

Le COLLECTIF

— former et informer —

● REC

L'ALCOOL CHEZ LA COMMUNAUTÉ ÉTUDIANTE

*Un constat
troublant*

Voir p. 3



FEUS

DIRECTION

Martine Dallaire
Directrice générale

RÉDACTION

Dorian Paterne Mouketou
Rédacteur en chef

Rachel Whalen
Cheffe de pupitre campus

Sarah-Anne Bissonnette
Cheffe de pupitre société

Katrine Joncas
Cheffe de pupitre culture

Mariève Bégin
Cheffe de pupitre sports

Émilie Lalonde
Correctrice en chef

UNE

Gabrielle Gauthier
Illustration

COLLABORATEURS

Amélie Barbeau

Andréanne Beaudry

Anabel Cossette Civitella

Martine Dallaire

Willigton Jaimes Estevez

TECHNIQUE

Gabrielle Gauthier
Infographie
Direction artistique

Poste vacant
Distribution à Sherbrooke

Poste vacant
Distribution à Longueuil

Sarah Turbil
Gestion Web

Alex Valcourt Caron
Responsable Web

LES MÉDIAS
DE L'UDES

CAK
88.3FM

Le
COLLECTIF
— former et informer —

PROCHAINE PARUTION WEB : 24 JUILLET

**NOUS SOMMES À LA RECHERCHE DE
COLLABORATEURS!**

Pour parler à la communauté étudiante et
faire connaître vos projets sur le campus :
info.campus.lecollectif@usherbrooke.ca

Que tu sois au bac ou à la maîtrise, en
comm ou en kin, *Le Collectif* te veut!
Écrivez à redaction.lecollectif@usherbrooke.ca.

SUDOKUS

Difficile

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

Facile

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

Crédits : Programmes.tv

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



instagram.com/jlecollectif

L'ALCOOL CHEZ LES UNIVERSITAIRES : UN CONSTAT INQUIÉTANT À SHERBROOKE

Éditorial DU RÉDACTEUR EN CHEF



**DORIAN PATERNE
MOUKETOU**

redaction.lecollectif@usherbrooke.ca

Le Collectif a rencontré les membres de la FEUS à Charlottetown, à l'Île-du-Prince-Édouard, pour discuter d'une étude sur l'alcool chez les jeunes universitaires à Sherbrooke. Retour sur un constat dévastateur.

C'est par un hasard de circonstances que *Le Collectif* a rencontré Antoine Forcier, vice-président aux activités étudiantes de la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS), alors qu'il était à Charlottetown à l'occasion du colloque annuel national sur les méfaits liés à l'alcool chez les universitaires. « Ce qu'on a remarqué, c'est que dans quasiment toutes les universités canadiennes, il y a un lourd problème d'alcool », lance-t-il en début d'entretien. La problématique est criante au Québec, alors que dans les autres provinces, le problème concerne surtout les premières années, qui dès leur arrivée à l'université commencent à

consommer de l'alcool. « Nous, ce n'est pas tant ça le problème. Nous, c'est qu'il y a des gens qui sont trop stressés et qui boivent beaucoup, ajoute-t-il. Et le deuxième problème est ceux qui boivent pour le *black-out*, pour le *fun* et de manière excessive. » Les conséquences reliées à l'abus d'alcool sont autant en terme de coûts (vandalisme) et de ressources, par exemple avec le service de sécurité de l'UdeS, surtout lors des 5@8.

DES DONNÉES ALARMANTES

L'enjeu de l'alcool sur le campus est une patate chaude pour l'administration universitaire qui s'en est souvent tirée quant à sa réputation. Pour Antoine Forcier, cette situation a pour effet que « les gens actuellement pensent qu'il n'y a pas de problème avec l'alcool ou presque pas sur le campus. » Toutefois, les données dévoilées par la FEUS sont plus qu'alarmantes. « Là, on a un problème et il faut arrêter de le cacher », somme gravement Antoine.

Lorsqu'on regarde le bilan des entrées à l'urgence en lien avec l'alcool chez la population universitaire sherbrookoise, on remarque qu'il y a des augmentations phénoménales durant les activités d'intégration et à l'Halloween. Selon l'Enquête québécoise sur la santé des jeunes du secondaire (EQSJS), à Sherbrooke, 9 jeunes sur 10 consomment de l'alcool avant d'atteindre l'âge légal. Quant à l'hospitalisation liée à l'alcool, on remarque de 2012 à 2017 qu'aux deux jours survenait une consultation pour urgence médicale chez des jeunes de 12 à 24 ans. De façon globale, les méfaits liés à la consommation augmentent à des périodes précises de l'année : pendant la Fête du Lac des Nations, la Fête nationale du Québec, les initiations universitaires et l'Halloween. Aussi, 75 % des jeunes avaient bu une boisson à forte teneur en alcool.

Les données sur l'intoxication à l'alcool dans les hôpitaux révèlent d'autres informations bien préoccupantes. Ce sont 25 % des jeunes admis au tirage qui avaient un niveau de priorité 1 ou 2, signifiant que leur vie est en danger. Encore chez les 12 à 24 ans, 57 % d'entre eux manifestaient des signes de complication tels qu'un coma, des lésions à la tête ou de l'hypothermie. Pire encore, les parents ont été informés de ces méfaits dans seulement 59 % des cas. Les données nous révèlent qu'environ la moitié de ces jeunes se sont fait offrir un suivi à l'hôpital.

UN PROBLÈME PARTAGÉ AU CANADA

Un tiers des universités canadiennes ont adhéré au Partenariat en éducation postsecondaire – Méfaits de l'alcool (PEP-MA) depuis que le programme a été lancé officiellement en 2017. « Le phénomène de la consommation excessive sur les campus est un phénomène généralisé au Québec, au Canada, en Amérique du Nord et en Europe aussi. C'est un phénomène qui est assez international », lance Catherine Paradis, analyste principale en recherche et politique au Centre canadien sur les dépendances et l'usage de substances (CCDUS).

Pour madame Paradis, l'Université de Sherbrooke et l'Université Bishop's se distinguent notamment par leur implication dans le projet communautaire, leur engagement et leur approche novatrice pour s'attaquer au problème. « Le *spotlight* est sur Sherbrooke en ce moment », conclut-elle. Les autres universités voudraient emboîter le pas dans la même direction que l'UdeS et Bishop's. Le président de l'Université de Guelph, l'École de technologie supérieure de Montréal (ÉTS), la Ville de Waterloo, la Ville de Kingston, qui a déjà commencé une étude de collecte de données dans les urgences, sont tous des acteurs qui voudraient prendre des initiatives dans le même sens. Cet engouement pour le projet sherbrookoise surprend même madame Paradis, qui se rappelle n'avoir disposé que d'un budget de 10 000 \$ pour le réaliser.

DES ACTIONS À ENTREPRENDRE

« L'approche qu'on essaie d'amener, c'est de trouver des initiatives, on va sensibiliser d'une certaine façon pour éviter que ça aille mal et donc, éviter que de nouvelles règles soient mises en place », stipule Antoine Forcier. Alors que l'administration de l'Université avait misé sur le nouveau règlement encadrant les 5@8 et les 5@11.

La FEUS collabore avec l'organisme communautaire Elixir, qui est spécialisé dans la réduction de la consommation des substances psychoactives, et la patrouille mobile Allô-Retour pour accompagner les étudiants. En plus de travailler avec le Service de police de Sherbrooke, la FEUS voudrait donner un maximum d'outils aux organisateurs et bénévoles sur le campus afin qu'ils soient formés sur l'enjeu. Enfin, la FEUS annoncera sous peu une campagne en collaboration avec l'Université Bishop's et Sherbrooke Ville en santé.

LE PARTENARIAT EN ÉDUCATION POSTSECONDAIRE

Le PEP-MA est un partenariat de 30 universités canadiennes qui se rassemblent pour tenter de réduire les conséquences de l'alcool. L'Université de Sherbrooke et l'Université Bishops, toutes deux membres PEP-MA, ont mis sur pied un comité chargé de réduire les méfaits de l'alcool chez les jeunes à Sherbrooke. En 2016, il a été convenu, via la plateforme Sherbrooke Ville en santé, de créer ce comité qui proposerait des solutions et des initiatives pour répondre à ce fléau grandissant. L'étude menée au CHUS, les données fournies par les universités canadiennes et les services de police ont donc permis d'élucider les conséquences de l'alcool et de mettre sur pieds des projets concrets avec les associations étudiantes et les organismes communautaires à Sherbrooke.



DATE	12 juillet (Jeudi)	13 juillet (Vendredi)	19 juillet (Jeudi)
HEURE	17 h	13 h 30	17 h
ACTIVITÉ	Jeux de société	Journée sportive	Jeux de société
LIEU	D7-0010	Centre sportif	Cafétéria du Z7
CAMPUS	Principal	Principal	FMSS

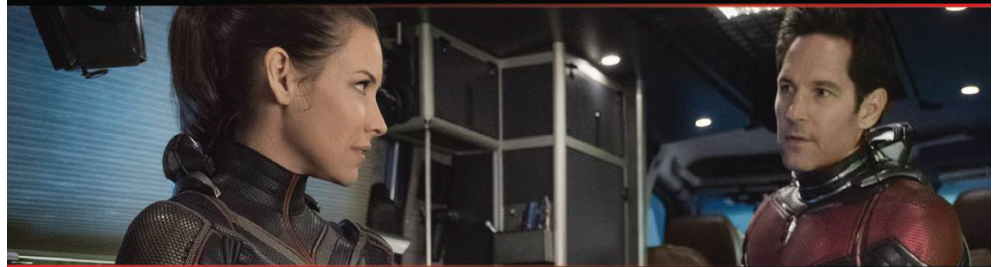
DATE	21 juillet (Samedi)	25 juillet (Mercredi)	26 juillet (Jeudi)
HEURE	10 h	16 h	17 h
ACTIVITÉ	Jeux d'eau (famille)	Activité sociale	Jeux de société
LIEU	Parc Jean-Drapeau	École de gestion	Cafétéria du 3 ^e
CAMPUS	Longueuil	Principal	Longueuil

DATE	2 août (Jeudi)	3 août (Vendredi)	9 août (Jeudi)
HEURE	17 h	13 h 30	17 h
ACTIVITÉ	Jeux de société	Journée sportive	Jeux de société
LIEU	D7-0010	Centre sportif	Cafétéria du Z7
CAMPUS	Principal	Principal	FMSS

DATE	16 août (Jeudi)	22 août (Mercredi)	23 août (Jeudi)
HEURE	17 h	17 h	17 h
ACTIVITÉ	Jeux de société	Activité sociale	Jeux de société
LIEU	Cafétéria du 3 ^e	Café Gigi (A8)	D7-0010
CAMPUS	Longueuil	Principal	Principal

DATE	29 août (Mercredi)	30 août (Jeudi)	À confirmer
HEURE	17 h	17 h	17 h
ACTIVITÉ	Spectacle de la rentrée	Jeux de société	Spectacle de la rentrée
LIEU	Stationnement Centre sportif	Cafétéria du Z7	Oasis
CAMPUS	Principal	FMSS	Longueuil

NOS RECOMMANDATIONS DE JUILLET



ANT-MAN ET LA GUÊPE - À L'AFFICHE LE 6 JUILLET



NI JUGE, NI SOUMISE - À L'AFFICHE LE 13 JUILLET



LE JUSTICIER 2 - À L'AFFICHE LE 20 JUILLET



1991 - À L'AFFICHE LE 27 JUILLET



MISSION IMPOSSIBLE RÉPERCUSSIONS - À L'AFFICHE LE 27 JUILLET

BON CINÉMA !
 LA MAISON DU CINÉMA | 63 Rue King O, Sherbrooke, QC J1H 1P1
lamaisonducinema.com

Un projet d'envergure

DE LA VILLE DE SHERBROOKE

POUR LE BIEN DE NOS ENTREPRISES AGRICOLES



**SARAH-ANNE
BISSONNETTE**

agora.societe.lecollectif
@usherbrooke.ca

Dernièrement, la Ville de Sherbrooke a annoncé qu'elle possédait désormais tous les acteurs et actrices qu'il lui fallait pour que se réalise le Plan de développement de la zone agricole (PDZA). Ce plan est le résultat d'un travail participatif avec des membres des secteurs agricoles et agroalimentaires. C'est en mars 2018 que la Ville a adopté le plan qui vise à supporter la relève ainsi que les entreprises en milieu agricole de la région et à les faire rayonner auprès de la population québécoise.

Bonne nouvelle pour les secteurs agricoles et agroalimentaires qui seront soutenus dans les prochains temps par les activités d'intervention du PDZA. La réalisation des activités devrait s'échelonner jusqu'en 2023. La Ville a récemment confirmé les acteurs qui seront responsables du suivi du Plan : des agriculteurs et agricultrices ainsi que

démarches doivent être mises en œuvre pour que ce développement soit possible. Le Plan présente d'abord plusieurs faits saillants qui démontrent que Sherbrooke possède une zone agricole favorable à l'épanouissement d'une économie locale. Entre autres, la ville se situe au cœur de l'Estrie et est positionnée à 30 minutes de la frontière des États-Unis. Son

de la ferme. Encore plusieurs faits justifient que la Ville doit intervenir dans le secteur agroalimentaire. Le potentiel économique latent du territoire agricole de Sherbrooke et le manque de ressource pour aider quiconque voudrait démarrer une entreprise agricole ou poursuivre ses activités sont au cœur des enjeux du PDZA.



Crédits : Sarah-Anne Bissonnette

des représentants et représentantes des secteurs de la transformation, de la mise en marché, de la relève, de l'UPA-Estrie et du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation du Québec (MAPAQ). La Ville a également annoncé dans un communiqué que ce sera l'organisme Pro-Gestion Estrie qui s'occupera du développement des projets dans le secteur agroalimentaire. Pro-Gestion Estrie est un organisme à but non lucratif déjà reconnu à Sherbrooke pour avoir supporté de nombreuses personnes dans leurs démarches entrepreneuriales et contribué à leur succès. Par ailleurs, l'organisme sera responsable de réaliser les actions du Plan. Ce sera madame Marie-France Audet, agente de développement agroalimentaire, qui, désormais, sera la personne en charge du soutien dans tous projets agroalimentaires sur le territoire de la Ville de Sherbrooke et de tous questionnements s'y rattachant.

Le PDZA de la Ville de Sherbrooke a pu être réalisé grâce au soutien financier du ministère de l'Agriculture, des Pêcheries et de l'Alimentation, en vertu de l'entente Canada-Québec Cultivons l'avenir 2. Plusieurs partenaires ont aussi contribué à son élaboration, dont l'UPA-Estrie et les agriculteurs et agricultrices, les éleveurs et éleveuses et les transformateurs et transformatrices.

QUEL EST LE BUT DU PLAN DE DÉVELOPPEMENT DE LA ZONE AGRICOLE?

Concrètement, le PDZA a pour but de développer la zone agricole de la Ville de Sherbrooke. On souhaite que la zone soit connue, reconnue et soutenue par sa population et par les personnes participantes au tissu social, économique et environnemental. On espère également valoriser l'agriculture et la foresterie, ses attraits, son importance dans le développement économique ainsi que son apport à l'enrichissement collectif. On voudrait qu'elle soit plus accessible à la relève et aux consommateurs. Finalement, on aimerait qu'il existe plus de modèles d'affaires distincts et d'offre de services.

POURQUOI LA VILLE DE SHERBROOKE S'INTÉRESSE-T-ELLE AU DÉVELOPPEMENT DE SA ZONE AGRICOLE?

Selon le compte rendu du comité directeur du PDZA, le territoire agricole de Sherbrooke présente un grand potentiel pour son exploitation, cependant plusieurs

emplacements se trouvent également stratégiques considérant que la ville est au centre du triangle formé par Montréal, Québec et la Nouvelle-Angleterre. La zone urbaine est tout près du territoire agricole, ce qui facilite l'accès aux consommateurs. De plus, la zone agricole à exploiter représente 37 % du territoire, une statistique considérable compte tenu de la zone urbaine bien peuplée qui l'entoure. Aussi, c'est 35 % des peuplements (érablières) en zone agricole qui sont jugés excellents pour l'acériculture. La ville de Sherbrooke, contrairement au reste de l'Estrie, cumule plus d'entreprises de transformation dans le secteur des boulangeries et pâtisseries, du chocolat, de confiserie et du café, thé et épices, la classant au premier rang dans la région.

CONSTATS SUR LA RELÈVE AGRICOLE : POURQUOI INTERVENIR?

Le transfert familial se trouve à être la manière la plus courante de voir de nouvelles personnes reprendre une entreprise par rapport aux entreprises émergentes. À ce jour, on estime que 34 % sont des entreprises agricoles en démarrage alors que 65,9 % sont des entreprises transmises entre générations. Démarrer une entreprise sans héritage représente un grand défi. Aussi, le manque de relève dépendrait surtout des activités de production qui se font plus rares. D'ailleurs, 47 % des agriculteurs et agricultrices déclarent avoir un autre travail, faute de ne pas avoir une rémunération assez importante

LES ACTIONS D'INTERVENTION RETENUES POUR LA RÉALISATION DU PROJET

En tout, 26 activités d'intervention ont été retenues de la première formulation du plan. Celles-ci se déploient sous trois orientations intégrant seize objectifs visés : accroître et diversifier les activités sur le territoire agricole, reconnaître, valoriser et intégrer l'agriculture et la foresterie dans le développement de la municipalité et améliorer le soutien et la concertation entre les services d'aide au développement du territoire et des activités agricoles. Parmi les activités, on voudrait collaborer au projet qui faciliterait l'accès à de la formation spécialisée en région et organiser une tournée des produits innovants des producteurs et transformateurs puis les diffuser grâce aux événements et aux activités ou par un portail Web. Également, on aimerait organiser des rencontres de réseautage en innovation et des conférences en développement des affaires et en commercialisation de l'agriculture et de la foresterie.

La Ville a défini ses priorités d'action en fonction de l'atteinte de ses objectifs, ce qui signifie qu'il faut d'abord qu'elle débute ses démarches par la reconnaissance, la valorisation et l'intégration de l'agriculture et de la foresterie dans son développement.

SECTION SOCIÉTÉ



LE PLUS GROS PARTY DE L'ÉTÉ

Depuis plusieurs années, la musique électronique devient de plus en plus populaire, laissant place à la création de plusieurs festivals partout dans le monde. Le 13 juillet prochain, c'est au tour de la Ville de Sherbrooke de se laisser envoûter par cette musique lors de la première édition du festival de musique électronique (EDM) Sherbeach. Le festival se déroulera de 15 h à 23 h au parc Lucien-Blanchard.

Amélie Barbeau

Le Sherbeach est né d'une idée de Jean-Christophe Lafrance et d'Antoine Dulude, tous deux étudiants de l'École de gestion de l'Université de Sherbrooke. Leurs objectifs : apporter quelque chose de nouveau à Sherbrooke et faire le plus gros party de l'été, tout en amassant des fonds pour leur association étudiante. Les organisateurs se sont inspirés de la musique présente dans leur 4@7 et de la montée grandissante de l'industrie de l'EDM. Le nom Sherbeach a été choisi pour pousser le thème de l'été à un autre niveau et rappeler l'ambiance festive présente dans les beach partys. Selon Jean-Christophe Lafrance, « ce sera le party le plus chaud de l'été. » C'est en association avec le Regroupement d'étudiants de l'École de gestion (REGS) qu'ils ont travaillé durant plus d'un an pour la création de l'événement.

QUI SONT LES ARTISTES INVITÉS?

Plusieurs artistes DJ internationaux et d'ici performeront sur la scène du Sherbeach au parc Blanchard. Le duo de DJ néerlandais Vicetone, qui a déjà performé dans les plus grands festivals comme le Music Ultra festival et Tomorrowland, sera de la partie. Le duo n'en est pas à ses premiers spectacles au Canada. Ils ont d'ailleurs bien hâte de venir faire leur prestation, puisqu'à chacun de leur spectacle dans la région le public canadien leur montre comment faire la fête. KHAOS, une DJ canadienne, qui est parvenue à faire sa place dans une industrie majoritairement masculine, sera aussi présente pour faire danser les festivaliers et festivalières au son de ses platines. Simon Skylar, un DJ du Québec, est aussi attendu lors du festival. Trois noms au style différent qui sauront mettre de l'ambiance dans cette journée d'été.

LES DÉTAILS DE L'ÉVÉNEMENT

Le Sherbeach est l'événement de l'été pour les fans et moins fans de musique électronique. Tout le monde est invité à venir profiter de la musique et de l'ambiance estivales à condition d'avoir 18 ans et plus. Des billets en quantité illimitée sont en vente à 30 dollars sur le site Internet du festival au sherbeach.com ou au même prix à l'entrée le jour même. Le Sherbeach aura lieu beau temps mauvais temps. Des autobus seront disponibles, afin de faire la navette entre l'Université de Sherbrooke et le parc Lucien-Blanchard, le tout offert gratuitement. Une présence policière sera également sur les lieux afin d'assurer le bon déroulement de l'événement.

Jean-Christophe Lafrance et Antoine Dulude, les deux organisateurs, espèrent vraiment que tous les gens présents aient le plus de plaisir possible pour la première édition du Sherbeach. De plus, les deux étudiants souhaiteraient que le Sherbeach devienne le festival de musique électronique estival de Sherbrooke.

SHERBROOKE PARMIS LES CHEFS DE FILE EN MATIÈRE DE GESTION DES MATIÈRES RÉSIDUELLES

Les Sherbrookoises et les Sherbrookoises peuvent être fiers des efforts collectifs mis en œuvre pour réduire la quantité des déchets qui prennent le chemin du site d'enfouissement. Globalement, la ville de Sherbrooke occupe le deuxième rang au chapitre des villes les plus performantes de la province dans la gestion de ses matières résiduelles. Cette deuxième position est due au fait que les déchets enfouis, en provenance des commerces, industries et institutions, comptent dans les statistiques. Cependant, si on s'en tient strictement à la quantité de déchets résidentiels par citoyen, Sherbrooke brille en première place.

Martine Dallaire

C'est le constat des relevés émis par le ministère du Développement durable, de l'Environnement et de la Lutte contre les changements climatiques, déposés lors de la dernière séance du conseil municipal, qui révèle la position de la ville au palmarès. Les données, qui datent de 2017, indiquent, en tout, que les citoyens sherbrookoises ont valorisé près de 60 % des 76 714 tonnes de matières résiduelles lors de la dernière année. Non seulement, les résidents placent-ils leurs bacs de recyclage et de compost à la rue, mais bon nombre d'entre eux déposent également leurs déchets aux écocentres ou en bordure de rue lors des collectes spéciales. D'ailleurs, le nombre de visites dans les écocentres a bondi de 10 % durant la dernière année. Cette augmentation a permis d'atteindre un record dans le tonnage de matières résiduelles qui ont terminé leur parcours dans les écocentres, soit un total de 4 500 tonnes. Or, il appert que l'exploit risque de se répéter, si on en croit les chiffres de l'année en cours.

CHAMPIONS DU BAC BRUN

Les Sherbrookoises font belle figure lorsqu'il est question des matières organiques, puisque 96 % des immeubles de moins de cinq logements sont dotés d'au moins un bac brun. C'est grâce à cette implication citoyenne que la Ville a pu toucher un boni de performance de plus de 300 000 \$. Ce montant a été alloué par le ministère aux municipalités dont le taux d'immeubles de moins de cinq logements, comptant au moins un bac de compostage, est supérieur à 50 %. C'est la note presque parfaite de 96 % des propriétaires d'immeubles sherbrookoises qui a fait toute la différence. En raison de l'importante participation citoyenne aux efforts de compostage, la population sherbrookoise a réussi à amasser 1000 tonnes de matières compostables de plus que l'année précédente.

REPENSER LE TRI DES MATIÈRES RÉCUPÉRÉES

Si Sherbrooke n'occupe pas le haut du palmarès pour sa note globale au niveau de la gestion des matières résiduelles, cela peut être attribuable au fait que le taux de valorisation des matières récupérées en milieu résidentiel est de seulement 60 %, un taux qui stagne depuis 2012. Les déchets ont été triés par Valoris, une opération de triage qui aurait eu des conséquences sur le niveau de performance. On s'attend également à ce que les performances futures soient moindres en raison du fait que les lignes aient été arrêtées.

Rappelons que l'objectif du Plan de gestion des matières résiduelles du Québec, à l'origine, était d'atteindre 450 kilogrammes par habitant en enfouissement, en plus d'interdire tout enfouissement de matières organiques, et ce, dès 2020.



Crédits : Ville de Sherbrooke

ENTREVUE

LE MAIRE VIRE *vert*

Crédits : Anabel Cossette Civitella

Dans le cadre d'une campagne de promotion des véhicules électriques dans la région, le Conseil régional de l'environnement de l'Estrie a prêté pendant une semaine une Nissan Leaf au maire de Sherbrooke, Steve Lussier. Le Collectif l'a rencontré sur le siège passager de son nouveau jouet électrique.

Anabel Cossette Civitella

Pour un amateur de motocross et de voitures, est-ce que c'est difficile de rouler électrique? Pas de bruit, moins de puissance...

Steve Lussier : Haha! Vous savez ça, que je fais du motocross! Ben non, je l'adore ma Nissan Leaf!

Nous nous installons dans la voiture, stationnée devant la mairie, en plein soleil. Je veux ouvrir ma fenêtre, mais M. le Maire m'arrête dans mon élan.

SL : On va se mettre l'air climatisé!

Est-ce que c'est écolo l'air climatisé dans une voiture électrique?

SL : Oui, quand même. Vous voyez le tableau de bord : 192 km d'autonomie si j'enclenche l'air climatisé et on tombe à 197 km si je l'enlève. Ça prend juste un peu de batterie... Alors, on va se la mettre!

Quelles sont vos surprises par rapport à cette voiture?

SL : L'autonomie. Pour l'instant, on n'a pas de bornes électriques ici à l'hôtel de ville. Mais la bonne nouvelle – suite à l'essai de cette semaine – c'est qu'on va demander deux bornes à la ville, parce qu'on est rendu là. D'ailleurs, j'étais bien content d'entendre que Sherbrooke est la ville qui a le plus de voitures électriques par habitant. Le fait d'avoir notre propre réseau d'électricité, Hydro-Sherbrooke, c'est un gros plus pour nous.

Quelle est la suite pour vous, avec cet essai? Est-ce qu'il pourrait y avoir une flotte pour les fonctionnaires de la ville, les élus, etc.?

SL : C'est demandé au niveau des services, d'aller un petit peu plus loin là-dedans, d'avoir un petit peu plus de véhicules électriques lorsque l'on fait nos achats de véhicules. Ce n'est pas possible pour [le Service de] police pour l'instant pour plusieurs raisons qu'on m'a expliquées. Par contre, ça n'est pas quelque chose que l'on va regarder non plus dans 10 ans. On est sur le projet actuellement. De toute façon, le gouvernement nous impose des règles de plus en plus au niveau du développement durable, donc ça pourrait faire partie de notre développement durable d'aller dans cette direction-là.

Parlons un peu de votre consommation personnelle. Vous avez combien de voitures en ce moment?

SL : J'en ai une.

Combien de motos?

SL : J'ai deux motos : un motocross et une routière. Mais je veux une moto électrique. Pour moi, c'est bien important. J'ai été le premier avec M. Charles Bombardier à avoir un motocross électrique d'une compagnie qui s'appelait Quantya. [...] Les gens riaient de nous! Pourtant, il était très puissant à l'époque. Il avait un défaut, il s'usait trop vite, mais évidemment c'était un des premiers, il fallait lui donner une chance.

Dans votre quotidien, de manière plus large, quelles sont les actions les plus écologiques que vous posez?

SL : Quand j'ai fait construire ma maison, on a enlevé tout ce qui était les composantes au niveau de la colle, au niveau des matériaux. Vous voyez comment c'est important pour moi! Oui, c'était plus dispendieux, mais moi, je pouvais me le permettre. Je vise qu'un jour ça soit tout écologique même au niveau de la construction, ce qui serait très difficile à faire pour dire vrai. *(Son conseiller assis sur le siège passager lui parle)* Oh oui et j'ai un foyer de masse. Chez nous, je me chauffe avec un foyer de masse. *(À l'intention de son conseiller)* Merci beaucoup, tu connais bien ma maison! [...] Le foyer de masse, ça brûle 99,9 %, c'est vraiment à l'extrême. On peut mettre n'importe quelle sorte de bois. [...] C'est super, parce que j'ai une terre à bois, alors chaque année, j'envoie quelqu'un couper les arbres morts, puis c'est mon bois. Je n'ai même pas besoin de tailler des arbres vivants.

Comment faire de Sherbrooke une ville leader en environnement dans le futur?

SL : Il le faut, de toute façon. Nos plans d'environnement sont tout à refaire au niveau du développement durable. L'eau, vous savez on a la meilleure eau en Amérique du Nord. On est deuxième, mais c'est quasiment la meilleure eau en Amérique du nord. Puis, on a la meilleure eau au Québec vis-à-vis de 25 municipalités, il faut le dire. Moi, je pense qu'on a fait déjà des pas de géants de ce côté-là.

Mais vous l'avez dit, les plans d'action sont à refaire pour l'action contre les changements climatiques.

SL : Oui, c'est obligatoire. Le gouvernement nous donne un certain nombre d'années pour atteindre un nouveau seuil au niveau de l'eau, mais pas juste ça, les gaz à effet de serre également dans chacune de nos villes.

Est-ce que vous avez une mesure concrète dont vous pourriez me parler, de quelque chose qui s'en vient?

SL : Oui, on est à revoir au niveau de notre zone verte [ndlr : pourcentage de la ville qui est une zone protégée], notre plan vert qu'on appelle. Vous allez voir ça bientôt et je pense que les gens vont être très contents. On *upgrade*, là. Évidemment, je n'ai pas le droit de dire les pourcentages, mais on s'en va un petit peu plus que ce qu'on devrait aller. [...] Sherbrooke, dans le fond, s'est développée de façon très rapide, mais maintenant c'est à nous, la ville, à prendre le *lead*, puis dire : « Écoutez : c'est comme ça qu'on veut ça, c'est comme ça. » On a beaucoup d'entrepreneurs, mais c'est à nous de leur dire ce qu'on veut. Il y a eu du laisser-aller un peu, je dois le dire.

Lundi [18 juin] au conseil municipal, il y avait un groupe de cyclistes urbains qui vous ont demandé des engagements précis. Allez-vous faire plus d'investissements pour le vélo?

SL : On en fait déjà beaucoup. [...] On fait en moyenne entre 8 et 9 km de pistes cyclables par année. Ça devient automatique. On est déjà à l'avant-garde nous autres. On fait une rue? Il faut le trottoir et il faut évidemment la piste cyclable qui vient le rejoindre.

Comment on ferait pour avoir deux fois plus de kilomètres de pistes cyclables par année, par exemple?

SL : C'est difficile. On essaye avec le gouvernement sérieusement. Je vais juste donner un exemple : faire traverser un pont en aluminium qui traverserait la 12^e avenue. Vous savez, c'est un gros problème, parce que les gens veulent aller en vélo directement au CHUS et traverser l'autoroute. Le gouvernement ne nous donne pas l'autorisation de produire ce pont-là. Pourtant, il serait fait ici à Sherbrooke et pourrait être un bon exemple à travers le Québec. Je me bats actuellement avec le gouvernement pour le faire passer. Vous me faites penser que je rencontre M. Couillard tantôt, je vais lui en parler.

Y avait-il autre chose pour conclure?

SL : *(Il rit)* L'électrification des transports. Vous allez voir les publicités par rapport à ça. J'ai demandé aux communications d'aller de l'avant.

Je vous remercie. Je pense qu'on est rendu à 192 km d'autonomie, là.

SL : *(Rires)* À cause de l'air climatisé. Vous voyez que ça baisse!

Crédits : Pixabay



Agora CAMPUS

L'ÉCONOMIE COMPORTEMENTALE : LE NOUVEAU COURS DE 2018 QUI DÉJOUE LES COMPORTEMENTS DE L'HOMME



**RACHEL
WHALEN**

agora.campus.lecollectif
@usherbrooke.ca

Depuis l'hiver 2018, le cours d'économie comportementale est offert à l'École de gestion. Celui-ci est enseigné par le professeur François Delorme. Il s'agit d'un cours qui a été demandé par les étudiants de l'École de gestion. Le Collectif a rencontré monsieur Delorme pour en savoir davantage sur ce modèle d'économie qui gagne en popularité.

C'est seulement depuis le mois de janvier que le cours d'économie comportementale est offert à l'Université de Sherbrooke. Il est ouvert aux étudiants et étudiantes provenant de toutes facultés, mais il était l'objet de la demande d'étudiants de l'École de gestion. « À cause de leur cursus plutôt traditionnel, [ces] étudiants ont demandé à ce que soit intégré ce type de

cours à leur parcours scolaire. Ainsi, le département a décidé d'accommoder les étudiants. » Monsieur Delorme, le professeur qui a entièrement mis sur pied ce cours, affirme que le cours se déroule très bien jusqu'à présent. Sur la quarantaine d'étudiants qui ont bénéficié de ce cours, cinq d'entre eux ont décidé de poursuivre à la maîtrise.

UNE DISCIPLINE TRANSVERSALE

« Il s'agit d'un cours qui retourne aux sources de l'économie, puisqu'à l'époque on disait que l'économie était un peu comme de la psychologie sociale. Aujourd'hui, l'économie est souvent mathématisée, mais l'économie comportementale revient vers cet élément de transversalité. » L'économie traditionnelle (économie néo-classique) s'appuie sur les tangentes principales de comportement des consommateurs, donc cette méthode fait moins appel à l'intuition et repose plutôt sur l'algèbre. Avec l'économie comportementale, l'apport de la psychologie et des habitudes du consommateur est davantage considéré. Il s'agit d'un chevauchement entre l'économie, la psychologie sociale et même la sociologie. Ainsi, selon monsieur Delorme, l'homme, avec son cerveau reptilien, a une façon de vivre et d'envisager la vie bien à lui qui peut parfois être aberrante. Il est donc juste de l'étudier dans son entièreté, en prenant en compte ses bonnes habitudes autant que ses faux plis.

DÉJOUER LES COMPORTEMENTS DE L'HOMME

Cette méthode s'applique à tous problèmes collectifs banaux ou plus complexes comme les problèmes de

jeux, d'alcool ou de toutes dépendances. L'exemple le plus fameux en économie comportementale relate les déboires des toilettes pour hommes dans un aéroport aux Pays-Bas qui faisaient sujet d'une insalubrité saillante. Leur malpropreté était provoquée par la paresse et l'inattention des usagers. La façon traditionnelle de remédier à cette situation aurait été de taxer les gens pour offrir le service de nettoyage pour maintenir les lieux propres. Mais en s'appuyant sur la tactique de l'économie comportementale, la direction de l'aéroport a décidé d'opter pour une idée plutôt loufoque. Ils ont installé des petits savons en forme de mouche au fond des urinoirs. Cet ajout devenait, malgré lui, un point à cibler lorsque les usagers utilisaient ces installations. Ainsi c'est en incitant les usagers à utiliser les urinoirs de manière plus hygiénique, sans même qu'ils ne s'en rendent compte, que la situation s'est réglée. Au courant de l'année qui a suivi, les coûts de nettoyage ont baissé de 22 %. Plutôt malin et simple. Elle est là l'originalité de l'économie comportementale. Trouver des solutions aux problèmes collectifs avec des tactiques qui influencent le comportement de l'homme. Donc, pour régler un problème collectif, opter pour un stratagème d'économie comportementale devient une tentative qui sera, au bout du compte, beaucoup moins couteuse au système.

Ou encore, en Suède, on voulait promouvoir l'activité physique. Alors, dans une station de métro, des notes de pianos ont été installées sur les marches de l'escalier. L'escalier est donc devenu un instrument de musique et celui-ci est soudainement devenu plus attrayant, incitant donc les gens à l'emprunter plutôt que d'opter pour l'escalier roulant.

Ces exemples sont plutôt amusants, mais pourtant le gouvernement fédéral emploie également ce genre de techniques lorsqu'il est notamment question d'épargne retraite.

LE CAS DES REER

« Même s'il y a des incitatifs fiscaux comme les REER pour stimuler les gens à économiser de l'argent pour leur retraite, souvent par paresse les gens ne prennent pas le temps de bien planifier leur retraite et d'élaborer un budget pour leur futur. » Dans ce genre de situation, « l'économie comportementale peut jouer avec le cerveau des gens. Puisque le consommateur a tendance à procrastiner, le gouvernement en Ontario a délibérément choisi d'inscrire les gens à un régime, retraite (selon le secteur d'emploi). » « Les gens doivent

donc faire l'effort et les manœuvres nécessaires pour se désinscrire du programme. » Cette technique a été mise sur pied après que l'on ait constaté que les gens ne retournaient pas leur formulaire d'inscription par distraction et manque d'engagement. Cette solution a été trouvée, puisqu'il y a eu ce constat du comportement des gens. « Les gens sont paresseux, procrastinateurs et valorisent le présent et ne valorisent pas le futur », selon monsieur Delorme.

LES LIMITES D'INTERVENTION D'UNE TELLE APPROCHE

« En tant qu'économiste, la chose que nous voulons faire, c'est changer le monde. On veut changer le comportement des gens avec l'économie. » Le professeur a repris l'exemple du prix du paquet de cigarettes pour expliquer son idée. « Le paquet de cigarettes n'est pas encore assez cher, puisque ce sont les autres [les non-fumeurs] après qui vont contribuer au système pour payer les traitements médicaux d'un fumeur. Donc à un moment donné si la taxe sur la cigarette n'est pas assez élevée pour empêcher les gens de fumer ou pour restreindre le nombre de fumeurs, c'est toute la société qui doit faire ça. L'idée, c'est d'utiliser le mouvement d'identité sociale ou des mouvements de groupe pour t'amener à faire des choses que tu n'aurais pas faites tout seul. L'économie comportementale sert à ça. Donc, nous, c'est ça qu'on veut. On veut changer le comportement des gens et dire que ce n'est pas correct pour tout le monde [de fumer]. Ça amène des conséquences collectives. Si le paquet de cigarettes est 5 \$, il n'est pas assez cher. Mais s'il est 23 \$, là on peut dire que tu payes. » Donc le consommateur contribue monétairement au système établi pour payer les traitements aux gens qui auront fait le choix de fumer.

Souvent « lorsqu'il y a un problème d'externalité négative [comme le tabagisme], ce genre d'approche va fonctionner. Mais lorsqu'il y a des problèmes plus fondamentaux comme éradiquer la faim dans le monde par exemple, probablement que l'économie comportementale à elle seule ne suffira pas. »

L'avènement de l'économie comportementale au Canada ne fait que débuter et, selon monsieur Delorme, le Canada serait en retard comparativement à d'autres pays. Mais celui-ci rappelle que même si l'économie comportementale peut être une solution simple, abordable et créative, celle-ci ne peut pas régler tous les problèmes. L'addition des différents types d'économies serait l'idéal.

Des légumes ancestraux dans le jardin communautaire de l'UdeS

Les projets destinés à favoriser le développement durable ont la cote à l'Université de Sherbrooke. Le dernier-né de ces projets est un jardin communautaire où poussent des légumes ancestraux. Le jardin collectif a d'ailleurs reçu l'aval du Fonds conjoint pour les initiatives de développement durable, pour l'implantation d'un potager ancestral. Ce dernier a pris racine non loin des résidences E4 et E5.

Martine Dallaire

Ce qui fait la particularité de ce lopin de terre, c'est qu'il compte parmi ses cultivars, plusieurs espèces jadis cultivées tant par les peuples autochtones, que par les colons français et les loyalistes. Parmi ces espèces se trouvent le radis noir, la citrouille algonquienne, le chou pommé, le salsifis Scarlett Nantes, la ciboulette commune, le melon de Montréal, la patate en chapelet, et bien d'autres encore. On y trouve même une espèce de tabac centenaire : le tabac Petit canadien, une espèce utilisée par les peuples autochtones lors des rituels de purification.

Ces espèces ne sont plus présentes sur le marché d'aujourd'hui, car elles ne correspondent ni aux critères

de l'industrie agroalimentaire ni à ceux du marché. En effet, le marché contemporain requiert que les fruits et légumes résistent au transport, puisque les consommateurs achètent davantage de denrées en provenance de l'extérieur de leur région. De plus, l'esthétisme des denrées alimentaires influence également le comportement des consommateurs.

Le projet de jardin ancestral universitaire comporte deux objectifs soit la sensibilisation de la clientèle étudiante à la valeur gustative et nutritionnelle desdites espèces, ainsi qu'à l'importance de manger bio et local. On pourrait même ajouter que l'équipe responsable du projet s'est donné un devoir de mémoire face à ces espèces végétales méconnues. Il est le fruit d'une collaboration entre différents intervenants en provenance de différents milieux, dont l'entreprise Terre Promise, fournisseur des semences, ainsi que du professeur Tristan Landry, spécialiste de l'histoire de l'alimentation et d'une équipe estudiantine. L'équipe profite également de la précieuse expérience de Louis-Philippe Daniel, acquise au Château Ramezay, lequel compte un projet similaire. Étudiant à la maîtrise en histoire, il occupait un poste dont le rôle était d'informer les passants sur les valeurs nutritives et médicinales des végétaux cultivés par nos ancêtres.



Crédits : Michel Caron

Le potager du Château Ramezay compte une variété impressionnante de légumes datant du 18^e siècle. Selon monsieur Daniel, certaines plantes telles que le maïs, les haricots et les courges ont grandement contribué à assurer la survie des premiers colons.

Notons qu'à la fin de la saison estivale, lors de la récolte maraîchère, un grand festin historique aura lieu. Les participants et participantes au projet en profiteront également pour faire l'essai

de quelques techniques de fermentation qui permettront de conserver les fruits de leurs récoltes durant la saison hivernale. Ces techniques furent abordées lors du séminaire sur l'histoire de l'alimentation, suivi l'hiver dernier.

Le jardin collectif est présent sur le Campus principal depuis 2009. Il est ouvert à tous les membres de la communauté universitaire souhaitant y consacrer quelques heures de travail bénévole hebdomadaire.

L'USINE-ÉCOLE de bière de l'UdeS COMMENCE À PRENDRE FORME



Le brassage de bière est désormais tendance sur les campus universitaires du Québec et l'UdeS ne fera pas exception. Il est désormais plus que probable qu'une microbrasserie s'installe sur le Campus principal au cours des prochaines années, puisque les travaux de construction ont officiellement débuté.

Martine Dallaire

Le Collectif a appris que les travaux de construction d'une brasserie ont débuté, il y a quelques semaines et qu'il n'est pas loin le jour où il sera possible de trinquer avec une bière en provenance de la colline universitaire. Il s'agit d'un projet d'envergure estimé à environ 7 M\$, lequel permettrait la tenue de stages variés sur le site même, car il s'agit d'une usine-école. Les programmes touchés résideraient notamment dans les programmes en communication, droit, sciences et administration. L'édifice serait érigé derrière la Faculté de génie, non loin de l'École de musique. L'immeuble de deux étages serait également doté d'une mezzanine vitrée qui permettrait aux étudiants de superviser la production.

UNE PRODUCTION CONSIDÉRABLE

Selon les estimations du groupe de finissants en génie biotechnologique responsables de la conception du projet, le volume hebdomadaire de bière produit serait d'environ 1500 litres, lesquels seraient vendus en canettes uniquement sur le campus. Une portion bistro permettrait aussi la dégustation sur place. En plus de desservir la clientèle universitaire, la microbrasserie serait accessible à la population.

DES INVESTISSEMENTS IMPORTANTS

Le projet, qui pourrait prendre la forme d'un organisme sans but lucratif (OSBL), engendrerait des coûts avoisinant les 12 millions de dollars dont 1,6 M serait consacré à l'achat d'équipements divers. Les étudiants de la Faculté de génie ont annoncé qu'ils investiraient un total d'un million de dollars dans le projet. Une somme de 500 000 \$ a d'ailleurs déjà été versée.

UN CONCEPT UNIQUE

Outre les stages offerts aux étudiants des programmes énumérés précédemment, l'usine-école pourra être utilisée pour l'enseignement dans d'autres programmes notamment pour la recherche et pour la réalisation de projets pilotes en collaboration avec des partenaires industriels. Le groupe aurait d'ailleurs déjà approché quelques partenaires dont l'usine de maltage Innomalt, Laporte, la distillerie Oshlag ainsi que la microbrasserie Siboire. L'expérimentation de projets pilotes permettrait à l'Université de Sherbrooke de se distinguer des autres microbrasseries universitaires en province. Dans les autres établissements, les étudiants brasseurs doivent se perfectionner ailleurs que sur leur campus d'attache.

UNE COLLABORATION INTERFACULTAIRE

Une phase de recrutement d'étudiants au sein de différentes facultés pour la constitution d'une équipe de travail, devrait avoir lieu prochainement, et ce, dans le but de procéder à la réalisation des prochaines étapes de création et de démarrage de l'OSBL.

Le projet final devrait être opérationnel dans deux ou trois ans.

SECTION CAMPUS

DONNER UNE SECONDE VIE AUX PRODUITS UTILISÉS EST BEAUCOUP PLUS QUE JUSTE!

Article écrit par Wiligton Jaimes Estevez, étudiant en français langue seconde. L'auteur relate son expérience de bénévolat chez Estrie Aide qu'il a réalisée dans le cadre du cours Projet en milieu francophone donné par le Centre de langues de l'UdeS.

TRIBUNE LIBRE

Tout au long de ma vie, quand je vivais en Colombie, ce que j'aimais faire était d'appartenir à plusieurs organisations sans but lucratif qui se consacrent au service de la communauté et de l'environnement. Ce printemps, j'ai eu l'occasion de faire partie du groupe de travail d'Estrie Aide grâce à mon cours Projet en milieu francophone. En plus de m'aider avec mon intégration dans le monde professionnel, ce projet m'a permis de développer mon niveau de français, de renforcer mes connaissances et de faire ce que j'aime le plus : aider les autres et l'environnement.

Wiligton Jaimes Estevez

MA PREMIÈRE EXPÉRIENCE

Quand j'ai travaillé comme bénévole chez Estrie Aide, j'ai compris l'importance de faire face à une situation quotidienne lorsque l'on est apprenant d'une autre langue. Au-delà de toutes les connaissances théoriques reçues dans les classes, les avantages de nous obliger à faire cette pratique sont nombreux, car ils introduisent chaque étudiant dans la vraie vie, où en plus d'avoir une bonne base théorique, il est important d'apprendre à réagir rapidement, à prendre de bonnes décisions et à assumer la responsabilité des tâches effectuées. De cette façon, le développement des compétences devient beaucoup plus riche que dans une classe, dans laquelle le monde réel est considéré comme quelque chose de lointain qui ne nous affecte pas trop.

MA DEUXIÈME EXPÉRIENCE

En ce qui concerne les aspects environnementaux et humains, mon expérience vécue en faisant du bénévolat chez Estrie Aide était de pouvoir apprendre qu'il existe d'autres moyens de contribuer à la communauté d'une manière pratique et simple avec le don ou la vente de produits que nous n'utilisons plus. Tout d'abord, nous vivons dans un monde de consommation, dans lequel les êtres humains ne savent pas prédire ce qui les rend heureux. C'est pourquoi, il n'est pas surprenant que la plupart d'entre nous dépensent leur argent pour des choses qui, selon nous, apporteront satisfaction et joie.

Mais en réalité, nous finissons par les délaissés, ou pire encore, ils finissent dans une décharge d'ordures contaminant l'environnement.

COMMENT POUVONS-NOUS CONTRIBUER À LA CAUSE?

Aujourd'hui, le marché de l'achat et de la vente de deuxième main est une bonne idée.

La crise économique et les changements environnementaux ont ouvert tout un monde de possibilités, à la fois pour ceux qui ont à la maison des choses dont ils n'ont plus besoin, et pour ceux qui n'ont pas assez d'argent pour acheter.

L'objectif d'installer des magasins d'occasion, qu'ils soient virtuels ou physiques, sensibilise l'importance de donner une nouvelle vie à tout ce qui est matériel. Quoi qu'il en soit, les biens d'occasion sont une bonne option pour tous les types de personnes qui cherchent à économiser ou à chercher des produits pour un usage unique.



Crédits : Wiligton Jaimes Estevez

Un produit d'occasion n'est pas nécessairement en mauvaise condition, au contraire, bien souvent il est en excellent état. Pour cette raison, il est très utile de donner ou de vendre des produits d'occasion.

Vous contribuez ainsi à l'environnement, puisque votre objet ne finira pas dans la poubelle, mais dans les mains d'une autre personne qui lui donnera un grand usage.

Vous obtiendrez des avantages économiques ou sociaux de ce que vous n'utilisez plus.

MON POINT DE VUE

La base de notre économie est la consommation, nous produisons beaucoup et nous consommons beaucoup. Mais sans attaquer le système qui nous soutient, nous pouvons le réinventer, en l'adaptant à la réalité environnementale actuelle. Il y a une autre façon de consommer : acquérir des objets usagés au lieu d'en acheter de nouveaux. Il existe de nombreux produits qui peuvent avoir une seconde vie utile avant de les jeter ou de les recycler, ce qui nous épargne les coûts et la contamination qui supposent leur élimination ou leur transformation.

Dans mes progrès d'apprentissage chez Estrie Aide, j'en suis venu à la conclusion que ces magasins de deuxième main sont très importants pour la communauté et l'environnement, et nous devons les soutenir pour qu'ils continuent d'évoluer chaque jour.

Il est à noter que chaque personne donne une valeur différente aux objets. Pour certains, quelque chose qui est une poubelle peut être vraiment utile pour les autres, pour cette raison, les magasins de deuxième main sont une option à évaluer et à connaître.

C'est une bonne idée d'avoir une économie juste qui protège l'environnement.

Agora

CULTURE

La chute de l'empire américain

UN NOUVEAU SUCCÈS SIGNÉ DENYS ARCAND!



**KATRINE
JONCAS**

agora.culture.lecollectif
@usherbrooke.ca

Le 25 juin dernier avait lieu à la Maison du cinéma la première du nouveau film tant attendu de Denys Arcand, *La chute de l'empire américain*. Une véritable réussite où l'on peut savourer l'excellente performance d'Alexandre Landry et de Maripier Morin, qui est apparue au grand écran pour la toute première fois.

SYNOPSIS

Pierre-Paul (Alexandre Landry), 36 ans, diplômé en philosophie, mais livreur pour une compagnie de livraison croit fortement qu'il est trop intelligent pour devenir riche. En plein quart de travail, celui-ci est témoin d'un vol à main armée. Le dernier brigand vivant étant sérieusement blessé, il laisse les deux sacs remplis d'argent derrière lui et s'enfuit. Pris de face par un dilemme, Pierre-Paul décide de s'emparer des sacs et de les cacher à l'intérieur de son camion de livraison. Suite à l'interrogatoire des enquêteurs, le livreur, maintenant millionnaire, doit

échapper aux forces ainsi qu'aux criminels qui tentent le tout pour le tout afin de reprendre possession des sommes.

UNE RÉALITÉ EXPOSÉE À L'ÉCRAN

Bien que l'intrigue du film soit basée sur un vol, les différentes péripéties du récit ainsi que le dénouement sont basés sur le même point : la réelle marge entre les riches et les pauvres. Au Québec, on compte des milliers de personnes en situation d'itinérance. Dans le nouveau film d'Arcand, le public est soumis à une réelle réflexion quant à l'importance d'aider les plus démunis. D'ailleurs, dans une entrevue avec *Le Collectif*, Maripier Morin s'est prononcée sur l'urgence d'entraide à laquelle la population est exposée : « On parle d'itinérance dans ce film-là, mais il y a aussi eu le mouvement #moiaussi à l'automne qui a soulevé de nombreuses questions, [...] mais je pense qu'au final, la morale c'est qu'on doit faire attention les uns aux autres. » En démontrant les différentes magouilles présentes dans la société et la réalité de plusieurs métiers, dont celui de policier, Arcand propose un film dans lequel les caractéristiques politiques et économiques, autant positives que négatives, sont exposées. Les réalités présentées amènent le public à réaliser, s'il ne l'avait pas déjà fait, les différents problèmes sociétaux en lien avec les classes sociales. L'endroit où de la nourriture est servie aux itinérants à Montréal est bondé lorsque Pierre-Paul y est pour aider au service. Même si les gens savent l'état de la situation en général, les images posées sur le problème sont des plus alarmantes.

UN CINÉMA À LA HAUTEUR

Que dire du jeu de Maripier Morin! Comme l'avait mentionné Denys Arcand lors de leur passage à *Tout le monde en parle* cet hiver, la nouvelle actrice « perce » véritablement l'écran. Maripier jongle entre son texte et ses regards convaincants qui envoûtent le public. Lors d'une entrevue réalisée avec *Le Collectif*, l'animatrice a mentionné que l'animation l'avait beaucoup aidé lors du tournage grâce à l'écoute que cette profession nécessite : « Il faut écouter pour être capable de réagir, puisque si tu penses juste à ta ligne, t'es off. Quand t'es dans l'autre, ça te nourrit. » De plus, Maripier a eu la chance de pratiquer avec Alexandre Landry avant le début du tournage, ce qui lui a permis de vraiment connecter avec l'acteur.

D'ailleurs, l'acteur a lui aussi livré une performance irréprochable. Occupant le rôle principal dans un film de Denys Arcand, l'acteur avoue avoir voulu être à la hauteur en lisant beaucoup à propos des différents philosophes qui lui étaient totalement inconnus, mais qu'il avait à citer dans le film. Alors qu'il affirme consciencieusement que « Denys Arcand, c'est un homme qu'il conçoit comme un homme plus intelligent que [lui] », l'acteur semble vraiment s'être prêté au jeu en entrant dans l'univers philosophique dans lequel baigne son personnage en assumant sans orgueil qu'il avait à travailler pour comprendre et livrer l'œuvre de l'auteur. Somme toute, non seulement le film cède un message important, mais les acteurs ont eu aussi appris beaucoup de l'expérience. Une réussite bidirectionnelle!



DU VRAI DENY ARCAND

Grâce aux nombreux succès cinématographiques réalisés par Deny Arcand, notamment *Le Règne de la beauté* ainsi que *L'Âge des ténèbres*, le public pouvait s'attendre à un autre succès pour cette nouveauté. Encore une fois, le réalisateur a épaté la galerie grâce au texte juste à point et l'orchestration impeccable des éléments narratifs du film.

Toujours dans le but de rendre une œuvre à la hauteur, l'auteur avait changé le titre en mars dernier. *Le triomphe de l'argent* était donc le premier titre de l'œuvre. Dans une entrevue à l'émission de radio de Paul Arcand, l'auteur du film avait expliqué qu'« en voyant les images, [il] trouvait que [son] ancien titre ne correspondait plus à ce qu'il avait tourné. Ce qu'il voyait était plus touchant et plus tendre ». En visionnant le résultat, la volonté de l'auteur d'exposer que « le Québec est directement touché par la longue agonie de puissance » est très compréhensible. Comme il avait mentionné en entrevue à *Tout le monde en parle*, aujourd'hui, on demande davantage les sommes amassées des films et moins si le film est bon. Pour ce qui est de ce nouveau film, la question n'est pas à se poser : c'est excellent.

LA GRANDE VIRÉE ARTISTIQUE DE SHERBROOKE

Pour s'imprégner de l'art d'ici

C'est pendant la première canicule de l'été 2018 qu'a débuté la Grande virée artistique de Sherbrooke. Celle-ci se déroule exclusivement sur le territoire de la cité sherbrookoise du 29 juin au 8 juillet. Une activité qui permet de faire un pied de nez au climat caniculaire.

Martine Dallaire



Crédits : Carole Rossano, Art fluide.

De retour pour la 17^e année consécutive, la Grande virée artistique de Sherbrooke a pour but de faire connaître les créateurs d'ici au public, et ce, dans un contexte totalement différent que celui que l'on trouve dans un musée, un vernissage ou une galerie d'art. Il s'agit d'une chance inouïe pour le public, de s'inviter à l'endroit même où les œuvres d'art d'ici prennent naissance. L'événement a cours dans l'atelier des créateurs, aux quatre coins de la ville. L'activité se déroule du 29 juin au 8 juillet.

UNE THÉMATIQUE IMPOSÉE

En tout, 25 artistes convient les gens à une rencontre informelle dans leur atelier. En cette édition 2018, la thématique explorée est celle du conte arabe, Les Mille et une nuits. La thématique est née de l'idée de lancer un défi aux créateurs participants. On les encourage à dévoiler leur propre interprétation du célèbre conte énigmatique Les Mille et une nuits, et ce, à partir de créations choisies. Les artisans devaient, cette année, relever

un défi supplémentaire : concevoir un mobile. Ces derniers, fabriqués à partir de différents médiums, sont regroupés dans une exposition qui se déploie au Centre culturel Pierre-Gobeil, dans l'arrondissement Rock Forest – Saint-Élie – Deauville. Le lieu constitue d'ailleurs le point de départ de la virée pour plusieurs amateurs d'art, puisqu'on y trouve une description du circuit artistique. Il est également possible de télécharger le dépliant promotionnel de l'événement. Ce dernier contient le parcours suggéré, ainsi que la liste et les coordonnées des exposants et le type d'activité artistique. Pour en faire le téléchargement, il suffit de se rendre sur le site web de la Grande virée.

DE MULTIPLES FORMES D'ART EN VEDETTE

En plus de permettre aux visiteurs d'échanger avec les créateurs, l'activité se veut l'opportunité de découvrir toute la richesse du filon artistique du territoire sherbrookoise. On y trouve des œuvres pour tous les goûts et de toutes techniques : des sculptures

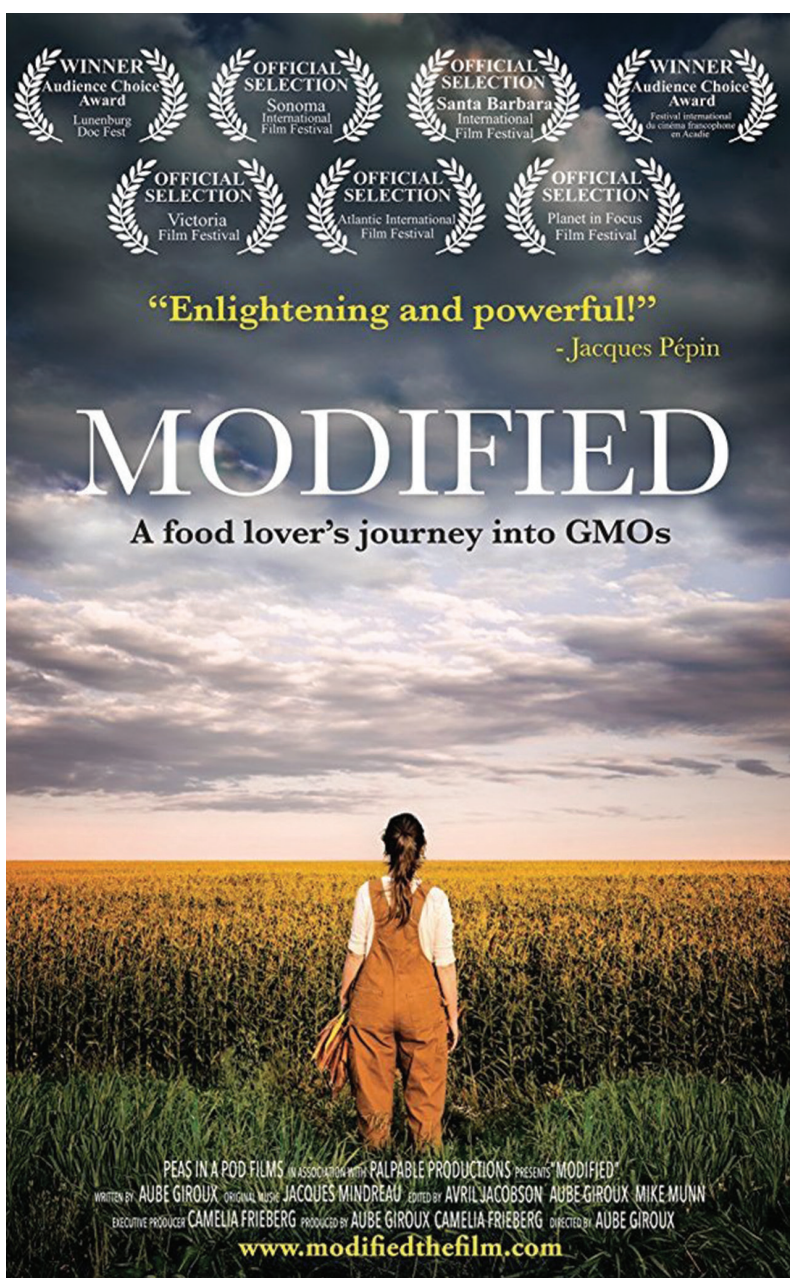
faites à partir de différents métaux, de la peinture sur verre, des bijoux et des vêtements fabriqués à partir de matériaux recyclés, ainsi que des tableaux peints à l'aquarelle, à la peinture à l'huile ou à l'acrylique.

UNE EXPÉRIENCE ENRICHISSANTE

Outre, la chance unique de rendre visite aux artistes dans leur atelier, La Grande virée artistique de Sherbrooke cherche à créer une certaine atmosphère, en plus de solliciter les sens et de sensibiliser le public à l'importance de perpétuer les beaux-arts dans cette société où la technologie s'avère omniprésente. Il s'agit aussi d'une belle façon de s'initier aux différentes formes d'arts et d'en apprendre davantage sur ce qui anime les artisans d'ici.

Les expositions ont lieu un peu partout à travers la ville et les portes des ateliers sont ouvertes de 10 h à 17 h. La présidence d'honneur de cette année est assurée par la députée de Richmond, madame Karine Vallières.

MODIFIÉ : UN FILM RASSEMBLEUR ET IMPORTANT POUR NOTRE ENVIRONNEMENT



Pour changer le monde, il faut parfois penser avec son cœur. Le film Modifié constitue une œuvre à la fois politique et personnelle sur les aliments transgéniques mieux connus sous le nom d'organismes génétiquement modifiés (OGM). Aussi, quand on aime à la fois la nourriture et l'environnement comme la cinéaste Aude Giroux, on souhaite les protéger pour mieux les conserver.

Martine Dallaire

L'alimentation dans notre monde actuel est totalement différente de celle des générations précédentes. L'industrie agroalimentaire d'aujourd'hui exerce beaucoup plus de contrôle sur les aliments qu'elle ne le faisait il y a à peine deux décennies. Certains environnementalistes croient aussi que cette même industrie cache des éléments importants aux consommateurs.

UNE ÉQUIPE MÈRE-FILLE

Dans son premier long métrage documentaire résultant de son enquête personnelle, la réalisatrice néo-écossaise, Aude Giroux, trace le portrait d'un sujet complexe et fort controversé, celui des aliments génétiquement modifiés. Elle apporte également une approche personnelle à ce projet qu'elle a mené en collaboration avec sa mère, une militante écologique passionnée d'alimentation qui est décédée avant la fin du tournage.

UN TRAVAIL DE LONGUE HALEINE

Le film a nécessité dix ans de travail de recherche au cours desquels Aude Giroux a réalisé des entrevues avec des experts, tant au Canada qu'aux États-Unis et en France. Si elle n'est pas contre le génie génétique comme technologie, elle demeure toutefois anti-OGM en ce qui concerne les aliments dans un contexte réglementaire.

LES CONSOMMATEURS IGNORENT CE QUI SE CACHE DANS LEUR ASSIETTE

Le combat mené par la réalisatrice est surtout dirigé vers l'honnêteté et la transparence dans la réglementation entourant l'industrie agroalimentaire. En effet, les Canadiens achètent majoritairement des aliments en provenance du Canada et des États-Unis, deux pays qui refusent

d'étiqueter les aliments transgéniques. Aude Giroux croit que les consommateurs sont en droit de savoir si les aliments qui sont dans leur assiette n'ont subi aucune modification par exemple l'ajout d'un gène animal dans un légume.

Elle s'inquiète également du fait que le dernier projet de loi sur l'étiquetage déposé à la Chambre des communes au mois de mai dernier ait été rejeté, puisque tous les députés fédéraux de la Nouvelle-Écosse et du Nouveau-Brunswick ont voté contre ce dernier, alors que plus de 80 % des Canadiens sont en faveur de l'étiquetage. Elle dénonce ce manque de transparence gouvernementale en citant l'exemple du saumon de l'Atlantique transgénique qui se retrouve dans l'assiette des consommateurs à leur insu, en raison de l'absence de loi sur l'étiquetage. Elle cite également le fait qu'elle a communiqué avec Santé Canada pour obtenir des renseignements sur le rapport dressé par la Société royale du Canada en 2001 pendant le tournage de son documentaire et qu'on lui a refusé une entrevue. Le contenu du rapport de 200 pages identifiait de nombreux problèmes au sujet de la réglementation sur les OGM et proposait plus d'une cinquantaine de solutions.

LE CANADA LOIN DERRIÈRE LES AUTRES PAYS

Soulignons que tous les pays de l'Union européenne ont une réglementation sur les aliments transgéniques. La cinéaste espère que son film suscitera une réflexion au sein de la population et que les Canadiens se mobiliseront autour de la question en exerçant des pressions auprès de leur député fédéral, et ce, pour obtenir des changements à la réglementation.

LE THÉÂTRE GRANADA SE REVÊTIT DE COULEURS!

À l'aube de son 90^e anniversaire, le Théâtre Granada dévoilait en primeur sa toute nouvelle image de marque le 27 juin dernier lors d'une conférence de presse. Les gens présents ont eu droit notamment à une prestation musicale de Roxane Bruneau ainsi qu'au dévoilement de la programmation automnale 2018!

Katrine Joncas

C'est vers l'avenir que se tourne le théâtre, en proposant une programmation des plus modernes et en constante évolution. Le nouveau logo de l'entreprise n'y est que pour donner une image au dynamisme exprimé dans ses événements et ses spectacles.

DES NOUVELLES À PROFUSION

Ce sont de bonnes nouvelles qui ont été annoncées, notamment pour la communauté étudiante de Sherbrooke qui pourra entendre entre autres Cœur de pirate et Yes Mccan dès les premières semaines de cours. Pour la rentrée, c'est Rufus Wainwright, l'un des plus grands auteurs-compositeurs et interprètes ainsi que le groupe électro-jazz-hip hop-rock, Valaire, qui performeront. De plus, Roxane Bruneau, qui a d'ailleurs interprété un morceau lors de la conférence de presse, ainsi que plusieurs autres seront aussi de la partie.

Suite au mois de la rentrée bien chargé, nul autre que Paul Piché, Koriass, Mike Love et Qw4rtz monteront sur scène pour faire résonner les couleurs automnales de la ville.

Novembre suivra avec un des duos sur une grande lancée au Québec, Milk & Bone ainsi que Serena Ryder, Bears of Legend, Lisa Leblanc et Alaclair ensemble. Un vent d'humour passera aussi au Granada pour faire rire les esprits refroidis du mois de novembre avec l'humoriste Mélanie Ghanimé.

L'année se terminera avec le groupe Led Zeplica et la présence de Rock Story lors des soupers spectacles. Les petites comme les moyennes entreprises de la région pourront alors profiter du tout nouveau menu offert par le théâtre.

Ce n'est pas tout! En plus d'offrir une programmation haute en couleur, l'équipe du Théâtre Granada s'est dotée d'une toute nouvelle carte de membre et a revu l'ensemble de son site internet. Les membres de la nouvelle « Carte Géniale » pourront profiter de préventes et de promotions exclusives ainsi que d'invitations à plusieurs événements. Les clients seront davantage chéris puisqu'ils auront un 15 % de rabais et des escomptes chez plusieurs partenaires participants.

Pour sa part, le site internet a été revigoré afin de faciliter la découverte de la nouvelle image de marque et l'accès à l'information ainsi qu'aux nouveautés.

UN GRANADA BIEN PRÉSENT

Étant une entreprise en événementiel de taille à Sherbrooke, l'équipe du Théâtre Granada prend plus de 200 événements en charge chaque année. Plusieurs des événements les plus connus de Sherbrooke sont organisés par l'équipe, notamment le Sherblues & Folk qui a lieu ce mois-ci ainsi que les Grands spectacles de la place Nikitotek. De plus, le théâtre est signataire du Boquébière et de la Petite boîte noire qui présentent tous les deux la série Découverte. Depuis près de 90 ans, le Théâtre Granada fait briller la culture dans la ville de Sherbrooke. Dans une ville où la culture et les arts sont sur une belle lancée, le théâtre ne fait que commencer à briller!

Crédits : Radio-Canada



Suzanne-Marie Landry, directrice générale du Théâtre Granada.



SHERBROOKE VIBRE À NOUVEAU AU RYTHME DU BLUES ET DU FOLK CET ÉTÉ

Du 4 au 7 juillet dernier s'est déroulé le festival de musique Sherblues & Folk à Sherbrooke. Les deux côtés de la rue Wellington se sont vu inonder d'un public venu profiter de la chaleur et de la bonne musique.

Dorian Paterne Mouketou

Le coût d'envoi des spectacles gratuits s'est donc fait le mercredi dernier. Des artistes de partout dans le monde ont été représentés, dont ceux d'Haïti, du Brésil, de la France, d'Angleterre, des États-Unis et bien sûr du Canada.

En tout, plus de 40 spectacles ont été présentés aux Sherbrookoises et aux Sherbrookoises. Les festivaliers pouvaient profiter de six scènes intérieures et de trois scènes extérieures sur les deux côtés de la rue Wellington.

Pour beaucoup d'artistes, il s'agissait d'un premier spectacle à Sherbrooke. C'est le cas du guitariste et chanteur folk Sam Tucker, qui a pu présenter ses nouvelles compositions. Pour cette 9^e édition, la directrice artistique du Théâtre Granada et du Sherblues & Folk, Suzanne-Marie Landry, a su redonner aux gens d'ici le plaisir de la musique et de l'été.

Les spectacles sur les scènes intérieures précédaient les dates annoncées du 4 au 7 juillet. C'est ainsi que le groupe français IAM a pu jouer le 27 juin sur la scène du Théâtre Granada. Deux artistes d'ici, les Sherbrookoises DJ Huggies et le slameur David Goudreault, ont également donné un coup d'envoi au festival.

On pouvait profiter gratuitement des spectacles de grands noms de la musique blues et folk sur les scènes extérieures de la Wellington, parmi eux Rob

Lutes, Gabrielle Shonk, Matt Holubowski, Stéphane Moraille, Yann Perreau et Dawn Tyler Watson.

C'est dans cette ambiance que les rues du centre-ville étaient pleines à partir de 16 h la semaine dernière. La plupart des spectacles extérieurs finissant à 23 h, les festivaliers traînaient encore devant les scènes à se rappeler et se raconter leurs moments préférés. La rue Wellington s'est transformée en une terrasse mouvante et conviviale, éclairée par les lumières des scènes et des bars sous la chaleur de l'été.

À VOIR CET ÉTÉ

Sherbrooke accueille cette année plusieurs festivals qui devront faire rayonner ses rues et ses parcs. En plus du Sherblues & Folk, les Sherbrookoises et Sherbrookoises peuvent également profiter des Concerts de la Cité, des concerts de la Place Nikitotek ou encore de la Fête du Lac des Nations. Le mois de juillet ne sera pas ennuyant à Sherbrooke!

ZONE SPORTIVE

À vos marques, prêts... déménagez!

QUELQUES TRUCS ET ASTUCES POUR ÉVITER LE PIRE LORS DE TON DÉMÉNAGEMENT



Crédits : franbce-demenagement-services.fr



**MARIÈVE
BÉGIN**

agora.sports.lecollectif
@usherbrooke.ca

Déménager est un sport en soi : cardio, muscles et agilité sont requis. Par contre, ce ne sont pas tous les athlètes qui arrivent au fil d'arrivée en pleine forme; d'après l'Association des chiropraticiens du Québec, près d'un Québécois sur cinq s'est déjà blessé lors d'un déménagement! Alors que la saison des boîtes de carton bat son plein, Le Collectif s'est entretenu avec Lorie

Comtois, physiothérapeute et ancienne étudiante de l'Université de Sherbrooke, afin de te conseiller sur les précautions à prendre lors de cette épreuve physique, qui n'est pas sans danger.

L'exercice peut sembler banal, mais les risques de blessures sont nombreux. Même les déménageurs professionnels seraient en moyenne 126 à se blesser chaque année au travail. Bref, avant de se lancer, il faut savoir quelles précautions prendre avant, pendant et après le grand jour, question que tout se déroule pour le mieux et que tu arrives en pleine forme dans ton nouveau chez toi!

AVANT L'ÉPREUVE : LA PRÉPARATION

Étudiants champions en procrastination, prenez garde! Bien qu'on puisse avoir tendance à repousser les préparatifs et se dire qu'on terminera le jour même, ce n'est pas une option à privilégier. La préparation permet un bien meilleur fonctionnement et une diminution des risques de blessures.

Lors de l'emballage des objets, il est préférable de s'en tenir à des boîtes de petit et moyen formats. De plus, contrairement à ce qu'on a l'habitude de faire, on devrait mélanger les objets lourds et légers afin de

répartir la charge. Ainsi, il faut éviter de mettre tous ses manuels dans le même carton!

Si tu décides de ne pas faire appel à des professionnels, il faut également penser à l'achat de sangles, rappelle Lorie Comtois : « Elles permettent d'éviter de se pencher pour soulever des charges lourdes, comme des meubles. » Il est possible d'en trouver facilement dans les magasins à grande surface pour environ 25 \$. Il serait également pratique d'emprunter un diable ou d'un chariot à quatre roues, si quelqu'un dans ton entourage dispose de l'un de ces outils, puisqu'ils permettent de minimiser les efforts à fournir.

Dans le cas où tu aurais des antécédents de maux de dos ou de blessures quelconques, la physiothérapeute recommande fortement de s'abstenir de participer au déménagement, puisqu'il est probable que l'exercice réactive des douleurs. Demande à tes proches de t'aider, ils comprendront certainement (surtout si tu leur offres la pizza par la suite)!

C'EST LE GRAND JOUR!

Le dicton du jour : « Ça prendra le temps que ça prendra! »

L'étape du déménagement n'est pas la plus agréable, et il est certain qu'on a hâte que ce soit terminé pour être confortablement installé. Toutefois, se dépêcher peut mener à des erreurs qui auraient facilement pu être évitées, ou à des faux mouvements lourds en conséquence. « Tu n'as pas réellement sauvé de temps si, après ton déménagement, tu dois faire 2 mois de physio », remarque Lorie Comtois. De toute façon, on ne déménage pas toutes les semaines, alors mieux vaut prendre le temps de le faire convenablement.

Avant de te lancer dans le déplacement de la laveuse, comme pour n'importe quelle activité physique, il faut t'échauffer. Cela peut simplement consister à débiter en chargeant les boîtes les plus légères dans le camion. Les allers-retours avec de petites charges permettront d'activer tes muscles et ton système cardiovasculaire.

Quand vient le temps de s'attaquer aux poids lourds, avant de soulever la charge, il importe de s'organiser avec l'autre personne impliquée pour déterminer par où passer et s'il faut prendre une pause en chemin. D'ailleurs, on a souvent le réflexe de se mettre à deux pour déplacer un meuble, mais Comtois précise qu'il

ne faut pas hésiter à impliquer plus de personnes, si possible. Ainsi, chacun aura une moins grande charge à assumer.

Chaque fois qu'il faut soulever un objet sans les sangles, il est essentiel de penser à plier les genoux et à impliquer tout son corps dans le mouvement, plutôt que de forcer du dos. Ce sont de simples gestes et déplacements maladroits qui font en sorte qu'autant de gens souffrent d'entorses lombaires, de hernies discales, de lombalgies, d'étirements musculaires ou de courbatures à la suite de leur déménagement.

Enfin, sois à l'écoute de ton corps. Dès que tu en ressens le besoin, après un effort demandant, prends le temps de faire une pause de 5 à 10 minutes. Et n'oublie pas, tout athlète doit s'hydrater régulièrement pour bien performer!

AU FIL D'ARRIVÉE...

Enfin dans ton nouveau nid douillet, il sera certainement tentant de t'écraser sur le sofa avec bonne bière, question de te récompenser après ce marathon de boîtes. Attends quelques minutes! Plusieurs l'oublient, et ce, dans toutes les disciplines sportives, mais il est capital de s'étirer après l'effort. Il s'agit d'une autre façon de minimiser le risque de blessures.

La physiothérapeute propose, à titre d'exemple, l'étirement « du chat ». Celui-ci consiste à se mettre à quatre pattes et à courber le dos le plus possible. Pour une efficacité optimale, il est recommandé de maintenir l'étirement pendant 30 secondes, puis de le répéter à 3 reprises.

Si de la douleur se fait déjà sentir, la glace constitue la meilleure solution à court terme. Par contre, la durée normale pour être raqué à la suite d'une activité physique est de 48 à 72 heures. Ainsi, dans le cas où la douleur persiste après 3 jours, il serait préférable de consulter un professionnel de la santé pour déterminer la gravité de la blessure.

Et voilà : après cette lecture, tu es outillé pour changer de logis le plus intelligemment possible. N'oublie pas : déménager, c'est tout un sport. Le jour de l'épreuve, il faut arriver bien préparé et écouter son corps pour éviter de se blesser.

Bon déménagement!

HAUSSE DU PRIX, MÊME FORMAT

Le Grand Poutinefest de Sherbrooke

Présenté à Montréal depuis trois éditions, le Grand Poutinefest est débarqué en sol sherbrookoïse du 21 au 25 juin dernier. En collaboration avec Les Productions Festco, la Fondation Le Grand Foodfest présentera cet été son festival dans dix villes québécoises, dont Sherbrooke. Elle s'engage également à redonner une partie des profits à sa communauté. En début de tournée, Le Grand Foodfest s'est alors associé au programme de football du Vert & Or de l'Université de Sherbrooke. Un passage apprécié, malgré quelques irritants observés par les festivaliers sur place.

Andréanne Beaudry

LA POUTINE À L'HONNEUR

Les festivals présentés par Le Grand Foodfest mettent toujours de l'avant un aliment ou un mets; les camions de cuisine de rue participants doivent alors réinventer la façon de faire pour une dégustation plus qu'intéressante. Que ce soit pour les côtes levées, le fromage ou la poutine, les recettes sont bien variées, et ce, au grand plaisir des amateurs de dégustation. À Sherbrooke, c'était la poutine qui



Crédits : Maxime Picard, Spectre Média

était à l'honneur. Plusieurs foodtrucks étaient présents entre le Centre sportif et le stade extérieur de l'Université de Sherbrooke pour ce début de tournée : Charlie's Shack, Greg's DINER, Le Smoking BBQ, Poutine Factory, Poutine N° 800, Smokies Deli et Fire Twenty One Smokin'Grill. En plus de la poutine, des kiosques offraient de la bière et des queues de castor en guise d'accompagnement. Des jeux gonflables étaient d'ailleurs installés près des terrains de volley-ball de plage pour

le bonheur des jeunes participants et participantes.

UNE DÉGUSTATION QUI COÛTE CHER

Alors que la plupart venaient profiter de l'événement le temps d'une demi-journée, d'autres s'engageaient à venir déguster une nouvelle variété de poutine chaque jour. Ces mêmes personnes ont pu alors constater l'inflation du prix sur les menus des foodtrucks participant à cette première édition sur le Campus principal de l'Université de

Sherbrooke. Des témoins affirment qu'ils ont pu acheter une poutine à un prix raisonnable de 11,50 \$ le jeudi soir. À l'ouverture du site le lendemain, l'un des foodtrucks affichait 13 \$ pour cette même recette de poutine. D'ailleurs, une modification a été apportée au courant de la journée (vers 14 h environ) : une augmentation de 1 \$. En moins de 24 heures, les prix ont augmenté d'au moins 2,50 \$, sans toutefois changer le format. La tendance a été observée un peu partout sur le site. Pour la dernière journée de l'événement, aucun foodtruck ne présentait une de ses spécialités de poutine en bas de 14 \$. Certains festivaliers se sont alors abstenus dans leur achat pendant le festival.

Le prix n'a cependant pas empêché les Sherbrookoïses et les Sherbrookoïses de profiter de cette toute première édition du Grand Poutinefest. Certaines personnes sont même venues de l'extérieur afin d'assister à l'événement et encourager le programme de football Vert & Or de l'Université de Sherbrooke. Est-ce que l'événement sera de retour l'année prochaine? Une chose est certaine, beaucoup de festivaliers surveilleront les prix indiqués sur chaque foodtruck avant de choisir quelle poutine ils prendront lors leur prochaine découverte.

UNE MÉDAILLE D'OR

POUR LA GRANDE COURSE DE L'ASSOCIATION DE LA SCLÉROSE EN PLAQUES DE L'ESTRIE

La 4^e édition de la Grande Course au profit de l'Association de la sclérose en plaques de l'Estrie, qui s'est déroulée le samedi 8 juillet dernier, a connu un succès retentissant. Bien que la compétition ait officiellement eu lieu samedi dernier, le site universitaire s'était mobilisé deux jours à l'avance pour recevoir les athlètes.

Martine Dallaire

Plus de 800 athlètes de tous âges et de tous calibres se sont donné rendez-vous pour participer à l'une des différentes épreuves qui se déroulaient simultanément sur le Campus principal et au mont Bellevue. Il s'agit d'une progression énorme pour un événement bénéfice, puisqu'à ses débuts, à peine 200 participants s'y étaient inscrits.

UN PARCOURS UNIQUE AU QUÉBEC

L'événement s'avère l'un des plus courus en province, attirant de plus en plus de participants chaque année. Il se distingue par la qualité de son organisation, mais aussi, par la particularité du parcours que l'on qualifie d'hybride. En effet, les organisateurs de la Grande Course peuvent se targuer de mettre à la disposition des participants le seul parcours hybride au Québec. Les participants courent dans les rues du campus, tout autant qu'autour de

la piste intérieure du Centre sportif, en plus d'arpenter les sentiers autour de la montagne.

UN GRAND CHOIX DE DISCIPLINES

Plusieurs options de parcours s'offraient aux coureurs. On y proposait des épreuves avec des distances de 1 km, 5,5 km, 10 km, ainsi qu'un demi-

marathon de 21 km, de quoi combler tous les goûts et toutes les capacités athlétiques des participants. Les sportifs avaient le loisir de parcourir le trajet

L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE DANS LA COURSE

Grâce à une entente avec l'Université

de Sherbrooke, se sont impliquées dans l'entente, laquelle présente un fond d'appariement dans lequel les facultés contributives doublent les montants investis chaque année. Cette initiative a contribué au financement de sept projets de recherche sur la sclérose en plaques.

UN ÉVÉNEMENT À LA FOIS SPORTIF ET FESTIF

Des stations de ravitaillement et de chronométrage des performances se trouvaient sur les lieux au bénéfice des coureurs. De même, des professionnels supervisaient et dirigeaient les périodes d'échauffement. Des aires de repos et d'alimentation, ainsi que différents services tels que des vestiaires, douches et aires de premiers soins complétaient l'ensemble de la desserte de services offerts sur les lieux.

Outre l'aspect sportif de l'activité, on pouvait également profiter de la présence d'une terrasse agrémentée d'un orchestre jazz dirigé par Fred Farrugia, lequel conférait une ambiance festive.

Même s'il s'agit d'un événement qui met en valeur la santé, l'activité physique et les saines habitudes de vie, les performances des athlètes feront partie des statistiques de course, pour ceux qui font partie de la Fédération d'athlétisme du Québec.



de Sherbrooke, les fonds amassés par les participants serviront à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de sclérose en plaques. Quatre facultés,

de Sherbrooke, les fonds amassés par les participants serviront à améliorer la qualité de vie des personnes atteintes de sclérose en plaques. Quatre facultés,

SECTION SPORTS

Crédits : Centre de plongée du lac Flintkote

PRATIQUER LA PLONGÉE
SOUS-MARINEÀ MOINS
D'UNE HEURE
DE ROUTE DU
CAMPUS

Les fonds marins ont toujours été l'objet d'une certaine fascination, tant pour les scientifiques, que pour l'Homme, en général. La plongée sous-marine est l'occasion d'en apprendre davantage tant sur la faune que la flore aquatique. Elle offre l'opportunité de visualiser des vestiges historiques et de reconstruire, dans certains cas, des pans de notre histoire. Or, nul besoin de booker un voyage dans le Sud pour pratiquer cette activité, qui se veut autant sportive qu'exploratoire. Il existe ici, en Estrie, et à proximité de la région des endroits méconnus où explorer les fonds marins durant la belle saison, des sites d'intérêt où l'école de plongée Aqua Mundo peut vous accompagner.

Martine Dallaire

UNE ACTIVITÉ À LA PORTÉE DE PRESQUE TOUT LE MONDE

La plongée sous-marine, qu'on l'exerce dans la nature ou en piscine, est pratiquement à la portée de tous. « Outre le fait, de maîtriser les rudiments de base en natation, la plongée sous-marine exige d'être en bonne santé et de suivre une courte formation de base », explique Carlos Delgado, propriétaire de l'école de plongée Aqua Mundo. Ayant acquis l'entreprise sherbrookeoise il y a un peu plus d'un an, monsieur Delgado ajoute qu'un certificat médical attestant sa bonne santé est requis pour toute personne souhaitant s'initier aux rudiments de la plongée en apnée. Bien qu'il ne soit pas nécessaire d'être maître-nageur pour pratiquer l'activité, des problèmes cardiaques, respiratoires ou de diabète, entre autres, pourraient exclure certains aspirants plongeurs, en dépit de leurs performances à la nage.

DES PLANS D'EAU À EXPLORER EN ESTRIE

Les plans d'eau explorables regorgent de découvertes toutes plus fascinantes les unes que les autres. On en trouve un nombre impressionnant dans le secteur du lac Memphrémagog, à une vingtaine de kilomètres à peine de Sherbrooke.

Vous y découvrirez ce majestueux lac comme vous ne l'aviez jamais imaginé auparavant. En effet, le lac Memphrémagog compte une vingtaine de sites de plongée. L'un de ces sites, connu sous le nom

d'« Aquarium », permet l'observation d'importants bancs de poissons, alors que certains autres font découvrir des épaves de bateaux ou encore une impressionnante flore aquatique. On peut pratiquer la plongée sous-marine au lac Memphrémagog dès le début du mois de mai et la saison se termine en général à la mi-novembre, avec l'arrivée des premières chutes de neige importantes.

Mis à part les plans d'eau naturels, l'école de plongée Aqua Mundo offre la possibilité d'explorer des plans d'eau vestiges des activités humaines. C'est le cas du lac de la mine Flintkote, à Thetford Mines, où un lac qui s'est formé à la suite de l'abandon de l'activité minière. L'endroit est situé à environ une heure trente de route de Sherbrooke, mais ça vaut le détour, notamment pour l'eau si limpide qu'on pourrait presque croire aux eaux tropicales. Le lac de la mine Flintkote réserve aussi quelques surprises, car on y trouve un jeu de tic-tac-toe aquatique, de même que des sculptures de métal variées ainsi qu'un vieil autobus duquel les plongeurs ont le loisir de visiter l'intérieur. Le lac compte deux zones, soit celle de l'entrée, dont la profondeur est de 60 pieds, et celle que l'on surnomme le mur, dont la profondeur varie entre 80 et 200 pieds selon la position du plongeur. Le lac Flintkote propose des forfaits de plongée sous glace entre la mi-février et la mi-mars aux plongeurs plus expérimentés. Le site permet aussi aux campeurs de demeurer sur les lieux quelques jours gratuitement.

Dans les deux cas, des guides accompagnateurs s'efforcent de faire connaître le site, tant au point de vue écologique, qu'environnemental et historique. Ces brèves présentations, qui ont lieu avant le début de la plongée comme telle, permettent aux participants d'en apprendre davantage sur le site visité.

UNE PRATIQUE SÉCURITAIRE ET ENCADRÉE

Préalablement à la découverte des fonds marins, il importe de suivre une formation de base comptant huit heures de théorie ainsi que huit heures de pratique en piscine. Les cours, échelonnés sur une période de quatre semaines, sont donnés par une équipe d'instructeurs qualifiés et ont généralement lieu en soirée. Le principe est simple, on débute par un cours théorique de deux heures, puis les notions apprises sont mises en pratique dans la piscine de

l'établissement. Il n'est pas nécessaire de posséder son propre équipement de plongée sous-marine pour suivre la formation, ni pour partir en expédition, puisqu'Aqua Mundo ainsi que les sites visités font la location d'équipement. De plus, compte tenu de la qualité des formations offertes, il est possible de pratiquer cette activité dans toute autre province canadienne, voire même à l'étranger, puisque la formation de l'école de plongée sherbrookeoise est reconnue mondialement.

FAIRE DES VOYAGES MÉMORABLES GRÂCE À LA PLONGÉE EN APNÉE

La plongée sous-marine étant une activité passionnante, il n'est pas rare que certains aient la piqûre et choisissent de faire des excursions aussi loin qu'aux îles Galápagos. Bien que ce type d'excursion exige davantage de préparation, les participants y sont bien accompagnés et l'activité se déroule en collaboration avec des agences de voyages reconnues, une précaution non négligeable en cas de petits ou gros pépins.

Tel que le mentionne monsieur Delgado, même si la plongée sous-marine est très populaire, cette activité demeure un sport extrême qui compte des risques pour la santé. « Si vous êtes victime d'une urgence médicale alors que vous faites de la plongée à l'étranger surtout, vous devez être couvert par une assurance. Des soins médicaux comme un traitement dans une chambre hyperbare ou une évacuation aérienne (dans un cas plus extrême) sont très dispendieux et pourraient entraîner des frais importants, lorsque vous êtes à l'extérieur de votre province de résidence, puisque le régime d'assurance maladie ne couvre pas plus de 10 % des frais. Une assurance voyage vous permettra ainsi d'obtenir les soins appropriés tout en protégeant votre porte-monnaie », indique-t-il, soucieux de la sécurité des participants.

L'école de plongée Aqua Mundo est située sur la rue Cate à Sherbrooke. Elle offre des services sécuritaires et de grande qualité répondant aux besoins de différentes clientèles tant en plongée récréative que commerciale, voire même scientifique. Elle est un centre de plongée sous-marine PADI, soit le brevet de plongée le plus respecté et reconnu dans le monde.