

Le COLLECTIF

— former et informer —

VOL. 40 - N° 5 • LE 1^{ER} NOVEMBRE 2016



INDUSTRIEL
COLLECTIF
INDUSTRIEL
COLLECTIF

REPORTAGE

DIRECTION

Marc-André Labbé
Directeur général

RÉDACTION

Laurence Poulin
Rédactrice en chef

Charles Allard-Martin
Responsable web

Lydia Santos
Chef de pupitre culture

Sofie Lafrance
Chef de pupitre société

Elena Naggiar
Chef de pupitre campus

Mathieu Fontaine
Chef de pupitre sports

Maryka Lessard
Correctrice en chef

COLLABORATEURS

Séré Beauchesne Lévesque

Olivier Bissonnette

Jade Bourgeois

Rosanne Bourque

Vicky Constantineau

Alexia Desmarais

Judith Desmeules

Lanie Dufour

Arnaud Duhamel

Alexandre Dumas-Gingras

Sandra Favier

Hanna Krabchi

Émilie Lalonde

Antoine Lapeyre

Marc-Alexis Laroche

Alysée Lavallée-Imhof

Gabriel Martin

Morgane O'Gallagher

Mathieu Rousseau

Michael Therrien

TECHNIQUE

Gabrielle Gauthier
Infographie
Illustration

Frédéric Cadieux Boudrias
Distribution à Sherbrooke

Sarah Turbil
Gestion Web

Charles Allard-Martin
Capsules vidéo
capsulevideo.lecollectif@gmail.com

Olivia St-Jacques
Photographie

UNE

Olivia St-Jacques
Photographie

Gabrielle Gauthier
Modifications Photoshop

Le COLLECTIF

— former et informer —

Que tu sois au bac ou à la maîtrise, en comm ou en kin, *Le Collectif* te veut!

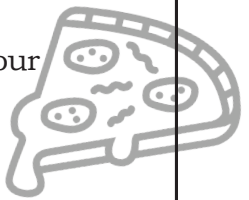
PROCHAINE DATE DE TOMBÉE : 10 NOVEMBRE

Écrivez à redaction@lecollectif.ca.

ASSEMBLÉE GÉNÉRALE ANNUELLE DU COLLECTIF

L'Assemblée générale annuelle se tiendra le **vendredi 18 novembre** à midi au Salon du Carrefour de l'information au B1-2018.

Il y aura de la pizza et des breuvages fournis!



SUDOKU

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

Crédits : Programme.tv

Solutionnaire du sudoku précédent

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

www.

Location d'appartements
2 1/2 - 3 1/2 - 4 1/2 - 5 1/2 et chambres

lemontagnais

.com

VILLAGE UNIVERSITAIRE

346-1254
Télec.: 346-1423
1970, 204, rue du Montagnais
Sherbrooke

Pavillon de la vie étudiante, local 107
Université de Sherbrooke
Sherbrooke (Québec) J1K 2R1 Tél. : 819 821-7641
Courriel : redaction@lecollectif.ca

Le Collectif n'est pas responsable des lettres ouvertes, des tribunes libres et de la page FEUS, dont le contenu n'engage que leurs auteurs. Le contenu des articles n'engage que les journalistes. Pour tous commentaires ou suggestions sur le contenu du journal, faites-nous parvenir un courriel à redaction@lecollectif.ca. Veuillez noter que, dans tous les articles, l'emploi du masculin vaut aussi pour le féminin. *Le Collectif* est un bimensuel gratuit.

lecollectif.ca



facebook.com/journalcollectif



twitter.com/jlecollectif

Éditorial

DE LA RÉDACTRICE EN CHEF

RETOUR SUR LES ÉVÉNEMENTS D'AGRESSIONS SEXUELLES SURVENUS AUX RÉSIDENCES DE L'UNIVERSITÉ LAVAL

ENTREVUE AVEC JOCELYNE FAUCHER, VICE-RECTRICE À LA VIE ÉTUDIANTE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE



Credits : Olivia St-Jacques



**LAURENCE
POULIN**

redaction@lecollectif.ca

À la suite des événements à caractère sexuel survenus aux résidences de l'Université Laval, j'ai eu différentes réflexions face à d'autres cas qui m'avaient été exposés dans les dernières semaines, derniers mois, mais aussi à leur présentation et leur traitement dans les médias. J'ai aussi discuté avec mon entourage, mes amis et ma famille. Plusieurs facteurs entrent en ligne de compte et influencent notre compréhension de ce phénomène. Je lisais les mots de Nancy B.-Pilon, directrice de l'ouvrage collectif *Sous la ceinture : unis pour vaincre la culture du viol*, que cette culture du viol « peut être vue et comprise de plusieurs manières et c'est dans l'ouverture et l'échange qu'on peut prendre un pas d'avance sur elle ». Ainsi, j'ai voulu m'entretenir avec Jocelyne Faucher, vice-rectrice à la vie étudiante de l'UdeS, afin de voir avec elle le positionnement de notre Université sur ce dossier précis.

« Selon elle, on n'est pas à l'abri dans aucun campus, pas plus que dans un bloc appartement. « Ça nous a amenés à constater qu'il y a des mesures qui doivent être encore plus mises de l'avant. » En plus des blocs des résidences qui sont verrouillés, les responsables de secteur (des résidents qui sont là en tout temps) ont une formation de première ligne pour intervenir ainsi qu'une formation de pair aidant pour recueillir un témoignage ou déceler un changement de comportement chez quelqu'un. « Également, il y a des activités de formation pour tous les résidents sur la vie en communauté, sur les relations interpersonnelles et on veut en faire plus. En tout temps, les résidents savent qu'il y a une panoplie de services : Service de psychologie, Services médicaux, ainsi que les différentes modalités pour rejoindre les Services de sécurité (Intercom avec bouton rouge, téléphone fixe dans chaque chambre, l'application *Sécurité UdeS*). Les Services de sécurité sont en fonction 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, 365 jours par année, et ce, partout sur le Campus. De plus, des agents font des rondes la nuit, toutes les deux heures, aux résidences ».

La directrice des résidences, France Mainville, planifie rencontrer les responsables de secteur pour faire un suivi plus renforcé. « Déjà associée à la campagne « Sans oui, c'est non! », elle désire aller plus loin et donner une formation approfondie pour les responsables de secteur pour la nouvelle application *Sécurité UdeS*. Elle veut parler de toute la notion de respect, de consentement dans toutes les relations interpersonnelles, et pas qu'hommes-femmes. » Ça se fera en collaboration avec Caroline Audette, la conseillère en matière de prévention de harcèlement et de discrimination de l'Université de Sherbrooke.

Au dernier conseil de la vie étudiante, il y a environ deux semaines, on a confirmé que l'on continue la pérennité du M.E.S.S.A.G.E. « En début d'année c'est un bon moment,

mais c'est une question quotidienne. Les derniers événements ont aussi mis l'accent sur les initiations, et là maintenant sur les violences sexuelles en résidence, mais c'est plus que ça. C'est pour ça qu'on parle de violences, au pluriel, à caractère sexuel, ou de la culture du viol, pour englober tout le continuum. De la farce plate à l'acte criminel. Il faut se préoccuper de tout cela au quotidien et si l'on veut faire cesser, il faut faire un pas de plus. C'est pourquoi on veut travailler à l'UdeS sur la thématique des témoins. » Si dans une classe, par exemple, ou n'importe où ailleurs, on est témoin de quelque chose, il ne faut pas s'arrêter à la pression des pairs.

« Il y a eu le rapport de Geneviève Paquette de l'étude ESSIMU (que *Le Collectif* a abordé dans la section Campus de l'édition du 4 octobre 2016) et à partir de ces résultats, ça va aussi nous aider à cibler des actions, à être pertinent et efficace. On va toujours travailler aussi avec les experts du domaine, dont le CALACS ou encore le SHASE. Mon orientation n'est pas de multiplier sur le Campus des ressources qui existent déjà, mais d'optimiser et de travailler avec eux. On est à Sherbrooke et donc c'est facile de travailler tous en collaboration et eux ne demandent pas mieux ». Pour les mesures d'urgence en cas d'agressions sexuelles, il y a plusieurs protocoles. « Nos agents savent intervenir. Il faut aussi dire que dans le cadre du M.E.S.S.A.G.E., il y a environ 500 étudiants qui ont reçu une formation du CALACS, mais aussi les professionnels des Services à la vie étudiante et l'équipe de la sécurité. Ils savent comment intervenir et connaissent les protocoles ».

« Je peux te dire que malheureusement, quand tu m'as dit : "Est-ce que c'est déjà arrivé dans les résidences de l'UdeS?", oui, c'est déjà arrivé. Donc les protocoles sont testés et ils marchent bien. Il faut savoir qu'à Sherbrooke, comme dans d'autres villes, pour les victimes d'agressions sexuelles, peu importe où ça se passe en Estrie, c'est protocolisé. Alors il y a une salle d'urgence ouverte en tout temps au CHUS de Fleurimont, le CALACS et les services de police. À la salle d'urgence, il y a des gens de garde juste pour recevoir les victimes d'agressions sexuelles, en tout temps. »

« Si j'ai un message, c'est à la personne à qui ça arrive. Il ne faut surtout pas se sentir coupable, peu importe les circonstances dans lesquelles c'est arrivé. De le dire à une personne de confiance ou à nos personnes responsables à l'Université, dont la sécurité, au secrétariat de Faculté, peu importe, mais le dire. Et là, on va accompagner cette personne-là vers les bonnes ressources en fonction de ses besoins, sachant que les besoins vont changer. Et il faut vraiment se respecter là-dedans et ce n'est pas grave de se dire : "Oh, là je suis en train de changer d'idée, je ne sais pas ce que je veux", c'est entièrement normal. »

À son sens, on n'en parlera jamais assez. « Quand on nous demandait combien de cas d'agressions on rapporte, je refusais toujours d'en parler. Ce n'est pas qu'on a de gros chiffres, mais pour moi, même si on en a qu'un, c'est un de trop. Et on sait que les victimes craignent de dénoncer. On a les chiffres de celles qui ont dénoncé, mais combien de fois on ne sait pas. C'est encore plus ça qui est important ».



Il y a des gens qui nous demandaient, avec ce qui s'est passé à l'Université Laval, allez-vous mettre des agents de sécurité devant les résidences? Pour nous, ce n'est pas la solution. Les résidences, c'est un milieu de vie, tout comme l'ensemble du Campus.

FÉUS

FÉDÉRATION
ÉTUDIANTE DE
L'UNIVERSITÉ
DE SHERBROOKE

Québec contre les violences sexuelles

Au Québec, contrairement à ailleurs en Amérique du Nord, il n'existe aucune loi pour s'assurer que les institutions postsecondaires répondent de façon adéquate aux plaintes de violence sexuelle qu'elles reçoivent. Il n'existe pas non plus de standards en matière de politiques institutionnelles pour prévenir et répondre à la violence sexuelle sur les campus. Le résultat : des politiques qui varient énormément d'un campus à l'autre, et des survivantes et survivants qui n'ont aucune façon de tenir leur école responsable en cas d'inaction. Québec contre les violences sexuelles est un **mouvement social** qui veut faire changer les choses.

Pour suivre le mouvement, rendez-vous à Quebeccvs.com. Ensemble, nous pouvons faire une différence!

Mois de l'histoire des Noirs

Le comité du Mois de l'histoire des Noirs est un regroupement d'étudiantes et d'étudiants qui souhaite organiser des activités durant le mois de février, Mois de l'histoire des Noirs. L'objectif est d'organiser des conférences, des panels de discussion, des débats, des projections de films et d'autres activités culturelles, de sensibilisation et d'éducation. Le comité invite les étudiantes et étudiants intéressés à prendre part au processus d'organisation à communiquer avec nous à l'adresse courriel suivante : bhmUdeS@gmail.com. Nos réunions se tiennent les mercredis au A6-2029 entre 11 h 50 et 12 h 50.

Uni-Livre

Uni-Livre est l'outil parfait pour te départir de tes livres qui prennent la poussière dans ta chambre et dont tu ne te sers plus. Le site Web est simple et efficace et te permet aussi de trouver des livres à bas prix pour tous les programmes d'études.

Visite Uni-livre.com pour plus d'information.

Besoin d'un logement?

Uni-Logi est le service étudiant le plus simple et le plus rapide pour trouver un logement. Avec la fonction de recherche avancée, il est possible pour toi de trouver le logement de tes rêves. Uni-Logi est également idéal pour ceux et celles qui veulent sous-louer ou dénicher un appartement pour les périodes de stages.

Site Internet : Uni-logi.com

Votre situation financière vous inquiète?

Solutions Budget Plus offre **gratuitement** un service de consultation budgétaire aux étudiantes et étudiants de l'Université de Sherbrooke qui éprouvent des difficultés ou des inquiétudes financières. Par le biais de rencontres individuelles et confidentielles, un conseiller fera une étude complète de votre situation financière et vous aidera à trouver des solutions adaptées à votre situation.

Pour prendre un rendez-vous, communiquez avec Solutions Budget Plus au 819 563-0535 ou par courriel au sbp@solutionsbudgetplus.com

REMDUS

REGROUPEMENT ÉTUDIANT
DES 2^E ET 3^E CYCLES DE
L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE



Appli Université De Sherbrooke
(REMDUS)

Rejoignez votre communauté étudiante!



Événements & Comités étudiants



Services sur campus, Cours, Plan du campus



Communiquez avec nous!

Téléchargez-la maintenant!



remdus.campusapp.com



Joignez-vous à votre campus sur l'application mobile du REMDUS!

Bienvenue à l'Université de Sherbrooke! Vous êtes probablement très avide de rencontrer votre communauté universitaire. Nous sommes heureux de vous annoncer qu'il y a un moyen très simple d'y arriver : télécharger l'application du REMDUS!

L'application du REMDUS sera votre assistant personnel au cours des prochaines années. Tous les services universitaires sont au bout de vos doigts et l'application vous permet de connecter avec vos collègues et amis. Téléchargez l'application afin d'avoir accès aux événements, associations et clubs, services universitaires, et vos collègues de classe!

Ne perdez pas de temps, téléchargez l'application Université de Sherbrooke REMDUS dès aujourd'hui et dites bonjour sur le mur du campus :

<http://remdus.campusapp.com/>
Au plaisir de vous accueillir bientôt!

P.S. : Assurez-vous de créer un compte afin de recevoir des alertes de notre part!

Éditorial

SOCIÉTÉ

LES CLOWNS SINISTRES : DE NORTHAMPTON À LA CALIFORNIE, AU MONDE ENTIER



**SOFIE
LAFRANCE**

section.societe@lecollectif.ca

La coulrophobie ou la phobie des clowns est le phénomène exploité par les clowns sinistres, ces nouveaux terroristes urbains qui font des ravages sur les médias sociaux. Les mouvements de panique collective ou sociale ne datent pas d'hier. Cette nouvelle recrudescence, encouragée par la venue de l'Halloween, est donc fortement alimentée et efficace pour effrayer les masses.

Selon Robert Bartholomew, spécialiste des phénomènes de panique collective, les récentes apparitions de clowns sinistres éveillent une profonde peur sociale de « l'inconnu » et font appel à une multitude de référents culturels de clowns meurtriers et terrifiants. Les admirateurs de Stephen King se remémorent les œuvres *Ça* et *Poltergeist*, sans parler des films *American Horror Story*, *Pee Wee's Big Adventure*, *Zombieland*, *Saw*, et j'en passe! Les

auteurs d'œuvre d'horreur ont su exploiter l'essence des clowns depuis près d'un demi-siècle.

Il faut ajouter que l'affaire John Wayne Gacy, alias « Pogo the clown », n'aide pas la cause des coulrophobiques. Ce dernier, reconnu coupable du viol et du meurtre de 33 garçons et jeunes hommes en 1980 en Illinois, aux États-Unis, a été condamné à l'injection létale en 1994. La majorité des corps avaient été retrouvés enterrés sous la maison de Gacy et les autres, repêchés dans la rivière Des Plaines. Gacy s'était confectionné le costume de « Pogo the clown » pour divertir les enfants malades de l'hôpital local de Chicago. C'était cet accoutrement qu'il revêtait pour perpétrer ses actes criminels auprès de jeunes garçons, à qui il promettait des emplois pour sa compagnie de construction.

Toutefois, on en vient à se demander d'où vient cette montée clownesque des derniers temps. D'abord, en 2013, on voyait l'apparition du clown de Northampton, une petite ville à 100 kilomètres de Londres au Royaume-Uni. Ce dernier regardait fixement les passants de la ville en déambulant dans les rues, bouquet de ballons en main, selon *Le Nouvel Observateur*. Lorsqu'il avait été démasqué, le jeune homme avait expliqué l'excitation de faire peur ou d'amuser les gens – selon les perceptions – comme motif.

En 2014, c'était le tour au clown de Wasco, une ville californienne, de faire son apparition. Or, le clown de Wasco avait des intentions bien différentes de celles perçues aujourd'hui. Il s'agissait d'un projet artistique dirigé par The Clown's Wife. Cette artiste croquait divers clichés de son mari déguisé en clown à divers endroits dans la ville de Wasco. Les intentions criminelles derrière ce projet étaient donc inexistantes. Pourtant, c'est l'engouement et la popularité de ces clichés qui ont encouragé plusieurs jeunes à se manifester dans les rues, déguisés et armés, pour terroriser les citoyens.

Depuis, les clowns sinistres se multiplient et gagnent de plus en plus de villes, qu'elles soient états-uniennes, canadiennes, françaises, allemandes ou encore italiennes. Une apparition a d'ailleurs eu lieu ici même à Sherbrooke! L'angoisse en vient à ébranler le sommeil des enfants, le calme des parents, le sentiment de sécurité des citoyens *lambda* et le sang-froid des corps policiers. M. Bartholomew affirme même qu'il ne serait pas surpris d'éventuellement apprendre qu'un policier a ouvert le feu sur un clown sinistre, tant la tension est palpable.

Les autorités encouragent les personnes témoins de ce genre de phénomène à communiquer avec elles. Les comportements des clowns sinistres sont passibles d'accusations criminelles selon la Sûreté du Québec, et ce, peu importe les intentions de départ des individus qui y procèdent.



WASCO CLOWN

Crédits: Roxx.Gr

DE CLOWNS SINISTRES À CURATEURS DU RIRE

Sofie LaFrance

Les récents événements ressassant l'apparition de plusieurs individus déguisés en clowns sinistres pour terroriser les populations urbaines partout à travers le monde ont des impacts collatéraux beaucoup plus importants qu'imaginés. De prime abord, il s'agit d'un métier pour certains et d'une marque de commerce pour d'autres, dont les réputations sont dorénavant entachées.

Difficile de ne pas y penser, la super-chaîne de restauration américaine dont raffolent les enfants a décidé de réduire les apparitions de son célèbre emblème Ronald McDonald. Selon *La Presse*, à la venue de la fête de l'Halloween, McDonald's est conscient qu'il doit restreindre et choisir adéquatement les apparitions de sa mascotte au sein d'événements festifs impliquant des enfants. Toutefois, les dégâts graves sont ressentis directement par les clowns professionnels, inquiets par rapport à leur image et à leur statut d'emploi.

LES PATCH ADAMS DE CE MONDE

Sur une note plus positive, pourquoi donc ne pas vous présenter un métier nébuleux, celui de clown thérapeutique, dont seuls les vestiges du film *Docteur Patch* mettant en scène Robin Williams sont collectivement connus. À vrai dire, le Gesundheit Institute est réellement le créateur de ces nouveaux soins humanitaires au début des années 1970, le docteur Hunter Patch en est d'ailleurs l'ambassadeur. Selon *La Presse*, les Gesundheit Institute sont présents dans 65 pays sur cinq continents et la mission du rire qui les guide ne les quitte jamais.

Le métier de clown thérapeutique est désormais répandu : les Klinikclowns d'Autriche, le Doctor Clown du Royaume-Uni, les Clowns on Rounds de New York, l'Association Docteur Clown de France, les Doutores da Alegria du Brésil, les Fools for Health d'Ontario, au Canada et les Dr Clown du Québec! Ce métier est pratiqué par des professionnels des arts de la scène et du spectacle ayant suivi une formation en art clownesque.

Selon Françoise Descoteaux de l'Université du Québec à Trois-Rivières, les clowns thérapeutiques ont pour mission de divertir et de détendre les patients des centres hospitaliers ou d'hébergement, de même que leurs familles et le personnel soignant, qui évoluent dans un environnement stressant et peu commun. Pour ce faire, les clowns thérapeutiques s'adaptent aux situations des patients et empruntent l'humour, la tendresse et le jeu. Ils sont vêtus d'un sarrau médical et d'un nez rouge seulement, pour éviter d'effrayer les jeunes patients.

Les clowns thérapeutiques, bien qu'ils exercent ce métier pour venir en aide aux malades, ressentent divers bienfaits de leur métier. Le simple fait de pouvoir faire oublier la maladie l'instant d'un fou rire est hautement satisfaisant. Le rire permet de réduire les tensions dues au stress, le sentiment de solitude, la souffrance et la détresse chez les patients. Il s'agit enfin d'un excellent exercice respiratoire, se rapprochant carrément des techniques de respiration du yoga, car il stimule directement le cœur.

SECTION SOCIÉTÉ

LE NOUVEAU CABINET FANTÔME:

L'OCCASION D'ENTERRER LA HACHE DE GUERRE

Marc-Alexis Laroche

Au cours de la soirée du 7 octobre dernier, il fut possible de connaître en direct l'identité du nouveau chef du Parti Québécois à la suite des résultats du vote organisé par le parti. C'est Jean-François Lisée qui en est ressorti grand vainqueur avec 50,63 % d'appuis après seulement deux tours de scrutin. Bien que son élection au rôle de chef de l'opposition soit un moment important pour le Parti Québécois, plusieurs attendaient avec impatience le dévoilement de la composition de son cabinet fantôme. L'Assemblée nationale définit le concept de cabinet fantôme comme étant « l'ensemble des députés de l'opposition officielle agissant comme porte-parole de leur parti dans les divers domaines d'intervention de l'État ». Ainsi, chaque député se voit attribuer un domaine d'intervention et son rôle est d'agir comme critique de ce domaine face au gouvernement. Il est donc primordial de placer des gens d'expérience dans certains domaines clés afin d'être en mesure de bien questionner et parfois même déstabiliser le gouvernement.

Toutefois, la composition du cabinet fantôme de Jean-François Lisée allait sans aucun doute retenir l'attention. Il est essentiel de rappeler que la course à la direction du Parti Québécois fut âprement disputée, ce qui a parfois laissé quelques remous entre certains candidats. Il était donc intéressant d'observer si la course à la direction avait pu laisser quelques cicatrices au sein des relations entre les candidats à la direction. En observant la composition du cabinet, il y a lieu de conclure que ce ne semble pas le cas.

Alexandre Cloutier, qui était le meneur au début de la course, reprend ses fonctions comme critique en matière d'éducation. C'est d'ailleurs son travail de député dans ce domaine qui lui avait permis de se faire connaître et remarquer par plusieurs membres de son parti. Martine Ouellet, quant à elle, se voit attribuer un nouveau poste. Elle est maintenant critique en matière de culture et d'économie numérique. Celle-ci avait d'ailleurs affirmé vouloir occuper ce poste en conférence de presse, elle qui avait pris position pour nationaliser internet durant la course à la direction du parti. De

son côté, Paul Saint-Pierre Plamondon, qui n'est pas élu comme député à l'Assemblée nationale, fut nommé au poste de conseiller spécial du Parti Québécois. Jean-François Lisée a d'ailleurs affirmé lors d'une entrevue radio que Paul Saint-Pierre Plamondon serait chargé de renouveler le Parti Québécois et de mener des consultations publiques auprès de la population. Véronique Hivon, qui avait dû se retirer de la course à la direction du parti en raison de problèmes de santé, occupera le poste de critique en matière de justice et de réforme des institutions démocratiques.

Il est donc possible d'observer que Jean-François Lisée semble vouloir profiter de cette occasion afin d'envoyer le message que le Parti Québécois est maintenant réuni et qu'il suit une seule et même direction. Néanmoins, il sera intéressant d'observer si cette unification saura durer sous le règne de Jean-François Lisée, qui a promis de ne pas tenir de référendum lors d'un premier mandat au pouvoir, position qui ne fait pas l'unanimité au sein de son parti.

Alysée Lavallée-Imhof

L'appart de rêve. Une expression qui sonne comme une symphonie de Beethoven aux oreilles de tout étudiant. Vous l'aviez enfin déniché. Situé quelque part entre la mythique Wellington et le classique boulevard de l'Université. N'en fallait pas plus pour que vous signiez *rapido* le bail, tout sourire, avant de conclure le tout par une poignée de main formelle avec votre nouveau propriétaire. Vous êtes envahis d'un sentiment d'euphorie, bien légitime il faut dire, parce qu'après tant de recherches, d'innombrables visites, était-ce le petit balcon qui vous avait charmé ou le quartier commerçant, vous ne sauriez dire. Mais il était parfait et il ne vous en fallait pas plus.

Que dire du désenchantement, de ce moment où la lune de miel prend fin alors que l'euphorie cède place à la douce amertume? Ô locataire déçu, rassure-toi, car la loi prévoit bien quelques solutions, quelques échappatoires avant d'entendre la voix de ta mère étonner une fois de plus l'éternel « Je te l'avais bien dit ».

Le propriétaire prudent. Celui même qui exige soudainement que tu payes tous tes loyers à l'avance, par chèque postdaté, de peur que tu ne déguerpisses après les finaux pour ne plus revenir. Ta solution : demande-lui gentiment de réviser l'article 1904 du *Code civil du Québec* :

« Le locateur ne peut exiger que chaque versement excède un mois de loyer; il ne peut exiger d'avance que le paiement du premier terme de loyer ou, si ce terme excède un mois, le paiement de plus d'un mois de loyer. » Pouvait-on vraiment être plus clair? Une brève lecture devrait le contenter.

Le propriétaire écornifleur. Tout allait à merveille jusqu'à ce qu'il arrive par un beau dimanche matin, cognant à la porte, son nez collé aux fenêtres. En fin stratège, il aura peut-être aussi conservé un double des clés pour son inspection mensuelle des lieux et arrivera sans prévenir, alors que vous vous remettez doucement du 5@8 d'hier, bref une visite qui crée un léger malaise pour ainsi dire. Alors, permise ou pas, la visite surprise? Il faut voir : si vous comptez quitter le logement sous peu, alors un propriétaire peut rechercher un remplaçant et faire visiter le logement au candidat potentiel. Mais dans les autres hypothèses, il devra



Credits : Unimég

généralement en donner préavis de 24 heures, au minimum. Voici les trois cas de figure possibles :

- Vérification de l'état de son logement : sur préavis verbal ou écrit de 24 heures seulement. Il ne peut le faire plus de deux fois par mois.
- Travaux non urgents : 24 heures de préavis pour les travaux mineurs, mais 10 jours de préavis dans le cas des travaux plus importants.
- L'urgence : il peut alors arriver sans crier gare et entrer même en votre absence.

Le propriétaire négligent. Peu après votre arrivée, vous aviez remarqué de bien étranges taches sur les murs. Or voilà que le propriétaire, avisé de ce fait, décide simplement de ne rien faire, vous laissant croupir dans un logement insalubre aux murs moisissés. Comble du malheur, il vous avise qu'il est impossible de partir ou de cesser de payer, dit-il, car vous avez signé un bail avec lui.

Désespéré, vous vous résignez à creuser davantage votre marge de crédit et à dénicher

un autre appartement. À moins que... vous l'encouragez à lire les articles 1913, 1915 et 1916 du *Code civil*. Ces articles prévoient qu'un logement « impropre à l'habitation », soit celui qui constitue « une menace sérieuse pour la santé ou la sécurité des occupants », peut être abandonné par le locataire qui sera alors dispensé de payer le loyer. Trois petits articles, il n'en faut pas plus!

Vous achevez la lecture de cet article déçu puisque la réponse à vos questions ne s'y trouvait pas? Ou encore : vous voulez être bien certain d'avoir une réponse quant à votre situation personnelle? Cet article ne donne que quelques indications générales, il est donc préférable que vous confirmiez qu'elles sont bien applicables à votre situation. Encore une fois, pas de soucis : pour plus d'informations sur vos droits, la clinique La Clé de vos droits, située directement sur le campus, peut répondre à vos questions. N'hésitez pas à la visiter, le service vous est offert gratuitement!

Curieux? Pour plus de détails dans un langage simple et vulgarisé, visitez le site educaloi.qc.ca.

Ce document ne contient pas d'avis juridique. Ce document contient une discussion générale sur des questions juridiques.

L'APPART DE RÊVE

TRANSPHOBIE

et autres peurs irrationnelles

Un meurtrier en série d'un film d'horreur puise ses caractéristiques dans un bassin de traits dérangeants : incapacité à ressentir des émotions, compulsions sexuelles, passé trouble, cruauté précoce, transsexualité...

Séré Beauchesne Lévesque

Le Silence des agneaux, Psycho, Insidieux : Chapitre 2, Pulsions et Massacre au camp d'été ne sont que quelques exemples de films, pour la majorité largement applaudis par la critique, où le tueur est dépeint comme un transsexuel, révélation-choc supposée ajouter une couche de répulsion envers le meurtrier.

Cette image d'homme dérangé qui se déguise en femme semble être celle qui fait surface en premier lorsqu'il est question de donner aux femmes trans des droits fondamentaux. Cette année aux États-Unis, plusieurs états ont discuté l'adoption de lois visant à empêcher les femmes trans d'accéder à des espaces non mixtes tels que les toilettes, les vestiaires et les refuges.

La rhétorique est simple : si l'on autorise les femmes ayant un pénis à utiliser les toilettes des femmes, n'importe quel homme peut se déguiser en femme, s'incruster dans un espace non mixte et commettre des agressions sexuelles. Bien sûr, inutile de faire remarquer que les agressions sexuelles sont déjà illégales et qu'on aurait plutôt intérêt à combattre la culture du viol pour faire baisser le taux d'agressions. L'argument ne vise pas à être logique, il vise à jouer sur la peur et la méconnaissance des enjeux trans pour faire avancer une idéologie ségrégationniste et discriminatoire.

Mais la véritable terreur n'est pas dans le camp des femmes cis qui veulent aller aux toilettes. Les personnes trans, en particulier les femmes trans, ont beaucoup plus de raisons d'avoir peur d'exister que la population générale en a d'avoir peur qu'elles existent.

Une étude américaine datant de 2011, *Injustice at Every Turn: A Report of the National Transgender Discrimination Survey*, laisse entendre qu'être trans aux États-Unis s'apparente à vivre dans un film d'horreur,

du côté des victimes cette fois-ci. La moitié des personnes trans a été sévèrement harcelée et intimidée à l'école. Les deux tiers des personnes trans ont subi au moins une agression sexuelle. Une personne trans sur cinq a été sans-abri à une période de sa vie. Près du quart de ces personnes qui ont vécu dans la rue ont été agressées sexuellement lors de leur séjour dans un refuge. Quatre personnes trans sur dix ont fait au moins une tentative de suicide. Il n'y a pas lieu de croire que le portrait est drastiquement différent au Canada, où les avancées législatives visant à protéger les personnes trans sont récentes, disparates et encore peu appliquées.

Il n'y a jamais eu un seul cas où une personne trans a agressé quelqu'un dans les toilettes. Mais de peur d'y être perçues comme un danger, d'être humiliées, harcelées, voire violentées, six personnes trans sur dix évitent les toilettes publiques. Une personne trans sur trois évite même de trop boire ou manger pour ne pas être contrainte à les utiliser. La terreur est dans leur camp.

LE RAJEUNISSEMENT SUR TOUTES LES LÈVRES

On a tous vu les deux immenses panneaux publicitaires surplombant la ville de Sherbrooke dans les dernières semaines. Les publicités n'ont même pas été décrites et vous savez probablement tous déjà de quoi il est question. On a donc tous vu les deux panneaux, ou plutôt, la couverture médiatique qui en a découlé...

Rosanne Bourque

Plusieurs ont critiqué la pratique existante du rajeunissement génital. Bien que la labioplastie, qui consiste à réduire les petites lèvres, ne serait probablement pas née sans l'avènement de la pornographie et sans la promotion de la jeunesse comme idéal, certaines femmes aboutissent sur une table de traitement à cause d'une morphologie inconfortable; d'autres, par simple souci d'esthétisme ou pour plaire à leur partenaire. Les raisons sont différentes pour chaque patiente et il est difficile d'en juger la pertinence.

À vrai dire, c'était plutôt la promotion d'une association entre la jeunesse génitale et la confiance en soi qui semblait déranger l'opinion publique. « Je crois que cette publicité est symptomatique d'une société obnubilée par l'esthétisme et je comprends mal que personne n'ait levé la main pour dire que c'était peut-être inapproprié avant qu'elle se retrouve sur de grands panneaux dans nos rues à la vue des enfants par exemple. C'est troublant », soutient Nathalie Plaat, psychologue sherbrookoise, dans une lettre ouverte à *La Presse*. Les récentes manifestations féministes, la promotion de l'estime personnelle des jeunes et la dénonciation de la culture du viol ont également marqué l'actualité ces derniers mois. Malheureusement, la prise de parole est récente, mais c'est tout de même un début, et c'est de cette façon que l'égalité des sexes triomphera.

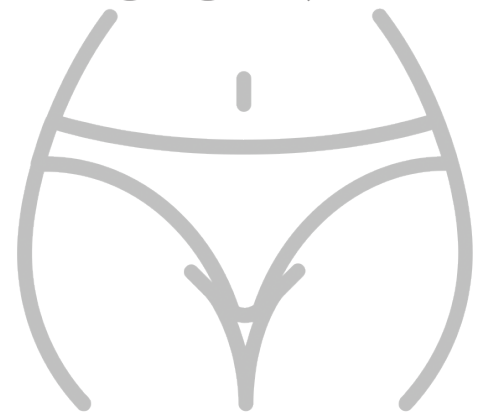
La pratique en soi et les publicités qui s'y rattachent sont deux débats différents, mais on semble finalement avoir rendu à autrui ce qui lui appartient : son corps. Et il en fera bien ce qu'il en voudra, autrui. Comme vous l'avez probablement remarqué, les journaux se sont donc concentrés sur l'éthique du message mis en vedette par les publicités. Nul besoin d'en refaire la critique ici. *Bon. Ça, c'est dit!*

Toutefois, vous êtes vous seulement demandé s'il existait le même genre de pratique chez les hommes?

Si un panneau publicitaire s'érigait sur la rue King, montrant un homme souriant parce qu'il s'était fait allonger ou épaissir la verge, seriez-vous indignés?

Et si je vous disais que les hommes peuvent aussi se faire reconstruire l'engin reproducteur, seriez-vous tout autant indignés que par le rajeunissement de la vulve? Les genres, bien qu'ils tendent à devenir des notions impertinentes, sont des cadres de stéréotypes très fermés. Le stéréotype de l'homme, fort et rationnel, est peut-être perçu moins différemment, ou même moins négativement par la société, mais il amène à des pratiques tout autant questionnables que les stéréotypes sexuels entourant la gent féminine. L'opération existe tout de même et on peut se questionner sur ce que représente ce genre de chirurgie plastique. Mais, encore là, c'est une question de promotion, de message envoyé. Une publicité encourageant la pénoplastie pour une meilleure estime personnelle serait tout aussi aberrante.

La publicité du cabinet du docteur Bernier a suscité l'intérêt de la foule, mais cette nouvelle qui est apparue dans les faits divers de l'actualité ne doit pas être vue comme un fait isolé. Elle doit plutôt être observée comme une manifestation d'une mouvance naissante qu'il faut remettre en question, et ce, autant pour l'image de la femme que pour enrayer les stéréotypes masculins. Pourquoi donc s'arrêter à la critique de la publicité? Et pourquoi ne pas se poser des questions sur la pratique en soi, pour les hommes et pour les femmes qui ne devraient pas être complexés de vieillir et d'être tout simplement comme ils sont?



SECTION SOCIÉTÉ

LES CHRONIQUES DU WWF DE L'UDES

UNE HALLOWEEN SANS CHAUVES-SOURIS?

Alexia Desmarais

L'Halloween est à nos portes et, qui dit Halloween, dit chauves-souris! Même si certains en ont peur, leur disparition ne serait que plus effrayante!

Les deux tiers des espèces se nourrissent principalement d'insectes ravageant les champs agricoles. Sans elles, ce ravage serait en expansion et affecterait plusieurs écosystèmes, selon le ministère des Forêts, de la Faune et des Parcs du Québec (MFFP). De plus, certaines se nourrissent de fleurs et de fruits, permettant ainsi la pollinisation et la dispersion des graines, selon Hector Harita, biologiste spécialiste des chiroptères à « Universidad Nacional Autónoma de Mexico ». Par exemple, la chauve-souris mexicaine à queue libre est le principal pollinisateur de l'agave produisant la fameuse tequila!

Les chauves-souris sont hantées par la perte de leur habitat, décimé dans l'Est canadien, par un étrange champignon mortel créant à ses hôtes un museau blanc. Des chercheurs américains ont découvert des centaines de chauves-souris agonisant dans des grottes abandonnées en 2006 dans l'État de New York, selon le MFFP. Encore méconnu, le syndrome touche maintenant plus d'une quinzaine d'états dans le Nord-Est américain.

Le syndrome du museau blanc représente un enjeu international majeur pour la conservation des chauves-souris d'après le MFFP. Depuis 2010, ce fléau se retrouve spécifiquement dans la région de l'Estrie et de l'Outaouais, alerte le gouvernement provincial. La vitesse préoccupante de celle-ci serait la conséquence d'une espèce invasive, probablement répandue par les touristes qui visitent les grottes.

Les recherches entreprises mondialement par les scientifiques permettront bientôt de trouver une solution, selon le MFFP. Néanmoins, en tant que bons citoyens de l'Estrie, nous pouvons ralentir la progression de ce champignon en évitant de visiter les grottes contaminées, en suivant les procédures de décontamination des vêtements, en communiquant avec Chauves-souris aux abris et en faisant un don aux organismes de protection pour la conservation des chauves-souris, comme le WWF!



Mardi 15 novembre, 18 h 30
Résidences UdeS G-13

GRATUIT

À VENIR

Avec pas d'casque | 19 novembre
Masterclass avec
Chloé Robichaud | 21 novembre

f | arrierecoursudes.ca

**ARRIÈRE
COURS**

TA COLLECTION DE SHOWS

Les sorcières de Salem

Vicky Constantineau

Sorcellerie, procès, pendaison : l'histoire de la ville de Salem nous transporte dans un univers plutôt macabre, où une centaine de personnes furent emprisonnées, plusieurs torturées et une vingtaine condamnées à mort. Située à moins de 25 km au nord de Boston, la ville de Salem vaut clairement un détour, particulièrement à ce temps-ci de l'année, alors que les commémorations de cet événement historique sont présentes un peu partout.

L'épisode des sorcières de Salem a lieu en 1692, dans un contexte où l'église puritaine domine la presque-totalité des sphères d'activités. Les puritains, arrivés sur le territoire des États-Unis en 1620 à bord du Mayflower, imposent leur religion à la population. Les dissidents religieux n'ont pas leur place, ils sont au contraire sévèrement réprimés. Au XVII^e siècle, nous sommes également dans un contexte où la sorcellerie est un phénomène pris au sérieux, qui fait peur et inquiète la population. Nombre de femmes sont pointées comme étant des sorcières, pour des raisons aussi banales que la pratique de la médecine. Ainsi, elles sont perçues comme des femmes avec des pouvoirs surnaturels, souvent associées au démon. C'est ce qui explique que les femmes accusées de sorcellerie soient ainsi réprimées par la société.

Dans le cas des sorcières de Salem, tout a commencé par de fausses accusations. Certaines femmes, présentant elles-mêmes des signes de démente, accusent à l'aveuglette trois jeunes femmes d'être des sorcières. Leurs propos seront pris au sérieux, et les accusées seront condamnées et exécutées. Une hystérie collective s'empare de la ville et les accusations se multiplient. On verra rapidement les prisons se remplir d'individus accusés d'être des sorciers, des magiciens, ou encore des alliés de Satan. La première personne à passer devant les tribunaux fut Bridget Bishop, reconnue coupable et exécutée le 10 juin 1692. C'est officiellement un peu plus de 200 personnes qui furent emprisonnées pour attendre leur procès à Salem. Parmi ces personnes, 19 ont été exécutées par la pendaison : treize femmes et cinq hommes. En vérité, aucune d'entre elles n'était coupable de quelque crime que ce soit.

L'incohérence des accusations allait faire en sorte que ce tollé perdra rapidement de son engouement. Bien vite, la population et les autorités réalisèrent le non-sens que cela avait. Le gouverneur William Phipps entreprit la dissolution de la cour en octobre 1692 et ainsi, les procès de ce type étaient bannis. Samuel Sewale, membre du jury pendant cette période, reconnaît publiquement sa faute et celle des autres pas moins de 10 ans plus tard.

Aujourd'hui, cet épisode historique est utilisé par la ville de Salem pour susciter le tourisme. On y retrouve entre autres plusieurs musées relatant les événements. Parmi ces derniers, deux semblent valoir le détour plus que les autres : le Salem Witch Museum et Witch House. Le premier propose le visionnement de plusieurs scènes permettant de comprendre les événements. On y explique également la place de la sorcellerie à l'époque. Le second est un bâtiment de l'époque, c'est d'ailleurs le seul à avoir été conservé. C'est également la maison d'un des juges ayant participé au procès, soit Jonathan Corwin, ce qui ajoute à son intérêt.

La ville de Salem me semble être un lieu touristique plutôt intéressant à visiter, afin de revivre les événements de 1692. Il est étonnant de constater la place de la sorcellerie à l'époque, mais surtout la peur que cette dernière engendrait chez la population. Alors que pour nous, ce monde ne représente que de la fantaisie, il représentait, pour les habitants de Salem au XVII^e siècle, une réelle menace.

Éditorial

CAMPUS

LA RÈGLE D'OR



**ELENA
NAGGIAR**

section.campus@lecollectif.ca

La sécurité, ce concept abstrait, intangible et pourtant si précieux aux yeux de tous. Sécurité physique, sécurité amoureuse, sécurité financière, sécurité familiale, tant de sécurité pour nous reconforter et panser nos maux. Un concept qui teinte la vie sur les campus universitaires et dont l'absence en préoccupe plus d'un.

Pourquoi la sécurité n'est-elle pas un bien que l'on peut tout simplement se procurer au magasin

et s'assurer de toujours en avoir avec nous? Pourquoi la sécurité est-elle une denrée rare qui ne semble pas disponible pour tous? Pourquoi la sécurité traîne-t-elle avec ses amies surnoises comme la peur, l'inconfort, l'intolérance, le harcèlement et la discrimination? Pourquoi en 2016, dans un pays dit industrialisé, la peur a-t-elle réussi à s'installer sur les campus universitaires, à se tailler une place de choix dans l'esprit des étudiantes et étudiants et même à s'infiltrer sous les toits des universitaires?

Comment se porte la santé de la division de sécurité de l'Université : est-elle en mode guérison ou en mode prévention? L'équipe de sécurité détient plus d'une corde à son arc lorsque vient le temps de protéger la population étudiante ainsi que le personnel de l'Université.

La première ligne de sécurité consiste en un circuit fermé de caméras de surveillance qui permet à la division d'avoir une visibilité partout sur le campus. Ensuite viennent les patrouilleurs, qui eux, s'occupent d'assurer une présence physique sur le campus de l'Université. Il faut savoir que toutes les activités et les efforts déployés pour assurer la sécurité à l'Université sont concentrés au centre opérationnel de sécurité qui est ouvert en tout temps. D'ailleurs, un agent y est toujours présent pour assurer la gestion de l'ensemble des alarmes et des caméras de surveillance de l'Université. Finalement, il y a l'application *Sécurité UdeS*, un tout nouvel outil qui permet à l'équipe une plus grande rapidité d'exécution pour le déploiement des mesures d'urgence.

Pour ceux qui ne savent pas où se trouve le centre opérationnel du département de sécurité de l'Université (tout comme moi avant de m'entretenir avec monsieur Jacques Girard, directeur de division – Service de sécurité et coordination des mesures d'urgence), sachez dorénavant que celui-ci se trouve au pavillon B5, tout juste en dessous de la cafétéria centrale.

Lorsqu'il s'agit de violences à caractère sexuel, comment le département s'y prend-il pour venir en aide aux victimes? Dans l'application, il y a une section dédiée aux violences à caractère sexuel dans laquelle se trouvent des ressources et des mesures disponibles pour les victimes, notamment le CALACS de l'Estrie. Monsieur Girard soutient tout de même qu'il est important pour les victimes de rapporter les incidents, pour que le département puisse continuer à les assister auprès des services policiers, car l'un des rôles

que joue la division de sécurité du campus est d'assister les gens à porter plainte en toute confiance.

En toute confiance. Ce sont là de biens beaux mots, mais ô combien lourds de sens. D'ailleurs, selon les résultats préliminaires de l'Enquête sur la sexualité, la sécurité et les interactions en milieu universitaire (ESSIMU), il est indiqué que peu de victimes formulent des plaintes officielles à la direction de leur université. Peut-être qu'une corrélation pourrait être établie entre la réticence des victimes à signaler leur agression et le fait que « sur le campus, c'est très minime ce qui est rapporté à l'équipe de sécurité », comme l'affirme monsieur Girard. En outre, aucun cas de violence à caractère sexuel n'a été répertorié dans les souterrains de l'Université. Endroit à première vue propice à ce genre d'incident, mais monsieur Girard affirme que la sécurité est aussi présente et forte sur les terrains à l'extérieur du campus que dans les tunnels qu'il considère très bien éclairés et très passants.

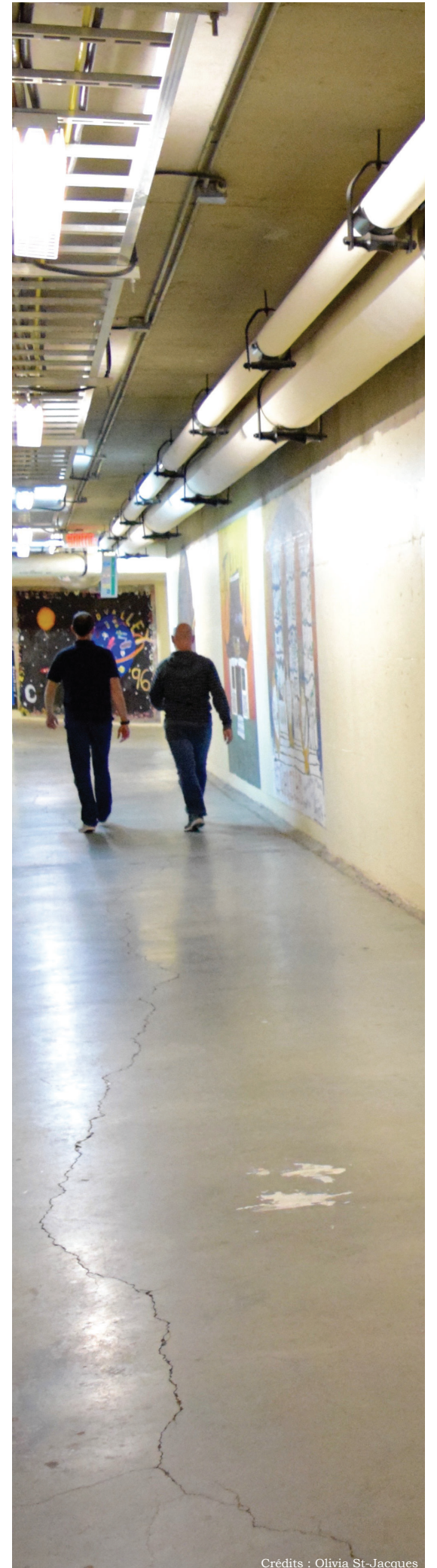
Le seul moyen pour le Département de sécurité d'avoir l'heure juste sur les cas de violence à caractère sexuel est que les victimes brisent le silence et consentent à remplir un « rapport d'événement » qui est ensuite acheminé au Service de police de la Ville de Sherbrooke. Encore là, on demeure dans un scénario utopique dans lequel, d'une part, la victime prendrait conscience qu'elle est une victime de violence à caractère sexuel et, d'autre part, que la victime dénoncerait son agresseur, le tout dans une courte période.

Madame Geneviève Paquette, Ph.D., professeure agrégée au Département de psychoéducation de l'Université, soulève quelques pistes de réflexion fort intéressantes, mais tout aussi inquiétantes sur la difficulté de briser le silence : la réticence est-elle justifiée par des difficultés rencontrées pour déposer une plainte? Les victimes ont-elles l'impression qu'il s'agit d'un effort supplémentaire alors que l'adaptation à la situation en demande déjà beaucoup? Est-ce que les instances venant en aide aux victimes sont peu connues dans l'Université? Les victimes ont-elles peur d'être stigmatisées? Ignorent-elles les mesures de soutien pouvant être prises? Tous des questionnements et réflexions légitimes qui pourront trouver une réponse éclairée et appuyée lorsque la totalité du rapport de l'ESSIMU paraîtra.

D'ici là, chères étudiantes et chers étudiants, sachez que l'équipe de sécurité détient un temps de réponse aux situations d'urgence et de danger en deçà de trois minutes à peu près partout sur le campus principal. Pour le service de sécurité sur campus de la santé à Fleurimont, ce dernier est assuré par les services de sécurité du Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke (CHUS), sous-contractés par l'Université et il est aussi efficace que celui du campus principal, souligne le directeur de la division.

Même après m'être entretenue avec monsieur Girard et madame Paquette, le concept de sécurité me paraît encore très indescriptible. Le paradoxe réside pour moi en la définition du mot *sécurité* et l'application sociale de celui-ci. En effet, *Le Petit Robert* définit la sécurité comme étant : « une situation, un état tranquille qui résulte de l'absence réelle du danger (d'ordre matériel ou moral) ». Pourquoi donc un individu qui cherche à être dans un état de sécurité infligerait-il le contraire à autrui?

Je termine ma réflexion avec la règle d'or qui transcende toutes cultures, religions, mœurs et sociétés : « Ne faites pas aux autres ce que vous ne voudriez pas qu'on vous fasse. » C'est pourtant simple, non?



[REPORTAGE PHOTO]

Lieux obscurs de



Prison Winter



Sanctuaire de Beauvoir



Rue Frontenac



Sanctuaire de Beauvoir

Sherbrooke

Olivia St-Jacques



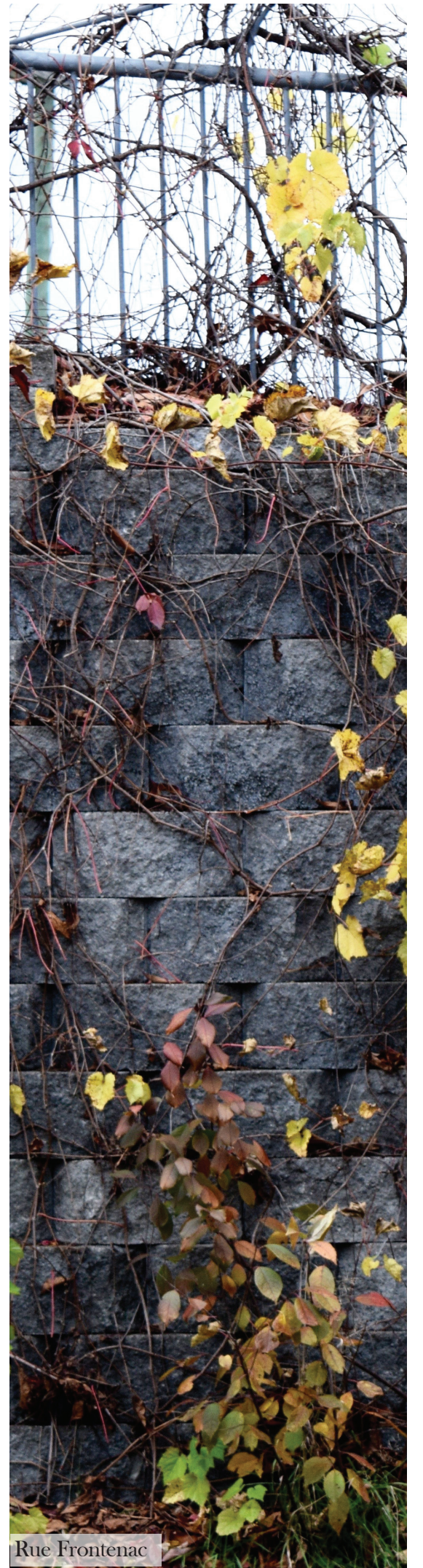
Prison Winter



Sanctuaire de Beauvoir

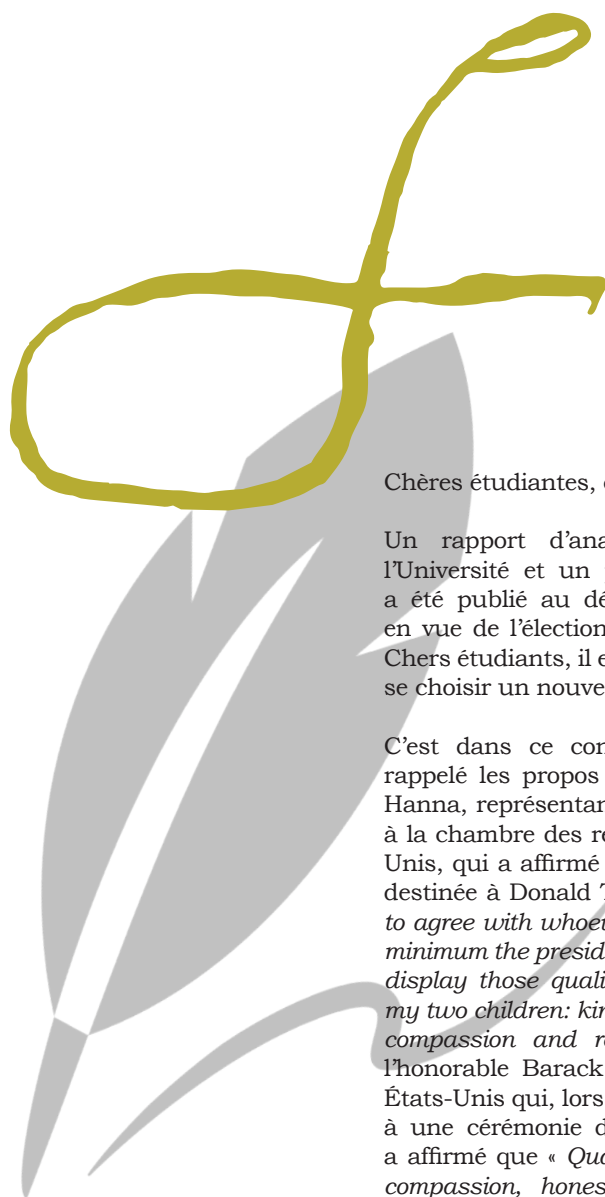


Côte de Beauvoir



Rue Frontenac

SECTION CAMPUS



Lettre ouverte

SE CHOISIR UN NOUVEAU RECTEUR

Arnaud Duhamel

Chères étudiantes, chers étudiants,

Un rapport d'analyse des besoins de l'Université et un profil des compétences a été publié au début du mois d'octobre en vue de l'élection d'un nouveau recteur. Chers étudiants, il est maintenant temps de se choisir un nouveau recteur.

C'est dans ce contexte que je me suis rappelé les propos de l'honorable Richard Hanna, représentant de l'État de New York à la chambre des représentants aux États-Unis, qui a affirmé dans une lettre ouverte destinée à Donald Trump : « *I never expect to agree with whoever is president, but at a minimum the president needs to consistently display those qualities I have preached to my two children: kindness, honesty, dignity, compassion and respect.* » Tout comme l'honorable Barack Obama, président des États-Unis qui, lors d'un discours prononcé à une cérémonie de collation des grades, a affirmé que « *Qualities like kindness and compassion, honesty, hard work – they*

often matter more than technical skills or know-how. » C'est ce même président qui, dans son discours prononcé lors du conseil général du parti démocrate, a affirmé que, en gros, « *... traits like honesty and hard work, kindness, courtesy, humility, responsibility, helping each other out. That's what matters.* »

Il y a aussi l'honorable Ted Cruz, sénateur américain représentant l'État du Texas, qui a affirmé dans son discours présenté lors du conseil général du parti républicain que « *we deserve leaders who stand for principle. Unite us all behind shared values. Cast aside anger for love.* »

Chez nous, l'honorable Véronique Hivon, députée de la circonscription de Joliette, lors d'un événement électoral à Val-d'Or, a affirmé que : « Ce que je veux faire valoir, c'est que l'empathie, la gentillesse, ce sont des valeurs importantes que je souhaite retrouver dans un leader ».

Durant l'antiquité chinoise, un des proches de l'empereur Chouenn lui aurait apporté le conseil suivant : « Confiez les charges aux hommes vertueux et capables, et jamais à d'autres ».

J'ai pu constater que le profil de compétences du nouveau recteur mentionne qu'il doit, entre autres, être une personne humaine, intègre et respectueuse de la communauté universitaire.

C'est génial. Comment faire mieux? Je crois en tout respect que le choix du nouveau recteur est un devoir qui nous incombe à tous. C'est ainsi que je nous invite respectueusement à nous demander qui est la personne avec la plus grande bonté d'âme que nous connaissons et l'inviter énergiquement à se présenter.

LA QUEERISATION DU FRANÇAIS

PETIT LEXIQUE ÉPICÈNE POUR LA FAMILLE

Gabriel Martin

Depuis quelques années, la pensée queer teinte les analyses de nombreux groupes qui militent contre les discriminations en lien avec les construits de genre ou de sexe, comme la misogynie, l'homophobie et la transphobie. Dans cette lignée, le féminisme queer affirme de plus en plus sa présence en remettant en question la rigidité des représentations sociales qui catégorisent les personnes en fonction de notions de genre ou de sexe prédéfinies.

Alors que la féminisation des titres a occupé l'attention des féministes libérales et radicales à la fin du 20^e siècle, la *queerisation* du français se dresse comme un enjeu potentiel des féministes queer du 21^e siècle. Concrètement, qu'est-ce que la *queerisation* d'une langue? Il s'agit de l'action de créer des néologismes de sens ou de forme, afin de dégenrer progressivement le lexique et la grammaire de cette langue. En français, cela consiste donc à inventer de nouvelles manières de parler de personnes sans avoir à les associer systématiquement au genre féminin ou masculin.

Dans un article précédent du *Collectif* (4 octobre 2016, p. 6), on suggérait ainsi d'utiliser le nom épïcène *adelphe*, pour remplacer à la fois le nom masculin *frère* et le nom féminin *sœur*. Passé dans l'usage, ce mot permettrait de demander à quelqu'un : « Combien d'adelphes as-tu? », plutôt que : « Combien de frères et sœurs as-tu? » En plus

d'être plus courte, la nouvelle formulation comporte l'avantage non négligeable d'inclure les personnes non binaires, c'est-à-dire dont l'identité profonde serait niée si on les enferme dans la case « homme » ou la case « femme ».

La *queerisation* pose des difficultés particulières lorsque l'on cherche à trouver des mots épïcènes liés au champ lexical de la famille. On me permettra donc de proposer le tableau qui suit, dans lequel sont mis en parallèle quelques exemples de mots conceptuellement liés aux hommes, aux femmes et aux personnes tout court.

Homme	Femme	Personne
frère	sœur	adelphe
fratrie	sororie	adelphie
fraternelle, fraternel	sororale, sororal	adelphique
fraternité	sororité	solidarité
fraterniser	sororiser	mutualiser
fil	fil	enfant
père	mère	parent
paternelle, paternel	maternelle, maternel	parentale, parental

En plus de mots connus, ce tableau présente quelques néologismes. Toute une série de procédés permet de créer de tels mots. D'une part, on peut en intégrer de tout nouveaux, comme l'emprunt *adelphe* (du

grec ancien *adelphós*) ou le mot-valise *tancle* (de *tante* et *oncle*). D'autre part, et de manière encore plus productive, il est possible de récupérer des mots existants et d'adapter leur sens, comme on le fait en jugeant que *mutualiser* est l'équivalent épïcène de *fraterniser* et *sororiser*.

Est-ce une utopie de croire en l'intégration de ces emplois? Aucunement. Il est tout à fait envisageable de voir un jour tous les mots présentés dans ce tableau gagner l'usage général, pour autant qu'ils soient défendus et employés avec résolution dans les communications grand public des milieux militants pendant de patientes années de transition.

Barbares, ces mots? Comme le disait si bien Louky Bersianik, dans le classique *L'Eugélonne* (1976, p. 231) : « À l'origine, tous les mots sont barbares, à l'origine tous les mots sont des barbarismes. Si vous voulez exister dans la société, vous devez absolument fabriquer les néologismes qui vous conviennent, sinon, vous n'existerez pas. » Et les personnes non binaires existent. Elles ne sont ni des chimères ni des arlésiennes.

Contrairement à ce qu'on a pu entendre, les néologismes épïcènes sont loin de nous cantonner à une rectitude politique stérile : en fait, ils ouvrent des zones conceptuelles dans nos cerveaux et participent à l'émancipation de nos esprits, et ainsi de nos êtres.

LANCEMENT DU MOUVEMENT SOCIAL

QUÉBEC CONTRE LES VIOLENCES SEXUELLES

Hanna Krabchi

Le vendredi 21 octobre dernier avait lieu le lancement officiel du mouvement social Québec contre les violences sexuelles (QCVS), au campus de l'UdeS à Longueuil. Ariane Litalien, Kimberley Marin et Mélanie Lemay — membres fondatrices de QCVS — ont appelé le gouvernement à l'action sous la forme de trois revendications : l'établissement d'une loi obligeant l'instauration de règles encadrant les plaintes d'agressions sexuelles dans les institutions postsecondaires, un financement approprié pour la lutte aux violences sexuelles et une formation sur les violences sexuelles pour tous les élus de l'Assemblée nationale.

J'ai discuté du mouvement avec Mélanie Lemay, qui est aussi vice-présidente au développement durable et aux affaires locales et communautaires de la FEUS.

Vos trois revendications présentées en conférence de presse découlent de quel constat? En particulier celle en lien avec la formation des élues et élus?

« Ça découle du fait que naturellement, on n'a pas atteint la parité à l'Assemblée nationale. On s'est dit qu'à défaut de l'avoir de manière "normale", ce serait quand même intéressant de reprendre des revendications de certains groupes, qui malheureusement sont morts à cause du fait que le secrétariat de la condition féminine a été coupé de moitié. Donc je suis allée dépoussiérer des idées que les PÉPINES — un organisme dont j'ai déjà été administratrice — avait déjà présenté. Je me suis dit que ça pourrait vraiment être une belle astuce pour finalement amener la réflexion à tous les élus, pour qu'ils ne puissent pas faire semblant par la suite qu'ils ne savent pas de quoi ils parlent. »

Donc, le constat de base est qu'il y a un manque de connaissance sur ce qu'est la culture du viol au parlement, mais aussi dans la société en général?

« C'est ça! Aussi dans la prise de décisions concernant des enjeux qui touchent beaucoup de gens, mais qui malheureusement sont sous-représentés, voire invisibles en raison de la voix dominante. »

Vous avez commencé votre allocution en déclarant la « guerre à la culture du viol », pouvez-vous développer là-dessus?

« J'ai voulu me réapproprié et réinterpréter un terme qui est très mâle. Dans le sens où les hommes ont tendance à vouloir déclarer la guerre assez rapidement. Je me suis dit : pourquoi ne pas le tourner à notre avantage, nous les femmes, et le faire à notre façon à nous, soit de manière pacifique, concertée et réfléchie? C'est vraiment dans ce sens que je me suis dit que ce serait un bon statement pour dire : écoutez, là, on va arrêter de faire comme si ça n'existait pas, que ce n'était pas grave ou que c'était juste un problème entre femmes! »

QCVS est un mouvement social apolitique et à visée intersectionnelle; pouvez-vous nous dire en quoi ces deux points étaient importants pour vous?

« Pour nous, c'était super important que ce soit apolitique pour éviter que tout ce qu'on revendique devienne finalement un stérile combat en chambre. Le but est vraiment de rappeler que tout le monde est concerné par l'enjeu. Que tous les élus, qui sont censés représenter la population, se rappellent que la population vit avec cette dynamique-là tous les jours! De là l'importance de s'assurer que ce soit apolitique, parce qu'on ne voulait pas recréer une espèce de débat qui était noyauté par un parti plus qu'un autre, et que finalement ça devienne un débat partisan et non pas un débat social. [...] Et pourquoi à visée intersectionnelle? Parce que je trouve que oui, c'est beau le féminisme, mais dans notre système d'oppression, ce n'est pas l'ensemble des enjeux qui sont mis de l'avant. Et, souvent, les personnes qui en ont le plus besoin, les personnes les moins privilégiées, leur voix est complètement ignorée. [...] Donc c'est vraiment pour ça que je considérais important d'ajouter une analyse intersectionnelle. De par le fait que moi-même je suis racisée, mais que je me considère quand même comme une femme privilégiée malgré tout. Du fait que je suis éduquée, que j'ai un entourage autour de moi, que j'ai un statut de citoyenneté canadienne. [...] Je considère que ma voix doit servir aussi à porter les choses dont moi-même je ne suis pas consciente. C'était important pour moi de faire cet espace-là. »

Vous avez invité la rectrice de l'Université de Sherbrooke à faire une allocution à la conférence de presse, pouvez-vous nous dire la raison?

« C'était en réponse directe au fait que le gouvernement ait mentionné que c'était la responsabilité des recteurs, c'était à eux de régler le problème. L'Université de Sherbrooke, c'est pas comme s'ils avaient été des hypocrites. Depuis le début ils sont avec nous. Ils ont été les premiers à dire qu'ils embarquaient dans notre initiative, qui découlait de l'événement « Souris si tu te touches ». Ils ont toujours été vraiment à notre disposition, dans le sens que dès qu'on avait une idée, on les appelait et tout de suite ils nous fournissaient les ressources et l'aide. J'ai trouvé que c'était insultant l'image que [les propos de monsieur Couillard] pouvaient donner des recteurs; comme quoi c'était tous des gens qui s'en fichent [...] alors que ce n'est pas vrai! J'ai reçu énormément de soutien de la part de l'UdeS, probablement plus que de n'importe quelle autre université. Alors c'était quelque chose que je voulais nommer. Et qu'aussi, en même temps, on comprenne que les universités ne sont pas la cause du problème, elles en sont juste un symptôme. [...] Je considère qu'à Sherbrooke on est vraiment proactif et c'est vraiment génial. »

Quelle est la suite pour le mouvement?

« C'est une surprise! »

*Pour plus d'information, visitez la page Facebook de Québec contre les violences sexuelles et leur site internet au quebeccvs.com.

À LA RECHERCHE

d'articles originaux à l'image de votre faculté, de votre département ou de votre programme ?

Le service du promotionnel de votre coopérative EST LÀ POUR VOUS.

dir.service@usherbrooke.coop

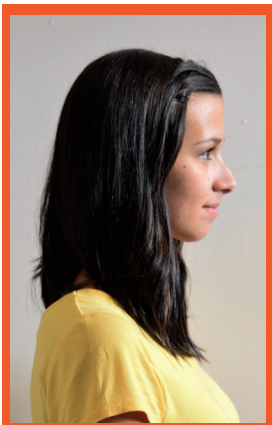
819 821-3599, poste 65114



Éditorial

CULTURE

QUAND L'ART sensibilise



LYDIA SANTOS

section.culture@lecollectif.ca

Quand le cinéma remplit notre esprit et le capture le temps de défiler ses images, quand le film trouble notre esprit... même une fois le générique terminé. À mon avis, cela se produit lorsque le message est en symbiose avec le septième art.

Par définition, l'intimidation est « l'action d'intimider volontairement par des menaces ». Dans le long-métrage *1:54* de Yan England, on voit

des scènes poignantes que nous tous, peu importe notre origine, avons déjà vues, eu oui-dire, ou même vécues...

Des phrases comme « c'était rien qu'une joke » se manifestent souvent trop tard. Comme le mentionnait Yan England, « quand une personne se confie, il ne faut pas banaliser en disant que ce n'est pas si grave que ça ». Pour elle, ce l'est.

Nous semblons pourtant conscientisés au sujet de l'intimidation. Se le faire « mettre en pleine face » est autre chose. À en voir les réactions dans la salle, entrer dans l'intimité d'un opprimé est (encore) tabou.

Ce qui m'a le plus troublé est l'impact de l'utilisation des réseaux sociaux. Yan England a avoué que les commentaires que nous voyons défiler dans le film sont réels : il a simplement changé les noms pour ceux des personnages. J'en avais des frissons. Malheureusement, « l'intimidation de cour d'école » connaît une extension : la cyberintimidation. Aujourd'hui, les menaces et les moqueries suivent les victimes 24 heures sur 24, 7 jours sur 7.

La culture permet de faire réfléchir et de méditer sur divers sujets et Yan England le prouve. Bref, sans nécessairement le savoir, vous « voulez » voir ce film.

RESSOURCES

Jeunesse, J'écoute : 1 800 668-6868
Tel-Jeunes : 1 800 263-2266
Lignes Parents : 1 800 361-5085
Cyberaide : 1 866 658-9022
Centres régionaux de prévention du suicide :
1 866 277-3553



1:54

UNE RÉALITÉ PRÉSENTE QUI SEMBLAIT OUBLIÉE

Le premier long-métrage écrit et réalisé par Yan England, *1:54*, dénonce de manière percutante un sujet délicat : l'intimidation. Yan England était de passage à La Maison du Cinéma pour présenter son œuvre. Ce film coup-de-poing ne laissera personne indifférent. Une introspection dont la société moderne avait grandement besoin.

Lydia Santos

Tim (Antoine Olivier Pilon) et Francis (Robert Naylor), deux adolescents, font des expériences scientifiques après les cours. En retrait des autres élèves, les camarades sont les souffre-douleurs de Jeff (Lou-Pascal Tremblay) et sa bande. Pourquoi? Parce qu'ils passent la plupart de leur temps ensemble, ce qui soulève des soupçons homophobes auprès des intimidateurs. Depuis des années, les insultes et les menaces s'accumulent. Un jour, un drame irréparable se produit. Jennifer (Sophie Nélisse) tente tant bien que mal d'apaiser les souffrances de Tim, devenant en quelque sorte sa confidente. Cependant, le jeune Tim ne veut pas dénoncer ses intimidateurs. Pour lui, « tu te la fermes ou tu règles ça par toi-même ». Il choisit la deuxième option...

Bon coureur, Tim réintègre l'équipe de course. La même dont Jeff fait partie. La compétition entre les deux adolescents commence. Tous deux veulent accéder à la compétition nationale du 800 m course. Une seule place par province est disponible. Le temps, 1 min 54, est celui qui doit être fait pour y accéder. Hors de lui, Jeff use de tactiques troublantes et fait tout pour empêcher que Tim lui « vole » sa place au championnat.

Le désarroi s'empare de plus en plus de Tim. L'accès aux réseaux sociaux propage rapidement l'image péjorative que Jeff fait circuler au sujet de son opprimé. Se faisant harceler jour et nuit, Tim cherche un moyen d'échapper à ce gouffre qui semble sans fond. La finale de *1:54* ne cherche pas à prendre le public par la main, mais à montrer jusqu'où l'intimidation peut mener. Cela vaut autant pour les personnes intimidées que pour leur entourage.

UN LONG-MÉTRAGE QUI REND JUSTICE

La solide distribution rend justice aux situations et aux émotions que soulève le film. Le jeu des acteurs est sincère et dirigé avec brio. Les longueurs sont exploitées dans le dessein d'installer l'émotion à son point culminant. De plus, plusieurs plans rapprochés permettent aux spectateurs d'être en diapason avec les tourments que vit Tim. Le transfert d'émotions se fait sentir instantanément dans la salle. L'effet que produit le long-métrage sur l'auditoire est presque aussi troublant que le sujet qui y est traité.

Lors de la présentation commentée par Yan England à La Maison du Cinéma dans le cadre de sa tournée pour *1:54*, le réalisateur explique quelques détails concernant la création et le tournage. Il explique que le film est la vision de Tim. Cela explique pourquoi les adultes semblent absents. La réalité du secondaire est représentée comme une microsociété dans laquelle les adolescents ont un accès exclusif.

Les scènes tournées dans l'école sont avec de vrais élèves et de vraies réactions – ils ne sont pas des figurants. Ces derniers savaient qu'il y avait un tournage, mais n'avait aucune idée du genre de scène et où elles allaient avoir lieu.

En peu de temps, *1:54* a déjà reçu trois prix. En août dernier, au Festival du film francophone d'Angoulême (France), Antoine Olivier Pilon a remporté le Valois Magelis (meilleur acteur) pour son rôle de Tim. Il a également eu le prix du jury junior au Festival International du Film Francophone de Namur (FIFF) en Belgique. (*La Presse*)

LES TRACES DE NOS EXCÈS

Arlette Vittecoq présente son exposition Les traces de nos excès depuis le 26 octobre dernier à la galerie d'art du Centre culturel de l'Université de Sherbrooke. La Sherbrookoise d'adoption n'en est pas à son coup d'essai. En effet, l'artiste-photographe signe là sa troisième exposition dénonçant l'impact néfaste de notre société de consommation sur l'environnement.

Sandra Favier et Antoine Lapeyre

Parisienne d'origine, elle s'est d'abord focalisée sur l'omniprésence des canettes de soda et des sacs de plastique dans notre paysage visuel. Ici, elle a souhaité généraliser son message en photographiant et en exposant l'ensemble des détritiques, traces de notre présence sur cette planète pourtant si fragile.

C'est à partir de cette image d'empreinte indélébile laissée par les humains qu'elle a décidé d'intituler son exposition *Les traces de nos excès*. La photographie du même nom est effectivement l'illustration parfaite du message qu'a voulu délivrer l'artiste : une canette qui s'enlise et une empreinte de pneu laissée dans une eau boueuse... Arlette Vittecoq a par ailleurs effectué un travail sur la couleur du sol qu'elle a noirci afin de créer l'illusion d'une nappe de pétrole, au lendemain d'une marée noire. Elle a décliné ce concept sur une série de douze photographies au contraste saisissant et évocateur. Elle confie d'ailleurs s'être appuyée sur une technique « d'attraction-répulsion ». L'artiste cherche d'abord à attirer l'attention du regardeur (amateur d'art) en lui offrant une image nette aux couleurs éclatantes, tout en sachant qu'il sera par la suite révolté par les détritiques. En rendant les ordures « esthétiques », le message n'en est que décuplé. En effet, selon elle, « si on photographie des ordures simplement, les gens ne s'arrêtent pas ». Force est de reconnaître que cela est efficace à en juger par les réactions enthousiastes des personnes présentes lors du vernissage.

Plus loin, une seconde fresque, elle, fait la narration de la vie d'une bouteille en plastique autour du parc Jacques-Cartier (Sherbrooke). Depuis son utilisation jusqu'à son recyclage, l'artiste illustre le long périple d'une bouteille d'eau, transportée au gré des promenades de marcheurs peu sensibilisés. Exception faite des deux fresques principales, une image frappe davantage l'esprit par sa simplicité et la profondeur de son message. « Le temps des feuilles » montre des feuilles mortes amassées au pied d'une clôture, mêlées à des circulaires par dizaines. Au-dessus flotte une ombre de femme. Si cette photographie peut paraître des plus anodines à première vue, elle est empreinte d'une symbolique puissante. « Derrière chaque détritique se cache l'ombre d'un homme ou une femme », explique Arlette Vittecoq.

Dans le cadre du colloque « Innovations en valorisation des matières résiduelles », et à travers son exposition *Les traces de nos excès* qu'elle aime qualifier d'à

« hauteur d'homme », Arlette Vittecoq poursuit son combat contre la pollution de l'environnement. Elle réussit à sensibiliser le public à la cause écologique à travers l'art et la photographie. C'est saisissant et sûrement bien plus efficace que de longues campagnes de prévention.

À admirer et méditer du 26 octobre au 18 décembre 2016 à la galerie d'art du Centre culturel de l'Université de Sherbrooke (de 13 h à 16 h du mercredi au samedi).

**VIENS TÉLÉCHARGER
NOTRE COMPILATION
GRATUITE**



**LA VITRINE
CFAK • LPBN**

**CFAK
88.3FM**

**ÉCOUTE
NOUS
SUR LE WEB**




**CFAK
88.3FM**

**TÉLÉCHARGE
NOS BALADOS**

1	La Rencontre 28 juillet 2016	Télécharger
2	La Rencontre 27 juillet 2016	Télécharger
3	La Rencontre 26 juillet 2016	Télécharger
4	La Rencontre 25 juillet 2016	Télécharger

LISA LEBLANC DE PASSAGE À SHERBROOKE

CRITIQUE DE SON PLUS RÉCENT ALBUM ET DE SON SPECTACLE AU THÉÂTRE GRANADA

Lisa Leblanc est une des artistes les plus rafraîchissantes et originales ayant marqué le paysage musical québécois depuis la parution de son premier album intitulé Lisa Leblanc à l'hiver 2012. Dès lors, c'est une véritable découverte, c'est un album qui donne le ton, notamment avec le succès retentissant de la pièce « Ma vie c'est d'la marde ». Depuis, l'artiste parcourt le Québec, allant même jusqu'à donner des représentations sur le vieux continent. Son « trash folk » bien singulier et particulier ne laisse personne indifférent. Bien que son mini-album intitulé Highways, Heartaches and Times Well Wasted, uniquement en anglais et acclamé par la critique, a su faire patienter ses fans, Why You Wanna Leave Runaway Queen? s'agit de son troisième album en près de quatre ans. Il s'inscrit dans la suite logique du développement musical de la jeune artiste originaire de Rosaireville au Nouveau-Brunswick, et c'est au Théâtre Granada que l'artiste donnait rendez-vous à ses fans de Sherbrooke, pour le présenter.

Alexandre Dumas-Gingras

WHY YOU WANNA LEAVE RUNAWAY QUEEN?

Lisa Leblanc a une réputation à défendre et des attentes à combler. Depuis la sortie de son mini-album en 2014, on comprend que ses nombreux *road trips* au sud des États-Unis auront permis à la jeune artiste de maîtriser encore plus ses influences cajuns. Œuvrant maintenant principalement dans la langue de Shakespeare, son plus récent album, tout frais de sa parution le mois dernier, fait état d'une artiste qui est au sommet de son art. Des chansons telles que « Could You Wait 'Til I've Had My Coffee? » et « I Love You, I Don't Love You, I Don't Know » sont probablement les pièces maîtresses de l'album. Il s'agit d'un album très accrocheur dans l'ensemble et qu'on aime dès la première écoute. La voix de Lisa peut aussi bien se mêler à des ballades telles que « Why Does It Feel So Lonely (When You Are Around?) » qu'à des chansons avec plus d'aplomb et où le banjo de la jeune artiste se fait bien entendre. Belle surprise pour les amateurs de vieux *rock 'n roll*, on retrouve également une reprise du célèbre groupe Motörhead et du défunt Lemmy avec la pièce « Ace of Spades ». Somme toute, c'est un album à se procurer si vous êtes un admirateur de la jeune Néo-Brunswickoise.

SON SPECTACLE AU GRANADA

C'est donc une foule chaleureuse qui attendait de pied ferme Lisa Leblanc en ce vendredi 28 octobre au Théâtre Granada. En regardant la foule, on constate que l'artiste a touché plus d'une génération avec sa musique. Tout au long du spectacle, elle a su marier ballades et chansons plus rythmées. En passant par son premier album jusqu'au plus récent, Lisa Leblanc, accompagnée de ses talentueux musiciens, aura réussi à plaire aux amateurs.

Le moment fort de la soirée s'est déroulé lors du rappel, alors que la jeune artiste a interprété la très attendue « Ma vie c'est d'la marde ». C'est une foule particulièrement bruyante qui chantait avec Lisa, alors seule au banjo, avec ses musiciens et l'excellent groupe de première partie, Les Deuxluxes, en guise de chorale. La Néo-Brunswickoise a tenu à remercier la foule sherbrookoise pour sa participation et son amour, c'est une Lisa Leblanc visiblement touchée qui a ensuite quitté la scène.

SECTION CULTURE

UN ARTICLE SANS INTÉRÊT?

Ma visite à la dernière édition du Salon du livre de l'Estrie m'a permis de faire une grande découverte. En sillonnant les rangées consacrées aux bandes dessinées, mon regard a été attiré par un ouvrage. J'en ai tout de suite commencé la lecture et quand j'ai finalement relevé les yeux, je l'avais dévoré en entier. Son titre vous fera peut-être frémir : 12 mois sans intérêt – Journal d'une dépression de Catherine Lepage.

Émilie Lalonde

DOUCE POÉSIE

La dépression peut être un sujet très lourd, mais tellement intéressant. Catherine Lepage a su décrire son déclin d'un an d'une manière étonnamment colorée. Des images, des dessins, des graphiques aussi et un peu de texte font le portrait de ces 365 jours où son moral a connu une chute libre dangereuse. L'œuvre est d'une fragilité poétique. Elle a un petit côté enfantin. Des phrases du récit font sourire le lecteur à cause de leur simplicité, mais le font néanmoins remettre en question : « Tout allait bien. Tout d'un coup, tout s'est mis à mal aller. »

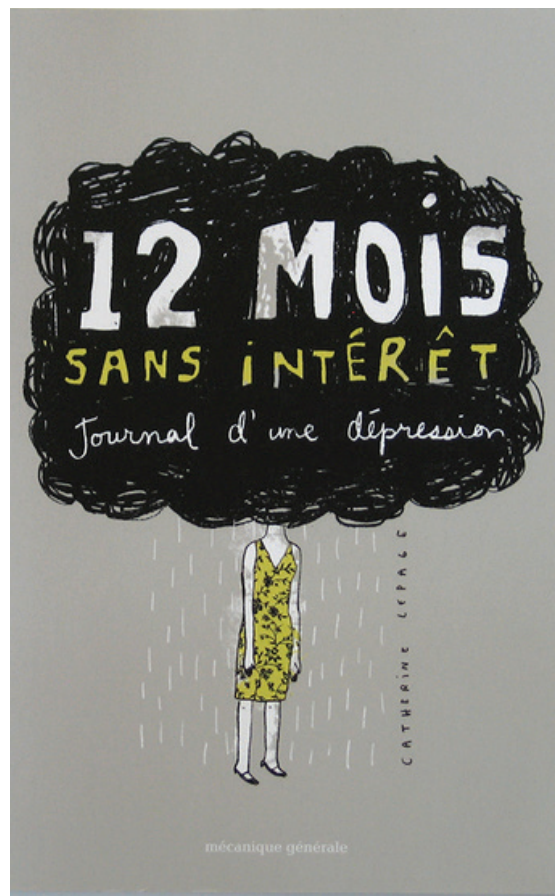
SIMPLICITÉ EFFICACE

12 mois sans intérêt – Journal d'une dépression. Ce titre est clair. Simple. Il annonce sans prétention le contenu. Ce n'est sans doute pas le sujet de prédilection du lectorat, mais le livre tient justement tout son charme de là. La dépression, un sujet sérieux, est traitée de façon légère et aucunement moralisatrice. L'auteure écrit : « Je n'ai plus qu'un appétit d'oiseau et je perds de plus en plus de plumes. » Cette comparaison accompagnée d'un dessin de corbeau est puissante. Elle réussit à décrire une réalité qui semble pourtant indescriptible vue de l'intérieur. Rapidement, l'état mental de la femme peut être compris. La bande dessinée publiée en 2007 continue d'être à l'image du quotidien d'un bon nombre de personnes.

INTÉRÊT SUSCITÉ

La formation en graphisme au cégep de Sainte-Foy de

Catherine Lepage et son perfectionnement en illustration à l'École supérieure des arts décoratifs de Strasbourg lui ont permis de participer à plusieurs projets. Elle a utilisé ses crayons et son matériel afin d'aborder des enjeux jugés plus sérieux comme l'anxiété. Son livre *Fines tranches d'angoisse* a beaucoup touché et a d'ailleurs été traduit pour le public anglophone. Dernièrement, la graphiste a collaboré à un projet sur l'intimidation. Elle a, en effet, illustré le conte créé par le chanteur Pierre Lapointe, *Le tragique destin de Pépito*. Son travail n'est absolument pas sans intérêt.



PALMARÈS

CFAK
88.3FM

de la semaine

- 1 Argent légal
Red Next Level
- 2 Oobopopop
Valaire
- 3 Franchement Wow
Bleu Jeans bleu
- 4 Gazoline & Dynamite
Culs-de-sac
- 5 La vitrine CFAK-LPBN
Artistes variés
- 6 L'amour violet
Michèle O.
- 7 Ultramarr
Fred Fortin
- 8 People with problems
Virginie B.
- 9 Manifeste contre la peur
Violett Pi
- 10 Fleur
Saratoga

Plus d'info sur les artistes
dans la page
PALMARÈS

cfak883.usherbrooke.ca

Visionnez la vidéo en
ligne pour voir des
extraits!

DES PERSONNALITÉS QUÉBÉCOISES UNIES
CONTRE LA CULTURE DU VIOL

Le passage de Mélanie Lemay à Tout le monde en parle, les agressions à l'Université Laval et l'affaire Sklavounos sont à la une et pourtant, on continue de croire que ce sont des cas isolés, que les victimes sont responsables et que les coupables ne méritent pas d'être pointés du doigt. À la lecture de *Sous la ceinture : unis pour vaincre la culture du viol*, un ouvrage collectif publié aux éditions Québec Amérique, on constate l'ampleur du problème.

Morgane O'Gallagher

Le livre ne se veut pas endoctrinant ni moralisateur. À travers du théâtre, de la poésie, des nouvelles et des essais, le livre se veut un recueil qui ouvre une réflexion et qui sensibilise à la fréquence de ces actes. Par le biais de la fiction, nous sommes amenés à voir le point de vue de l'agresseur, de la victime et des témoins. L'ouvrage est majoritairement fictif, mais il demeure rempli de vérité et de sensibilité.

La culture du viol y prend plusieurs définitions. Judith Lussier écrit que c'est lorsque les victimes sont culpabilisées et les couples victimisés. Véronique Grenier rappelle que « des non sont émis mais pas entendus ». Koriass explique le rôle du *Boys Club*, des mentalités inculquées aux garçons. Sophie Bienvenu se rappelle qu'on a tous, à un moment ou un autre, blâmé une victime. Florence Longpré démontre, à travers un extrait de théâtre, que l'abus peut avoir lieu au sein d'un couple.



Crédits :ici.radio-canada.ca

On prend conscience des racines profondes de la culture du viol. On constate que des choses qu'on considère comme anodines, voire normales, sont en fait empreintes de misogynie. Il y a une sensibilisation, une décontamination. Tous ces points de vue nous amènent à concevoir que le viol est le symptôme d'une société malade, où les femmes sont encore traitées comme le deuxième sexe.

Véronique Grenier et Koriass, collaborateurs de *Sous la ceinture* et porte-paroles de la campagne « Sans oui, c'est non! », seront au Cégep de Sherbrooke le

9 novembre prochain. Ils y seront afin de parler des notions de consentement et de la culture du viol.

Pour assister à la conférence *Le Boys Club* :

Date : 9 novembre à 19 h

Coût : 3 \$ à la porte

Endroit : Salle Alfred-Desrochers

(Cégep de Sherbrooke, pavillon 3)

IMPROVISER LE stress



Découvrez Mathieu Muir, l'un des fondateurs de la Ligue Universitaire d'Improvisation de Sherbrooke (LUIS), qui nous fait part du sens qu'il accorde au mot stress lorsqu'il est sur scène.

Lanie Dufour

Ancien étudiant et désormais professeur à la Faculté de génie, Mathieu est membre de la LUIS depuis sa création en 2003.

QU'EST-CE QUE LA LUIS, AU-DELÀ DE LA LIGUE UNIVERSITAIRE D'IMPROVISATION DE SHERBROOKE?

« Quand on quitte nos études, on garde certains amis, certaines familles, mais les ligues d'improvisation deviennent des lieux de rencontre, des milieux sociaux. Les gens qui ont une passion commune se retrouvent et se voient chaque semaine pour livrer un spectacle. On fait des blagues entre nous et on fait des blagues devant des gens. »

POURQUOI AS-TU COMMENCÉ À FAIRE DE L'IMPROVISATION?

« Je faisais du théâtre avant. Ce que je trouvais moins plaisant avec le théâtre, c'est que c'est un an de travail pour trois ou quatre soirs de représentations alors que l'improvisation, c'est zéro pratique pour un show toutes les semaines. Donc, pour les gens qui aiment faire le spectacle plus que pratiquer le spectacle, ce qui est mon cas, l'improvisation, c'est parfait! C'est un moment où tu peux présenter tout ce que tu as comme répartie, comme imagination. »

Y A-T-IL UNE PERSONNALITÉ TYPIQUE À AVOIR POUR FAIRE DE L'IMPROVISATION?

« C'est souvent des gens très extravertis, des gens qui ont une bonne répartie, mais c'est pas forcément tous les gens qui étaient comme ça adolescents. Des fois, c'est même une façon pour découvrir cette facette-là de leur personnalité. Le côté extraverti, mais aussi le côté réfléchi. Des gens qui aiment apporter des structures à des histoires. Ce sont des gens qui aiment construire des univers. »

EST-CE QUE TOUT CELA APPORTE JUSTEMENT UN STRESS?

« Le mot *stress* est quand même très péjoratif, donc je préfère décrire, disons mon état d'avant match, comme étant de la fébrilité. La fébrilité, c'est un peu le côté positif du stress si on veut. Tu es énervé, tu as hâte qu'il nomme ton nom, tu as hâte de voir la réaction, mais effectivement tu ne sais pas ce qui va se passer sur scène, donc ça apporte un stress. »



En 2014, 23 % des 15 ans et plus ont affirmé, entre autres, qu'ils vivaient de « assez » à « extrêmement » de stress dans une journée

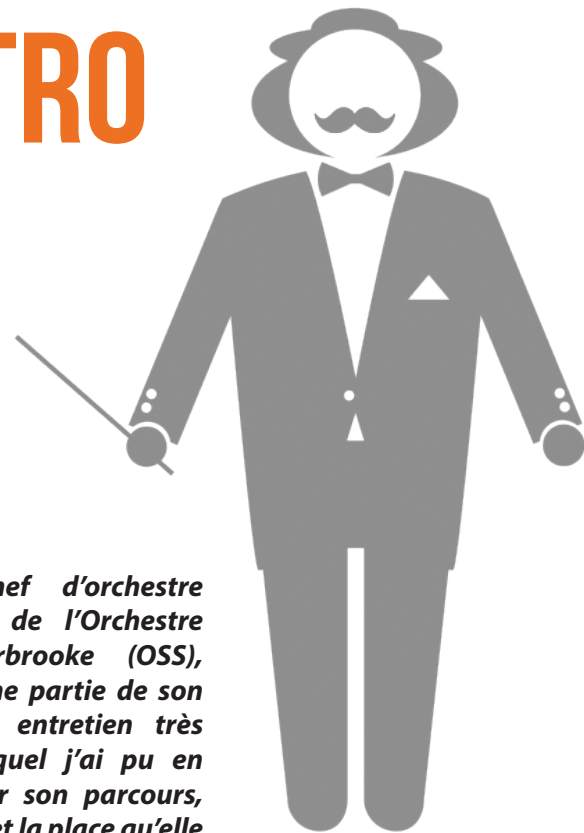
Statistique Canada

LE FAIT QUE L'IMPROVISATION APPORTE UN STRESS, MALGRÉ QU'IL SOIT POSITIF, EST-CE QUE ÇA PERMET DE PALLIER LE STRESS NÉGATIF?

« Oui, je pense parce que c'est un exutoire, mais ça vient faire en sorte qu'on apprend à gérer le stress justement. Dans un milieu qui est disons pas si grave si tu te plantes, car à la limite tes blagues étaient moins drôles, c'est la pire conséquence qui peut y avoir. La conséquence reste un spectacle *funny* entre amis. Je pense que ça peut être une bonne façon d'apprendre à contrôler le stress et à prendre du recul par rapport à une situation qu'on dit stressante. »

La LUIS joue les mardis soirs à 20 h au Refuge des Brasseurs au coût de 2 \$. Pour connaître ses diverses activités, suivez sa page Facebook.

ENTREVUE AVEC UN MAESTRO



Stéphane Laforest, chef d'orchestre et directeur artistique de l'Orchestre symphonique de Sherbrooke (OSS), m'a ouvert la porte à une partie de son univers le temps d'un entretien très sympathique, grâce auquel j'ai pu en apprendre beaucoup sur son parcours, sur la musique classique et la place qu'elle a à Sherbrooke.

Jade Bourgeois

Dès son plus jeune âge, Stéphane Laforest caresse le rêve de devenir maestro, comme son grand-père. Il commence à l'âge de 4 ans à apprendre le violon, puis se tourne vers la clarinette à l'adolescence. Guidé par un amour de la musique, il joue dans des *bands* d'harmonie, dont un de jazz, puis enchaîne les succès avant d'aller étudier en direction artistique au conservatoire afin d'en faire une carrière. Depuis, maestro Laforest s'est illustré sur une multitude de scènes et dans un grand nombre de villes.

Quand je lui demande quel est son plus beau souvenir musical, monsieur Laforest ne sait quoi répondre. Il a vécu d'innombrables instants magiques auprès de tous les orchestres dont il a fait partie, que ce soit La Sinfonia de Lanaudière, qu'il a fondée, l'Orchestre d'Ottawa ou les spectacles qu'il a réalisés grâce aux Productions Stéphane Laforest. Cependant, l'un des moments les plus forts de sa carrière a été de jouer et de diriger en tant qu'assistant-chef de Kent Nagano, maestro de l'un des meilleurs orchestres au monde : l'Orchestre Symphonique de Montréal (OSM).

Bien que beaucoup croient au déclin de la musique classique, maestro Laforest est plutôt de l'avis contraire. D'ailleurs, la popularité de l'OSS lui rend bien raison. Depuis environ quatre ans, les concerts sont de plus en plus populaires et ne cessent de faire des adeptes. L'année passée, l'orchestre a joué à guichet fermé à la Salle Maurice O'Bready trois fois, en plus de compter 900 abonnés! Alors que les saisons comportent de huit à douze spectacles, monsieur Laforest aimerait faire grimper ce nombre à 15 ou 17, ce qu'il croit réalisable. En effet, les concerts rassemblent des publics de tous les horizons, allant des amoureux du classique aux jeunes familles qui assistent aux matinées pour enfants.

Pour attirer les foules et des clientèles nouvelles, le chef d'orchestre a plus d'un tour dans son sac. Les concerts qu'il dirige sont joués de façon professionnelle, mais il ne se gêne pas pour parler avant ou après les performances, tout en utilisant l'humour et le sport pour aller chercher l'intérêt de tous les spectateurs. Comme il le dit si bien : « il faut faire les choses sérieusement, mais sans se prendre au sérieux! »

Le 5 novembre prochain, l'OSS présente Rachmaninov, un concert dédié à trois grands compositeurs russes : Tchaïkovski, Koussevitski et Rachmaninov. En plus des musiciens habituels de l'Orchestre, le public aura la chance de voir le célèbre contrebassiste Joel Quarrington, l'un des grands noms de la musique classique internationale. Aux étudiants sceptiques, Stéphane Laforest promet une soirée divertissante, enrichissante et humaine, tout ça pour une somme modique.

ZONE SPORTIVE

PARCE QUE LE BASEBALL AUSSI, C'EST EXCITANT



MATHIEU FONTAINE

section.sport@lecollectif.ca

Dans la vie, nous avons tous quelque chose qui nous fait tripper. Pour certains, c'est le plein air, pour d'autres, les voyages, la musique, etc. Pour moi, c'est le sport! Au cours des années, j'ai eu la chance de vivre une panoplie d'expériences sportives extraordinaires. Ceux qui me connaissent savent que mes histoires les plus farfelues proviennent de mes voyages annuels au sud de la frontière pour assister à des matchs de baseball.

UN SPORT, UN SEUL BUT

Le but est simple : trente équipes, trente stades, une vie pour les visiter. Cette idée nous était venue tout bonnement lors de notre premier voyage au Fenway Park, domicile des Red Sox de Boston. L'année suivante, c'était Baltimore et Philadelphie. Ensuite, Cleveland, Chicago, Détroit et ainsi de suite. Sans jamais même l'envisager sérieusement, j'ai maintenant plus du tiers du travail accompli, et des souvenirs plus inoubliables les uns que les autres. Bien que l'objectif soit loin d'être atteint, je peux dire sans retenue que j'ai vécu certains des plus beaux moments de ma vie à visiter les stades des ligues majeures de baseball.

« OUI, MAIS C'EST LONG ET PLATE LE BASEBALL... »

Pour apprécier ce sport, il faut le vivre, il faut le voir à travers les yeux d'un véritable amateur. Je vous le concède, des matchs de plus de trois heures, sans beaucoup d'action, ça peut paraître ennuyant. Pourtant, c'est tout le contraire. Le baseball, c'est une partie d'échecs qui peut s'exalter l'instant d'un seul lancer. Le baseball, c'est un sport de réaction, où la moindre erreur peut s'avérer fatale. Le baseball, c'est un *happening* pour les partisans. Une seule visite dans un stade des ligues majeures saura vous convaincre : bonne humeur, partisanerie, camaraderie et hot-dogs vous y attendent. Vous vous laisserez probablement aussi emporter par le *seventh inning stretch* et son classique « Take me out to the ball game »...

UNE EXPÉRIENCE UNIQUE

Le mardi 18 octobre dernier, j'ai eu la chance de vivre un moment que je n'oublierai jamais. Ça faisait déjà quelques semaines que l'idée m'était venue : assister à un match éliminatoire de mon équipe favorite, les Blue Jays de Toronto. Sept heures et 200 dollars de dépenses plus tard, je peux vous affirmer que ça en valait la peine. Cinquante mille personnes qui agitent leur serviette protocolaire toutes ensemble, ça vous donne des frissons un peu partout comme on dit. Un circuit de Donaldson, des jeux défensifs spectaculaires et une performance sans bavures du partant Aaron Sanchez, tous les éléments étaient en place pour une journée parfaite. Au final, nous aurons assisté à l'unique victoire des Jays dans la finale de l'association américaine, un match qui restera à tout jamais gravé dans ma mémoire.

Bref, si un jour on vous invite à assister à une partie de baseball, je vous incite fortement à passer par-dessus vos jugements et tenter l'expérience. Vous en sortirez assurément gagnant. En attendant, vous pouvez écouter la Série mondiale qui oppose les Indiens de Cleveland aux Cubs de Chicago.

Crédits : jimmysawczuk.com



BASKETBALL : UN VERT & OR RENOUVELÉ POUR 2016-2017

Après une première saison de rodage l'an dernier, le basketball masculin du Vert & Or entame sa campagne 2016-2017 avec beaucoup d'optimisme. C'est une toute nouvelle équipe qui foulera les courts cette année, celle qui est à l'entraînement depuis début septembre. Afin d'en savoir un peu plus, je me suis entretenu avec Pierre-Alexandre Joly, capitaine de la formation universitaire sherbrookoise.

Mathieu Fontaine

UN NOUVEL ENTRAÎNEUR

L'un des plus gros changements effectués à l'équipe s'est réalisé sur les lignes de côté. En effet, l'Université de Sherbrooke a embauché Michel Lasme, un ex-joueur de la NCAA première division, pour entraîner le Vert & Or. En plus de jouer une saison avec l'Université du Massachusetts et une autre avec l'Université du Colorado, l'Ivoirien de 33 ans a également joué au niveau professionnel en Europe avec les formations de Boulazac et Évreux entre 2005 et 2007. « Son intensité, son expérience et ses connaissances sont des ajouts de taille pour nous cette année », affirme Pierre-Alexandre Joly.

UNE ÉQUIPE PLUS COMPÉTITIVE

Une autre amélioration notable se situe au niveau du groupe de joueurs. L'ajout de quelques

éléments a changé le visage de l'équipe : « Nous avons une équipe beaucoup mieux organisée. Le noyau est solide et nous sommes en mesure d'offrir de meilleures performances », ajoute le capitaine.

Même s'ils ne jouent pas encore dans le circuit universitaire canadien, les joueurs auront l'occasion de jouer plusieurs matchs cette année. Effectivement, le Vert & Or formera une ligue avec l'Université du Québec à Rimouski, l'École de technologie supérieure de Montréal et le Cégep de Thetford Mines. Aussi, la formation disputera quelques tournois afin de peaufiner sa préparation pour une éventuelle entrée en SIC. Jusqu'à maintenant, le Vert & Or montre une fiche de quatre victoires et deux revers.

Mathieu Rousseau

LE BLEU-BLANC-NOIR EST EN SÉRIES!

Mission accomplie! Il aura fallu attendre jusqu'à la fin de la saison pour connaître le sort de l'Impact, mais nous pouvons maintenant respirer : l'équipe montréalaise participera à la danse automnale et pourra lutter afin de mettre la main sur la Coupe MLS. La première partie avait lieu le jeudi 27 octobre contre DC United.

UNE SAISON MARQUÉE PAR UN MANQUE DE RÉGULARITÉ

Avec le début de saison qu'a connu l'Impact, les partisans imaginaient déjà Didier Drogba soulever le précieux trophée au bout de ses bras entouré de ses coéquipiers. En effet, après six matchs, l'Impact affichait une encourageante fiche de 4-2-0. Un dossier qui donnait aux partisans toutes les raisons de croire que leur club était « parti pour la gloire ».

La situation s'est malheureusement rapidement détériorée et l'Impact n'aura jamais réussi à s'élever au rang de puissance dans la MLS. Le club de Mauro Biello n'a d'ailleurs réussi qu'à obtenir deux victoires à ses dix dernières sorties. Rien d'encourageant à l'aube des séries...

LA VRAIE SAISON PEUT COMMENCER

Si l'Impact veut se rendre loin en séries, l'équipe devra les considérer comme une nouvelle saison et laisser derrière elle ses ratés antérieurs. Espérons que l'Impact se sera remis de sa gênante performance du dernier match de la campagne, une défaite de 3-0 contre le

Revolution de la Nouvelle-Angleterre. Une sortie qui aura réussi à faire douter même les plus ardents partisans.

La première partie avait lieu le 27 octobre et pour l'occasion, l'Impact croisait le fer avec DC United. L'équipe de Washington, qui présentait une fiche très similaire à l'Impact, a terminé au cinquième rang de sa conférence, un tout petit point devant l'Impact. Les deux équipes s'étaient affrontées à deux reprises lors de la saison régulière, les deux rencontres se soldant par des verdicts nuls de 1-1. Difficile de demander un duel de premier tour plus serré que celui-ci.

TOUS DERRIÈRE NACHO

Un joueur qui devra offrir du jeu inspiré si l'Impact souhaite faire plus qu'un simple acte de présence, c'est le numéro 10 de l'Impact, Ignacio Piatti. Si les partisans et la ville en général se sont enflammés lors de l'arrivée de Didier Drogba l'an dernier, cette saison est venue confirmer que le véritable général de cette équipe, c'est Piatti. Ses treize buts, souvent spectaculaires, le placent au 3^e rang de la MLS à ce chapitre, à égalité avec le toujours dangereux Sebastian Giovinco.

Laurent Ciman en est un autre qui devra connaître d'excellentes séries. Ciman demeure l'un des meilleurs défenseurs de la ligue, mais ses performances cette saison auront été légèrement sous les attentes.

LA FIN POUR DROGBA?

En terminant, aurons-nous la chance de revoir Didier Drogba porter le chandail bleu-blanc-noir? Les chances sont minces. La rumeur veut que la légende ivoirienne ne souhaite plus jouer pour l'Impact et qu'elle attende tout simplement la fin de son contrat. Dommage puisque Drogba aurait pu rendre de fiers services à l'Impact lors des séries éliminatoires. Un dénouement décevant pour un aussi grand joueur qui aura permis à l'Impact de gagner de la visibilité à Montréal et à la grandeur de la planète foot.

Galerie d'art
du Centre culturel
de l'Université de Sherbrooke



Matières résiduelles / Tailings BURTYNSKY

Du 26 octobre au 18 décembre 2016

pavillon Irénée-Pinard (B6) à proximité du Centre culturel

www.GalerieUdeS.ca



Crédits : RDS



UN WALK IN THE PARK POUR LES CUBS?

À mon goût, nous sommes actuellement dans la plus belle période sportive de l'année. Effectivement, la saison de hockey vient tout juste de commencer et le baseball majeur nous offre le meilleur baseball de la saison avec la Série mondiale.

Michael Therrien

Comme plusieurs, je crois que le baseball est le sport le plus difficile pour accéder aux séries éliminatoires. La saison régulière est éprouvante : 162 matchs répartis sur environ 180 jours et seulement dix équipes sur trente ont accès à la danse automnale. Actuellement, les deux dernières franchises toujours dans la course sont les Cubs de Chicago qui représentent la ligue nationale et les Indiens de Cleveland qui représentent la ligue américaine.

BELIEVELAND

Les Indiens, menés par un jeune arrêt-court de 22 ans du nom de Francisco Lindor, ont terminé la saison régulière avec 94 victoires. Malgré une campagne décimée par les blessures de certains joueurs étoiles comme Michael Brantley et les lanceurs Carlos Carrasco et Danny Salazar, le gérant Terry Francona a réussi à mettre sur pieds une équipe compétitive qui mise sur la vitesse et sa relève pour avoir du succès. Francona, que plusieurs considèrent comme un des meilleurs gérants de

l'histoire du baseball majeur, semble avoir une très bonne relation avec ses joueurs et cela transparaît dans leur attitude sur le terrain. Ils jouent comme un groupe soudé qui n'a rien à perdre, puisque depuis le début de la saison régulière et des séries éliminatoires, ils sont, la plupart du temps, considérés comme les négligés.

UNE DISETTE DE 108 ANS

De leur côté, les Cubs, gérés par Joe Maddon, ont eu la chance de miser sur leurs joueurs étoiles pour la majorité de la saison, et ces derniers ont répondu à l'appel en étant pas moins de six à se tailler une place sur la formation partante du match des étoiles. Chicago a un club complet dans toutes les facettes du jeu, mais sa force principale est selon moi la profondeur de son alignement de frappeurs. Mené par le duo Bryant-Rizzo, le club chéri de l'Illinois compte sur neuf frappeurs qui peuvent faire le travail soir après soir. Ils sont tellement bons que Maddon se permet même de ne pas toujours faire jouer son joueur de champ droit Jason Heyward, qui gagne la coquette somme de quinze millions de dollars par an. De plus, il ne faudrait pas passer sous le silence la venue du lanceur cubain Aroldis Chapman, qui semble pratiquement intouchable en situation de sauvetage avec des balles fréquemment au-dessus de 100 mph.

La prédiction du *Collectif*: Cubs en six matchs

SECTION SPORT

ÉTIREMENTS : AVANT OU APRÈS L'ENTRAÎNEMENT?

Doit-on s'étirer avant ou après les entraînements? Préparer nos muscles à effectuer un effort musculaire ou à être moins endoloris le lendemain? Avant de répondre à ces questions, il faut savoir qu'il y a plusieurs types d'étirements possibles. Nous allons nous concentrer sur les étirements balistiques et les étirements statiques.

Olivier Bissonnette

ÉTIREMENTS BALISTIQUES

En voyant le terme *étirement balistique*, certaines personnes se sont probablement questionnées. En fait, par définition, les étirements balistiques sont des mouvements d'étirements souples et élastiques répétés. Par exemple, quelqu'un qui veut étirer ses ischio-jambiers de façon balistique peut faire un mouvement de lancer de jambe marché alterné (*stiff leg walk*) sur quinze mètres. Ce type d'étirement est très utilisé dans des sports où la souplesse musculaire dynamique est un facteur limitatif. De plus, ce type d'étirement favorise un certain renforcement, car il demande une contraction de l'antagoniste pour produire le mouvement qui servira à étirer le muscle choisi. L'avantage de cet étirement : bien préparer l'athlète dans l'amplitude des mouvements qu'il devra accomplir dans son entraînement. Cependant, il faut faire attention et bien enseigner ce type d'étirement en s'assurant que l'athlète est en mesure de bien contracter les muscles stabilisateurs abdominaux tels que le transverse de l'abdomen et le plancher pelvien.

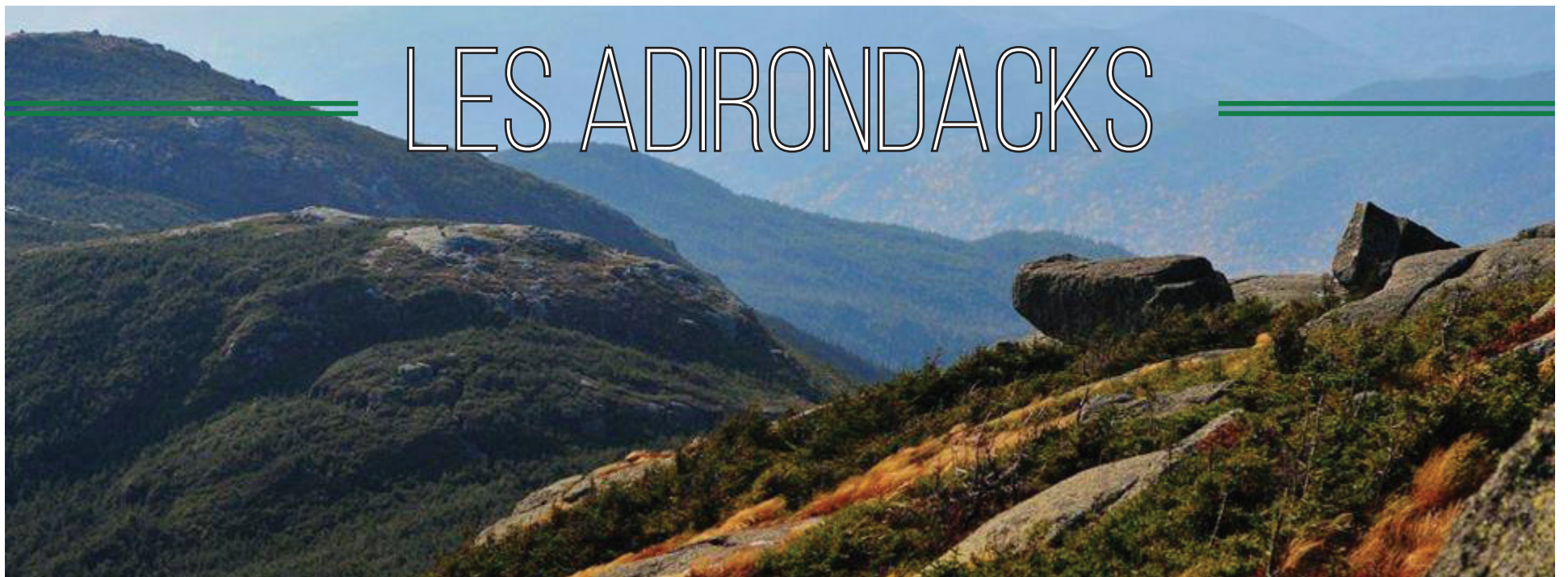
ÉTIREMENTS STATIQUES

Les étirements statiques sont les plus fréquemment utilisés dans les salles de musculation. Ce type d'étirement est effectué de façon immobile, dans une

position articulaire où le muscle sollicité est en tension. Certaines personnes diront sûrement : « il ne faut pas s'étirer avant de faire du sport ». En fait, la plupart du temps, cette affirmation s'avère véridique, car certaines études ont tendance à démontrer que le fait de s'étirer avant de faire du sport pourrait affecter la stabilité articulaire, car nos récepteurs proprioceptifs seraient « endormis » en raison de l'étirement, ce qui causerait plus de blessures. Cependant, les étirements statiques sont fortement recommandés pour les personnes ou athlètes pratiquant des sports où il y a une grande amplitude des mouvements, tels que les gardiens de but, les gymnastes et les personnes pratiquant les arts martiaux.

ALORS, QUOI FAIRE?

En fait, il faut seulement évaluer le type de sport pratiqué ainsi que les mouvements effectués. Si vous n'effectuez pas de grands mouvements dans une grande amplitude articulaire, vous pouvez effectuer un étirement balistique. Par contre, si au contraire, votre sport en comporte, alors vous pouvez vous étirer statiquement. « Mais si je veux m'étirer à la suite de mon entraînement pour être moins *raqué*? » La réponse : il faut vous enlever ça de la tête. Les étirements postentraînement ne vous permettront pas d'être moins courbaturé. Certaines études ont même prouvé que les étirements immédiatement à la suite d'un entraînement diminueraient l'affût sanguin dans les régions étirées, nécessaires pour guérir les microdéchirures faites lors de votre entraînement, et provoqueraient de plus grandes contractures. Alors, si votre but est d'augmenter votre souplesse musculaire, attendez une à deux heures après votre entraînement et faites des étirements statiques dans une amplitude où vous ne ressentez pas de douleur.



L'automne s'installe avec les lattés à la citrouille et les foulards carreaautés : c'est aussi la saison de la randonnée. L'amalgame de charmantes couleurs rend le tout tellement agréable! Plusieurs en deviennent adeptes : une belle activité qui n'est pas compliquée et qui fait bouger. Pour tous ces adeptes, si vous avez envie de partir à l'aventure, pas trop loin d'ici et pas trop dispendieux, les Adirondacks vont vous intéresser.

Judith Desmeules

Il s'agit d'une chaîne de montagnes complètement au nord de l'État de New York. Les Adirondacks représentent le plus large secteur protégé des États-Unis, ils renferment jusqu'à 2000 miles de pistes de randonnée, sans oublier les incroyables vastes étendues de lacs et de rivières. À 3 h 30 de Sherbrooke, ces montagnes sont célèbres chez les randonneurs.

OÙ RESTER?

Plusieurs options sont offertes pour un petit séjour : chalets et campings sont disposés dans plusieurs sites près des montagnes. Celui proposé dans cet article se trouve à être le plus proche de nous et il est très abordable. L'Adirondack Log, près de la toute petite ville de Lake Placid, propose une cinquantaine de places de campements et coûte vingt dollars américains par nuit, incluant une place de stationnement. Il est parfait pour passer un court séjour.

Ce qui a de plus excitant avec l'Adirondack Log, c'est qu'il se trouve au pied du mont Algonquin qui, avec 1559 mètres d'altitude, est la deuxième plus grosse montagne des Adirondacks. Elle représente un défi de taille, mais le spectacle au sommet en vaut largement la peine. La végétation alpine et la vue à 360 degrés sur l'ensemble de la

région apparaissent stupéfiantes. Le départ vers le mont Marcy se trouve également à côté du populaire refuge... Marcy est le point culminant de New York, la plus haute montagne des Adirondacks!

COMMENT S'ÉQUIPER?

Décidément, le mont Algonquin reste pour les randonneurs avertis : la forme et l'endurance doivent être au rendez-vous. Plus la cime approche, plus la crête devient rocheuse et à pic. Il faut demeurer constamment alerte et faire attention où l'on pose les pieds. Le plus important reste de s'équiper. Un bon repas – et plusieurs collations –, d'excellentes bottes de marche et des vêtements appropriés sont essentiels. Différents vêtements de rechange devront aussi être envisagés puisque les sommets sont si hauts que la température change radicalement, sans parler du fort vent et de la possible brume au sommet. Il serait également pertinent de traîner une carte des sentiers et du secteur, surtout pour connaître la distance restante. Cela aidera beaucoup à planifier le temps de randonnée, qui peut s'élever jusqu'à huit heures.

Aussi, sur le chemin vers le haut du mont Algonquin se trouve une piste pour l'ascension du mont Wright. Pour savourer pleinement la randonnée, le détour vers cette autre montagne de 1396 mètres d'altitude est fortement suggéré. La vue resplendissante qu'offre cette nature vous émerveillera!

À SAVOIR!

Le plus génial? Les montagnes et multiples activités de plein air qu'offrent les Adirondacks sont ouvertes à l'année. Pour admirer les couleurs de l'automne, savourer la chaleur de l'été ou braver la première neige de l'hiver, les randonnées des Adirondacks sont idéales. En terminant, les balades en canot, la pêche, la glissade et l'escalade sont d'autres exemples de plaisirs que peut procurer ce territoire grandiose.