



# Le COLLECTIF

— former et informer —



## Nourrir son imagination en plein cœur de la nature



Page 17

La FEUS et le REMDUS se positionnent sur les régimes d'assurance collective  
Page 5

**Consultation publique**  
LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES ET LES ASSURANCES COLLECTIVES

Présence et disparition : l'exposition Éclipse  
Page 11



Un vent de changement au Conseil des ministres  
Page 16



# L'ÉQUIPE

## DIRECTION

**Myriam Baulne**  
Direction générale

## RÉDACTION

**Sarah Gendreau Simoneau**  
Co-rédactrice en chef

**Victor Dionne**  
Co-rédacteur en chef

**Gabrielle Goyet**  
Cheffe de pupitre campus

**Amandine de Chanteloup**  
Cheffe de pupitre culture

**Carolanne Boileau**  
Cheffe de pupitre société

**Bianca Lahaye**  
Cheffe de pupitre sport et bien-être

**Nicolas Dionne**  
Correspondant Vert & Or

**Myriam Baulne**  
Révision linguistique

## UNE

**Roxanne Fecteau**  
Photographie

## TECHNIQUE

**Béatrice Palin**  
Infographie

**Rosianne Blanchard**  
Responsable Web et réseaux sociaux

**Poste inactif**  
Distribution à Sherbrooke

**Poste inactif**  
Distribution à Longueuil

## COLLABORATEURS et COLLABORATRICES

Alexandre Ménard  
Alexis Rioux-Chevalier  
Béatrice Palin  
Charles Gauthier  
Éden Bélanger  
Emie Charpentier  
Gabryelle Lalonde-Bercier  
Léa Béliveau  
Marie-Clarisse Berger  
Maxime Quesnel  
Megan Moreau  
Meg-Anne Lachance  
Mély-Anne Paradis  
Samy Morin  
Sophie Mottet  
Yedidya Ebosiri

Nous reconnaissons que les  
locaux du *Collectif* sont situés  
sur le territoire ancestral non  
cédé de la **Nation W8banaki,**  
**le Ndakina. K'wlipai8ba**  
**W8banakiak wdakiw8k**  
(phonétique : kolépaionba  
wonbanakiak odakéwonk)



## PROCHAINE ÉDITION LE 21 NOVEMBRE 2022

NOUS SOMMES À LA  
RECHERCHE DE  
COLLABORATRICES ET  
COLLABORATEURS !

Pour parler à la communauté étudiante et  
faire connaître vos projets étudiants.

Que vous soyez au bac ou à la maîtrise, en  
comm ou en kin, *Le Collectif* vous veut!

Écrivez à [Redaction.lecollectif@USherbrooke.ca](mailto:Redaction.lecollectif@USherbrooke.ca)

Suivez-nous sur  
les réseaux sociaux!



FACEBOOK



INSTAGRAM

# La télé-réalité en crise!

**Occupation Double (OD) a prouvé, cet automne, que la production de n'importe quel show de télé-réalité n'est pas à l'abri de quelques (graves) gaffes. L'intimidation s'est immiscée dans les maisons et ça a créé tout un tollé ! De quoi l'avenir des télé-réalités sera-t-il fait ?**

Que vous soyez fans de la première heure d'OD, ou que vous détestiez tout ce qui touche à des êtres humains enfermés dans une maison et filmés 24/7, le « Martinique Gate » a peut-être (probablement) atteint vos oreilles durant les dernières semaines.

## RETOUR SUR LES FAITS

Une maison de garçons. Une maison de filles. Une maison pour le conseil d'administration (une des nouveautés cette année). OD suit la vie de célibataires qui ont un point en commun (théoriquement) : la recherche de l'amour et de l'aventure. Du moins, c'était le but en 2003. Maintenant, un peu moins. Passons !

Quelques têtes fortes, on est habitués. Trois garçons (Isaack, Philippe et Félix) se sont pris pour des rois et se sont mis ensemble pour imposer leur loi et, surtout, pour dénigrer un de leurs coloc (Jonathan) sans pitié. Les autres gars de la maison suivaient, tels des soldats prêts à défendre le royaume des intimidateurs, parfois avec réticence (allô, Jimmy!). Les garçons toxiques, dirigeant jusque dans la maison des filles, ont eu des propos difficiles à entendre envers le pauvre Jonathan qui a vu sa belle (Clémence) se faire éliminer SEULEMENT pour qu'il parte avec elle. Un plan machiavélique. Tommy, un nouveau garçon rentré plus tard dans l'aventure, a subi un peu le même sort que Jonathan.

À la suite de toute cette intimidation montrée à l'écran, plusieurs critiques à l'égard de l'émission et des choix de la production fusaient sur les réseaux sociaux et une dizaine de commanditaires se sont retirés, souhaitant ne pas être affiliés à une promotion de l'intimidation, avec raison.

Sur Facebook et Instagram, des spectateurs et spectatrices vont même jusqu'à menacer de cesser de regarder l'émission afin de montrer leur soutien à Jonathan puis, plus tard, à Tommy et ainsi dénoncer l'intimidation télévisée soir après soir. Alors qu'on était habitués de voir de la bisbille entre deux personnes dans les maisons d'OD, c'était la première fois qu'on voyait une *gang* s'en prendre à un seul candidat et l'exclure de cette façon.

## LA PRODUCTION ENTRE DEUX CHAISES ?

Ce n'est que lors de l'émission du 23 octobre dernier, une émission consacrée à une formation sur l'intimidation, donnée par l'autrice India Desjardins et le professeur au département de didactique de l'UQAM et expert en prévention de l'intimidation, Stéphane Villeneuve, qu'on a pu apercevoir les interventions faites sur les candidats toxiques au cours des semaines précédant l'explosion.

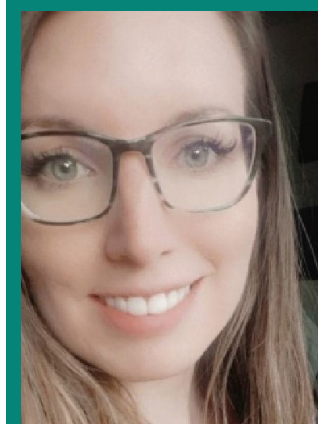
Malgré tout ça, la production a attendu que des commanditaires se désistent pour couper du montage les trois candidats aux propos dénigrants. Certes, il y a trois semaines entre le moment où l'émission est tournée, et ce que nous voyons à la télévision, mais la production aurait pu, au moins, montrer les interventions faites auprès de ces trois intimidateurs, puis enlever ces derniers graduellement du montage plus ils agissaient mal et les mettre dehors au plus vite ! Mais rien de ça n'a été fait avant et c'est ce qui a provoqué la grogne du public. La production était témoin de paroles malsaines et a cru bon montrer tout ça à la télé.

Finalement, les trois candidats problématiques se sont fait montrer la porte. Trop peu, trop tard. Hugo Dumas, chroniqueur de *La Presse*, dit que « le retrait des trois candidats problématiques s'inscrit dans un mouvement de grogne populaire, qui dénote un important changement de culture et de mentalité dans les télé-réalités d'ici. Les fans ne tolèrent plus des comportements associés à l'exclusion ou au manque de respect ».

Ayant plusieurs contacts au sein de l'équipe, Dumas révèle également que « la production était tiraillée : si elle ne

# Éditorial

De la rédaction EN CHEF



**SARAH  
GENDREAU  
SIMONEAU**

Redaction.Lecollectif@USherbrooke.ca

montrait pas les gestes d'Isaack, Philippe et Félix, lui reprocherait-on de censurer la vérité ou de protéger des candidats malveillants ? »

Patrick Lagacé, lui aussi chroniqueur à *La Presse*, a également adressé la situation en n'y allant pas de main morte. « Ces gens-là (les membres de Productions J) ont filmé le trio à l'œuvre. Ils ont savamment et finement fait le montage de leurs dires, de leurs actes. Ils ont jugé bon d'envoyer ces séquences au diffuseur. Et ils en ont fait la promotion », dénonce-t-il. Il se questionne sur l'hypocrisie de la production, mais aussi sur celles des entreprises qui ont attendu que la controverse éclate avant de se retirer.

## L'AVENIR DE LA TÉLÉRÉALITÉ EN PÉRIL OU UNE LEÇON À TIRER ?

Alors que le « Martinique Gate » semble s'atténuer quelque peu, la populaire télé-réalité survivra-t-elle ? Selon Julie Snyder, à la tête de la boîte de production, OD ne serait pas en train de mourir. La productrice s'est ouverte sur les erreurs de la production en prenant tout le blâme sur elle, mais que ça aura été une bonne leçon pour revoir certaines choses et ne pas refaire les mêmes gaffes dans l'avenir. Une formation sur l'intimidation serait donnée maintenant d'emblée aux candidats et aux candidates (s'il y a un retour d'OD l'an prochain), comme la formation sur le racisme et celle sur le consentement qu'ils et elles avaient déjà reçues avant de commencer, en août dernier.

Reste à voir si ça sera suffisant, concret et si les gens donneront une autre chance à cette émission, qualifiée de péché mignon par plusieurs.



# Horoscope

**Il n'y a pas qu'à l'Halloween qu'on a peur. Les phobies sont dures à faire disparaître, surtout si elles sont bien ancrées. Voyons ce qui vous fait peur, selon votre signe astrologique.**

Par Nostradabéa

## BÉLIER : 21 MARS — 20 AVRIL.

Vous avez beau vous sentir capable de mettre à terre des bêtes bien plus grosses que vous, les plus petites vous effraient profondément. Vous souffrez d'arachnophobie, la peur des araignées.

## TAUREAU : 21 AVRIL — 21 MAI

Aucune chose physique ne vous effraie plus que l'idée de manquer de livres à lire. Vous souffrez d'abibliophobie. Vous faites le bonheur des libraires.

## GÉMEAUX : 22 MAI — 21 JUIN

Vous devez garder le contrôle de votre image en tout temps. L'idée que les autres perçoivent vos pensées vous fait perdre la tête. Vous souffrez d'affectophobie, la peur de montrer ses émotions,

## CANCER : 22 JUIN — 22 JUILLET

Vous avez la même peur depuis votre enfance. La première fois que vous avez vu la page couverture du roman *It* vous hantera à jamais. Vous souffrez de coulrophobie, la peur des clowns.

## LION : 23 JUILLET — 22 AOÛT

Vous devez être à votre meilleur en tout temps. La peur de perdre l'estime des autres vous fait faire des cauchemars. Vous souffrez de katagélophobie, la peur du ridicule.

## VIERGE : 23 AOÛT — 22 SEPTEMBRE

Vous n'aimez pas les gens en général. Vous préférez travailler de la maison, seul, avec votre animal de compagnie. Vous souffrez d'anthropophobie, la peur d'être en compagnie d'autres personnes, à ne pas confondre avec l'agoraphobie, la peur des foules.

## BALANCE : 23 SEPTEMBRE — 22 OCTOBRE

Vous redoutez votre rappel de vaccin plus que tout. L'idée de vous faire tatouer est pour vous une vraie torture. Vous souffrez d'achmophobie, la peur des aiguilles.

## SCORPION : 23 OCTOBRE — 22 NOVEMBRE

Pour des gens aussi fêrus de macabre, vous redoutez les funérailles. Un crâne de chat, ça va, mais serrer la main froide de grand-maman vous donne le tournis. Vous souffrez de nécrophobie, la peur des cadavres.

## SAGITTAIRE : 23 NOVEMBRE — 21 DÉCEMBRE

Vous adorez sortir et rencontrer de nouvelles personnes. Cependant, si les mots « je t'aime » sont exprimés, vous prenez la poudre d'escampette. Vous souffrez de philophobie, la peur du sentiment amoureux.

## CAPRICORNE : 22 DÉCEMBRE — 20 JANVIER

Vous devez réussir dans tout. Une mauvaise note peut littéralement vous envoyer à l'hôpital. Vous souffrez d'atychiphobie, la peur de l'échec.

## VERSEAU : 21 JANVIER — 19 FÉVRIER

Vous ne ferez jamais partie du système de santé. Vous évitez de regarder des films d'horreur, car même l'imitation vous donne la nausée. Vous souffrez d'hématophobie, la peur du sang.

## POISSONS : 20 FÉVRIER — 20 MARS

Vous adorez tergiverser sur la place de l'homme dans l'univers. Toutefois, cela doit rester philosophique. Les nouvelles images du satellite James Webb vous donnent un frisson dans le dos. Vous souffrez d'astrophobie, la peur de l'espace et des galaxies.





# Agora

## Campus

## Consultation publique

LES ASSOCIATIONS ÉTUDIANTES ET LES ASSURANCES COLLECTIVES



**GABRIELLE GOYET**

Campus.Lecollectif@USherbrooke.ca

## La FEUS et le REMDUS se positionnent sur les régimes d'assurance collective

**La population étudiante l'ignore peut-être, mais les assurances collectives qui leur sont offertes sont au cœur d'une saga éprouvante. Le 17 octobre dernier marquait la date limite pour l'envoi de mémoires à l'Autorité des marchés financiers (AMF) pour se positionner sur le sujet. C'est ce que la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS) et le Regroupement étudiant de maîtrise, diplôme et doctorat de l'université de Sherbrooke (REMDUS) ont fait, envoyant chacun un mémoire pour défendre les intérêts de leurs membres sur le dossier.**

### UN DOSSIER CHAUD DEPUIS BELLE LU-RETTE

Depuis près de 30 ans, il est répandu au Québec que les associations étudiantes offrent à leurs membres des assurances collectives facultatives. En effet, plusieurs personnes étudiantes adhèrent à des couvertures médicales et dentaires offertes par leur association universitaire ou collégiale. Si le principe est noble, la façon de mettre en application ces régimes est controversée.

Depuis 2015, l'AMF a entamé des travaux auprès de compagnies fournissant de tels régimes d'assurance afin de mieux comprendre les enjeux s'y rattachant. Parmi les points négatifs, on peut citer l'adhésion automatique à ces couvertures, les procédures complexes de remboursement ainsi que les périodes de désistement et de retrait très courtes. Parmi les points positifs, on compte l'abordabilité du régime, son universalité, la panoplie de services couverts et l'opportunité d'étendre la couverture pour peu de frais à la famille des personnes adhérentes.

En décembre 2021, l'AMF a imposé de nouvelles directives aux compagnies d'assurance, mettant ainsi en danger les régimes auxquels souscrivaient un nombre important de personnes étudiantes. L'Autorité reprochait aux compagnies dispensant ces assurances de ne pas respecter les droits des personnes étudiantes. Parmi les exigences de l'AMF, les régimes devraient se fonder sur les principes d'adhésion libre (opt-in) plutôt que du retrait (opt-out). La couverture devrait aussi pouvoir être modifiée lors de la session d'hiver et non pas seulement à l'automne, comme l'offrent actuellement certaines compagnies.

### UNE VAGUE DE PROTESTATION

Les groupes étudiants du Québec ont été saisis par ces annonces inattendues. Au total, des associations représentant plus de 325 000 personnes étudiantes qui se sont mobilisées en opposition aux demandes de l'Autorité, jugeant qu'il s'agissait d'une menace aux régimes d'assurance collective étudiants. Sorties médiatiques, plaintes et lettres ouvertes ne sont que quelques-uns des moyens employés par les associations pour exprimer leur mécontentement.

Selon plusieurs regroupements, les demandes exigeantes de l'AMF mettraient en péril le principe même de l'assurance collective étudiante. En retirant l'adhésion automatique à l'assurance, le régime se rapprocherait davantage d'une assurance individuelle, perdant plusieurs de ses bénéfices. Certaines associations mettent même en garde que ce dossier pourrait engendrer des précédents nocifs quant à leur droit de cotisation, fixé par la Loi sur l'accréditation et le financement des associations étudiantes (Loi 32).

Vis-à-vis ce tollé, l'AMF a fait volte-face. Les exigences annoncées en décembre ont été suspendues, pour laisser place à une consultation publique. En recueillant les commentaires et propositions de la société civile et des groupes de pression, l'objectif primaire de l'Autorité est de maintenir l'accessibilité des produits d'assurance pour les personnes étudiantes, tout en assurant leur protection à titre de personnes consommatrices. Cette approche plus diplomatique a offert l'opportunité aux associations étudiantes de s'exprimer sur le dossier et de sonder leurs membres afin de les représenter au meilleur de leurs capacités.

### LE REMDUS ET LE CAUCUS ASÉQUIEN

Dans le cadre de cette consultation, le REMDUS a mis de l'avant une position partagée par un bon nombre d'associations étudiantes québécoises. Il ne s'agit pas là d'une surprise, sachant que le REMDUS a également co-signé d'autres mémoires en plus du sien, dont celui de l'Union étudiante du Québec (UEQ) et une lettre ouverte de l'Alliance pour la Santé étudiante au Québec (ASEQ). Dans sa position actuelle, le REMDUS demande à l'AMF de maintenir le *statu quo* quant à la réglementation entourant les régimes étudiants d'assurance collective, fidèlement au souhait exprimé par une majorité des associations étudiantes. Le regroupement croit que si un changement significatif devait s'opérer, cela devrait être que le gouvernement du Québec doive offrir des couvertures universelles gratuites sur les plans de la psychothérapie et des soins dentaires, comme il se fait déjà dans d'autres pays. Dans un tel scénario, les assurances collectives étudiantes deviendraient *caduc*.

« Si, après la consultation publique, l'AMF s'entête à détruire notre régime d'assurance collective, on va se battre », mentionne Alexandre Guimond, directeur général du REMDUS. Il assure que le conseil d'administration a déjà été avisé des ressources potentielles à mobiliser pour présenter le cas devant les tribunaux, le tout afin d'éviter que la population étudiante perde ce service indispensable. Il mentionne également l'importance d'une couverture en santé mentale, non offerte par la RAMQ. À ce sujet, à l'UdeS seulement, les montants réclamés à l'ASEQ en santé mentale ont atteint la somme imposante de 362 223 \$ en 2020-2021.

### LA FEUS ET SA POSITION PLUS NUANCÉE

Dans une autre posture, la FEUS est moins en confrontation dans ses recommandations à l'AMF. Dans le mémoire déposé récemment, la fédération accepte la proposition de l'Autorité d'ouvrir la période de retrait des assurances à la session d'hiver, sans impacter le coût du régime. C'est d'ailleurs quelque chose qui est déjà pratiqué par le nouveau pourvoyeur d'assurance collective de la FEUS, Plan Major. L'association du premier cycle demande également d'exiger une meilleure rigueur quant à la ratification des contrats signés entre associations étudiantes et compagnies d'assurance. Cette position est d'ailleurs partagée par d'autres associations faisant affaire avec Plan Major, selon la FEUS.

« Le régime d'assurance collective est vraiment utilisé par la communauté étudiante. Il en faut un. Cependant, je ne m'attends pas à ce stade à ce que l'AMF exige que les régimes deviennent sous forme d'adhésion libre (opt-in). Dans ma tête, c'est presque impossible », souligne Émilie Coulombe, vice-présidente aux affaires universitaires et à la recherche. Selon la fédération, il est possible de concilier les demandes de l'AMF tout en s'assurant de maintenir une abordabilité pour les personnes étudiantes. En ce sens, elle affirme que « tant que les modifications des régimes n'entraînent pas de hausse de coûts, la FEUS ne s'opposera pas ».

Entre la combativité anticipatrice du REMDUS et l'attitude pragmatique de la FEUS, l'avenir nous dira bien ce qu'il adviendra des régimes d'assurance collective.

## Section Campus

# Donner pour gagner : la Plasmattaque de l'UdeS !

Plusieurs initiatives étudiantes sont créées au fil des ans pour faire la différence dans la communauté sherbrookoise. C'est dans cet esprit que la deuxième édition du Plasmattaque, une compétition de don de plasma, se tiendra à l'Université de Sherbrooke (UdeS) du 7 au 19 novembre prochains.

Par Alexis Rioux-Chevalier, organisateur de la Plasmattaque 2022

Saviez-vous que le traitement d'une certaine de maladies immunitaires peut nécessiter des traitements à vie ? Alors que les médicaments impliqués sont produits à partir de plasma sanguin, c'est un effort de tous les instants qui assure une qualité de vie aux personnes recevant ces traitements ; et ce n'est là qu'une des nombreuses applications thérapeutiques du plasma ! Afin d'encourager cette belle cause, un événement mobilisant la communauté universitaire a été créé l'année dernière : la Plasmattaque.

## LA PLASMATTAQUE : C'EST QUOI ?

Inspirée du Carnaval de la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS), la Plasmattaque est une compétition interfacultaire de don de plasma qui se tient une fois par année au Salon Plasmavie (3200, rue King Ouest). L'édition de l'an passé, un franc succès, a motivé 178 dons en deux semaines. L'événement est donc de retour en force avec plus de facultés participantes. Une belle occasion d'aller sauver des vies en *gang* !

## DE GRANDS BESOINS

Le plasma est la partie liquide du sang composée à 90 % d'eau et contenant certaines protéines qui lui confèrent un intérêt thérapeutique ainsi qu'une couleur jaune. Il sert notamment au traitement de l'hémophilie, des maladies immunitaires et des brûlures profondes. Actuellement, les besoins en plasma ne sont comblés par les dons qu'à 27,9 % (données de 2021) si on exclut les transfusions (comblées par nos dons à 100 %). Le reste est importé des États-Unis.

La récente pandémie a montré à cet égard les dangers de dépendre du bon vouloir d'autres pays pour assurer l'accès à des produits essentiels à la vie. Tandis que les besoins en plasma croissent d'année en année, Héma-Québec souhaite augmenter l'autonomie québécoise tout en continuant de fournir à 100 % les hôpitaux. C'est un défi de taille, sachant que seulement 3 % de la population québécoise admissible au don pose ce geste fondamental.

## LES FACULTÉS REMONTENT LEURS MANCHES

Cette année, les facultés de génie, de médecine, de droit et de sciences compétitionneront pour le titre de celle dont les membres feront le plus de dons. Après des performances remarquables l'an passé des deux premières facultés (82 et 39 dons sur 178 respectivement), cette édition s'annonce particulièrement dynamique avec la participation nouvelle de la Faculté des sciences, dont les personnes membres, grâce à leur formation, notamment dans les sciences de la vie, sont plus sensibles à cette cause.

## EN ESPÉRANT VOUS Y RETROUVER !

Événement Facebook : <https://fb.me/e/1RzuN8K19>  
Pour prendre rendez-vous : <https://bit.ly/Plasmattaque>

# La vie de campus, c'est pour tous les cycles

Depuis le retour en classe, de nombreuses opportunités sont offertes aux membres du Regroupement étudiant des cycles supérieurs de l'Université de Sherbrooke (REMDUS). Parmi les divers services offerts par l'association, les activités sociales sont très primées. Voici une courte revue des événements passés et futurs offerts aux personnes cotisantes des cycles supérieurs pour la session d'automne !

Par Samy Morin

## LE RETOUR DES CLASSIQUES

Une fois la pandémie terminée, on assiste à un retour progressif des traditions développées au fil des ans. La tournée des vignobles a officiellement retrouvé sa place dans le palmarès des classiques automnaux cette année. Le 16 octobre dernier, une quarantaine de personnes étudiantes ont pris place dans l'autobus pour partir à la découverte du vin estrien. Ils ont ainsi pu visiter et tester les produits de la Halte des Pèlerins, du CEP d'Argent et du Vignoble d'Orford. Halloween a également été soulignée deux semaines plus tard, alors qu'une vingtaine de personnes se sont rencontrées au Refuge des Brasseurs pour prendre part à un Kahoot ayant pour thème le cinéma de l'horreur.

En plus de toutes les activités, le retour à la normale sur les campus rime avec le retour des instances en personnes. Plus d'une trentaine de personnes étaient physiquement présentes pour venir déguster de la pizza avec leur association lors du dernier Congrès du REMDUS. Autrement, après quelques mois d'inactivités, le Regroupement des parents aux études (RPE) reprend progressivement du service.

Une première rencontre s'est tenue à la mi-octobre ; de celle-ci a résulté la création d'un groupe de discussion et de planification pour une prochaine séance à la session d'hiver 2023.

## LE MEILLEUR RESTE À VENIR !

Si les activités se font déjà plus nombreuses qu'il y a quelques mois, ce n'est qu'un début. Le 17 novembre prochain, une projection privée du film *Black Panther II* sera offerte à un tarif réduit pour les membres du REMDUS. Pour ce faire, il faut simplement passer dans les bureaux de l'association pour se procurer des billets avant l'événement. Une projection privée d'*Avatar* est également prévue pour les vacances de Noël ; les billets seront aussi disponibles aux bureaux du regroupement dès le 1er décembre.

Sur une autre note, le REMDUS vous invite à venir souligner en grand sa 35<sup>e</sup> année d'existence. L'événement, sous une formule *vins et fromages*, sera ouvert à l'ensemble des membres actuels et passés. L'activité est offerte gratuitement et il faut simplement s'inscrire grâce au formulaire disponible sur les réseaux sociaux de l'association.

## DATES À RETENIR POUR LES PROCHAINES ACTIVITÉS :

- 17 novembre : projection de *Black Panther II*
- 8 décembre : vins et fromages pour souligner en grand le 35<sup>e</sup> anniversaire du REMDUS
- Bonus ! 15 décembre : activité parent-enfant de décoration de maisons de pain d'épice

Pour toutes questions ou suggestions en lien avec les activités, il est possible d'écrire à [activites@remdus.qc.ca](mailto:activites@remdus.qc.ca).

# Le Frigo Free Go, un regroupement étudiant à découvrir

**Le Frigo Free Go est un regroupement étudiant ayant pour mission de lutter contre le gaspillage alimentaire et de sensibiliser la communauté étudiante à cet effet. Œuvrant sur les trois campus de l'Université de Sherbrooke, ce groupe fait réellement la différence à sa façon.**

Par Mély-Anne Paradis

Les Frigos Free Go sont des stations libre-service où il est possible de déposer ou de prendre gratuitement des aliments chaque jour. Afin de permettre au plus grand nombre de gens d'en bénéficier, chaque personne étudiante a droit à un maximum de cinq aliments (ou de portions d'aliments) par jour. Au campus principal, ces réfrigérateurs sont situés au Pavillon des affaires étudiantes (E1) à l'étage 0, près de la clinique de santé. Il y a aussi des réfrigérateurs libre-service sur le campus de la santé et le campus de Longueuil.

Actuellement, deux principaux écopartenaires fournissent au regroupement leurs invendus quotidiens nous permettant de remplir les réfrigérateurs, soit le Marché végétarien Jacques-Cartier (du lundi au vendredi) ainsi que la COOP Alentour (le vendredi). La quantité des dons varie chaque jour, pouvant atteindre fréquemment des centaines de livres de nourriture sauvées.

Le Frigo Free Go publie quotidiennement sur ses pages Facebook et Instagram des photos des récoltes. Ce service est très populaire auprès des personnes étudiantes, au point où les réfrigérateurs se vident généralement en moins de quelques heures. Leur remplissage se fait à des heures variables, selon la disponibilité des bénévoles. Les personnes étudiantes doivent donc passer fréquemment voir si de la nourriture y a été déposée. Bien que certains se désolent lorsqu'il ne reste plus rien, c'est tout de même synonyme que la mission du Frigo Free Go est accomplie, en évitant que ces aliments se retrouvent dans les bennes à ordures.

## UNE STRUCTURE ÉPROUVÉE POUR UNE ACTION EFFICACE

Les bénévoles sont les piliers qui rendent possible cette initiative étudiante. D'abord, des pilotes vont

ramasser chaque jour les bacs de nourriture chez les écopartenaires, pour les déposer ensuite sur les campus. Ensuite, les aides au déchargement pèsent et déposent la nourriture dans les réfrigérateurs. Enfin, des bénévoles passent chaque jour nettoyer les frigos afin d'en assurer la salubrité. En plus de l'équipe terrain, un conseil exécutif assure le bon fonctionnement du Free Go. Cela passe par la gestion des bénévoles et des écopartenaires, la promotion de la mission, l'organisation d'activités de sensibilisation, le développement de nouveaux partenariats et la gestion des médias sociaux.

Depuis le début de la session, la priorité est le recrutement de bénévoles, car il y a beaucoup de mouvement au sein de l'équipe en raison de la vie universitaire chargée des personnes étudiantes. La mobilisation est fondamentale pour assurer la pérennité des remplissages quotidiens ainsi que le développement de nouveaux projets. D'ailleurs, certains postes sont toujours à combler; le Frigo Free Go cherche un pilote régulier les jeudis, des pilotes remplaçants, ainsi qu'une personne responsable aux communications pour animer quotidiennement les réseaux sociaux et sensibiliser les gens au gaspillage.

## VISIBILITÉ ET POPULARITÉ

Le regroupement aspire cette session-ci à continuer de se faire connaître auprès de la communauté étudiante, notamment en participant à des kiosques dans différentes associations. Le 13 octobre dernier s'est d'ailleurs tenu un kiosque à la cafétéria du Pavillon des sciences dans le cadre de la semaine de la joie organisée par l'Association générale étudiante en science (AGES). Le Free Go aimerait bien tenir des kiosques similaires dans d'autres associations éventuellement.

Un autre moyen efficace de se faire connaître est de continuer les collaborations avec différents médias, comme Le Collectif ou CFAK. Par ailleurs, le Frigo Free Go a aussi été sollicité par Radio-Canada pour un reportage sur la précarité alimentaire chez les personnes étudiantes, publié le 27 septembre dernier. Une collaboration est aussi à venir avec URBANIA pour faire connaître les différentes initiatives étudiantes visant à lutter contre le gaspillage alimentaire sur les différents campus.

Enfin, comme le regroupement gagne en popularité et que la précarité alimentaire est un enjeu actuel chez les personnes étudiantes, il serait idéal de trouver de nouveaux écopartenaires permettant à encore plus de membres de la communauté de bénéficier des invendus

quotidiens. Cependant, comme le nombre de bénévoles est actuellement limité, il pourrait être ardu de trouver encore plus de gens pour aller chercher les récoltes et les décharger.

Le Free Go est très ouvert aux suggestions de partenariats et aux opportunités pour recueillir davantage de dons alimentaires. Il encourage d'ailleurs les personnes bénéficiant du projet à écrire au comité exécutif si elles connaissent des propriétaires d'entreprises qui pourraient avoir de l'intérêt à offrir leurs invendus. La mobilisation est au cœur des initiatives communautaires telles que les frigos libre-service, et c'est ce qui fait la beauté du projet. Chaque personne qui a envie d'y mettre du sien et d'apporter ses idées est la bienvenue.

## L'INDISPENSABILITÉ DES INITIATIVES CONTRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Les initiatives ayant pour but de réduire le gaspillage alimentaire sont nécessaires et pertinentes, considérant l'ampleur du débordement des sites d'enfouissement de la province. En effet, selon une étude récente de Recyc-Québec, 39 % des résidus alimentaires retrouvés dans les sites d'enfouissement sont comestibles. Les fruits et légumes représentent les aliments les plus jetés par le peuple québécois, ce que le Free Go reçoit en grande majorité comme type de dons. De plus, les ménages québécois sont ceux qui gaspillent le plus (28 %), devançant ainsi les commerces détail (22 %) et les industries de transformation alimentaires (14 %). Annuellement, 339 198 tonnes de nourriture sont gaspillées par les ménages. Ces statistiques sont très alarmantes, il importe de se conscientiser par rapport à cet enjeu.

En 2021, le Free Go a pu sauver 34 013 livres de nourriture et les redistribuer aux personnes étudiantes. En cette période d'inflation et de crise climatique, sauver des aliments est aussi bénéfique pour le portefeuille que pour l'environnement. La raison d'être du Free Go est plus pertinente actuellement que jamais.

## ENVIE DE FAIRE LA DIFFÉRENCE ? IMPLIQUE-TOI !

Facebook : [Frigo Free Go - Université de Sherbrooke](#)  
Instagram : [@frigofreego\\_udes](#)



## Section Campus



Source: GCIUS

## Le GCIUS triomphant au Gala Forces Avenir 2022

Cette année, un projet multidisciplinaire du [Groupe de coopération internationale de l'UdeS \(GCIUS\)](#) a été couronné lors du gala Forces avenir pour sa capacité à allier coopération internationale et environnement. Il s'agit d'une reconnaissance importante, sachant que ce gala est un événement annuel majeur qui vise à souligner et promouvoir l'engagement étudiant sous toutes ses formes.

Par Megan Moreau

### LE PROJET FERME ESPOIR SOUS LES PROJECTEURS

En janvier dernier, le GCIUS et l'organisme Jeunesse épanouie du Bénin ont collaboré dans le cadre du projet *Ferme Espoir*, un centre agricole adhérant à des pratiques de développement durable. Via la diversification des intrants agricoles, la rentabilité ainsi que le potentiel d'accueil et de formation, la *Ferme Espoir* souhaite devenir un modèle d'excellence dans la région de Dassa-Zoumè. Ce projet se veut donc un vecteur de changement et de développement durable pour les personnes employées, mais aussi pour les communautés avoisinantes.

Depuis son arrivée sur le terrain en janvier dernier, l'équipe multidisciplinaire constituée de Marjolayne Pion (environnement), Anthony Desrochers (géomatique), Randy Yantha (administration des affaires), Cassandra Boisvert (politiques appliquées), Virginie Lacombe (coopération internationale), Ulys Tessier et Raphael Moniz-Laflamme (génie mécanique) a permis au projet de se développer grandement sur plusieurs volets.

### DE MULTIPLES RÉALISATIONS

Lors de son implication sur place, l'équipe multidisciplinaire du GCIUS a effectué une multitude de réalisations visant l'amélioration des conditions de vie de la communauté de Dassa-Zoumè. Parmi les plus notables, on cite :

- L'électrification de la ferme via l'installation d'un système photovoltaïque ;
- L'amélioration du système d'irrigation afin d'augmenter le nombre de cultures possibles ;
- La recherche terrain sur les rôles et les défis des femmes dans la ferme dans l'objectif de les intégrer au sein de la gouvernance ;
- La mise à jour de la cartographie des lieux ;
- L'analyse de la rentabilité financière de la ferme pour viser une autonomie financière ;
- Le rapport de recommandations dans le but d'incorporer de façon optimale les objectifs de développement durable de la ferme ;
- La production d'une étude terrain sur l'approche interdisciplinaire : étude sur la multidisciplinarité d'une équipe dans un projet de coopération internationale.

Il semble juste d'affirmer que l'équipe terrain a bien rempli ses objectifs de rendre la ferme complètement autonome quant aux besoins liés à l'alimentation et à la distribution de l'électricité/eau, mais aussi à celui d'accroître la résilience alimentaire des populations les plus vulnérables dans une perspective de développement durable.

C'est d'ailleurs pourquoi le projet *Ferme Espoir* s'est vu octroyer un trophée Forces Avenir dans la catégorie Environnement cette année ! Cet honneur a été récompensé par une bourse de 4 000 \$, qui sera réinvestie intégralement au sein du développement du projet béninois. Cette nouvelle se veut un magnifique présent pour le GCIUS, qui célèbre cette année ses vingt ans de projets et de succès. Longue vie au GCIUS et à ses projets étudiants !

## Comment bien préparer ton 5@8

Avec le retour à la vie normale, le campus principal de l'Université de Sherbrooke (UdeS) reprend progressivement ses activités depuis un certain temps. L'UdeS est reconnue pour son campus vivant, mais aussi pour ses fameux 5@8, qui sont une façon pour l'institution de se démarquer face aux autres campus du Québec. Depuis le début des années 1960, l'université permet aux personnes étudiantes de prendre un verre les jeudis soir. Parfois, même le corps professoral s'y joint.

Par Léa Béliveau

L'offre de festivités sur le campus principal est assez grande. Que ce soit les 4@7 à l'école de gestion ou les 5@8 des Facultés de génie, droit, lettres et sciences humaines, éducation ou science, les jeudis soir, le campus principal est la destination étudiante. Ces événements offrent de l'alcool à un faible prix, permettant le financement pour divers projets étudiants. Pour bien combiner le tout, les différentes fêtes sur le campus offrent des pizzas et/ou des grillades sur BBQ. L'achat de boisson ou de nourriture se fait souvent par le biais de jetons à l'effigie de la faculté.

### JUMELER PLAISIR ET SÉCURITÉ

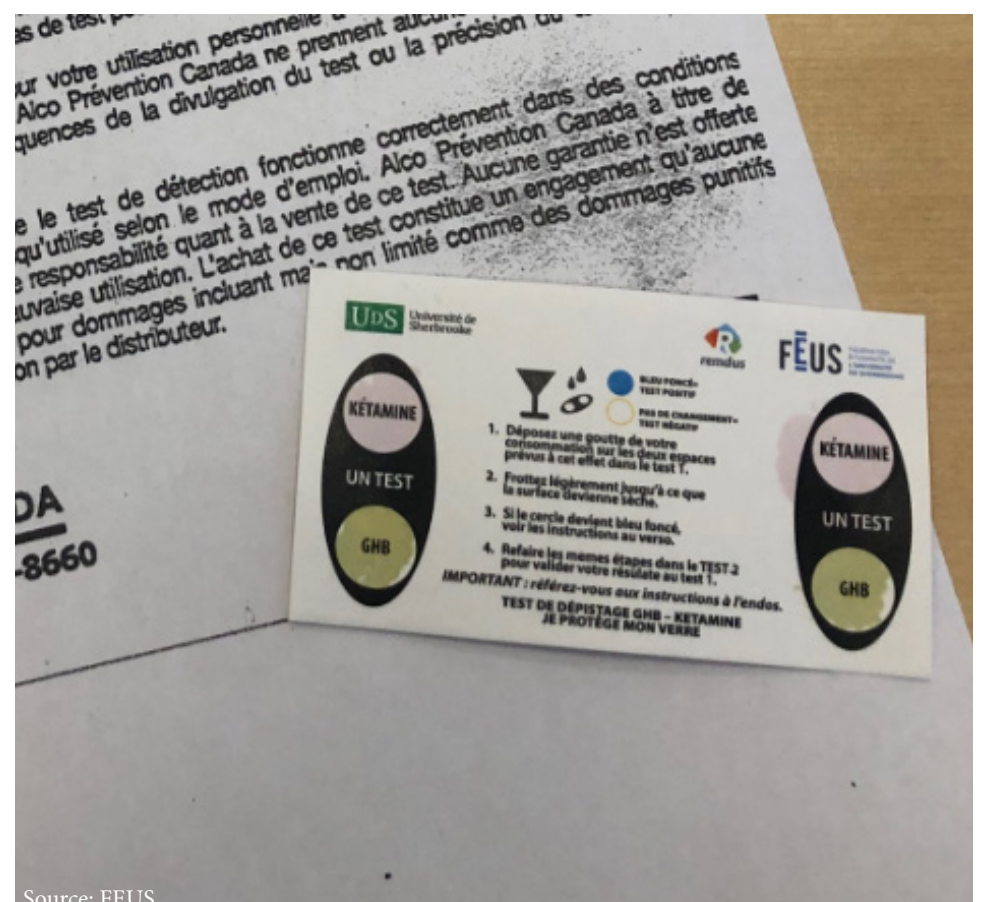
La folie des 5@8 vient aussi avec son lot de risques. Les fêtes étudiantes sont connues pour être parfois confrontées à certains débordements. L'Université a donc mis en place des mesures afin de lutter contre les violences à caractère sexuelles (VACS). Malgré l'augmentation de ces mesures, il en reste que la prudence est de mise. En partenariat avec la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS) et le Regroupement étudiant des cycles supérieurs de l'Université de Sherbrooke (REMDUS), l'université a mis à la disposition des personnes étudiantes des trousse de dépistage de kétamine et de GHB. Ainsi, l'ensemble de la communauté universitaire peut tester ses boissons durant les soirées.

De plus, la Faculté d'éducation a amélioré ses *bocks* pour offrir des couvercles agissant à titre de protection, chose ayant aussi été faite par la Faculté de génie il y a quelques années. Les 5@8 ont évolué afin de s'adapter aux réalités actuelles et l'Université et les associations travaillent à rendre la vie sur le campus meilleure. Le fait que les facultés offrent aussi de la nourriture durant la soirée permet d'atténuer les effets de l'alcool consommé sur un court laps de temps.

### À VENIR...

Même si l'Université et les associations travaillent de concert pour améliorer la vie sur le campus et lutter contre les VACS, il reste encore du travail à faire. La FEUS tente actuellement d'offrir plus d'outils dans la préparation des 5@8.

Les soirées étudiantes sur le campus ont toujours été reconnues pour leur succès ; après deux ans de pandémie, un engouement vers un retour à la fête était évident. En revanche, il doit se faire en toute sécurité et doit être bien préparé.



Source: FEUS

# « Chère Audrey », une ode à l'amour

# Agora

Culture



Source: ONF

**Le 30 octobre dernier, Austin a accueilli dans sa petite église une projection cinématographique du documentaire « Chère Audrey », de l'Office national du film du Canada (ONF). Martin Duckworth, protagoniste du film, ainsi que Jeremiah Hayes ont d'ailleurs été conviés à l'événement afin de partager ce moment avec les invités.**

L'OSBL « Les Amis de la petite église d'Austin » a donc organisé cet événement afin de faire savoir à tous que même si l'organisation n'est pas officiellement lancée, elle est déjà en action. Bien d'autres événements de ce genre vont d'ailleurs avoir lieu dans la petite église grâce à sa volonté.

C'est donc dans une atmosphère intime que le public s'est réuni pour assister au visionnement de ce documentaire, tout en ayant la chance d'échanger avec Martin Duckworth et Jeremiah Hayes.

Martin Duckworth, protagoniste du film, se trouve être un descendant de Nicholas Austin, ayant développé le village connu aujourd'hui sous son nom. Duckworth travaille depuis toujours dans le monde du cinéma : la paix et la justice ont toujours été au cœur de son travail. Lorsque Jeremiah Hayes lui a proposé d'immortaliser sa vie sous forme de documentaire, il a accepté. C'est donc ainsi que le documentaire est né, permettant au spectateur d'aller à la rencontre de la vie et de la famille de Martin Duckworth, mais surtout, de rencontrer sa femme, la photographe Audrey Schirmer, atteinte de la maladie d'Alzheimer.

Le documentaire a donc été présenté au sein de la petite église d'Austin, en anglais avec sous-titres en français, afin de respecter la création originale.

## L'AMOUR FACE À LA MALADIE

Véritable hommage à l'amour que Martin porte à sa femme Audrey, le documentaire suit le couple dans son quotidien, mais également dans ses souvenirs grâce à des créations visuelles originales extraites du travail respectif de ces deux passionnés de photographie et de films. Le public a donc pu plonger dans divers événements ayant marqué la vie de Martin : luttes du mouvement des droits civiques, mouvement antiguerre des années 60, mais également dans ses péripéties amoureuses et paternelles. Ces épisodes marquants ont su lui enseigner que l'art ne devait pas exister que pour l'art dans son cas, mais qu'il devait l'utiliser à bon escient comme un outil.

Le public a donc pu rencontrer la famille de Martin : ses deux ex-femmes, ses enfants, dont Jacqueline, une jeune femme pétillante atteinte d'autisme, mais surtout Audrey, sa femme, et la raison d'être du cinéaste : « Maintenant, le centre de ma vie, c'est Audrey. »

Le fait qu'elle soit atteinte d'Alzheimer lui a fait réaliser à quel point l'amour pouvait être puissant, puisqu'il explique comment cette maladie n'a fait qu'accroître ce qu'il ressentait pour elle.

Un point d'honneur a donc été mis à rendre hommage aux productions photographiques d'Audrey, on ne peut plus impliquées dans les mouvements sociaux des années 60, mais surtout à son amour pour les gens. Martin souligne également à quel point il lui est reconnaissant d'avoir donné 15 ans de sa vie pour s'occuper de leur fille Jacqueline.

Le film est également ponctué de passages dessinés de noir et de blanc, animés et muets, afin d'exprimer des scènes qui ni les mots ni les gens ne peuvent formuler. Une

des scènes qui a d'ailleurs particulièrement marqué le public est celle où Audrey fait une crise épileptique et s'effondre par terre. La scène est justement réalisée sous forme de dessin, où l'on peut voir Martin qui tente de prendre sa femme dans ses bras, alors que cette dernière lui glisse entre les doigts telle de la poussière.

Cet épisode a été particulièrement marquant dans la maladie d'Audrey, puisqu'il a précipité sa descente : « On dirait qu'elle est déjà morte [...] Ce n'est plus la même personne... »

Poignant et on ne peut plus authentique, le documentaire met en lumière un aspect souvent renié de l'humain : la maladie. Comment subsiste l'amour quand la maladie se glisse entre deux individus ?

C'est justement ce que se demande Jacqueline, personnage ayant particulièrement marqué le public. Cette dernière a de la difficulté à comprendre l'état de sa mère : « Mais, peut-elle encore dire je t'aime ? »

« Si elle se souvient des mots, » lui répond Martin.

Dévoué à sa femme jusqu'au bout, ce dernier va même faire tout ce qui est en son pouvoir pour rester à ses côtés le plus longtemps possible, au point même où il parviendra à dormir à ses côtés lorsqu'Audrey sera placée en résidence. « Je la vois comme la meilleure personne au monde à cause de tout ce qu'on a traversé depuis 46 ans. » Même après sa mort, Audrey est partout dans leur maison, et fait encore partie intégrante de la vie de Martin.

L'amour et le chagrin sont encore présents, malgré tout, puisque Martin a dû s'éclipser pendant la projection, pour des raisons évidentes.

## ÉCHANGES INTIMES ENTRE CINÉASTES ET INVITÉS

À la suite de la projection du documentaire, le public a eu l'immense plaisir de pouvoir échanger avec Martin Duckworth et Jeremiah Hayes. Les invités ont donc pu confier leurs impressions et poser les questions, encore sous l'émotion du visionnement. Plusieurs d'entre eux ont eux-mêmes été touchés de près ou de loin par cette maladie, ce qui ajoutait à la proximité avec les cinéastes.

Durant ces échanges, plusieurs thèmes forts du documentaire sont ressortis : l'importance accordée à l'amour, à la famille, mais aussi, à l'humanité. En effet, une scène a particulièrement été appréciée : celles où Martin nourrit lui-même sa femme. « Ce n'est pas une maladie qu'on met en avant ici, mais des humains, » déclare-t-on.



**AMANDINE  
DE CHANTELOUP**

Culture.Lecollectif@  
USherbrooke.ca

# Des histoires à vous glacer le sang...

OPINION

L'autrice Carine Paquin est venue faire un tour au Salon du livre de Sherbrooke, du 13 au 16 octobre derniers, afin de faire découvrir sa série de romans *L'asile du Nord*.

Par Béatrice Palin

L'autrice, originaire de la petite ville de Malartic en Abitibi-Témiscamingue, écrivait principalement des romans jeunesse humoristiques avant de s'attaquer aux légendes qui entourent la municipalité en banlieue de Val-d'Or. Elle mélange faits vécus et légendes surnaturelles, et laisse la tâche de démêler les deux aux lecteurs. Il est toutefois à noter que les noms des personnages sont modifiés afin de protéger l'anonymat des vraies personnes sur lesquelles ils sont basés. On demande aussi au lecteur de ne pas essayer de retrouver les vrais acteurs de l'histoire, chose qui a été difficile pour moi, puisque je suis moi-même originaire de Malartic et que les histoires se déroulent dans un passé pas si lointain.

## LA TRAME HISTORIQUE

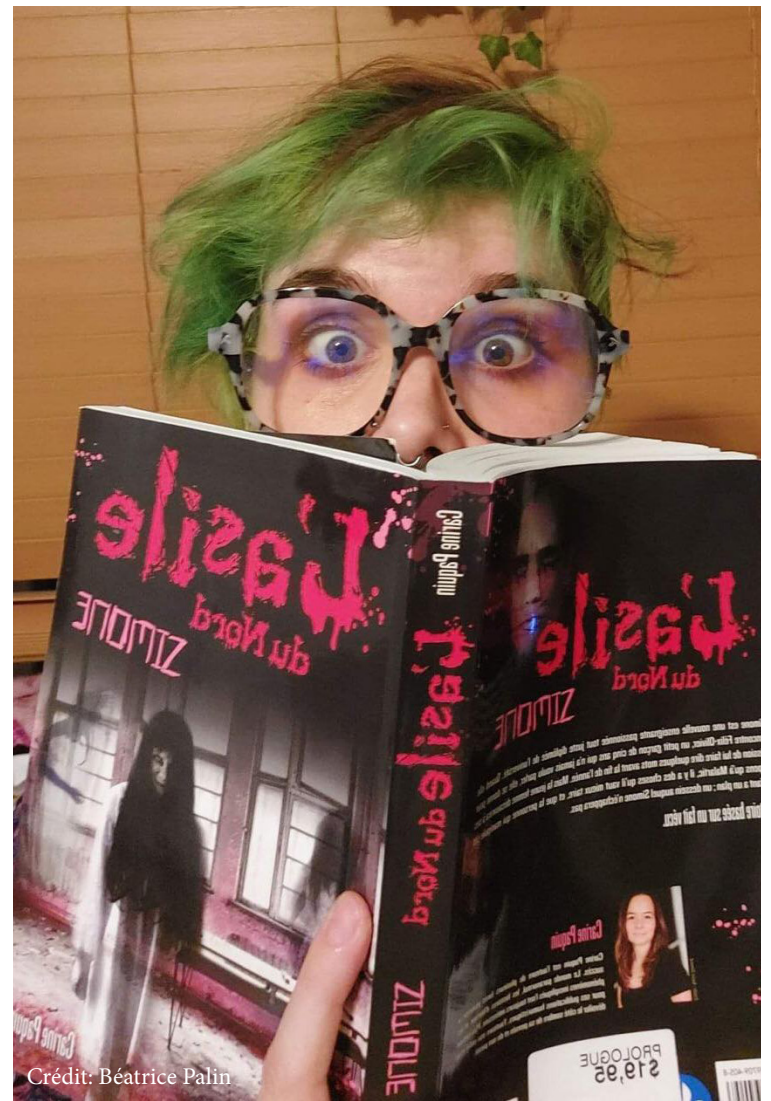
Les trois romans, bien qu'ils suivent trois personnages différents, ont tous la même trame de fond : la tragédie minière de la mine East Malartic. En 1946, moins de 10 ans après la fondation du village minier, l'église est la proie des flammes. On considère l'évènement comme un mauvais présage, avec raison. Six mois plus tard, un incendie fait rage dans les tunnels de la mine qui serpentent sous la ville. Un accident d'ascenseur s'ajoute et

fait monter le compte à 16 mineurs décédés. On considère cette suite d'évènements comme la plus grande tragédie minière du 20<sup>e</sup> siècle au Québec. La légende veut que le quartier se trouvant au-dessus d'où les mineurs sont morts soit hanté par l'âme en peine de ces derniers. J'ai grandi moi aussi avec ces histoires de fantômes. Le fait que le seul hôpital de la ville soit un hôpital psychiatrique ne fait qu'ajouter à l'aspect lugubre des lieux bien réels où se déroule l'histoire.

## L'ASILE DU NORD

Les trois romans suivent respectivement les histoires de Camille Turcotte, William Aubin et Simone (noms fictifs de personnes bien réelles). Les lieux présentés dans les romans sont aussi réels et, pour la plupart, encore présents aujourd'hui. L'expérience littéraire est donc passionnante pour une personne qui a grandi dans ces lieux. Aux références historiques se mêlent des histoires d'esprits, de médiums et de possessions démoniaques à vous glacer le sang. On sent les expériences de l'autrice en littérature jeunesse par la mise en page de l'ouvrage. Les pages sont aérées et les dialogues sont mis de l'avant par une police différente. Les romans sont faciles à lire et ciblent un public plutôt adolescent/jeune adulte. Je les recommande fortement pour tous ceux qui veulent quelques frissons et découvrir certains des recoins moins connus du Québec.

Vous pouvez retrouver les romans dans toute bonne librairie et chez l'éditeur Boomerang.



Crédit: Béatrice Palin

## Le rôle de l'écogeste à l'écran

**Avez-vous déjà remarqué l'usage de bouteilles d'eau jetables dans vos émissions préférées ? Le protagoniste conduit-il un VUS ou un vélo ? Utilise-t-il des sacs en plastique ou des sacs réutilisables ? Voyez-vous les personnages aller porter leur compost à la rue ? Le manque de comportements écoresponsables dans les séries télé peut sauter aux yeux de certains, mais les écogestes ont-ils un rôle à jouer à l'écran ?**

Par Sophie Mottet



Source: Éric Myre

Chaque soir, un grand nombre de Québécois et Québécoises s'installent devant la télévision québécoise riche en séries télé aussi divertissantes les unes des autres. Bien qu'on visionne ces émissions pour décrocher de notre journée, l'influence que ces séries ont sur nous est bien plus grande que ce que l'on croit. Selon le Conseil québécois des événements écoresponsables (CQEER), les séries pourraient en faire plus du côté des écogestes afin d'influencer positivement le public.

## DES ÉCOGESTES POUR CHAQUE SITUATION

Un rapport sur les écogestes à l'écran québécois publié par le Conseil québécois des événements écoresponsables (CQEER) a été publié dernièrement. L'équipe a analysé 20 épisodes de 10 différentes séries télé comme *District 31*, *Toute la vie*, *La faille* ou *5e rang*. Le CQEER a dressé la liste des comportements nuisant à l'environnement,

mais aussi des écogestes qui sont de plus en plus représentés. Le constat reste tout de même désolant : l'utilisation du VUS et des articles à usage unique est encore très présente. Aussi, les matières compostables et recyclables sont souvent mal triées et se retrouvent aux poubelles.

À l'inverse, lorsque des comportements écoresponsables sont montrés à l'écran, ceux-ci sont souvent associés à des personnages étiquetés comme « grano » ou « écolo » alors que ces habitudes devraient être normalisées chez l'ensemble des personnages.

## DES SOLUTIONS FACILES ET ADAPTABLES

Il faut viser des solutions qui ne changeront pas le cours de l'histoire, il ne serait pas crédible de voir une policière faire une poursuite en autobus ! Cependant, elle pourrait troquer son contenant de café jetable par La Tasse de la Vague ou son propre contenant réutilisable. Dans les séries télé où on suit la vie d'une famille, il serait intéressant de voir les parents jeter les restants de table au compost et non à la poubelle. Dans le même ordre d'idée, une alimentation végétale et non seulement carnée ne changerait pas le scénario en soi. L'équipe de CQEER pointe du doigt les déchets qui disparaissent par magie, amplifiant la pensée que les gens ont lorsqu'ils se débarrassent d'un déchet. Il serait pertinent de voir le début et la fin de vie de l'utilisation des déchets (avec le bon tri !).

La scénariste et productrice Mélanie S. Dubois croit que ce qu'on voit à l'écran a une influence sur nos comportements : « Les mots et les images ont des répercussions sur nos gestes au quotidien. C'est donc dès le scénario qu'on implante les graines pour un monde plus écoresponsable. »

Les films de *Hunger Games* ont provoqué la folie du tir à l'arc auprès du public, à quand la folie du vélo après avoir vu un personnage de *Stat* pédaler jusqu'à l'hôpital ?

[Pour lire le rapport du CQEER](#)

## Présence et disparition : l'exposition Éclipse

L'exposition *Éclipse* de Richard-Max Tremblay est le fruit d'une collaboration entre la galerie d'art Antoine-Sirois et le Musée des beaux-arts de Sherbrooke. Exposée du 26 octobre 2022 au 21 janvier 2023, elle sera également sujette à un rendez-vous artistique le 19 novembre 2022, aux deux endroits.

Par Amandine de Chanteloup

Né en 1952, Richard-Max Tremblay est un artiste polyvalent depuis plus de 30 ans, touchant à la fois à la photographie, à la peinture et même à la vidéo. Bon nombre de ses expositions ont eu lieu en France ainsi qu'au Québec, passant par le Centre culturel canadien à Paris, en 1992, et par la Délégation générale du Québec à Paris, en 1998.

Lauréat de plusieurs prix, il est particulièrement reconnu par ses pairs pour l'excellence de son travail. Il s'est donc vu décerner plusieurs prix aux États-Unis, en 1996, à Paris, en 1996 et 1999, au Portugal, en 1999, en plus d'avoir reçu le prix Louis-Comtois en 2003, ainsi que le Fonds en fiducie de l'Académie Royale des arts du Canada en 2015.

### DISPARITION DE LUMIÈRE

L'exposition *Éclipse* est placée sous l'autorité de la commissaire Suzanne Pressé, une historienne de l'art. Cette dernière possède une importante connaissance de l'art contemporain, la plaçant parmi les commissaires d'expositions les plus expérimentés et les plus recherchés.

Le titre de l'exposition, *Éclipse*, évoque d'abord un phénomène astronomique : celui de la disparition passagère de la lumière lors d'une éclipse solaire. Pour l'artiste, cela signifie donc disparition passagère, rejoignant ainsi le regard qu'il porte sur les œuvres qui composent cette exposition : « L'apparition et la disparition, sur l'idée du caché, de l'absence, du vrai, du non-vrai, de ce qui n'est pas montré, de l'obstacle qui empêche de voir ». Chacune de ses œuvres est une véritable énigme oculaire. Jouant avec la perception, l'artiste captive le public pour que ce dernier cherche le sens de ce qu'il observe.

Il sera donc présenté des photographies, quelques tableaux, ainsi qu'une rétrospective de ses portraits. Même si l'exposition se trouve coupée en deux parties, chacune d'elle étant placée dans un des deux lieux, il se trouve que ces derniers se contaminent et se complètent mutuellement. Il est donc plus que pertinent de se rendre aux deux endroits afin d'avoir un aperçu de l'entièreté de l'œuvre composée par Richard-Max Tremblay.

Cet événement permet donc à l'artiste de faire honneur aux vingt-cinq dernières années de création de ses œuvres, tant au niveau de la peinture que de la photographie.

### RENDEZ-VOUS ARTISTIQUE

Pour les plus curieux, les deux institutions organiseront, le samedi 19 novembre à partir de 13 h, un rendez-vous au Musée des beaux-arts de Sherbrooke. Cette expérience permettra aux intéressés de profiter de la visite commentée, tant au Musée des beaux-arts de Sherbrooke qu'à la galerie d'art Antoine-Sirois, et ce, en compagnie de l'artiste lui-même.



Source: Galerie Antoine-Sirois



## UN ÉVÉNEMENT DES OUI QUÉBEC À SHERBROOKE !

Le 4 novembre dernier se tenait au *Boquébrière* un événement postélectoral des OUI Québec à Sherbrooke, « Québec libre et créatif ». Pour l'occasion, plusieurs souverainistes, jeunes et moins jeunes et de tous les horizons, ont pu discuter de l'avenir de leur mouvement accompagné d'une magnifique prestation du groupe LaViolette.

Par Éden Bélanger

Organisé par les OUI Québec de l'Estrie, l'objectif de cet événement était de rassembler les différents souverainistes de la région, trop souvent aspirés par la logique partisane ou égarés dans la société civile, afin de se rencontrer, dresser un état des lieux et, aussi, faire la fête.

### UN ÉVÉNEMENT À LA FOIS FESTIF ET RÉFLEXIF

Derrière le titre de l'événement, « Québec libre et créatif », se trouvait une réelle volonté de la part des jeunes organisateurs d'allier réflexions sur l'avenir du Québec et art.

Du point de vue réflexif, différents thèmes de discussion liés à la question nationale, tels « langue », « environnement », « culture » ou encore « international », avaient été assignés aux tables du *Boquébrière*. Afin de susciter la discussion (et parfois le débat), les OUI Québec avaient même mis à la disposition des participants des questions ouvertes spécifiques à chaque enjeu. Par exemple, il se trouvait sur la table « environnement » une question intitulée « Pourquoi le Canada freine-t-il le Québec dans ses ambitions environnementales ? »

Les députées souverainistes de la région estrienne Christine Labrie (QS) et Andréanne Larouche (BQ) étaient d'ailleurs présentes lors de l'événement et ont pu elles-mêmes participer au dialogue.

Du côté artistique, il y a eu une prestation d'une heure de l'excellent groupe sherbrookoïse émergent LaViolette. La créativité des participants a aussi été mobilisée. En effet, un large bout de tissu et différents accessoires artistiques (crayons à colorier, *sharpies*, broderie) étaient fournis par l'organisation afin de laisser le loisir au participant de confectionner une œuvre collective.

### QU'EST-CE QUE LES OUI QUÉBEC ?

Les OUI Québec sont un rassemblement ayant « pour mission de réunir les indépendantistes de tous les horizons au-delà des clivages partisans ». Il s'agit d'un forum non partisan où les souverainistes peuvent discuter en toute liberté de souveraineté hors d'une logique partisane souvent polarisante et étouffante. À terme, les OUI Québec aspirent à la convergence des forces souverainistes, autant les organisations issues de la société civile que les partis politiques.

D'ailleurs, les jeunes des OUI Québec tiendront un événement national à Montréal le 19 novembre prochain. Dans la même veine que « Québec libre et créatif », l'événement nommé « Rassemblement nouveau » aura pour objectif de « souligner les nouvelles idées et visions incarnées au sein du mouvement indépendantiste [...], de se rassembler et d'échanger dans un contexte non partisan et festif ! »



# « Blonde » ou l'exploitation de Marilyn Monroe

« Blonde » est le nouveau long métrage d'Andrew Dominik, s'inspirant de la biographie fictive de Joyce Carol Oates publiée en 2000. Soixante ans après la mort de Marilyn Monroe, le cinéaste plonge dans la vie privée de cette dernière, tout en basculant entre la fiction et la réalité.

Par Emie Charpentier

## DISTRIBUTION

C'est Ana de Armas qui interprète à la perfection l'icône hollywoodienne des années 50. L'actrice a eu une transformation physique incroyable en Marilyn Monroe. Adrien Brody, quant à lui, joue le rôle du troisième mari de l'actrice, le dramaturge Arthur Miller. L'acteur australien Xavier Samuel, bien connu pour son rôle de Riley Biers dans *Twilight* ou encore d'Adam dans *Frankenstein*, interprète Charles Chaplin Jr., tandis que Gladys Monroe, la mère de Marilyn, est interprétée par la remarquable Julianne Nicholson, qui nous livre une performance à la fois touchante et troublante.

## RÉSUMÉ

Tout au long du film, il est possible de remarquer que le thème de la maternité est bien ancré. Dès son jeune âge, Norma Jeane, que nous connaissons sous le nom de Marilyn Monroe, est présentée comme une jeune fille fragile et battue par sa mère, qui l'accuse d'être la raison de l'absence de son père. En grandissant, Norma Jeane est confrontée à plusieurs types d'amours tumultueuses et à son désir de devenir mère. Elle doit toutefois se résigner à ne pas avoir d'enfants et elle fera plusieurs fausses couches. Sa vie privée et sa vie professionnelle sont entremêlées et la vedette hollywoodienne Marilyn Monroe sera victime de pratiquement toutes les personnes qu'elle rencontrera sur son chemin, de Charles Chaplin Jr. à John F. Kennedy.

## VICTIME DES HOMMES

Non seulement tout le film dépeint ses rencontres avec plusieurs hommes qui l'ont marquée, mais la jeune femme cherche aussi désespérément son père absent. Ce qui me choque le plus est : n'est-elle pas simplement réduite à une femme-objet dans ce film ? Alors que pourtant, Marilyn Monroe est l'une des meilleures actrices de sa génération.

Je crois cependant qu'il est important de démontrer comment la machine hollywoodienne a détruit cette brillante jeune femme. Dès sa première apparition au grand écran, Norma Jeane sera victime d'une agression sexuelle. Et ce n'est que le début de son humiliation. Jusqu'à sa mort à l'âge de 36 ans, elle sera, tout au long de sa vie, vue comme un objet et abusée par plusieurs hommes.

Bien que Marilyn Monroe soit un sex-symbol des années 50, « Blonde » réduit l'actrice à son apparence. Les trois heures complètes font référence à sa poitrine ou à son vagin, alors que

cela n'apporte rien de plus au récit. Il aurait été possible de comprendre qu'Hollywood est un monde malsain sans constamment sexualiser Marilyn.

## LE PARADOXE DE NORMA JEANE ET MARILYN

C'est sans surprise que Ana de Armas réussit à interpréter deux personnages distincts. La Marilyn Monroe créée et connue de tous par les studios d'Hollywood, et la femme qui tentait de s'échapper de ce personnage en privé. Un étrange parallèle est également établi entre les troubles de schizophrénie dont souffrait la mère de Norma Jeane et l'actrice elle-même. Son changement de personnalité entre Marilyn Monroe sous les caméras et Norma Jeane en privé nous laisse croire qu'il est possiblement causé par le trouble de sa mère.

## UN VISUEL FRAPPANT

Chose certaine est que le réalisateur a réussi à taper dans l'œil du spectateur. En alternant constamment avec des images en couleurs et en noir et blanc, Andrew Dominik a un souci de l'esthétique remarquable. Sans oublier la fameuse scène de viol d'un dirigeant de studio d'Hollywood sur la jeune femme pleine d'ambition. Dans ce cas-ci, je salue le visuel d'Andrew Dominik. Nul besoin de montrer une scène érotique, le gros plan sur le visage de Marilyn fait bien comprendre à l'auditoire le mal être, et l'humiliation qu'elle a pu ressentir.

## LES CRITIQUES CONTROVERSÉES

Évidemment, ce long métrage ne peut plaire à tout le monde. Certains saluent le génie qu'est Andrew Dominik par sa manière de montrer le côté sombre, mais réel qu'est Hollywood, tandis que d'autres soulignent que Marilyn était « bien plus qu'une victime », selon le *New York Times*. Ils accusent Dominik de « brouiller les frontières entre ses films et sa vie », mais justement, n'était-ce pas le but ? La carrière de Marilyn a directement eu un impact décisif sur sa vie privée, donc pourquoi ne pas les mélanger ? Je suis cependant d'avis que son talent d'actrice n'est pas assez démontré. Durant le film, nous avons l'impression que les réalisateurs la choisissent seulement pour ses fesses ou sa poitrine, mais jamais pour son interprétation. Pourtant, cette femme avait la capacité d'être à la fois drôle et émouvante, de chanter, de danser, et bien plus. Elle a joué avec de grands réalisateurs tels que Billy Wilder et John Huston.

Somme toute, ce film nous fait découvrir une partie choquante de la vie de Marilyn, qui permet de mieux comprendre comment cette femme a sombré beaucoup trop tôt dans la drogue et vers une mort prématurée. Dominik Andrew nous a montré une facette de sa vie qui doit être exploitée au grand jour, bien qu'elle soit réductrice.



# Gestion de crise au sein du PLQ

# Agora

## Société



Crédit: Jean-François Helms

**CAROLANNE  
BOILEAU**

Societe.Lecollectif@  
USherbrooke.ca

**Les dernières semaines n'ont pas été de tout repos pour le Parti libéral du Québec (PLQ). Expulsion du caucus, démission, tentative de réintégration... le parti se retrouve en pleine situation de crise.**

Avant même le début de la session parlementaire, le Parti libéral du Québec et sa cheffe se retrouvent au cœur de situations extrêmement difficiles à gérer. Cette saga a commencé le 27 octobre dernier, date à laquelle Dominique Anglade a décidé d'expulser Marie-Claude Nichols du caucus libéral.

## UNE DÉCISION QUI FAIT RÉAGIR

Mme Nichols, députée de Vaudreuil depuis 2014, était l'une des personnes les plus expérimentées au sein du caucus libéral. Cependant, un différend entre elle et son ex-cheffe aurait mené à son expulsion. La députée de Vaudreuil avait refusé le poste qu'on lui proposait au sein du cabinet fantôme de Dominique Anglade selon les sources du journal *La Presse*.

Au départ, Marie-Claude Nichols désirait obtenir le poste de troisième vice-présidence de l'Assemblée nationale, un poste important et réservé à un membre de l'opposition. Le poste a finalement été octroyé à son collègue Frantz Benjamin, député de Viau depuis quatre ans seulement. Toujours selon les informations du journal *La Presse*, Dominique Anglade a proposé les responsabilités en matière de Transport à la députée de Vaudreuil. Celle-ci a refusé la proposition puisque ce dossier se trouvait à être son quatrième choix dans son ordre de priorité. Après avoir été exclue du cabinet fantôme, c'est finalement du caucus en entier que la députée s'est fait écarter.

De nombreuses personnes anciennement députées et ministres du PLQ ont donné leur opinion sur la décision de Mme Anglade. Parmi celles-ci, Jean D'Amour, ex-ministre du parti, trouve la situation bien désolante. En entrevue avec les journalistes de *La Presse*, celui-ci mentionne qu'il « s'explique mal que l'on expulse une députée expérimentée de façon si expéditive, une députée qui a gagné sa circonscription de Vaudreuil, en Montérégie contre toute attente ».

D'autres personnalités bien connues au sein du Parti libéral n'ont pas mâché leurs mots. C'est le cas de Lise Thériault, ancienne députée libérale d'Anjou-Louis-Riel durant plus de 20 ans, qui est venue défendre Marie-Claude Nichols. En entrevue, elle explique que la situation est totalement injuste et épouvantable. Celle-ci rajoute que Dominique Anglade a creusé sa propre tombe avec la décision qu'elle vient de prendre. Ces propos ont été repris par *La Presse* et supposément appuyés par de nombreux ex-élus libéraux.

## UNE RÉINTÉGRATION POSSIBLE ?

Après avoir reçu de nombreuses critiques, la cheffe du Parti libéral du Québec a avoué avoir pris une décision possiblement prématurée. Elle a également mentionné que la situation était allée trop loin, prenant une part de blâme, mais tout de même pas l'entièreté de celui-ci. Une rencontre a eu lieu entre les deux femmes pour discuter des différents scénarios possibles.

Sentant certainement l'eau chaude, Dominique Anglade a finalement tenté de réintégrer la députée de Vaudreuil, députée qu'elle avait elle-même exclue de son caucus 4 jours plus tôt. Comme tentative de sauver les meubles, on peut dire que c'est plutôt raté puisque Marie-Claude Nichols ne souhaite pas prendre la main tendue par la cheffe libérale. Cette situation catastrophique n'a rien pour calmer la grogne des militants qui en veulent à leur cheffe depuis déjà quelque temps.

La députée nouvellement indépendante assure qu'elle ne rejoindra pas les rangs d'un autre parti politique. Certaines personnes pouvaient se demander si Mme Nichols changerait son fusil d'épaule, mais celle-ci assure que ses valeurs restent libérales. Elle continuera donc de siéger à titre de députée indépendante.

## LA CERISE SUR LE GÂTEAU

Comme si ce n'était pas déjà assez, une autre brique tombe sur la tête des membres du PLQ. Dans la même semaine suivant l'expulsion de Marie-Claude Nichols du caucus, c'est au tour de l'organisateur en chef du parti de quitter le navire. En effet, *Le Devoir* rapportait que Jean-François Helms a annoncé sur les réseaux sociaux qu'il ne va pas renouveler son mandat au sein du parti. M. Helms a assuré qu'il quitterait son poste seulement après avoir produit un rapport détaillé de la campagne électorale qui vient de prendre fin.

À travers son long message, Jean-François Helms en a également profité pour envoyer de bons mots à sa cheffe. En faisant référence à Dominique Anglade, celui-ci écrit sur son profil Facebook : « je l'ai vue regarder en avant avec une force, une détermination, un positivisme et un pragmatisme digne d'une première ministre ». Il a également profité de sa tribune pour envoyer un message positif aux personnes militantes libérales en les encourageant à s'unir entre elles pour passer au travers ces temps plus difficiles.

Au moment où plusieurs revendiquent un changement de direction à la tête du Parti libéral du Québec, certaines personnes assurent qu'ils ont toujours confiance en Dominique Anglade. Il faudra suivre la situation de près pour savoir si la députée de Saint-Henri-Sainte-Anne restera cheffe du parti. Un vote de confiance est prévu au prochain congrès du Parti libéral. D'ici là, il va falloir que Dominique Anglade se tienne la tête hors de l'eau, malgré la pression qui s'accroît.

# Un procès pour la Trump Organization



Source: Getty Images

**L'entreprise familiale du 45<sup>e</sup> président américain fait face à des accusations de fraudes et d'évasions fiscales. C'est le 24 octobre dernier que le procès de la Trump Organization a été déclenché.**

Par Meg-Anne Lachance

Ce sont des irrégularités dans les comptes en banque de la compagnie ainsi que des compensations perçues par certains dirigeants qui sont la source de cette nouvelle saga judiciaire.

## UNE SÉLECTION TEINTÉE DE DIFFICULTÉS

Selon le *Washington Post*, le juge Juan Merchan a rendu l'accès à la plus haute cour de l'état de New York difficile pour la presse américaine. Il a aussi annoncé aux 130 candidats au jury que leur sélection pourrait s'étendre jusqu'à une durée d'une semaine. La sélection s'annonce être une tâche ardue pour le juge Merchan, qui doit s'assurer de rendre le jury, composé de 12 personnes, le plus impartial possible.

En août dernier, l'ancien directeur financier de la compagnie, Allen Weisselberg, a complété un accord avec la justice et a plaidé coupable à 15 chefs d'accusation concernant de la fraude et de l'évasion fiscale. C'est un total de 1,76 million de dollars américains de revenus qui n'ont pas été déclarés sur une période de 2005 à 2021, rapporte *Le Devoir*.

Selon l'accord fait avec la justice, M. Weisselberg va devoir payer une somme d'environ 2 millions de dollars en impôts, et ce, avec les pénalités et les intérêts. Il était aussi entendu qu'il devra témoigner lors du procès. L'homme de 75 ans affirme avoir reçu des avantages en nature qui n'ont pas été déclarés, comme un appartement à Manhattan, deux Mercedes et de l'argent liquide utilisé pour ses vacances.

## UNE VICTOIRE FACILE ?

Le procureur de Manhattan, Alvin Bragg, avait déclaré que « l'accord trouvé avec la justice lie directement la Trump Organization à un large éventail d'activités criminelles ». Selon ses dires, Allen Weisselberg aurait avoué au tribunal que son poste de directeur financier lui avait permis « d'escroquer les contribuables et de s'enrichir personnellement ».

Dans le cas où la Trump Organization serait reconnue coupable de fraude et d'évasion fiscale, la compagnie devra payer 1,7 million de dollars d'amende. Un débouché qui reste encore incertain pour le procès, qu'on estime d'une durée de deux semaines à un mois et demi.

Donald Trump a fortement réagi sur le réseau social Truth Social. Il accuse le président Joe Biden et ses démocrates d'avoir « torturé et menacé pendant des années un cadre de longue date de la Trump Organization », soit Allen Weisselberg, et d'avoir enclenché une « chasse aux sorcières » à deux semaines des élections législatives de mi-mandat. Selon *La Presse*, une autre enquête portant sur de la fraude fiscale est menée par la procureure générale de l'État de New York, Letitia James. Cette fois-ci, impliquant personnellement Donald Trump, mais aussi ses enfants, Donald Trump Jr., Ivanka Trump et Eric Trump. C'est une somme d'environ 250 millions de dollars qui leur est réclamée.

L'ancien président devra aussi affronter une commission parlementaire concernant l'assaut contre le Capitole du 6 janvier 2021. Cette commission est prévue pour les alentours du 14 novembre prochain.

# Après la pluie, le choléra

**Depuis trois semaines, quelque 2 000 cas suspects et 41 décès détectés font état de la résurgence du choléra sur le territoire haïtien. Largement sous-estimé, le bilan de l'épidémie se fait lourd et ne cesse de croître.**

Par Yedidya Ebosiri

L'angoisse est palpable : entre 2010 et 2019, la bactérie massacre plus de 10 000 personnes. Devant cet ennemi de longue date, Haïti peine à orchestrer une riposte efficace.

Pillage, blocage, grève : les nombreuses crises humanitaires qui sévissent dans le pays complexifient la situation. D'un côté, le contrôle du terminal pétrolier de Varreux par une bande armée contribue à la pénurie de carburant depuis plusieurs mois. Par conséquent, les habitants des bidonvilles assistent au décès de plusieurs malades, faute de transport vers les centres de traitement.

Le manque de carburant interrompt également la distribution d'eau potable. Or, la réhydratation durant quelques jours est une étape cruciale dans la prise en charge des individus infectés. En effet, le choléra est une infection diarrhéique virulente dont les symptômes peuvent être traités avec succès par l'eau. Cependant, le choléra s'avère mortel si aucun traitement n'est administré dans les premières heures.

Bien qu'il existe un vaccin contre la maladie, son efficacité ne dure que cinq ans. Cela dit, la dernière campagne de couverture vaccinale en Haïti remonte à 2017. Actuellement, des démarches sont entreprises pour coordonner la réception de vaccin à l'échelle nationale. Or, l'offre est inférieure à la demande.

## UN VÉRITABLE CAUCHEMAR

Située en banlieue de Port-au-Prince, Carrefour-Feuille, tout comme l'agglomération de Cité Soleil, a été désignée comme l'épicentre des cas recensés. Parallèlement, des gangs y rôdent, faisant de ces communes des endroits risqués. Impossible pour les ONG comme Médecins sans Frontières de s'y rendre pour désinfecter les logements. Parmi les victimes, les enfants de moins de 14 ans sont aux premières loges. Ulrika Richardson, coordinatrice humanitaire de l'ONU en Haïti, est dépassée par la situation : « des enfants tellement mal-nourris qu'il était difficile d'insérer une perfusion dans leur bras ou leur jambe [...] », décrit-elle selon *Radio-Canada*.

Face à cette horreur sanitaire, le gouvernement haïtien lance un cri d'alarme à la communauté internationale. Le Conseil de sécurité dit réfléchir au déploiement d'une force d'urgence pour rétablir l'ordre au sein du pays.

## LE RÔLE DE L'ONU

Pourtant, les Nations unies portent la responsabilité de l'introduction de la maladie sur le territoire haïtien. Après le séisme tristement célèbre qui a frappé le pays en 2010, des Casques bleus népalais déversent des matières fécales dans les eaux de l'Artibonite. Il s'ensuit une contamination massive qui cause une explosion de cas alors que la maladie avait disparu depuis plus d'un siècle.

Dans un contexte de désorganisation sanitaire et sociale, l'épidémie gagne du terrain à une vitesse monstre. L'ONU n'a reconnu son rôle dans l'affaire que six ans plus tard. Entre-temps, elle avait ajusté les protocoles de déploiement de ses soldats dans les pays à risque : parmi les procédures désormais obligatoires, la vaccination des forces militaires contre le choléra est une réponse à la tragédie vécue par Haïti.



Source: ONU

# La première ministre britannique démissionne

**Le mandat de Liz Truss est passé à l'histoire, mais pour de bien tristes raisons. En effet, au Royaume-Uni, aucun premier ministre n'a eu un règne plus court que celui de l'ex-première ministre.**

Par Alexandre Ménard

Le 20 octobre dernier, après quarante-quatre jours au pouvoir, Liz Truss s'avance devant le 10, Downing Street pour s'adresser aux journalistes. «Vu la situation, je ne peux pas remplir le mandat sur lequel j'ai été élue par le Parti conservateur», explique la première ministre. C'est ainsi que prend fin un piètre mandat marqué notamment par un plongeon historique de la livre sterling.

## UN MANDAT CHAOTIQUE

Liz Truss succède à Boris Johnson alors que ce dernier a dû démissionner des suites du «Party Gate». Le 6 septembre dernier, au terme d'une rencontre avec la reine Élisabeth II, Liz Truss est officiellement devenue première ministre. Les débuts du gouvernement Truss sont complètement éclipsés par le décès de la souveraine deux jours plus tard.

La présentation, deux semaines après sa nomination à titre de première ministre, d'un «mini-budget» par son ministre des Finances Kwasi Kwarteng a été le premier revers du gouvernement Truss, rapporte le *24 heures*. Ce «mini-budget» avait pour but de relancer la croissance notamment par l'extraction du pétrole et du gaz et promettait une baisse d'impôts de dizaines de milliards de livres ainsi qu'un gel des prix pour les particuliers et les entreprises.

Financé par la dette publique, ce plan a contribué à l'affolement des marchés économiques selon plusieurs experts. Ceci a créé une «envolée du coût du crédit et la livre plonge à un niveau historique, signe de l'inquiétude grandissante des investisseurs.» La Banque d'Angleterre

a dû intervenir en urgence sur le marché obligataire face à un «risque important pour la stabilité financière du Royaume-Uni», selon le journal *24 heures*.

«Même le Fonds monétaire international (FMI) s'en mêle et décrit la politique monétaire du gouvernement en période inflationniste», rapporte la journaliste Anne-Sophie Roy. Ainsi, la hausse du taux directeur décrétée par la Banque d'Angleterre entraîne une hausse des taux hypothécaires rajoutant une pression de plus sur les Britanniques qui doivent faire face à une inflation de 10%. Ainsi, après un faux départ aussi désastreux, le Parti travailliste, qui forme l'opposition officielle au Royaume-Uni, connaît depuis une envolée dans les sondages.

Cette situation difficile fait plonger la cote de popularité de Liz Truss et du Parti conservateur au plus bas depuis 1990. Le 5 octobre dernier se déroulait le congrès du Parti conservateur sous un fond de tension. Certains membres du Parti doutent de Liz Truss et souhaitent même déjà une nouvelle direction à la tête du pays. Durant ce congrès, Liz Truss renonce à plusieurs mesures, mais conserve la baisse d'impôts.

Les tensions et les critiques persistent. Le 14 octobre, le ministre des Finances est sacrifié et remplacé par Jeremy Hunt qui annonce dès son arrivée l'annulation d'une vaste majorité du programme de Liz Truss. Elle reconnaît le 16 octobre l'échec de son «mini-budget» et mentionne avoir écouté et compris que le pays souhaite une nouvelle direction économique. Cependant, les tensions à l'intérieur de son Cabinet et du Parti voient la popularité de celui-ci dans le pays être en chute libre

depuis l'arrivée de Liz Truss. Lesdites tensions ont raison de cette dernière qui, quelques jours après avoir dit en chambre qu'elle n'est pas une perdante, mais une battante, annonce sa démission.

## RISHI SUNAK, LE NOUVEAU PREMIER MINISTRE

Âgé de 42 ans, ex-banquier et ministre des Finances sous Boris Johnson, Rishi Sunak est devenu le 25 octobre dernier le troisième premier ministre britannique en 2 mois. Récemment en poste, il a commencé aussitôt à former un nouveau gouvernement. Son but est de fournir «des gages aux marchés, à fleur de peau depuis les annonces budgétaires de septembre, et rassembler une majorité très divisée après 12 ans de pouvoir.» Ce dernier a beaucoup de travail devant lui.

Dans sa première rencontre avec son nouveau Cabinet, le premier ministre Sunak dit vouloir que «la stabilité économique et la soutenabilité budgétaire soient au cœur de la mission de son gouvernement». Concernant le volant économique, le nouveau premier ministre a reconduit le ministre des Finances Jeremy Hunt et a annulé presque l'ensemble des baisses d'impôts annoncées par Liz Truss. Cette annulation est la première action du nouveau premier ministre visant à rassurer les marchés. Le premier ministre Sunak s'est également entouré d'alliés dont James Cleverly aux Affaires étrangères, Ben Wallace à la Défense nationale et Dominic Raab à la Justice et au poste de vice-premier ministre.

En somme, la situation reste assez tendue au Royaume-Uni et il sera définitivement intéressant de voir si le nouveau premier ministre s'inscrira dans la continuité de Liz Truss ou bien s'il réussira à ramener une stabilité au pays afin de faire face à la crise actuelle.



# Allô, 911 ? Code noir !

**Il y a quelques jours, la Cour supérieure du Québec a déposé le jugement historique, *Luamba c. Procureur général du Québec*, qui renverse un précédent jurisprudentiel discriminatoire.**

Par Marie-Clarisse Berger

Luamba prétendait être victime de profilage racial lors d'interpellations policières. Celui-ci voulait faire déclarer invalide constitutionnellement et inopérante la règle de *common law* qui permet aux corps policiers d'intercepter un véhicule routier, sans motif réel, lorsque cette interception ne fait pas partie d'un programme structuré.

Il avance que la règle de droit contrevient aujourd'hui aux garanties juridiques inscrites aux articles 7 et 9 et au [paragraphe 15 \(1\)](#) de la *Charte canadienne des droits et libertés* et que la règle de droit n'est pas justifiable au sens de l'article 1 de la *Charte canadienne*.

## LE CONCEPT DE DÉTENTION ARBITRAIRE SELON HUFISKY

En effet, depuis le jugement *R c. Hufsky* rendu en 1988, les corps policiers ont le droit d'effectuer des détentions arbitraires dans le cadre de contrôles routiers. Deux ans plus tard, le jugement *Ladouceur* tranchait que les interpellations arbitraires, lors d'interceptions de véhicules faites au hasard, constituaient des détentions arbitraires qui se justifiaient en vertu de l'article 1 de la *Charte canadienne*. C'est donc en 1990 que la Cour suprême confirmait que les corps policiers n'avaient pas besoin de motifs pour intercepter un individu.

## LE PROFILAGE RACIAL EXISTE-T-IL AU QUÉBEC ?

Dans le présent cas, *Luamba* avance que la règle de *Common Law* établie dans *Ladouceur* et les dispositions législatives qui en découlent mènent à une interpellation des hommes noirs. À ce sujet, notons que le rapport Armony-Hassaoui-Mulroney médiatisé dans *La Presse* en automne 2019 conclut que les personnes noires ont de 4 à 5 fois plus de chances de se faire interpellé par la police que leurs contreparties blanches. Pour les femmes autochtones, le ratio s'élève à 11 fois plus que leurs homologues caucasiennes. La demande de Luamba, interpellé une dizaine de fois sans recevoir de constat d'infraction entre mars 2019 et novembre 2020, fait écho à ce problème latent.

La Cour supérieure a finalement tranché en faveur du demandeur et a stipulé que la règle de droit autorisant les « interceptions routières sans motif réel », au sens du présent jugement, viole les droits garantis par les articles 7 et 9 et le [paragraphe 15 \(1\)](#) de la *Charte canadienne* sans pouvoir être justifiée dans le cadre d'une société libre et démocratique. De ce fait, elle est invalide.

En conclusion, la Cour admet que le profilage racial existe bel et bien et fait une sorte d'appel à l'action. C'est un pas énorme pour les communautés racisées, car il est très rare que la magistrature, ou même les enquêtes indépendantes, comme celle portant sur le cas de Mamadi III Fara Camara, reconnaissent le profilage racial qui sévit à l'égard des personnes noires. Il est vrai que la preuve de profilage est très difficile à établir et la Cour rappelle que ce jugement ne va pas effacer automatiquement le problème.

Tout de même, il faut admettre que la plume du juge Yergeau jette les bases sur une conduite claire que les corps policiers devront observer à l'avenir.



Source: Sûreté du Québec



Source: CAQ

## UN VENT DE CHANGEMENT AU CONSEIL DES MINISTRES

**Après une victoire remportée haut la main, François Legault se trouvait face à une deuxième phase cruciale et complexe : la formation de son Conseil des ministres.**

Par Meg-Anne Lachance

Au moment où toute l'attention de la population était tournée vers lui, François Legault avait des décisions déchirantes à prendre. Avec ses 90 sièges, la CAQ a fait réélire tous les ministres de son dernier mandat, plaçant ainsi Legault dans une situation délicate. Qui devra quitter son poste et qui prendra place sur le Conseil ?

## UN CONSEIL À JOUR

Finalement, ce ne sont que deux ministres qui doivent céder leur place : Pierre Dufour, ancien ministre des Forêts, des Faunes et des Parcs ainsi que Lucie Lecours, ancienne ministre déléguée à l'Économie. Nathalie Roy perd son titre de ministre de la Culture, mais porte sa candidature à la présidence de l'Assemblée nationale, selon un article du journal *Le Devoir*.

Une nouveauté cette année, le Conseil des ministres compte quatre sièges supplémentaires, passant ainsi de 26 à 30 ministres. Comme la dernière fois, la parité hommes/femmes était attendue. Une chose que M. Legault a « presque » su respecter, en nommant 14 femmes et 16 hommes.

Après des propos désobligeants à l'égard des immigrants, Jean Boulet avait signé la fin de son contrat à titre de ministre de l'Immigration. C'est donc sans surprise que le député de Trois-Rivières s'est vu être remplacé par Christine Fréchette, ancienne cheffe de cabinet et adjointe de Jean-François Lisée.

Après en avoir déçu plus qu'un dans son rôle de ministre de l'Éducation, Jean-François Roberge perd ce titre, mais gagne les rôles de ministre de la Langue française, ministre responsable des Relations canadiennes et de la Francophonie canadienne, ministre responsable des Institutions démocratiques, ministre responsable de l'Accès à l'information et de la Protection des renseignements personnels et ministre responsable de la Laïcité. Le ministère de l'Éducation revient maintenant à Bernard Drainville.

## DES MINISTRES EN BREF

Après être partie du mauvais pied, la CAQ a su reprendre un peu de contrôle sur son plan de réforme du service de santé, notamment avec le plan de Christian Dubé présenté au printemps passé. Ce gain d'espoir lui a ainsi permis de garder son titre de ministre de la Santé.

Pour la première fois au Québec, une Autochtone fait son entrée à titre de ministre. C'est Kateri Champagne Jourdain, députée de la circonscription de Duplessis, qui entre dans l'histoire en obtenant le rôle de ministre de l'Emploi.

La vice-première ministre Geneviève Guilbault devient ministre des Transports et de la Mobilité durable. Pierre Fitzgibbon reste ministre de l'Économie, de l'Innovation et de l'Énergie et ministre responsable du Développement économique régional. Finalement, France-Élaine Duranceau, une spécialiste en immobilier et fiscalité, entre au Conseil comme ministre responsable de l'Habitation et devra gérer la fameuse « crise du logement ».



Source: Canvas

# Agora

## Sport et Bien-être

## Les relations interpersonnelles, miroirs de notre enfance?

**Il n'est pas rare de se retrouver dans des schémas relationnels répétitifs solidement installés et difficiles à briser. Ces interactions interpersonnelles sont teintées d'une certaine couleur, d'un certain style. C'est ce qu'on appelle les styles d'attachement.**

Audrey Brassard, professeure titulaire à l'Université de Sherbrooke, concentre ses recherches autour de la théorie de l'attachement. Elle détient un baccalauréat régulier en psychologie de l'UQAT ainsi qu'une maîtrise en psychologie du couple et de la famille de l'UQTR. C'est dans ce contexte que Mme Brassard a connu la théorie de l'attachement. Cependant, c'est principalement durant son doctorat en psychologie clinique adulte spécialisé au niveau du couple et de l'attachement qu'elle a développé son expertise.

### LA RACINE DE L'ATTACHEMENT

Alors, comme l'explique Audrey Brassard, « l'attachement est un concept qui remonte à l'enfance, donc chaque enfant qui naît va développer, avec ses premières figures d'attachement [sic] soit les parents, un tuteur ou quelqu'un qui en prend soin [...], une représentation des autres et de lui-même. Ces représentations-là, dépendamment de comment les parents ou les figures d'attachement ont été disponibles, présents, sensibles et aussi constants, fiables et rassurants, l'enfant va apprendre un petit peu à se faire une idée. On appelle ça des représentations internes de soi et des autres autour des questions suivantes [sic] : est-ce que moi je suis digne d'être aimé? Et, est-ce que j'ai de la valeur? » Dans cette optique, les styles d'attachement sont le reflet de la qualité du lien affectif développé dès le plus jeune âge.

### STYLE D'ATTACHEMENT PRÉOCCUPÉ VERSUS ÉVITANT

S'il y a présence de beaucoup d'anxiété d'abandon, on se retrouve face au style d'attachement préoccupé. Plus l'anxiété est élevée, plus les personnes vont avoir un doute dans leur estime et dans leur valeur personnelle. Cela occasionne des personnes jalouses et demandant d'être régulièrement rassurées. Ces personnes peuvent être intenses et émotionnelles, voire colériques. À l'inverse, si l'enfance est marquée par des parents non disponibles, on peut se retrouver devant un style évitant. Ces personnes vont avoir tendance à fuir lorsque la relation devient trop intime. Elles ont tellement appris à ne compter que sur elles-mêmes. Elles désirent être pleinement autonomes et se détachent émotionnellement pour éviter d'être blessées. Cela peut donner lieu à des relations détachées, voire instrumentales, qui ne font que combler certains besoins. Ces deux styles se retrouvent sur un axe allant de la peur de l'abandon à la peur de l'évitement. En d'autres mots, il est possible d'être un peu dans l'anxiété d'abandon, dans le milieu du spectre ou, à l'opposé, dans l'évitement.

### LE STYLE SÉCURISANT

En cas d'une enfance marquée par des parents présents et à l'écoute, le risque de développer un style d'attachement sécurisant ou sécurisé est augmenté.

Les styles d'attachement varient également selon la représentation des autres c'est-à-dire sur la base des interactions avec les parents. Si durant l'enfance, les besoins primaires ont été répondus, il y a plus de chances qu'une fois adulte, il y ait peu d'évitement et peu de peur d'abandon. En d'autres mots, c'est un style d'attachement sécurisant. « On pense qu'il y a environ [sic] une personne sur deux qui va avoir développé une sécurité d'attachement », exprime Audrey Brassard. Ça ne veut pas dire qu'elle ne vivra jamais d'anxiété, mais plutôt qu'elle a une bonne sécurité d'attachement. Dans ces cas-là, on retrouve une bonne estime de soi ainsi qu'une bonne confiance en nous et les autres. Les relations sont plus fluides et faciles.

### STYLE D'ATTACHEMENT CRAINTIF

Le dernier style d'attachement combine le style préoccupé et détaché. À la fois, il y a la peur de l'abandon et le désir de rester détaché. Cette couleur d'attachement peut être teintée d'un passé tumultueux où des abus ont été commis ou d'une enfance difficile. Les gens qui ont ce style d'attachement sont susceptibles de développer plus de peccadilles au niveau relationnel en raison de leur ambivalence. Par moment, c'est l'anxiété et la peur de perdre la validation qui prennent le dessus, alors qu'à d'autres moments c'est la fuite qui est privilégiée.

### LES STYLES D'ATTACHEMENT AU GRÉ DU TEMPS

Audrey Brassard a bien mis l'accent sur l'aspect évolutif des styles d'attachement. Ce n'est donc surtout pas pathologique. Le style d'attachement qui s'est forgé avec le temps a été la meilleure façon de s'adapter à son environnement durant l'enfance. Un peu comme une stratégie de survie. Cela dit, il est possible qu'à l'âge adulte, notre style d'attachement apporte son lot de défis. Selon les études, si nous sommes en contact avec un style sécurisant, nous aurions tendance à nous rapprocher de ce style. Cependant, l'inverse est aussi vrai. Donc certaines relations peuvent venir activer chez soi un style d'attachement qui diffère de notre style habituel ou modifier celui que nous avons actuellement.

#### Pour plonger en profondeur dans le sujet

Afin de bien plonger dans le sujet et d'en apprendre plus, la psychothérapie individuelle ou de couple est une avenue intéressante. De plus, Audrey Brassard recommande certains livres comme *Fondement de la psychologie du couple* sous la direction de Yvan Lussier, Claude Bélanger, Stéphane Sabourin sur le couple en général, *Dis-moi qui tu aimes et je te dirai qui tu es* de Marc Pistorio concernant les styles d'attachement ainsi que leurs appariements et *Serre-moi fort* écrit par Sue Johnson, l'auteure de la psychothérapie du couple centrée sur les émotions.



**BIANCA  
LAHAYE**

Sports.Lecollectif@  
USherbrooke.ca

## Vert & Or Football : l'occasion d'écrire l'histoire



**NICOLAS DIONNE**  
Correspondant Vert & Or

**Au moment d'écrire ces lignes, l'équipe de football du Vert & Or est à moins de 48 heures de disputer son match de demi-finale contre les champions en titre de la Coupe Dunsmore, les Carabins de l'Université de Montréal. À la veille de ce match, tous les scénarios sont possibles pour l'UdeS d'accéder à la finale du RSEQ pour la première fois depuis 2012.**

La saison 2022 des Sherbrookoises a surpris l'univers du sport étudiant. Malgré la rotation de cinq quarts-arrière différents et la perte de plusieurs joueurs clés, dont le dominant receveur Charles Giroux, la troupe de Mathieu Lecompte a conservé une fiche de quatre victoires en huit matchs, une première depuis 2015.

### UN DUEL INTÉRESSANT

Les deux matchs entre Montréal et Sherbrooke ont été fort excitants. À la mi-saison, la rencontre disputée au Centre Claude-Robillard s'était terminée 24-20 en faveur des Bleus sur le tout dernier jeu du match avec un botté de précision. Le Vert & Or a toutefois pris sa revanche lors de son dernier match régulier, remportant le match 12-5 à domicile dans un match lors duquel la défensive a su limiter l'attaque des Carabins, menée par l'excellent quart-arrière Jonathan Sénécal.

« Tu penses toujours que tu as une *shot* à chaque match. Mais le fait de les avoir battus juste en terminant la saison montre qu'il faut être pris au sérieux pour ce match », exprime Marius Massé-Vincellette, demi de coin, faisant mention de la réalité de ce match selon laquelle son équipe peut surprendre.

« Notre préparation va très bien et l'ambiance est positive entre nous. On les connaît très bien, donc on sait à quoi s'attendre de leur équipe. La semaine de congé avant le match a été bénéfique pour tout le monde également. »

« C'est certain que c'est un match comme les autres, mais pas tant que ça, en même temps. Oui, l'enjeu est gros pour ce match, mais au bout du compte, c'est un match comme les autres et on se prépare comme n'importe quel autre match. »

C'est en ne donnant pas la chance à Montréal de prendre son air d'aller en attaque que le Vert & Or peut espérer remporter sa place en finale selon Massé-Vincellette.

« Il faut arrêter leur jeu au sol, tout en imposant notre rythme et notre style de jeu sur le terrain. Si on réussit à rendre leur attaque unidimensionnelle, on se donne de bonnes chances. »

### QUATRE JOUEURS ÉLUS SUR L'ÉQUIPE D'ÉTOILES

À l'approche des éliminatoires, le Réseau du sport du Québec (RSEQ) a dévoilé les étoiles de la dernière campagne. Du côté offensif, le receveur William Marchand, ancien du Collège André-Grasset, de même que les joueurs de ligne Anthony Horth (Cégep Lionel-Groulx) et Anthony Vandal (Cégep Lévis-Lauzon) sont récompensés chez les Verts. Jérémie Verreault, plaqueur défensif et lui aussi ancien de Lévis-Lauzon, est honoré sur l'équipe d'étoiles défensive. Les trophées individuels seront remis lors de la traditionnelle conférence de presse en prévision de la Coupe Dunsmore la veille de la finale le 11 novembre.



© Yves Longpré

## Une année de transition pour le soccer du Vert & Or

**Bien que les victoires ne se soient pas fait attendre cet automne, les équipes masculines et féminines de soccer misent sur l'avenir après des saisons plutôt difficiles.**

Malgré des matchs chaudement disputés contre des équipes de haut de classement, l'équipe féminine sherbrookoise n'a pas trouvé la victoire en 14 matchs cet automne. Un constat que l'attaquante Marilou Dugrenier a de la difficulté à expliquer.

« C'est vraiment une saison qui nous laisse sur notre faim et qui nous amène beaucoup de frustration. On avait vraiment un bel esprit d'équipe et nos capacités techniques étaient supérieures à l'an passé. Je trouve ça dommage pour les recrues qui venaient ici avec l'envie de connaître du succès rapidement au niveau de l'équipe. Même les autres équipes après les matchs ne comprennent pas pourquoi on ne gagnait pas. »

« On est une encore une jeune équipe et malgré les défaites qui n'auraient plus lieu, les filles sont toujours restées motivées et jamais l'ambiance dans l'équipe n'a été impactée. C'est de bon augure pour la suite », explique l'attaquante.

### UNE ÉQUIPE MASCULINE EN MODE RÉFLEXION

Du côté des gars, le bilan de fin de saison ressemble beaucoup à celui de leurs collègues féminines. Une saison d'une victoire en 14 parties, bon pour le dernier rang au classement général, la déception est ressentie du côté des joueurs, particulièrement pour le défenseur latéral David Harrison :

« Je suis optimiste dans la vie en général, mais lorsque les choses vont mal, ça va mal. Les statistiques parlent d'elles-mêmes et ça reste décevant. »

Luka Juneau partage lui aussi cet avis, mais de façon plus nuancée. « Bien que le différentiel illustre notre saison difficile, certains matchs ont filé et ont été en défaveur, alors que ça aurait pu virer de notre côté. Oui, c'est décevant, mais il y a du positif. Le tout s'est joué dans de légers détails dans les moments clés des matchs. »

« Beaucoup de vétérans et deux joueurs internationaux clés ont quitté depuis l'an dernier, ce qui nous donnait l'impression que la tâche allait être relativement difficile pour la saison. »

Le reste de l'entrevue avec David et Luka est présente sur toutes les plateformes d'écoute sous la bannière du balado Portrait d'un.e athlète.

### DES ATHLÈTES RÉCOMPENSÉS SUR LES ÉQUIPES D'ÉTOILES

Le Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ) a dévoilé les récipiendaires des prix individuels, en plus des membres des équipes étoiles pour la dernière saison et le Vert & Or est bien représenté. Marie-Jeanne Trifiro est présente sur l'Équipe d'étoiles des recrues féminines, alors que sa coéquipière Lily Bellavance est représentée à la fois sur l'Équipe d'étoiles des recrues, mais également sur la deuxième équipe du RSEQ. Étienne Tremblay est nommé lui aussi sur l'Équipe d'étoiles des recrues masculines. Finalement, David Harrison obtient le prix Leadership et engagement social sur la scène provinciale. Ce dernier a réalisé à maintes reprises du bénévolat pour Moisson Estrie et a co-organisé le Match en rose des équipes de soccer afin d'amasser des fonds pour la Fondation du Cancer du sein du Québec.

## L'ASSO VÉGÉ AU CŒUR DE LA CAUSE ANIMALE

L'association végé de l'Université de Sherbrooke (AVUS) est un regroupement d'étudiantes et d'étudiants qui promeut une alimentation saine, éthique, abordable et durable à travers diverses activités. Le regroupement a pour objectif principal d'informer sur les bienfaits d'une alimentation végétalisée sur la santé, les animaux, l'environnement. Cette session-ci, l'AVUS vous propose de participer à son programme de végé-jumelage et à sa soirée vins et fromages.

Par Gabrielle Lalonde-Bercier

### LE PROGRAMME DE VÉGÉ-JUMELAGE

Vous désirez être accompagnés dans votre transition vers le végétarisme, le végétalisme ou le véganisme ou simplement en apprendre davantage sur le sujet ? Le programme de végé-jumelage est là pour vous ! Vous aurez l'occasion d'être jumelés à un de nos mentors qui pourra vous donner des conseils, des idées de recettes, en plus de répondre à vos questions ou de vous référer vers des ressources pertinentes. Le nombre de rencontres sera à votre discrétion, en personne ou à distance. Le programme reste flexible pour s'adapter à vos besoins ! Vous pouvez vous inscrire à tout moment de l'année en remplissant ce formulaire : <https://goo.gl/forms/byU248Bu2Vd6JB3r2>

### SOIRÉE VINS ET FROMAGES VÉGANES

L'Association végé de l'UdeS vous invite à son tout premier vins et fromages qui aura lieu le lundi 14 novembre prochain à 18 h au sous-sol du E1 (la Zone, E1-0001). Au menu, petites bouchées végétaliennes (les meilleurs fauxfromages seront au rendez-vous) ainsi que plusieurs options de breuvages avec et sans alcool. Plusieurs prix de présence et d'autres surprises vous attendent également. Des produits de plusieurs entreprises sherbrookoises vous seront proposés tels que Vegnature, Boules d'énergie, les Vraies richesses, du Cœur au ventre, Ça beigne, et plus encore.

Cet événement est un événement-bénéfice, puisque tous les profits seront remis au Sanctuaire pour Animaux de Ferme de l'Estrie (SAFE). <https://www.safe-refuge.org/>. Chaque année, 67 milliards d'animaux terrestres sont mis au monde, exploités et abattus pour la consommation humaine. Au même titre que les humains, les animaux ressentent des émotions telles que la joie, la peur, la tristesse et l'amour. C'est donc tout aussi important pour l'Association végé de sensibiliser à la souffrance animale par l'entremise d'une alimentation végétalienne saine.

### INFORMATIONS

Le billet sera au coût de 25 \$. Le paiement doit être fait par virement Interac à [association.vege@usherbrooke.ca](mailto:association.vege@usherbrooke.ca) (question : votre CIP ; réponse : Vin). La date limite d'inscription est le 11 novembre. Si l'option de virement Interac est impossible pour vous, n'hésitez pas à contacter l'Association ! Ce sera une soirée idéale pour festoyer entre amis, soutenir la cause animale et découvrir de nouveaux produits végétaliens. Bienvenue à tous et à toutes !



Source: Canvas

## Trois mythes sur l'entraînement

**Que ce soit dans un objectif de gain de masse musculaire ou de perte de masse grasse, plusieurs concepts sont mis de l'avant, mais sont-ils fondés ? Est-ce nécessaire de s'entraîner plus ? De soulever plus lourd ? Est-ce vraiment possible que le gras se transforme en muscle, ou l'inverse ? Dois-je m'étirer avant l'entraînement ? Prenons le temps de démystifier quelques-uns de ces concepts !**

Par Maxime Quesnel

### PLUS, TOUJOURS PLUS !

S'entraîner plus souvent, plus longtemps et plus intensément : est-ce vraiment nécessaire pour avoir des résultats ? Tout d'abord, il est important de comprendre qu'en entraînement, les adaptations n'ont pas lieu directement dans la salle de musculation, mais bien à l'extérieur, lors de la récupération. L'objectif est donc de fournir un effort suffisant, sans surcharger le système.

Dans certains cas, l'augmentation du volume peut être intéressante, mais il faut toujours garder en tête que la qualité de l'entraînement doit primer sur la quantité. La science a d'ailleurs démontré que, dans la plupart des cas, un entraînement de 45 à 60 minutes serait le plus optimal afin d'avoir des bienfaits physiques et psychologiques ! Bien entendu, on parle ici d'entraînement et non pas de temps passé à la salle de musculation... sur son cellulaire ! Et qu'en est-il de la charge à utiliser ? Et bien le même principe s'applique : qualité plutôt que quantité ! Lorsque les répétitions sont contrôlées et bien exécutées, c'est le moment d'augmenter les charges, pas avant ! On maximise ainsi les gains tout en minimisant le risque de blessure.

En bref, il faudrait donc se concentrer à s'entraîner mieux plutôt que de chercher constamment à s'entraîner plus.

### TRANSFORMER LE GRAS EN MUSCLE ?

L'idée que le gras peut se transformer en muscle si l'on s'entraîne suffisamment ou celle que le muscle se transformera en gras si l'on ne s'entraîne pas a été popularisée depuis plusieurs années. Certains vont même jusqu'à prendre une quantité importante de masse grasse dans l'optique de la transformer en masse musculaire, mais est-ce que ça fonctionne vraiment ?

La science a été bien claire sur le sujet : absolument pas ! Le muscle et le gras sont deux types de cellules différentes, ils ne sont donc pas interchangeables. En revanche, en s'entraînant, la dégradation de tissu adipeux est favorisée, au même moment que la fabrication de tissu musculaire survient. Cela donne donc l'impression que l'un se transforme en l'autre, mais pas du tout !

### FAUT-IL S'ÉTIRER AVANT L'ENTRAÎNEMENT ?

Longtemps, les étirements passifs ont été recommandés avant les entraînements afin de prévenir les blessures. En revanche, la science a constaté que ce type d'étirement ne réduisait pas les risques de blessure : ils augmentaient même les chances d'en subir une ! Cela s'explique, notamment, par le fait que l'étirement passif peut avoir un effet antalgique, donc il pourrait atténuer la douleur.

Ce type d'étirement peut être très utile afin de gagner en flexibilité, mais devrait être évité avant l'entraînement. Afin d'activer le corps, les étirements actifs seraient plus efficaces, car en plus d'échauffer les différentes masses musculaires, elles prépareraient le système neuromusculaire. Conclusion : oui, les étirements avant la séance peuvent être intéressants, mais pas n'importe quel type !

## Section Sport et Bien-être

# Nourrir son imagination en plein cœur de la nature

**Le changement de température et les couleurs peuvent donner à certains l'envie de s'évader en dehors de la ville. Quoi de mieux que de s'échapper du brouhaha dans un chalet situé au cœur de la faune québécoise ? Pour les curieux, vous trouverez ci-jointe une liste de chalets inusités à visiter près de chez vous.**

Par Bianca Lahaye

## ÉCOGITES ENTRE CÎMES & RACINES — BOLTON EST

Ces écogites permettent d'admirer le paysage des Cantons-de-l'Est tout en respirant l'air frais de la nature. Aux allures de la maison des Pierrafeu ou de la maison de hobbit, votre imagination sera comblée.

<https://entrecimesetracines.com/ecogites-en-foret/>

## LES PODS DANS LES BOIS, DIABLE VERT — SUTTON

Situés au Diable Vert à Sutton, les « pods » sont de petits refuges constitués de matières écologiques permettant de marier le confort et l'aventure. Construits au Québec, ces petits nids aux airs de maison de fée sont parfaits pour les explorateurs solitaires ou à deux. <https://audiablevert.com/hebergements/refuges-pods/>

## LAO CABINES — BROMPTON-RACINE

Entourées d'une réserve naturelle (du Lac Brais) et du parc provincial du Mont Orford, ces petites cabines de luxe ont été construites dans une optique écologique. Chaque installation respecte l'aménagement naturel du milieu. Déposez-vous à l'intérieur d'une cabine minimaliste et aux allures modernes. <https://laocabines.ca/>

## LES SPHÈRES SUSPENDUES DU PARC A VENTURES CAP JASEUX — SAINT-FULGENCE, SAGUENAY

Un peu plus loin au Saguenay, plus particulièrement au Parc Aventures Cap Jaseux, il est possible de profiter d'une nuit de sommeil dans les arbres. Les sphères suspendues sont confortables et alimentées à l'énergie solaire. Parfait pour défier le vertige une nuit à la fois. <https://capjaseux.com/hebergements/spheres-suspendues/>

## LA MÉGA BULLE — SAINT-CALIXTE, LANAUDIÈRE

Il est possible d'observer la faune et la flore à travers une bulle transparente pour deux ou pour un groupe. En plus de l'électricité disponible, vous aurez accès à une salle de bain rustique ainsi qu'à un spa extérieur. <https://www.hebergementlespiedssurterre.com/hebergements>

## REFUGES ZOOBOX, VERT TENDRE — EASTMAN

Lofts contemporains à aire ouverte, les refuges Zoobox sont des petites perles pleinement autonomes en énergie. En plus d'offrir un large éventail d'expériences, dont le vélo générateur d'énergie et le mur d'escalade intérieur, vous profiterez d'un sentier boisé entre 0,2 et 2,5 km pour vous rendre à votre nid.

## LES WAGONS DE BERGER, KAYAK & CABANA — LAURENTIDES

Inspirés de l'habitat des gardiens de moutons d'origine victorienne, ces petites cabanes ont été construites en cèdre, sur mesure. Permettant d'allier le confort et la simplicité, laissez-vous emporter à bord d'un des Wagons, près de la rivière Rouge. <https://kayak-cabana.com/wagon-de-berger-refuge-laurentides/>

## HABITATIONS ORIGINALES, REPÈRE BORÉAL — LES ÉBOULEMENTS, CHARLEVOIX

Construites de manière originale, les habitations du Repère Boréal mélangent la simplicité et la fantaisie. Les microchalets et les refuges incluent une zone spa à proximité permettant un ressourcement complet. <https://www.repereboréal.com/les-habitations/>

Que vous soyez seul ou accompagné, permettez-vous un arrêt durant la session afin de plonger au cœur de la nature.



Crédit: Roxanne Fecteau

## Deux formidables abris à vélos sécurisés

**Étant donné les journées plus courtes, les personnes vélo-navetteuses doivent augmenter leur visibilité, surtout en fin d'après-midi. Avec la noirceur qui arrive dès à peine 16 h, il faut apprendre à partager la route en pleine noirceur. Les lumières actives et clignotantes sont de mises, sans être une garantie au bon partage de la voie publique. Dans cette optique, après un long cheminement, un ajout de taille apparaît sur le campus principal, soit les abris à vélos sécurisés.**

Par Charles Gauthier, membre bénévole de la coopérative de vélo La Déraillé

Présents déjà au campus de Longueuil depuis plus de 10 ans, des abris à vélos projetés apparaissent dans le plan de mobilité du campus principal, préparé par Kinouc Patry-Turcotte (Service de la mobilité, de la sécurité et de la prévention) en 2017. C'était l'occasion d'une excellente consultation de la communauté universitaire.

Le premier abri à vélos a récupéré l'emplacement original de la coopérative de vélo La Déraillé (fondée en 2013), sous le surplomb du Pavillon de musique. La rénovation du pavillon avait chassé la coopérative de ce site à faible visibilité qui avait un local semi-extérieur à claire-voie.

Même si le lieu était idéal pour le premier établissement de la coopérative-vélo, le panneau Abri Vélo en verre avait le défaut de ne pas être assez transparent. Dans cette lignée, un deuxième abri à vélos a fait son apparition à l'entrée nord-ouest, entre les pavillons E4 et E5. La dalle de béton, coulée il y a plus de deux ans (et réagrandie) présageait cette avancée favorable au cyclonavette à l'UdeS.

Maintenant, les deux abris sont sécurisés depuis plus de quatre semaines. Cependant, nous ignorons s'ils seront inaugurés et présentés. L'ouverture d'un service d'abris à vélos au mois d'octobre est intrépide, étant donné que c'est bien en avance sur la saison 2023. Celle-ci sera assurément concurrencée par le grand bouleversement du nouveau transport VLS (Vélo en libre-service) avec des vélos à assistance électrique (VAE) très modernes. Décidément, 2023 sera un grand virage tout au

vélo. Les utilisateurs d'auto en solo de tout le campus auront besoin de beaucoup d'informations, et de quelques invitations incitatives !

Il suffit de passer tout simplement au Service de la mobilité, de la sécurité et de la prévention situé au sous-sol du pavillon multifonctionnel (B5) pour confirmer votre autorisation à l'utilisation du service.

## PRUDENCE AUX PERSONNES VÉLO-NAVETTEUSES EN CETTE SAISON PLUVIEUSE ET SOMBRE

Avec la pluie et les feuilles tombées, pas d'autres moyens d'assurer l'adhérence de sa monture qu'en diminuant sa vitesse en virage et en validant le tracé sécuritaire de ses « bibendum ». Pas de pneus spécialisés comme en hiver, pas de crampons pour rouler sur les feuilles ou couvercles de puisard glissants.

Vélo-navetteurs et vélo-navetteuses, soyez prudents, roulez lentement ! Et surtout, soyez visibles et brillants !



Source: La Déraillé