

DECEMBER 2021 | ISSUE 3

# TMMSA NEWSLETTER



DECEMBRE 2021 | VOLUME 3

# INFOLETTRE DE L'AÉMMT



# Upcoming events

## Évènements à venir

### President's Award Ceremony

The TMMSA was awarded the prestigious President's Award in the category of Equity, Diversity and Inclusion. Come celebrate with us at the awards ceremony!

**When:** Thursday December 09, 2021, 09:00 a.m. to 11 a.m.

Click [here](#) to join virtually.

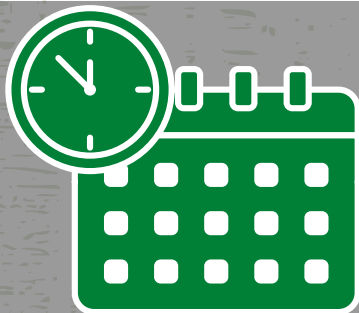
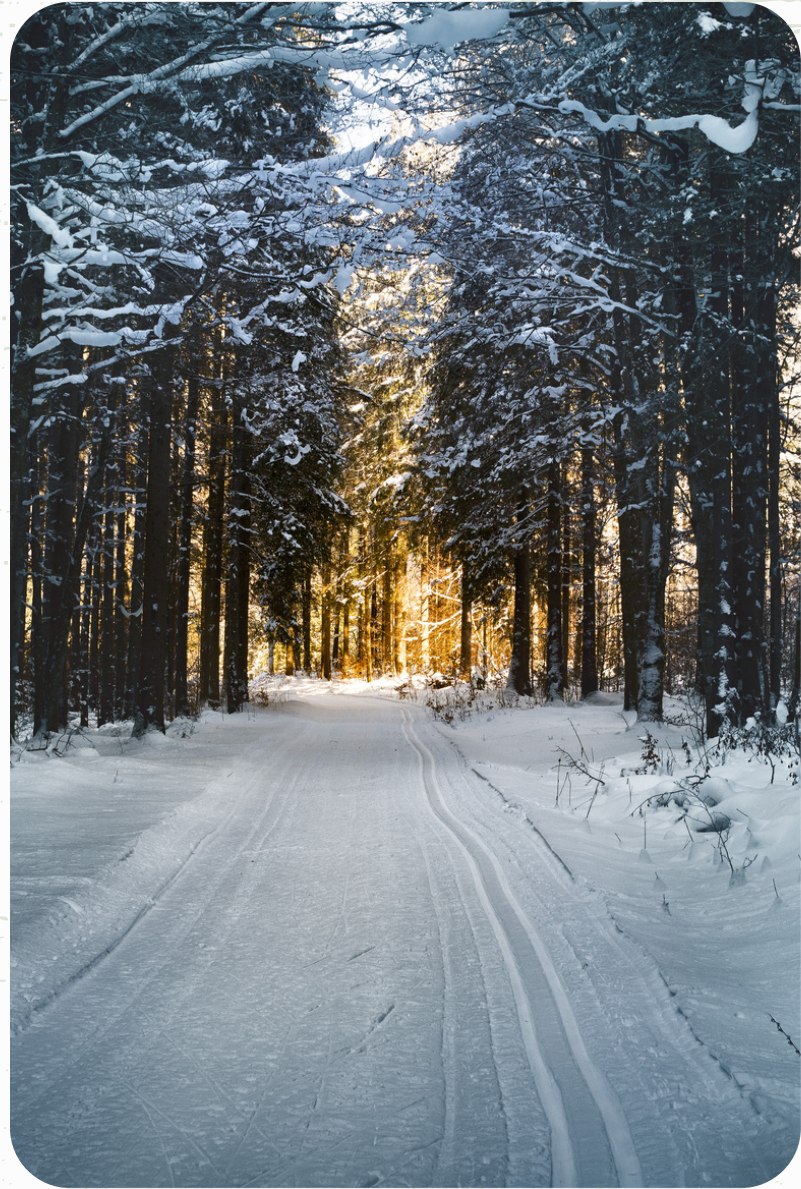
### Cérémonie de remise des prix du président

Cérémonie de remise des prix du président

L'AÉMMT a reçu le prestigieux prix du président dans la catégorie équité, diversité et inclusion. Venez célébrer avec nous lors de la cérémonie de remise des prix.

**Quand:** Jeudi, 9 décembre, de 9h à 11h

Cliquez [ici](#) pour vous joindre virtuellement.



# RESOURCE OF THE MONTH

*We got your back!*



**Good2Talk**



As we enter the dreaded exam season, the stress is high and the pressure is on. Good 2 Talk is a free and confidential support service that was created for post-secondary students in Ontario like yourselves. You can call in to speak to a professional counsellor for free or use the text service to chat with a volunteer crisis responder. Life can be hard, especially with looming deadlines and final exams. Take care of yourself and ask for help. You don't have to do it alone!

[good2talk.ca](http://good2talk.ca)

# RESSOURCE DU MOIS

*Nos avons ce qu'il vous faut!*



**Good2Talk**



Alors que nous entrons dans la redoutable saison des examens, le stress est élevé et la pression est forte. Good 2 Talk est un service de soutien gratuit et confidentiel qui a été créé pour les étudiants postsecondaires de l'Ontario comme vous. Vous pouvez téléphoner pour parler gratuitement à un conseiller professionnel ou utiliser le service de messagerie pour discuter avec un intervenant bénévole en cas de crise. La vie peut être difficile, surtout avec les échéances et les examens finaux qui approchent. Prenez soin de vous et demandez de l'aide. Vous n'êtes pas obligé de vous débrouiller seul!

[good2talk.ca](http://good2talk.ca)

# Holiday shoutout!

**Dec. 25th: Christmas Day**

**Dec. 26th: Kwanzaa**

**Dec. 31st: New Year's Eve**



## Fêtes et dates importantes!

**25 décembre: Noël**

**26 décembre: Kwanzaa**

**31 décembre: Veille du  
nouvel an**



---

# PEPPERMINT BARK

---



---

## INGREDIENTS

- 8 ounces semisweet chocolate, broken into pieces
- 2 teaspoons of canola oil, divided
- ½ teaspoon peppermint extract, divided
- 8 ounces white chocolate, broken into pieces
- 25 peppermint candies, crushed

---

## INGRÉDIENTS

- 8 oz de chocolat mi-sucré, brisé en morceaux
- 2 cuillères à th. d'huile de canola, divisé
- ½ cuillère à thé d'extrait de menthe poivrée, divisée
- 8 oz de chocolat blanc, brisé en morceaux
- 25 bonbons de menthe poivrée, concassé

## DIRECTIONS

- Lightly grease a 9x9 inch pan and line with waxed paper, smoothing out wrinkles, set aside
- Place the semisweet chocolate and 1 teaspoon of the canola oil in the top of a double boiler over just barely simmering water, stirring frequently and scraping down the sides with a rubber spatula to avoid scorching. When the chocolate is melted, stir in  $\frac{1}{4}$  teaspoon of the peppermint extract
- Pour the melted chocolate into the prepared pan and spread evenly over the chocolate layer. Refrigerate until completely hardened, about 1 hour
- Place the white chocolate and the remaining 1 teaspoon canola oil in the top of a double boiler over just barely simmering water, stirring frequently and scraping down the sides with a rubber spatula to avoid scorching. When the chocolate is melted, stir in the remaining  $\frac{1}{4}$  teaspoon peppermint extract
- Pour the white chocolate directly over the semisweet chocolate layer; spread evenly. Sprinkle the remaining crushed candy over the top and gently press in. Refrigerate until completely hardened. Remove from pan; break into small pieces to serve.

## DIRECTIONS

- Graisser légèrement un moule de 9x9 pouces et le tapisser de papier ciré, en lissant les plis, mettre de côté.
- Placez le chocolat mi-sucré et 1 cuillère à thé d'huile de canola dans le haut d'un bain-marie sur de l'eau à peine bouillante, en remuant fréquemment et en nettoyant les côtés avec une spatule en caoutchouc pour éviter de brûler. Lorsque le chocolat est fondu, incorporez  $\frac{1}{4}$  de cuillère à thé d'extrait de menthe poivrée.
- Versez le chocolat fondu dans le moule préparé et répartissez-le uniformément sur la couche de chocolat. Réfrigérer jusqu'à ce que le chocolat soit complètement durci, environ 1 heure.
- Placez le chocolat blanc et la cuillère à thé d'huile de canola restante dans le haut d'un bain-marie sur de l'eau à peine bouillante, en remuant fréquemment et en nettoyant les côtés avec une spatule en caoutchouc pour éviter de brûler. Lorsque le chocolat est fondu, incorporez le  $\frac{1}{4}$  de cuillère à thé d'extrait de menthe poivrée restant.
- Verser le chocolat blanc directement sur la couche de chocolat mi-sucré ; répartir uniformément. Saupoudrer le reste des bonbons écrasés sur le dessus et presser doucement. Réfrigérer jusqu'à ce que le gâteau soit complètement durci. Retirer du moule ; briser en petits morceaux pour servir.

# ACTIVITIES TO DO IN OTTAWA

If you are looking to relax and enjoy the holidays' atmosphere, you should consider visiting the Ottawa European-style Christmas Market. Despite its name, it aims to portray both the traditional Christmas Market environment as well as the joyfulness of all year-end festivities. The market is located at Lansdowne and will be open every weekend until the 22nd of December..



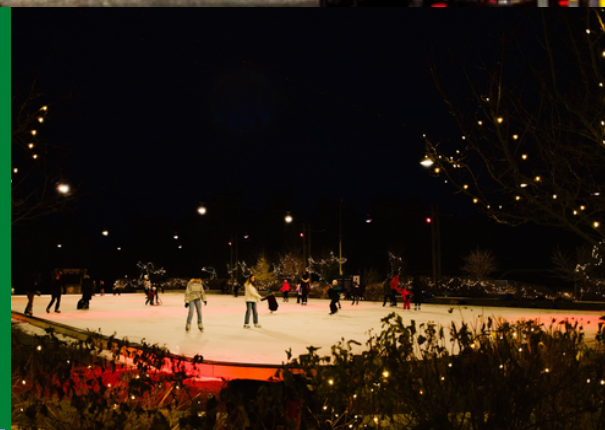
Opening times do vary so make sure to check the online schedule. Various holiday foods and beverages will be sold by local vendors, as well as jewelry, clothing, winter attire and other relics that you might find to be perfect for gifts. Certain attractions will be open, but you might just need to visit to find out what those are!





# ACTIVITÉS À FAIRE À OTTAWA

Si vous cherchez à vous détendre et à profiter de l'atmosphère des fêtes, vous devriez envisager de visiter le marché de Noël de style européen d'Ottawa. Malgré son nom, il vise à représenter à la fois l'environnement traditionnel du marché de Noël et la joie de toutes les festivités de fin d'année. Le marché est situé à Lansdowne et sera ouvert tous les week-ends jusqu'au 22 décembre.



Les horaires d'ouverture varient, alors n'oubliez pas de consulter le calendrier en ligne. Divers aliments et boissons de Noël seront vendus par des vendeurs locaux, ainsi que des bijoux, des vêtements, des tenues d'hiver et d'autres produits que vous pourriez trouver parfaits comme cadeaux. Certaines attractions seront ouvertes, mais il vous faudra peut-être vous rendre sur place pour les découvrir!



# Career pathways

# Parcours de carrière



## MASTERS OPPORTUNITY WITH THE NRC

Hello TMM students!

If you are looking for a 2 year fully funded M.Sc. with the National Research Council of Canada (NRC), please keep reading this.

Dr. Sandhu, a Senior Research Scientist with NRC, is looking for a master's student to work on a project about systemic delivery of neurotrophic growth factors across the blood-brain barrier for the treatment of Parkinson's disease.

If you are interested in this, please send her your CV at [jagdeep.sandhu@nrc.gc.ca](mailto:jagdeep.sandhu@nrc.gc.ca). She also has other opportunities for students!

Have a wonderful day!

## OPPORTUNITÉ DE MAÎTRISE AVEC LE CNR

Bonjour étudiants MMT!

Si vous êtes à la recherche d'une maîtrise en sciences de 2 ans entièrement financée par le conseil national de recherches Canada (CNRC), veuillez lire à continuation.

Dr. Sandhu, chercheuse principale au CNRC, est à la recherche d'un.e étudiant.e intéressé.e à une maîtrise pour travailler sur un projet concernant l'administration systémique de facteurs de croissance neurotrophiques à travers la barrière hémato-encéphalique pour le traitement de la maladie de Parkinson.

Si vous êtes intéressés, veuillez envoyer votre curriculum vitae à [jagdeep.sandhu@nrc.gc.ca](mailto:jagdeep.sandhu@nrc.gc.ca). Elle a également d'autres opportunités pour les étudiants intéressés!

Passez une belle journée!

# MESSAGE FROM THE COUNCIL

## MESSAGE DU COUNCIL

On behalf of the TMMSA, we wish you a wonderful holiday season, surrounded by family, friends, good food and warmth! Take this time to recharge and have fun!

Au nom de l'AÉMMT, nous vous souhaitons une merveilleuse saison des fêtes, entourés de votre famille, vos amis, de la bonne nourriture et de la chaleur! Prenez ce temps pour vous recharger et vous amuser