

Le COLLECTIF

— former et informer —



*Nos équipes du Vert & Or :
quoi surveiller en ce début de saison ?*

Page 20

Comment éviter
l'épuisement psychologique
Page 3

Une bibliothèque à thématique LGBTQ+
au cœur du campus
Page 7

Les enseignants réclament
du changement
Page 14



LE P U Q É

DIRECTION

Josiane Demers

Direction générale

RÉDACTION

Sarah Gendreau Simoneau

Rédactrice en chef

Léa Béliveau

Cheffe de pupitre campus

Emma Holgado

Cheffe de pupitre culture

Gabrielle Goyet

Cheffe de pupitre société

Émilie Oliver

Cheffe de pupitre sport et bien-être

Vincent Giangioppi

Correspondant Vert et Or

Myriam Baulne

Révision linguistique

Natasha Guay Marchand

Stagiaire

UNE

Manuel Ezeta

Photographie

TECHNIQUE

Frédérique Richard

Infographie

Frédérique Richard

réseaux sociaux et responsable Web

Poste inactif

Distribution à Sherbrooke

Poste inactif

Distribution à Longueuil

COLLABORATEURS et COLLABORATRICES

Alexandra Thibodeau

Alexandre Ménard

Alexia Gagnon-Tremblay

Association LGBTQ+ de

L'Université de Sherbrooke

Barbara Aboagye

Béatrice Vigneault

Collaborations multiples

Dominick Latulippe

Elizabeth Gagné

Élodie Roy

François Cyrenne-Bergeron

Jacob Desrosiers

Jérémy Plamondon

L'équipe du Carrefour de
l'information

La LUIS

Laurie Verville

Le REMDUS

Raphael Gibo

Renaud Duval

Sarah Baril-Bergeron

Sophie Mottet

Yaomie Dupuis

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

PROCHAINE ÉDITION LE 25 SEPTEMBRE 2023

NOUS SOMMES À LA
RECHERCHE DE
COLLABORATRICES ET
COLLABORATEURS !

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

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

Écrivez à Redaction.lecollectif@USherbrooke.ca

Suivez-nous sur
les réseaux sociaux!



FACEBOOK



INSTAGRAM

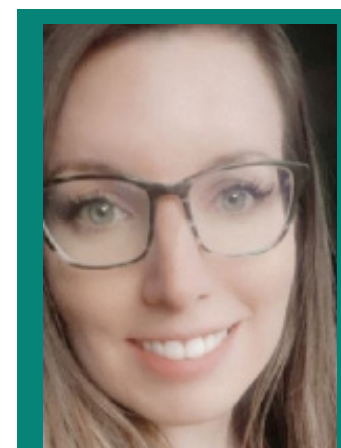
COMMENT ÉVITER L'ÉPUISEMENT PSYCHOLOGIQUE

Éditorial

De la rédaction EN CHEF



Crédits: Pixabay



**SARAH
GENDREAU
SIMONEAU**

Redaction.Lecollectif@
USherbrooke.ca

En tant que membres de la communauté étudiante, nous avons tendance à penser que nous sommes moins touchés par le surmenage et l'épuisement mental ; nous n'avons pas (pour la plupart) d'enfants, nous ne sommes pas encore au sommet d'une carrière et nous ne gérons pas tout ce qui a trait à une maison. Pourtant, la fatigue psychologique s'empare souvent des personnes étudiantes qui ont mille et un projets.

La charge mentale peut être énorme sur nous : cours, études, travaux d'équipes, emploi étudiant (parfois même deux ou trois emplois à la fois), implications étudiantes, bouger assez, passer du temps en famille, entre amis, entretenir une relation amoureuse, bien dormir, se nourrir convenablement, gérer notre budget pour pouvoir payer notre loyer, notre épicerie et notre téléphone, et, à travers tout ça, pouvoir prendre un peu de temps pour nos loisirs. Ouf ! Disons que ça devient vite encombrant et anxiogène, tout ça.

QU'EST-CE QUE C'EST, L'ÉPUISEMENT PSYCHOLOGIQUE ?

L'épuisement psychologique se manifeste souvent par une sensation d'être constamment fatigué physiquement et mentalement ; c'est une situation de débordement alors que nous sommes submergés par les pensées, l'école, le travail, les angoisses et les obligations. C'est alors que nous ressentons également des manques, par exemple, le manque de temps pour nous, le manque de sommeil, le manque de paix intérieure. Selon le neuroscientifique Matthew Walker, les individus au bout du rouleau ont une perception plus négative de leur réalité et sont de surcroît plus fragiles émotionnellement.

Les signes d'un tel épuisement peuvent se manifester sous plusieurs formes comme une sensation de harcèlement, mais également de découragement, l'impression de se débattre sans, toutefois, pouvoir avancer, et même une sensation d'inutilité. On perd de vue ce qui est important pour nous et ce que nous aimons vraiment parce que nous sommes pris dans le tourbillon de nos obligations qui accapare toutes nos pensées. On se sent souvent impuissant quand on se retrouve dans cette situation et c'est de là que se développent un genre de tristesse, une monotonie et, la plupart du temps, des troubles du sommeil.

La fatigue mentale, c'est l'accumulation de frustrations, d'angoisses et de fatigue résultant de plusieurs projets et/ou pensées au cours d'une période de la vie et personne n'est à l'abri, même nous. On pense, souvent à tort, que cet état survient quand on commet des erreurs ou quand on prend de mauvaises décisions, mais ce n'est pas le cas. Ce sont toutes les choses qu'on a à faire ou à penser qui prennent de plus en plus de place dans notre tête et qui nous empêchent de prendre le temps de prendre le temps, comme on dit !

LES RÉPERCUSSIONS SUR NOTRE CERVEAU

La fatigue mentale peut se traduire par une altération de l'activité du cerveau, c'est-à-dire que le cortex préfrontal, qui agit normalement comme une espèce de tour de contrôle, ralentit son activité. On peut observer ce phénomène si on a, par exemple,

des difficultés de concentration pour focaliser sur une tâche comme de la lecture pour un cours ou le ménage de notre appart.

C'est alors qu'on se sent découragé de la tâche en question parce que ça entraîne une démotivation et une inefficacité qui va se traduire ensuite dans plusieurs autres tâches. Le filtrage attentionnel, donc notre faculté à retenir les informations liées à nos objectifs et à oublier celles qui ne sont pas pertinentes pour la tâche exécutée, se dégrade.

Ce qui devient de la fatigue mentale, c'est le fait que toutes les sollicitations autour de nous ne nous tentent plus et deviennent lourdes. L'effort pour se remettre à nos tâches et à nos obligations en est grandement affecté ; on peine à continuer et c'est un cercle vicieux. La réduction de l'activité cérébrale localisée au niveau du cortex préfrontal engendre des difficultés à prendre de bonnes décisions éclairées et avec discernement, selon Matthew Walker. Nos choix deviennent plus impulsifs et on opte alors pour des bénéfices à court terme plutôt que sur le moyen et long terme.

COMMENT S'EN SORTIR ?

Avant que la goutte d'eau de trop ne tombe dans le vase, il faut absolument penser à guérir cette fatigue mentale en prenant du temps pour nous.

Tout d'abord, on doit être capable de dire non à des projets, à des sorties, à du travail supplémentaire. Si on a des temps libres, on essaie de les prendre pour nous, pour se désencombrer, pour respirer un peu ; on ne les remplit pas par d'autres tâches ou par toute sorte de projets.

Ensuite, pratiquer un sport ou une activité qu'on aime peut nous aider à nous libérer l'esprit et à voir que les tâches, l'école et le travail ne sont pas tout dans la vie. Évacuer les tensions et ventiler les trop-pleins de pensées font du bien au cerveau et au corps. Dormir dans un temps libre peut être une excellente activité également pour se revigorer et s'aérer la tête.

Tout ça est fait pour se désencombrer l'esprit pour qu'il puisse, lui aussi, prendre du repos. Ça peut paraître facile que de dire de prendre du temps pour soi, mais nous ne le faisons pas assez souvent. Pourtant, des plages horaires qui nous sont consacrées, sans culpabilité, c'est ce qui, souvent, nous sauve de visites chez le psy. Malgré tout ça, avec les horaires de fou que les gens se mettent sur les épaules, en 2023, il est facile d'entrer dans la ronde qui s'éternise, et le psy devient alors une nécessité pour bien des gens qui n'ont pas su comment s'arrêter avant.

Je mets mon
énergie
à la
bonne **place!**

À la rentrée, évitez la
congestion automobile,
la pression et les retards!
Choisissez le bon moyen
de transport pour vous
rendre sur le
Campus principal.



[USherbrooke.ca/mobilite-stationnement](https://Usherbrooke.ca/mobilite-stationnement)

UDS Université de
Sherbrooke

Semaine de
la vérité et
de la réconciliation

25 au 30 septembre 2023

Visuel tiré de l'œuvre Transmission : de l'importance de bien apprendre à voler de l'artiste abénakise-wendate Christine Sioui Wawanoloath

UDS Université de
Sherbrooke

POURQUOI T'IMPLIQUER DURANT TON PARCOURS UNIVERSITAIRE?

Agora

Campus

Le passage à l'université peut paraître court pour certains et long pour d'autres. Souvent appelée « les plus belles années de notre vie », cette période où nous faisons partie de la communauté universitaire marque assurément un parcours. Que ce soit pour survivre aux fins de sessions plus ardues ou pour faire en sorte que ton parcours soit mémorable, ce guide de l'implication est fait pour toi.

L'implication, en général, dans notre environnement de vie, possède ses avantages. Que ce soit par intérêt personnel en lien avec une cause qui nous tient à cœur ou pour rencontrer de nouvelles personnes, cela ne peut qu'être bénéfique. Les gens ont tendance à penser qu'implication rime avec un horaire accaparant. C'est aussi vrai que faux. Voici plusieurs bienfaits de l'implication.

EN QUOI CONSISTE L'IMPLICATION

L'implication étudiante est importante dans le contexte de l'enseignement supérieur, car elle dépasse largement le simple fait d'assister aux cours et de se concentrer sur les études. Elle englobe un éventail varié d'activités, d'attitudes et de comportements qui enrichissent l'expérience éducative et contribuent au développement personnel des personnes impliquées. De plus, l'engagement dans la vie sur le campus est un pilier de l'implication étudiante. Les personnes étudiantes qui participent activement à des clubs, à des organisations étudiantes, à des activités parascolaires et à des événements sur le campus enrichissent leur expérience.

Ces personnes élargissent leur réseau social, développent des compétences en leadership et en communication, et contribuent à la création d'une communauté éducative dynamique. Cette participation va au-delà de la sphère académique pour aider les personnes étudiantes à se forger une identité personnelle et à développer des compétences essentielles pour leur future carrière.

L'implication étudiante peut également s'exprimer par le biais de l'engagement communautaire. La communauté universitaire qui s'investit dans des projets de bénévolat, des stages ou des initiatives de responsabilité sociale développe un sens profond de la citoyenneté active. Ils comprennent l'importance de contribuer positivement à

la société et d'utiliser leurs compétences et connaissances pour résoudre des problèmes réels.

Cette dimension de l'implication étudiante renforce le sens des responsabilités envers la collectivité et les prépare à devenir des personnes citoyennes engagées et responsables dans leur vie future. En soi, l'implication étudiante offre à la communauté étudiante l'occasion de tirer le meilleur parti de son expérience universitaire en l'encourageant à s'investir dans son éducation, à participer activement à la vie sur le campus et à contribuer positivement à sa communauté et à la société dans son ensemble.

CE QUE M'APPORTE L'IMPLICATION ÉTUDIANTE

Lors d'une discussion avec une personne étudiante, plusieurs faits sont ressortis lorsque l'on aborde l'implication étudiante. Gabrielle Goyet, étudiante à la maîtrise

en études politiques appliquées à l'Université de Sherbrooke (UdeS), a mis de l'avant les différentes motivations liées à l'implication selon son parcours dans le domaine. Gabrielle présente l'implication comme un vecteur important à l'UdeS, car celle-ci permet de développer des compétences plus appliquées, une méthode très reconnue par l'institution. Elle met aussi de l'avant que le fait de s'impliquer dans son environnement universitaire permet faire avancer des causes qui nous tiennent à cœur et ainsi de modeler notre environnement de vie à ce qui nous ressemble.

De plus, Gabrielle énonce que l'implication étudiante peut avoir des bienfaits sur notre bien-être, car cela permet de faire une pause du côté plus académique et ainsi rendre ses compétences plus diversifiées. Elle rappelle qu'il est important de trouver son équilibre dans l'engagement étudiant afin que cela reste amusant,

sans détériorer les études. Dans l'optique de l'implication étudiante, elle met aussi de l'avant que l'implication est souvent en lien avec des intérêts qu'on chérit, il arrive donc fréquemment que des amitiés se créent. Gabrielle n'en est pas à son premier barbecue lorsque l'on parle d'implication. En 2022, elle a été choisie afin de recevoir la Médaille Sami-Aoun dans l'optique de souligner l'engagement étudiant, l'excellence académique et la contribution remarquable de membres de la communauté étudiante de l'École de politique appliquée à l'amélioration du vivre-ensemble. Gabrielle et plusieurs autres personnes étudiantes se sont vues remerciées par l'université pour leurs apports importants au vivre-ensemble.

COMMENT JE PEUX M'IMPLIQUER

Il existe plusieurs avenues lorsque l'on aborde l'implication étudiante. L'UdeS regorge de diversité en matière d'implications. L'université possède de nombreux regroupements et associations qui peuvent convenir à un éventail d'intérêts. Que tu sois au premier cycle ou aux cycles supérieurs, tu peux t'impliquer dans une association ou un regroupement qui te rejoint.

Dans le cadre de l'implication étudiante, la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS) et le Regroupement étudiant de maîtrise, diplôme et doctorat de l'Université de Sherbrooke (REMDUS) offrent, chaque session, des soirées d'implication afin de faire rayonner les personnes étudiantes qui s'impliquent et qui ont à cœur le vivre-ensemble.



Source: Canva

Section Campus

Guide de survie pour les nouvelles personnes étudiantes internationales

Bienvenue chère personne qui rejoint la communauté étudiante de l'Université de Sherbrooke ! Si, comme moi, tu viens de loin, alors cet article est pour toi. Arriver au Canada et dans la belle province du Québec peut être un peu déroutant et il faut un temps d'adaptation en général, c'est tout à fait normal.

Par le REMDUS

Faisons un peu le tour de ce que tu dois savoir maintenant. Première chose que je te conseillerais, surtout si tu es là pour une durée plus longue qu'une session, c'est d'ouvrir un compte en banque. Ici, tu as la distinction entre carte de débit et carte de crédit. Fais attention, la carte de crédit, ça va vite, et les taux d'intérêt peuvent rapidement grimper et augmenter ta dette à rembourser. Sur le campus, tu peux trouver la banque Desjardins, mais tu as d'autres banques, bien sûr ! N'oublie pas de déclarer que tu es aux études et tu pourras bénéficier d'offres plus avantageuses.

Deuxième chose, tu auras sûrement besoin d'un forfait téléphone. Ici, notamment si tu viens d'Europe, tu pourras avoir une surprise face aux prix relativement élevés des opérateurs téléphoniques. Mais bien souvent, ils proposent des offres moins chères pour les personnes étudiantes. Tu as des opérateurs comme Bell, Vidéotron, Fido... n'hésite pas à comparer les offres.

En troisième point, je te dirais de prendre en compte que le système de santé au Canada peut être très différent de ce que tu connais. En tant que personne internationale, tu es obligée d'avoir une assurance. Les frais médicaux peuvent être très élevés, alors consulte bien ta politique d'assurance pour éviter les mauvaises surprises. Tu peux également avoir une assurance privée, c'est à ta discrétion, mais indéniablement, c'est un point de dépense important. Certains pays ont une entente avec la RAMQ (Régie de l'assurance maladie du Québec), qui te permet d'en bénéficier et de t'exempter de l'assurance obligatoire que l'Université demande, renseigne-toi.

Enfin, permis d'études et permis de travail ne sont pas la même chose, tu auras sûrement des démarches aussi à faire pour obtenir un numéro d'assurance sociale (NAS) si tu veux travailler. Tout cela est expliqué sur le site du gouvernement canadien.

Tout au long de ton cheminement ici, tu vas constater que l'Université de Sherbrooke est conviviale et intègre facilement les personnes étudiantes internationales. Je te conseille de consulter le site de l'Université, pour avoir des informations sur la vie de ton campus d'attache et de ta faculté. Les associations (ici, c'est vraiment populaire) proposent souvent des activités qui permettent de rencontrer de nouvelles personnes et briser l'isolement social que tu peux ressentir, surtout au début.

Sherbrooke est une ville agréable à découvrir. Il y a pas mal de possibilités pour aller explorer les alentours et t'imprégner de la culture locale, alors permets-nous de te souhaiter la bienvenue ainsi que de bien profiter de ton expérience ici !

PS : Dernier conseil, l'hiver peut être rude, attends-toi à de la belle neige, mais pense à t'équiper en conséquence !



Source: REMDUS

SIX RAISONS DE FRÉQUENTER LE CARREFOUR DE L'INFORMATION



Crédits: Frédérique Richard

Situé au deuxième étage du Pavillon Georges-Cabana, le Carrefour est un lieu incroyable pour étudier, pour organiser des événements ou pour rédiger. Besoin d'arguments supplémentaires ? Voici quelques raisons de nous visiter durant votre parcours scolaire à l'UdeS.

Par L'équipe du Carrefour de l'information

DES HEURES D'OUVERTURE ADAPTÉES À LA COMMUNAUTÉ ÉTUDIANTE

Cet automne, l'équipe du Carrefour est disponible pour vous aider jusqu'à 22 h du lundi au jeudi, de 8 h 30 à 17 h les vendredis ainsi que les weekends de midi à 17 h. Que vous soyez brièvement de passage avant un cours ou que vous ayez un élan de créativité pour rédiger en soirée, on vous attend !

DES POSTES INFORMATIQUES POUR RÉDIGER VOS LIVRABLES EN TOUTE TRANQUILLITÉ

Vous avez oublié votre ordinateur dans votre appartement ou chez vos parents ? Pire encore, vous avez laissé tomber votre café sur votre portable et vous avez un TP à remettre dans les prochains jours ? Pas de soucis, nous avons de nombreux postes informatiques à votre disposition.

Nous possédons également des appareils pour effectuer des impressions, des numérisations et des photocopies.

DES ACCÈS GRATUITS À DES LOGICIELS SPÉCIALISÉS

Avec les frais de scolarité, le coût des livres et les aléas de la vie, on a souvent un budget limité en tant que personne étudiante. Il n'est donc pas toujours possible de se procurer des logiciels spécifiques. Certains de nos postes informatiques possèdent Antidote, la suite Adobe (Acrobat, Illustrator et Photoshop) ainsi que la suite Office (PowerPoint, Word, Excel).

UN SOUTIEN TECHNIQUE POUR LES PÉPINS TECHNOLOGIQUES

L'équipe du Carrefour peut régler tous vos soucis de la rentrée : première connexion à *Mon Portail* ou à *Moodle*, authentification à double facteur, impression de vos plans de cours ou autres documents, accès au wi-fi de l'Université, etc. Le soutien peut se faire en personne, par téléphone ou par courriel. Nous pouvons également vous guider vers le Service des technologies de l'information pour des demandes plus complexes.

AU CŒUR DU CAMPUS PRINCIPAL

Le Carrefour est situé à quelques minutes à pied de votre faculté, des arrêts d'autobus ou du Centre sportif. Pour y accéder, c'est simple comme bonjour. Entrez par les portes principales du Pavillon Georges-Cabana, passez devant le Centre de services et montez les marches vers le Carrefour et la Bibliothèque Roger-Maltais.

DES SALLES POUR ORGANISER VOS ÉVÉNEMENTS

Pour organiser une assemblée générale, pour inviter une conférencière ou un conférencier ou pour une présentation devant public, l'Agora et le Salon du Carrefour de l'information sont tout indiqués pour vous. Sachez également que plusieurs événements

de l'UdeS ont lieu au Carrefour. Pour plus de détails, consultez la section Événements du site de l'Université.



Crédits: Frédérique Richard

Une bibliothèque à thématique LGBTQ+ au cœur du campus

LGBTQ+ UdeS annonce l'ouverture de sa bibliothèque à thématique LGBTQ+ : la Biblioqueer. La communauté universitaire aura accès à la Biblioqueer au local de l'Association, le E1-0009, et ce, dès la rentrée.

Par l'Association LGBTQ+ de l'Université de Sherbrooke

Les membres de la communauté universitaire pourront gratuitement emprunter une foule d'œuvres littéraires à thématique LGBTQ+ dans un espace ouvert et sécuritaire. Les personnes LGBTQ+, en questionnement et alliées sont les bienvenues. La bibliothèque se situe dans le pavillon de la vie étudiante, au E1-0009.

UNE SÉLECTION VARIÉE

La sélection comprend des livres abordant différents enjeux liés à la diversité sexuelle et de genre ainsi que des œuvres variées contenant une représentation LGBTQ+. Les romans et recueils de plusieurs auteurs et autrices du Québec sont à la disposition du lectorat ; incluant Simon Boulerice, Gabrielle Boulianne-Tremblay et Michel Tremblay, en plus d'albums jeunesse comme celui illustré et écrit par Élise Gravel ainsi qu'une bande dessinée de Sophie Labelle. Des romans étrangers sont aussi disponibles, tels que *La vallée des fleurs*, *Le prieuré de l'oranger* et *N'essuie jamais de larmes sans gants*. Les avides de romans graphiques pourront, entre autres, mettre la main sur *Corps sonores* et *Bingo love*. Les fans d'essais pourront tourner les pages de *Ace : What asexuality reveals about desire, society and the meaning of sex*, *Le génie lesbien* et plusieurs autres. Des livres-documentaires font partie de la Biblioqueer : *Le guide de poche des identités queer et trans*, *Familles LGBT : Le guide*, *C'est ça notre liberté : 50 ans de lutte LGBTQ+*, *Un parcours bispérituel : Récit d'une aînée ojibwé-crie lesbienne*, etc.

La sélection littéraire de la Biblioqueer s'est constituée grâce au travail des membres du conseil administratif de LGBTQ+ UdeS, en comptant sur les précieux conseils de son fournisseur : la librairie francophone les Deux Sœurs, située sur la rue King Ouest à Sherbrooke. Cette librairie indépendante tenue par des passionnées offre une sélection de littérature jeunesse, québécoise et de la diversité. De plus, l'Association a travaillé avec les libraires de la COOP de l'Université qui lui ont partagé leurs recommandations et leur ont fourni d'autres ouvrages. Les libraires de la COOP offrent une variété de livres en plus d'œuvrer à mettre de l'avant une vaste sélection de littérature LGBTQ+.

UN PROJET COLLABORATIF

Les contributions du Fonds d'aide à l'engagement étudiant (FAEE) et de l'Association générale étudiante de la faculté des lettres et sciences humaines (AGEFLESH) ont

été indispensables à la réalisation de ce projet, permettant à l'Association de faire l'acquisition de 56 livres supplémentaires, totalisant près de 80 œuvres LGBTQ+ en plus des archives papier de LGBTQ+ UdeS. Le FAEE a comme mission d'encourager l'engagement étudiant par l'entremise de contributions financières. Plusieurs types de projets sont soutenus par le FAEE, notamment la participation des étudiants à des activités culturelles, sportives ou scientifiques et les initiatives étudiantes bénéficiant à la communauté universitaire.



Source: LGBTQ+

LES ABRIS POUR VÉLO, UN PAS DE PLUS VERS LA MOBILITÉ DURABLE

Dans un esprit de développement durable, l'Université de Sherbrooke réalise en 2023 la construction de deux abris vélo sur son campus principal. Ce projet a pour but d'inciter les personnes étudiantes et les personnes employées de l'université à adopter le transport à vélo dans leur quotidien. Cette réalisation a été possible après plusieurs années de préparation ainsi que la coordination de plusieurs personnes actrices au sein de l'Université.

Par Dominick Latulippe



Crédits: Dominick Latulippe

Les abris de vélo ont pour but d'offrir à leurs personnes usagères un endroit fermé, sécurisé et pratique. Une inscription est nécessaire pour avoir accès à ce service au Centre de la Mobilité durable (CMD) au local B5-0007. Selon le formulaire d'inscription, il est possible d'entreposer son vélo pendant un maximum de 72 heures. Aucuns frais ne sont déboursés pour le moment. Le projet est en cours d'évaluation et, si l'achalandage est trop élevé, un tarif de 15 \$ par session et 40 \$ par année sont prévus. L'université rappelle qu'elle n'est pas responsable des bris ou des vols. Des mesures de sécurité sont mises en place comme des serrures à clé magnétique ainsi que des caméras de sécurité.

OÙ SONT CES ABRIS SUR LE CAMPUS ?

Les deux abris vélo ont été placés aux extrémités du campus pour permettre un accès plus grand à toute la communauté de l'Université. Le premier abri se situe en haut de la côte, à même le pavillon de musique (C3). Ce sont 20 places qui sont disponibles dans celui-ci. Le deuxième abri se situe en bas de la côte entre le bâtiment E4 et E5. Ce dernier offre une plus grande capacité pouvant ranger plus de 30 vélos. Les deux abris possèdent également des prises électriques pour permettre la recharge de batterie pour les vélos électriques.

UN PROJET QUI TOUCHE LA MOBILITÉ DURABLE AINSI QUE L'ÉQUITÉ

L'Université de Sherbrooke investit de plus en plus dans les projets en développement durable. Le projet a coûté un peu plus de 100 000 \$ à l'institution. Ce chiffre peut sembler élevé, mais ces investissements sont beaucoup moins coûteux que la construction et l'entretien de stationnement pour les voitures. L'installation de ces infrastructures a pour but de lever les freins sur la pratique de la mobilité durable. Le Centre de la Mobilité durable accompagne et invite les personnes de la communauté étudiantes à se déplacer à vélo.

L'entreposage de vélo à l'université comporte cependant certains enjeux. Pour commencer, l'emplacement et le nombre de places disponibles pour entreposer son vélo. Ensuite, la protection des vélos et des batteries contre le soleil, la pluie et le froid. Pour finir, il y a les enjeux de sécurité possibles (vols et bris). Le projet se veut également équitable, car peu importe le type de vélo, les membres de la communauté de l'Université doivent tous et toutes avoir accès à ce service. Avant ce projet, plusieurs exceptions et ambiguïtés sur l'entreposage des vélos dans les bâtiments du campus se faisaient ressentir.

Section Campus

L'improvisation à ton université

La LUIS, la ligue d'improvisation de l'Université de Sherbrooke, fête cette année ses 21 ans. Après tant d'années, on peut s'attendre à un spectacle solide, qui est présenté tous les mardis à 20 h au Refuge des brasseurs.

Par la LUIS

UN PEU SUR L'IMPRO

L'improvisation pratiquée par la LUIS est de l'improvisation dite « classique ». Le concept a été créé en 1977 au TEM par Robert Gravel et Yvon Leduc. En alliant le théâtre et le sport chéri des personnes québécoises, le hockey, l'improvisation a vu le jour. L'objectif premier était de déconstruire l'élitisme entourant le théâtre, en parodiant ce sport accessible. Le mélange des deux est toujours ressenti, entre autres, lorsqu'on parle d'animation, d'arbitre, de coups de sifflet et, bien sûr, de pénalités.

Le concept ? Deux équipes s'affrontent durant environ 16 manches. Des improvisations mixtes, comparées, de durée variée, des catégories loufoques, d'inspirations uniques, etc. Les interprètes montent sur l'improvisoire délimitée par les bandes et... au jeu !

La belle partie ? Le public a toujours son mot à dire, puisqu'à la fin de chaque manche, il est amené à voter pour une équipe. Les points s'accumulent ainsi durant les deux parties d'une heure, afin de déterminer l'équipe qui sera victorieuse.

L'improvisation se situe quelque part entre le théâtre et le *stand-up* comique. L'objectif est de faire vivre une histoire au public, tout en les faisant rire. Sans lien entre les improvisations, les interprètes se réinventent entre chaque coup de sifflet pour vous offrir un spectacle haut en couleur.

L'IMPORTANCE DE L'IMPROVISATION

Pour les personnes improvisatrices, c'est un espace sans jugement où décrocher pendant quelques heures. Pour certains.es, c'est ce qui les aide à se dégèner, pour d'autres, c'est ce qui les a convaincus de rester à l'école et de finir leurs études. Pour tous, c'est une passion.

L'improvisation permet d'être qui tu veux, où tu veux. Ça fait voyager et ça fait rire. C'est aussi, en fin de compte, juste un groupe d'amis qui fait des blagues en jogging sur une scène. Ou, de manière plus sérieuse, des personnes actrices qui vous transportent avec elles à travers des situations toujours uniques grâce à leur vivacité d'esprit, leur énergie et leur complicité.

LES CAMPS DE RECRUTEMENT

Chaque session, la LUIS ouvre ses portes à tous et à toutes, afin que plus de personnes entrent dans l'aventure. C'est d'ailleurs le 12 septembre 2023 que vous êtes invités à participer à de petits ateliers d'improvisation, afin d'impressionner les noyaux. Ceux-ci ont la charge de construire ensuite leurs équipes pour toute la session à venir.

Vous êtes intéressés à vous impliquer en tant qu'interprète, DJ, photographe, animateur ? Suivez la page Facebook de la LUIS afin de vous inscrire aux sélections du 12 septembre prochain et vous tenir informés des événements à venir tout au long de l'année.

Facebook : [LUIS – Ligue Universitaire d'Improvisation de Sherbrooke](#)

Instagram : @LUIS_Sherbrooke



Source: LUIS

RACONTER DES HISTOIRES POUR COMMUNIQUER NOTRE SCIENCE



Crédits: Barbara Aboagye

En tant que chercheurs, nous nous retrouvons souvent à mener des expériences et à traiter des concepts complexes qui sont généralement partagés au sein de nos groupes de recherche ou simplement de la communauté scientifique. Cependant, notre but ultime est de rendre le monde meilleur grâce à nos efforts scientifiques. Alors, pourquoi est-il souvent difficile de partager notre travail avec un public plus large?

Par Barbara Aboagye

La vérité est que, en tant que personnes chercheuses, nous nous concentrons uniquement sur la rédaction d'articles scientifiques adaptés à un public spécifique, généralement des collègues experts dans notre domaine. Bien que cela soit très important pour faire progresser les connaissances scientifiques, cela tend à créer un fossé entre la communauté scientifique et le grand public. C'est là que la communication scientifique entre en jeu. En communiquant efficacement notre science, nous pouvons combler cette lacune et nous engager auprès d'un public plus large.

UN PROBLÈME SCIENTIFIQUE

Considérez l'extrait suivant comme exemple de communication d'informations scientifiques complexes :

« Le béton, s'il était considéré comme un pays, se classerait au troisième rang des producteurs de dioxyde de carbone, contribuant au changement climatique et nuisant à l'environnement et aux humains. Cependant, le principal coupable est lors de la production de l'un de ses ingrédients clés : le ciment. Malheureusement, l'utilisation du ciment dans le béton reste indispensable, car il fournit la résistance nécessaire à la construction contemporaine telle que les gratte-ciels, les ponts, les routes et autres. Puisque nous ne pouvons pas enlever complètement le ciment du béton, pourquoi ne pas le réduire dans une large mesure? Maintenant, cela semble risqué (effrayant même). Mais que se passe-t-il s'il est possible de conserver la résistance et la qualité du béton, tout en utilisant un minimum de ciment, ne serait-ce pas du béton? Ce serait comme faire un gâteau avec juste une pincée de farine. »

Si je devais partager cette information avec vous dans la rue, comprendriez-vous le problème principal et comment je prévois le résoudre? Deux questions s'adressent à vous :

Quel est le problème?

Comment puis-je prévoir de le résoudre?

Un des outils puissants qui communiquent efficacement notre science est les histoires.

RACONTER UNE HISTOIRE FASCINANTE

Les histoires captent l'attention des gens et rendent l'information mémorable. Les commérages se répandent comme une trainée de poudre parce qu'ils sont généralement communiqués à l'aide d'histoires. En encadrant l'information scientifique dans un récit convaincant, nous divertissons le public. Ces histoires devraient mettre en évidence les applications réelles et la pertinence de nos recherches ou de nos découvertes au lieu de simplement dire des faits. Il est important que nous apprenions à relier les points entre les découvertes scientifiques et l'impact sur la vie quotidienne, la société ou l'environnement.

La communication de notre science comble le fossé entre les personnes chercheuses et le grand public. Comment communiquez-vous votre science? Y a-t-il des astuces, des conseils ou des modèles que vous utilisez?

La photographie, un art

Agora

Culture



Source: Jonas Kako



**EMA
HOLGADO**

Culture.Lecollectif@
USherbrooke.ca

Considérée comme le 7e art, la photographie est née dans les années 1840. Très rapidement, elle devient une forme d'expression artistique permettant de capter les émotions les plus crues sur le vif. Pas seulement utilisée dans le domaine de l'art, la photographie permet aussi rapidement de relayer et d'avertir, avec des images fortes, sur les événements se passant dans le monde.

La rentrée 2023 marque le début d'une excellente programmation artistique dans le milieu de la photographie. Que ce soit à Sherbrooke ou à Montréal, la photo prend une place de choix au cœur des expositions présentées pour ce début d'année.

EXPOSITION DU CLUB PHOTO DE SHERBROOKE

Dans un premier temps, le Club photo de Sherbrooke lance son exposition annuelle sous le thème *Moyen de transport*. Cette exposition collective est en visite libre du 1er au 30 septembre à l'ancien couvent des petites sœurs de la Sainte-Famille. Cette exposition présente des photos du thème de cette année, mais aussi des photos primées durant les vernissages des 5 dernières années du Club.

Le Club Photo de Sherbrooke est un organisme de passionnés de photographie. Actif depuis 1970, le Club compte plus de 80 membres dont certains sont bénévolement sur le conseil d'administration. Tout au long de l'année, l'association offre des activités, des conférences, des concours et des ateliers variés pour que chacun de ses membres puisse évoluer à son rythme dans l'art de la photographie. Que ce soit numérique ou argentique, tous les types de photographies sont les bienvenus au sein du Club Photo de Sherbrooke.

Exposition annuelle du Club Photo de Sherbrooke :

Du 1er au 30 septembre 2023, lundi au vendredi de 8 h à 17h, samedi et dimanche de 14 h à 16 h.

Ancien couvent des petites sœurs de la Sainte-Famille, porte 2

<https://www.clubphotosherbrooke.com/expositions.html>

EXPOSITION PAUSES AU MUSÉE DES BEAUX-ARTS DE SHERBROOKE

À Sherbrooke, c'est aussi le Musée des beaux-arts de la ville qui nous propose une exposition photo temporaire. L'exposition, nommée *Pauses*, rassemble des

photographies d'Annick Sauvé jumelées à des poèmes de Sonia Bolduc. À travers une trentaine d'œuvres, cette exposition gratuite est surprenante et lunatique et propose des poèmes profonds inspirés du hasard de la vie et de l'imaginaire.

En parlant du Musée des beaux-arts de Sherbrooke, il est intéressant de glisser quelques mots sur une prochaine exposition qui fera son entrée au musée à partir du 28 septembre. L'exposition *Skawennati. Teiakwanahstahsontéhra' Nous tendons les perches* est un projet jeunesse de visite commentée et un atelier original sous forme de jeu de société collectif et d'animation numérique encourageant petits et grands à explorer l'histoire dans une perspective autochtone et à imaginer comment tous les peuples peuvent contribuer au monde de demain, nous rappelant que l'Histoire, comme tout autre récit, est une construction définie par celui qui la raconte.

Exposition *Pauses* du Musée des beaux-arts de Sherbrooke :

Jusqu'à la fin septembre, mercredi au dimanche de 10 h à 16 h.

<https://mbas.qc.ca/regard-sur-la-collection-et-pauses/>

WORLD PRESS PHOTO

Cette année encore, l'exposition mondialement connue World Press Photo fait son grand retour à Montréal. Bien qu'elle se trouve à deux heures de Sherbrooke, l'exposition World Press vaut le voyage ! Ce sont plus de 50 000 personnes qui visitent l'exposition lors de chaque édition à Montréal. De plus, pour cette 16e édition, l'exposition se prolonge de deux semaines pour laisser la chance au plus grand nombre d'y assister. Cette année, c'est l'actrice Magalie Lépine-Blondeau qui sera la porte-parole de l'exposition et qui montrera aussi quelques-unes de ses photos de voyages à travers le monde. Vous pourrez vous délecter de la série gagnante de photos de cette année intitulée *L'ultime voyage du nomade*, qui présente les visages et les vies de réfugiés climatiques dans un camp en Éthiopie.

World Press Photo de Montréal :

Du 30 août au 15 octobre 2023, ouvert tous les jours de la semaine de 10 h à 00 h.

Marché Bonsecours, Montréal

<https://www.expo-wppmtl.ca/>

LA PHOTO COMME FORME D'EXPRESSION DE L'ART À PART ENTIÈRE

S'il y a bien une chose que les différentes expositions photo de la rentrée peuvent nous apprendre, c'est à quel point la photographie a le pouvoir de toucher le plus grand nombre à travers l'image. La photo nous éduque, elle nous émeut, elle nous apprend, elle nous fait rire, mais, surtout, elle nous permet de connaître et de reconnaître un endroit ou un visage. Il faut être un artiste pour arriver à capter une émotion sur un visage avec une telle justesse qu'il semble au spectateur qu'il la vit avec le sujet. Il n'est donc pas surprenant que la photographie soit aujourd'hui considérée comme un art indépendant des beaux-arts après des décennies de lutte pour sa reconnaissance artistique.



Source: Musée des beaux arts de Sherbrooke

Section CULTURE

Les correspondances d'Eastman : un événement littéraire estrien

Par François Cyrenne-Bergeron

Du 8 au 10 septembre derniers, la littérature s'est invitée en Estrie sous la forme de la 21^e édition du festival littéraire Les Correspondances d'Eastman. Ayant lieu dans la ville éponyme, l'édition 2023 avait comme titre « Territoires de pensée » et s'intéressait particulièrement au riche milieu de l'essai québécois. La programmation incluait des autrices et auteurs québécois renommés tels que Robert Lalonde (*Le Petit Aigle à tête blanche*), Hélène Dorion (*Ravir : les lieux*), Louis Hamelin (*La Constellation du Lynx*) et bien d'autres.

DE NOMBREUSES ACTIVITÉS DIVERSIFIÉES

La programmation du festival débordait d'activités qui ont ravi les amateurs de littérature de toutes sortes. Cafés littéraires, grandes entrevues, spectacles et ateliers d'écriture étaient au rendez-vous. La cérémonie d'ouverture gratuite a ouvert le bal, le vendredi 8 septembre, en compagnie de l'auteur et comédien Robert Lalonde. Suivaient ensuite un spectacle de Robert Lalonde et un café littéraire explorant les liens entre l'écriture et le territoire. La première journée s'est conclue avec une entrevue auprès de l'autrice et poète Hélène Dorion et une projection s'intitulant « Filmer l'Estrie littéraire » où sept documentaires ont peint le paysage littéraire de l'Estrie.

La deuxième journée a débuté avec un brunch littéraire ayant pour thème la littérature écologique en compagnie de l'autrice Gabrielle Filteau-Chiba. La journée s'est continuée avec différents cafés littéraires aux thèmes variés, comme la féroce vitalité du domaine de l'essai féministe québécois dans les dernières années (Andréane Frenette-Vallières, Sara-Danièle Michaud) ou encore la source de la création littéraire (Jean-Philippe Pleau, Frédérique Bernier). Les festivaliers ont pu également assister à une entrevue avec Yvon Rivard, un écrivain québécois dont la carrière se déploie sur près de cinquante ans. La journée s'est terminée avec un spectacle animé par Mélikah Abdelmoumen explorant les thèmes de l'appropriation culturelle et des limites de la liberté créative des auteurs.

La dernière journée du festival s'est amorcée dimanche avec un atelier d'écriture animé par Gérald Gaudet, poète et interviewer littéraire. Un café littéraire a ensuite permis aux festivaliers de découvrir les trois finalistes du *Prix de l'essai Lettres québécoises*. Les œuvres de ces trois écrivains, Mathieu Bélisle, Véronique Dassas et Pierre Lefebvre, ont été abordées. Le festival s'est conclu avec une entrevue accordée

par l'autrice Dominique Fortier, puis un spectacle de clôture de conte-musique par l'artiste Thomas Hellman.

UN PRIX NON NÉGLIGEABLE

Bien que la programmation du festival ait inclus plusieurs activités gratuites, comme l'atelier d'écriture extérieur du 9 septembre, les différentes expositions d'art dans l'illustre Théâtre de la Marjolaine ou les charmants jardins d'écritures ouverts les trois jours un peu partout à Eastman, la majorité des activités s'accompagnaient d'un coût considérable. Les prix, pour un seul événement, variaient entre 20 \$ et 35 \$, un coût relativement élevé. La communauté étudiante n'était cependant pas en reste puisqu'elle bénéficiait d'un rabais de 50 % pour tous les événements, une mesure permettant de rendre le festival plus accessible. Malgré cela, assister à plusieurs événements du festival pourrait s'avérer passablement coûteux pour les plus fervents amateurs de littérature, à l'avenir.



Étudiant en échange : une maîtrise au Québec

Je suis actuellement dans une maîtrise de droit international et politique internationale appliqués. Je suis arrivé à Sherbrooke en janvier dernier dans le cadre d'un échange avec l'Université Toulouse 1 Capitole dans laquelle j'étais inscrit en Master 1 de droit international. Durant cet échange, j'ai décidé de poursuivre mes études à l'Université de Sherbrooke cette année après avoir entendu parler de cette maîtrise, qui m'a particulièrement intéressée. J'ai aussi souhaité poursuivre mes études à l'Université de Sherbrooke en raison de la pédagogie et du cadre de vie.

Par Raphael Gibo

Cet échange lors de la session d'hiver était ma première expérience à l'international après avoir effectué l'entièreté de ma licence (baccalauréat) à Toulouse.

UNE ACCLIMATATION DIFFICILE

Le premier élément de dépaysement a été la température dès que je suis sorti de l'aéroport à Montréal, qui était d'environ -10 °C à ce moment-là. Néanmoins, je me suis vite habitué à la météo hivernale au Québec, à l'exception des quelques journées en février où le thermomètre se rapprochait des -30 °C. De plus, cela m'a permis de profiter régulièrement des activités hivernales, en particulier du ski.

UNE ADAPTATION CULTURELLE À FAIRE

Ensuite, la grande ouverture d'esprit au Québec a été un choc culturel, mais de manière très positive. Je n'étais pas habitué à tutoyer des inconnus lors d'une première interaction, notamment en raison de ma mentalité juridique due à mon parcours. Avec du recul, c'est une bonne chose, car cela permet de rapprocher des personnes dès le début d'une conversation.

Il y a aussi un choc culturel au niveau scolaire. En effet, les différences sont nombreuses dans l'enseignement entre la France et le Québec. J'ai été habitué à assister à des cours donnés dans des amphithéâtres avec plusieurs centaines de personnes en même temps, et, dans ce cadre, il était particulièrement compliqué de pouvoir discuter avec l'enseignant. À l'inverse, tous mes cours au Québec étaient en petit groupe d'une vingtaine de personnes. Il est donc plus facile de pouvoir discuter avec les enseignants ici, qui, par ailleurs, n'hésitent pas à rester un moment pour répondre à mes questions à la fin des cours. Personnellement, je considère qu'il y a un meilleur accompagnement par les enseignants au Québec.

Étant donné que j'ai assisté à des cours de baccalauréat durant mon échange, j'ai hâte de découvrir les cours enseignés tout au long de cette année de maîtrise.

Au-delà de cet aspect scolaire, j'ai été agréablement surpris par l'importance de la vie étudiante sur le campus de l'université, et notamment de l'existence des « 5 à 8 », permettant de faciliter l'intégration, mais aussi de l'importance des activités sportives avec le centre sportif particulièrement grand et doté de nombreux équipements.

Ainsi, malgré certaines difficultés à mon arrivée, je suis particulièrement heureux de poursuivre mes études à Sherbrooke.



Source: Libre de droits

Un show de la rentrée plein de rebondissements

Par Elizabeth Gagné

Le 30 août a eu lieu le fameux spectacle de la rentrée. Comme chaque année, la fédération étudiante (FEUS) et le regroupement étudiant de maîtrise, diplôme et doctorat de l'Université de Sherbrooke (Remdus) ont offert, aux membres de la communauté étudiante de l'Université de Sherbrooke, l'occasion de célébrer la rentrée scolaire en grand.

UN NUAGE GRIS À L'HORIZON

Entre la pluie et le soleil qui se cédaient le ciel à tour de rôle, ce n'était pas la température que l'on souhaitait. En fin d'après-midi, on a même entendu du tonnerre et j'ai bien pensé que le spectacle allait peut-être devoir être annulé. Pourtant, le travail des bénévoles et des organisateurs, qui étaient sur le site dès 14 h, a été récompensé. Mention spéciale à ces personnes qui ont travaillé sous la pluie à monter les chapiteaux et à organiser les kiosques pour que l'événement ait lieu. L'apparition du soleil au dernier moment a permis au spectacle d'avoir lieu dans de bonnes conditions.

NOMBREUX AU RENDEZ-VOUS

Toutes ces incertitudes n'ont pas empêché les étudiants d'être au rendez-vous. J'ai pu le constater moi-même, car, durant la soirée, la pluie a décidé de réapparaître et c'est une bonne centaine de personnes étudiantes qui se sont ruées en dessous de l'estrade. Ceux qui, comme moi, voulaient sortir de ce refuge improvisé ont dû jouer du coude pour y arriver. Ce fut un moment pour le moins chaotique, lorsque les gens n'arrivaient plus à sortir des toilettes chimiques, car la foule bloquait les portes. Heureusement, cette petite averse cessa assez rapidement et nous avons pu profiter du reste du spectacle au sec et en sécurité.

DES RAFRAÎCHISSEMENTS AUX PRESTATIONS

Si l'alcool coulait à flots, la nourriture, elle, aurait pu être plus abondante. La programmation du spectacle a commencé avec la performance de Calamine suivie de Bon Enfant et enfin celle de Clay and Friends. La dernière prestation était celle à ne pas manquer. Leur style est unique et leur musique nous transporte vers la plage. On retrouve dans leur chanson un mélange de soul, de hip-hop et de funk. C'était



une atmosphère parfaite qui donnait l'impression que l'été n'était pas fini. Plus que des musiciens, ils sont de formidables performeurs. Ils ont la facilité et le talent pour connecter avec le public. L'un des membres du groupe faisait du « beat boxing » et son talent m'a laissée stupéfaite. Le chanteur principal a également fait de l'improvisation avec la participation du public et, à plusieurs reprises, ils ont fait mention d'honneur à Sherbrooke. Je pense que les organisateurs ont touché dans le mille cette année avec ce groupe. Ils ont réussi à créer un moment d'appartenance fort pour la communauté étudiante de l'UdeS. Enfin, même si la soirée n'était pas parfaite, ce fut tout de même une réussite.

OPINION

Shadow and Bone, une saison de trop ?

Shadow and Bone : La Saga Grisha est une série télévisée parue en 2021 sur la plateforme Netflix et adaptée des romans à succès de Leigh Bardugo. Très rapidement après la première saison, une deuxième a été confirmée.

Par Laurie Verville

Comme l'ont prouvé des séries telles que *Game of Thrones* et *The Witcher*, la fantasy épique est un genre qui plaît énormément. Il n'est pas surprenant que cette série suive le même chemin. Pourtant, bien que certaines personnes l'adorent, beaucoup d'autres la tiennent en horreur.



Source: IMDb ONLY ON NETFLIX | MARCH 16

LA SAISON 1

Même si la qualité visuelle, la musique et les effets spéciaux de *Shadow and Bone* sont admirables, lorsqu'on écoute une série, ce sont les premières minutes de l'intrigue qui donnent le ton. Elles servent à capter l'intérêt du public. C'est là que les producteurs ont échoué. Bien que j'aie adoré cette saison en tant que grande admiratrice de l'œuvre littéraire, je reconnais que les producteurs ont tenu pour acquise la simplicité de comprendre un univers aussi détaillé en quelques minutes. Sans les informations de bases présentes dans les romans et absentes au petit écran, je ne peux qu'imaginer à quel point il a dû être difficile, pour tous ceux qui n'ont jamais entendu parler de l'œuvre, d'en comprendre tous les enjeux.

Lorsqu'un acteur est choisi pour jouer le rôle d'un personnage tiré d'un roman, il n'est pas rare d'entendre qu'il ne ressemble pas à l'image que les lecteurs s'en faisaient. Dans le cas de *Shadow and Bone*, les acteurs collent parfaitement aux personnages. Malheureusement, le physique ne fait pas tout et Archie Renaux, l'interprète de Malyen Oretsev, a prouvé qu'il n'était vraiment pas à son meilleur dans ce rôle. Il est complètement éclipsé par Ben Barnes et son interprétation du charismatique Général Kirigan. De plus, choisir d'ajouter l'équipe des Corbeaux à

l'intrigue a été un vrai coup de maître qui a réussi à tenir tous les téléspectateurs en haleine. Je suis d'avis que le personnage de Barnes et la décision d'ajouter les Corbeaux au scénario sont ce qui permet aux téléspectateurs d'apprécier cette saison au maximum.

LA SAISON 2

Si certains aspects de la première saison ont sauvé la série, ce n'est pas le cas pour la seconde saison, décrite comme trop rapide et sans profondeur. Les producteurs ont eu l'idée saugrenue de condenser en une seule saison les deux derniers tomes de la première trilogie (*La Saga Grisha*) alors qu'ils donnaient déjà une aventure aux Corbeaux qui ne font leur apparition que dans la duologie suivante (*Six of Crows*). Les épisodes sont trop chargés. On ne fait que survoler les intrigues les plus importantes comme la formation d'un nouveau triangle amoureux et l'arrivée de nouveaux personnages qui auraient dû être bien plus décrits. La fin a même été changée par rapport au livre, ce qui fait du personnage de Nikolai le seul bon point de la saison.

Plusieurs téléspectateurs pensent que le but était de réaliser la saison deux pour les admirateurs des romans. Si c'était le cas, les producteurs étaient complètement à côté de la plaque, car les lecteurs ont été bien déçus.

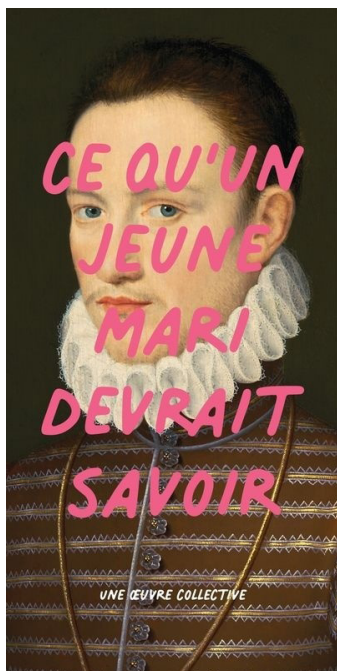
Section CULTURE

Qu'est-ce qu'on lit ce soir ?

CE QU'UN JEUNE MARI DEVRAIT SAVOIR, ŒUVRE COLLECTIVE

Par Alexia Gagnon-Tremblay

Le début de la session d'automne peut s'avérer demandant pour de nombreux étudiants. Par conséquent, les lectures de cours peuvent occuper beaucoup de notre temps au détriment des lectures pour notre plaisir personnel. Je vous fais donc la recommandation du recueil *Ce qu'un jeune mari devrait savoir*. En effet, ce dernier se lit très bien. J'ai trouvé qu'il était facile de le poser et de reprendre ma lecture quand j'en avais le temps. Le recueil est composé de textes plus ou moins longs séparés en quatre sections : réflexions, désirs, révolution et alliance. Ces derniers présentent, tous de manière très différente, la perception de leurs auteurs sur ce à quoi ressemblerait le mari idéal. Cette œuvre se veut donc une réponse aux différents ouvrages parus à travers les siècles sur les attentes auxquelles la femme idéale devrait répondre. J'ai apprécié les différentes réflexions que ce recueil m'a inspirées. Mon coup de cœur a été le texte de Coco Belliveau : *Le mariage en dix étapes difficiles à digérer*. Ce dernier était empreint d'humour et d'espoir. Bref, je le recommande !

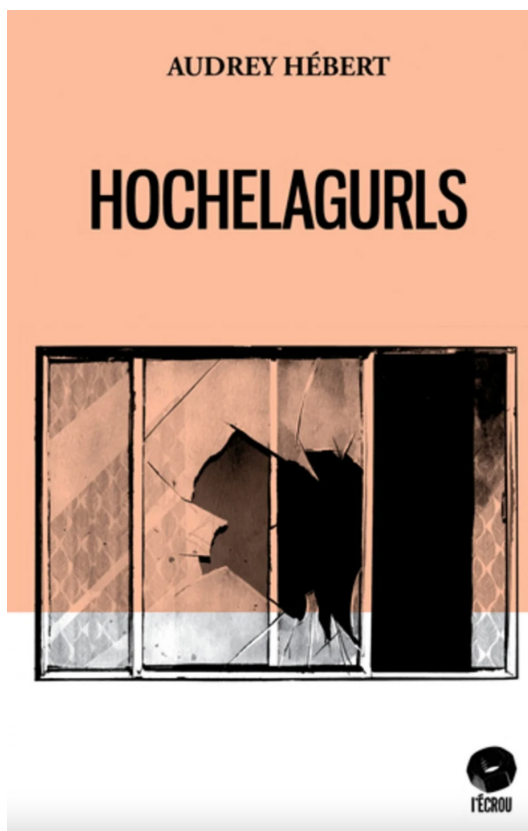


HOCHELAGURLS, AUDREY HÉBERT

Par Alexia Gagnon-Tremblay

Pour une seconde recommandation, j'ai opté pour le recueil de poésie *Hochelagurls* de Audrey Hébert, que j'ai trouvé très rafraîchissant. Il se lisait extrêmement bien, les

pages filent sous les doigts. À travers ses textes, l'auteure aborde sa vie ainsi que celle de ses amies dans leur quartier d'enfance, Hochelaga. J'ai principalement aimé le fait que l'auteure aborde les défis rencontrés personnellement par chacune d'entre elles, mais toujours avec une touche d'humour bien placée. Je suis sûre qu'au moins quelques-unes des références à la culture populaire vous feront sourire lors de votre lecture. Bref, c'est une lecture que je considère comme parfaite pour le retour à la routine et à la vie d'étudiante, sans toutefois être banale !



MÉDUSE, MARTINE DESJARDINS

Par Sarah Baril-Bergeron

Afflictions, abjections, abominations, courroucences, cataclysmes, concupiscences, déshonnorances, ignoblesses... voilà quelques-uns des surnoms que portent les yeux du personnage principal de Martine Desjardins dans son roman *Méduse* (Alto, 2020). Affligée depuis la naissance d'une étrange et terrible déformation oculaire, la protagoniste grandit à l'ombre des regards et de l'affection de sa propre famille. Elle se voit internée à l'Athenaeum, un institut pour jeunes filles à déformations physiques. Dans cet endroit de l'horreur, elles sont à la merci des « bienfaiteurs », dont les jeux aussi puérils que déconcertants s'approchent davantage de la torture. *Méduse* est une jeune femme qui a été rejetée, humiliée et ostracisée toute sa vie, à un point tel où elle n'a jamais osé s'observer dans la glace. Sa quête de vengeance devient la nôtre lorsqu'elle s'échappe de l'institut pour déchaîner sa rage sur quiconque tente de lui faire du mal à nouveau. Martine Desjardins nous propose ici un roman sur la honte, l'image de soi et la prise de pouvoir. À l'aide d'une plume

métaphorique et d'une maîtrise de la langue extrême s'apparentant à l'exercice d'écriture, l'auteure nous livre un récit troublant, aux limites du gore, qui porte un important message féministe. Malgré son niveau de langue plutôt soutenu qui exige une lecture attentive, *Méduse* est définitivement un page-turner de grande qualité qui mérite les acclamations reçues.



LA RUSSIE 1985 – 1999 : TRAUMAZONE (SÉRIE DOCUMENTAIRE), ADAM CURTIS

Par Renaud Duval

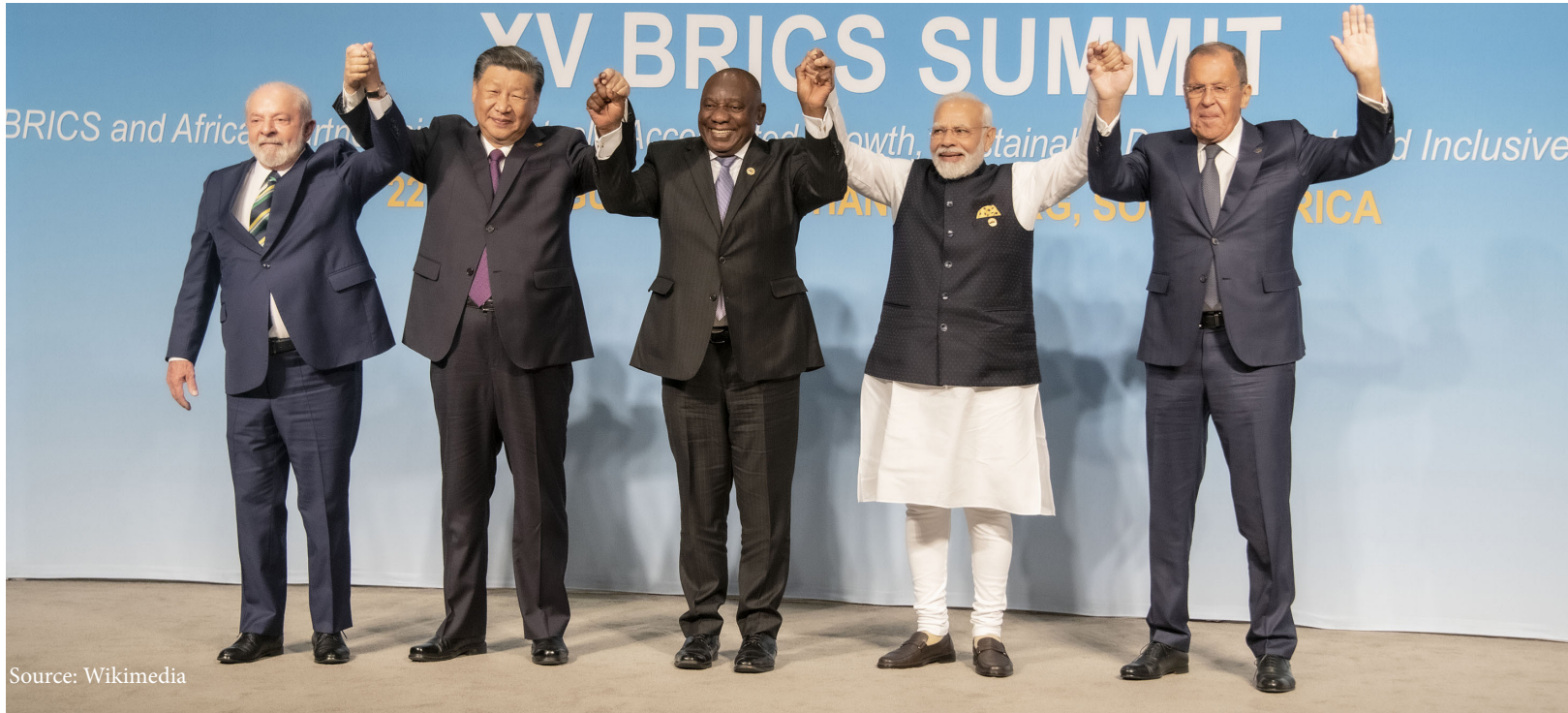
L'invasion russe de l'Ukraine depuis février 2022 a bouleversé nos repères et notre perception du monde. Même un an et demi depuis le début de la guerre, nombreux sont ceux qui ne comprennent pas comment le déclenchement d'une telle tragédie a été possible. Diverses théories explicatives, dont on hésite parfois à savoir si elles relèvent de la pure spéculation ou de la propagande, se concurrencent dans la confusion. Sans offrir d'explication directe ni prendre un côté, la série documentaire d'Adam Curtis *Russia 1985 – 1999 : Traumazone* nous permet de comprendre objectivement un semblant de ce qu'a pu vivre le peuple russe comme humiliation dans les dernières décennies. À partir d'une riche et exclusive collection d'archives de la BBC, le chevronné documentariste britannique a soigneusement monté, en 8 épisodes, un portrait de la Russie à des heures extrêmement pénibles et tragiquement révélatrices. C'est à une échelle profondément humaine, dans un style de cinéma direct, laissant les Russes parler eux-mêmes de leur réalité, que l'on voit progressivement l'Union soviétique sombrer, puis carrément s'effondrer. Alors que vers le troisième épisode, 1991, on pense avoir vu le fond du trou, la situation ne fait que continuer de se dégrader sous la nouvelle république russe qui teste la « thérapie de choc » : un virage brutal au capitalisme sauvage, sans phase transitoire. La série se poursuit chronologiquement avec tact, et se termine en 1999 lors de l'émergence d'un officier du renseignement, du nom de Vladimir Poutine.



La table du BRICS s'agrandit

Agora

Société



Source: Wikimedia



**GABRIELLE
GOYET**

Societe.Lecollectif@
USherbrooke.ca

C'est officiel : le BRICS ouvrira ses portes à de nouveaux membres à compter du 1er janvier 2024. Cette annonce survient au lendemain du 15e sommet du regroupement, alors que les pays membres se sont rencontrés à Johannesburg du 22 au 24 août dernier. Si tout se déroule comme prévu, l'Argentine, l'Iran, l'Égypte, l'Éthiopie, l'Arabie Saoudite et les Émirats arabes unis prendront part à ces réunions influentes dès janvier.

Cette nouvelle en a surpris plus d'un, considérant que les demandes d'adhésions à ce club sélect se sont multipliées depuis plusieurs années, et ce sans débouchés jusqu'à récemment. Ce sont une quarantaine de pays qui ont mentionné un désir de prendre part à ce regroupement, dont 23 auraient officiellement soumis leur demande.

LE NORD ET LE SUD GLOBAL S'ENTRECHOQUENT

Le terme « BRICS » désigne le bloc des cinq pays émergents que sont le Brésil, la Russie, l'Inde, la Chine et l'Afrique du Sud. Ces États sont souvent désignés comme les économies en développement les plus influentes au monde, alors qu'ils regroupent plus de 40 % de la population mondiale et plus de 25 % du produit intérieur brut (PIB) mondial. Le premier sommet regroupant ces puissances émergentes s'est tenu en 2009, avant que l'Afrique du Sud rejoigne l'organisation, à l'occasion d'une conférence diplomatique par an jusqu'à aujourd'hui.

La création du regroupement s'est faite au lendemain de la crise financière mondiale de 2008, alors que les membres du BRICS revendiquent une plus grande influence sur la gouvernance économique mondiale. Jusque-là, la structure mondiale avait été créée essentiellement par les puissances occidentales et avait assuré leur prédominance au travers des institutions comme la Banque mondiale et le Fonds monétaire international (FMI). En réponse à ce déséquilibre, le BRICS se dote d'une banque de développement indépendante dès 2014.

Si le G7 rassemble sept des dix pays ayant les plus gros PIB à l'échelle mondiale, les membres du BRICS occupent quant à eux les 2e, 5e, 8e, 11e et 38e rangs du classement. Pour Serge Granger, professeur à l'Université de Sherbrooke spécialiste des relations sino-indiennes, le regroupement est fondamentalement économique, bien qu'il possède un certain but géopolitique. « La mission politique du BRICS est de faire contrepoids aux États-Unis et au G7, mais surtout sur le plan économique. Outre cela, il est plutôt difficile de trouver un dénominateur commun, quand les systèmes politiques et les objectifs des pays membres sont aussi disparates. »

LES NORMES D'ENTRÉE

Ainsi, il est maintenant officiel que six nouveaux pays acquerront le statut de membre dès janvier 2024. Pour le Professeur Granger, les motifs des pays candidats sont assez variés. « Pour certains pays, devenir membre du BRICS permet de s'éloigner des États-Unis. Pour d'autres, cela leur permet d'être à l'abri de sanctions économiques, comme l'Iran, qui exporte beaucoup de pétrole. C'est aussi une façon d'aller chercher des prêts pour des pays comme l'Argentine, qui ont davantage de problèmes avec la Banque mondiale et le Fonds monétaire international. »

Cependant, une chose est certaine, c'est qu'il est attrayant pour ces pays de prendre part au BRICS. Pour l'organisation aussi, il s'agit d'une plus-value que d'ouvrir ses portes à de nouveaux membres. Ceux-ci auraient été choisis grâce à leur pouvoir d'influence, selon le Professeur Granger, mais également en raison de leur représentativité géographique. Jusque-là, aucun pays du Moyen-Orient ne faisait partie du groupe, et l'on retrouvait seulement deux pays non asiatiques dans l'alliance.

Étant prioritairement une organisation économique, les productions des pays ont également joué un rôle important. À titre d'exemple, le Professeur Granger souligne que l'Argentine et l'Éthiopie exportent beaucoup de denrées alimentaires, alors que la Chine et l'Inde ont un nombre croissant de bouches à nourrir. L'Égypte, l'Arabie Saoudite, les Émirats arabes unis et l'Iran sont pour leur part très connus pour leur production pétrolière et des produits dérivés. En misant sur le multilatéralisme, il est d'autant plus important d'avoir des économies compatibles, souligne-t-il.

JOUER SUR PLUSIEURS TABLEAUX

L'objectif fondamental du BRICS demeure le multilatéralisme. Le président chinois Xi Jinping a affirmé que « les pays du BRICS doivent œuvrer en faveur du multilatéralisme et ne pas créer de petits blocs. Nous devons intégrer davantage de pays dans la famille du BRICS », selon *Radio-Canada*. Dans le même ordre d'idées, Vladimir Poutine a soutenu que « tous les pays membres défendent un ordre mondial multipolaire ».

Pour le Professeur Granger, tout n'est pas aussi simple : « le BRICS demeure sinocentré, considérant que la Chine représente 70 % du PIB du groupe. En ouvrant à d'autres membres, cela vient fortifier et amplifier la capacité d'influence de la puissance chinoise ». Mais bien que cette ouverture bénéficie davantage au géant chinois, il aurait été improbable de voir les autres membres fondateurs s'opposer publiquement à l'expansion. « Sachant que le BRICS prône un multialignement, cela aurait été étrange de voir un pays comme l'Inde ne pas soutenir cette ouverture ultimement. »

Souhaitant pousser le multilatéralisme à un autre niveau, la dédollarisation des économies du BRICS a également été abordée lors du récent sommet. L'idée de créer une monnaie propre aux membres serait à envisager pour certains chefs d'État. La première étape demeurerait toutefois de renforcer et de multiplier les transactions internes au BRICS en monnaie locale. Voulant limiter l'influence américaine sur l'économie mondiale, délaisser le dollar devient l'option la plus plausible. Cela laisserait cependant un vide à combler, attendant la création d'une monnaie unique.

Dans certains cas, le yuan chinois est désormais devenu l'alternative au dollar américain. Souhaitant se défaire d'une influence occidentale, la satellisation par la Chine pourrait rapidement devenir la nouvelle réalité des membres du BRICS. Le Professeur Granger conclut : « L'idée avec le multialignement, c'est de maintenir un certain équilibre. Avec cette approche, on obtient le meilleur des deux mondes. Mais combien de temps encore va-t-on permettre aux pays membres d'être sur la clôture et de ne pas choisir de camp ? »

Les enseignants réclament du changement

Alors que la rentrée scolaire est ébranlée par la pénurie de personnel enseignant, les négociations en cours stagnent entre le gouvernement et la Fédération des syndicats de l'enseignement (FSE). Ces derniers revendiquent une amélioration des conditions de travail dans des écoles.

Par Natasha Guay Marchand

Cela fait 20 ans que l'on voit venir la problématique et, malgré les mesures prises par le gouvernement telles qu'une hausse du salaire de 15 % en 2022, la pénurie persiste. L'un des principaux facteurs à cette pénurie est le décrochage professionnel. En effet, d'après une étude menée en 2014 par Létourneau, 25 à 30 % des enseignants quittent la profession après un an et jusqu'à 50 % après cinq ans. Selon Josée Scalabrini, présidente de la FSE, cette proportion ne cesse d'augmenter.

DÉCROCHAGE PROFESSIONNEL, POURQUOI ?

Chaque année, les commissions scolaires attribuent les postes en fonction de l'ancienneté, ce qui laisse les jeunes enseignants avec les tâches moins intéressantes et plus exigeantes, souvent dans les écoles plus défavorisées. De surcroît, il faut compter en moyenne cinq à sept ans avant qu'ils obtiennent un poste permanent et à temps plein.

Une étude publiée dans la revue *Formation et profession* a démontré que le premier facteur qui pousse les nouveaux membres du corps professoral à démissionner est la charge de travail. Laissés à eux-mêmes, les nouveaux enseignants se retrouvent avec des classes surchargées, dont une proportion plus importante d'élèves a des besoins particuliers ou est en difficulté d'apprentissage. Ainsi, les conditions d'entrée difficile dans les premières années d'enseignement, soit la précarité d'emploi, la lourdeur des tâches et le manque de ressources, poussent autant d'enseignants à quitter la profession après un an.

REVOIR LA COMPOSITION DES CLASSES

C'est l'une des solutions revendiquées par la présidente de la FSE pour répondre au décrochage professionnel du jeune personnel en éducation, notamment dans l'objectif d'alléger la charge de travail associé aux classes dites « régulières ». Dans un article de *La Presse*, Josée Scalabrini rappelle que ces classes ont une proportion plus élevée d'élèves avec des plans d'intervention. Ce sont généralement les nouveaux enseignants qui sont affectés à ces classes.

Cette réalité a également été critiquée par le professeur de sociologie Allaire Sévigny dans le Balado *Distances sociales*, où il emploie le terme « ségrégation scolaire » pour illustrer la séparation qui existe entre les jeunes inscrits dans les parcours particuliers et réguliers. Un système qui, selon lui, a normalisé les inégalités sociales en divisant les bons des moins bons et les riches des moins riches. Le parcours régulier pèse lourdement non seulement sur la réussite et l'estime des jeunes, mais pèse aussi sur la charge de travail des enseignants.

Une solution qui permettrait à la fois d'alléger la tâche des enseignants et de répondre à cette problématique sociale serait d'abolir le parcours régulier dans les écoles secondaires du Québec. Une solution similaire visant à rendre les projets particuliers plus accessibles et nombreux a d'ailleurs été annoncée par le ministre de l'Éducation dans son plan des priorités présenté en janvier 2023.



Source: Facebook École Internationale du Phare

PARTIELLE DANS JEAN-TALON : UNE COURSE À DEUX ?



Source: Facebook Pascal Paradis

Le 19 juillet dernier, la députée Joëlle Boutin, réélue en 2022 sous la bannière de la Coalition Avenir Québec (CAQ), a annoncé qu'elle ne mènera pas à terme son second mandat. La sortie précipitée de la caquiste force donc les élections partielles dans la circonscription. C'est le 2 octobre prochain que les citoyens du comté devront se rendre aux urnes à nouveau, pour une neuvième fois en quinze ans.

Par Yaomie Dupuis et Jacob Desrosiers

UN DÉPART EN DENT DE SCIE

Le commencement de cette course électorale a été tout sauf silencieux. Le candidat du Parti Québécois (PQ), Pascal Paradis, a mis le feu aux poudres lorsqu'il a révélé d'anciennes conversations entre lui et la CAQ en avril et juin 2022. En effet, le candidat péquiste aurait été approché par l'équipe caquiste lors des dernières élections pour

qu'il se présente dans la circonscription de Charlevoix-Côte-de-Beaupré. Lors de ces échanges, la directrice générale de la CAQ lui avait confié leurs intentions de laisser tomber le projet du 3e lien avant même le scrutin du 3 octobre 2022.

Selon le reportage de *TVA nouvelles* du 4 septembre dernier, les enjeux au cœur des citoyens incluent le coût de la vie, l'accès aux logements, le transport en commun et le projet de tramway. Le 3e lien attire donc peu l'intérêt des citoyens du comté, qui avaient déjà mis de côté la promesse de François Legault. Qu'à cela ne tienne, il sera intéressant d'observer si ce scandale influencera le vote des citoyens du comté.

UN AFFRONT EXCLUSIF ENTRE LA CAQ ET LE PQ

L'élection partielle dans Jean-Talon se déroule dans un contexte particulièrement intéressant. En effet, on observe des signes clairs d'un affaïssement progressif du règne de la CAQ à l'échelle de la province au bénéfice des autres partis. Le PQ en est l'exemple parfait, vivant actuellement une importante remontée selon les sondages. Si bien que, d'après des statistiques de *QC125*, le PQ talonnerait la CAQ dans des circonscriptions détenues par des ministres et pourrait faire des gains dans des circonscriptions qui n'ont jusqu'à présent jamais élu de député péquiste, comme c'est le cas dans Jean-Talon.

À 28 jours du scrutin, les sondages pointent, a priori, vers une lutte serrée qui se jouera essentiellement entre la CAQ et le PQ. La candidate caquiste, Marie-Anick Shoiry, directrice générale et fondatrice de l'organisme *Vide ta sacoche*, se situe actuellement à 49 % contre 51 % pour Pascal Paradis, directeur général et fondateur d'*Avocats sans frontières Canada*.

À LA RECONQUÊTE D'UN ANCIEN CHÂTEAU FORT ?

Jean-Talon était un bastion libéral depuis les 53 dernières années, jusqu'aux élections partielles de 2019. Ayant en vue la reconquête de ce château fort, la candidate du Parti libéral du Québec (PLQ), Élise Avard Bernier se retrouve à la fin du sondage avec le candidat de Québec solidaire (QS), Olivier Bolduc et Jesse Robitaille du Parti conservateur du Québec (PCQ). Toujours selon *QC125*, les intentions de vote actuelles se situent à 19 % pour QS, à 12 % pour le PLQ et à 5 % pour le PCQ.

Les feux de forêt au Canada : où en sommes-nous ?

Depuis le printemps 2023, les feux de forêt sévissent sur l'entièreté du territoire canadien. Considérant le nombre d'hectares ravagés par les incendies de forêt, malgré la récurrence annuelle des feux de forêt, il s'agirait de l'année la plus dévastatrice dans l'histoire du Canada.

Par Sophie Mottet

Considérant que le Canada se réchauffe deux fois plus vite que le reste du globe selon Environnement Canada, les causes des feux de forêt se multiplient : températures extrêmes, fonte rapide de la neige, sécheresse, faible taux d'humidité relative, diminution des précipitations... « Toutes les conditions étaient réunies pour des feux historiques », résume Philippe Gachon, professeur au département de géographie de l'UQAM.

LES FEUX EN CHIFFRES

Passant de la Colombie-Britannique à Terre-Neuve-et-Labrador, 30 000 personnes canadiennes ont dû être évacuées de leur domicile en date du 19 août 2023, dont certaines personnes à plus d'une reprise. En date du 6 septembre, 241 feux de forêt sont toujours actifs dans les Territoires du Nord-Ouest. L'état d'urgence avait été déclaré le 15 août 2023, celui-ci a été prolongé jusqu'au 11 septembre 2023.

Plus au Sud, en Colombie-Britannique, 420 feux demeuraient actifs en date du 30 août. L'état d'urgence a été déclenché le 18 août 2023 et sera prolongé pour encore deux semaines au minimum. Ces décrets d'urgence permettent aux gouvernements provinciaux et territoriaux d'accéder aux ressources nécessaires pour protéger la santé et la sécurité des personnes résidentes dans ces périodes alarmantes.

Au Québec, c'est une superficie de 5,2 millions d'hectares qui a brûlé, représentant 100 fois l'île de Montréal. Les communautés autochtones ont été particulièrement affectées étant donné leurs emplacements souvent isolés en zone forestière. Pour le mois de septembre, la situation s'annonce aussi difficile. Les régions du sud de la Colombie-Britannique, les Prairies, les Territoires du Nord-Ouest et l'ouest de l'Ontario seront plus sujettes aux risques d'incendie.

DES CONSÉQUENCES ALARMANTES

Outre les évacuations dont ont souffert les personnes canadiennes, les répercussions des feux amènent également une mauvaise qualité de l'air. Celle-ci persiste encore dans plusieurs provinces et territoires. Effectivement, la fumée provenant des feux de

forêt a amené une grave pollution atmosphérique pouvant affecter gravement la santé des personnes exposées à ce smog.

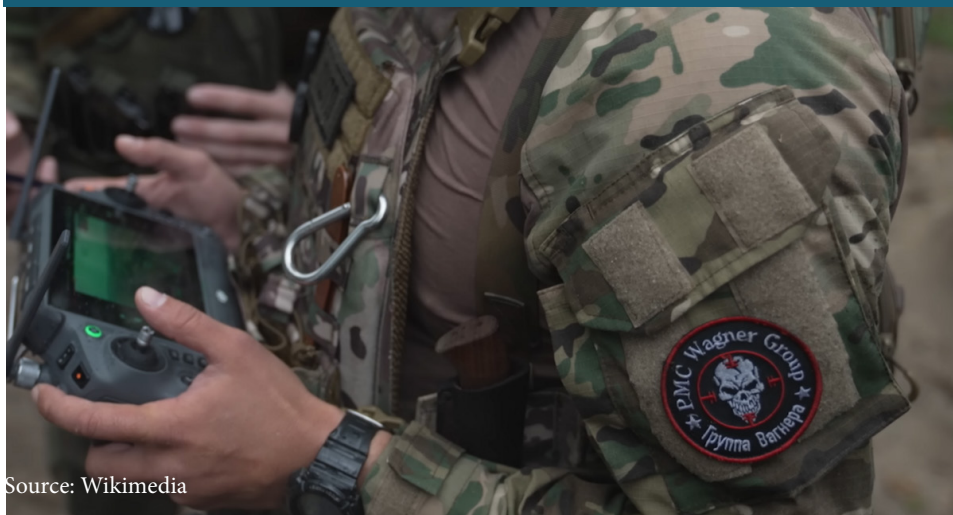
De plus, les émissions de carbone émises par les feux de forêt ont fracassé les milliards de tonnes de dioxyde de carbone (CO₂). Un cycle vicieux se forme : les forêts, étant des puits de carbone naturels, se transforment en sources de gaz à effet de serre causé par la prolifération des incendies.

Le professeur titulaire à l'Institut de recherche Grantham sur le changement climatique et l'environnement au Imperial College de Londres, Friederike Otto, rapporte que « tant que nous ne cesserons pas de brûler des combustibles fossiles, le nombre d'incendies de forêt continuera d'augmenter, brûlant des zones plus vastes pendant des périodes plus longues ».



Source: Facebook SOPFEU

QUEL AVENIR POUR WAGNER ?



Source: Wikimedia

Le 27 août dernier, les autorités russes ont confirmé la mort du chef du groupe paramilitaire russe Wagner, Evgueni Prigojine. Ce décès est survenu à la suite d'un écrasement d'avion qui faisait le trajet de Moscou à Saint-Petersbourg le 23 août 2023.

Par Alexandre Ménard

Selon les informations officielles, les autorités russes ont procédé à des tests génétiques des dix corps qui ont été retrouvés sur le site de l'écrasement. L'objectif principal était de mettre fin aux rumeurs selon lesquelles le chef du groupe Wagner n'aurait jamais pris place dans cet avion et se trouverait en Afrique au moment de l'écrasement.

Ainsi, selon Svetlana Petrenko, porte-parole officielle du comité qui enquête sur l'incident, les tests génétiques sont « conformes au manifeste » du vol. Ce manifeste comprenait les noms de trois membres de l'équipage et sept passagers, dont Prigojine, mais également Dmitri Outkine, figure importante du groupe Wagner, puisqu'il en est le cofondateur.

Cet écrasement est survenu deux mois après la mutinerie organisée par Prigojine contre l'armée russe, alors qu'il a conduit ses mercenaires d'Ukraine vers Moscou

en prenant le contrôle des villes de Rostov-sur-le-Don et Voronej sur son passage. Face à cette rébellion, le président Vladimir Poutine, dans un discours présenté à la télévision, vêtu d'un veston et d'une cravate noire, l'air sérieux, qualifie cet acte de « trahison » et a promis de punir les personnes impliquées.

Après une journée de rébellion, un accord entre le Kremlin et Wagner a été conclu à quelques centaines de mètres de Moscou, promettant de ne poursuivre aucun des membres du groupe paramilitaire pour cette offensive. Prigojine a ainsi renoncé à accomplir sa « mission » afin « d'éviter un bain de sang », mais considère tout même son intervention comme un succès puisqu'il a, selon lui, empêché la dissolution du groupe Wagner.

LA SUITE ?

De cet accord, il était prévu que Prigojine allait partir pour le Bélarus et que les charges judiciaires contre lui seraient abandonnées. Mais depuis, Prigojine et Outkine sont décédés. Le sort du groupe paramilitaire Wagner, connu pour son rôle militaire de premier plan en Ukraine, mais également en Afrique et en Syrie, est extrêmement incertain.

À ce jour, aucune conclusion officielle n'existe sur les causes de l'accident aérien. La mort de Prigojine fait bien sûr planer l'ombre de la main sanglante du Kremlin. De nombreux médias et experts ont contesté l'aspect accidentel de l'incident et considéreraient plutôt que la disparation de Prigojine n'est qu'un cas de plus d'opposants politiques assassinés depuis la prise du pouvoir de Poutine en 2000.

En effet, rapidement après l'écrasement, différents médias mettent de l'avant un rapport préliminaire des différents services de renseignements américains qui n'évoque que « l'accident d'avion, dont a été victime Evgueni Prigojine, a été causé intentionnellement par une explosion ». Dans une déclaration relayée par plusieurs médias, Patrick S. Ryder, porte-parole du Pentagone, mentionne cependant que les États-Unis ne disposent d'aucune information voulant que l'avion ait été abattu par un missile sol-air. Erreur de pilotage, problème technique ou explosion d'une bombe à l'intérieur de la cabine... le tout reste un mystère.

UNE QUATRIÈME INCULPATION EN SIX MOIS POUR TRUMP

Regard menaçant, habit habituel orné d'une cravate rouge... Donald Trump a été soumis, le jeudi 24 août dans une prison d'Atlanta, à une prise de photo judiciaire qui passera à l'histoire. C'est, en effet, une première historique pour un ancien président états-unien.

Par Jérémy Plamondon



Source: Fulton County Sheriff

Ce *mugshot* s'est très rapidement retrouvé à la une de pratiquement tous les médias des États-Unis et d'ailleurs, comme ce fut le cas ici au Québec. Le principal intéressé n'a pas perdu de temps pour lui-même utiliser cette photo à ses fins. La campagne de financement la mobilisant, centrée sur le slogan « *Never surrender* », a réussi à récolter pas moins de 7,1 millions de dollars américains du jeudi au dimanche 27 août, a annoncé son équipe de campagne.

DES ACCUSATIONS AUX LOURDES IMPLICATIONS

Ces événements inusités surviennent dans le cadre d'une mise en accusation de l'ancien chef d'État, qui dépasse les trois précédentes au niveau de la gravité. La professeure de politique états-unienne à l'Université de Sherbrooke, Karine Prémont, a tenu à le rappeler.

« [Ce chef d'accusation] touche vraiment à la démocratie américaine, à la Constitution, au rôle d'un commandant en chef. Il s'agit d'un type d'accusation utilisé habituellement pour attraper les chefs mafieux ou les chefs de gang criminalisés, lorsqu'on parle de complot d'une certaine façon. C'est un peu ça l'idée, même si ce n'est pas nécessairement le mot qui est utilisé dans la loi géorgienne. On parle néanmoins de gens qui ont comploté pour frauder des votes ».

En effet, les accusés reconnus coupables de tels chefs d'accusation sont passibles de 5 à 20 ans de prison. Donald Trump, comme ses 18 co-accusés, a plaidé non-coupable selon un document judiciaire paru le 31 août dernier.

LA COURSE AU LEADERSHIP RÉPUBLICAIN

Tous les déboires judiciaires de l'ancien président des États-Unis semblent peu l'affecter dans la course au leadership républicain qui a lieu au même moment. Ce dernier, bien qu'il ait décidé de ne pas se présenter aux débats entre les candidats, jouit tout de même d'une avance très importante dans les divers sondages d'opinion. En effet, selon un sondage mené par *Reuters/Ipsos* le 24 et 25 août, Trump serait

environ à 40 points de pourcentage devant son plus proche rival, Ron DeSantis, avec 52 % des intentions contre seulement 13 %.

« Les intentions de vote dans les sondages ne changent pas beaucoup et ses adversaires sont dans une position presque indéfendable. S'ils condamnent tout ça, s'ils disent trouver ça effrayant et s'ils affirment que Trump n'est plus éligible, ils vont se retrouver dans la ligne de mire de Trump. Cela pourrait potentiellement les empêcher de rejoindre des électeurs qu'ils aimeraient bien avoir », analyse Karine Prémont.

UN CLIMAT POLITIQUE TENDU

L'administration Biden a pris l'habitude de rester muette vis-à-vis les nombreuses poursuites entourant l'ancien résident de la Maison-Blanche. « Puisque les partisans de Trump pensent qu'il y a une espèce de volonté de s'en prendre à ce dernier personnellement, que tout est organisé par l'administration Biden, ce serait tout à fait mal vu et contre-productif pour les démocrates et pour Joe Biden de commenter quoi que ce soit », souligne la Professeure Prémont. « La stratégie est justement de garder une distance pour démontrer qu'ils ne sont pas mêlés à ça et que tout le processus judiciaire n'est pas contrôlé par eux. »

Le climat politique est, en effet, généralement teinté de cynisme aux États-Unis ces dernières années. Professeure Prémont rappelle que la confiance envers les principales institutions du pays, c'est-à-dire le Congrès, la présidence et la Cour suprême, tourne approximativement autour des 7 %, 12 % et 20 % respectivement dans les sondages d'opinion. Le climat est donc « très partisan et la logique institutionnelle ne peut plus grand-chose dans ce genre de situation ».

LA COMMUNAUTÉ INTERNATIONALE OBSERVATRICE

À l'instar de Joe Biden et de son administration, les nombreux États à travers le monde ne semblent pas vouloir se prononcer sur cette situation. En effet, malgré l'ampleur que prend la situation dans les médias sociaux et traditionnels, tout cela « relève de la vie personnelle d'un individu, même si c'est un ancien président. Il faut savoir que, pour certains pays, c'est assez courant que d'anciens chefs d'État se retrouvent devant la justice. Demandez à des Français, par exemple. Presque tous leurs chefs d'État font face à des accusations par la suite », rappelle Karine Prémont.

Là où la division et le cynisme pourraient avoir davantage d'impacts sur le plan de la politique internationale soutient-elle, c'est au niveau de l'ingérence étrangère. En effet, « plus la polarisation est forte, plus c'est facile pour la Russie, pour la Chine ou pour d'autres pays de s'immiscer dans les campagnes électorales. La Russie n'aurait pas pu s'ingérer comme elle l'a fait en 2016 si les États-Unis avaient été unis, cohérents et solidaires avant la campagne de 2016 ».

LA SUITE DES CHOSES

L'ancien magnat de l'immobilier est probablement plus près du début que de la fin de ses comparutions en justice. Un juge a en effet fixé au 4 mars 2024 la date de son procès à Washington pour des pressions électorales présumément survenues en 2020. Cette date est la veille du « *Super Tuesday* », une des plus importantes échéances des primaires républicaines, où celles-ci ont lieu simultanément dans une quinzaine d'États. Lors du même mois, soit le 25 mars, Trump devra retourner devant les tribunaux, cette fois-ci à New York, dans le cadre de son procès pour des paiements suspects à une ancienne actrice de films pornographiques.

Son procès pour la gestion présumée négligente de documents confidentiels après son départ de la Maison-Blanche aura de son côté lieu en Floride le 20 mai 2024. C'est finalement en juillet que sera choisie la personne candidate à la présidence pour le parti républicain, en vue des élections présidentielles de novembre 2024.

Les habitudes de vie à adopter à la rentrée pour bien réussir sa session

Agora
Sport
et Bien-être

Bien que la rentrée scolaire et les sessions universitaires puissent apporter leur lot de stress et de désorganisation, il existe plusieurs manières de prendre soin de sa santé physique et mentale pendant une période particulièrement chargée.

BOUGER POUR ÊTRE PLUS CONCENTRÉ

Il est aujourd'hui évident que le lien entre la santé physique et la santé mentale est fort ; il a d'ailleurs été prouvé que l'activité physique augmente considérablement la productivité. Lors d'une session universitaire, particulièrement en début de parcours, il peut être difficile de prioriser l'entraînement physique dans les semaines qui deviennent rapidement très chargées. Bien que la recommandation d'activité physique soit d'environ 60 minutes par jour, il y a inévitablement des moments, lors de la fin de session, par exemple, où une telle activité ne sera pas possible.

Toutefois, certaines habitudes simples à implanter dans le quotidien peuvent faire la différence et permettre au corps de bénéficier des bienfaits de l'activité physique, même en manque de temps. Parmi celles-ci, on compte le déplacement actif, aussi appelé mobilité durable, qui consiste à faire de l'activité physique lors des déplacements. La marche, le vélo ou même la trottinette peuvent être des moyens intéressants de bouger en se rendant à ses cours. Ces moyens évitent également d'avoir à payer pour les espaces de stationnement, qui se font souvent rares et dispendieux. S'il n'est toutefois pas possible d'adopter la mobilité durable, il est aussi possible de stationner la voiture plus loin et de marcher jusqu'à ses cours, pour profiter d'une partie des bienfaits de l'exercice.

De plus, augmenter le nombre de pas effectués par jour peut être un bon début pour la perte de poids. Par exemple, passer de 10 000 pas par jour (la recommandation pour un adulte moyen) à 15 000 équivaut à environ 220 calories supplémentaires brûlées. À ce rythme, il est possible de facilement perdre une livre de gras en plus toutes les deux semaines.

MANGER TOUS LES REPAS POUR MIEUX FONCTIONNER

Bien que la communauté scientifique soit toujours mitigée concernant le jeûne intermittent, une chose est certaine : il est primordial de manger tous les repas de la journée pour permettre au cerveau de fonctionner adéquatement. Puisque les glucides sont le carburant du cerveau, il est important de bien manger avant de soumettre son cerveau à un effort soutenu. Cependant, il faut noter qu'un repas trop riche en glucides ne favorise que la concentration à court terme et pourrait engendrer une baisse de concentration après un certain temps. Pour maintenir un niveau de sucre élevé, il faut également s'assurer de consommer des protéines, qui permettront de garder l'énergie sur une longue durée.

Vous l'aurez donc compris, bien déjeuner le matin est une habitude à prendre pour s'assurer d'une bonne productivité et d'une concentration accrue le matin. Les nutritionnistes recommandent aussi de « répartir les apports alimentaires tout au long de la journée ». La consommation de 3 repas par jour, complémentée par 2 à 3 collations serait l'idéal pour que le système fonctionne de manière optimale pendant la journée. Parmi les recommandations connexes, on mentionne également qu'il est essentiel d'éviter les repas riches en calories, puisque ces derniers causent la somnolence.

UTILISER LES TECHNIQUES D'OPTIMISATION DE L'ATTENTION

Que le trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH) fasse partie de votre quotidien ou non, il existe des astuces à ne pas négliger pour que l'étude demeure optimale et efficace. La méthode Pomodoro, par exemple, consiste à avoir des périodes définies de concentration, tout en se laissant une période de pause à la fin. Ce cycle peut être répété plusieurs fois afin d'éviter que la fatigue trop importante ne s'installe. Selon le type d'apprenant et votre niveau de concentration, les blocs peuvent être de plus courte ou longue durée : la plus populaire consiste en 4 sessions de 25 minutes de travail, entrecoupées par des pauses de 5 minutes chacune. À la fin des cycles, on s'octroie une pause de 30 minutes. Le cycle peut ensuite être répété autant de fois que nécessaire. D'autres versions de la méthode Pomodoro incluent 50 minutes d'effort pour 10 minutes de repos, alors que la pause finale est d'une heure. Certaines personnes, dans le cas d'un travail nécessitant une attention soutenue pour plusieurs heures, ont même remarqué qu'un bloc de travail de trois heures suivi d'une pause d'une heure pouvait également être efficace.

Les experts de la technique spécifient cependant que, lors des périodes de pause, il est important de changer d'espace et de s'éloigner physiquement du travail accompli, afin de permettre au cerveau de faire la coupure entre les séances de concentration et de pause.

DORMIR SUFFISAMMENT... ET AUX BONNES HEURES !

Les cycles circadiens représentent les phases naturelles d'évolution du corps dans une journée. Ces derniers maximisent la préparation au sommeil et aident naturellement le corps à se mettre en phase d'éveil ou de sommeil. Il est donc recommandé de se coucher entre 22 h et 23 h 30 si le réveil a lieu entre 7 h et 9 h le lendemain matin. Naturellement, le corps commence à sécréter de la mélatonine à 21 h et le système digestif ralentit vers 22 h 30. À ce moment, le corps est donc préparé à aller dormir. À 2 h du matin a normalement lieu le sommeil le plus profond, alors que la température du corps est réduite au maximum à 4 h 30 du matin. Vers 7 h 30, le corps se prépare au réveil en cessant la sécrétion de mélatonine. Aller se coucher trop tard, par exemple, réduira la qualité du travail pouvant être accompli avant le coucher, puisque le corps est déjà prêt à dormir.

L'ÉQUILIBRE COMME CONCEPT CLÉ

Comme dans n'importe quel domaine de la santé ou d'entraînement physique, c'est en ayant un bon équilibre de vie que le système s'adapte le mieux. Une quantité modérée d'activité physique, de nourriture saine, de sommeil, de loisirs, de vie sociale et de temps en nature est évidemment cruciale pour le bien-être mental et physique lors d'une session éprouvante.



**ÉMILIE
OLIVER**

Sport.Lecollectif@
USherbrooke.ca



Source: Pexels

Section Sport et Bien-être

Où trouver la motivation ?

Lorsque vient le temps d'établir une nouvelle habitude, la motivation est un élément essentiel. Elle se base d'ailleurs sur deux éléments : l'importance et la confiance. Par exemple, plusieurs pourraient se dire qu'ils souhaitent aller à la salle de musculation plus souvent, mais n'ont pas la motivation. Comment faire pour la trouver ?

Par Alexandra Thibodeau

L'importance fait référence à l'importance accordée à la nouvelle habitude. À quel point et pourquoi est-ce important à nos yeux d'aller vous entraîner au gym ? La réponse varie selon chaque personne ; certaines y vont pour rester en santé, d'autres pour être plus musclées ou encore pour passer du temps avec leurs amis. Si la nouvelle habitude n'a pas d'importance, c'est peut-être que ce n'est pas la bonne habitude pour nous ou encore qu'il faut y trouver de l'importance. Par exemple, en s'informant sur les bienfaits de l'activité physique pour la santé, autant physique que mentale, il est possible de trouver qu'il est important à nos yeux de maintenir une bonne santé mentale pendant la fin de session. Ce sera donc un élément motivationnel lorsque viendra le temps de se rendre à la salle d'entraînement.

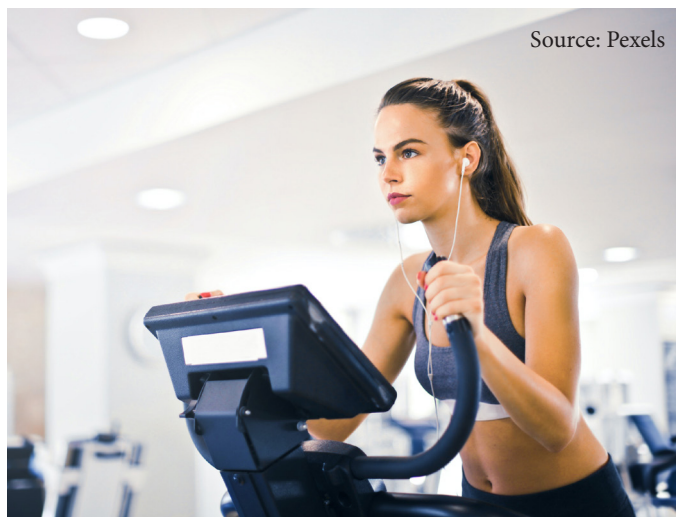
ET LA CONFIANCE ?

La confiance, quant à elle, fait référence en sa confiance à réaliser cette nouvelle habitude. Par exemple, à quel point se sent-on capable d'aller à la salle d'entraînement deux fois par semaine ? Plusieurs éléments vont influencer la confiance. Par exemple, il est possible de ne pas se sentir en confiance par peur ou par anticipation d'aller dans une salle d'entraînement. Une solution pour augmenter sa confiance, qui augmentera par le fait même la motivation, pourrait être d'y aller avec quelqu'un de notre cercle d'amis ou de faire une visite des installations avec un employé.

Une tout autre alternative peut être de choisir les cours de groupe à la place ou encore de s'entraîner à la maison. Le manque de temps pourrait également être un facteur pour la baisse de confiance. Dans ce cas, il faut trouver une solution à cet obstacle afin d'augmenter sa confiance. Est-ce que de réserver un bloc horaire fixe dans l'agenda convient ? Quelles sont les priorités ? Est-ce que la productivité serait augmentée par une pause d'étude pour s'entraîner ?

TYPES DE MOTIVATION

Il existe deux types de motivation : intrinsèque et extrinsèque. La motivation intrinsèque provient de la personne directement ; la source de la motivation est interne à la personne. Par exemple, je veux m'entraîner parce qu'après je me sens bien. À l'opposé, la motivation extrinsèque provient d'une source externe. Par exemple, je dois aller à l'entraînement parce que j'ai payé pour y aller. Évidemment, la motivation intrinsèque est à prioriser, puisque c'est cette motivation qui permet le maintien d'une habitude à long terme. Toutefois, la motivation extrinsèque n'est pas nécessairement à proscrire.



Source: Pexels

Bref, il y a plusieurs questions à se poser pour définir l'importance et la confiance envers la nouvelle habitude à créer. Trouver des solutions afin d'avoir un niveau élevé d'importance accordée à la nouvelle habitude et de confiance en ses capacités pour l'accomplir est impératif pour avoir de la motivation.

La Ligue professionnelle de hockey féminin composée d'au moins six équipes

La Ligue professionnelle de hockey féminin (LPHF) est enfin une réalité après des années d'attente. Cette nouvelle ligue comptera six équipes, dont une à Montréal, et débutera ses activités en janvier 2024 avec un calendrier de 24 matchs en saison régulière.

Par Élodie Roy

Le processus de création de la LPHF est déjà en branle depuis plusieurs années, et s'est avéré laborieux. Tout a commencé après la fermeture de la Ligue canadienne de hockey féminin (CWHL) en 2019, alors que les joueuses n'étaient pas satisfaites des conditions de travail dans les autres ligues. Elles se sont donc regroupées pour former une association des joueuses, qui a ultimement mené à l'aboutissement de la LPHF. Le projet a débuté il y a trois ans, alors que les athlètes se sont assurées de sa faisabilité en menant des études de marché et en collaborant avec le cabinet Deloitte.

La ligue sera soutenue financièrement par Mark Walter, propriétaire des Dodgers de Los Angeles, et Billie Jean King, une icône du tennis. Brian Burke, ancien directeur général dans la Ligue nationale de hockey (LNH), sera le directeur exécutif de la LPHF.

DÉROULEMENT DE LA PREMIÈRE SAISON

Le calendrier de la ligue débutera en novembre à partir de la saison 2024-25 et comportera 32 matchs au total. Bien que l'identité des six villes fondatrices soit connue, de nombreux détails restent à être annoncés, tels que les noms des équipes, les lieux où elles joueront leurs matchs locaux ainsi que les personnes à la tête des organisations (entraîneurs, directions générales, etc.).

La période initiale de recrutement d'agentes libres débutera le 1er septembre et durera jusqu'au 10 septembre. Chacune des six formations pourra engager trois joueuses en leur offrant des contrats types de joueuses. Les joueuses évoluant actuellement dans les programmes de la NCAA ou au sein de U Sports ne seront pas admissibles pour cette période de recrutement.

La majorité des joueuses seront sélectionnées lors d'un repêchage le 18 septembre. Chaque formation pourra signer jusqu'à 20 contrats types de joueuse avant le début des camps d'entraînement, qui commenceront le 13 novembre. Les équipes seront constituées d'un maximum de 23 joueuses.

L'ÉVOLUTION DU HOCKEY FÉMININ

La création de la LPHF marque le début d'une ère où les joueuses professionnelles de hockey féminin seront traitées comme telles. Le salaire annuel moyen des joueuses sera de 55 000 \$ US, avec six patineuses par club gagnant plus de 80 000 \$ US annuellement. De plus, la ligue offrira des avantages tels que des amphithéâtres modernes, des soigneurs, des installations de haute qualité, des congés de maternité, des assurances et de l'aide au logement.

Pour les joueuses comme Ann-Renée Desbiens, gardienne de but originaire de La Malbaie, ce projet représente un pas en avant majeur pour le hockey féminin. Les athlètes pourront enfin vivre de leur passion et évoluer dans des conditions professionnelles dignes de leur talent. La LPHF offre un avenir prometteur pour le hockey féminin, et les joueuses, les partisans et les investisseurs sont impatients de voir ce que l'avenir réserve à cette nouvelle aventure sportive.



Source: Comité olympique canadien

Deux Québécois repêchés dans la NFL pour la première fois en 35 ans

Les Québécois Matthew Bergeron et Sidy Sow commenceront la saison dans la NFL. Il est à noter qu'ils sont deux des rares Québécois à être sélectionnés au repêchage de la NFL la même année, une situation qui ne s'était pas produite au Québec depuis 1988.

Par Béatrice Vigneault



Source: New England Patriots

Matthew Bergeron, un joueur de ligne offensive originaire de Victoriaville, intègre l'équipe des Falcons d'Atlanta après avoir terminé sa carrière universitaire à Syracuse. Il devrait commencer la saison comme garde à gauche en raison de la blessure de Matt Hennessy. Bergeron a été sélectionné au 38e rang au dernier repêchage de la NFL. Le colosse de 6 pieds 4 pouces et 318 livres est seulement le dixième Québécois dans l'histoire à être sélectionné au repêchage. Il est d'ailleurs second au rang des repêchages rapides, en deuxième ronde, au 38e choix. Il faut remonter à presque 20 ans, en 1996, avant d'apercevoir un Québécois repêché avant lui. En effet, le seul Québécois repêché plus tôt que Bergeron était l'ancien porteur de ballon Tshimanga Biakabutuka, sélectionné 8e au total.

De son côté, Sidy Sow, un « o-line » originaire de Bromont, a été choisi par les Patriots de la Nouvelle-Angleterre au quatrième tour du repêchage de la NFL, au 117e rang. Pour sa part, le garde de 6 pieds 4 pouces et 323 livres a évolué au sein de l'Université Eastern Michigan, dont il est d'ailleurs devenu le meneur de tous les temps au chapitre des matchs joués (56) et des départs (54). Il a profité des blessures de Cole Strange et de Mike Onwenu pour se faire remarquer lors des matchs préparatoires. Sow, après avoir complété son parcours de football avec les Incroyables de l'école JH Leclerc de Granby a d'ailleurs continué sa carrière à Lennoxville dans les rangs des Cougars du Collège Champlain-Lennoxville.

UN REPÊCHAGE ANTICIPÉ PAR LES EXPERTS

Bien que rien ne soit réellement prévu d'avance lors des sélections dans la grande ligue, les analystes se disaient confiants face aux chances qu'avaient les deux Québécois lors du repêchage. Les experts avaient d'ailleurs prédit que Bergeron recevrait l'appel un peu plus tôt que son collègue, soit dès vendredi soir, dans la deuxième ronde. Après l'attente de plus de 4 heures la veille, c'est effectivement lors de la deuxième ronde que le bloqueur a reçu l'appel tant attendu. À peine 45 minutes après le début des annonces est venu le temps pour Bergeron de répondre au téléphone.

Les Falcons ont d'ailleurs avancé du 44e au 38e rang en proposant un échange aux Colts pour mettre la main sur Bergeron.

Pour Sow, l'avenir s'avérait moins clair : plusieurs lui prévoaient le grand moment quelque part entre les rondes 4 à 7, samedi après-midi. Ce dernier a d'ailleurs été

repêché rapidement dans le quatrième tour, comme l'avaient prévu les experts.

LE MOMENT TANT ATTENDU POUR LES QUÉBÉCOIS

« Me faire repêcher par les Patriots, c'est un rêve. Les Patriots, c'est la royauté pour bien des amateurs au Québec. C'est surréaliste », a lancé Sow lors d'une conférence téléphonique organisée par sa nouvelle équipe. « Les Patriots ont une incroyable base de partisans au Québec. C'est la plus grosse équipe chez nous et je les ai observés pendant leurs années incroyables avec tous leurs Super Bowls. Faire partie de cette organisation et en faire le plus possible pour contribuer aux succès de l'équipe, ça veut dire beaucoup pour moi. »

Sow mentionne d'ailleurs sa fierté face à sa nouvelle équipe, qui a accueilli des légendes du football telles que Tom Brady. « J'étais enfant, et je le regardais lancer le ballon. Que cette

organisation m'appelle le jour du repêchage pour me dire qu'elle me choisit, c'est un sentiment incroyable. »

De son côté, Bergeron a discuté avec le propriétaire des Falcons, Arthur Blank, le directeur général Terry Fontenot et l'entraîneur-chef Arthur Smith, qui l'ont accueilli dans leur équipe. Le jeune bloqueur de 23 ans avoue avoir été sans mot face aux hommes qui lui donneront une chance, lors de l'appel tant attendu. « Je n'arrêtais pas de dire merci, je n'écoutais pas trop », a-t-il mentionné. « J'avais hâte de célébrer et c'est une chose dont tu rêves de voir ton nom à l'écran. »

LE QUÉBEC TATOUÉ SUR LE CŒUR ET LES ORIGINES BIEN ANCRÉES POUR SOW

En demandant à Sidy Sow ce qu'il apportera aux Patriots, on comprend rapidement à quel point ses origines sont au cœur de ses valeurs et du type de joueur qu'il est. « Dans ma région, c'est agricole avec beaucoup d'usines. C'est un peu ma mentalité d'aller travailler chaque jour sans poser de questions et de fournir mon 100 % d'efforts. C'est ce que je veux amener à l'équipe », a-t-il dit.

À Victoriaville, du côté de Bergeron, on mentionne que les Falcons sont officiellement l'équipe de la place.

Il est à noter que Matthew Bergeron et Sidy Sow sont deux des rares Québécois à être sélectionnés au repêchage de la NFL la même année, une situation qui ne s'était pas produite au Québec depuis 1988. À l'époque, c'était le receveur Tommy Kane et le secondeur Brian Forde, deux Montréalais, qui avaient été choisis en troisième et en septième ronde.

Cette réalisation est un rêve devenu réalité pour les deux joueurs qui ont travaillé dur pour atteindre la NFL, et elle suscite beaucoup de fierté au Québec.

Les deux joueurs de ligne offensive auront tous deux leur baptême de feu le 10 septembre prochain, alors que la troupe de Bergeron affrontera les Panthers de la Caroline. De son côté, Sow se mesurera aux finalistes du dernier Super Bowl, les Eagles de la Philadelphie.

Section Sport et Bien-être

Début de saison du Vert & Or Football : deux défaites, mais bien du positif

La saison du Vert & Or Football s'amorçait le vendredi 25 août dernier à Sherbrooke contre nul autre que le Rouge et Or de l'Université Laval. Malgré la défaite de 37-14, les Sherbrookoïses ont su limiter les dégâts adverses et montrer des signes encourageants, spécialement en fin de match.

Par Vincent Giangioppi

À l'inverse, la joute du 1er septembre contre les Redbirds aura vu la troupe de Mathieu Lecompte entamer le match de brillante manière, avant de trébucher en deuxième demie 26-14. Malgré les deux défaites, il y a certainement de quoi être optimiste pour le reste de la saison.

Le premier match de la saison du Vert & Or Football ne s'annonçait pas simple, contre un Rouge et Or champion en titre de la Coupe Vanier. Malgré une prestation défensive solide, particulièrement contre le jeu au sol, la foudroyante attaque de l'Université Laval a ultimement eu le dessus des Sherbrookoïses. Le quart-arrière Arnaud Desjardins termine le match avec 296 verges de gain ainsi que 3 passes de touché. Récipiendaire du prix du joueur par excellence du football universitaire canadien, le receveur Kevin Mital débute lui aussi la saison en force avec 122 verges de gain et 2 touchés.

Blanchie lors des 2 premiers quarts, l'offensive sherbrookoïse a montré ses dents trop peu trop tard, en marquant 12 points lors du dernier quart grâce à 2 placements du botteur Louis Tardif ainsi qu'à un touché du quart-arrière Anthony Robichaud. Ce dernier a inscrit 187 verges de gain, mais s'est également fait intercepter 3 fois. À noter qu'il s'agissait du premier match du nouveau coordinateur offensif du Vert & Or, Dominic Picard.

L'HISTOIRE INVERSE FACE AUX REDBIRDS

C'était un Vert & Or touché par les blessures qui se déplaçait au stade Percival-Molson pour y affronter les Redbirds le 1er septembre dernier. Après la première demie, Sherbrooke était en contrôle 14-3 grâce à des touchés de Michael Morin et Pier-Olivier Cadoret. Contrairement au match contre Laval, où Sherbrooke avait terminé en puissance, le vent a plutôt changé en leur défaveur au retour des vestiaires.

Particulièrement inspirés par Eloa Latendresse-Régimbald, les Redbirds ont inscrit pas moins de 21 points au 3e quart. Le quart-arrière a lui-même marqué en plus de compléter deux passes de touché à ses coéquipiers Abdala Traoré et Zacharie Magnan. La défensive a également fait son boulot en blanchissant le Vert & Or au cours de la dernière demi-heure du match. C'est donc la deuxième année consécutive où McGill bat Sherbrooke sur le terrain des Alouettes. Ce fut d'ailleurs la seule victoire des Redbirds la saison passée.



Crédits: Yves Longpré

Nos équipes du Vert & Or : quoi surveiller en ce début de saison ?

Saviez-vous que la grande famille du Vert & Or est composée de 6 équipes et 5 clubs sportifs ? Chacun d'entre eux débutant leur saison au cours de la session d'automne, il y aura une tonne de sports plus intéressants les uns que les autres à suivre avec attention. Voici un petit portrait de deux d'entre eux qui ont repris leurs activités dans les dernières semaines.

Par Vincent Giangioppi



Crédits: Manuel Ezeta

SOCCER

Notre équipe féminine a bien entamé sa saison en défaisant leurs rivales sherbrookoïses de l'Université Bishop's 3-1, mais s'est inclinée la semaine suivante 3-0 contre l'Université Laval. La saison s'annonce toutefois fort intéressante, notamment grâce aux nouvelles recrues. On pense entre autres à Anita Barbiero et

Andréa Roy, qui ont toutes deux marqué à leur premier match universitaire, ainsi qu'à la native de Sherbrooke et ex-capitaine du club français Grenoble Foot 38 Charlotte Larrivée, qui se joint à l'effectif après une carrière de 5 ans en Europe.

Du côté masculin, la saison a débuté avec une défaite 1-0, aussi aux mains du Rouge et Or. L'équipe aura toutefois l'occasion de se reprendre le 8 septembre prochain face à l'UQAM. L'effectif des hommes s'est également renforcé cet été, avec l'arrivée de l'ancien membre de l'équipe junior canadienne et du CF Montréal U23, Maxime Bourgeois.

Le dimanche 10 septembre, nos deux équipes étaient en action au terrain Nouveau Concorde de Sherbrooke pour y affronter toutes deux les Carabins de

l'Université de Montréal.

GOLF

La saison de golf a commencé du bon pied pour nos athlètes. Ville hôte du premier omnium de la saison qui se tenait les 28 et 29 août derniers, chacune des deux

équipes du Vert & Or a obtenu un podium.

L'équipe féminine a terminé 2e parmi les 5 équipes participantes. Mentionnons la performance de Mathilde Denicourt qui a poursuivi sur sa lancée de la saison passée pour terminer 3e au classement féminin, remettant des fiches de 79, 77 et 80.

De son côté, l'équipe masculine s'est glissée à la 3e place sur 9 équipes, notamment grâce à Zachary Gagnon, qui a terminé au 5e rang du classement général avec des fiches 74, 71 et à nouveau 74. Mathilde et Zachary se sont d'ailleurs tous deux mérités les lauréats d'athlètes Vert & Or de la semaine. Les deux autres omniums de la saison auront lieu les 10 et 11 septembre à Québec, puis du 25 au 27 septembre à Lévis.

PLUS À VENIR !

À noter que les autres sports pratiqués par des athlètes du Vert & Or débutent leurs saisons dans les prochaines semaines. Celles-ci seront également couvertes par *Le Collectif*.

N'oubliez pas que vous pouvez vous procurer votre Vignette Fan V&O à partir de maintenant au local E1-1043 du pavillon de la vie étudiante pour la modique somme de 10 \$. Grâce à ce collant sur votre carte étudiante, vous aurez accès à tout événement local impliquant vos équipes du Vert & Or. Bonne saison !