

The Esponomist

Décembre-Janvier 2012

www.cesec.be

Toutes les salles pour la bloqué

PAGES 6-8

Les divertissements de blocus

PAGE 16- 18

Boissons énergisantes : bon plan ?

PAGES 19-20

La procrastination et les étudiants

PAGES 22-26



**SPECIAL
BLOCUS**

Belgique = gratuit;
Périgord = gratuit;
Congo = gratuit ;
Commu = gratuit ;

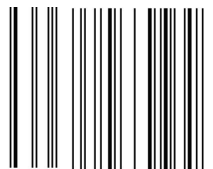


Table des matières :

Mot du président.....	p 4
-----------------------	-----

SECTION SPECIAL BLOCUS

Toutes les salles pour la blocus.....	p 6
--	-----

Les 10 événements qui ont marqué l'année 2012..	p 10
---	------

Les divertissements de blocus.....	p 16
---------------------------------------	------

Les boissons énergisantes : vraiment efficaces ?.....	p 19
---	------



La Procrastination et les étudiants.....	p 22
--	------

<u>SECTION LIMONDE</u>	p 25
------------------------------	------

LE MOT DE LA RÉDAC'

Très chers Espoïen(ne)s,

Donnez moi un B !
 Donnez moi un L !
 Donnez moi un O !
 Donnez moi un C !
 Donnez moi un U !
 Donnez moi un S !

BLOOOOOOOOOCCUUUUUUUUUUUS !

Si vous arrivez à lire ceci, c'est que tout ce qu'on vous a raconté pendant 2 ans était tout à fait faux. Par contre, si la fin du monde est vraiment arrivée ce 21 décembre, vous tenez en main une pièce unique ! Conservez-la précieusement !

Blague à part, ce n'est pas vraiment cette (fausse) fin du monde qui nous effraye nous pauvres étudiants... Mais notre hantise, notre bête noire, c'est le BLOCUS ! Dans ce numéro, vous trouverez des conseils de notre équipe de bisseurs invétérés (ou pas !) qui se sont mis en 4 pour vous donner leurs conseils avisés et partager leurs expériences.

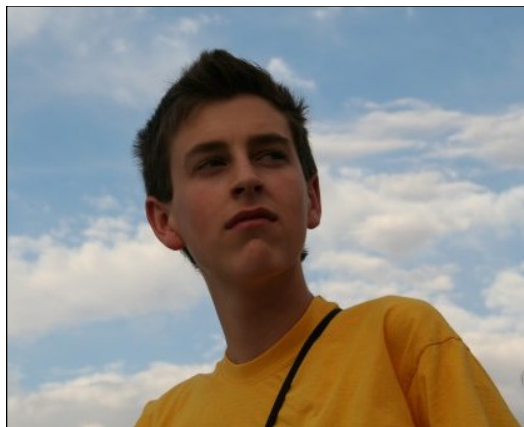
On sait également à quel point le blocus peut-être synonyme de malbouffe. Aussi, quelques astuces culinaires ne seront pas de trop puisqu'il s'agira de compenser le non-enthousiasme de cette période de janvier.

Et n'oubliez pas : l'après exam existe, gardez la foi !

Sur ce on vous laisse là, on est à la bourre dans nos travaux !

Bob « RAF, je n'ai qu'un examen » Kabeya
 Pierre « et la photo qui ne rentre pas » Magontier

LE MOT DU CHEF !



Salut à toutes et à tous,

Le chauffage marche à fond dans tous les kots, la neige commence à recouvrir les pavés de Louvain-la-Neuve, les cercles sont malheureusement fermés, des files interminables se forment devant les différentes fac copy (allez à la DUC, c'est bien mieux !!!), on a enfin le temps de regarder les magnifiques victoires du Standard en buvant une bière tranquillement dans son canapé (ou au stade,

encore mieux), Il n'y a pas de doute, it's blocus time now !!

Et oui les gars, ce premier quadrimestre 2012-2013 se termine déjà ! L'heure est donc venue de faire un petit retour en arrière et de regarder tout ce qu'on a fait pendant ces 12 semaines de folies ! C'est bien sûr impossible pour moi de vous rappeler toutes les différentes activités de fous que le CESEC vous a organisées (il me faudrait 20 pages), mais que ce soit le baptême, les soirées du mardi, les cocktails bars, la semaine culturelle ou bien évidemment les 24h Vélos, tout, je dis bien tout, fût une réussite totale et ce grâce à VOUS, qui avez participé à tous ces événements.

Mais certains d'entre vous se demandent peut-être ce qui se passe au sein du CESEC même ? Sachez-que nous aussi, on s'est bien amusé !

De nouveaux couples, aussi improbables que mignons se sont formés officiellement (Plein-Mort et London, Moumoute et Sweet-Sweet, Moumoute et London, F1 et Mady Again, Goemp et Youporn ...), d'autres se tâtent encore un peu (Magic et 69, Patron et Popol, Tahiti et Blafard, la trésorière et l'assistant trésorerie, Goemp et Youporn ...) tandis que la routine s'installe pour les derniers(Johnnouzz et la Gueuze, Rantanplan et Oui-Oui, BN et LSD (PS : je

veux mes délèg !), l'assistant trésorier et sa copine, Goemp et Youporn, Bart et son lit mouillé,...).

Tout ça bien sûr avant que le ski où, on le sait, de nombreuses aventures sentimentales voient le jour, n'ai commencé.

A part ça, rien de bien spécial sauf que Gralex travaille (LOL), que F1 fait des études d'économie avec Zephyr (LOL), que BOB boit 5 bières par mois (LOL), que Mich-Mich a perdu 7 kg (LOL), que Maÿs a acheté des nouveaux soutifs (...), qu'on approche des 30 ans du Patron ou encore que Lénine a voulu mettre le feu (au sens propre) au commu (pas LOL...). Bref, un premier quadri de folie pour nous aussi ! Je tiens d'ailleurs à remercier chaleureusement l'ensemble de mon comité qui a fait un travail extraordinaire tout au long de ce quadri. <3 <3

Passons maintenant à ce qui nous attend au deuxième quadri. Après un blocus éprouvant, le CESEC vous emmène donc à Avoriaz pour une semaine de ski mémorable. Ensuite, on recommence avec les traditionnelles soirées du mardi (promis, je vais m'arranger avec le doyen pour que les cours du mercredi à 8h30 soient supprimés), les Cocktail bars du mercredi, et bien sûr, la REVUE ESPO qui aura lieu les 13 et 14 mars à l'Aula Magna ! On aura besoin de vous dès début février et pour toutes infos, n'hésitez pas à envoyer un mail à revue@cesec.be. Enfin, on va terminer l'année en beauté avec le BAL ESPO et la soirée pour les 30 ans du Patron.

Sur ce, je vais retourner à mes travaux de groupes et une fois qu'ils seront terminés et que ces pleurnichards de comitards et autres Nano-guindailleurs ne seront plus dans mes pattes, je vais enfin avoir le temps de glander...

Je vous souhaite un excellent blocus à tous, bonne m..., joyeuses fêtes et on se voit en forme au Ski CESEC !

A++

Jeff

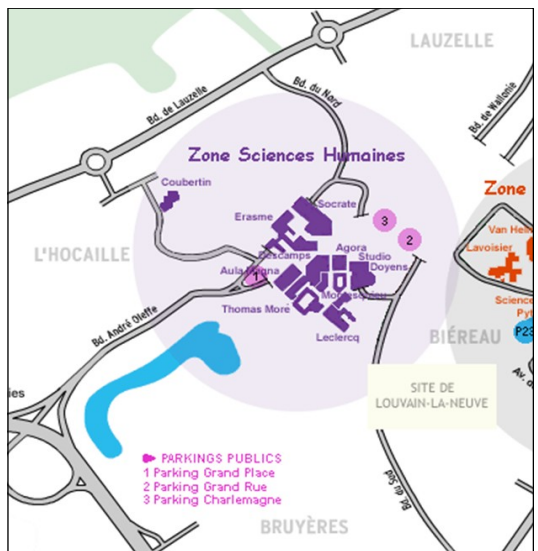
TOUTES LES SALLES POUR LA BLOQUE !

Chers Espoïens,

En cette arrivée de blocus imminente, force est de constater que les bibliothèques et autres salles d'études sont de plus en plus prisées par les étudiants. Je vous propose dans cet article un petit aperçu des endroits à conseiller où l'on peut étudier à Louvain-La-Neuve en période de blocus.

Dans le bas de la ville :

Les bibliothèques de la faculté ESPO et la faculté de Droit, assez proches, offrent des horaires assez larges en journée. Il y a généralement assez de place si on arrive tôt. Si vous ne supportez pas les bruits parasites, des petits locaux sont mis à votre disposition (habituellement destinés aux travaux de groupes) mais n'espérez pas en avoir un si vous n'attendez pas devant la porte d'entrée avant l'ouverture de la bibliothèque. Attention, en blocus, la bibliothèque de droit ferme plus tôt. Le lundi, ces deux bibliothèques ouvrent plus tard!



La bibliothèque de la faculté FIAL (située en face des auditorios Socrate) est également attractive car elle ouvre assez tôt (dès 8H15) mais également car elle ferme tard (à 20H20). De plus elle est également ouverte le samedi (de 9 à 17h).

Pour ceux qui aiment étudier très tard le soir et même pendant la nuit, les salles informatiques Socrate (accès par carte magnétique UCL rue Paulin Ladeuze, à deux pas de la grand place) offrent une installation informatique de qualité, permettant de ne pas devoir emporter son ordinateur portable avec soi. En journée, ces salles sont cependant très prisées. Elles sont ouvertes 7j/7 et 24h/24.

Enfin, pour les habitants du quartier de l'Hocaille qui ne veulent pas bouger très loin, les locaux situés aux auditoires Coubertin offrent une bonne alternative aux bibliothèques (présence de Wi-fi, plage horaire très large).

Dans le haut de la ville :

La bibliothèques des sciences et technologies (BST) est la principale bibliothèque du haut de la ville, située près de la place des sciences. Elle ouvre ses portes dès 8 heures du matin.



Les locaux situés à proximité des auditoires croix du sud sont en général réputés pour être très calmes. Ils sont aussi faciles d'accès en voiture (parking à proximité).

Venons finalement à l'endroit où la plupart des habitués du blocus se sont déjà rendus. Il s'agit des Epures. Ce complexe consacré à l'étude comporte plusieurs salles informatiques ainsi qu'une grande salle de travail (réservée aux étudiants en architecture). L'énorme avantage de cet endroit est qu'il est ouvert toute la nuit!

N'oubliez cependant pas votre carte d'accès. Attention, ce n'est pas le calme absolu, certains ne venant pas là-bas pour y étudier mais bien pour aller sur les ordinateurs à des fins plus "ludiques".

Vous l'aurez compris, chaque endroit est adapté à un style d'étude plus ou moins différent. Je recommande toutefois de varier les endroits histoire de ne pas saturer et de ne pas prendre de mauvaises habitudes qui pourraient vous faire perdre des plumes lors de la session. En espérant vous avoir éclairé sur les différentes possibilités d'endroits pour étudier, je vous souhaite un bon blocus et une fructueuse session de janvier.

Maxime "Johnny" Aarens

Salles info bas de la ville :

<http://www.uclouvain.be/15868.html>

Salles info haut de la ville:

<http://www.uclouvain.be/422597.html>

Les bibliothèques de l'UCL:

<http://www.uclouvain.be/236151.html>

I USED TO HATE WRITING
ASSIGNMENTS, BUT NOW
I ENJOY THEM.



I REALIZED THAT THE
PURPOSE OF WRITING IS
TO INFLATE WEAK IDEAS,
OBSCURE POOR REASONING,
AND INHIBIT CLARITY.



WITH A LITTLE PRACTICE,
WRITING CAN BE AN
INTIMIDATING AND
IMPENETRABLE FOG!
WANT TO SEE MY BOOK
REPORT?



"THE DYNAMICS OF INTERBEING
AND MONOLOGICAL IMPERATIVES
IN *DICK AND JANE*: A STUDY
IN PSYCHIC TRANSRELATIONAL
GENDER MODES."



10 EVENEMENTS QUI ONT MARQUE L'ANNEE 2012

Nous voilà déjà en décembre et la fin du premier quadri (ou en janvier si nous avons survécu à la fin du monde, et tout ça, tout ça). D'habitude, c'est le moment de faire le point sur ces études... L'Esponomist te propose plutôt un petit aperçu de ce qui a fait vibrer le monde tout au long de ces derniers mois. Du rire aux larmes, en passant pas l'indignation et l'émerveillement, voici 10 évènements dont on se souviendra !

Les JO de Londres



Cet été, Londres a accueilli pour le 3^e fois les Jeux Olympiques d'été du 27 juillet au 12 août. La compétition internationale a marqué le sacre d'Usain Bolt au rang de légende du sprint en remportant 2 triplés (sur 100, 200 et 4x100m) en 4 ans ainsi que pour Phelps qui a remporté sa 22^e médaille olympique de sa carrière. Seule ombre au tableau : l'aspect *merchandising* des jeux semble empiéter de plus en plus sur l'aspect sportif. Par exemple, interdiction

d'utiliser les anneaux olympiques ou même de vendre des produits que certains partenaires exclusifs proposent. Pire encore, les personnes portant un vêtement avec le logo d'une marque qui n'étaient pas un sponsor officiel des Jeux se voyaient interdire d'entrée.

« Je suis la preuve vivante qu'on peut guérir du sida »



Bonne nouvelle dans le domaine médical. Alors que le SIDA fait encore des ravages dans le monde entier, le premier patient a avoir complètement guéri du VIH a été trouvé : il s'agit de Timothy Brown. Cet américain, surnommé le « *patient de Berlin* », a totalement guéri de la maladie après une greffe de la moelle osseuse devant à la base l'aider à guérir de la leucémie. Même si le patient doit ce miracle aux gènes mutés du donateur qui résistent au virus du VIH (seuls 0,3% de la population possèdent ce gène naturellement), cet événement est un beau message d'espoir pour les séropositifs dans le monde.

L'ouragan Sandy

En a peine quelques jours, l'ouragan a dévasté la l'Atlantique Nord. Entre le 22 et le 30 octobre, il a provoqué la mort d'au moins 200 personnes dans les Caraïbes, aux USA et au Canada. Durant cette période, environ 8 millions de foyers ont été privés d'électricité aux Etats-Unis. Cet ouragan a aussi causé plus de 60 milliards de dollars de dégâts au total et a perturbé la campagne présidentielle américaine.



« Four more years ! »

Le 6 novembre dernier est à marquer d'une pierre blanche (blague pourrie !). En effet, Barack Obama a été réélu président de USA en battant le républicain Mitt Romney. Plus de 303 grands électeurs ont voté

pour le président sortant (sur les 270 nécessaires) tandis que Romney n'a réussi à récolter 206 votes. Un succès de taille pour un président qui a de nombreux défis devant lui.



Felix Baumgartner

Le 14 octobre, l'autrichien Felix Baumgartner est devenu le premier homme à franchir le mur du son en chute libre. Cet ancien parachutiste de 43 ans a sauté à un peu plus de 39 km d'altitude dans le ciel du Nouveau-Mexique, à vitesse de 1.100 km/h durant environ 7 minutes. Il a atteint une vitesse de chute de

Mach 1, ce qui lui a permis de battre plusieurs records mondiaux.

George Lucas cède LucasFilm

Ce 30 octobre, George Lucas (créateur des sagas telles que « *La guerre des étoiles* », « *Indiana Jones* »...) à Walt Disney pour la modique somme de 4,05 milliards de dollars. La sortie d'un nouveau film de la série Star Wars est prévue en 2015. Mais Lucas ne sera jamais bien loin de ses créations. Il a été engagé comme consultant sur les prochains volets de la saga.



Manifestations européennes contre l'austérité



Aux 4 coins de l'Europe, ce sont plus de 50.000 personnes issues de 24 pays différents ont déambulé dans les rues ce 14 novembre à l'occasion de la manifestation européenne contre les mesures d'austérité prises un peu partout à cause de la crise économique. Des manifestations certes réussies, mais avec quelques débordements tout de même. Des affrontements entre manifestants et forces de l'ordre on eu lieu, sans trop de conséquences dramatiques.

Prix Nobel de la paix



Cette année, le comité norvégien du Prix Nobel a décerné pour la 103^e fois cette décoration. Ce 12 novembre, l'union européenne a été récompensée « *pour avoir contribué pendant plus de six décennies à promouvoir la paix et la réconciliation, la démocratie et les droits de l'homme en Europe* ». Cette annonce a fait grand bruit, et compte beaucoup de détracteurs dans ses rangs. Les eurosceptiques considèrent quant à eux que « *l'Union européenne a recréé des tensions et rouvert les plaies que l'Europe de la paix avait refermées* ». Un bilan assez mitigé donc.

Le massacre de Sandy Hook

Moment sombre de cette année. A Newtown, une petite ville sans histoire des Etats-Unis, la population a fait face à l'horreur. Adam Lanza, un jeune homme de 20 ans, a abattu de sang froid 26 personnes dans l'école primaire de Sandy Hook.



Parmi les victimes, 20 enfants âgés de 5 à 7 ans, et plusieurs professeurs. Cet événement qui a bouleversé les USA remet en question le port libre d'armes. Chaque année, les armes à feu causent 31 000 décès (dont 18 000 sont des suicides) aux États-Unis

Gangnam Style



Terminons sur une note plus joyeuse avec la vidéo la plus vue sur Youtube de tous les temps ! Tout le monde l'a déjà vue (si ce n'est pas encore le cas SHAME ON YOU !). Il s'agit du tube planétaire « *Gangnam Style* » de la popstar sud-coréenne PSY. Avec plus de 8 millions de dollars de bénéfices divers, 5 millions de likes et plus de 100 millions de vues sur Youtube, la vidéo virale vient d'entrer dans le Guinness Book au titre de la vidéo la plus vue de tous les temps !

Evidemment, il y a des centaines d'événements qui ont marqué cette année, mais ces derniers ont retenu l'attention des médias durant quelques temps ce premier quadri, et certains seront encore d'actualité au second quadri... Qui promet déjà d'être une fameus!

Bob « La rétrospective » Kabeya

La pensée du mois



**« L'expérience est
un professeur cruel car
elle vous fait passer l'examen,
avant de
vous expliquer la leçon. »**

Vernon Sanders Law

LES DIVERTISSEMENTS DE BLOCUS

Aaaah, le mois de décembre et ses joies : la neige, les fêtes de Noël, le nouvel an, la bonne ambiance générale... Mais nous ne connaissons pas tout ça, pour nous une seule activité est claire : BLOCUS.

Cependant être en blocus ne signifie pas renoncer à toute distraction ; beaucoup vous dirons même qu'il faut trouver un bon équilibre entre temps libre et étude pour que cette dernière soit optimale. Et franchement, après cette putain d'équation dérivée qui t'a pris 10 minutes (ou pas : www.WolframAlpha.com), tu as bien mérité un petit épisode de Dexter d'à peine 50 minutes !

Dans cette optique, voici mon **top 5 des meilleurs divertissements de blocus !**

Number 5 : Le Sport

Mens sana in corpore sano (non je ne vous ferai pas l'insulte de traduire, révisez votre latin bande de zeubs). Malgré le fait que beaucoup le pratiquent et que toutes les études encouragent à pratiquer une activité physique pure en complément de l'étude, je le mets en 5ème place parce que je hais le sport.



Quand on demandait à Churchill le secret de sa longévité (mort à 91 ans), il répondait malicieusement en soufflant la fumée de son énorme cigare : « No sports ». Si le sport est important pour toi, continue à le pratiquer en blocus. Dans le cas contraire ne cherche pas à t'adonner à cette dangereuse distraction !

Le seul sport que je tolérerais en blocus est celui développé dans d'autres pages de cet ESPOnomist : le sexe. Mais qui a le temps pour aller à l'autre bout de la ville voir son PQR/sa belle ? Une quickie sur You****.com et on se remet à l'étude !

Number 4 : Facebook et autres réseaux sociaux

La plus grande perte de temps que l'humanité ait inventée est aussi le lieu social le plus actif pendant le blocus. Passons les messages énervés de tes amis qui en ont marre d'étudier et les groupes où plein de gens de ta classe ont l'air d'avoir deux diplômes d'avance sur toi ; Facebook en blocus est ton ami.

A la moindre pause tu iras vérifier si un de tes amis a posté un statut intéressant (peu probable). Si ce n'est pas le cas, tu essayeras de poster un statut intéressant (fort improbable). Dans tous les cas tu te diras qu'après cet intermède il est temps de te remettre à étudier (totalement impossible). Le seul réseau social positif pendant ton blocus sera LinkedIn, dont les invitations incessantes à ajouter la liste de tes diplômes te rappellera que tu es en train de lamentablement rater ta vie.

Number 3 : StumbleUpon

Laisse-moi te présenter le site web qui va complètement condamner ton blocus. Combien de fois après avoir lu trois fois le même statut sur Facebook tu t'es dit qu'il n'y avait plus rien d'autre à faire que te remettre à étudier? FAUX !

StumbleUpon.com est un site de découverte de contenu qui s'adapte à TES goûts. Après avoir défini quelques centres d'intérêt, tu cliques sur "Stumble" et tu arrives sur une page qui y correspond. À force de voter pour ou contre la sélection qu'il te propose, StumbleUpon raffine ses choix pour tomber presque à coup sûr sur une page, vidéo ou animation qui t'intéresse.

Bonus : si tu as bien choisi tes centres d'intérêt tu pourrais avoir l'impression de réviser pour certains cours et ainsi justifier le fait que tu as déjà passé plus de 3 heures à cliquer sur Stumble!

Number 2 : Une bonne petite série

Quoi de mieux que tout le temps libre disponible pendant ton blocus pour se refaire l'intégrale de Friends ? Si tu n'as pas encore regardé une des séries suivantes, je te les recommande fortement : How I Met Your Mother, The Big

Bang Theory, Dexter, Game of Thrones (*Winter is Coming*) et *Breaking Bad* (sauf la saison 3). Les séries sont un bon moyen d'avoir toujours un divertissement sous la main. Plutôt que de perdre de précieuses (?) minutes à choisir un film, tu lances juste l'épisode suivant. Et plutôt que de te remettre à étudier après cet épisode, tu lances juste l'épisode suivant.

Personnellement je me suis relancé dans le visionnage de tous les Star Trek ! Composé de six séries et dix films, ça fait un grand total de 524 heures. À raison de 15 heures par jour, 7 jours par semaine, cela prendrait 5 semaines. Il y a 5 semaines de blocus : coïncidence ? Je ne pense pas. *Engage.*

Numbr 1 : Sortir dans les bars

Les Cercles et autres "salles d'animation", si on peut les appeler ainsi, sont fermés. Mais le bar du coin te tend les bras ! Les blocus sont probablement les périodes de l'année où le Gaudeamus et Vintage Bar font tout leur chiffre.



Très réconfortant, ces bars sont pleins d'étudiants comme toi : désespérés. Vers trois heures le patron te proposera un dernier verre et, après avoir accepté, tu promettras de te remettre à travailler dès le lendemain. Promesse que ta gueule de bois te fera rapidement oublier bien entendu. Le pire c'est que cette technique a déjà connu des succès. Mon frère sortait tous les soirs de blocus *uniquement s'il jugeait avoir bien étudié et se punissait en buvant tristement une binouze tout seul dans le salon quand ce n'était pas le cas. Il a brillamment réussi sa première année.*

Sur tous ces bons conseils, je te souhaite un très bon blocus et surtout bonne merde. Plein-Plein a bien eu un diplôme alors, franchement, pourquoi pas toi ?

Amuse-toi bien !
Mich-Mich

LES BOISSONS ENERGISANTES, VRAIMENT EFFICACES ?

Que ce soit du Brun, Monster, RedBull, ou même la petite canette bon marché 365, tout le monde en a déjà consommé au moins une fois dans sa vie. Pour compenser un coup de pompe lors du montage des 24 heures, en mélange avec de l'alcool pendant une soirée en boîte ou encore pour tenir le coup pour le blocus. Mais ces boissons énergisantes sont-elles vraiment efficaces pour tenir le coup en blocus ? L'Esponomist fait le point sur ces boissons controversées.



Energy drink keza ko ?

Les **boissons énergétiques** sont des boissons stimulantes destinées à redonner un regain d'énergie. Ces boissons excitantes sont composées en grande partie d'eau, de sucre, de vitamines, et bien souvent de la taurine. Il ne faut pas les confondre avec les **boissons énergisantes** destinées à aider les performances des sportifs ainsi qu'à les réhydrater.

Elles sont nées dans les années 20 mais leur commercialisation ne date que des années 80.

Depuis le début des années 2000, elles sont de plus en plus consommées par les jeunes.

Des boissons qui ne sont pas sans risque

Même si ces boissons sont idéales pour donner un petit coup de fouet quand le besoin s'en fait ressentir, la surconsommation des energy drinks pour saper la fatigue n'apporte rien de bon.

Tout d'abord parce qu'elles ne suppriment pas le manque de sommeil. Mais d'autres effets peuvent se faire ressentir comme l'anxiété, des tremblements excessifs, des palpitations ou encore des troubles cardiaques, entre autres.

De plus, la consommation des energy drinks avec de l'alcool s'avère assez dangereux. Selon certains cardiologues, « les boissons énergisantes favorisent le *binge drinking* chez les jeunes ». En France, une trentaine de cas crises d'épilepsie ou accidents cardiaques mortels sont liés à leur consommation avec de l'alcool ont été comptabilisés entre 2008 et 2012. La consommation de ces mélanges peut aussi favoriser une dépendance à l'alcool.

Et le café dans tout ça ?

Une petite tasse de café ne fait jamais de mal. A petite dose, ses effets sont même bénéfiques. Il améliore l'état d'éveil, la vivacité et la réactivité. Mais tout comme les energy drinks, ils ne favorisent en rien la concentration et ne permettent pas de retenir plus de choses.



Même si le blocus est une période difficile, surtout pour ceux qui viennent de rentrer à l'université, il faut rester vigilant. Une cannette ou une tasse ou deux de temps en temps oui, mais avec modération ! Et n'oublie pas, rien ne vaut un sommeil réparateur, il n'y a que ça de bon pour retenir au mieux ce que tu as étudié durant la journée !

Simba, qui adore son lit !

LES CHIFFRES DU MOIS

4% des utilisateurs de Facebook sont réellement accros aux réseaux sociaux

Regarder un film d'horreur ferait perdre **entre 100 et 200 calories**

1 choppe de 25cl équivalait à **10 gr d'alcool**

La bière la plus forte au monde est à plus de **65° d'alcool**. Elle s'appelle Armageddon.

En moyenne, les médias parlent **40 fois** plus de la famille Kardashian que du réchauffement climatique.

Avoir **3 orgasmes/semaine** réduirait de 50% les risques d'avoir des problèmes cardiaques

Nous avons en moyenne **8 fois** plus de chances d'être tué par un policier que par un terroriste

4 milliards de \$, c'est le prix du rachat de Lucasfilm par Disney

Selon une étude américaine, les étudiants en économie auraient en moyenne **2 fois plus de rapports sexuels** que les étudiants en sciences !

3 : C'est le nombre parfait selon Pythagore

Il vous faut en moyenne **364 coups de langue** pour atteindre le centre d'une sucette

Une stripteaseuse américaine gagne en moyenne **125.000\$/an**

4% des utilisateurs de Facebook sont réellement accros aux réseaux sociaux

Il nous faudrait fréquenter en moyenne **12 personnes** différentes avant de tomber sur l'amour de notre vie

Sources : BOB

LA PROCRASTINATION ÉTUDIANTE : MAIS POURQUOI ?

Avant même de commencer, il convient de faire la différence entre procrastiner et avoir la flemme de faire quelque chose : le procrastinateur ne fait pas rien. Il est pris dans de multiples activités tant que celles-ci ne lui posent pas de problèmes directs.

Universellement connue des jeunes étudiants de la fac, la procrastination est souvent considérée socialement comme une mauvaise habitude, comme peuvent l'être la cigarette ou se gratter l'intérieur des narines. Elle est dès lors la source de tout un cycle de blâmes, de sanctions sociales négatives. Qui a déjà vu ses parents pour répondre à la phrase « Hann ! J'm' occuperai de mes devoirs demain ! », disent « Ouais, t'as raison ! Où avais-je la tête ? Excuse-moi » ? Si vos parents vous ont déjà sorti une phrase de la sorte, sachez que ce n'est pas pour autant comme ça que marche la vie. Néanmoins, selon l'universitaire William Knaus, près de 90% des étudiants ont connu ou connaissent la procrastination. Puisque faisant évidemment partie des 10% restant, c'est donc via une démarche déontologique parfaitement maîtrisée que j'ai décidé en bon journaliste de me plonger dans la peau de ces victimes trop souvent ignorée, bien souvent ignorantes.



“I’m not procrastinating. I’m proactively delaying the implementation of the energy-intensive phase of the project until the enthusiasm factor is at its maximum effectiveness.”



Dans mes recherches éprouvantes, je me suis demandé d'où venait la source de la procrastination : sociale ou psychologique ? Il existe de sérieux arguments de chaque côté, chacun tentant de répondre au mystère suivant : pourquoi la procrastination touche-t-elle les étudiants universitaires quelles que soit les générations ? Dans notre société d'aujourd'hui, semble se développer ce que l'on appelle la procrastination aveugle, qui se manifeste via le biais de la dépendance électronique. De plus dans une étude en ligne dirigée

par le *Procrastination Research Group* et à laquelle 2700 réponses furent apportées, à la question « Dans quelle mesure la procrastination a-t-elle un impact sur votre bien-être ? », 46% des interrogés répondirent « un peu » ou « beaucoup » et 18% « extrêmement négatif ».

Les caractéristiques de la procrastination sont plus évidentes que celles du procrastinateur. Les procrastinateurs chroniques fuient leurs capacités réelles, préfèrent les tâches manuelles, estiment mal leur temps, se concentrent sur leur passé, et ne mettent pas en œuvre leurs intentions. Ces dites caractéristiques sont généralement reliées à une basse opinion de soi, au perfectionnisme, à un dégoût pour la compétition, et à l'anxiété. En somme, l'auto-handicap que pose la procrastination s'illustre au sein du comportement et de la difficulté à prendre des décisions.

La procrastination au niveau comportemental se traduit essentiellement par la construction de l'anticipation du blâme : c'est par exemple le cas de l'étudiant qui rate un examen et se justifie par le fait d'avoir procrastiné. L'échec passe alors pour justifié. De nombreuses études ont démontré qu'il existait toute une variété de stratégies afin de construire de telles barrières à la réussite.

stages of procrastination

chibird.tumblr.com

1. false security



2. laziness



3. excuses



4. denial



5. crisis



6. repeat

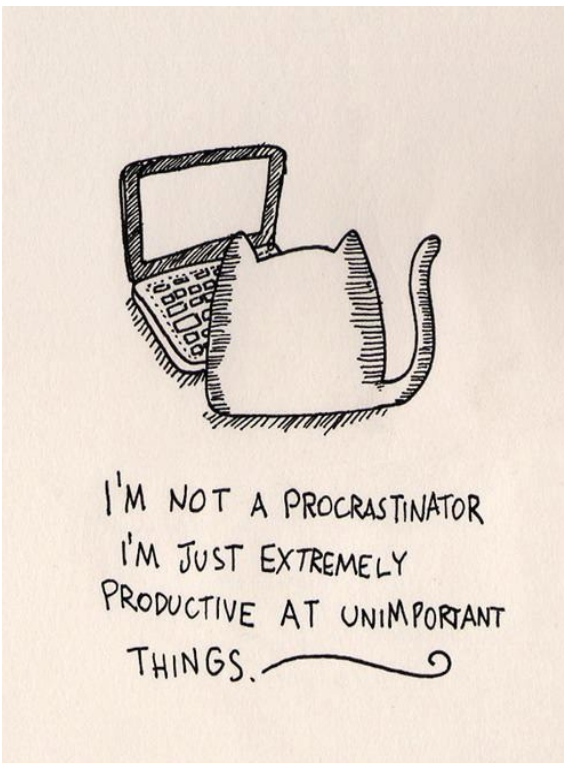
Deux études mêlant des hommes et femmes furent dirigées, demandant aux participants de répéter une tâche identique deux fois. Dans la première, les participants furent informés qu'ils seraient évalués sur leur performance par rapport à la réussite de la tâche assignée. Du temps libre fut alloué aux cobayes pendant lequel ils pouvaient si ils le désiraient s'amuser avec des activités plus drôles bien que ne répondant pas à leur tâche. Les résultats montrèrent que ceux-ci procrastinèrent pendant près de 60% de leur temps.

La seconde étude était une exacte répétition de la première à la différence que la tâche fut cette fois-ci présentée comme amusante, et n'étaient pas évaluée. Les résultats montrèrent que les procrastinateurs comme les non-procrastinateurs mettaient le même temps à réaliser la tâche qui leur était attribuée. De fait, ces résultats suggéraient que la procrastination était un handicap comportemental dans la mesure où la tâche est évaluée. Évalué un

peu comme durant une session en fait. La tendance généralisée à l'auto-handicap crée dès lors un cycle de comportements autodestructeurs, qui dans leur résultats envoient des signaux négatifs à notre corps. Ce qui en conséquence, peut effectivement se traduire par des problèmes d'anxiété.

Le deuxième type de procrastination est d'ordre décisionnel. Communément, c'est le fait de reporter systématiquement au lendemain ce que l'on peut faire le jour même. Les personnes avec de fortes tendances à ce genre de procrastination montrent en général également des tendances au perfectionnisme dans le fait de prendre plus de temps que nécessaire pour prendre une décision.

Par hypothèse, on peut donc considérer que ces personnes brassent plus d'information quant à la décision à prendre, en vue de choisir au mieux la bonne solution. Celle-ci souligne de fait la peur de l'erreur et la nécessité de perfection des gens fortement touchés par ce genre de procrastination.



L'argument mis en avant est que la procrastination décisionnelle est associée à l'extrême prudence et la volonté de l'exactitude et de la collecte des données, avant la prise de décision. C'est par exemple le cas lorsque l'on attend que le maximum de synthèses soient sorties avant de bloquer un cours : « Peut-être qu'une meilleure synthèse va sortir, donc cela ne sert à rien de commencer à réviser celles auxquelles j'ai déjà accès ». Bien entendu, les implications de cette forme de procrastination diffèrent de celles de la procrastination comportementales vue plus haut, caractérisée par la distraction et l'évasion. C'est le classique : « Je n'ai rien fait de la journée, j'ai

encore plein de choses à faire, mais je vais regarder une série. Puis je ferai une pause pour souffler ».

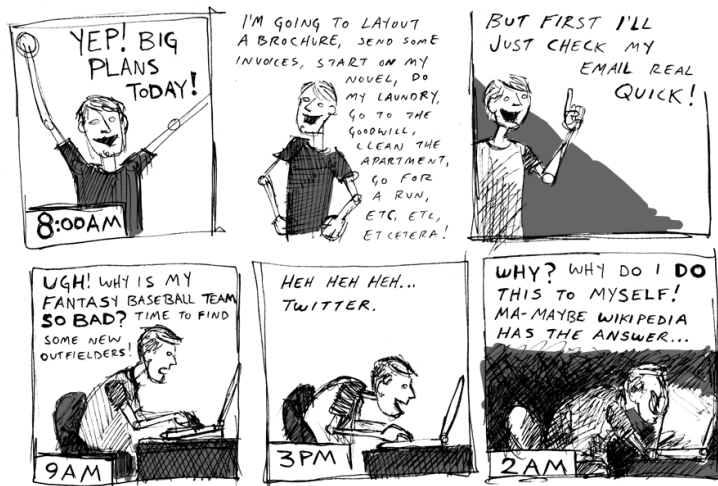
Le processus de décision, la pensée critique, sont des activités du cerveau. Pourtant, les gens présentant une procrastination décisionnelle élevée prennent le plus grand soin à faire un pas en avant comme nous venons de le

voir. On doit donc considérer que même si une décision est prise, la méthode employée est reliée à des notions d'inquiétude, de désir et de crainte, reflétant ainsi les traits de la personne. Rappelons que la procrastination touche une immense majorité d'étudiants à un moment donné, avec des degrés divers.

Il existe aussi dans certains cas des explications neuro-psychologiques. Rapidement : le lobe frontal, qui traite le processus de décision, brasse évidemment une grande quantité d'informations. L'abondance de l'ensemble des caractéristiques traitées explique qu'il apparait peu vraisemblable que ce dernier puisse fonctionner à la perfection tout le temps. Mais une telle explication de la procrastination constitue également une bonne excuse pour le procrastinateur, qui « ne peut pas penser à tout ».

Aller, un peu de moralisation pour conclure ! Quel que soit l'aspect de procrastination qui domine en nous, il s'agit de changer notre manière de voir. Nous devons chacun être attentif à nos propres excuses conscientes ou non, se concentrer sur les difficultés à surmonter et les conséquences négatives à terme si ce n'est pas le cas : il est toujours plus facile de se réfugier dans un gros mensonge qu'une petite vérité, certes, mais ça reste un mensonge.

Péri « that awkward moment when you feel concerned by what you're denouncing » le Périgourdin



Li Monde

« Que Dieu préfère les imbéciles, c'est un bruit que le LiMonde court depuis dix-neuf siècles. »

François Mauriac

Des blagues (pas du tout) de circonstance

Robocop consulte un médecin :

- Docteur j'ai la diarrhée mentale.

- C'est à dire ?

À chaque fois que j'ai une idée, c'est de la merde !

Goemp et Perdant parlent ensemble:

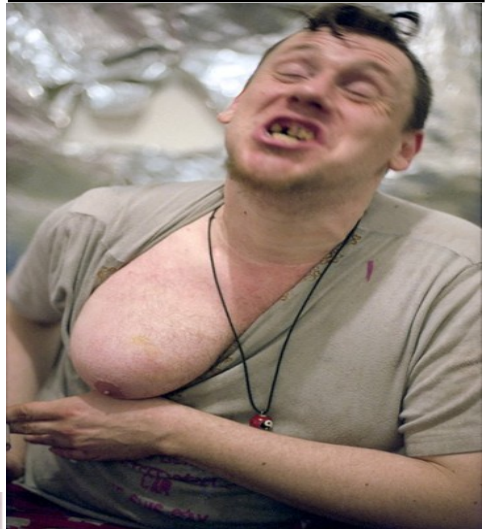
- "Dis donc Perdant ta soeur ne porte pas de culottes !"

"Comment le sais tu?

- C'est mon petit doigt qui me la dit dans un coin sombre du CESEC"



Les immondes de décembre



Si toi aussi tu es immonde, envoie-nous ta photo à limonde@cesec.be!

Dans ce numéro:

- Le mot de Bazar de Nuit
- Les conseils de Tatïe Véné
- La fiche de lecture du mois
- Le bref du mois
- Recettes et jeux

Les comitards au scan'

Bonjour à vous, ESPOïennes et ESPOïens !

Ce mois-ci, ce sont trois séries de comitards qui vont vous êtres présentées : les délégués events, revue et ESPOnomist (le journal que vous tenez présentement, pour ceux qui ne suivent pas).

Je commencerai par nos trois chers Events. Après ces 24h, ils peuvent enfin se reposer, mais pas pour longtemps étant donné que le ski arrive à grand pas. Il s'agit de **Maïr**, **Radin** et **Patron**.

Commençons par la demoiselle, **Maïr**.

La balade : le premier sujet qui me vient à l'esprit est le fait qu'elle soit Première Dame de votre bien aimé cercle. A côté de ça, il faut souligner son caractère sans faille : elle sait ce qu'elle veut, son opinion est claire et elle n'aime pas revenir sur ses positions, ce qui fait d'elle une négociatrice hors pair.

Fail : figurez-vous que je ne trouve pas ! J'ai beau me creuser les méninges, la seule chose qui me vienne à l'esprit est le fait que, contrairement à la plupart des filles, ses critères de sélection en ce qui concerne ses amours ont l'air basés sur le prénom. Ainsi, si elle redevient célibataire et que tu t'appelles Loïc, tente ta chance !

Nice, tish : on ne tarit pas d'éloges à propos de ses boobs, mais elle reste modeste. Ajoutons qu'elle a mené l'organisation des 24h vélo d'une main de fer, elle a vraiment bien fait ça !





Poursuivons avec **Radin**.

La balade : beau gosse d'après certaines, il fait battre le cœur de nombreuses donzelles au sein du cercle. Pourtant, il n'est pas le plus actif de la section ragots. Soit il se contrôle, soit il est discret...

Fail : espérons qu'il gère son poste mieux que ses études, malgré le fait qu'il assiste à moins de CA (réunions comité) que de cours.

Nice, tish : c'est le seul comitard non calotté, par choix ! La calotte ? Ce n'est pas pour lui. Que les étudiants qui ne sont pas faits pour le folklore prennent exemple : le baptême et la calotte ne sont

pas des passages obligés pour s'investir dans le cercle et même devenir comitard.

Terminons donc cette partie par notre 3^e délégué Events. A-t-on encore besoin de le présenter ? Toute la fac le connaît ou presque ! Bon, pour ceux qui touchent moins que les autres, il est temps de faire connaissance avec...



Le Pat'. Son premier surnom au sein du CESEC était Penné. La transformation a permis à une mélodie persistante de rester dans nos têtes durant un petit temps : « Merci Patron ! Merci Patron !... »

La balade : son baptême au CESEC est son 3^e, et personne ne peut assurer qu'il compte s'arrêter là, au rythme où il est parti ! Après avoir été Penné, c'est pour notre plus grand plaisir qu'il s'est tourné vers les Calottins. A quand la Faluche ?

Fail : je me contenterai ici de raconter une histoire qui m'est arrivée l'année passée en auditoire (ECGE12) : je parlais avec une amie hors CESEC, et j'essayais de lui faire voir qui était Patron, en ces termes « mais oui, un

type vieux, et un peu lourd parce qu'il parle tout le temps ! ». Quelle ne fut pas ma surprise en entendant un type tout à fait inconnu, dans la rangée de derrière, s'écrier « Ah oui ! Alexandre ! ». En effet, nous parlions bien du même.

Nice, tish : un événement est créé spécialement pour lui au CESEC cette année. En effet, ce grand Monsieur fête ses 30 ans. Et ça, ça n'arrive qu'une fois !

Passons maintenant aux deux délégués Revue, **Kidépass** (plus connu aujourd'hui sous le nom de Winandyyy !) et **Blafard**, que vous connaissez déjà. Leur job ? Déléguer. En gros, ils trouvent des gens pour gérer chaque partie de la revue, et ils n'ont plus qu'à enfiler leurs plus beaux habits les soirs de représentation pour blablater pendant 5 minutes. Plus sérieusement, la Revue c'est 7 mois de travail acharné (en grande partie accompli par eux deux, on ne peut pas le nier), pour 2 puuures soirées !



Vous reconnaitrez facilement **Winandy** en soirée : c'est le mec habillé bizarrement mais que personne ne regarde de travers pour autant, c'est celui dont le col de chemise est visible en permanence, c'est celui qui dépasse.

La balade : on ne peut pas le nier, il est de plus en plus apprécié au CESEC. Il perd peu à peu son image de grande gueule au profit de celle d'un mec sur qui on peut toujours compter quand on a besoin d'un coup de main. Il ne reste que le côté d'oreille attentive à travailler, mais ça ne lui semble pas nécessaire. On l'aime déjà bien comme ça.

Fail : selon lui, « tout s'apprend dans les livres ». Malheureusement, ce n'est pas le cas. Et il serait

temps qu'il s'en aperçoive, ce qui lui procurerait sans aucun doute LA vraie Balade perpétuelle, également en ce qui concerne les relations sociales.

Nice, tish : d'après ses dires, il est incollable en pornos, il les a tous vus, il connaît toutes les techniques, tous les acteurs, etc. Reste à savoir s'il est aussi bon en pratique qu'en théorie. Mesdemoiselles, enquêtez et tenez-nous au jus !

(Vas-y, tourne la page !)





N'oublions pas que, derrière chaque homme, il y a une femme ! Enfin, une « femme »... Parce que la féminité de cette demoiselle n'est pas la caractéristique qui transparait le plus au premier abord... Comme dit ci-dessus, **Blafard** vous a déjà été présentée en tant que comitarde de baptême dans le premier numéro, que vous pouvez retrouver sur cesec.be/esponomist. Je ne citerai donc qu'une phrase : « La revue c'est pas de la cacaille, et on se balade plutôt pas mal ! »

Pour terminer cette présentation, je vous décrirai les deux gars grâce à qui ce journal existe cette année :

James Deano (mais que tout le monde appelle Bob, ça éclate comme une bulle donc c'est coool) et **Péri le Périgourdin** (avec l'accent !). Une fois n'est pas coutume, je commencerai par le noir (mais qu'on aime quand même).

Qui est donc ce **Bob** ?

La balade : je cherche encore quelqu'un qui ne l'aime pas. Sa gentillesse et son humour sans limite ont su faire de lui une icône, un incontournable ami. Dans toute situation, il vous tapotera l'épaule, que ce soit pour vous consoler, pour vous faire comprendre que votre cas est sans solution mais qu'il vous aime quand même, ou simplement pour vous signaler qu'il est là (utile, dans la nuit, quand il ne sourit pas). A côté de ça, il n'hésitera pas à essayer de vous avoir pour vous faire faire quelque chose de désagréable à sa place.

Fail : bon, il reste noir, un minoritaire, un paria,... Je vais m'arrêter là avant de me faire frapper par les défenseurs de droits de l'Homme.

Nice, tish : il fait partie d'une famille de 13 frères et sœurs, il connaît tous les noirs de Louvain, BREF : il correspond aux stéréotypes, et c'est ça qu'on aime !



Le suivant est un satané Frouze, ce que son accent ne manquera pas de vous rappeler. **Péri**, comme son nom l'indique, nous vient du Périgord.



La balade : plutôt discret, il vaut pourtant la peine d'être connu. Il n'hésitera pas à vous donner un coup de main, que ce soit pour vous aider dans vos cours, pour vous dépanner de 10€ (quand il les a) ou encore pour vous divertir en cas d'ennui, dans les limites de ses possibilités. Comment découvrir qui il est ? Allez prendre un verre ou manger un morceau avec lui, il est toujours (souvent) d'accord pour une petite escapade dans un café/restau sympa et pas cher.

Fail : il sortait avec une bichette pure souche, mais a décidé de lui permettre de recommencer à faire parler d'elle sur le forum. Et il semblerait qu'il compte s'y remettre lui aussi... Son principal défaut, à part ça ? Il est intarissable ! Certes, ses conversations ne manquent pas d'intérêt, mais ne lui proposez jamais de faire un bout de chemin avec lui si vous êtes pressé de rentrer chez vous.

Nice, tish : 8,5 ! 8,5 ! 8,5 !... voire 9,7 !! Comprenez qui pourra.

Sur ce, je vous laisse à vos occupations, n'oubliez pas de déposer cet Esponomist à côté de vos toilettes, ce qui ravira vos cokotteurs (mais leur fera perdre du temps sur le pot).

Je vous retrouve avec plaisir le mois prochain !

Laetitia « Venezia » Dubois



Le petit mot de BDN

TOI étudiant qui s'était encore promis en septembre qu'il irait en cours.

TOI étudiant qui a passé plus de temps la tête dans la cuvette que le cul sur la chaise.

Tu en as marre de ces résolutions foireuses ?! N'aies plus peur, Bléblé est là !

Je vais te proposer un procédé qui pourra diminuer ton stress de blocus ainsi que ta flemme à ouvrir tes syllabi. Je connais la solution miracle. Et je vais te l'enseigner. Parce que... Je suis bon.

Mais trêve de bavardage, je sens déjà ton souffle haletant et l'accélération de ton rythme cardiaque en attendant avec impatience cette solution miracle... « Mais dude, ce mec a tout compris ! » Exactement. Venons-en au fait...

COMMENT RATER SES ETUDES ! (ET ACCESSOIREMENT, SA VIE...)

Il est important d'avoir un horaire organisé et bien ficelé. De fait, le sommeil demeure important afin d'avoir un maximum de concentration pour mettre toutes les chances de ton côté et réussir ton but. Voici donc pour toi, un horaire type.

9.00 : Se réveiller, penser à tous ces étudiants qui se lèvent à l'instant même pour passer une journée de merde. Se rendormir, souriant et serein.

13.00 : Debout !... Boarf, je ferme les yeux encore 5min.

..

16.00 : Je me réveille enfin.
(Geomp, tu es mon
meilleur élève.)

16.30 : Un p'tit déj équilibré
reste primordial. Go
Quick. En plus, il y a un
Grill CESEC hyper sexy.
Indice : Il n'est pas
albinos.

17.30 : Emulateur Game
Boy. (Queuwa ?!
Carapuce évolue !)

18.00 : Ouvrir son syllabus,
rire, le refermer.

18.01 : Séries, films, porno,... c'est selon.

20.00 : Appeler sa mère, lui dire à quel point le blocus est
horrible mais que tu te sens confiant. S'arranger pour se
faire faire des p'tits plats maison. (Mum, si tu lis ça, c'est
un rôle ! Tout l'monde sait que j'ai cartonné mon année
avec distinction, tel que je te l'ai annoncé... hum. Ah en
fait, j'ai plus de boulettes faites maison !)

20.30 : Sieste.

23.00 : Guindaille en cercle ! ... COMMENT ?! Tous les
cercles sont fermés à part le euh Kardène ?! Ça se mange ?
Bon...

~~**23.00** : Guindaille en cercle !~~

23.00 : Après une journée chargée, il faut toujours se reposer
l'esprit, sinon tu ne tiendras jamais un mois. Voici le
moment de la détente. Quartier libre.



Comment bloquer UCLouvain & Icampus :

Une fois l'extension StayFocusd téléchargé (voir annexe), cliquez sur l'œil bleu en forme d'horloge en haut à droite, « paramètres », « Blocked Sites ».

Nous y voilà ! Il ne vous reste plus qu'à y insérer les 2 sites fléaux (Uclouvain & Icampus), cliquez sur « Add Blocked Site(s) ». Ensuite , cliquez sur la droite « The Nuclear Option ». Flippant n'est-il pas ?

Précisez que vous voulez bloquer seulement les sites mis sur liste noire, ainsi que la durée de blocage (étant donné que nous cherchons à rater notre vie, un petit 21 12 2012heures me semble de rigueur !), « Right now », « Nuke 'em » !

Félicitation, tu as touché l'fond !

Pensez à l'année prochaine. Oui, un étudiant qui se respecte doit pouvoir se dire où il sera 1 an plus tard. Je t'ai donc trouvé un lien qui pourra t'être utile : www.ephec.be.

Enjoy !

Autres liens utiles :

Emulateur Game Boy :
<http://mondemul.net>

StayFocusd (Windows) :
<http://stayfocusd.en.softonic.com>

Freedom (Mac) :
<http://freedom.softonic.fr/mac>

Ce tuto est dès à présent terminé. Il ne me reste plus qu'à te souhaiter une merveilleuse session !

Flex !

Dr Blaireau pour BDN

La minute conseil

Yop tertous !

Ayant déjà vécu quelques blocus (6 pour être précise), il m'est arrivé diverses aventures, toutes plus incongrues les unes que les autres.

Je commencerai par un simple conseil : ne jamais, je dis bien jamais accepter d'aller travailler au bord du lac avec un ami qui vous dit « ne t'inquiète pas, je suis sérieux, quand je m'y mets je m'y mets ; ça ne fonctionne pas ! Il ne manquera pas de vous bondir dessus pour vous chatouiller, de vous ennuyer avec un brin d'herbe, ou encore de se retourner pour bronzer en vous invitant à faire de même.

Les histoires qui vont suivre sont en grande partie dues au fait que plusieurs membres de votre cher CESEC se rejoignent en bibli pour étudier. En toute sincérité, tant que les portes sont closes et que nous sommes tranquillement assis, les yeux dans nos cours, tout se passe bien. Je ne nie pas qu'il y a un petit craquage de temps en temps mais ça reste raisonnable. Par contre, quand les portes s'ouvrent pour laisser place à la pause de midi, ça se corse, surtout quand ces pauses se font en compagnie des membres de l'Adèle. Au début, tout est tranquille, on s'offre 30 à 45min, c'est une bonne décision. Oui mais quand vient l'heure de s'y remettre, vous pouvez être surs que nous serons au milieu de la plus passionnante des discussions, ou en plein fou rire général, voire en débat passionné pour savoir quel cercle est le meilleur (le nôtre, n'en doutez pas un instant, mais l'Adèle est d'une telle mauvaise foi !). Par conséquent, ces 45 min se dédoublent bien vite...

« Ça arrive à tout le monde ça, pas de quoi fouetter une mouette », me direz-vous. Oui, mais c'est maintenant que ça devient intéressant : je vous parlerai des Epures. Si vous ne savez pas ce que c'est, référez-vous à l'article sur les différentes salles où bloquer. Sachez qu'ici, c'est ratage presque assuré. Pourquoi ?

Sombre histoire que sont les épures, due au fait qu'on se rejoigne pour travailler entre cercleurs. Mettez-vous dans cette situation : un clash démarre sur facebook entre un ancien et une bleuette.

Comment réagissez-vous ? En toute logique, vous faites passer le mot à votre voisin afin qu'il se régale aussi de la répartie sans faille de nos bleus (Jack, tu bois), qui lui-même transmet l'info, et ça finit par gagner l'entièreté de la salle. Et en regardant par-dessus votre écran, vous pouvez maintenant vous apercevoir que tout le monde est sur la même page facebook que vous. Dès que la plupart des gens présents s'en rendent compte, de petits rires naissent discrètement, jusqu'à ce qu'un grand éclat de rire secoue toute la salle, suite à un commentaire bien placé. Ou comment perdre au moins 2h, voire plus puisque le sujet reviendra sans doute lors des pauses, les empêchant ainsi d'être raisonnablement courtes.

Même genre, bien que moins drôle : quand toute une salle suit le même match de tennis. Si cela vous arrive, vous ne manquerez pas d'entendre de discrets « t'es en retard, actualise ! » voler de-ci et surtout de-là. Autre conséquence de ces retards : les cris en différé lorsqu'un point est gagné. Vous pourrez même parfois entendre ces cris venant d'une autre salle. Mais on leur pardonne, parce que voir toute une salle info frémir à l'unisson, c'est plutôt clâââsse !





Enfin, comment ne pas citer cet énergumène qui s’amuse à réquisitionner un local des Epures vers 22h en plein blocus pour s’exercer à la trompette ? Si encore c’était un instrument plus discret, tel le triangle, ou bien s’il savait jouer une mélodie entraînante et motivante, je ne me plaindrais que peu. Mais imaginez-vous : vous êtes assis devant votre ordinateur, en train d’essayer de comprendre ce que ce ***** de prof veut vous transmettre, tout ça en écoutant un peye faire et refaire et rerefaire ses gammes à la trompette. Première idée, vous vous levez pour fermer la fenêtre. Surprise ! C’est déjà fait ! Vous sortez alors afin de lui casser la gueule, n’ayons pas peur des mots. Mais il a réussi à se mettre dans une salle des étages supérieurs, avec des portes fermées à clé, interdisant l’accès jusqu’à lui. Vous lui faites alors comprendre par gestes à travers la fenêtre qu’il est temps pour lui d’arrêter ça, mais il ne fait que vous regarder en souriant avant de s’y remettre de plus belle. Croyez-moi, ça vous met les nerfs en pelote !

Sur ce, je me remets à mon étude afin de ne pas devoir me retaper les Epures en août.

Véné la vénère

LES SAVOIRS INUTILES

Pour enfin pouvoir briller en société (ou pas) ou épater vos parents/amis durant des souper qui n'en terminent plus, votre Esponomist vous propose un petit éventail de savoirs inutiles. Attentions, il y en a pour tous les goûts !

Le **Jagermeister** était à la base vendu comme un sirop contre la toux.

SPOILER: Il sera disponible au CESEC dès la rentrée !

Les personnes nées au mois de Novembre sont plus susceptibles de devenir des **serial-killers** que les personnes nées les autres mois de l'année.

Le corps humain absorbe plus de **radiations** en ingurgitant une banane qu'en vivant à moins de 100 km d'une usine nucléaire pendant toute une vie.

Aux USA, le **catch** est appelé « pro wrestling » tandis que les vrais sports de luttes sont appelés « amateur wrestling ».

En 1991, un **parti politique** polonais nommé le « Beer-Lovers' party » a gagné 16 sièges au Parlement.

Le **vagin** possède plus de 1.000 noms différents tels que « *la perle rose* », « *le taco au poisson* » ou encore « *le pénitencier des pénis* ».

Lors d'une fusillade en novembre 1994, **2-Pac** a perdu une de ses testicules. Des rappeurs l'avaient renommé 1-Pac.

Les personnes avec un plus gros QI, sont plus susceptibles de prendre des **drogues** que les autres.

Le **sperme** est un moyen efficace de lutter contre les rides.

Les « **man-boobs** » sont causés par un niveau de testostérone trop bas tandis que le niveau d'estrogènes reste le même. Une alimentation peu équilibrée serait la principale cause de ce mal.

Chaque jour, **McDonald's** nourrit 1% de la population mondiale.

En Chine, pour la modique somme de 700\$, les femmes peuvent se faire reconstruire leur **hymen**.

Les **paresseux** peuvent faire l'amour pendant plus de 42 heures de suite.

Malgré ce qu'on dit, **étudier avec de la musique** d'ambiance peut aider à mieux se concentrer et à mieux retenir.

Pratiquer **15 minutes de sport** par jour peut étendre l'espérance de vie de 3 ans.

Un homme de 46 ans est mort en essayant de danser le **Gangnam Style** lors d'une soirée.

Au Moyen-Age, la couleur **rousse** était souvent associée à la dégradation morale et à un désir sexuel intense.

Depuis le mois d'octobre, la brasserie Wynkoop dans le Colorado (USA) propose une **bière à base de testicules de taureaux** nommée Rocky Mountain Oyster Stout.

A la base, le terme « **geek** » faisait référence aux artistes de cirque qui arrachaient la tête de poulets vivants.

DISCRIMINATION POSITIVE ET LITTÉRATURE

Si tu as une mineure en linguistique, voici en exclusivité un tuyau pour la session de Janvier :

la fiche de lecture du petit Gérard sur*

CYRANO DE BERGERAC — EDMOND ROSTAND

« En gros c'est l'histoire d'un cador qui cause comme un slammeur level 99 : imagine grand corps malade total faya avec des lyrics de BG et qui est chaud de la baston genre matrix vas-y néo je te casse la bassinette en deux-deux ! Seulement vla le tarin (tarin c'est le putain de blaz pour son pif les potos) de malade mental qu'il se trimballe genre tonton bédave sous la douche donc avec sa prose et ses rimes enchanteresses il fait rêver les daronnes et les milf mais quand il se radine elles voient sa ganache alors elles font « loool ! Salut à jamais gros pif », alors lui il bade mais TMTC tu peux pas tout avoir dans la vie négro.

Ça commence au théâtre ambiance mise en abyme vache qui rit style après la séance y a un p'tit marquis tout pérave qui cherche à clasher gros pif, sauf que c'est un crevard du troll : résultat Cyrano il est tellement balaise du clash qu'il fait un contre-clash ambiance ultra de *super street fighter* qui sort de nulle part alors que t'es à 2% et qu'il reste 1 seconde wala et tous les youkous de la LAN sont genre "whaaaat ?" ! Et après il balance un flow bien cadencé qu'on appelle la tirade du tarin, parce qu'il enchaîne un free-style ouf dingo sur son tarin genre *yo mamma* sur son pif en mode :

« Si toi aussi tu trouves que mon tarin il est tellement gros que l'armée croit qu'il y a un sous-marin nucléaire en plus dans la flotte des ricains mdrrrrrr !!! »

« Si toi aussi tu trouves que mon tarin c'est la tellement la pure démesure que clara morgane m'envoie des poke non-stop sur facebook wala !!! »

« Si toi aussi tu trouves que mon tarin il est tellement énorme que les condés m'ont fait la grande fouille parce qu'ils ont cru que je cherchais à fourguer un max de weed. »

Résultat gros buzz façon *normanfaitdesvideos* ! C'est chaud les gonz elles voient c'est qui qui gère la belle parole, et Cyrano a fermé la bouche au marquis tricarard qui est obligé de se casser viteuf sous les huées du crew mais c'est la loi du clash : tu tiens pas le clash tu sors du ring t'as vu (big up au poto Pat' qu'a fini comme un gros cachalot sur les rives de la Lesse tellement c'était ouf la sortie !).

Après Cyrano il va au confessionnal il sort cash qu'il kiffe Roxanne la zouz de feu pure bonnasse, qui a eu trois bleus à la *nouvelle star* et un max d'encouragements de la part d'André Manoukian, avec tous les ptits joirbous qui veulent serrer la gazelle mais elle, elle survole la mêlée et elle salue comme la reine des angliches TMTC ce que c'est quand elle te calcule pas et que toi tu rages wala c'est la fission de l'atome dans mon entrejambe mdrrrr !!! Mais le truc c'est que Roxanne elle va aussi au confessionnal elle dit cash qu'elle a un max de love pour Christian alias BG teubé parce qu'il a 500000 likes sur facebook (mais il est trop teubé en vérité).

Alors gros pif propose à Christian le mode mitonneur loveur. C'est comme une team sur *Call of* : en fait y'en a un qui snipe et y'en a un qui va au contact et en fait Cyrano c'est le campeur : il lâche des lyrics de tarba à distance pour Roxanne et Christian il joue shotgun+frag au contact TMTC ce que je veux dire : il lui chatouille la fermeture éclair « darling faisons l'amour ce soir nanani » et tout l'baratin.



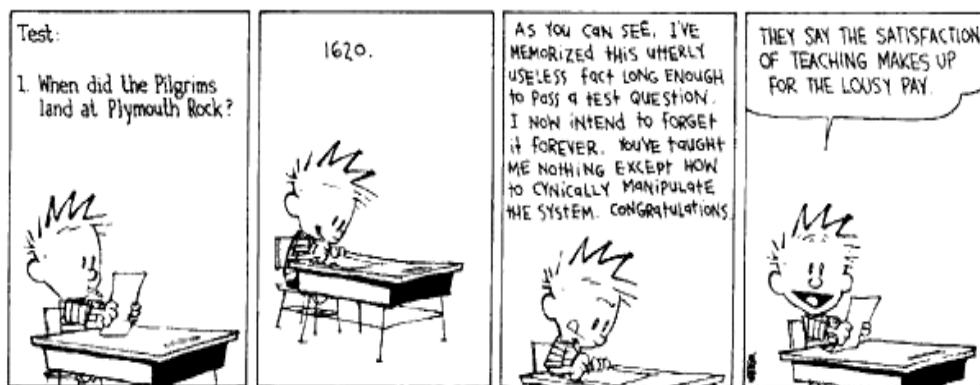
A la fin Cyrano il crève parce qu'il s'est foncé la ganache sur un bout d'échafaudage ambiance yamakasi à mykonos mais avant le game over il va voir Roxanne et il balance tout genre « je m'en fous je suis cramé j'ai rien à perdre » ! Alors Roxy elle a le seum quoi : « C'était pas BG teubé qui m'a écrit ses lyrics de feu et de love ? C'était toi le gentilhomme mitonneur Cyrano ? Mais j'aime ton flow BG mental on peut aller faire un tour toi et moi stp !!! Sauf que c'est trop tard Cyrano il a pris le coup de trop sur la ganache c'est fini adieu adieu : c'est la beauté intérieure, le flow atomique qui retourne les culottes des filles, c'est le panache et aussi le panaché, la p'tite bibine !

Bref, c'est Cyrano de Bergerac quoi. »

Péri « et l'article de trop » le Périgourdin

* *ndlr* : Gérard est un nom pris au hasard afin d'assurer la neutralité politico-médiatique de cet article.

Nota : Si toi aussi, tu as besoin de fiches de lectures pour ton blocus, n'hésites pas et rends toi sur la page internet des « boloss des belles lettres » !





TÔME BY JANRY.





La recette de Tonton 'Pat'

Cher étudiant qui ne vit que de lasagne et de bière fraîche, savais tu que les verres que tu utilises pour boire tes shots en pré-soirée peuvent être utilisés à des fins plus gastronomiques ?

Les verrines sont définies par Wikipédia comme « un plat servi dans un verre qui se consomme à l'aide d'une petite cuillère. La verrine est une entrée moderne, légère en quantité, souvent une mise en bouche, parfois un dessert. »

En plus simple tu fais une préparation et tu la sers dans un verre comme ça c'est plus classe. Dedans tu peux mettre ce que tu veux mais il y a quand même des trucs qui donnent mieux. On pourrait donner comme exemple la frisée au lardons-chèvre chaud dont on vous a donné la recette dans le deuxième Esponomist, ou le classique avocat-saumon : vous mixez des avocats avec de l'huile d'olive, mettez dans la verrine, mettez un chouia de citron dessus (sinon l'avocat s'oxyde et deviens brun), rajoutez le saumon avec un tout petit peu d'échalote par-dessus. Il y a aussi mousse de thon – salade, mousse de courgette-crevettes, ...



Il y a aussi en dessert la mascarpone-fraise (on mixe les deux ensembles et met une fraise par-dessus), la mousse de macarons – mousse au chocolat,... (La mousse c'est macarons avec crème à fouetter)

Enfin bref, tu l'auras compris, tu mixes des trucs, tu peux faire des étages, rajouter des bouts de solide pour donner la texture, c'est facile et dans une verrine, ça donne bien, parfait pour le nouvel-an.

Pour le repas, nous te suggérerons de visiter un classique de la nourriture étudiante : les pâtes. Sauf que là ce sera des **tagliatelles aux scampis**, ce qui donne quand même mieux.



Achetez des tagliatelles *verde* (c'est meilleur et ça donne mieux) et, la partie importante pour faire ça facilement, c'est de prendre des scampis décortiqués. Ça a l'air bête comme ça mais sans ça vous perdez une heure rien que pour le faire. Dites-vous que de toutes façon quasi tous sont importés congelés, que les scampis « frais » ont en fait été décongelés et cuits, que les congelés ont été cuits s'ils sont roses et qu'éventuellement ils ont été décongelé avant cette cuisson. Cependant, vous pouvez vous rassurer en apprenant que les crustacés sont les aliments dont la chaîne alimentaire est la plus surveillée et que donc du moment que vous les cuisez juste après les avoir décongelé, il n'y a aucune crainte à avoir.

Donc une fois vos scampis décortiqués décongelés, vous les mettez dans la poêle avec du beurre de cuisson eu de l'huile, selon les goûts, rajoutez un peu d'ail, et une fois qu'ils ont l'air bien dorés (pour qu'ils ne soient pas tout mous), déglacez-les avec de la crème. Mettez le tout sur les tagliatelles et voilà, un repas qui présente bien et ne demande pas plus d'efforts qu'un bon vieux spaghetti carbo.

Si tu complètes ce plat principal par en entrée et en dessert les suggestions de verrines citées plus hauts, quelques toasts avec du fromage et du saucisson et éventuellement des trucs tout fait à mettre au four en apéro, et tu pourras faire un menu de nouvel-an te prenant le minimum de temps et d'effort afin de te laisser plus de temps pour étudier. Ton planning pré-nouvel an sera d'autant plus facile à organiser si tu prépares tes verrines la veille, ce qui est généralement conseillé pour que la mousse soit bien (sauf si c'est avec de l'avocat, parce que ça s'oxyde).

Le bref. du blocus

Il paraît qu'on travaille mieux le matin, alors je me réveille à 8h. Comme je suis pas du matin... Je me recouche. Je remets mon réveil à 9h. Mon réveil sonne, j'ai l'impression que ça fait que cinq minutes. J'ouvre un œil, j'ai encore envie de dormir, je le referme. J'ouvre les deux yeux, il est 11h. Merde. Je prends mon petit déjeuner, je prends ma douche, j'essaie d'aller vite parce que je suis déjà à la bourre. Je sors mon cours, je checke mes mails, je checke facebook, je lis les nouvelles VDM, les nouveaux posts sur 9GAG, puis re-facebook, je jette un œil aux ragots sur le forum CESEC, encore facebook. Je regarde l'heure : il est 12h30. Dans une demi-heure, ma mère va m'appeler pour manger, alors ça sert à rien de commencer à étudier maintenant. Je regarde un épisode de Big Bang Theory.

Il est 13h50, on a fini de manger, je remonte dans ma chambre. Je digère, je checke mes mails, je checke facebook, les nouveaux posts sur 9gag, puis de nouveau facebook. Je regarde l'heure, il est 14h20, à 14h30 je me mets à bosser. Je checke facebook, j'ai un nouveau message. Je commence à discuter. Il est 15h, j'ai toujours rien fait. Je culpabilise (un peu) donc je me déconnecte. Je regarde mon cours, je regarde mon ordi, je regarde mon cours, je regarde l'heure, finalement je commence à bosser. Je me dis que j'écouterai bien un peu de musique. Il est 16h00, j'ai regardé « Qui veut épouser mon fils », « People are awesom » et une demi-heure de clips sur youtube. Ma mère entre dans ma chambre et me propose de faire une pause. Pour avoir l'air de travailler, je lui dis « dans vingt minutes ». Je regarde un nouvel épisode de Big Bang Theory.

Il est 17h, je finis ma pause, il est VRAIMENT temps que je travaille. Je checke facebook puis 9gag, et tout le tralala, je ferme mon ordi. Je reprends mon cours, je lis la première ligne, je pense que je n'ai toujours pas de cadeau de Noël pour mon grand frère, je rallume mon ordi et je cherche des idées sur des sites de vente en ligne. Il est 18h30, j'ai craqué sur des bottes, un sac, une veste de ski, j'ai refait mentalement la déco de mon kot sur Ikéa, j'ai une nouvelle recette de bûche pour Noël, mais j'ai toujours pas de cadeau pour mon grand frère, et j'ai toujours pas étudié.

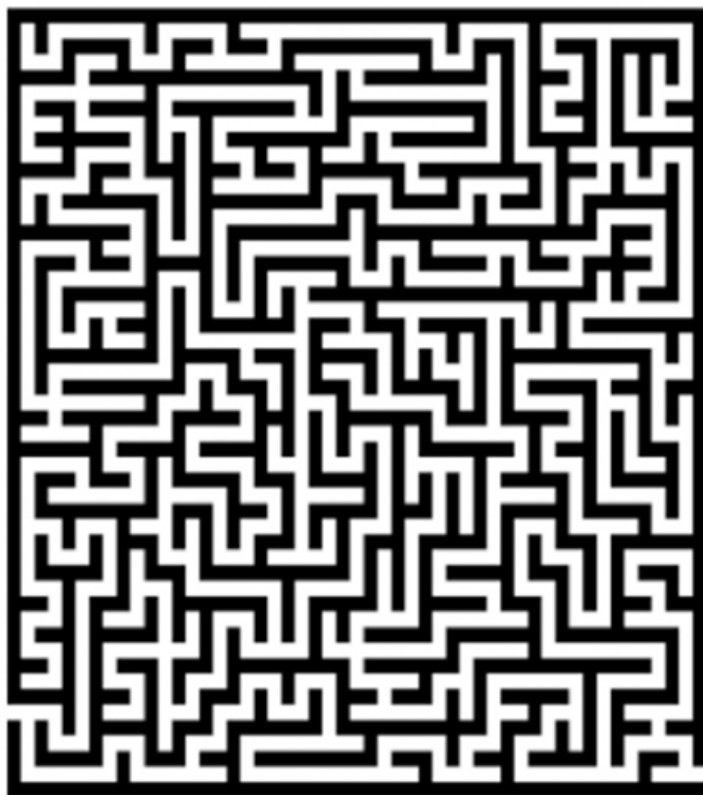
Je sais que je suis plus productive le soir, alors je vais travailler tard pour compenser la journée. Je checke facebook, puis mes e-mails, je traîne, je finis à jouer à Snake et à Tetris en ligne. Je reçois un sms d'une copine de cours : « T'as compris le chapitre 6 en physio ? Il est énorme, j'ai l'impression que je saurai jamais tout étudier, j'ai commencé trop tard ! » Je réalise que j'ai même pas commencé le chapitre 1. Je prends mon livre de physio (et oui, je ne suis pas en ESPO !), je vois la gueule de la matière, je le referme, je me mets dans mon lit et je choisis un film. Bref, je suis en blocus.

Sweet « la bloqué c'est ma vie » Sweet



JEUX !

Si tu te fais VRAIMENT chier en bibliothèque ou reclus seul dans ta chambre... UN LABYRINTHE !



	3				7	5		
2			1	4		6		9
1			9	3			7	2
	2	9	8	1				
				9	6	1	8	
5	8			6	2			7
4		2		8	1			5
		7	4				2	

<http://www.e-sudoku.fr>

n° 122458 - Niveau Facile

7			8				9	
	3					6	5	8
	2	8						
		2	4		8			
	7	5	3		1	4	2	
			5		2	3		
						5	1	
6	8	1					3	
	9				7			4

<http://www.e-sudoku.fr>

n° 224944 - Niveau Moyen

			3			2		5
		4						9
				7		4		8
	8			1	2			
	2	3	9		6	5	8	
			8	3			7	
3		8		6				
2						8		
6		9			8			

<http://www.e-sudoku.fr>

n° 326955 - Niveau Difficile

	3	2					6	8
		6						5
		8	7		4			
8					5			
		4				2		
			6					3
			1		9	5		
4						9		
1	9					6	2	

<http://www.e-sudoku.fr>

n° 427031 - Niveau Dialectique

Agenda : du 17 décembre au peut-être 13 janvier

	S 14 17-23	S 15 24-30	S 16 31-06	S 17 07-13
LUNDI				
MARDI				
MERCREDI				
JEUDI				
VENDREDI				
SAMEDI				
DIMANCHE				

Venez boire un verre dans
votre cercle!
CESEC!



Si vous souhaitez vous joindre à l'aventure et participer à la rédaction de « The Esponomist », contactez nous à esponomist@cesec.be !

Si vous nous trouvez géniaux et que vous voulez nous assaillir de compliments ou/et nous offrir des bières, c'est tous les mardis soir au Cesec.

Pour louer le cercle pour une soirée ou un événement : secretaire@cesec.be.

Prochain numéro : Le 19 Janvier 2013

Merci à toute l'équipe de rédaction :

Loïc Esselen
Céline Lommaert

Micke Blairon
Maxime Aarens
Christophe de Wolf

Alexandre Haterte
Laetitia Dubois

