



**AEDiffusion** – Semaine du 9 octobre 2017



**Borden Ladner Gervais**





## AEDiffusion

### Semaine du 9 octobre 2017

- Mot de votre président
- Recettes de la semaine – Vice-présidente aux affaires sportives et saines habitudes de vie
- Concours – Restez actifs !
- SPLA – Conférence sur l'étiquette professionnelle – Mercredi 11 octobre 2017
- Journée Blakes – CDAUL – Mardi le 17 octobre 2017

# MOT DU PRÉSIDENT

---

Bonjour chers collègues,

Mot du président un peu plus court cette semaine, car les choses sérieuses arrivent finalement à nos portes ! En effet, c'est désormais le temps pour chacun d'entre nous de relever ses manches, faire le plein de surligneur, prendre un prêt hypothécaire histoire de payer pour l'impression de ses notes et d'étudier comme si vos vies en dépendaient ! Je suis sûr que vous allez tous performer à la hauteur de vos attentes !

Le local de l'AED sera fermé pendant les semaines d'examen (soit du 16 au 26). Ainsi, vous pouvez passer nous voir cette semaine ou alors prendre rendez-vous avec l'un d'entre nous la semaine prochaine si jamais vous en avez besoin. Également, le centre de mentorat est ouvert pour ceux et celles d'entre vous qui seraient stressés à l'approche des examens !

Sur ce, vous êtes bon, vous êtes beaux et on va tous se voir jeudi le 26 pour fêter votre réussite lors du party de mi-session (oui oui ça va bien aller !) D'ici là, on s'enferme dans nos livres et on en ressort fier de nos efforts.

P.s. si jamais l'envie vous prend de procrastiner un peu, je vous invite à visiter la page Facebook « Recueil de memesprudence » ! Un bon rire pour vous faire oublier les montagnes d'articles à lire l'instant d'un moment.

Bon succès dans vos examens!!

**Simon Gadbois**

[aed.presidence@fd.ulaval.ca](mailto:aed.presidence@fd.ulaval.ca)

# Soupe, soupe, soupe!

Avec l'arrivée du temps frais, quoi de mieux que de bonnes petites soupes aux saveurs de l'automne pour nous réconforter et remettre sur pied les enrhumés! Voici donc 2 belles recettes que j'espère que vous apprécierez!

## Velouté de butternut et patate douce

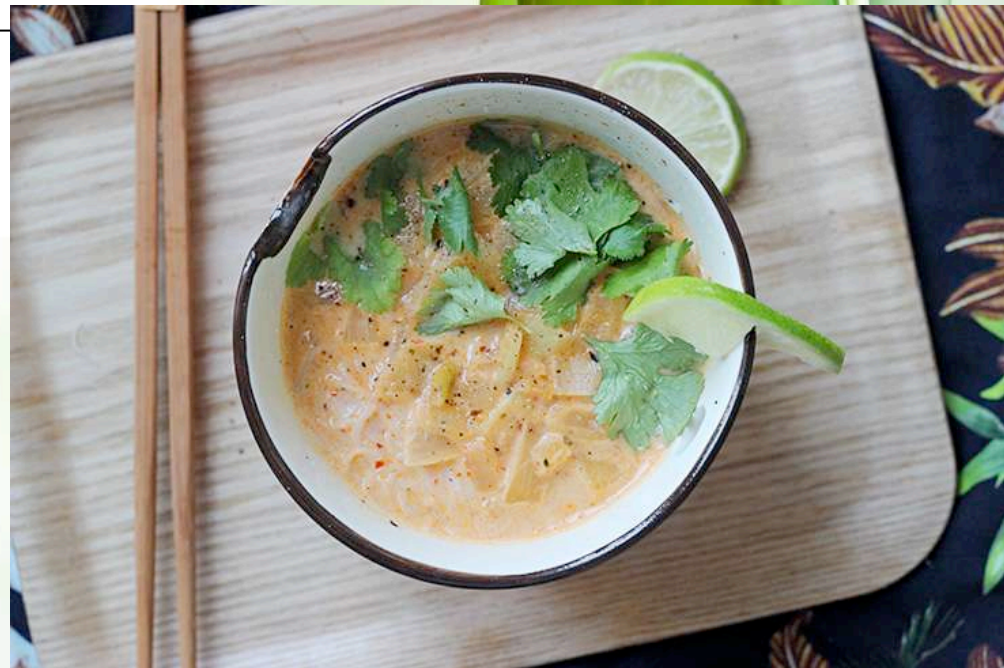
- ½ courge butternut moyenne
- 1 petite patate douce
- ½ oignon
- 1 gousse d'ail
- 1 c. à thé de cumin
- 1 c. à thé de curry
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- Sel, poivre

1. Pelez la courge, la patate douce l'oignon et l'ail et découpez-les en petits morceaux.
2. Dans une casserole, faites revenir l'oignon et l'ail dans un peu d'huile d'olive avec les épices pendant quelques minutes.
3. Ajoutez les morceaux de butternut et patate douce, puis de l'eau sans recouvrir totalement les légumes. Portez à ébullition, recouvrez et laissez mijoter 10 minutes.
4. Mixez le tout dans un blender en ajustant la quantité d'eau si la texture semble trop épaisse.



# Soupe Thaï (4 portions)

- 150g de vermicelles de riz
- 750 ml d'eau
- 1 c. à soupe de bouillon de légumes
- 1 petit oignon
- 1 petit morceau de gingembre râpé
- 2 c. à soupe d'huile d'olive
- 1 c. à soupe de pâte de curry rouge
- 300 ml de lait de coco
- 1 branche de citronnelle hachée
- 1 petit bouquet de coriandre fraîche
- 2 limes



1. Faites cuire les vermicelles de riz 1 ou 2 minutes dans une casserole d'eau bouillante. Égouttez-les et passez-les sous un peu d'eau fraîche.
2. Faites chauffer de l'eau dans une casserole. Diluez-y le cube de bouillon, puis réservez.
3. Dans une autre casserole, faites revenir l'oignon émincé et le gingembre râpé dans un peu d'huile d'olive, jusqu'à ce qu'ils commencent à dorer légèrement. Ajoutez la pâte de curry, mélangez et ajoutez le bouillon de légume dilué.
4. Ajoutez la crème de coco, les morceaux de citronnelle, salez et poivrez et mélangez bien. Laissez mijoter 5 minutes.
5. Au moment de servir, versez une portion de vermicelles dans chaque bol, puis un peu de soupe. Parsemez de coriandre et pressez  $\frac{1}{2}$  lime dans chaque bol.



# Concours Restez actifs!



- **Quand?** Du 13 au 26 octobre
- **Qui?** Tous les étudiants de la faculté de droit
- **Comment?** En vous inscrivant sur Strava et vous abonnant au compte «VP Sport AED».

Ce concours vise à vous encourager à continuer de faire de l'exercice physique, même en période d'examen. Pour y participer, vous n'avez qu'à télécharger l'application Strava ou vous rendre sur le site <https://www.strava.com/>. Vous devrez vous créer un compte si vous n'en avez pas déjà un et vous abonner au profil «VP Sport AED». Vous pourrez alors enregistrer chacune de vos activités sportives, que ce soit de la course, de la natation, du vélo ou même de la marche. À la fin de la période (du 13 au 26 octobre). Les deux étudiants ayant réussi à faire le plus d'activités physiques possible se mériteront un prix spécial!

**Ce concours est ouvert à tous! Allez vite vous inscrire! 😊**



## CONFÉRENCE – L'ÉTIQUETTE PROFESSIONNELLE

Les activités réseautages et les cocktails se multiplient à ton agenda ?  
La course aux stages, tu y penses tous les jours et tu te demandes comment mettre en valeur ta personnalité ?

Tu veux savoir l'étiquette à suivre pour te présenter à ton meilleur ?  
Des trucs et astuces pour savoir quoi dire, ça t'aiderait ?

Viens assister à la conférence offerte par notre conseillère en emploi **Dominique Trudel**, qui cumule une expertise en communication et savoir être en situation de réseautage. Manque pas ça ! ce sera une séance de coaching en groupe où toutes les questions seront les bienvenues !

Note à ton agenda, c'est **mercredi le 11 octobre à 11h30** au local **DKN-3A**

# Blakes

## INVITATION



### CONFÉRENCE FACE-À-FACE : CORPO VS LITIGE

**Date :**

Le mardi 17 octobre de 11h30 à 12h20

**Lieu:**

Local 2A  
Pavillon Charles-De Koninck

**Inscription:**

Via le groupe Facebook CDAUL MEMBRES

### 5 À 7

**Date:**

Le mardi 17 octobre à 17h30

**Lieu:**

Restaurant le Montego, Salle «À l'Étage»  
1460 Avenue Maguire  
Québec (QC) G1T 1P2

**Inscription:**

Via le groupe Facebook CDAUL MEMBRES



TORONTO

CALGARY

VANCOUVER

MONTRÉAL

OTTAWA

NEW YORK

LONDRES

RIYAD/AL-KHOBAR\*

BAHREÏN

BEIJING

Blake, Cassels & Graydon S.E.N.C.R.L./s.r.l. | \*Bureaux associés | [blakes.com](https://www.blakes.com)