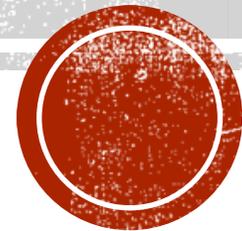


PROJETS PERSONNELS

Cohorte 2018-2023

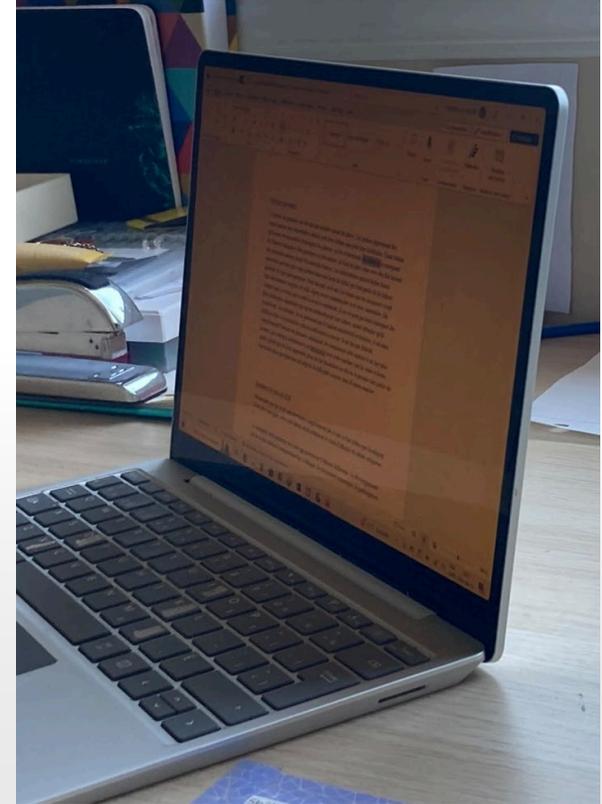
École Secondaire De Mortagne



JULIANE
GWIZDALLA

GR: 530

Objectif d'apprentissage: en apprendre plus sur la
psychologie des jeunes



LÉANNE HÉROUX

GROUPE: 520

Objectif d'apprentissage:
apprendre à créer et formuler
des recettes ainsi que
comprendre la chimie derrière
certains substituants de la
cuisine sans gluten et sans
produits laitiers.



05

13

RAVIOLIS À LA CITROUILLE

INGRÉDIENTS

Pâte

4 c. à soupe d'eau

1 ½ tasse de farine sans
gluten

1 c. à thé de gomme de guar

3 œufs

4 c. à soupe d'huile

Garniture

2 tasses de citrouille

2 c. à soupe de crème Belsoy

2 c. à thé de margarine

Sel, poivre

Fauxmage

PRÉPARATION

1. Mélanger la farine avec la gomme de guar. Ajouter les œufs, l'huile et l'eau. Former une pâte homogène avec les ingrédients. Réserver.
2. Dans une casserole, mélanger la citrouille, la margarine et la crème Belsoy. Porter à ébullition pendant environ 10 minutes jusqu'à ce que le mélange diminue de moitié. Assaisonner de sel et de poivre.
3. Abaisser la pâte à raviolis en petits cercles. Mettre 1 cuillère à thé de farce à la citrouille au centre de la pâte, puis ajouter du fauxmage. Ensuite, appliquer de l'œuf sur le bord de la pâte et refermer. Répéter jusqu'à ce qu'il n'y ait plus de pâte ni de farce.
4. Cuire dans l'eau bouillante environ 5 minutes ou jusqu'à ce que les pâtes flottent, puis retirer de l'eau.
5. Présentation suggérée : mettre un petit filet d'huile sur les pâtes cuites, ajouter un peu de persil frisé, du vinaigre balsamique, au goût, et quelques morceaux de fauxmage à la crème.²

Note : La gomme de guar est créée à partir d'un petit arbre originaire d'Inde et du Pakistan. Plus précisément, c'est la graine du *Cyamopsis tetragonolobus* qui est broyée pour former la gomme de guar. C'est un additif alimentaire qui permet d'améliorer la texture ainsi que la durée de conservation des recettes. Comme la gomme de xanthane, un peu suffit pour réagir. Elle absorbe une grande quantité d'eau et épaissit presque instantanément. Dans la cuisine sans gluten, elle sert à lier, émulsionner et épaissir. Également, elle permet d'améliorer la texture des produits congelés. Comparée à la gomme de xanthane qui donne une texture plus moelleuse et humide, la gomme de guar rend la recette, par exemple de pain, plus souple mais plus sèche lors de l'ingestion. La gomme de xanthane est plus utilisée pour les pains et gâteaux, mais la gomme de guar est préférable pour des recettes de tartes, crèmes glacées et smoothies.

² Recette inspirée de : PARADIS, Katrine - FAIRE DES PÂTES FRAÎCHES SANS GLUTEN -, K pour Katrine, (en ligne), <https://www.kpourkatrine.com/fr/recipes/astuces/faire-des-pates-fraiches-sans-gluten/>, (10 octobre 2022).

Extrait de mon livre de recettes



Xavier Houle 510

Objectif d'apprentissage : apprendre à écrire, tourner et monter une vidéo



▶ 🔊 0:00 / 19:32

...ueurs ayant écrit l'histoire du CH

Sofia Iafrate

Groupe 540

Objectif d'apprentissage:

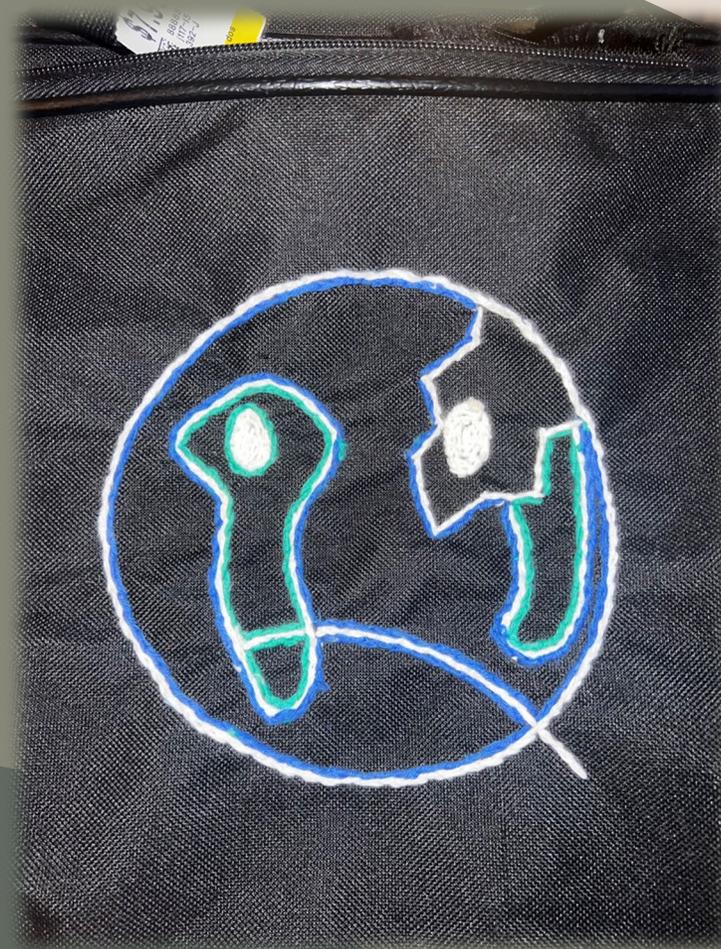
Apprendre à utiliser une machine à coudre avec facilité.



Léa Jodoin, 510.

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

Développer des aptitudes en lien avec la couture à la main ainsi que de redonner vie à au moins un accessoire (sac en bandoulière).



Thomas Joly
Groupe : 530



Apprendre le
fonctionnement d'un
ordinateur et le rôle de
chaque pièces dans
celui-ci.

FIRDAWS KADI

GROUPE: 520

OBJECTIF
D'APPRENTISSAGE:
EN APPRENDRE
DAVANTAGE SUR LES
MALADIES COMMUNES
FÉLINES
ET
APPRENDRE À MIEUX
DESSINER LES CHATS



ARTEM
KERBALAEV

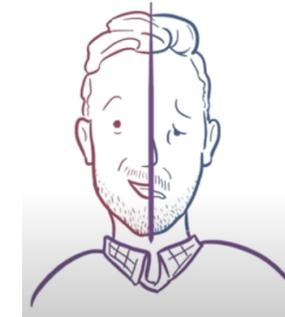
GROUPE 530

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE:
APPRENDRE D'AVANTAGE SUR
LES MALADIES MENTALES

LA BIPOLARITÉ

Qu'est-ce que c'est?

La bipolarité est un trouble mental qui se manifestant par de brusques changements d'humeur, des épisodes alternés d'élévation de l'humeur et de dépression. La psychose maniaco-dépressive, comme on l'appelait auparavant, si elle n'est pas traitée, peut détruire une carrière, des relations familiales et, dans les cas particulièrement graves, conduire au suicide.



Les troubles de la personnalité .

Ce sont des schémas de pensée, de perception, de réponse et de relation persistants à long terme qui causent un stress important à une personne et/ou altèrent sa capacité à mener à bien les activités de la vie quotidienne

Il existe 10 types de troubles de la personnalité, et chacun d'eux présente des problèmes caractéristiques d'estime de soi et de réactions face aux autres et aux situations stressantes.



Les cause des troubles de personnalité

Les troubles de la personnalité sont causés par l'interaction des gènes et de l'environnement. Certaines personnes naissent avec une prédisposition génétique à un trouble de la personnalité, et cette prédisposition est ensuite supprimée ou renforcée par des facteurs environnementaux.

Ilane Saliya Koné

Groupe : 520

Objectif d'apprentissage :
Informier et éduquer le public sur une culture différente de celle du Québec. Apprendre la photographie, les techniques pour éditer les photos, essayer un nouveau médium pour éditer les photos.



AFRO HAIR

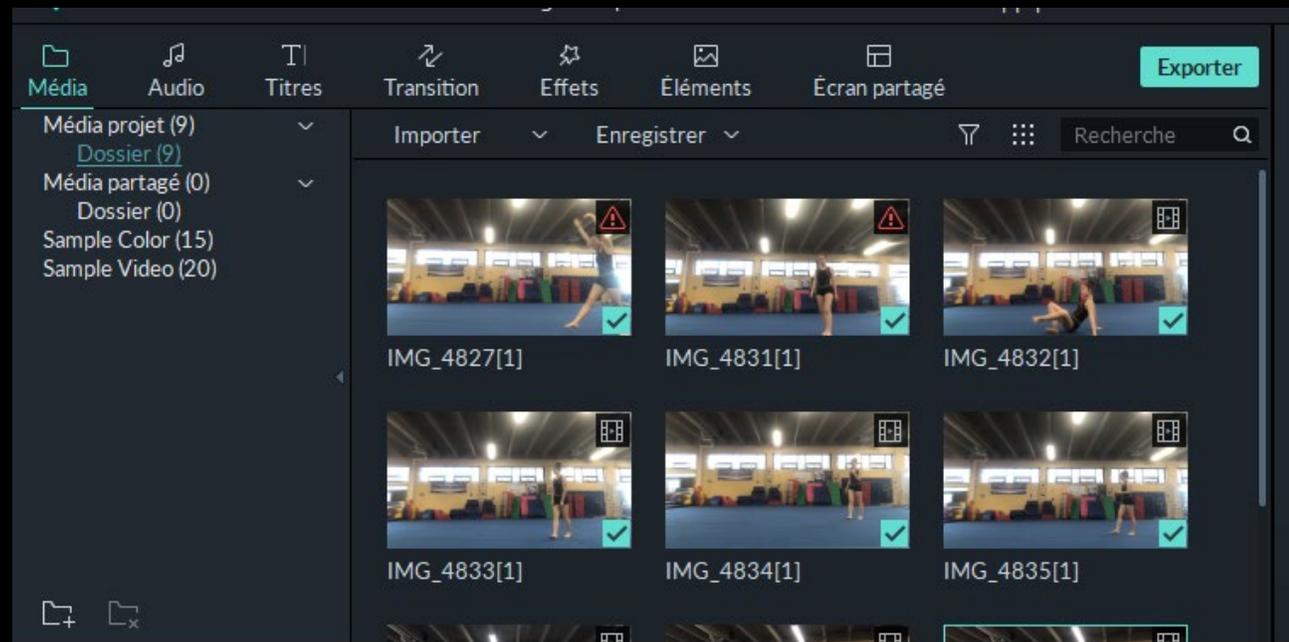
LA COIFFURE QUE NOUS REMPLISSONS JAMAIS

Les cheveux jouent un rôle important dans la communauté noire. Pour la culture Afro-américaine, Africaine, Caraïbène, et son ensemble les cheveux leur permettent de s'exprimer et auparavant de jouer les rôles au sein de leur communauté. Il existe de nombreuses coiffures et avec ces styles, de nombreux messages sont véhiculés. Le tressage avait des objectifs de fonctionnalité et de communication. Les cultures du monde entier partagent des aspects communs avec des coiffures spécifiques et cela va pour les cheveux de la culture afro-américaine et comment ils se sont développés dans de nombreux styles que de nombreuses cultures portent et se parent.

Pendant des siècles, les communautés noires du monde entier ont créé des coiffures qui leur sont propres. Ces coiffures remontent jusqu'au monde antique et continuent de se frayer un chemin à travers les conversations sociales, politiques et culturelles entourant l'identité noire aujourd'hui. Le mouvement des droits civiques des années 1960 et 1970 a vu la montée du mouvement des cheveux naturels qui a encouragé les communautés noires à accepter leurs cheveux et à se détourner des produits nocifs. L'idée de se conformer aux normes européennes ne correspondait pas à leur message de pouvoir noir. L'affichage de ces styles naturels était sa propre forme d'activisme et était considéré comme une déclaration de revendication de leurs racines qui nous sont tout bien encore importantes aujourd'hui.

CHARLIE LABONTÉ
GROUPE 540

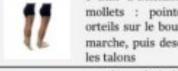
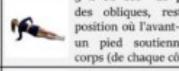
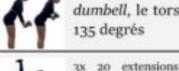
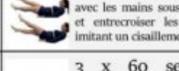
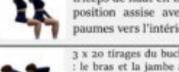
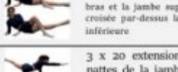
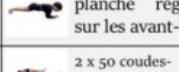
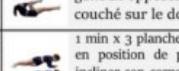
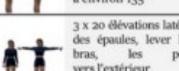
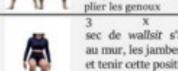
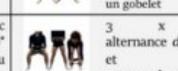
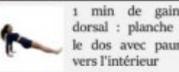
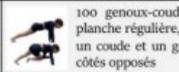
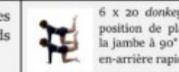
OBJECTIF
D'APPRENTISSAGE:
APPRENDRE À
FAIRE DU MONTAGE



Repas	Jour 1	Jour 2	Jour 3	Jour 4	Jour 5
Déjeuner	 277 calories Bouchées de pancake protéinées Léger en bouche, cet alléchant déjeuner est protéiné.	 260 calories Parfait au yogourt et céréales givrées Avec une dose sucrée de fibres, ce yogourt est délicieux.	 425 calories Bol déjeuner à la patate douce Les fruits mélangés à la patate douce constituent un bon apport énergétique.	 415 calories Gruau overnight, confiture de cerises et graines de chia Ce gruaou goûteux avec les cerises forment une exquisite paire.	 258 calories Smoothie aux canneberges et cerises Ce smoothie rafraîchissant débute bien une journée.
Dîner	 452 calories Mijoté de pois chiches épicés Les pois chiches, hyper protéinés rendent ce mijoté nourrissant.	 489 calories Couscous au thon à la grecque L'assortissement de ce couscous végétalien met l'eau à la bouche.	 532 calories Pâtes, sauce rosée au tofu et courgettes Ce délicieux plat est calorique, mais sain et réconfortant.	 469 calories Tarte feuilletée épinards, œufs et tomate Les œufs ainsi que les légumes rendent cette tarte excellente.	 390 calories Sandwich aux betteraves et fromage de chèvre Le mélange des betteraves et du fromage de chèvre est divin.
Souper	 478 calories Pita à l'avocat et aux légumes grillés Cette pita est tout simplement succulente.	 530 calories Tacos au halloumi Le halloumi grillé de cette recette est merveilleux.	 484 calories Stir-fry au porc, éradle et gingembre Ce mets d'origine asiatique au goût sucré est très protéiné.	 270 calories Poitrine de dinde avec sauce aux pommes Ce repas faible en calories est réellement simple à préparer.	 465 calories Courgettes farcies à la grecque Ces courgettes coups de cœur goûtent le paradis.
Dessert	 236 calories Mousse érable, pacanes et poires Les poires et les pacanes ajoutent une légèreté à cette mousse.	 161 calories Muffin aux framboises et chocolat Plutôt sucrés, ces muffins vaporeux sont d'une bonne portion.	 371 calories Pouding de chia au moka Avec un goût de café chocolaté, ce pouding se dévore instantanément.	 267 calories Pomme garnie style croustade Un dessert santé plutôt automnal : classique et inoubliable.	 193 calories Biscuits au beurre d'arachide et pépites de chocolat Ces petits biscuits peu caloriques sont assez protéinés.

Plan d'entraînement détaillé et plan d'alimentation

Maude Lacroix Groupe 530

Jour 1 : haut du corps	Jour 2 : jambes	Jour 3 : abdominaux	Jour 4 : fessier	Jour 5 : cardio
 3 x 20 levés en position assise des poids avec les bras ouverts en 2 angles droits avec les paumes vers l'avant	 2 x 50 fentes en marchant avec des poids : abaisser son genou, les jambes formant des angles de 90°	 2 x 50 essuie-glaces : sur le dos avec le torse levé, descendre les jambes à 90° de chaque côté en les gardant droites	 3 x 20 extensions vers le haut à 4 pattes de chaque jambe	 3 x 60 sec de fente d'une jambe et sauter pour atterrir en fente de l'autre jambe
 3 x 20 Superman : à plat ventre, élever les jambes et les bras, collés au corps, vers le haut	 1 min d'extension des mollets : pointer les orteils sur le bout de la marche, puis descendre les talons	 3 x 60 sec de planche des obliques, rester en position où l'avant-bras et un pied soutiennent le corps (de chaque côté)	 3 x 20 fire hydrants, à 4 pattes, ouvrir, puis refermer chaque jambe en angle droit sur le côté	 1 min x 3 de planche jumping-jacks en touchant les épaules des bras opposés
 3 x 20 levés d'un dumbbell, le torse à 135 degrés	 100 fentes latérales avec poids à la largeur des épaules, les paumes vers l'intérieur et les jambes écartées	 100 ciseaux couché au sol avec les mains sous le dos et entrecroiser les pieds, imitant un cisaillement	 6 x 20 squats latéraux : en squat, effectuer de petits pas de côté avec bande de résistance	 3 x 60 secondes de jogging avec genoux hauts
 3x 20 extensions des triceps de haut en bas en position assise avec les paumes vers l'intérieur	 2 x 50 levés de la jambe au sol, la tête soutenue par le bras et la jambe supérieure croisée par-dessus la jambe inférieure	 3 x 60 sec de planche régulière sur les avant-bras	 3 x 20 glute bridge : pont allongé sur le dos dans lequel les tibias sont à 90°	 3 x 20 squats en sauts continus
 3 x 20 tirages du bucheron : le bras et la jambe à 90° accotés sur un banc, ramener le poids vers le haut	 3 x 20 extensions à 4 pattes de la jambe vers l'arrière et lever le bras opposé (de chaque côté)	 2 x 50 coudes-genoux opposés couché sur le dos	 3 x 20 deadlifts romains : ne pas plier les genoux et descendre les poids, paumes vers l'intérieur, jusqu'au sol	 3 x 60 sec mountain climbers : en position de planche ramener les genoux vers l'avant frénétiquement
 3 x 20 levés des poids les paumes vers l'extérieur avec dos incliné à environ 135°	 3 x 20 sumo deadlifts avec poids : les pieds pointés vers l'extérieur, descendre les poids vers le sol sans plier les genoux	 1 min x 3 planche twist : en position de planche, incliner son corps vers la droite et la gauche.	 3x 20 squats goblet : descendre en squat en tenant le poids comme un goblet	 1 min de sprint, 1 min de jogging et 1 min de marche lente les 2 dernières min
 3 x 20 élévations latérales des épaules, lever les 2 bras, les poignets vers l'extérieur	 3 x 60 sec de wallsit s'asseoir au mur, les jambes à 90° et tenir cette position	 4 x 15 sec de sits up avec les jambes en l'air à 90° et ramener le haut du corps vers les genoux	 3 x 30 alternance deadlifts et squats avec un dumbbell	 3 x 20 burpees, s'accroupir pour faire un push up et se relever pour sauter en continu
 1 min de gainage dorsal : planche sur le dos avec paumes vers l'intérieur	 2 x 50 abductions de la jambe : s'allonger, le bras soutenant la tête, lever la jambe vers le haut avec la bande de résistance au niveau des cuisses	 100 genoux-coudes : en planche régulière, joindre un coude et un genou de côtés opposés	 3 x 20 fentes avant avec poids de chaque côté	 6 x 20 donkey kicks : en position de planche, lever la jambe à 90° vers le haut en-arrière rapidement

Antoine Larouche

Groupe : 520

Objectif :

Créer une vidéo dans laquelle je présente mon programme d'entraînement pour des jeunes débutants qui s'intéressent à l'entraînement.

Groupe A (pectoraux, épaules, abdominaux et triceps)

Groupe B (dos, biceps, et jambes)

Partie du corps	Exercice	Séries / Répétitions
Pectoraux	Développé couché barre	4 x 8-10
Pectoraux	Développé incliné appareil	2 x 8-10
Pectoraux	Machine pour pectoraux	2 x 8-10
Épaules	Développé appareil	4 x 8-10
Épaules	Élévation latérale	2 x 8-10
Épaules	Élévation frontale	2 x 8-10
Triceps	Extension à la poulie haute	3 x 8-10
Triceps	Barre front	3 x 8-10
Abdominaux	Redressements assis	3 x 15-30
Cardio	Elliptique ou tapis roulant	20min

Partie du corps	Exercice	Séries / Répétitions
Dos	Traction à la barre fixe	4 x 8-10
Dos	Machine avec mouvement horizontal	2 x 8-10
Dos	Haltères sur un banc	2 x 8-10
Biceps	Curl barre biceps	4 x 8-10
Biceps	Curl barre assis	3x 8-10
Biceps	Curl marteau	2x 8-10
Jambes	Appareil presse à jambes	4x 15-18
Jambes	Appareil curl jambe	2x 15-18
Jambes	Appareil sur le ventre pour jambes	2 x 10-12
Cardio	Elliptique ou tapis roulant	20min

ALEXY LEBLANC

GROUPE: 520

Objectif d'apprentissage:

Apprendre à créer une canne à pêche utilisée par nos ancêtres et la fabriquer de la même manière qu'ils le faisaient.



OBJECTIF D'APPRENTISSAGE

- M'informer sur les produits qui sont bénéfiques pour la peau et de la raison qu'ils sont efficaces pour optimiser la peau de notre visage

Audrey Leblanc 510

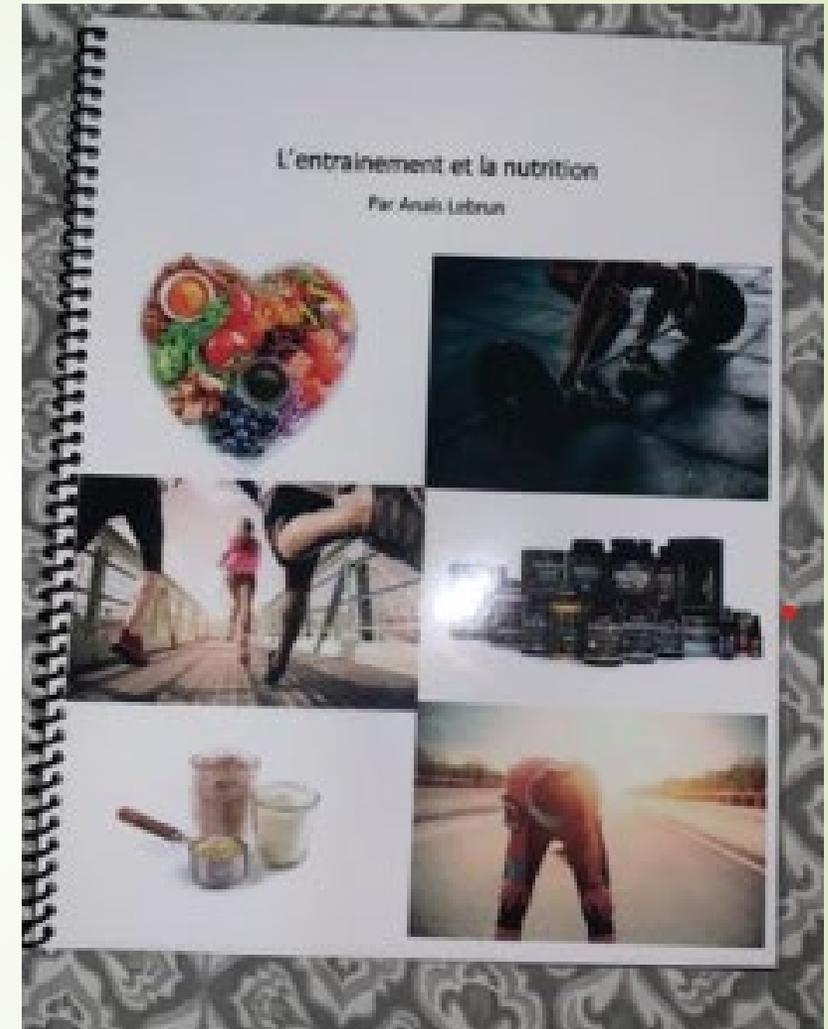
Produits et ingrédients
bénéfiques pour la peau

Par Audrey Leblanc



Anais Lebrun 510

Objectif d'apprentissage: apprendre à faire un programme d'entraînement ainsi qu'en apprendre sur les exercices de musculation.

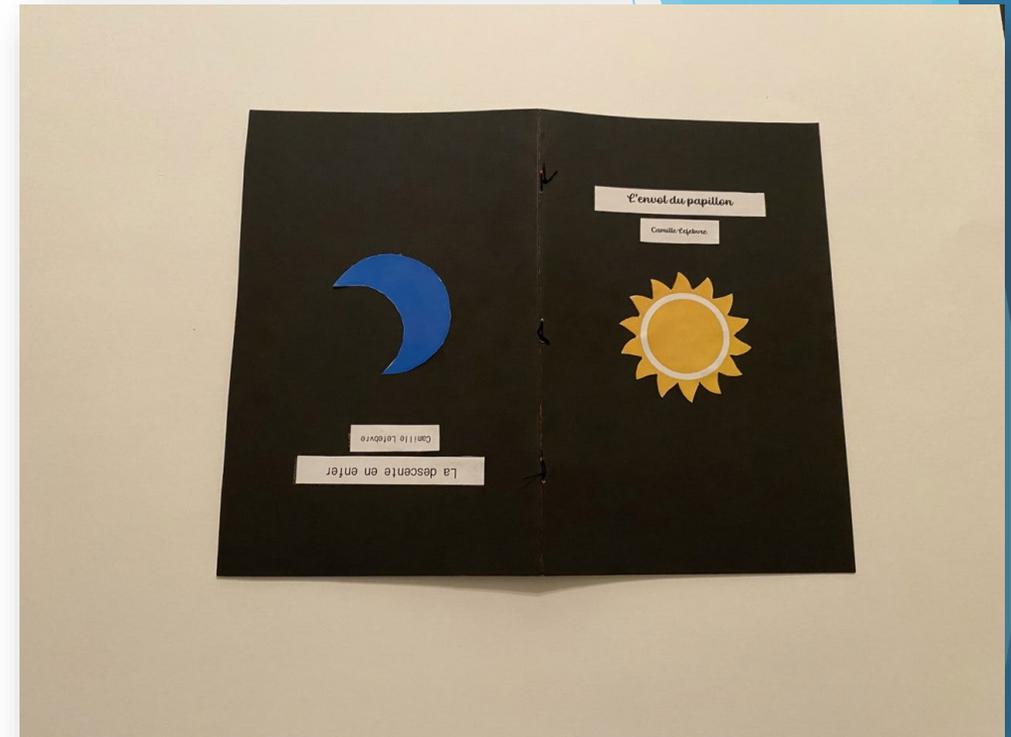


Objectif
d'apprentissage:
transmettre une
émotion ou un
message à travers
une œuvre d'art



Camille Lefebvre

GROUPE 510



Objectif d'apprentissage :
Comprendre les impacts d'un environnement malsain pendant l'enfance sur le développement de la personne.

ROSALIE LÉGARÉ

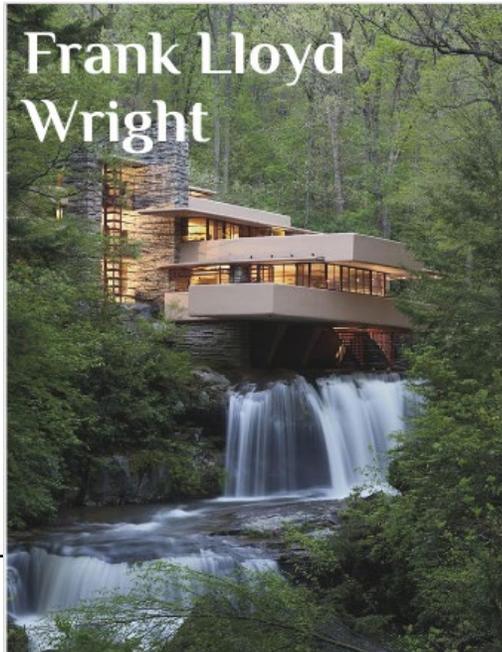
GROUPE 510

Objectif: apprendre au sujet des maladies mentales chez les adolescents et communiquer les connaissances acquises grâce à une bande dessinée.



Arielle Le-Huy Groupe 540

Objectif d'apprentissage:
Augmenter mes connaissances sur le domaine de
l'architecture.



Frank Lloyd Wright est un très grand architecte américain, précurseur de l'architecture contemporaine. Il est né au Wisconsin le 8 juin 1867. Né Frank Wright, il décide de porter le nom Lloyd en hommage à sa mère suite au divorce de ses parents. En 1887, il devient dessinateur industriel dans de nombreux cabinets d'architectes. Plus tard, il commence à concevoir ses propres maisons et à partir de 1933, il décide de travailler à son compte. Au cours de sa carrière qui durera 70 ans, il a conçu 1 314 projets dont 522 ont été réalisés. Encore à ce jour, il est considéré comme l'un des architectes américains les plus importants et influents de l'histoire.

En 1935, Frank Lloyd Wright dessine la maison « Falling Water » qui sera construite en 1939 et qui sera considérée comme sa plus belle œuvre pour son dynamisme ainsi que son harmonieuse intégration dans l'environnement naturel. Cette maison est construite en Pennsylvanie au-dessus d'une chute d'eau, d'où vient son nom. Un très grand nombre de fenêtres et de balcons sont inclus à la maison et la palette de couleur a été réduite à un beige pâle et un rouge Cherokee, la couleur signature du fameux architecte.



Habitats 67 Guggenheim Museum

Habitat 67 est un ensemble de 158 logements construits dans les années 1960. Les habitats 67 ont été conçus par l'architecte Moshe Safdie pour l'expo 67 de Montréal. Situé à la Cité-du-Havre, l'emplacement géographique est parfait car il permet la vue du fleuve, du centre-ville et du Vieux-Port de Montréal.

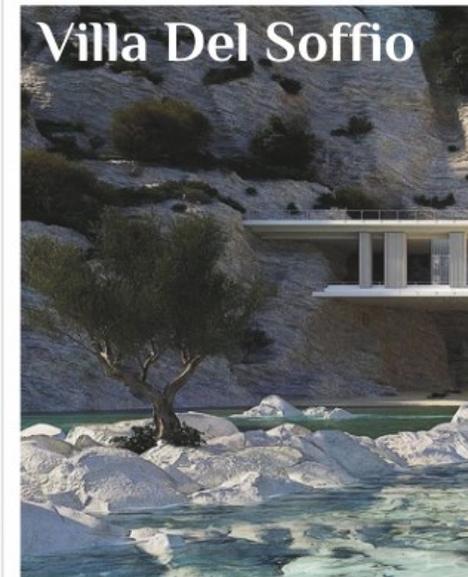


Le « Guggenheim Museum » est un musée d'art moderne très important à New York, situé dans l'Upper East Side. Le bâtiment du musée fut dessiné par Frank Lloyd Wright et son ouverture fut le 21 octobre 1959. On le distingue par sa particulière structure en spirale. Les visiteurs du musée entrent par le haut et, tout le long de l'exposition, descendent petit à petit. Cette originale structure permet de changer la notion habituelle de salle d'exposition.



Guggenheim Museum, New York City

Villa Del Soffio



Architectes: Nicholas Præud et Charlotte Taylor



Puglia, Italie



Josué Marcil - 540

Apprendre à bien communiquer et transmettre les
bases de la discipline du parkour



FRANÇOIS MÉTHOT

GROUPE: 530

Objectif d'apprentissage :
Apprendre les meilleurs moyen
de s'entraîner.

J'AI CONÇU UNE REVUE SUR L'ENTRAÎNEMENT

Exercices des jambes

Squat

Pour faire du squat vous devez garder la tête haute, vous devez poser la barre sur vos trapèzes et la prendre tout en mettant vos pouces autour de la barre. Sortez votre poitrine, gardez vos pied sur le sol à largeur des épaules et fléchissez les genoux de façon à faire descendre votre corps. Une fois que vos jambes sont en parallèle avec le sol inversez le mouvement en poussant sur vos talons



Soulevé de terre

Debout, les pieds espacés à la largeur des épaules prenez la barre avec les mains les paumes vers le bas. En gardant le dos droit, prenez la barre et soulevez la. Pour faire vos répétition, redescendez jusqu'à ce que votre buste soit parallèle au sol. Ensuite relevez la barre.



Extension des jambes

Pour faire cet exercice, assoyez-vous sur le siège. Ensuite, insérez vous tibias derrière les coussins. Finalement, relevez vos tibias pour que vos jambes soient en extension totale, puis redescendez-les.



Vidéo démonstrative

Juliette Meunier

A photograph of a white plate containing two portions of rabbit meat, likely a saddle of rabbit, served with a side of mashed potatoes. The dish is garnished with finely chopped green herbs. The plate is set on a wooden surface. The entire image is framed by a thick yellow border.

Gr: 510

Objectif d'apprentissage:
Apprendre sur les
aliments locaux du
Québec

SAM MONTREUIL

GROUPE 520

COMPOSITION AU PIANO:

Till Our Last Kiss

OBJECTIFS D'APPRENTISSAGES:

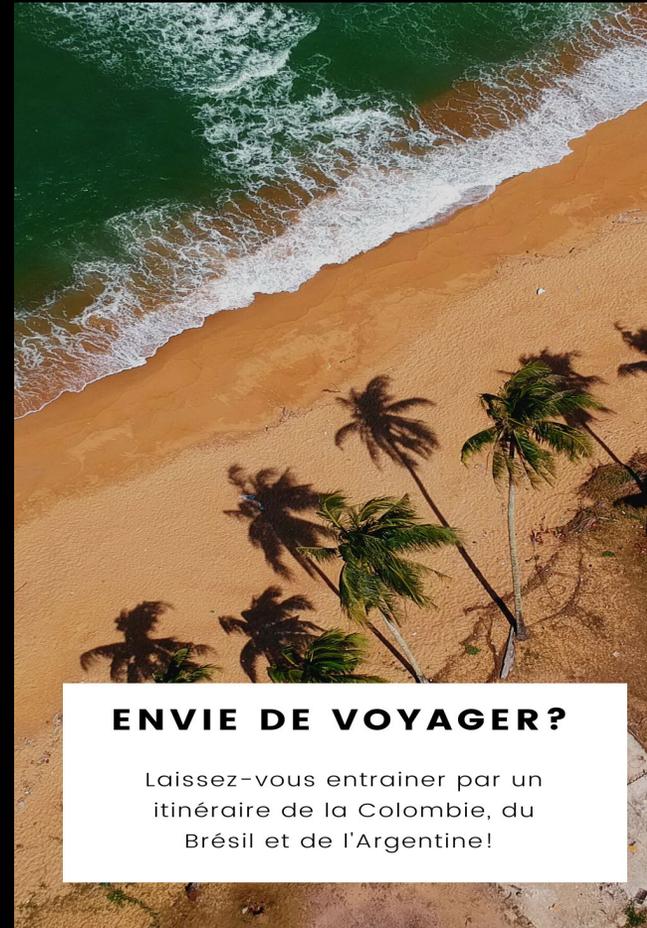
- APPRENDRE À COMPOSER UNE PIÈCE DE PIANO
- APPRENDRE À IMPROVISER FLUIDEMENT SUR UN PIANO
- APPRENDRE À TRANSMETTRE DES ÉMOTIONS ET DES SENTIMENTS À L'AIDE DE DIFFÉRENTS PROCÉDÉS MUSICAUX



LAURIE MOREAU

GROUPE 520

Objectif d'apprentissage:
Apprendre à organiser un
itinéraire de voyage dans
plusieurs pays de
l'Amérique du Sud, et cela,
avec un petit budget.



ENVIE DE VOYAGER?

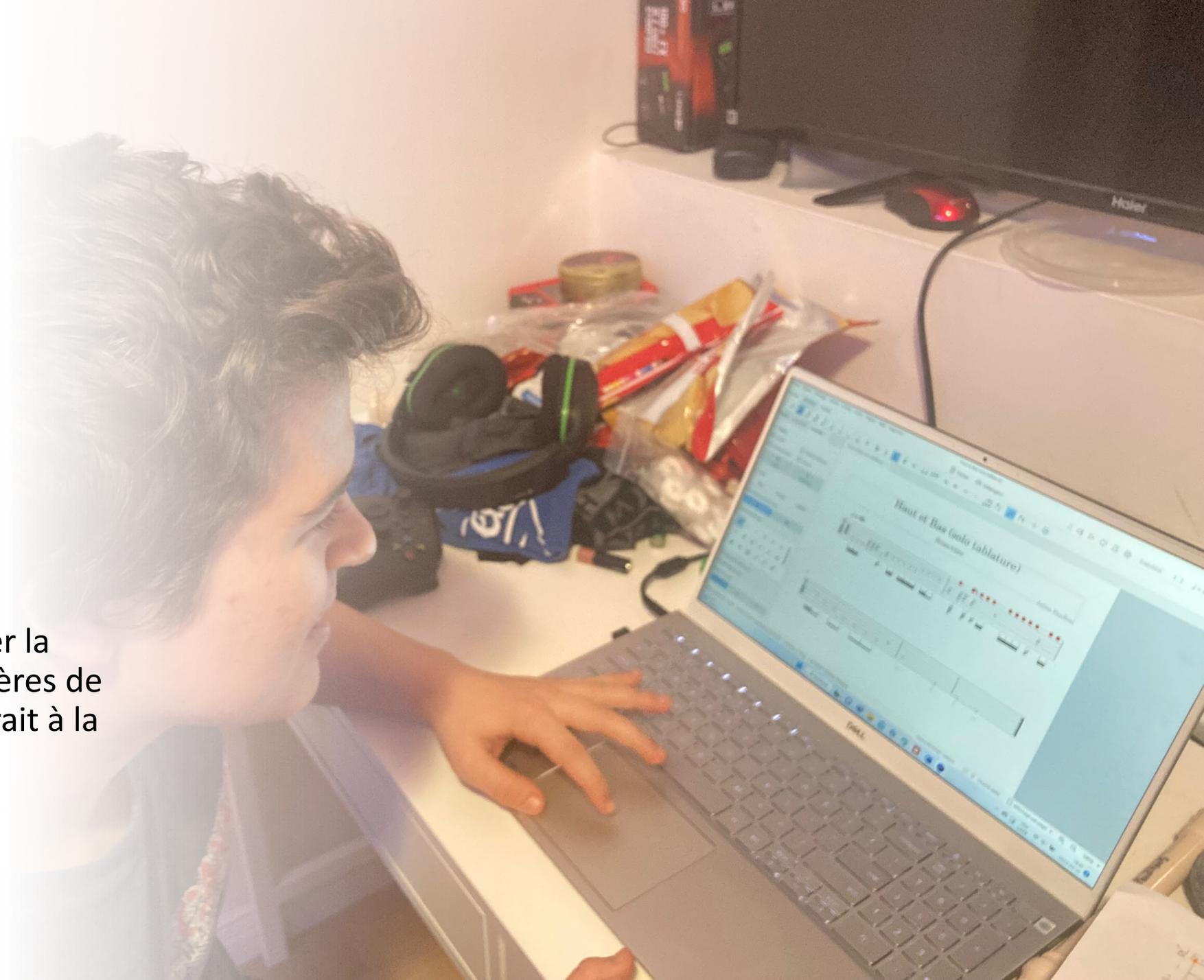
Laissez-vous entraîner par un
itinéraire de la Colombie, du
Brésil et de l'Argentine!

Photo:
<https://www.canva.com/design/DAFT70UYWtc/BtSigBZ5wTgbQ7oSxo/INWA/edit?layoutQuery=voyage>

Julien Paulhus

Groupe :540

- Objectif d'apprentissage : apprendre davantage à jouer la guitare et agrandir mes sphères de connaissances en ce qui a trait à la musique en général.



**Devenir une meilleure
athlète en acquérant des
connaissances approfondies
sur l'escrime et en
recueillant des témoignages
d'athlètes expérimentés sur
la façon dont ils gèrent le
stress, traduisant le tout en
un magazine**

Maira Jade Paynot - 540

VOLUME 1 • DECEMBRE 2022

L'ESCRIME

UNE INTRODUCTION

Un aperçu de ce sport de
combat palpitant

+ Entrevues avec maître d'arme
Julien Camus et athlète
Olympique **Maximilien Van
Haaster** sur le *stress de
performance*

Racines historiques, règles de base,
armes et équipement : une initiation
intégrale

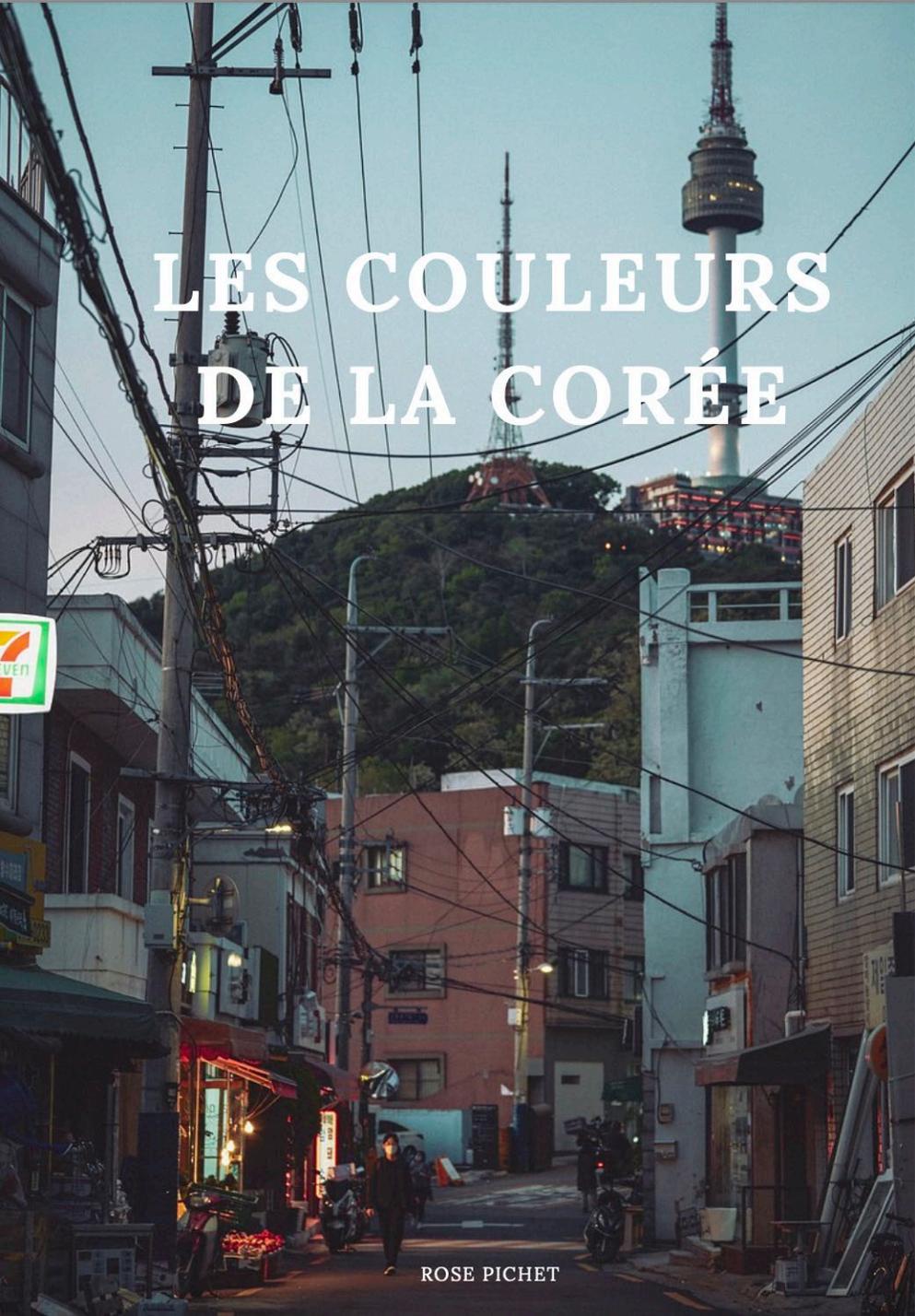


ES €2.50
IT €3.00
FR €6.00
GB €3.00
USA \$6.99

MARIA LAURA PEREIRA LIMA GROUPE:510

Encourager plus de gens à
acheter dans des friperies





**LES COULEURS
DE LA CORÉE**

Rose Pichet

530

**En apprendre davantage
sur la Corée du Sud.**

Leonel Francisco Pietrantonio

510

Je souhaitais en apprendre davantage sur les bienfaits des saines habitudes de vies et comment l'exercice physique et a bonne alimentation affecte positivement la santé mentale.



Corinne Plourde 530

Améliorer mes habiletés en cuisine en faisant un recueil de recettes contenant des desserts.



MUFFINS AUX CAROTTES

PORTIONS: 12

PRÉPARATION: 20 MIN

CUISSON: 22 MIN

INGRÉDIENTS

- 2 tasses de farine blé entier 250 ml
- 1 tasse de cassonade, tassée
- 2 c. à thé de cannelle moulue
- 1 c. à thé de poudre à pâte
- 1 c. à thé de bicarbonate de soude
- 1/2 c. à thé de muscade moulue
- 1/4 c. à thé de sel
- 1 tasse de yogourt nature
- 1/3 tasse d'huile de canola ou végétale
- 1 œuf
- 3 tasses de carottes râpées

ÉTAPES

1. Préchauffer le four à 190 °C (375 °F).
2. Graisser 12 moules à muffins ou les tapisser de moules en papier.
3. Dans un grand bol, combiner la farine, la cassonade, la cannelle, la poudre à pâte, le bicarbonate de soude, la muscade et le sel.
4. Dans un autre grand bol, mélanger au fouet le yogourt, l'huile et l'œuf. Y incorporer les carottes.
5. Ajouter le mélange de carottes au mélange de farine. Remuer jusqu'à ce que la farine soit combinée.
6. Répartir le mélange à muffins dans les moules à muffins.
7. Faire cuire au four de 22 à 25 minutes ou jusqu'à ce qu'un cure-dent inséré au centre d'un muffin en ressorte propre. Laisser refroidir complètement sur une grille.

SOURCE

INCONNU. (5 décembre 2022). MUFFINS AUX CAROTTES MOELLEUX ET CROQUANTS. IGA. <https://www.iga.net/fr/recettes-inspirantes/recettes/muffins-aux-carottes-moelleux-et-croquants>.



Félix Poitras ⁵²⁰

Communication

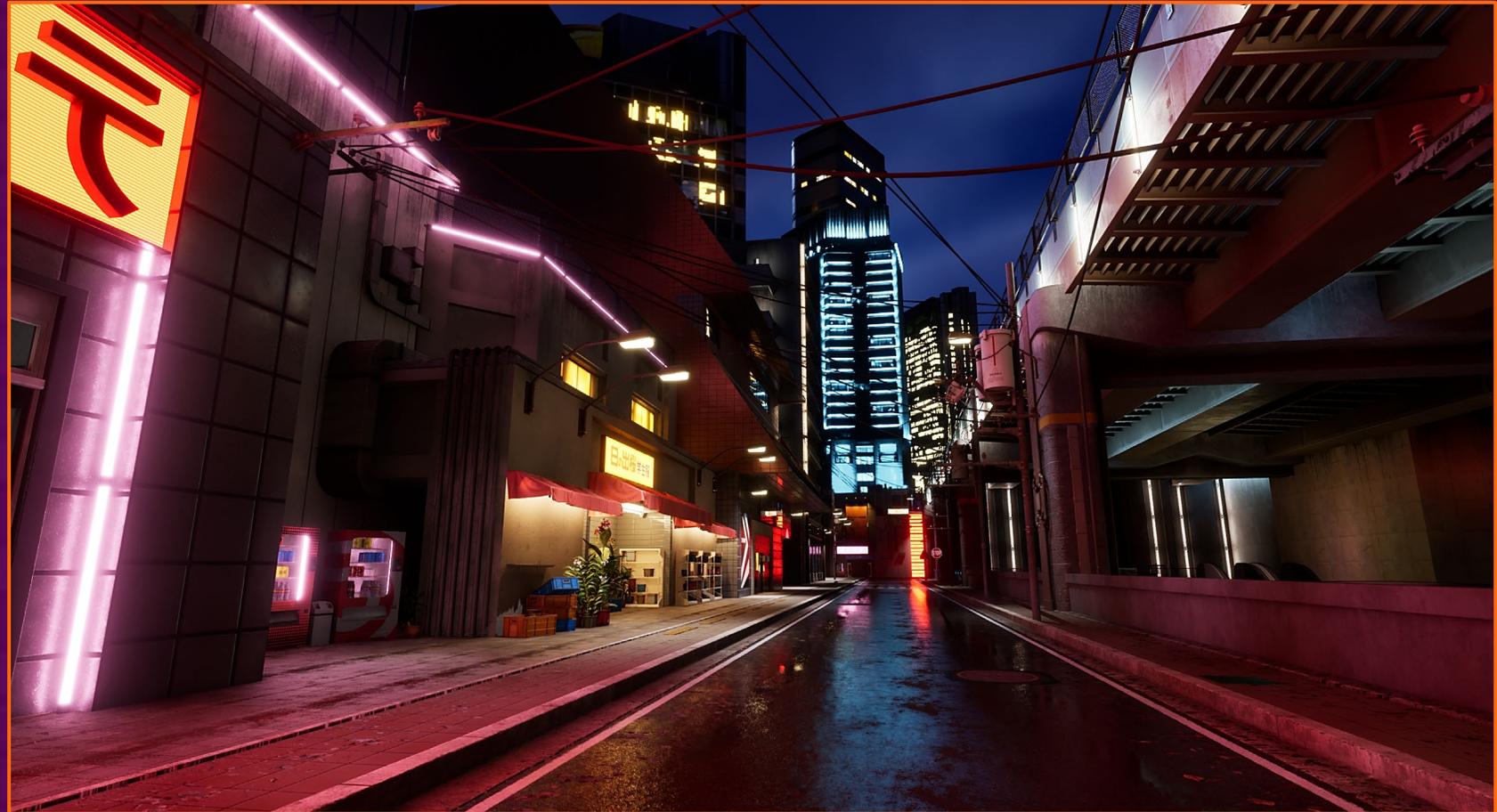
NATHAN POITRAS

GROUPE: 540

Objectif d'apprentissage:

Apprendre à utiliser le moteur
de création de jeu graphique 3D:

Unreal Engine 5





Les 10 pays les
plus touristiques
du monde

Lola Ricard
Groupe 530

MON OBJECTIF D'APPRENTISSAGE ÉTAIT DE VOYAGER À TRAVERS MES RECHERCHES ET MON PRODUIT ET D'EN APPRENDRE PLUS SUR LES DIFFÉRENTES CULTURES ET LES DIFFÉRENTS MODES DE VIE DE CHACUN DE MES 10 PAYS.

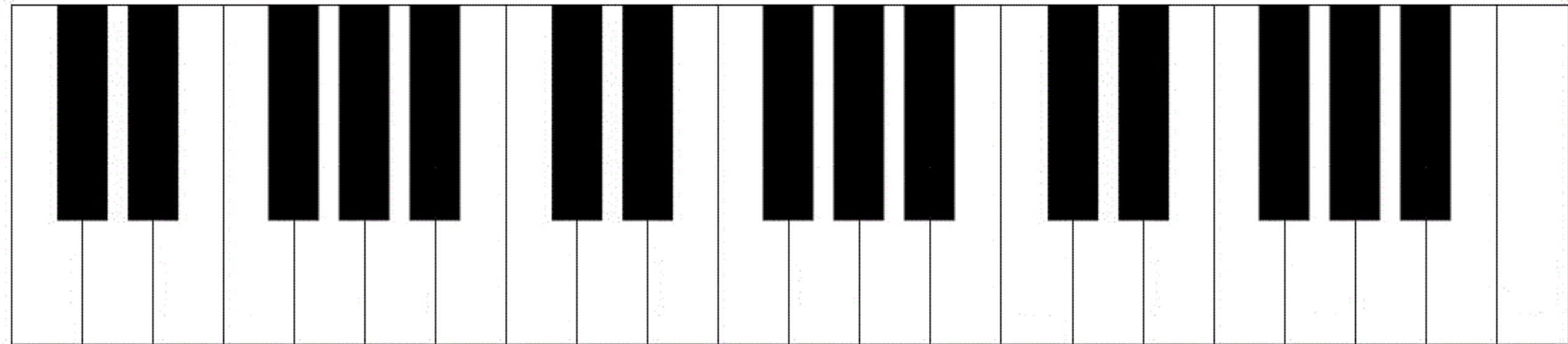
Maggie Rivard

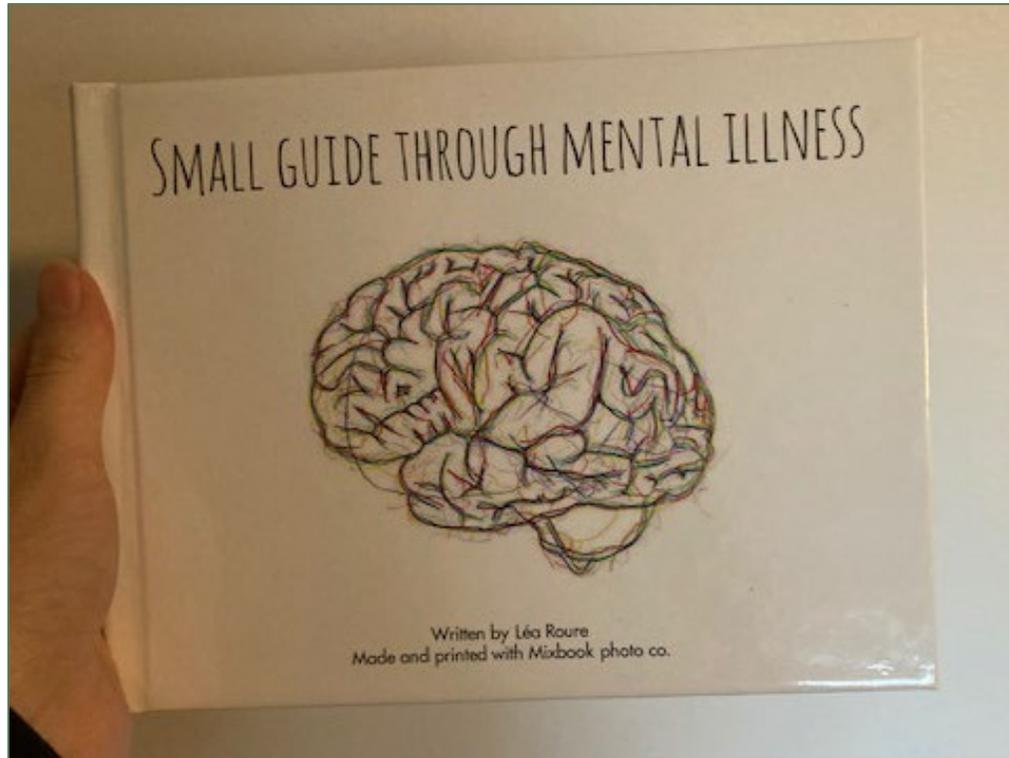
groupe: 540

SIGN OF THE TIMES
Harry Styles

The image displays a page of musical notation for the song "Sign of the Times" by Harry Styles. It features five systems of music, each with a treble and bass staff. The notation includes various notes, rests, and chord symbols, indicating the melody and accompaniment for the piece.

Objectif d'apprentissage : apprendre à jouer du piano





Léa Roure

g. 530

Apprendre à écrire un livre et découvrir
des maladies mentales.

**LIVRE NUMÉRIQUE DE
RECETTES SUGGÉRÉES AUX
PERSONNES ATTEINTES DE
LA SCLÉROSE EN PLAQUES**
**OBJECTIF D'APPRENTISSAGE:
DÉVELOPPER MA RECHERCHE
SCIENTIFIQUE RELIÉE À
L'ALIMENTATION**

Adèle Roy-Robillard gr540



Florence Saumure

510

Mon objectif était
d'apprendre les
règles d'architecture
et de design
d'intérieur pour créer
un plan de cuisine

Powered by

HOMESTYLER

Roxanne Schur

Groupe 520

Objectifs d'apprentissage :

Apprendre à créer un site web, à rédiger des critiques cinématographiques méticuleuses ainsi que m'instruire davantage sur des films reconnus internationalement.

Critiques d'une cinéphile

Accueil Metropolis La vie est belle Nosferatu 1917 Sissi Bande-annonces

CRITIQUES

D'UNE CINÉPHILE

Metropolis La vie est belle Nosferatu

1917 Sissi

FILMS RECONNUS INTERNATIONALEMENT

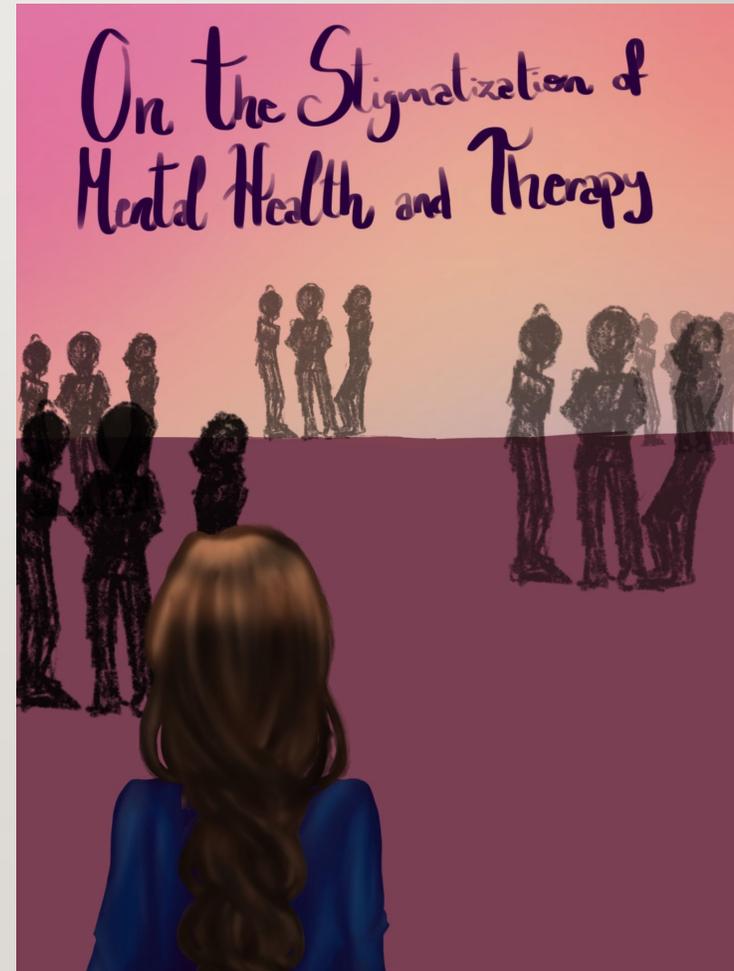
Nosferatu
Par F.W. Murnau
[Bande-annonce >](#)

Un film d'horreur symbolique de son temps

Réalisé par un cinéaste tout à fait renommé, autrement acclamé par son célèbre nom Friedrich Wilhelm Murnau, Nosferatu le vampire est un film expressionniste allemand mettant en scène des acteurs qui excellent autant dans la maîtrise de leur personnage que dans leur habilité à évoquer des émotions par la

MAYA SI BACHIR GROUPE:510

OBJECTIF D'APPRENTISSAGE:
APPRENDRE À ANALYSER UN LIVRE ET
UTILISER CES CONNAISSANCES AFIN DE
RÉDUIRE LA STIGMATISATION SUR LA
SANTÉ MENTALE



Maxim St-Martin

540

Objectif d'apprentissage: apprendre à développer des fiches pédagogiques littéraires pour des élèves de l'école primaire.

Le Journal d'AURÉLIE LAFLAMME

1. Extraterrestre ou presque

Ton nom: _____
Ton groupe: _____

Par la célèbre auteure India Desjardins!

Je donne à cette fiche une note de ? pour le visuel ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



1- Pourquoi Aurélie est-elle dans une école de filles?

2- Pourquoi Aurélie appelle-t-elle Nicolas «Faux-Ryan»? Où le rencontre-t-elle pour la première fois?

3- Tout au long du livre, Aurélie se sent comme une extraterrestre, car elle pense différemment des autres. Donne deux exemples où elle éprouve cette sensation d'être une extraterrestre.

Fiche écrite par Maxim St-Martin de lectureaumax.com

4 Aurélie partage tous ses gestes et ses pensées dans son journal intime. Toi, as en tu un ou aimerais-tu en avoir un?

5 Aurélie et Katrine ont déterminé 5 règles d'amitié à ne jamais briser. Si tu avais à en créer 3 avec ton ou ta meilleur(e) ami(e), que contiendraient-elles?

Je donne à cette fiche une note de ? pour le visuel ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



6- Vrai ou faux?

- a) Nicolas est le caissier à l'épicerie où Aurélie fait ses courses. V ou F ?
- b) Aurélie est une fille sérieuse et studieuse. V ou F ?
- c) La mère d'Aurélie est sortie en cachette avec le directeur. V ou F ?
- d) À la fin du livre, Nicolas et Aurélie s'embrassent. V ou F ?

7- En sachant que la série Aurélie Laflamme compte maintenant 9 tomes, as-tu envie de poursuivre ta lecture en lisant le tome 2 ? Justifie ta réponse en t'appuyant sur ce que tu as aimé ou moins aimé du roman.

8- Avec son imagination et sa créativité exceptionnelle, Aurélie t'a sûrement fait découvrir quelques nouveaux mots. Lesquels?

Fiche écrite par Maxim St-Martin de lectureaumax.com

BINE

1. L'affaire est pet shop

Ton nom: _____
Ton groupe: _____

Par le célèbre auteur Daniel Brouillette!

Je donne à cette fiche une note de ? pour le visuel ☆ ☆ ☆ ☆ ☆



1- Bine apprécie-t-il madame Béliveau? Pourquoi?

2- Juges-tu que Bine possède un bon sens de l'humour? Appuie ta réponse avec deux exemples tirés du roman.

3- Qu'est-ce que Bine espère recevoir cette année pour sa fête? Finalement, obtient-il ce qu'il veut?

Fiche écrite par Maxim St-Martin de lectureaumax.com

4- Décris-moi les parents de Bine. Ressemblent-ils aux tiens? Pourquoi?

5- Toi, aimerais-tu être ami avec Bine? Pourquoi?

6- Vrai ou faux?

- a) Maxim est amoureux de Bine. V ou F ?
- b) Le chien de Bine s'appelle Anorexie. V ou F ?
- c) Bine et Maxim font une course. Le perdant doit manger une canne de sardines. V ou F ?
- d) Tristan retrouve Anorexie sous une benne à ordures. V ou F ?

7- En sachant que la série Bine compte maintenant 11 tomes, as-tu envie de poursuivre ta lecture en lisant le tome 2 ? Justifie ta réponse en t'appuyant sur ce que tu as aimé ou moins aimé du roman.

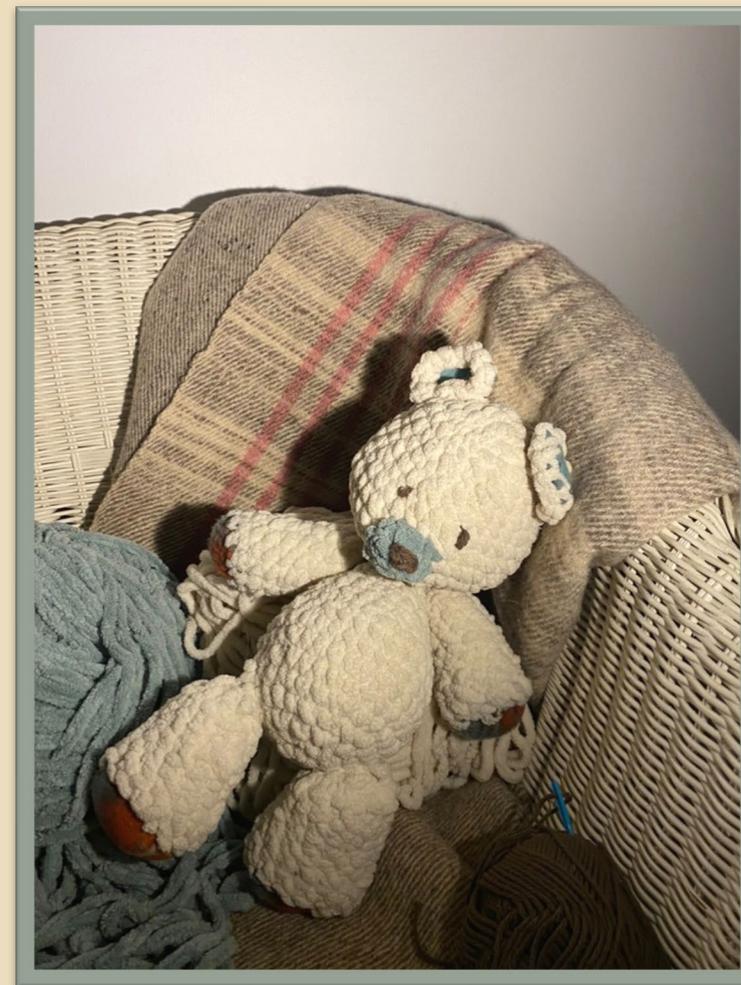
8- Avec ses expressions bizarres et ses comparaisons farfelues, Bine t'a sûrement fait découvrir quelques nouveaux mots. Lesquels?



Fiche écrite par Maxim St-Martin de lectureaumax.com

Camille St-Onge - 520

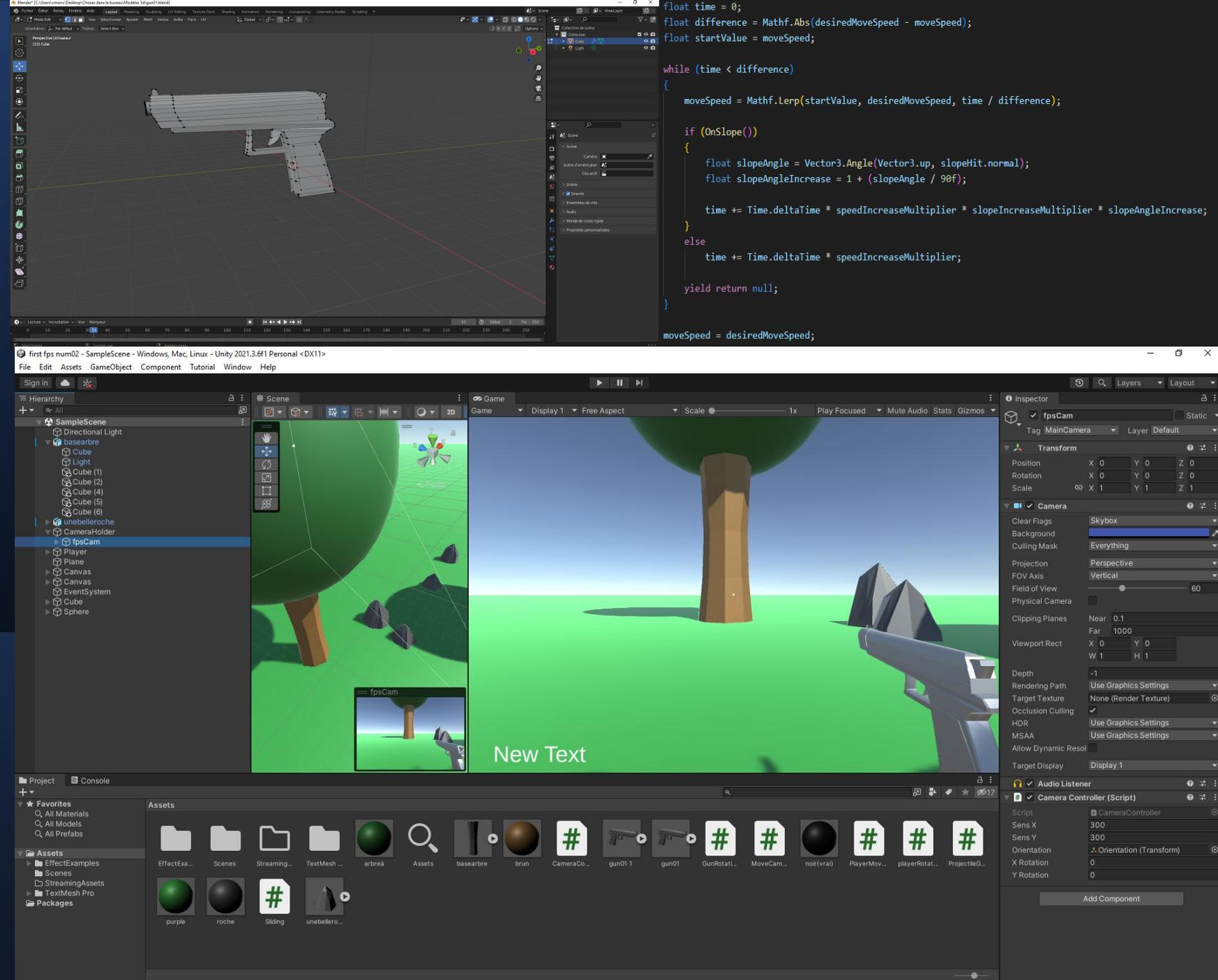
*Apprendre sur les bienfaits
de la création*



Zackary Thérroux Groupe 540

Objectifs d'apprentissages:

- Apprendre les bases de la programmation avec c#
- Apprendre à utiliser Blender afin de faire des modèles 3d
- Apprendre à utiliser Unity
- Tout cela afin d'apprendre à faire un jeu à la première personne





William Therrien

Groupe: 520

Objectif d'apprentissage: apprendre à composer la
mélodie d'une musique



MAGIC™

THE GATHERING

Clément Thibeault 540

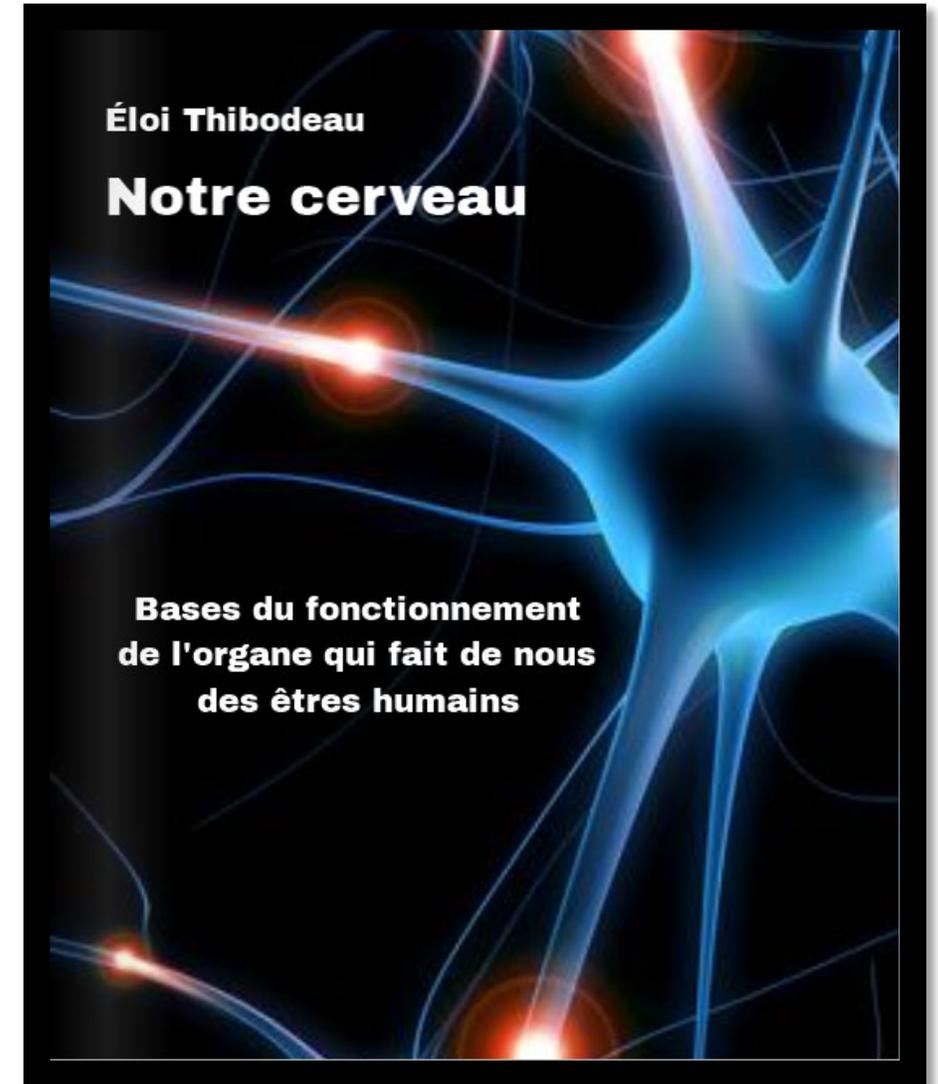
Apprendre à des gens à jouer à Magic The Gathering

ÉLOI THIBODEAU

GROUPE 540

**APPRENDRE LES RUDIMENTS DU
FONCTIONNEMENT DU CERVEAU
HUMAIN.**

*Première de couverture de
mon livre!*

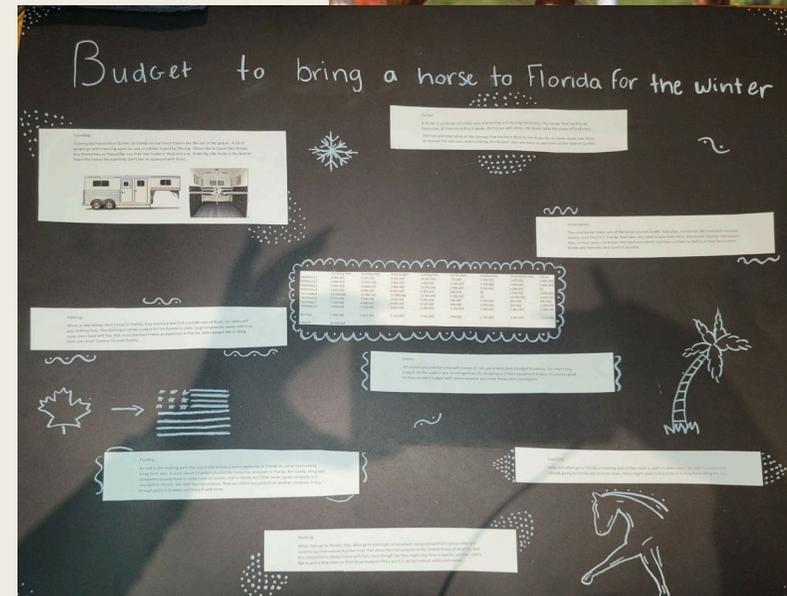


HANAÉ THIVIERGE

Groupe 530

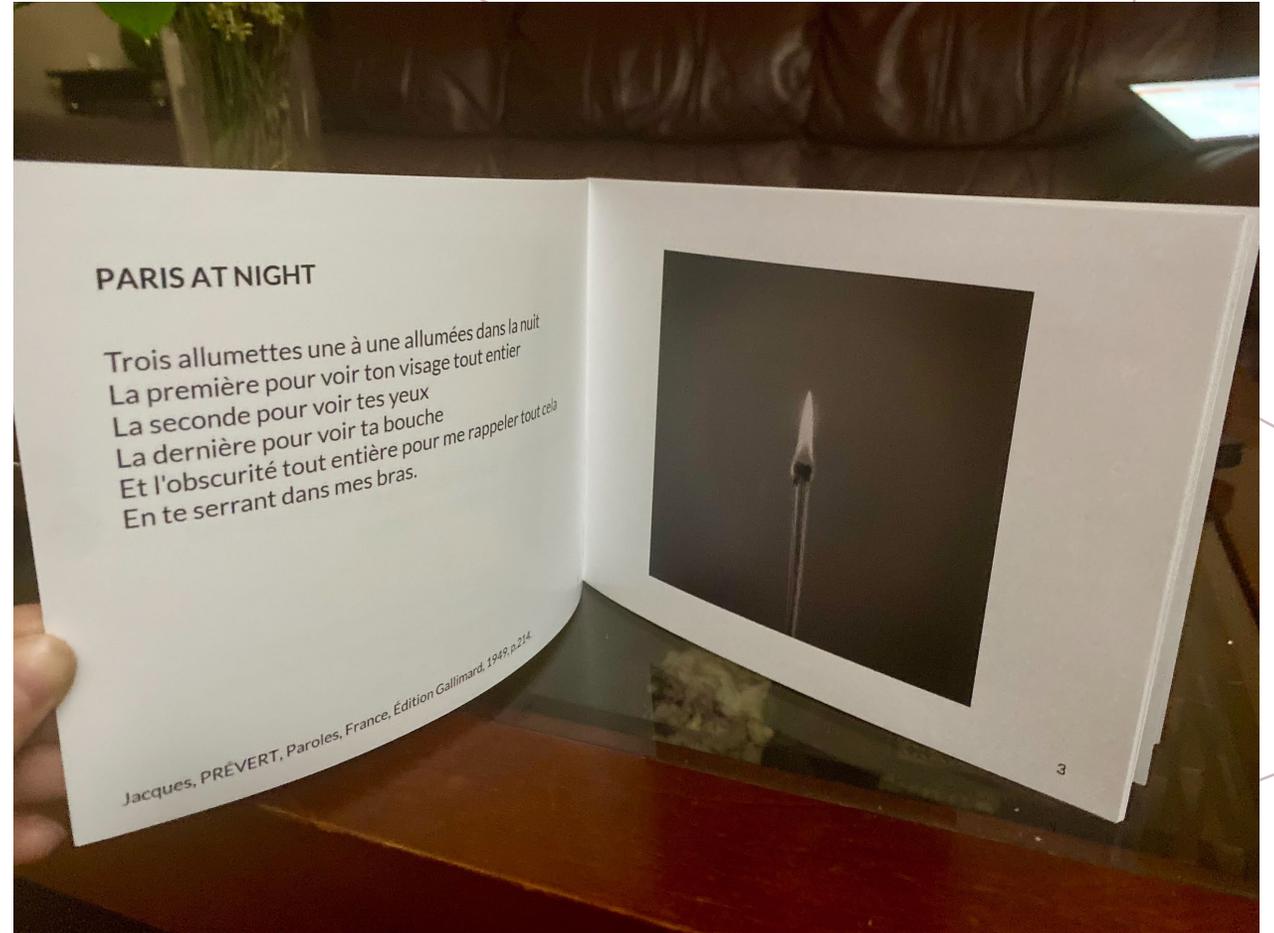
Objectif d'apprentissage:

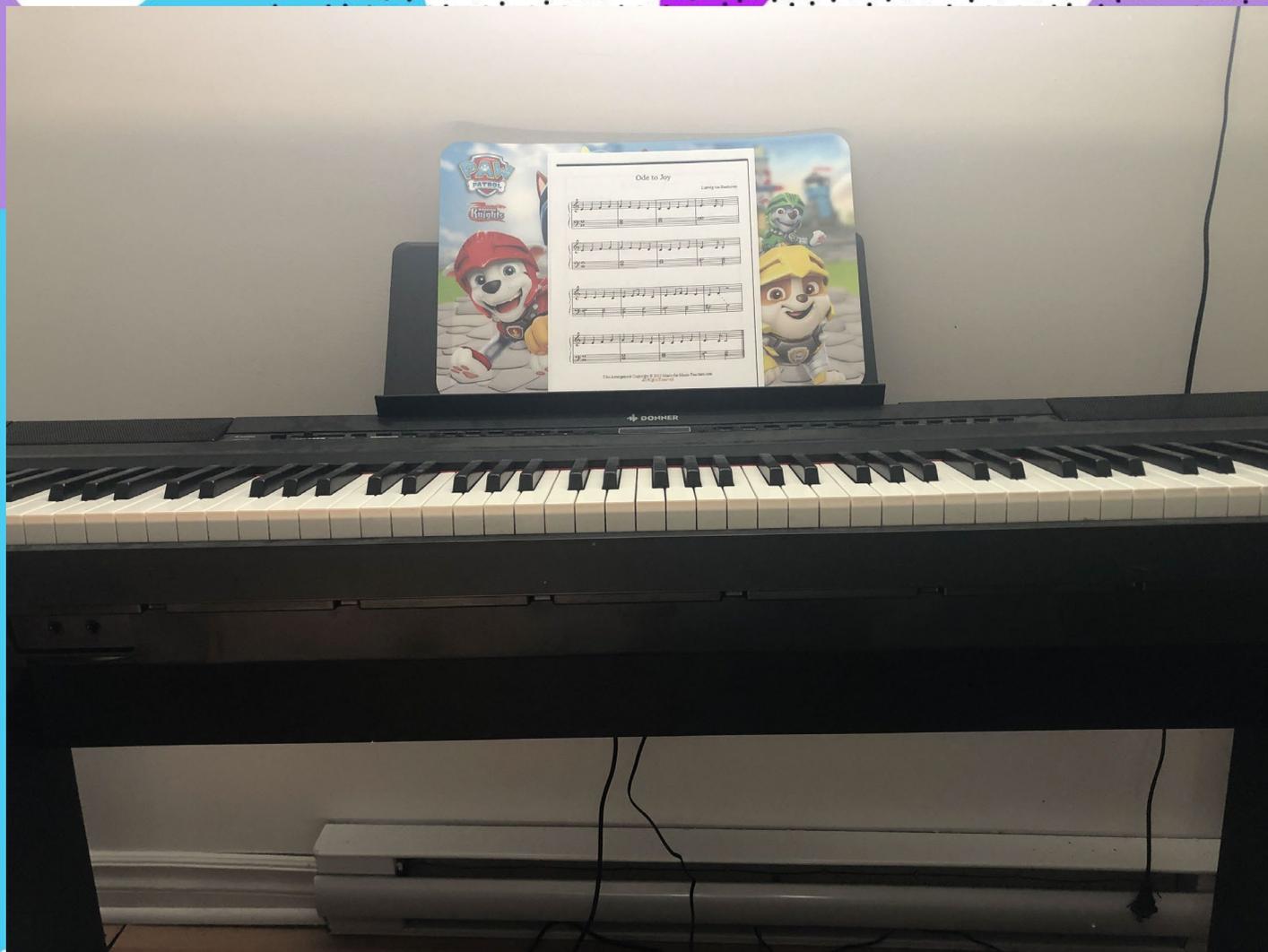
Créer un budget avec les coûts réels pour
amener un cheval en Floride pour la saison
de compétition hivernale



*CATHERINE
TOSHKOV
GROUPE : 530*

**OBJECTIF D'APPRENTISSAGE :
APPRENDRE LA PHOTOGRAPHIE**





Renaud Trahan Groupe 530

Objectif d'apprentissage :

Apprendre Nocturne n°9
op.2 de Chopin
à la main droite



Élodie Trépanier

Objectif d'apprentissage:

Apprendre à planifier un voyage

GUIDE DE VOYAGES AUX PHILIPPINES

ITINÉRAIRE

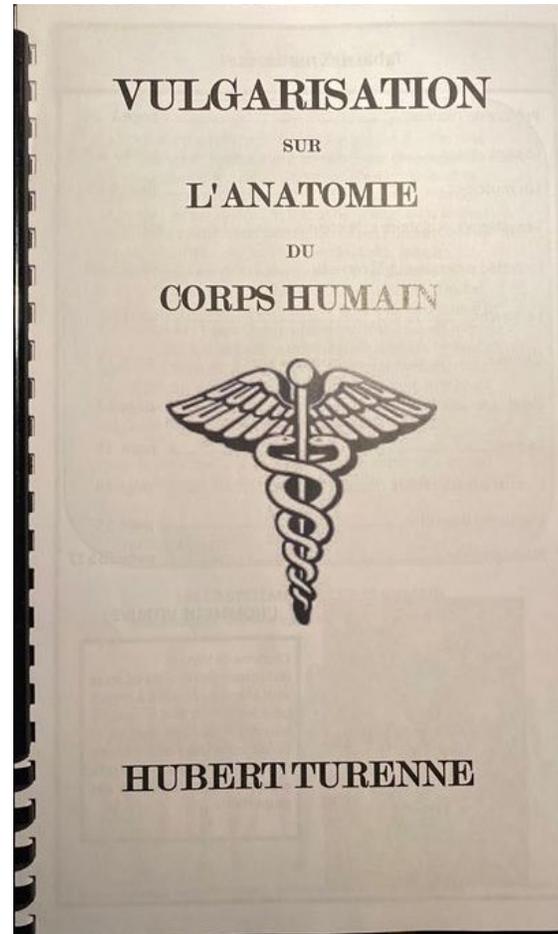
Voici un itinéraire de voyage aux Philippines d'une durée de 12 jours. Celui-ci propose la visite de la capitale ainsi qu'une combinaison d'activités touristiques et de plein air afin d'apprécier la nature et le mode de vie insulaire des Philippines. Pour élaborer ce parcours, les attractions les plus accessibles ont été sélectionnées. Le voyageur demeure libre de le modifier à sa guise afin d'explorer d'autres régions selon ses préférences.

	AM	PM	SOIR	NUIT
Jour 1	Départ vers Manille en avion (20h)	Dans l'avion	Dans l'avion	Dans l'avion
Jour 2	Dans l'avion	Dans l'avion	Arrivé Manille	Manille (Red Planet Manila Bay)
Jour 3	Visite Manille (Intramuros)	Départ vers Tagaytay en taxi (1h) et visite Tagaytay (randonnée)	Souper Tagaytay et retour vers Manille en taxi (1h)	Manille (Red Planet Manila Bay)
Jour 4	Visite Manille (Rizal Park)	Départ vers Dagupan en taxi (3h) et visite Dagupan (marcher dans la ville)	Souper Dagupan	Dagupan (Lennox Hotel)
Jour 5	Départ vers Bolinao en taxi (1h30)	Visite Bolinao (Grotte enchantée et chutes de Bolinao)	Souper à Bolinao et retour vers Dagupan en taxi (1h30)	Dagupan (Lennox Hotel)
Jour 6	Départ vers Baguio en taxi (1h30)	Visite Baguio (la vallée des couleurs, le marché, le jardin botanique)	Souper à Baguio et retour vers Dagupan en taxi (1h30)	Dagupan (Lennox Hotel)
Jour 7	Départ vers Manille en avion	Départ vers El Nido en avion	Souper El Nido	El Nido (Devay's Inn)
Jour 8	Activité 3e en 3e	Activité 3e en 3e	Souper El Nido	El Nido (Devay's Inn)
Jour 9	Plage Coronog Coronog	Randonnée Taraw Cliff	Souper El Nido	El Nido (Devay's Inn)
Jour 10	Départ vers Puerto Princesa en autobus (6h)	Visite Puerto Princesa	Souper Puerto Princesa	Puerto Princesa (Hill Myna Beach Cottages)
Jour 11	Visite rivière souterraine de Puerto Princesa	Visite rivière souterraine de Puerto Princesa	Souper Puerto Princesa	Puerto Princesa (Hill Myna Beach Cottages)
Jour 12	Départ vers Manille en avion (2h30)	Départ vers Montréal en avion (30h)	Dans l'avion	Montréal

HUBERT TURENNE

520

Objectif d'apprentissage :
Comprendre et expliquer à un vaste public de tous âges les différentes facettes du corps humain à l'écrit.



Le système circulatoire et le cœur

Le sang assure plusieurs fonctions vitales dans le corps. C'est en quelques sortes une autoroute par laquelle passe les nutriments, l'oxygène, les anticorps et les hormones. Il permet aussi de réguler notre température interne. Bref, sans le sang, le corps fonctionnerait bien mal.

C'EST QUOI LA DIFFÉRENCE :

ARTÈRES	VS	VEINES
<ul style="list-style-type: none">Le sang sort des poumons pour aller vers le reste du corpsRiches en O₂		<ul style="list-style-type: none">Le sang revient vers les poumons une fois qu'ils sont passés dans le reste du corpsRiches en CO₂

PRINCIPALES ARTÈRES

PRINCIPALES VEINES

Diverses maladies du sang importantes

Hémophilie	Difficulté à cicatriser plaies, hématome facile
Leucémie	Cancer, multiplication anormale des leucocytes (globules blancs)
Anémie	Baisse de concentration en hémoglobine (globules rouges)
Hypertension artérielle	Excès de sodium dans le sang
Diabète	Excès de sucre dans le sang

Schéma du cœur

Veine cave supérieure, Veines pulmonaires, Oreillette droite*, Ventricule droit*, Veine cave inférieure, Aorte, Oreillette gauche*, Artères pulmonaires, Ventricule gauche*

Légende:
Rouge = Sang oxygéné
Bleu = Sang avec gaz carbonique

*Nous parlons du point de vue du patient, donc de leur gauche et de leur droite

WOW !

Longueur totale de nos vaisseaux sanguins : 100 000 km, soit 2x et demi le tour de la Terre !

AUTRES ORGANES IMPORTANTS À LA CIRCULATION SANGUINE :

Les poumons :

- Oxygéner le sang
- Évacuer le gaz carbonique (CO₂)

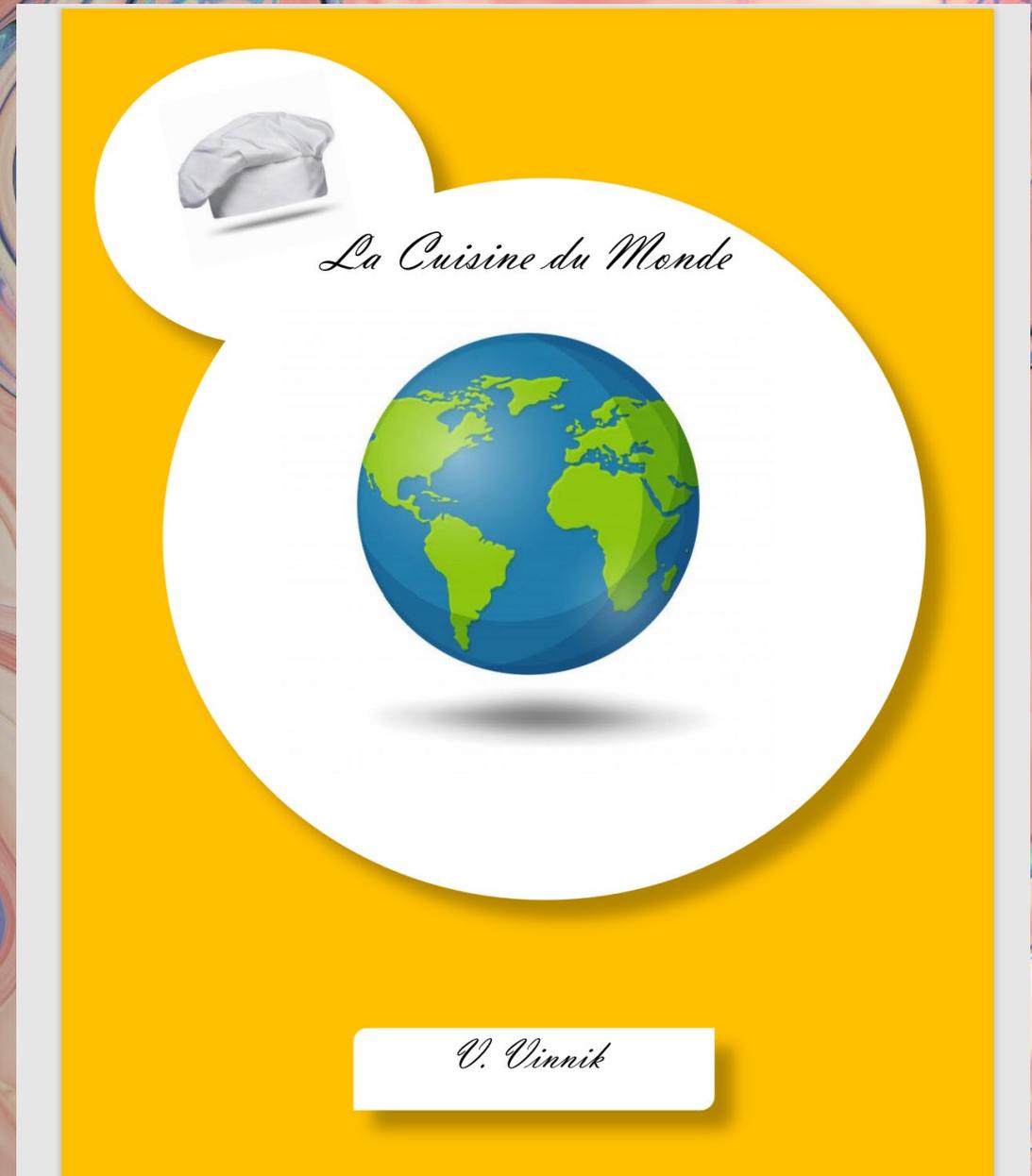
Les reins :

- Éliminer le sang
- Garder le bon niveau de pH dans le corps

Vladislav Vinnik

Groupe 520

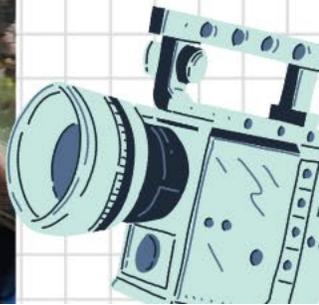
Objectifs d'apprentissages :
Apprendre davantage sur la cuisine
du monde ainsi que d'apprendre
comment créer un livre.



Sabina Ziane

Groupe : 540

Objectif d'apprentissage :
Apprendre à réaliser une
bande-annonce de film



EMMA ZINOVIEV

GROUPE:520

OBJECTIF

D'APPRENTISSAGE:

APPRENDRE À ORGANISER UN
VOYAGE SEULE DE MANIÈRE
STRATÉGIQUE ET ÉCONOME

