. Une copie du livre *Les aliments contre le cancer*, écrit par Dr. Richard Béliveau sera disponible à notre bibliothèque très prochainement.

La Course à la vie CIBC
FONDATION CANADIENNE DU CANCER DU SEIN



JOURNÉE MONDIALE SIDA WORLD AIDS DAY 1 DÉCEMBRE 2007



"Moins on juge, plus on aide" / "The less we judge, the more we can help"

La discrimination liée au VIH empêche les gens d'obtenir l'information et le soutien dont ils ont besoin.

CHANGER LE MONDE / WE MUST CHANGE THE WORLD

Ensemble nous pouvons faire une différence,
défendez les droits humains.

Together we can make a difference,
Let us defend basic human rights.

Stop by our information table on Friday November 30 to obtain more information

Merci à **LILIANE PEMBELE** du groupe Bur/Jur pour avoir accepté de s'occuper de la table d'info à ce sujet.

Visitez les nombreux sites / Visit the numerous sites on the subject - this is just one of many:

http://www.msss.gouv.qc.ca/sujets/prob_sante/itss/index.php?id=36,91,0,0,1,0

