

SEMAINE DU



TOUSKI me fait réussir

DU **13** AU **17** NOVEMBRE 2017

TOUTE LA SEMAINE

Portes ouvertes au Centre sportif du Cégep

- Accès gratuit à la salle d'entraînement (présentation de la carte étudiante obligatoire)
- Accès gratuit à tous les cours en groupe (inscription au comptoir du Centre sportif)

Espace pause neurones : à la bibliothèque

Besoin de relaxer ou de te changer les idées, viens à la bibliothèque où un espace dédié te permettra d'y trouver de tout pour te divertir : LEGO, BD, revues, casse-têtes, mandalas et exposition de livres antistress.

LUNDI 13 NOVEMBRE

TOUSKI me fait voyager

- **Accueil : Chocolat chaud!**
8 h 45 à 10 h 30 dans le hall du bloc D
- **Journée interculturelle : Pour t'ouvrir sur le monde**
-Québec sans frontières
-Magasin du Monde
11 h 30 à 13 h dans le Hall du Bloc D

- **Initiation au Pickleball**

17 h à 18 h au gymnase Espace sportif Desjardins du Collège

*Instructeur et matériel fourni sur place

- **Cours de Pilates au sol**

16 h 15 à 17 h 15 au Centre culturel

Inscription gratuite au comptoir du Centre sportif

MARDI 14 NOVEMBRE

TOUSKI me fait sourire

- **Atelier B.A.R. : Sourire à la fin de session**
Les pièges à éviter et les clés pour bien vivre l'exigence d'une fin de session, des stratégies de passation d'examen et des outils pour mieux composer avec le stress pendant ce blitz d'évaluations.
10 h 50 à 11 h 50 à la bibliothèque local A-2508
Inscription gratuite à la bibliothèque ou en ligne via ton cours B.A.R. sur le site web du collège/liens utiles/BAR
- **Cours de Pilates ballon**
17 h 30 à 18 h 30 au Centre culturel
Inscription gratuite au comptoir du Centre sportif

JEUDI 16 NOVEMBRE

TOUSKI me fait plaisir

- **Duel faut pas rire - Ronde préliminaire**
Dès 12 h au Café-Inn (A-1100)
- **Cours de Pilates ballon & Gliding**
17 h 30 à 18 h 30 au Centre culturel
Inscription gratuite au comptoir du Centre sportif

VENDREDI 17 NOVEMBRE

TOUSKI me divertit

- **Midi JAM!**
Viens faire vibrer le Cégep au son de ton instrument!
Dès 12 h au Café-Inn (A-1100)

MERCREDI 15 NOVEMBRE

TOUSKI m'aide à me sentir bien

- **Tête-à-tête animalier** : Activité de zoothérapie avec les étudiantes de la technique d'éducation à l'enfance
11 h 30 à 13 h dans le hall du bloc D
- **Des organismes au service des étudiant(e)s du Collège**
-Projet logement intergénérationnel par Action logement Pierre-De Saurel
-Carrefour naissance-famille
11 h 30 à 13 h dans le hall du bloc D

«TOUSKI ME FAIT RÉUSSIR»
UNE SEMAINE POUR TE FAIRE DU BIEN!

ET TOI, QUEL EST
TON **TOUSKI** ?