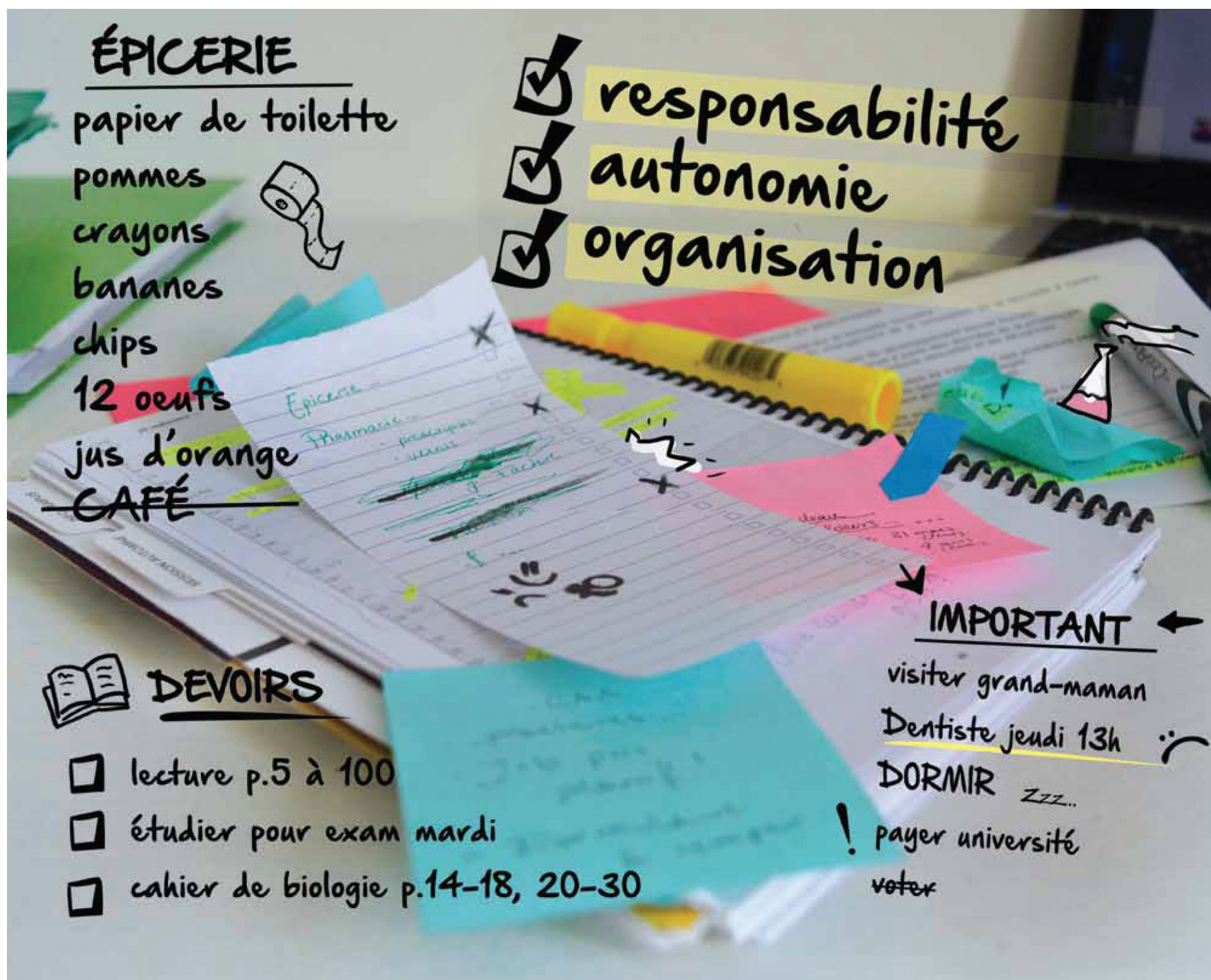


Le COLLECTIF

— former et informer —

VOL. 39 - NO.4 • LE 20 OCTOBRE 2015

ON AVANCE, ON NE RECULE PAS!



L'ÉQUIPE

DIRECTION

Marc-André Labbé
Directeur

RÉDACTION

Andrée-Anne Roy
Rédactrice en chef

Rodrigue Turgeon
Responsable web

Stéphanie Bénard
Chef de pupitre campus

Catherine Foisy
Chef de pupitre société

Benjamin LeBonnicc
Chef de pupitre culture

Sébastien Binet
Chef de pupitre sports

Geneviève Guilmain
Corretrice en chef

COLLABORATEURS

Sarah Ait Gherbi

Marianne Blouin-Caron

Emanuelle Boutin

Rosanne Bourque

Marc-André Descôteaux

Kate Gaudreault

Ariane Gauthier

Roxane Grégoire

Gabrielle Lapierre

Guillaume Marcotte

Félix Morin

Laurence Poulin

Jérémy Proulx

Jessica Samario

Lydia Santos

Olivier Surprenant

Matthew Vachon

Julien Vézina

TECHNIQUE

Gabrielle Gauthier
Infographie

Cathie Lacasse Pelletier
Direction artistique
Photographie

Marianne Blouin-Caron
Illustration

Anthony Gagnon
Distribution à Sherbrooke

Stéphanie Boucher
Gestion Web

Robin Legros
Photographie

UNE

Cathie Lacasse Pelletier
Photographie

Marianne Blouin-Caron
Illustration

Le COLLECTIF

— former et informer —

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

PROCHAINE DATE DE TOMBÉE : 29 OCTOBRE

Écrivez à redaction@lecollectif.ca



www.

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

lemontagnais

VILLAGE UNIVERSITAIRE

.com

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

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

lecollectif.ca



facebook.com/journalcollectif



twitter.com/jlecollectif

Éditorial

DE LA RÉDACTRICE EN CHEF

Vieillir en un clin d'œil



**ANDRÉE-ANNE
ROY**

Être responsable, c'est vieillir, grandir et évoluer en tant que personne. La responsabilité vient avec l'âge comme on dit, mais à quel âge exactement?

J'ai toujours cru que la première fois qu'on m'a dite responsable était à 7 ans quand j'ai attaché mes patins toute seule et sûrement un tantinet trop lousse, sans l'aide de personne. La même journée, j'avais également décidé de traîner ma poche de hockey de la voiture à la chambre des joueurs pour montrer mon indépendance. À ce moment-là, je croyais avoir grandi malgré ma petitesse. La responsabilité s'acquiert lorsque l'on rajoute des tâches à notre quotidien, quelles qu'elles soient. Par contre, c'est souvent la reconnaissance des autres qui nous en donne conscience.

POST-IT, BLOC NOTE, ETC.

Avec la responsabilité vient l'organisation. Plus on a de choses à faire, plus on a d'alertes internes et de trucs à ne pas oublier. Comme on l'apprend en psychologie, le cerveau est bâti sous forme de système de rangement, comme un gros *walk in* d'idées, ce qui favorise la mémoire. Pour certains, il est peut-être plus en désordre que d'autres, tandis que certains le tri par couleur et par style. L'humain se promène avec de plus en plus de poids sur les épaules: on accumule, on absorbe, on s'écroule. La longueur de notre *checklist* ne devrait pas définir qui nous sommes pour autant, bien au contraire. L'esprit de synthèse est toutefois complexe à maîtriser. Pourquoi faire simple quand on peut faire compliqué?

BRICOLAGE, SIESTE, ETC.

J'ai ensuite cru avoir pris un coup de vieux en accomplissant ma première journée de gardiennage. La satisfaction et la gratification de pouvoir prendre soin d'une autre personne est consternante puisqu'avant tout il faut se connaître suffisamment soi-même et se gérer avant de pouvoir prendre en main la vie d'autrui, ne serait-ce que pour une

Prendre ses responsabilités, c'est assumer ses choix qu'ils soient bons ou mauvais sans devenir une victime de son passé. C'est voir de l'avant et toujours se pousser à faire plus sans en faire trop.

journée. Avant tout n'est-il pas important de penser à ses propres besoins avant de combler ceux des autres? Je crois que nous nous devons d'être équilibrés même si cela nous demande d'être égoïste un peu, de s'arrêter et de penser à soi ne serait-ce que quelques minutes par jour. Il faut savoir démêler ce qu'il y a entre nos deux oreilles pour nous permettre d'avancer.

DÉMÉNAGEMENT, DÉPENSES, ETC.

Tous se souviennent de leur départ du nid familial comme étant un pas vers l'avant, mais aussi plusieurs vers l'arrière. On se sent libre et prêt à vivre notre vie sans contraintes et sans règles sauf

celles que nous nous faisons nous-mêmes. C'est à ce moment qu'on se rend compte à quel point nos parents faisaient beaucoup de compromis et énormément de gestion pour nous. Ils devaient penser à eux, mais aussi à leur famille. Et ils faisaient vraiment de leur mieux pour répondre à toutes les requêtes qu'ils recevaient. Avec le déménagement vient l'épicerie, le compte d'électricité, le loyer, la journée des poubelles, celle du recyclage et j'en passe! Toutes les dates qui se tassent et s'entremêlent dans notre petite tête, tout en se bourrant le crâne des exceptions du participe passé et de théorèmes imprononçables nous forcent à jongler et à devoir choisir. Ce choix qui est entre nos mains, c'est la responsabilité. La responsabilité de faire ce qui est mieux pour soi, pour l'autre et pour le reste de la société. Ce choix, il m'appartient et il t'appartient. C'est à nous de façonner ce que nous voulons devenir comme personne et comme société, tout en prenant en main les tâches qui nous tiennent à cœur et en en laissant pour les autres.

Prendre ses responsabilités, c'est assumer ses choix qu'ils soient bons ou mauvais sans devenir une victime de son passé. C'est voir de l'avant et toujours se pousser à faire plus sans en faire trop. Ne fuyez pas les décisions qui changeront votre futur, prenez votre vie en main, nous sommes les maîtres de demain...



FÉDÉRATION
ÉTUDIANTE DE
L'UNIVERSITÉ
DE SHERBROOKE

Bourses d'implication étudiante de la FEUS



À chaque session, ta
Fédération étudiante
soutient l'engagement

de ses membres dans une association, un regroupement,
un organisme ou un projet en offrant quatre bourses de
500 \$ chacune. Visitez le feus.qc.ca pour vérifier si vous
êtes admissible aux critères de sélection et pour
connaître les documents à fournir. La date limite pour
déposer votre candidature est le dimanche 18 octobre
2015 à 23 h 59.



Une autre surprise! →→→→→→→→

La FEUS aime vous gâter! De nouveaux post-its et des lunettes à
l'effigie de la FEUS sont disponibles pour vous. Profitez-en pour
prendre votre tasse à café gratuite si ce n'est pas déjà fait.

Disponible au local de la FEUS E1-111

Spectacle-bénéfice de la Fondation FORCE : *Les 5 prochains*- La tournée

Le spectacle aura lieu à la salle Maurice-O'Bready du Centre culturel le mercredi
28 octobre 2015, à 20 h. Une centaine de billets au parterre sont en vente dès
maintenant jusqu'au 26 octobre au coût très abordable de 10 \$ pour les
étudiants, au local de la FEUS. Les fonds amassés grâce à la vente de ces billets
exclusifs iront en totalité à la Fondation FORCE, qui offre de l'aide aux étudiantes
et étudiants éprouvant des difficultés financières.



Vente de billets :

Local de la FEUS (E1-111) du Pavillon de la vie étudiante

Ouvert de 9 h à 17 h, du lundi au vendredi.

Argent comptant seulement.

*Faites vite! Il ne reste qu'une vingtaine de billets!



Éditorial

SOCIÉTÉ

Le paradoxe de la responsabilité



CATHERINE FOISY

En vertu de l'article 1457 du Code civil du Québec, chaque citoyen a l'obligation de ne pas nuire à autrui. Si la philosophie de vie d'un être ne s'inscrit pas sous cette idée, cette personne pourrait être tenue pour responsable de dommages matériels, corporels et moraux. Et nous ce qu'on en fait? On en fait une grosse sauce à spag pour nourrir tout Québécois de haine.

«Mike Ward, c'est de ta faute si le petit Jeremy a été intimidé, nul besoin de tenter de nous en dissuader, tu n'en es pas moins coupable. Tes blagues forment une corrélation exacte avec le résultat.

À mon coloc, c'est de ta faute si l'appartement a les murs tapissés de mouches, ce n'est certainement pas parce qu'au Québec il fait humide, c'est de ta faute parce que tu as laissé trainer ton bol de sauce à spag dans l'évier trop longtemps.

Les ostis de gratteux de guitare, c'est de votre faute si la matricule 728 a agit comme ça, elle ne voulait que servir le Québec, rétablir la loi et l'ordre. De ton côté Guy A, et à celui des producteurs de TLMEP, vous êtes tous des sans-coeurs, c'est de votre faute si Stéphanie Trudeau a été victime d'intimidation en plein plateau de tournage.

À toi le petit vieux qui traversait le boulevard de l'Université si lentement que deux lumières ont passé avant que je ne puisse avancer, c'est de ta faute si je suis arrivée une demi-heure en retard à job. Ta manière de mettre un pied devant l'autre par minute me saoule.

La santé mentale, c'est de ta faute si on a beaucoup de criminels au Québec, maudite affaire. Pourquoi t'es plus présente dans la vie des Québécois que chez l'ensemble de la population canadienne? On a une société chaotique par ta faute, on va même jusqu'à tuer des enfants.

Pour mon examen d'histoire, c'est de la faute de mon prof si j'ai une mauvaise note, il n'enseigne pas bien, j'avais tellement étudié en plus.»

À nous entendre parler, tous sont responsables de dommages matériels, corporels et moraux. Il est si facile de se déresponsabiliser et de faire porter le chapeau à un autre, mais ce qui est pire, c'est qu'on y croit, on y croit fermement. Notre société est celle d'une course à savoir à qui appartient la faute. La faute, mais quelle faute? Faut-il toujours désigner un coupable? J'aimerais qu'on y réfléchisse et qu'on tente une nouvelle approche: celle de parler pour notre cause, et non contre la cause adverse.

Par exemple, si on reprenait cette idée de «c'est de la faute du prof si j'ai une mauvaise note»? Rien ne nous empêche d'aller cogner à la porte de ce dit enseignant et de lui demander de plus amples explications. Une fois cette étape franchie, là on pourra mettre en branle différents moyens de réussir son examen et l'innocenter de notre mauvais résultat, s'il a lieu. À vous de visualiser cette fonction de voir les choses à une plus grande échelle.

Devenons responsables pour ceux qui n'osent l'être.

Toute information n'est pas accessible à tous; les médias sont le pont entre les événements, quels qu'ils soient, et le récepteur d'information, nous. Les médias détiennent énormément de pouvoir et peuvent choisir l'information qu'ils souhaitent acheminer. Mais le lecteur, quant à lui, en détient tout autant.

LE SENSATIONNALISME TRADITIONNEL

Il ne prend que quelques minutes pour sélectionner quelques phrases d'un discours qui s'échelonne sur plusieurs heures afin de le partager dans la blogosphère ou dans les journaux avec un titre des plus sensationnalistes. Le récepteur ne sait pas forcément faire la différence entre ce que l'annonceur véhicule comme information versus ce qu'il reçoit, et avec tout ce qui circule sur le net, c'est encore plus difficile d'y arriver. L'auteur qui se cache derrière cette information n'est pas forcément de mauvaise foi, parfois il s'agit tout simplement d'un manque d'informations sur son sujet, ou encore, d'un manque d'objectivité de la part de ses intervenants. L'information n'est pas nécessairement fautive, elle peut n'être qu'incomplète, et souvent, il en est ainsi par choix.

Un classique québécois est très certainement le Journal de Montréal, ou son penchant de Québec, le Journal de Québec. Le sensationnalisme pur et dur, des titres qui souhaitent choquer, des articles qui vont jouer avec les sentiments, des articles qui s'apparentent davantage à une communication affective (les sentiments) que cognitive (la tête) ou encore conative (l'achat d'un produit). En période de campagne électorale, par exemple, le JDM sera le premier à publier des sondages menés par la firme de recherche Léger Marketing. Mais quel est le motif de publication de telles statistiques?

LES RÉSEAUX SOCIAUX

Pensons à tous ces grands titres qui défilent sur les réseaux sociaux; ils ne sont pas tous faux, mais à y croire, tout se peut. Pensez à vérifier la provenance des articles, il est trop facile de se perdre dans cette marée d'informations et d'en devenir victime.

On peut encore une fois tenir responsable les médias de l'information qu'on emmagasine. Mais on peut aussi décider de faire des recherches de terrain sur les informations qui nous semblent nébuleuses. Le but d'un média est de faire véhiculer l'information à la communauté, mais plusieurs types de journalisme y font abstraction.

LES JOURNAUX SATIRIQUES

Une des tendances médiatiques de l'heure est le journalisme ironique, loufoque, satirique. Cette tendance consiste à manier l'ironie et l'humour, et dans certains cas, l'humour noir. Cette presse est là pour nourrir les sujets tabous, les sujets dont la presse traditionnelle n'ose parler, ou n'ose aborder d'un certain angle.

On se rappellera de la bombe qui est tombée sur l'hebdomadaire satirique français Charlie Hebdo il y a un peu moins d'un an. Des actes terroristes avaient alors enlevé la vie à 12 personnes. À leur défense, on peut même voir «journal irresponsable» sous le logo du journal. Charlie Hebdo consiste en une grosse blague de plusieurs pages où l'idée d'informer le lectorat de la vérité n'est pas. Il s'agit plutôt de l'amuser et de le faire réagir.

Somme toute, les journalistes, blogueurs et véhiculeurs d'informations de ce monde ont une certaine responsabilité sociale quant à l'information qu'ils traitent, et de l'angle choisi pour le faire, mais ne sont pas nécessairement responsables de ce que la classe populaire peut croire comme information. Il faut savoir faire la part des choses; s'empêcher de lire serait aussi néfaste que de lire tout ce qu'on peut trouver dans ce monde où l'information coule à flot.

SECTION SOCIÉTÉ

REDONNER À LA COMMUNAUTÉ DE SHERBROOKE : UN DEVOIR DE CITOYEN

Parmi les quelques entreprises d'économies sociales implantées à Sherbrooke, l'organisation à but non lucratif Estrie Aide se démarque autant par sa diversité de produits que par son implication au niveau économique, environnemental et social. L'entreprise s'efforce de récupérer des objets dont certaines personnes comptent se départir pour ensuite les revendre à très petits prix, encourageant ainsi le développement de l'économie locale.

Kate Gaudreault

Estrie Aide fait sa part pour contrer la pauvreté et l'exclusion sociale en employant une trentaine de personnes, dont plus de la moitié sont analphabètes, ainsi qu'en offrant un milieu de formation et de réinsertion sociale à différentes personnes. L'entreprise sherbrookoise a d'autant plus une vision environnementale puisqu'elle donne une seconde vie à une innombrable quantité d'objets et d'articles qui était préalablement destinés aux sites d'enfouissement ou aux éco centres. Estrie Aide encourage la population de l'Estrie à réduire son empreinte écologique en valorisant le réemploi et la consommation responsable.

Les défis sont nombreux pour cet OBNL qui tente de déjouer la tendance généralisée de la surconsommation qui, de nos jours, régule nos vies. Il est extrêmement difficile pour Estrie Aide de briser la chaîne de la consommation, qui est ancrée solidement dans les habitudes de millions d'humains, en y intégrant la notion de récupération. L'entreprise a comme objectif de se créer une notoriété au sein de la région de l'Estrie afin que leurs boîtes de dons soient facilement reconnaissables et identifiables et que de cette façon, le nombre de dons, autant matériels que monétaires, afflue davantage. Du coup, elle espère faire du réemploi un devoir pour les citoyens de Sherbrooke par la conscientisation de la population aux importants bienfaits de celui-ci. Estrie Aide trace le chemin en ayant récolté 600 tonnes d'objets, dont 20 tonnes d'appareils électroniques pour l'année 2014. Son équipe s'est également déplacée quelque 1,514 fois pour effectuer des collectes à domicile et environ 779 fois pour livrer des achats chez des clients. C'est aussi grâce à son Programme de dons contre la précarité qu'elle a réussi à venir en aide à 261 personnes pour un total de 62,000\$ pour cette même année.

Bien que la clientèle actuelle soit majoritairement composée de gens bénéficiant de l'aide sociale ou ayant un revenu très limité, Estrie Aide tente d'élargir sa clientèle cible en développant de nouvelles façons de rejoindre les étudiants de la région de l'Estrie. Cette mission a d'ailleurs été confiée aux étudiants inscrits au cours de Marketing (MAR 221) cette session-ci dans le cadre de leur projet de session. Je vous invite donc personnellement à aller jeter un œil aux centaines de petites merveilles qui dorment sur les étagères de l'entreprise dans le but de vous y procurer tout ce dont vous avez besoin. Qui sait, peut-être économiserez-vous suffisamment pour vous payer quelques bières supplémentaires au prochain 4 à 7?



LE DÉFI ZÉRO DÉCHET, QU'EST-CE QUE C'EST?

Jessica Samario

Nous vivons dans un monde de surconsommation excessive depuis plusieurs décennies. Ce mode de vie fait partie de nos choix du quotidien, les plus petits soient-ils. Nous consommons plus que l'essentiel et un grand pourcentage de nos achats est gaspillé. Étant donné que l'environnement n'est pas un sujet populaire dans les médias, la plupart des gens en sont totalement inconscients!

Beaucoup ne prennent pas au sérieux les changements climatiques à cause de tous les films de science-fiction qui sont présentés au cinéma sur le sujet, ainsi que les fausses prophéties qui passent aux nouvelles. La vraie information ne circule pas assez pour convaincre les gens qu'il est temps d'agir et de changer certaines habitudes de vie.

La réduction de déchets est importante, car tout ce qui se retrouve au dépotoir prend un temps excessivement long à se décomposer, à cause de tous les éléments chimiques mélangés ensemble. Une pomme qui est coincée sous un sac de plastique restera intacte très longtemps. À l'inverse, si elle est compostée avec d'autres déchets naturels, elle se décomposera rapidement. De plus, le mélange de déchets chimiques crée du dioxyde de carbone dans l'air lorsqu'il est en contact avec la chaleur et cela pollue notre planète, en plus d'être nocif pour la santé.

Il est possible de réduire notre empreinte écologique en devenant éco-responsable. Voilà pourquoi j'ai commencé à m'intéresser au défi «zéro déchet» de Béa Johnson. C'est beaucoup plus simple qu'on peut le croire, même en ayant un horaire d'étudiant à temps plein à l'Université!

Tout d'abord, l'esprit du zéro déchet consiste à avoir un mode de vie sain basé sur trois priorités: l'environnement, la santé et les économies. Il y a cinq règles de base à suivre pour débiter: Refuser, Réduire, Réutiliser, Recycler et Composter. L'ordre est important.

REFUSER :

- Les articles promotionnels tels que les primes et les publicités;

Plusieurs diront : «Mais, c'est gratuit!». Oui c'est gratuit, mais souvent ce sont des articles de mauvaise qualité ou tout simplement des articles que nous avons déjà à la maison donc, que nous n'avons pas besoin. Les prendre ne fait souvent que nous encombrer. Priorisez les articles de bonne qualité, car ceux-ci sont durables.

by: Banan Shakarnah Designs

- Les produits à usage unique comme la vaisselle jetable, les sacs ziploc, les essuie-tout, les pailles, etc.
- Les produits suremballés et les produits emballés individuellement;

Ils représentent un abus de ressources polluantes comme le plastique.

RÉDUIRE :

- La quantité de ce qu'on consomme;

Nous devons nous questionner sur le besoin réel de l'item avant de l'acheter. C'est acceptable de se faire plaisir et de se payer du luxe de temps à autre, mais nous devons être certains de l'utiliser et que l'article ne restera pas dans le fond d'un tiroir.

- Les objets qui sont rarement utilisés;

Empruntez au lieu d'acheter des articles occasionnels tels que des outils, des livres, des articles de cuisine, etc.

RÉUTILISER

- Les contenants de la cuisine;
- Les articles de bureau comme le papier;
- Les objets brisés en les faisant réparer ou le faire soi-même;
- Donnez les choses dont vous n'avez plus besoin au lieu de les jeter;

RECYCLER

- Toutes les matières recyclables comme le carton, le papier, le verre, les cannes et les plastiques.

*Faire attention au code à 7 chiffres et ne pas recycler les articles qui contiennent le numéro 6.

COMPOSTER

- Les restes de table, les pelures, les coquilles d'œuf, etc.
- Les cartons souillés qui peuvent être compostés (pinte de lait, carton de pizza, etc.)
- Les cheveux et les ongles coupés

À suivre dans les prochaines éditions!

Crédits: BananShakarnahDesigns

Spécialité thés et tisanes
Plus de 300 variétés du monde
Salon de thé et boutique cadeaux

Heures d'ouverture :

Lun-merc - 10h à 17h30
Jeu-ven - 10h à 18h
Sam - 9h à 17h
Dim - 12h à 16h (Nov et Déc seulement)

(819) 791-9323

lesnationsduthé.com

f Les Nations du Thé



840, King Ouest
Sherbrooke, J1H 1S1

Thé/Tisane

2 pour 1

sur thé ou tisane
Valeur égale ou moindre



Sur présentation de ce coupon, ne peut être jumelé à aucune autre offre. Exp. 31 octobre 2015.

Rabais

10%

Sur tout achat d'au moins
25\$ avant taxes.



Sur présentation de ce coupon, ne peut être jumelé à aucune autre offre. Exp. 31 octobre 2015.

MARQUES ET VALEURS INDIVIDUELLES

L'omniprésence des marques dans nos vies est un fait indiscutable. Elles font parties de notre quotidien et leur affichage est rendu banal à nos yeux. Mais croyez-vous que les marques et leur pouvoir d'attraction renforcent notre côté individualiste? Permettent-elles de montrer au monde qui vous êtes lorsque vous choisissez des marques dont la personnalité ressemble à la vôtre?

Ariane Gauthier

J'ai tendance à lever les yeux de mon téléphone lorsque je suis dans le bus pour me rendre à l'université et je me mets à observer les autres autour de moi. Sans surprise, je constate que la plupart sont comme moi, absorbés par ce qui se passe sur leur cellulaire. La grande majorité des étudiants possède un téléphone mobile et ce phénomène me fascine. C'est le fait qu'on doit prendre parti, qu'on doit se positionner et adopter une marque de téléphone. Adopter un mode de vie et même faire rivalité, quoique légère, aux utilisateurs des autres marques. En effet, si vous n'êtes pas dans le camp Apple, vous êtes sans doute dans celui Samsung et vous vantez combien votre appareil est meilleur que celui de la concurrence. J'exagère? Peut-être, mais c'est ce que les marques souhaitent; vous persuader qu'elle sont les meilleures dans leur domaine. Et si vous devenez un ambassadeur de leur marque, faisant du bouche-à-oreille positif, tant mieux pour elles.

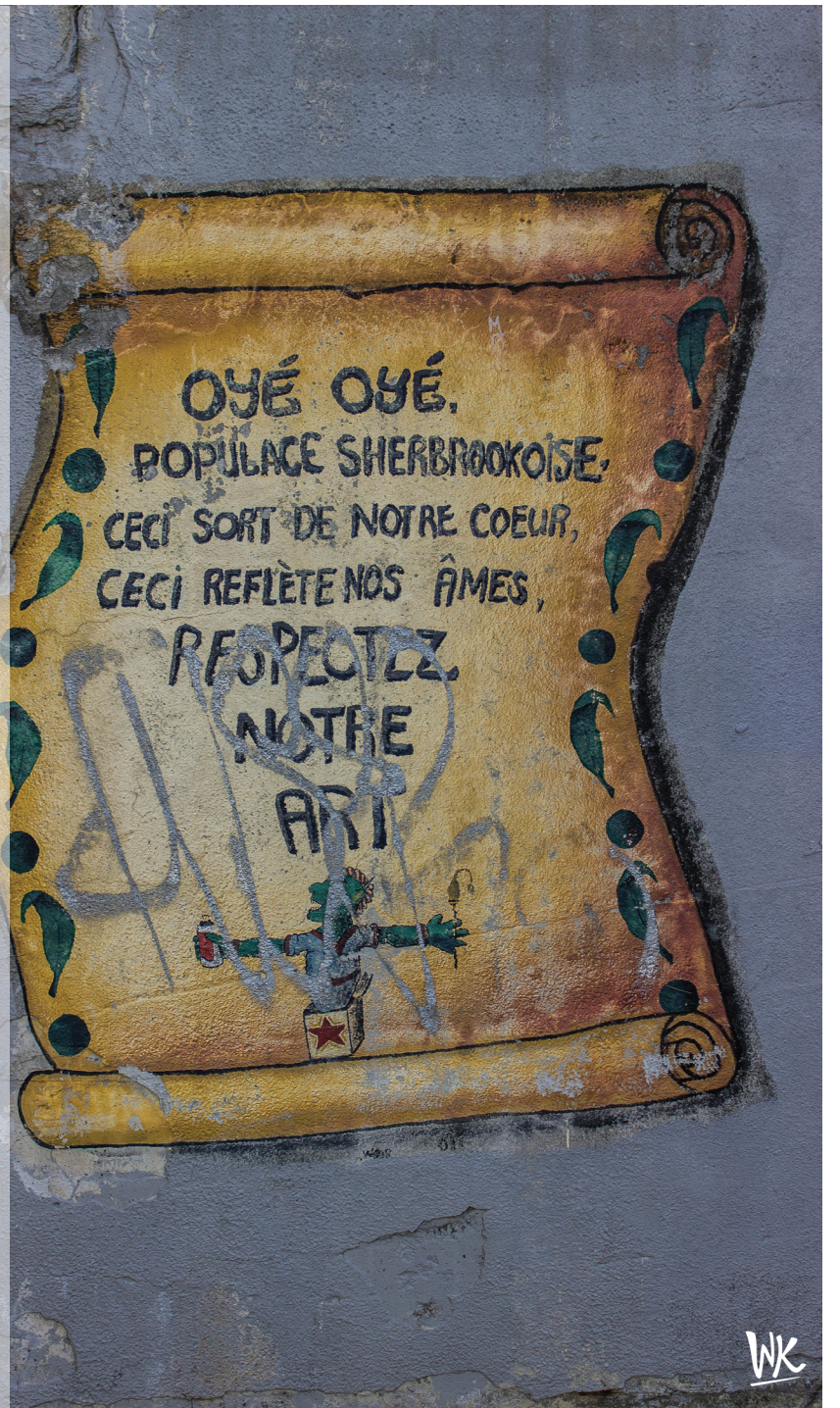
SE RENFORCER AU TRAVERS DES MARQUES

Partout où vous allez, vous êtes sollicités par des entreprises qui veulent que vous assouvissiez vos besoins chez elles. Est-ce une mauvaise chose? Peut-être pas, parce que la publicité, notamment, permet aux consommateurs d'avoir de l'information sur les différents produits offerts sur le marché. Elle donne aussi aux consommateurs des

ressources quant à la satisfaction de leurs besoins. Cependant, certains phénomènes sociaux peuvent se produire au sein de la communauté en lien avec les marques. Certaines deviennent très réputées. En fait, la marque d'un produit peut devenir très importante et hautement estimée. Porter un vêtement d'une telle compagnie, avoir des accessoires électroniques d'une autre peut aller jusqu'à constituer une pression sociale. Les logos forment une appartenance pour différents groupes de personnes. Ce n'est pas uniquement en achetant un produit d'une marque de luxe que l'on va se différencier, mais en se sentant renforcé dans l'image positive que l'on a de soi via un territoire que la marque décrit, dans lequel on se reconnaît. L'élitisme et le luxe permettent de renforcer son ego, se sentir supérieur aux autres en atteignant un idéal du soi.

VALORISER L'INDIVIDU

Les marques savent que le consommateur ressent du plaisir à acheter. Certains se définissent par leurs achats, consciemment ou non. S'acheter une paire de chaussures abordant le «swoosh» apporte la satisfaction d'un besoin physiologique, soit le fait de se chausser, mais aussi la satisfaction d'un besoin plus social. On peut sentir que le regard des autres sur notre personne sera positif parce qu'on aborde différents logos qui sont considérés au sein de notre société; ça amène un peu de confiance. C'est comme si une marque nous apporte un peu de bonheur en forgeant une certaine identité. En adhérant aux idéaux qu'une marque envoie, on peut se valoriser et se distinguer des autres en étant libre d'être qui nous sommes. Une quête du soi s'amorce lorsqu'on devient un consommateur de marques. L'engouement pour la santé et l'obsession pour le bien-être sont des occasions rêvées pour les marques afin de faire du profit. En allant renforcer leur image pour se coller à ces modes de vie, les marques mettent de l'avant le fait de penser à soi et tentent de valoriser l'individu.



ÊTRE OU NE PAS ÊTRE RESPONSABLE

On dit qu'en tant que jeunes adultes étudiant à l'université, nous nous devons d'être responsables. Mais qu'est-ce que ça veut vraiment dire? Est-ce signer son nom sur un bail d'une année? Est-ce posséder une dizaine d'assiettes aux motifs vieillots, une laveuse sans distributeur d'assouplisseur incorporé et un four un peu bancal qui a connu la crise du verglas de 1998? Ou est-ce mener sa vie selon ses propres règles, indépendamment et avec la frivolité de l'automne? On vieillit vite, qu'on le veuille ou pas!

Guillaume Marcotte

C'est fou, non? Il y a de cela peu de temps, la maison de nos parents était notre seule et unique résidence. Aujourd'hui, elle n'est qu'un lieu de passage, une échappatoire l'espace de la semaine de mise à jour. Et pourtant, n'est-ce pas ce qui était le plus excitant jadis? De voler de nos propres

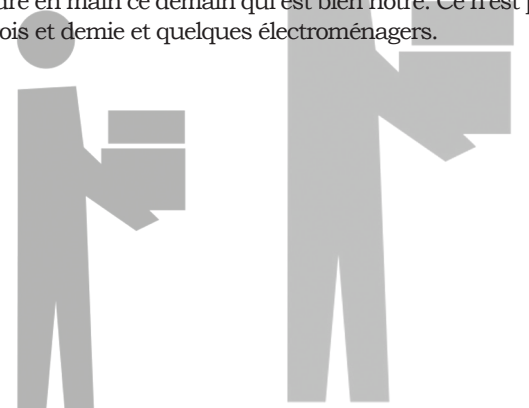
ailes parce que *the sky is the limit*. De partir le cœur dansant la gigue du stress pour d'autres horizons. De tourner cette page lourde d'apprentissages et de souvenirs qu'est celle de l'adolescence. N'est-ce pas en quittant le nid familial que l'on devient responsable?

Selon le *Larousse*, la responsabilité est «de se porter garant de ses actions ou de celles des autres». Par conséquent, on devient un adulte responsable à la minute où notre sort relève de nos propres actions. C'est lorsque l'on doit travailler pour le *Kraft Dinner* fumant que l'on mange à l'aide d'une cuillère en plastique à cause d'un manque de vaisselle propre que l'on est responsable: maman ou papa ne sera pas là au détour pour venir ramasser le linge sale, pour frotter le rebord de la toilette ou pour ranger les mille et une bottes inondant l'entrée. C'est la liberté totale, mais c'est aussi le cheminement du solitaire. C'est ne pas trop savoir ce qu'on fait, mais le faire quand même. C'est essayer de jongler avec ses responsabilités, mais tenter de ne pas passer pour un clown.

Il s'agit aussi de porter ses convictions comme si elles étaient de nouveaux vêtements; avec assurance, mais avec souci de ne point les salir. Il s'agit de s'impliquer dans une

société que l'on désire rendre meilleure. Il s'agit de faire entendre sa voix, de se responsabiliser en tant que citoyen et non pas de se dire qu'un hurlement de plus parmi la cacophonie n'augmentera que le bruit.

Peut-être est-ce commun de nos jours de posséder un baccalauréat, mais il faut se rappeler que ce n'est pas la majorité qui se rend jusqu'à cette étape. Ainsi, je crois que le but de l'article est de rappeler à la communauté universitaire que le privilège de l'éducation supérieure est aussi une responsabilité. Que tu sois de la Faculté de génie, de la Faculté des lettres et sciences humaines ou du Campus de la santé, nous sommes le futur et c'est là que réside notre vraie responsabilité: d'apprendre des erreurs de nos grands-parents et parents pour améliorer notre Québec, un projet à la fois. C'est ça être responsable: prendre en main ce demain qui est bien nôtre. Ce n'est pas un trois et demie et quelques électroménagers.



SECTION SOCIÉTÉ



DÉBAT: GRÈVE ÉTUDIANTE

À LA DÉFENSE DES INSTITUTIONS QUÉBÉCOISES

Julien Vézina

Depuis plusieurs années, le gouvernement tente de mettre le plus possible de cours d'histoire dans les multiples programmes du système d'éducation québécois. Quand on arrive à l'université par le cégep, l'histoire du Québec semble tellement encastrée dans nos crânes que d'avoir davantage de cours sur le domaine nous donne la nausée. Pourtant, ces programmes ont comme faille de ne pas assez faire comprendre l'importance des époques étudiées aux jeunes élèves, notamment la Révolution Tranquille.

Certaines personnes ont tendance à prendre la période la plus importante du Québec contemporain comme acquise, pas comme une période qui a façonné nos belles institutions publiques. Il faut donc comprendre comment ces institutions sont cruciales pour n'importe quelle société. Il faut d'autant plus savoir que lorsqu'elles sont en péril, c'est notre devoir de tout faire pour les défendre.

Avec les mesures d'austérité annoncées par le gouvernement Couillard en 2014, nous sommes présentement dans une de ces périodes où nous devons défendre ces institutions. L'austérité est un modèle de redressement économique néfaste pour une société. Même après l'échec des politiques d'austérité en Grèce, après l'affirmation du FMI catégorisant l'austérité d'« inefficace », le gouvernement Couillard continue de couper pour atteindre le fameux déficit 0. Dans le deuxième budget du gouvernement Libéral du Québec, publié en mars 2015, on y annonce des compressions évaluées à plus de 5.5 milliards de dollars. Il est donc juste de dire que l'ensemble des services sociaux vont souffrir en 2015-2016: 3 millions de coupure pour le Secrétariat à la condition féminine, 0.2% d'augmentation des salaires des professeurs, les dépenses en santé coupées à 1.4 % (comparativement à 3.3% et 4.2% durant les deux dernières années), augmentation des prix des CPE, hausse des frais de scolarité pour les étudiant(e)s internationaux, et j'en passe. Bien entendu, le gouvernement Couillard annonce une baisse de 11.9% à 11.5% des taxes aux entreprises, en plus de minces investissements (0,12% du revenu) donnés majoritairement en subventions aux entreprises. Même si les spécialistes économiques, dont certains détiennent un Prix Nobel d'économie, traitent l'austérité comme une infection

économique et propose le keynésianisme comme cure (un modèle basé sur l'investissement à long terme), le gouvernement rit dans sa barbe.

Et toi mon cher lecteur, que dois-tu faire quand tu assistes à la destruction à petit feu de nos belles institutions? Manifester. Le droit de manifester a été créé pour éviter le genre de dérapage politique auquel les Québécois assistent depuis trop longtemps. Et, le droit de grève fait partie du droit de manifester. Quand on exerce notre droit de manifester en portant des chandails dans les écoles, en portant des pantalons d'armée, une casquette rouge et même des chapeaux de cowboys, en créant des chaînes humaines autour des écoles primaires et secondaires et que le gouvernement refuse de flancher, il nous reste toujours la grève. Encore en observant la situation avec une approche historique, les étudiants et travailleurs du Québec ont toujours réussi à changer les choses avec les grèves : création de l'Université du Québec en 1968, abolition du TAEU en 1974 (test d'aptitude aux études universitaires), amélioration du programme de prêts et bourses en 1988, gel des frais de scolarité et le maintien des plafonds des frais afférents au cégep en 1990, le retour de 103 millions de bourses précédemment abolies et la transformation de 70 millions de dollars de prêts en bourses en 2005, puis l'annulation de la hausse des frais de scolarité et la débarque du gouvernement Charest en 2012. Donc non, ce n'est pas vrai que les grèves étudiantes ne changent rien. Étudiant, va manifester pour nos belles institutions et pour les milliers de travailleurs (dont tu feras peut-être partie plus tard) qui écopent de l'austérité, et sauve le Québec.

DROIT DE GRÈVE ÉTUDIANT ET DROIT À L'ÉDUCATION SONT-ILS CONCILIABLES?

Jeremy Proulx

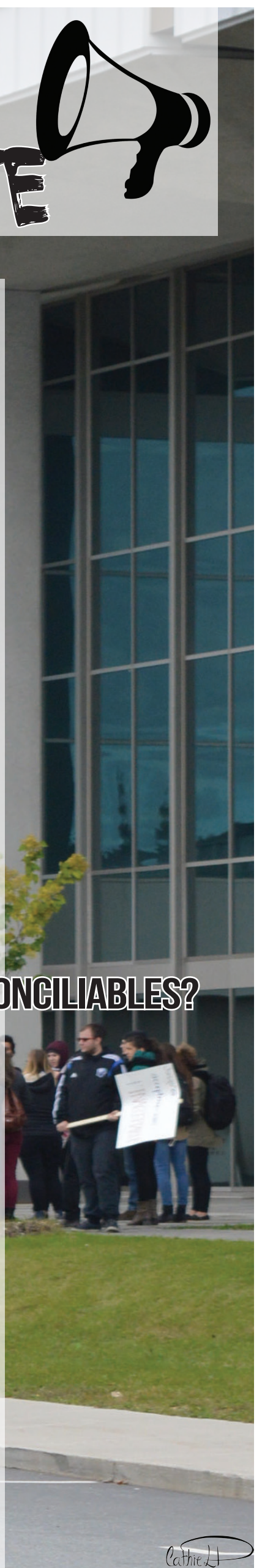
Qu'on le qualifie de droit de grève ou de boycottage des cours, un fait demeure: cet acte dispose d'une légalité et d'une légitimité encore floues. Nous n'aurions d'ailleurs pas ce débat si les tribunaux ou les parlements avaient déjà légalisé ou interdit l'acte de perturber les salles de classe. Il faut donc s'intéresser à un droit autre qui lui, est pleinement reconnu: le droit à l'éducation.

Celui-ci bénéficie d'une pleine reconnaissance comme droit fondamental (voir le PIDESC notamment). Le cœur du débat est donc de savoir si l'on peut faire obstacle à ce droit. Les associations étudiantes répondront sûrement que les assemblées qu'elles tiennent sont souveraines et que, par le fait même, elles peuvent faire ce qu'elles veulent.

Toutefois, c'est précisément le propre d'un droit fondamental, celui de ne pouvoir être entravé sauf dans les cas où la loi le permet expressément. D'être si important que même une décision de la majorité ne peut leur porter ombrage. C'est parce que ces droits représentent les fondements mêmes de notre société qu'ils bénéficient d'une telle protection. Aussi souveraines que soient les assemblées, rien ne leur permet de forcer les gens à renoncer à leur droit ou encore de les empêcher de l'exercer. La majorité ne suffit pas pour retirer un droit, il faut pour ce faire obtenir une forme de consentement. Sans consentement de la part des membres à renoncer à leur droit à l'éducation, on attaque directement leur droit, ce qui impose réparation. Comment répare-t-on une atteinte au droit de s'instruire? Comment quantifier les réparations pour les heures de classe perdues? Les associations devraient donc agir avec prudence lorsqu'elles privent des étudiants de leur cours. Si au final rien ne leur permet de le faire, comment va-t-on réparer les dommages? Leur énergie devrait donc être consacrée à

convaincre les étudiants de ne pas aller à leur cours de plein gré plutôt qu'à des moyens de les en empêcher. S'ils obtiennent le consentement de chacun à renoncer à leur droit, aucune réparation ne sera nécessaire.

Par ailleurs, est-ce le rôle d'une association étudiante que de poser de tels gestes? Son rôle est de représenter l'ensemble de ses membres, et c'est le seul mandat qui lui est donné. Le droit de grève, surtout s'il n'est pas utilisé dans le cadre de revendication en lien avec les droits des étudiants, s'éloigne de ce mandat initial. Qui plus est, ce mandat de représentation s'applique dans le cadre bien précis du milieu scolaire. La représentation externe au milieu scolaire est déjà assurée par plusieurs fonctions de représentant, que ce soit un député ou un conseiller municipal, par exemple. Alors, faire déborder cette représentation hors du cadre scolaire est malvenu. C'est d'ailleurs pour cette raison que les associations étudiantes devraient être le plus neutre possible pour tout ce qui est externe à leur milieu. Une telle neutralité permet une meilleure inclusion de tous les membres, et ce, loin de la confrontation. Si les assemblées générales peuvent être d'extraordinaires véhicules de débats, ce n'est pas leur rôle de forcer la contestation citoyenne. Les associations devraient plutôt s'en tenir à informer leurs membres de manière objective. Le tout en laissant à chacun d'eux le choix des actions qu'ils veulent poser. Voici ce qui me semble être le meilleur compromis.



Cathie L.

GÉRER SON BIEN-ÊTRE POUR ÉVITER LE *blues* DE L'AUTOMNE

Éditorial CAMPUS



**STÉPHANIE
BÉNARD**

Lors de mes premiers cours de l'automne en début de session, j'ai été particulièrement surprise de constater un discours parfois alarmiste venant de mes enseignants au sujet de l'importance du bien-être des étudiants.

Après plusieurs années à l'université, c'était la première fois que des professeurs et chargés de cours prenaient le temps de nous indiquer de ne pas oublier de manger ou de dormir. Quelles sont les raisons qui pouvaient les pousser à tenir un tel propos auprès de la communauté étudiante?

L'université est un environnement très stimulant, mais également très exigeant. La charge de travail souvent très élevée et la pression de la réussite et de la performance ont un impact direct sur notre vie. Force est de constater que ce ne sont pas tous les étudiants qui ont la capacité innée de contrôler leur stress ou leur anxiété, et le milieu scolaire dans lequel nous évoluons peut parfois être sans pitié pour certains d'entre nous.

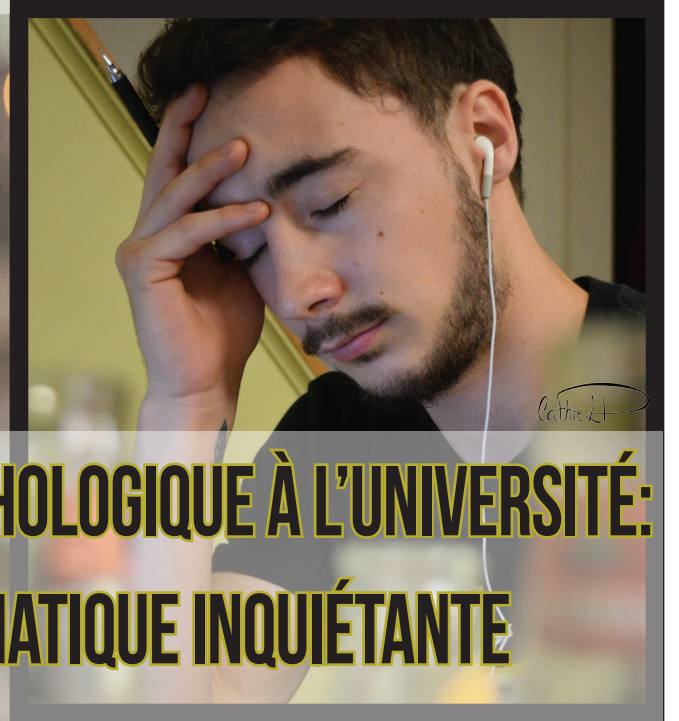
Le bien-être est un concept plutôt complexe, puisqu'il dépend notamment de différents facteurs comme la santé, la réussite, le plaisir, les relations interpersonnelles et même la réalisation de soi. Le bien-être n'est pas seulement physique, puisqu'il y a une grande part qui est associée à la santé psychologique. Le stress peut parfois prendre le dessus et il devient primordial de reprendre ses esprits pour ne pas s'effondrer.

Un des principaux défis de l'arrivée à l'université est de jongler avec toutes les nouvelles responsabilités qui nous tombent dessus. Devoir s'occuper d'un appartement, de la vaisselle, du ménage, de la cuisine, de l'épicerie, des travaux, d'un nouveau réseau social et, par-dessus tout, de soi-même sont des éléments que nous ne pouvons pas négliger.

Avec l'arrivée à grands pas de la fin de session, il est plus crucial que jamais d'être en mesure d'organiser son temps et son espace de vie. Le manque de temps, de sommeil, d'activités physiques et de vie sociale aura tôt fait de nous rattraper le temps venu. Ce n'est pas toujours évident de bien gérer son horaire lors des périodes d'études plus intenses, mais ça demeure toutefois essentiel.

J'étais surprise au début de me faire dire de prendre soin de moi pour ne pas craquer, mais il suffit de voir nos mines grises à la fin de la session pour comprendre l'importance de bien prendre soin de nous. Il existe de nombreuses ressources disponibles pour les étudiants, comme le service de psychologie et d'orientation. Ces aides sont précieuses et il ne faut surtout pas hésiter à les consulter.

Crédits: Eli DeFaria



LA DÉTRESSE PSYCHOLOGIQUE À L'UNIVERSITÉ: UNE PROBLÉMATIQUE INQUIÉTANTE

Depuis plusieurs années, les troubles anxieux et la détresse psychologique sont en constante augmentation dans les universités du Québec. Avec l'arrivée de l'hiver, les étudiants sont plus propices à vivre de l'épuisement et, pour certains, des troubles de santé mentale.

La détresse psychologique est une problématique de plus en plus présente à l'Université de Sherbrooke et, bien souvent, peu connue de la communauté étudiante. Les 2e et 3e cycles sont particulièrement affectés par cet enjeu grandissant. Plusieurs causes peuvent mener à cet état de détresse. Notamment, le stress intense et la fatigue peuvent être des déclencheurs importants. La plupart des étudiants passent à travers quelques mois plus exigeants et finissent par s'en sortir mais, pour certains, la conséquence de cette détresse psychologique peut aller jusqu'à la dépression clinique et l'anxiété.

Bien qu'il s'agisse d'un problème répandu à l'ensemble de la communauté universitaire, les étudiants des cycles supérieurs sont proportionnellement plus touchés. La charge de travail très importante, la pression des pairs et du corps professoral, le manque de motivation et les situations personnelles difficiles peuvent mener à des conséquences importantes sur la santé mentale des étudiants.

Pour mieux comprendre la situation, nous nous sommes entretenus avec Steve St-Pierre à la Présidence du Regroupement des étudiantes et des étudiants de maîtrise, de diplôme et de doctorat de l'Université de Sherbrooke (REMDUS). En date d'aujourd'hui, aucune donnée claire n'est disponible sur le nombre d'étudiantes et d'étudiants souffrant de troubles psychologiques, ce qui n'empêche pas cette problématique d'être présente sur le campus. Le REMDUS en a conscience et souhaite mieux comprendre les problématiques des étudiants des cycles supérieurs, entre autres au sujet des conflits entre les directeurs de mémoire et de thèse et les étudiants. Le rôle du REMDUS est d'abord et avant tout d'offrir un support aux étudiants qui en ressentent le besoin et de les appuyer dans leur démarche. Les représentants du regroupement sont présents pour offrir le soutien et l'accompagnement nécessaires et pour diriger les étudiants vers les bonnes ressources.

Avec les importantes coupures budgétaires imposées par le gouvernement, l'Université de Sherbrooke s'est vue dans l'obligation de réduire certaines ressources pourtant essentielles aux étudiants. Depuis quelques sessions, le montant à l'accès à l'aide psychologique a augmenté considérablement. Ce service autrefois gratuit est maintenant de 30 \$ pour une consultation. Bien que ce montant soit remboursable par les assurances de la FEUS et du REMDUS, le service devient moins accessible puisqu'il y a une restriction à l'entrée et possiblement une barrière psychologique à ceux qui envisagent de consulter de l'aide. Il s'agit d'une situation inquiétante lorsque nous constatons que les troubles psychologiques sont en augmentation.

Il faut d'ailleurs noter que les causes de ces troubles psychologiques ne sont pas que liées aux études. Plusieurs étudiants vivent des stress importants hors de l'école, que ce soit une situation financière ou familiale difficile, ce qui peut avoir des répercussions directes sur leur parcours universitaire. Jusqu'où peut aller la responsabilité de l'université à venir en aide aux étudiants?

Il existe plusieurs ressources sur le campus, par exemple la Protectrice des droits, qui peut aider la communauté étudiante pour diverses problématiques. Il faut d'ailleurs noter que le nombre d'étudiants qui ont eu recours à ce service a bondi de 50 % au cours de la dernière année. Il existe aussi un service pour les étudiants aux besoins particuliers ainsi qu'un service de psychologie et d'orientation. Il est également possible de consulter les associations facultaires pour de l'aide.

Les universités auraient tout intérêt à se pencher davantage sur la question des troubles psychologiques. Malgré tout, il est crucial pour les étudiants d'en parler pour obtenir l'aide nécessaire avant d'atteindre un point de non-retour.

SECTION CAMPUS

Des temps sombres pour la Coopérative

Décidemment, les temps sont difficiles dans notre communauté universitaire. Après une faculté qui ferme et le resserrement budgétaire, voilà qu'on apprend que la Coopérative connaît une certaine baisse de régime.

Olivier Surprenant

MAIS D'ABORD, QU'EST-CE QU'UNE COOPÉRATIVE ?

Sommairement, une coopérative est une entreprise exploitée sous une personne morale et qui a comme obligation de verser à ses membres les profits ou l'excédentaire à la fin d'un exercice financier, sous forme de ristournes. Les membres ont également un droit de vote au sein des assemblées générales de la Coopérative et une éligibilité au sein du Conseil d'administration. En échange de quoi, ces membres doivent payer une cotisation.

PROBLÈMES FINANCIERS EN TEMPS DE MODERNISATION ET D'AUSTÉRITÉ

Entre 2014 et 2015, les ventes de la Coopérative ont chuté d'environ 1.7 million de dollars. Cette chute est notamment attribuable à la recrudescence des ventes dans le secteur libraire, alors que les services alimentaires ont connu une baisse moindre, de près de 400 000 \$. Stéphanie Lemay, directrice générale de la Coopérative, détaille trois grandes problématiques externes, à la source même de cette décroissance.

La première, c'est le virage technologique dans le marché du savoir, alors que le contenu des ouvrages scolaires est maintenant accessible en version informatisée, sans que nous ayons besoin de transiger avec un tiers. Cette transition touche le cœur même de l'activité économique de la Coopérative, alors que les ventes de livres représentent son plus grand revenu. Ce secteur a toutefois dû essayer des diminutions de ventes d'approximativement 1.5 millions en 5 ans.

La deuxième problématique, c'est l'augmentation des prix dans le marché de l'alimentation touchant davantage le marché de la viande. La Coop et les «Café Caus», qui vendent des produits d'alimentation, doivent ainsi faire face à ces augmentations.

La troisième problématique, c'est le loyer que doit payer la Coopérative pour occuper des locaux à travers l'université. En effet, entre 2014 et 2015, le loyer a connu une augmentation de 3,1 %, passant de 727 504 \$ à 750 036 \$. Ce loyer représente près de 9 % des dépenses encourues par la Coopérative, un niveau de loin supérieur aux autres coopératives similaires dans la région selon Mme Lemay.

Résultat, la Coopérative doit exercer ses activités sur un budget déficitaire de 167 147 \$. Cela a amené notamment la direction à effectuer des gels salariaux de ses employés ainsi qu'à fermer leur secteur marketing.

UNE NOUVELLE DIRECTRICE ET DE NOUVELLES SOLUTIONS.

Stéphanie Lemay, directrice générale de la Coopérative depuis le 8 décembre dernier, croit qu'il est possible de ramener l'entreprise vers de meilleurs moments. Pour ce faire, elle préconise en particulier deux grandes stratégies : le développement de marchés internes et externes.

D'abord, elle croit que la Coopérative doit exporter sa marque. Des signes encourageants de cette stratégie sont déjà perceptibles, depuis le partenariat avec le club de hockey des Phoenix de Sherbrooke pour la nourriture lors des matchs, jusqu'à l'ouverture d'une succursale de «Café Caus» au Collège Mont Notre-Dame.

Dans un deuxième temps, elle souhaite amener les différentes associations et regroupements étudiants à travers le campus à considérer la coopérative comme partenaire commercial pour leurs différents services et fournitures personnalisés, avant de décider d'aller voir des entreprises privées et externes au campus.

« CO » COMME DANS « TOUS ENSEMBLE ».

En somme, bien qu'elle nous semble à tous acquise, la Coopérative est une entreprise comme les autres et n'est pas à l'abri des instabilités financières. La question de son avenir demeure entière, alors que la réponse à cette question ne dépend que de l'implication et la conscientisation de ses seuls et uniques propriétaires: les étudiants-membres.

JEU QUESTIONNAIRE

Rodrigue Turgeon

Que sais-je du légendaire Code Morin?

La question se pose. Notre guide spirituel, Victor de son prénom, venait tout juste de frapper la quarantaine lorsqu'en 1908 la première association d'étudiants indépendante voyait le jour au Québec, plus précisément à l'Université McGill. Ce n'est hélas que trente ans plus tard qu'il publia la première édition du Code-sur-lequel-tout-le-monde-se-fonde-sans-vraiment-le-connaître-de-fond-en-comble.

Nos aïeux, universitaires à l'époque, s'en sont emparés en croyant dur comme fer que son adoption sonnerait le glas des séculaires chicanes d'opinion, mais force nous est d'admettre, près de cent ans plus tard, qu'on n'est toujours pas sorti de l'auberge. Alors, pour tous ceux qui cherchaient désespérément la confirmation qu'aucun mortel (Léo Fugazza ne semble pas répondre de cette caste) ne pouvait saisir toutes les subtilités de cet ouvrage quasi-constitutionnel et pour les autres, plus railleurs, qui n'hésitent pas à dire qu'il n'est qu'un outil de manipulation dont se servent les plus ratoureux au détriment de leurs pairs naïfs, testez-vous donc, trente secondes !

La procédure de dépôt sur le bureau (mieux connue sous le nom de « mise en dépôt » sur notre campus), proposition subsidiaire visant à écarter temporairement la considération d'une question de façon à pouvoir la reprendre lorsque l'assemblée entendra bien le faire, nous est héritée:

- (1) De nos amis les Ontariens
- (2) Des trémolos de la Castafiore
- (3) De la Common law britannique du XIXe siècle
- (4) De nos voisins du Sud, les Américains

B

La liberté de parole confère à chaque membre de l'assemblée, s'il est l'objet d'une attaque injustifiée, certains droits. Dans la liste suivante, identifiez celui qui n'est pas garanti d'emblée par le Code Morin.

- (1) Le droit de s'expliquer
- (2) Le droit de demander l'expulsion de l'agresseur
- (3) Le droit de se disculper
- (4) Le droit de se plaindre à l'assemblée

A

Qu'on se le tienne pour dit, il importe de réexaminer l'amendement d'une proposition adoptée après qu'elle ait été amendée si la proposition est réexaminée.

- (1) Vrai
- (2) Faux

C

La saine conduite des délibérations en bonne et due forme demande au président de l'assemblée:

- (1) Une connaissance approfondie de la procédure
- (2) Un jugement éclairé
- (3) Une grande impartialité et beaucoup de tact
- (4) Une livraison de 15 boîtes de pizzas Domino's

E

Trouvez l'intrus. Toutes ces catégories de propositions sont incidentes, sauf une.

D

- (1) Appel sur un point d'ordre
- (2) Objection à considérer une question
- (3) La question préalable
- (4) Le retrait d'une proposition

Réponses aux questions : A (aucune de ces réponses) ; B (4) ; C (2) ; D (3) ; E (1)-(2)-(3)

L'ORDINATEUR PORTABLE EN CLASSE : UN DÉBAT QUI PERSISTE

Roxane Grégoire

La présence grandissante des ordinateurs portables en classe ne fait pas l'unanimité dans les universités. Il suffit de faire de brèves recherches dans l'actualité pour le constater: certains professeurs décident de proscrire les portables dans leurs cours, tandis que d'autres tentent de les intégrer au mode d'enseignement. Pourquoi en est-il ainsi et quels sont les enjeux concernés?

L'utilisation des ordinateurs portables croît de façon fulgurante dans les classes universitaires, et les raisons qui donnent lieu à ce changement sont fort simples. D'abord, la première génération ayant grandi avec des ordinateurs et avec internet depuis l'enfance est maintenant rendue sur les bancs de l'université, traînant avec elle une aisance et une connaissance du système informatique bien établies. Ensuite, presque toutes les universités possèdent un réseau internet sans fil, ce qui facilite l'accès aux ressources du web depuis les appareils mobiles. D'ailleurs, une étude de 2011 révélait que seulement 2 universités canadiennes sur 68 ne possédaient pas de réseau Wi-Fi: la Lakehead University et le Royal Military College of Canada. Enfin, il va sans dire que les étudiants qui apportent leur ordinateur personnel en classe le font avant tout parce

qu'ils sont financièrement capables de s'en procurer un. Les prix des PC ont effectivement beaucoup baissé au cours des dernières années.

TOLÉRER OU INTERDIRE?

Qui n'a jamais été dérangé par son voisin qui regardait une vidéo en plein cours? Faut-il pour autant bannir l'utilisation des ordinateurs personnels dans les classes? J'ai sondé une vingtaine d'étudiants de l'UdeS à ce sujet. À la question «Qu'est-ce qu'il ne faut jamais faire lorsque nous apportons un ordinateur portable en classe?», les réponses les plus fréquentes ont été «ne pas aller sur les réseaux sociaux», «ne pas laisser le son allumé» et «ne pas naviguer sur internet». Ces réponses m'ont fait sourire, car lorsque l'on jette un coup d'œil aux écrans d'ordinateur en classe, ça ne concorde pas tout à fait. En effet, plusieurs recherches conduites aux États-Unis démontrent que la majorité des étudiants font du *multitasking* en classe: 87 % regardent leur courrier électronique, 38 % utilisent la messagerie instantanée et 42 % disent naviguer sur le web... A-t-on affaire ici au célèbre dicton «Fais ce que je dis, pas ce que je fais»? En tout cas, ce qui est unanime, c'est que le principal avantage perçu par les étudiants est la prise de notes plus rapide et efficace.

L'opinion des professeurs est très partagée, et vous devinez que l'argument principal de ceux qui sont défavorables aux ordinateurs portables en classe est la distraction. Les trois professeurs que j'ai interrogés ont dit avoir déjà été dérangés par un ordinateur lors d'un cours, et ce, même s'ils se sont dits favorables à leur présence. Il semble donc que le défi réside non pas dans la tolérance de la chose, mais dans sa gestion. Cela dit, de nombreux enseignants sont convaincus que l'on peut tirer avantage de ce changement dans les salles de cours... Il ne reste qu'à trouver comment s'y prendre.

CARTE BLANCHE AUX PROFESSEURS

Pourquoi ne pas vérifier si l'impact sur les notes scolaires des étudiants est positif ou négatif, vous dites-vous? Quelques chercheurs l'ont fait, mais les résultats sont mitigés et trop peu nombreux pour tirer des conclusions. Tout de même, depuis quelques années, de plus en plus d'universités canadiennes ajoutent sur leur site internet une section concernant la gestion des appareils mobiles en classe et les conditions s'y rattachant. Or, jusqu'à présent, la majorité d'entre elles, dont l'UdeS, laisse chaque professeur décider de la politique qu'il veut appliquer dans son cours.

LA RESPONSABILITÉ WEB À L'ÈRE DES MÉDIAS SOCIAUX



Nous sommes dans une époque où tout un chacun a un profil Facebook, un compte de photos Instagram, un fil Twitter et plus encore. On en vient donc à se questionner sur l'impact de ces médias sur la vie privée et la confidentialité.

Laurence Poulin

Alors que nous sommes tous de futurs chercheurs d'emploi, il incombe de s'intéresser à l'impact que peut avoir notre utilisation de ces médias sociaux et l'obtention d'un poste dans une entreprise. La responsabilité est donc au cœur de cette problématique actuelle qu'est celle d'avoir nos vies privées respectives devenues publiques depuis quelques années.

Certaines informations sont du domaine de la vie privée telles que l'âge, l'endroit de résidence, une relation amoureuse, des habitudes de vie, un état de santé, l'orientation sexuelle, l'image, des conversations téléphoniques privées, des documents personnels tels qu'un passeport ou une carte d'assurance sociale, etc. La jurisprudence s'entend pour statuer qu'une fois publiés sur le domaine du web, malgré certains paramètres de confidentialité, il n'y a pas de limite au partage et à la visibilité de ces renseignements et donc

qu'ils en viennent à être publics. De fait, nous sommes tous l'ami d'un ami, d'un ami de quelqu'un...

PROTÉGER SES RENSEIGNEMENTS

Le site Éducaloi donne quelques conseils pour avoir une attitude responsable afin de protéger des renseignements qui ne devraient pas se retrouver sur le «cyberespace» et nuire à de futures opportunités d'emploi ou autres. On met l'accent sur la difficulté de retirer de l'information qui a été publiée en quelques clics. De ce fait, il est recommandé de ne publier que des renseignements qui pourraient être consultés par un enseignant, un membre de la famille ou même un futur employeur. Également, il est important de comprendre que la vie privée de ses amis est aussi importante et qu'elle leur appartient.

Afin d'approfondir ce questionnement, Le Collectif a pu s'entretenir avec Jacinthe Beaulieu qui est en charge des relations médias chez TELUS. Elle rappelait que plus de 93 % des employeurs potentiels consultent le profil des candidats sur les réseaux sociaux avant de prendre une décision d'embauche ou même avant une demande d'entrevue. De surcroît, elle soutenait que la réputation d'une personne sur le web a autant d'importance qu'un bon relevé de notes ou encore des

expériences enrichissantes sur un C.V. dans l'obtention d'une carrière stimulante.

REFUS D'EMBAUCHE?

Selon un sondage effectué par Reppler, les raisons les plus souvent invoquées par les employeurs pour refuser un candidat sont les suivantes: photos ou informations inappropriées (11 %); contenu indiquant que le candidat consomme de l'alcool ou des substances illicites (9 %); critiques à l'égard d'un employeur précédent ou d'un collègue de travail (11 %); faibles aptitudes au niveau de la communication (10 %); fausses déclarations concernant leurs qualifications (13 %).

Il est assez contradictoire qu'un employeur ne puisse pas exiger une photo jointe à un C.V. alors qu'il peut en trouver des centaines en quelques clics sur le web, et ce, sans même demander quoi que ce soit à un candidat. En tant qu'étudiants, nous pouvons tous espérer avoir le meilleur emploi qui correspondra à nos espérances et nos rêves. Il importe donc de faire en sorte que l'image que nous projetons sur le web soit responsable afin de ne pas nuire à ce pourquoi nous nous efforçons d'étudier depuis plusieurs années.

SECTION CAMPUS

RUSSE ET FRANCOPHILE

Crédits: Tatiana Romanov

Arrivée il y a deux ans à Sherbrooke pour y faire sa maîtrise en communication, Tatiana Romanova souhaite rester au Québec et y faire sa vie. Rencontre avec une jeune femme d'origine russe qui est tombée amoureuse de la région estrienne.

Emanuelle Boutin

«J'ai toujours eu cette passion pour le français», raconte la demoiselle aux traits fins et délicats. «J'avais envie de me retrouver dans un endroit où je savais que je pourrais parler français et où je ne serais pas trop tentée de parler en anglais comme à Montréal», précise-t-elle en expliquant pourquoi son choix s'est tourné vers la capitale des Cantons-de-l'Est.

LE FRANÇAIS EN RUSSIE

On apprend également en discutant avec Tatiana Romanova que le français était et est toujours très apprécié par les Russes. «C'est une langue qui chante à nos oreilles», dit-elle tout sourire. «C'est une langue qu'on enseignait aussi à une certaine époque dans nos écoles. Moins aujourd'hui, mais les générations d'avant ont appris cette langue. D'ailleurs, la Russie était très proche des Français et des Québécois. On aimait beaucoup votre culture. Mais avec la Guerre froide, les ponts ont été coupés», relate tristement la chercheuse.

Arrivée seule dans cette ville qu'elle ne connaissait pas, elle s'est rapidement faite des amis. Des gens de la communauté russophone l'ont également contacté afin qu'elle puisse prendre part aux activités de leur petit groupe. En effet, bien qu'ils soient près de trois cents à parler la langue du

plus grand pays du monde, les Russes et les Ukrainiens sont discrets. «C'est parce que c'est dans notre culture. Nous prenons peu d'espace, et nous ne parlons pas très fort. Nous sommes plutôt tranquilles», explique Tatiana Romanova.

SURPRISE

On aurait pu s'attendre à une tout autre réponse. En effet, le stéréotype du Russe est celui d'une personne à forte carrure avec une voix portante et dont le goût pour la vodka est très développé. «C'est peut-être vrai quand on s'enfonce dans les campagnes, un peu comme vous ici quand les gens viennent des régions et qu'ils ont aussi ce genre de réputation, mais chez-nous, la tradition c'est plutôt le thé», surprend l'étudiante, qui détaille ensuite toute cette tradition du thé, qui était autrefois servi dans des théières à deux étages et dont le rôle du premier étage était de tenir au chaud le thé toute la journée. Ainsi, les familles pouvaient se réunir à plusieurs reprises afin de discuter et d'échanger autour du thé.

Le caviar aussi a toute son importance dans les traditions culinaires du pays. Servi un peu comme notre dinde à Noël et au jour de l'An, le caviar est un plat servi lors de fêtes et de rassemblements familiaux.

Tatiana Romanova a beaucoup de choses à raconter. Comme une source inépuisable, on pourrait l'écouter nous raconter son pays des heures et des heures. Malheureusement, les mots sont comptés. Si vous la croisez sur le campus, demandez-lui de vous parler de la Russie et elle vous invitera à en discuter autour d'un thé russe fumant.

ÊTRE UNE BONNE PERSONNE

Vous êtes-vous déjà demandé, après avoir nonchalamment jeté un carton de lait dans la poubelle, si vous étiez une mauvaise personne? Moi oui.

Gabrielle Lapierre

En 2015, nous sommes bombardés de statistiques et de recherches alarmantes qui nous annoncent quasiment la fin du monde tel que nous le connaissons. Est-ce que la situation planétaire est à ce point désespérée? Est-ce que, en jetant un simple carton de lait dans la poubelle, je viens de propulser la race humaine vers une mort certaine? À croire certains groupes écologiques extrémistes, c'est le cas.

UN DEVOIR D'INFORMATION

Toutefois, il est de notre devoir à tous de filtrer l'information concernant les changements planétaires en cours. Il faut d'abord apprendre à départager les textes sensationnalistes de ceux qui visent à informer sur la réalité actuelle. En tant qu'étudiant universitaire, c'est là notre premier devoir. Pourquoi? Parce que la recherche de la vérité fait partie de l'éducation. Comment peut-on espérer remédier aux problèmes environnementaux actuels si on ne connaît pas la situation réelle?

En observant les statistiques climatologiques de la préhistoire, il est clair que les avancées technologiques du dernier siècle ont contribué à l'augmentation de la concentration de dioxyde de carbone (CO2) dans l'atmosphère. Qu'est-ce qu'on peut faire en tant qu'habitant de cette planète pour tenter d'améliorer la situation?

UN DEVOIR DE CONSOMMATION

Est-ce que, à vingt ans, notre responsabilité envers l'environnement est plus importante que lorsque nous étions enfants? Définitivement, car c'est au début de la vingtaine que notre pouvoir de consommation devient plus important. Une fois à l'université, plusieurs d'entre nous pensent acheter ou ont acheté une voiture. Plusieurs étudiants vivent en appartement et doivent inévitablement prendre des responsabilités qu'ils n'avaient pas auparavant, soit faire l'épicerie, faire un budget, etc.

C'est donc au moment où nous atteignons notre indépendance en tant qu'individu qu'il nous est possible de faire des choix écologiques pour nous-mêmes. J'entends déjà plusieurs d'entre vous me dire «Mais je n'ai pas les moyens d'être écologique!» Je vous répondrai alors que faire des choix sains pour vous et pour l'environnement ne coûte pas nécessairement la peau des fesses. Saviez-vous qu'il vous est possible de commander des paniers bio directement à l'Université de Sherbrooke? Le coût est de 15 \$ par semaine pour une personne et il peut être moindre si le panier est acheté par deux ou quatre personnes. Pour des légumes frais et locaux, c'est un prix raisonnable et accessible aux étudiants. Vous pensez acheter une voiture? Pourquoi ne pas choisir une voiture hybride? Sincèrement, ça vaut la peine, car, malgré l'investissement de départ, vous ferez le plein d'essence beaucoup moins souvent! Ça représente alors des économies à long terme.

Il se trouve que faire des choix sains pour l'environnement a souvent un impact positif sur la qualité de vie et la santé des individus. Alors, lorsque je jette par mégarde un carton de lait dans la poubelle, je le reprends et le place dans le bac de récupération. Je ne serais pas une mauvaise personne si je ne le faisais pas, mais j'en serai une meilleure si je le fais. Est-ce que ce n'est pas notre but premier dans la vie, d'évoluer pour être une personne meilleure? Je crois que oui.

Célébrez

Halloween



Déguisement

- Location de costumes (Réserver au plus tôt)
- Maquillage
- Accessoires de déguisement

Party

- Choix de ballons - Chapeaux
- Verres Utensiles - Nappes
- Flûtes - Assiettes - Bouquets de ballons

Venez choisir le vôtre maintenant!



680, rue King Est, Sherbrooke
819 563-6665



chocopartysherbrooke

ÉDITORIAL CULTURE

Éditorial

CULTURE



**BENJAMIN
LE BONNIEC**

Être écrivain donne la liberté d'écrire ce que bon nous semble. Quel que soit le genre littéraire, le roman, le théâtre, l'essai ou la poésie, l'écrivain a de manière théorique la possibilité de tout. Cela entre, tout bonnement et simplement, dans le cadre de sa liberté d'expression. Mais un écrivain peut-il vraiment tout dire? Son époque, la société dans laquelle il vit, son environnement lui permettent-ils de réellement dire ce qu'il pense? Le cadre politique, le pouvoir, la morale, les religions sont tout autant de limites que l'écrivain doit prendre en compte dans l'exercice de son art. Dès lors, il en tient de sa responsabilité d'évaluer les bornes à respecter.

Depuis toujours, les hommes ont utilisé les mots pour exprimer le fond de leurs pensées et communiquer entre eux. Mais depuis le XVIII^{ème} siècle, avec l'expansion de la pensée éclairante des Lumières, se sont multipliés progressivement, et jusqu'à nous, des discours sur les risques de la lecture ou encore sur l'influence subversive des hommes de lettres. Mais au XX^{ème} siècle, dans des contextes de guerre et de libéralisation de la pensée, ce sont les engagements des intellectuels qui se sont succédés. Dès lors, on pourrait poser le débat entre ces écrivains qui font de l'art pour l'art et ceux qui usent du pouvoir de la littérature pour s'engager. Ici, nous sommes plus intéressés par cette littérature engagée, car celle-ci implique une prise de responsabilité de la part de celui qui écrit.

En effet, si l'écrivain envisage de se positionner sur des enjeux tant politiques, économiques ou sociaux, il prend alors sa responsabilité au regard du lectorat, voire de la société dans son ensemble. Les contextes comme les campagnes politiques et les périodes électorales sont propices à l'engagement et donc à la responsabilisation de sa position. Nombreux sont les écrivains qui, par le passé, ont pu en profiter pour clamer haut et fort leurs opinions; je pense à Camus, à Sartre, ou plus proche de nous, à Michel Tremblay ou Dany Laferrière. La parole de l'écrivain a perdu un peu de son influence avec le temps dans l'espace public, mais les actualités quotidiennes nous montrent que la littérature a toujours les moyens d'offrir les scandales permettant l'évolution des mœurs de notre société.

Et elle est bien là, l'importance de cette prise de responsabilité de nos écrivains. À eux seuls, grâce à leurs mots, à leurs histoires, ils détiennent le mérite de favoriser le défi que nous offre la modernité. Mais la méfiance est de mise; on a souvent vu des écrivains (Céline par exemple) vanter leur autonomie et leur indépendance et interagissant pourtant dans les affaires publiques à tort et à travers. En cette période électorale, ceux qui ont la capacité d'exprimer leur pensée par les mots, c'est le moment de prendre ses responsabilités afin d'agir en faveur d'une société mouvante devant répondre à de nombreux enjeux économiques et environnementaux, notamment.

LA RESPONSABILITÉ SOCIALE DE L'ART URBAIN

*Pour certains, les oeuvres d'art surgissant au coeur de nos villes méritent de demeurer universelles et garder le strict anonymat. C'est notamment ce que défendait, il y a plus de 25 ans, le philosophe Michel de Certeau dans son livre *L'invention du quotidien, Arts de faire*. En ce sens, il faudrait estimer que l'oeuvre aura pour objectif de donner un sens à un lieu à l'origine vide, faire de l'espace un lieu plein, un lieu rempli et existant. Transformer un non lieu en espace sacré relèverait le challenge principal de l'art au sein de l'espace public. Dès lors, on se retrouverait dans une disposition où chaque oeuvre exposée dans un lieu dit public détiendrait une part de responsabilité sociale.*

LA RECHERCHE D'UN PUBLIC

La ville, plus globalement l'espace public, est un lieu où transite un public qui en soit n'en est pas un. Comment considérer un public alors que de nombreux passants ignorent les oeuvres se présentant à eux au détour d'une rue ou au milieu d'un parc? En envisageant les choses de la sorte, on pourrait alors largement estimer l'absence d'un véritable public pour les oeuvres d'art situées dans l'espace public. Pourtant, il est évident que ces oeuvres touchent un certain public spécifique allant au-delà des professionnels du milieu. En effet, nous trouvons des amateurs d'art jusque dans nos rues et l'intérêt pour l'art urbain apparaît grandissant ces dernières années; rien que la mouvance *street art* avec Banksy notamment, apparaît comme un parfait exemple. Il faut en finir avec ces conceptions qui estiment que l'on continue encore de produire de l'art pour faire de l'art, plus largement de la culture pour la culture.

DES OEUVRES RESPONSABLES SOCIALEMENT

Car aujourd'hui, l'art présent dans l'espace urbain détient graduellement une place prépondérante dans les consciences collectives et possède une responsabilité à l'échelle de la société. Souvent boudées, ces oeuvres demeurent présentes non justement pour faire de l'art pour l'art, mais en raison de la mission qu'est la leur à l'échelle d'une communauté moderne en pleine évolution. La responsabilité de l'art public est sociale, en ce sens qu'elle permet de démontrer l'allant d'une population vers la modernité. Outre les avancées techniques et technologiques, la culture a toujours contribué à favoriser une évolution des pensées, à éclairer une population parfois obnubilée par son quotidien et qui ne demande qu'à être éclairée. Cela fut le cas dans le passé de la littérature (voir éditorial), la musique aussi joue ce rôle progressiste vers le changement. En faisant sortir les oeuvres d'art des musées, des galeries et des collections privées, on donne l'accès aux masses à quelque chose à l'origine quasiment inaccessible. Et c'est là que tient toute la valeur de cette responsabilité sociale. En devenant accessible dans l'espace public, l'oeuvre a le mérite de susciter l'émoi d'une population, qu'elle éveille la curiosité ou bien l'aversion.

UN CARACTÈRE ÉPHÉMÈRE POUR UN PUBLIC TEMPORAIRE

En présentant des oeuvres dans l'espace public, on s'attache donc à favoriser l'accès des dites oeuvres à l'ensemble de la société. Mais pour que celle-ci continue d'aller de l'avant, perpétue sa progression, il demeure nécessaire de maintenir le caractère éphémère des oeuvres. Une oeuvre d'art restant perpétuellement ancrée deviendra progressivement altérée, du moins, ne jouera plus son rôle novateur. Pour cela, il apparaît nécessaire de maintenir le caractère éphémère de celle-ci. D'autant plus que le public également est continuellement en mouvement et changeant inlassablement, la mobilité de nos sociétés est un constat évident.

Dès lors, par sa nature, l'art public détient cette responsabilité dite sociale à l'égard de la société, donc d'un public, bien que partiellement réceptif. Montréal et l'ensemble des villes québécoises multiplient ces dernières années des actions dans ce sens. Nous voyons pulluler des oeuvres dans tous les quartiers et la multiplication des murales est tout autant de satisfactions dans cette mission que l'on pourrait considérer d'ordre public.

SECTION CULTURE

Rosanne Bouque

PAGANS IN VEGAS — METRIC. SORTIE: 18 SEPT 2015

Les relations entre les hommes et les femmes sont au cœur du dernier album de Metric. Malgré ce thème cliché, le groupe réussit à nous exposer un point de vue distinct. À travers des métaphores et des critiques des relations amoureuses et des amitiés, les airs électrisants font penser à des comptines qui semblent vouloir vous donner une leçon ou vous prévenir de quelque chose.

Nos coups de cœur de l'album: *The Governess* et *Lie, lie, lie*.

LITTLE MOURNING — MILK AND BONE — EN SPECTACLE LE 24 OCTOBRE AU BOQUÉBIÈRE

Une petite mention spéciale pour le groupe Milk and Bone qui sera en spectacle à Sherbrooke le 24 octobre prochain. Les deux jeunes femmes aux voix féériques ont sorti leur album en avril dernier et ont offert une prestation mémorable au festival Osheaga cet été. Milk and Bone, c'est des chansons douces comme le lait, mais solides comme des os... Le jeu de mots est peut-être douteux, mais vous comprendrez lorsque vous écouterez l'album. Félicitation à ces deux Québécoises qui connaissent un succès montant et qui réussissent à produire des chansons si harmonieuses.

Nos coups de cœur de l'album: Toutes les chansons... Vraiment!

SOREL SOVIET — BERNARD ADAMUS. SORTIE: 25 SEPTEMBRE 2015

Notre brun de l'amour sera en spectacle le 5 décembre au Boquébière pour nous présenter son dernier album. Une suite de chansons ironique, satirique et endiablée qui critique, une fois de plus, à peu près tous les concepts de la société. Si vous aimez ses albums précédents, vous ne serez pas déçus puisque Bernard Adamus est toujours aussi cru. C'est un humour très pertinent, très québécois et très cru... On aime ça. Si vous ne connaissez pas déjà l'artiste, laissez-vous amuser par ses textes percutants et ses mélodies décadentes.

Nos coups de cœur de l'album: *Hola les lolos* et *En voiture, mais pas d'char*.

RETURN TO THE MOON- EL VY. SORTIE: 30 OCTOBRE 2015

Matt Berninger, le chanteur de The National, a un nouveau groupe, mais malheureusement, vous devrez patienter jusqu'au 30 octobre pour écouter l'album au complet puisqu'il est seulement disponible en précommande pour le moment. L'album donne le sourire avec des sons rock à la limite du pop des années 80. Écoutez les trois extraits déjà disponibles sur iTunes pour vous donner une idée. Vous ne serez pas déçus, la voix de Matt Berninger est toujours aussi envoûtante.

Notre coup de cœur de l'album : *Paul is alive*

SORTIES RÉCENTES

TRAP SOUL — BRYSON TILLER. SORTIE: 2 OCTOBRE 2015

Gangster ou lover? Peu importe, vous serez comblés par le nouvel album rap/R & B de Bryson Tiller. En plus de rester dans la tête pendant des jours, les chansons donnent envie de se trouver une douce moitié pour chanter et pour danser. On aime ça! À l'inverse de plusieurs albums du même style récemment sortis, les titres se différencient les uns des autres. C'est un album très habilement rythmé qui s'écoute bien dans toutes les situations.

Nos coups de cœur de l'album: *Don't* et *Exchange*

CFAK 88.3 fm PROGRAMMATION AUTOMNE 2015

	LUN	MAR	MER	JEU	VEN
6h			LE SNOOZE		
10h	UNE FENÊTRE SUR LE MONDE	LA JEUNESSE FÉLINE	SANS MICRO	TOUT OU RIEN	SANS MICRO
11h	LES VOYAGEURS OUBLIÉS		SHERBROOKE DANS TES OREILLES	LE 15 SECONDES	LE RÉ-SHOW
11h30		LES RHÉTORIQUES			
12h	VA CHERCHER LE FUSIL AVEC MC GILES	HISTOIRE DE STYLE	THÈME TU ÇA?	PALMARES CFAK	CINÉRAMA
13h				JUKEBOX SHOW	LE DIXIE HOYT SHOW
14h				LA PAUSE FRANCO	
16h			LA RENVERSE		LE MEILLEUR DE LA RENVERSE
17h30	AUX 5 COINS DE LA TABLE RONDE	VOIX DE BABYLONE	LES NOUVELLES CFAK	REMIX TA CONSOLE	LES GEEKS ONT RAISON
18h			LES CHRONIQUES DU FRIGIDAIRE		
19h	ÉCLECTIQUE	MANGUE GOYAVE ET REGGAE	CLASSIKS' N'POESTRY	QUOI DE NEUF CFAK?	LES CABARETS WELL KING
19h30					
20h	C'EST PAS D'LA TÉVÉ	BRB	L'ENVERS DU ROCK	QUOI D'AUTRES!?	SHOWS (PAS) LIVE
21h	L'ENVERS ET L'ENDROIT	L'ÉLITE DU MÉTAL	LE PINK SHOW	BOBBY K SHOW	ENTRE CIEL ET TERRE
22h	BLAST-O-MARK		L'INTÉGRALE		

PREMIER DE LA BANDE

Félix Morin

UNE DIFFÉRENCE DE DEGRÉ...

Nous le savons depuis L'origine des espèces de Darwin qu'il y a, entre nous et les animaux, une différence de degré et non pas de nature. Cela a détruit la thèse de Descartes sur l'«animal machine» et nous permet aujourd'hui de faire une réflexion éthique sur notre rapport aux animaux, à la nature et à notre régime alimentaire. Or, dans le livre «L'animal est une personne»: pour nos sœurs et frères les bêtes, Franz-Olivier Giesbert nous fait le témoignage d'une vie de végétarien qui sort du registre de la normalité parce qu'il en avoue les difficultés et les moments de faiblesse. Portrait de la relation entre un homme et un idéal.

Je sais, écrire une critique d'un livre sur le végétarisme dans un numéro sur la «responsabilité» peut sembler moralisateur. Le rapport que nous entretenons avec la viande est si intense que la moindre remise en question dresse, souvent et malheureusement, une levée de boucliers. Trop souvent vus comme de dangereux idéalistes, les végétariens ont un rapport au monde qui est loin de l'anthropologie contemporaine.

Sur le mode de la confession et de l'essai, Franz-Olivier Giesbert nous permet de réfléchir à partir des «leçons d'une vie passée avec eux depuis la petite enfance, à la ferme, puis en ville». Dès le départ, il brise le sophisme du faux dilemme au sujet de l'anthropocentrisme. Il refuse, toujours dans des termes cartésiens, que l'homme se rende «maître et processeur de la nature», tout en gardant la solidarité entre nous intacte au nom d'une solidarité des espèces. Idée banale en apparence, mais qui ne l'est pas lorsqu'on se rend compte du manichéisme de nombreux débats sur le sujet. En fait, j'ai aimé ce livre «humain, trop humain». Je vois dans ce livre la généalogie du végétarisme de l'auteur lorsqu'on a dû abattre, alors qu'il vivait sur une ferme, la chèvre qu'il aimait tant et que, le lendemain, la viande était dans le réfrigérateur. À part dans *Sweeney Todd*, rares sont les personnes qui sortent indemne de voir son ami dans des Tupperwares dans le frigo...

J'ai aussi trouvé fort courageux de dire que lui et Derrida, malheureusement mort depuis, étaient des «à moitié et aux trois quarts végétariens». Et oui, les deux mangent du poisson lorsqu'on l'offre, incapables de dire non aux bonnes intentions des personnes qui, pour une drôle de raison, pensent que le poisson n'est pas de

la viande. L'étant moi-même de plus en plus, je dois dire que cela arrive souvent pour une raison totalement obscure. Lire dans ce livre que, pour des hommes comme Derrida et l'auteur, le végétarisme est un «combat impossible» est peut-être faux, mais nous ramène au fait que cela n'est pas facile parce que des fois, pour tenir nos convictions, il faut dire non et briser la politesse qu'on nous a inculquée.

Ce livre traite aussi de l'abatage de la viande et du manque d'éthique dans ces endroits où personne ne veut aller, parce que trop cruel et trop difficile, alors que tout le monde veut le produit. Or, la meilleure manière de devenir végétarien est justement de rentrer dans ces abattoirs, mais passons.

Lorsqu'il écrit sur les abattoirs rituels pour la viande casher et halal, loin d'être dans l'idéal d'un monde où tout cela devrait disparaître, Giesbert nous propose une éthique où l'électronarcose permettrait de ne pas faire souffrir la bête, tout en étant permis par les deux grands monothéistes.

On sent, durant la lecture, que l'auteur est aussi romancier à cause de la grande fluidité entre les chapitres, la cohérence interne qui permet de fermer un chapitre sur ce qui va commencer le suivant. Un livre simple et touchant qui va déplaire aux puristes, mais qui va peut-être toucher des personnes et les pousser, au moins, à réduire la quantité de viande. Un livre pour un progressisme alimentaire, mais non pas pour une révolution.

Je vous invite à le lire. La responsabilité n'est pas la conviction. Max Weber faisait une distinction majeure lorsqu'il parlait de l'éthique de conviction et de l'éthique de responsabilité. Un livre qui s'ancre radicalement dans le deuxième cas. Un livre dont les vérités sont loin d'être absolues, mais dont les propositions ont de grandes chances d'évoluer dans les prochaines années.

FRANZ-OLIVIER GIESBERT
L'animal est une personne
POUR NOS SŒURS ET FRÈRES LES BÊTES



CINÉMA QUÉBÉCOIS GUIBORD S'EN VA-T-EN GUERRE

Lydia Santos

Bien que le film Guibord s'en va-t-en guerre soit sorti en pleine campagne électorale, le réalisateur Philippe Falardeau affirme à l'émission Tout le monde en parle que cela n'était pas voulu. En tout cas, le thème de cette comédie intelligente s'avère actuel plus que jamais.

En résumé, *Guibord s'en va-t-en guerre* est une satire politique scénarisée et dirigée par le cinéaste québécois Philippe Falardeau. Patrick Huard y incarne Steve Guibord, le personnage principal. Il est député fédéral indépendant pour Prescott-Makadew à Rapides-aux-Outardes. Lors d'une visite dans le bureau du premier ministre à Ottawa, ce dernier tente de conclure un accord avec le député. S'il vote pour que le Canada parte en guerre, il aura un poste. Alors, Guibord se voit responsable de déterminer si le Canada partira en guerre ou non. Chose qu'il ne fera pas grâce à l'aide de son stagiaire haïtien, Souverain Pascal (Irdens Exantus), et ses tendances idéalistes. Guibord parcourt donc son comté afin d'écouter ses futurs électeurs. Au fur et à mesure, d'autres personnages colorés, dont sa femme Suzanne (Suzanne Clément) et sa fille Lune (Clémence Dufresne-Deslières), influencent ses choix. L'une veut qu'il ne s'en tienne qu'à son bien-être, et l'autre à sa conscience, à ses valeurs et à sa morale.

Bref, si la politique fédérale n'est pas votre tasse de thé, pas de panique! La mise en scène permet de s'y intéresser au moins le temps d'un film. On y démontre les tâches et le déroulement des événements auxquels un député doit faire face. Les références politiques sont surtout exprimées par les recherches didactiques de Souverain et de ses conversations avec sa famille, par exemple. Le réalisateur sait peindre les failles d'un système politique avec un humour simple, mais intelligent.

Guibord s'en va-t-en guerre est à l'affiche à La Maison du Cinéma de Sherbrooke.



Mercredi 21 oct, 12h
Lieu à découvrir sur Facebook

À L'HORAIRE
Jeffrey Piton | 28 oct. 18h
Les 5 prochains | 28 oct. 20h
f | arrierecoursudes.ca

ARRIÈRE COURS
TA COLLECTION DE SHOWS

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE Le COLLECTIF FÉUS FÉDÉRATION ÉTUDIANTE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE café caus COOP ératif université de sherbrooke CFAK 88.3 remdus Engage pour les droits étudiants

Brèves

Benjamin Le Bonnicc

FORESTA LUMINA... 145 000 VISITEURS CONQUIS!

Nous en parlions dans la dernière édition et au terme de cette saison 2015, l'expérience unique offerte par le Parc de la Gorge à Coaticook est un succès majeur à la hauteur des investissements. Avec un calendrier largement élargi par rapport à l'édition précédente, les organisateurs enregistrent une hausse de 102% et doublent le nombre de visiteurs et ce, malgré un début de saison timide en raison des intempéries. La forêt enchantée de Foresta Lumina, activité désormais vedette, reviendra pour le plaisir des yeux à l'été 2016.

CAFÉ-PHILO AU CAFÉ KAAPEH SUR LE THÈME DE L'ART

Le deuxième Café Philo est en pleine préparation et est prévu pour le jeudi 29 octobre de 18h à 20h. Ce nouveau rendez-vous culturel du centre-ville réunit les amateurs de philosophie. Cette fois, c'est la Société de Philosophie de Sherbrooke qui propose de réfléchir à certains enjeux de la philosophie esthétique à travers plusieurs questions: L'art doit-il plaire au goût? L'art doit-il nécessairement être beau? Comment définir l'art? Existe-t-il des critères objectifs pour juger d'une œuvre?

Cette rencontre aura désormais lieu chaque dernier jeudi du mois.

SOIRÉE BÉNÉFICE DES CABARETS WELL-KING EN SOUTIEN AU CENTRE DE DIFFUSION ARTFOCUS

ArtFocus lance sa campagne de financement le 15 octobre prochain avec un spectacle-bénéfice des fameux cabarets Well-King. Au programme, on retrouve l'artiste invité du mois, Andy St-Louis (présentée par CFAK 88,3), et trois autres artistes qui ont accepté de participer au prochain Cabaret: Karine Lizée, Auguste et Marianne Verville. Le coût de la soirée est de 10\$ et de 5\$ «pour les individus à faible revenu comme à l'habitude» (Facebook de l'évènement). Une soirée à ne pas manquer pour celles et ceux qui désirent encourager un des lieux de rencontre pour les artistes les plus dynamiques en Estrie!

ABYSS PRÉSENTÉ PAR DIRTYCAKE POUR HALLOWEEN

Pour la première fois à Sherbrooke, à l'occasion des festivités du 31 octobre, une expérience audio/visuelle à 360°, dans une immense dame géodésique, sera proposée au Centre de Foires de Sherbrooke. Organisée en collaboration avec NEST Dome et Bassix Soundsystem, l'expérience se voudra sensorielle et l'immersion guidée par les basses fréquences à travers la perception du mouvement et de l'espace. Vous y trouverez des performances artistiques live et plusieurs expositions d'art avec au line-up SUBTONE, SUBSTANCE, GOLDNCROOKS et RISA.

SECTION CULTURE



VISIONNER LE DROIT D'AUTEUR

Marianne Blouin-Caron

L'ÉVÉNEMENT
**SKI AVANT
L'HIVER**

3 ET 4 NOVEMBRE

**4 STATIONS DE SKI
SUR LE CAMPUS**

À L'ENTRÉE DU CENTRE SPORTIF DE L'UDES
DE 9 H À 20 H

C'EST LA CHANCE DE TE PROCURER
TON ABONNEMENT DE SAISON 2015-2016!

Bromont ORFORD vivez OWL'S HEAD QUÉBEC JAY PEAK VERMONT

Visionner le droit d'auteur

Combien de films, téléseries et chansons avez-vous téléchargé illégalement? Une dizaine ou peut-être une centaine.

Depuis 2012, *Game Of Thrones* reste le champion incontesté de la série la plus téléchargée. Un titre qui ne dérangeait pas la chaîne HBO jusqu'à tout récemment, malgré que le piratage ait contribué au succès de la série.

Ce printemps, quatre épisodes de la cinquième saison ont été publiés en ligne un jour avant la première internationale. En trois heures, les épisodes ont été téléchargés 100 000 de fois, selon TorrentFreak.com.

Les épisodes auraient été copiés à partir des extraits envoyés à la presse, affirme HBO.

POURQUOI CHOISIR LE CÔTÉ SOMBRE

Contrairement à Netflix (9.99\$/mois), AppleTV (89.99\$) ou Tout.TV (6.99\$/mois), qui sont tenus par le droit d'auteur, les logiciels Peer-to-Peer (P2P) tels que BitTorrent, KickAssTorrent ou des sites de *streaming* comme Flixjolt et PrimeWire, ag disposent d'une vaste bibliothèque gratuite de contenu audio-vidéo.

Les émissions et les films sont mis en ligne presque instantanément et souvent en haute-définition- merci au *streaming* légal. De plus, une version sous-titrée ne tarde jamais à arriver pour accommoder les étrangers.

Respecter le droit d'auteur semble difficile dans ce monde numérique. Pourtant, une infraction au droit d'auteur peut entraîner une pénalité des plus salées.

LE DROIT D'AUTEUR C'EST QUOI?

Selon la définition de l'Office de la propriété intellectuelle du Canada (OPIC) «le droit d'auteur désigne le droit exclusif de produire ou de reproduire la totalité ou une partie importante de l'œuvre sous une forme quelconque.»

Depuis le 1er janvier 2015, à la demande du titulaire du droit, la Loi sur la modernisation du droit d'auteur oblige les fournisseurs de services Internet et moteurs de recherche à envoyer des avis de violation à leurs abonnés qui auraient téléchargé du contenu protégé par le droit d'auteur. Manquer à cette requête dans les délais peut entraîner une lourde pénalité allant jusqu'à 10 000\$ pour le fournisseur ou le moteur de recherche.

Pour un individu trouvé coupable de piratage à une fin commerciale, l'amende peut monter au-dessus de 5 000\$ à 20 000\$, jusqu'à maximum 5 ans de prison selon la gravité de la situation.

Ne paniquez pas! La "loi du gros bon sens" trace une distinction entre la consommation commerciale, soit la vente d'une propriété protégée sans autorisation, et personnelle comme regarder un film sans le télécharger, c'est-à-dire en *streaming*.

COMMENT VAINCRE LE FLÉAU DU PIRATAGE ?

Par le *streaming*! Le problème est parfois la solution. Développer une plateforme de *streaming* est une stratégie qui gagne en popularité. Par exemple, Youtube, Google Play, iTunes offrent à prix modique un service de location de films en ligne.

Pour combattre le piratage, le distributeur de *Game of Throne* lance HBO Now, un service de *streaming* indépendant de l'abonnement au câble. Pour 14.99\$ US, les résidents des États-Unis ont accès à tout le contenu HD de la chaîne à partir de leur ordinateur.

Au Québec, les principaux fournisseurs du câble ont développé leur propre service de *streaming*. Bell Média offre Bell Télé et Vidéotron a Illico.TV.

La majorité du contenu de la première chaîne de Radio-Canada est accessible en ligne sur Tout.TV à partir de 6.99\$ par mois. De plus, Radio-Canada diffuse simultanément certaines émissions télé sur le Web gratuitement, telles que Infoman.

Toutefois, s'abonner à toutes ces plateformes est coûteux et le contenu disponible est limité. Malgré les efforts des producteurs et des législateurs, les sites de *streaming* gratuit restent populaires. Comme dirait Eddard "Ned" Stark: «Brace yourself, Winter is coming».

SÉCURITÉ OU SPECTACLE: QUE LE DÉBAT COMMENCE

ZONE SPORTIVE

Crédits: Sportsrants



ET DIRE QU'AVANT ON JOUAIT SANS CASQUES



SÉBASTIEN BINET

Chaque année, le sport nous rend témoins de situations qui sortent complètement de l'ordinaire. Les blessures peuvent mettre fin à des carrières, mais elles peuvent aussi nous faire comprendre ce que le sport et le désir de gagner sont capables de faire endurer à un corps humain.

Il y a par exemple les joueurs de rugby qu'il n'est pas rare de voir jouer avec de nombreuses fractures aux doigts, au nez, sans parler des risques élevés de déchirures ligamentaires. Patrice Bergeron est aussi un joueur de hockey qui avait joué des matchs en finale de la Coupe Stanley avec une séparation de l'épaule, une côte brisée ainsi que de multiples déchirures musculaires et cartilagineuses. Si même la douleur ne peut empêcher un joueur de se défoncer durant sa joute, est-ce réellement toujours de la faute des entraîneurs et des propriétaires si un joueur retourne jouer *amoché*?

IL ÉTAIT VRAIMENT TEMPS

Bien sûr, en aucun cas je ne considère que les mesures prises par les dirigeants de différentes ligues sportives en matière de blessures sont déplacées. Au contraire, le sport se devait d'aller dans une direction beaucoup plus sécuritaire, mais ce genre de situations ne démontre-t-il pas que les joueurs sont souvent prêts à jouer coûte que coûte? J'en viens donc à me questionner sur ce que les différents sportifs pensaient lorsqu'aucune recherche n'avait été faite sur les commotions cérébrales à répétition au niveau des dommages à long terme. C'est connu que personne ne s'est jamais senti en pleine forme après une commotion cérébrale alors contrairement à ce que les tribunaux semblent penser dans le dossier des recours collectifs, ne serait-il pas possible que les joueurs possèdent aussi une certaine part des torts? Il ne sera probablement jamais possible de savoir, mais ce qui est certain c'est que la ligue a tout l'air d'avoir endossé son rôle et les différentes mesures disciplinaires pourraient bien venir peu à peu à bout des coups dangereux dans les différentes ligues de contacts.

MAIS OÙ S'EN VA LE SPORT

Il y a toutefois des bémols dans toute cette histoire d'application de mesures de sécurité. Comme nous avons pu le voir au Québec, par exemple, la LHJMQ au hockey a modifié drastiquement ses règlements en matière de bagarre. Pour ce qui est des ligues plus jeunes comme le bantam ou le midget, elles ont aussi été touchées par des réglementations très importantes au niveau des mises en échec dans certaines catégories. Tous ces règlements ne font pas l'unanimité et selon certains, ils tuent complètement le sport. Le monde sportif est en complète effervescence continue et personne ne sait quels règlements toucheront nos sports préférés. Une chose est certaine par contre, les ligues professionnelles ne prendront jamais ces décisions à la légère puisque lorsque le spectacle en prend un coup, il est bien certain que leur portefeuille aussi.

Le sport est depuis longtemps un très bon moyen de garder la forme. Certains fréquentent les salles d'entraînement, d'autres jouent au hockey. Une chose est sûre, les gens considèrent le sport comme le moyen le plus intéressant d'éliminer les quelques calories en trop. Cette activité représente toutefois une très grande source de blessures pour les sportifs professionnels ou amateurs. Dans le sport professionnel, les blessures font partie des risques du métier, mais à qui revient réellement la faute lorsqu'un joueur revient trop rapidement au jeu?

LES LIGUES POINTÉES DU DOIGT

Nous avons pu voir lors des dernières années que des recours collectifs, regroupant des milliers de poursuivants, ont été adressés à des organisations aussi importantes que la LNH ou la NFL. Ces recours collectifs, qui représentent des poursuites de plusieurs centaines de millions de dollars, visent à compenser financièrement pour les blessures à la tête que ces joueurs ont subies à répétition au cours de leur carrière. Les retraités reprochaient aux ligues respectives d'avoir trop longtemps minimisé les effets néfastes de commotions cérébrales à travers les années et d'avoir été tenus volontairement dans l'ignorance par leur ligue. Les autorités sportives, quant à elles, reprochaient aux joueurs de ne pas s'être informés eux-mêmes par rapport à des questions touchant leur propre santé.

LA SÉCURITÉ QUI SE POINTE LE BOUT DU NEZ

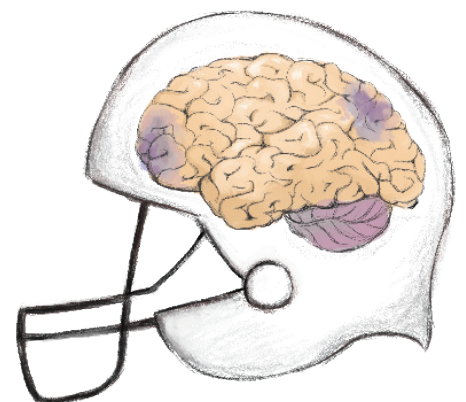
Les dirigeants se sont donc retrouvés sur la corde raide et ont dû ajuster drastiquement les politiques de blessures à la tête dans les ligues sportives respectives. Par exemple, le baseball, qui n'est pas un sport où les commotions sont fréquentes, possède son propre système d'évaluations préventives. Heureusement, les médecins semblent maintenant détenir beaucoup plus d'autorité au niveau des blessures avec le feu rouge qu'ils peuvent donner aux entraîneurs concernant un joueur blessé. C'est donc dire que les propriétaires ont réellement pris du recul et semblent maintenant favoriser la réhabilitation complète d'un joueur plutôt que de l'encourager à jouer malgré une blessure.

LES AUTORITÉS FRAPPENT OÙ ÇA FAIT MAL

La suspension de 41 matchs de Raffi Torres, un joueur de la LNH, peut aussi être prise en exemple lorsqu'il est question de démontrer que les ligues de sports de contacts ont sévi

dans les dernières années. Ils veulent prendre des moyens de décourager les joueurs de poser des actions répréhensibles qui pourraient mener à la fin de carrière abrupte d'un joueur en santé. La ligue Junior AAA de hockey est aussi un exemple en matière de recul face à la violence. Cette ligue, qui regroupait parfois de puissants durs à cuire, attirait des foules immenses grâce à des parties où l'aspect physique était omniprésent. Les joueurs ont encore la possibilité de se battre, mais un combat entraîne maintenant l'expulsion automatique des deux pugilistes.

Ces règlements ne représentent que la pointe de l'iceberg puisqu'une bonne partie des ligues de bagarres ou de contacts au Québec ont modifié drastiquement la manière de traiter les mises en échec et les bagarres. Le sport restera toujours un sujet chaud dans la société d'aujourd'hui et certains penseront toujours que bon nombre de règlements mis en place contribueront à tuer le sport. Certains parleront des risques du métier, d'autres diront que rien n'est mieux que du «beau sport propre». Ce débat restera probablement toujours vif, mais les opinions divergentes contribueront fort probablement à ne jamais déclarer de gagnants sur la question.



SECTION SPORT

LE YOGA : FORME ET BIEN-ÊTRE

Le mot « Yoga » est originaire de l'Inde, une philosophie vieille de plusieurs millénaires, dont l'une des significations est « unir ». Reconnue pour ses vertus relaxantes, sa pratique est basée sur les principes d'une sagesse de vie applicable à toutes et à tous, et ce, peu importe nos croyances ou notre religion. Le yoga permet de développer des rapports harmonieux entre le corps, le mental et l'esprit.

Sarah Ait Gherbi

UN SPORT, UNE PHILOSOPHIE, UN ART DE VIVRE, UNE THÉRAPIE, UN PEU TOUT ÇA

Cette activité qui a le vent en poupe est souvent citée d'exemple pour sa propension à diminuer le stress et améliorer l'hygiène de vie. Relativement récent dans le paysage occidental, le yoga est devenu un symbole d'ouverture de conscience, de paix intérieure, de sérénité et de bien-être partout dans le monde.

LE YOGA AU CENTRE SPORTIF : UN SPORT À PART ENTÈRE!

Au Centre sportif de l'Université de Sherbrooke, le yoga y est fort bien établi. Il existe tout un éventail de yogas. On peut suivre des cours à des prix abordables qui se font en groupe, dans une atmosphère paisible et non compétitive: chacun peut donc y trouver son bonheur. Tout d'abord, le Power yoga améliore le tonus musculaire et la conscience corporelle. Ensuite, le hatha yoga midi; pour débutant et intermédiaire calme le mental et permet de se connecter à soi-même, dans le moment présent. Enfin, offerts par des professeurs certifiés, ces différents types de yoga ont pour finalité

l'harmonie du corps, du mental et de l'esprit du pratiquant avec le monde qui l'entoure.

APRÈS LE COURS : LES FONCTIONS CÉRÉBRALES AMÉLIORÉES

Une étude de l'Université de l'Illinois démontre que 20 minutes seulement d'exercices centrés sur les postures physiques (yoga hatha) améliorent nos facultés intellectuelles: des participants ont mieux réussi des tests d'aptitudes cognitives suite à un cours de yoga en comparaison avec les mêmes tests après 20 minutes d'exercices d'aérobic.

PRATIQUER LE YOGA C'EST AUSSI PRÉVENIR LA DÉPRESSION ANXIEUSE

Une pratique de yoga orchestrée autour des exercices physiques, exercices respiratoires et de méditation permettraient de prévenir l'apparition de la dépression et des troubles anxieux. Selon une étude de l'Université de Boston publiée en 2010, trois mois de yoga pouvaient aider à réduire l'anxiété et à augmenter dans le cerveau les niveaux de gamma-aminobutyric (GABA),

un neurotransmetteur responsable de l'hyperactivité neuronale associée à l'anxiété.

L'ART DE VIVRE EN YOGA

Étant moi-même adepte de cette discipline, je constate qu'une pratique régulière du yoga me donne une plus grande aisance dans les actions quotidiennes. Outre les bienfaits physiques, le yoga me permet de mieux gérer mon stress et de recouvrer calme et sérénité.

Finalement, le yoga est une philosophie salvatrice qui nous permet d'apprendre à « lâcher prise », de faire le vide dans sa tête et d'éliminer les pensées parasites. Apprendre à vivre pleinement le moment présent, dans « l'ici et le maintenant ».

Vous pouvez vous aider en pratiquant le yoga environ 20 minutes par jour. Cela vous aidera à réaliser le défi de garder un corps sain, un mental serein et à retrouver l'harmonie avec vous-même dans la vie trépidante d'aujourd'hui. Une petite pause, un luxe à ne pas se refuser. Namaste!

S1 FIGHTING : l'avenir des arts martiaux au Québec

Les arts martiaux mixtes ont-ils perdu leurs lettres de noblesse? L'âge d'or de l'UFC s'est-il terminé au même moment que le départ de George St-Pierre? L'ancien champion du monde des poids mi-moyens ne cesse de répéter que l'organisation doit être plus sévère concernant la consommation de substances altérant les performances. Effectivement, plusieurs athlètes ont été pris la main dans le sac ces derniers temps, faisant pleuvoir les suspensions. De plus, sans champion québécois, l'UFC s'éloigne de plus en plus du marché montréalais: le dernier championnat remonte à avril dernier et le président Dana White a déjà confirmé que le Centre Bell ne reverra pas l'organisation en 2016.

Marc-André Descôteaux

LA BOXE THAÏE DANS LA MIRE DU QUÉBEC

Les amateurs de sports de combat ne seront pourtant pas laissés à eux-mêmes, puisqu'une nouvelle organisation verra le jour dès novembre. Piloté par nul autre que Stéphane Patry, chroniqueur à RDS, S1 Fighting accueillera des talents de partout dans le monde et sera diffusé internationalement. Le nouveau projet de Patry se spécialisera dans le Muay Thaï, plus connu sous le nom de Thaiboxing, discipline se pratiquant debout et enchaînant des combinaisons de coups plus spectaculaires les uns que les autres (coups de pieds, coups de genoux et coups de coudes). Le sport étant déjà très populaire mondialement, l'objectif sera de rapatrier nos athlètes québécois qui souvent devaient s'exiler pour le pratiquer.



Stéphane Patry nous assure qu'à partir de la fin novembre, c'est la partie la plus agréable qui commence alors qu'enfin l'élite québécoise en combat debout pourra vivre de son sport ici même au Québec et que bien sûr les amateurs de sport québécois auront la chance de découvrir le sport le plus spectaculaire et enlevant de la planète. L'organisation sera à l'écoute de son public dès ses débuts en leur donnant la parole quant à savoir les combats qu'ils désirent voir. En effet, plusieurs décisions seront soumises au vote du public via leur site web et diverses applications, permettant une interaction plus intime avec les adeptes.

UN CLUB-ÉCOLE DÉGUISÉ?

Alors que le premier événement sera présenté à la Tohu, plusieurs athlètes de haut niveau s'y battront, figurant parmi eux les frères Jourdain. Interviewé plus tôt ce mois-ci, le plus jeune des deux frères croit assurément que S1 peut aller loin sous la direction d'un homme tel que Stéphane

Patry et que son contrat lui permettra d'aller chercher plus d'expérience. Le jeune athlète ne cache pas ses intentions: décrocher un contrat dans une grande organisation d'arts martiaux mixtes telle que l'UFC ou encore Bellator. Pourtant, S1 se positionne au même niveau que ces dernières et compte attirer des combattants tout aussi spectaculaires. Deviendra-t-elle une sorte de club-école un peu comme les Bulldogs de Hamilton pour les Canadiens de Montréal? S1 n'en est qu'à ses débuts et doit encore gagner ses galons, ce qui n'est pas gagné d'avance, puisqu'il n'existe pas à ce jour d'organisations de Thaiboxing du calibre de l'UFC. S1 est un vrai vent de fraîcheur en cette période un peu chaotique dans le monde des arts martiaux mixtes. On nous promet des combats plus sécuritaires, plus *clean* et encadrés. Nous aurons le droit à des événements d'une rare qualité, différents du remâché qu'on nous sert dans l'octogone quatre fois par mois.

LES INDÉCIS DE LA GASTRONOMIE, C'EST PAR ICI!

Sébastien Binet
Andrée-Anne Roy

La mode est au compte des calories et à la bonne bouffe à la fois. Il est parfois difficile de mélanger les deux sans se perdre dans l'univers de la nutrition. Que tu sois en train de préparer ta liste de Noël ou que tu veuilles impressionner la galerie avec ta silhouette dont tu n'es pas peu fier, voici nos choix d'inspirations culinaires.

MA TABLE FESTIVE DE HUBERT CORMIER

Ce tout récent livre vous propose des manières originales d'incorporer le yogourt à vos recettes quotidiennes. Pourquoi le yogourt? Selon le nutritionniste et diététiste Hubert Cormier, le yogourt nous permettrait de contrer le manque d'apport en protéines de nos repas en aidant à mieux doser les portions. De plus, le yogourt vient remplacer des sources riches en matières grasses comme la mayonnaise et plusieurs autres sauces. Du coup, le yogourt peut venir substituer plusieurs ingrédients tels que la crème sure, la crème glacée, le fromage à la crème, l'huile, le beurre et plusieurs autres ingrédients, vous permettant ainsi d'alléger votre épicerie. De ce fait, la texture à laquelle nous sommes habitués ne change pas, mais nous incorporons des protéines sans se casser la tête. Ce livre vous apprendra tout ce qu'il y a à savoir sur cet aliment méconnu et vous épatera par ses choix de recettes simples, mais originales pour vos déjeuners, diners et soupers! De plus, toutes les valeurs nutritives sont mises au bas des recettes afin de rester sur le droit chemin.

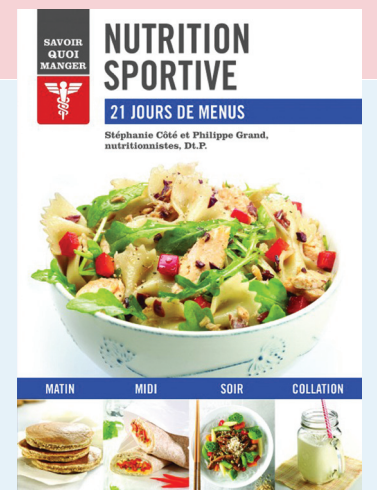


MAIGRIR 2

Pour les gens avec un surplus de poids qui désirent perdre quelques kilos, il est parfois bien difficile de se prendre en main. À un moment c'est la volonté, d'autres fois c'est tout simplement la peur de l'inconnu. *Maigrir 2* est donc parfait pour vous, gens qui nagent un peu vers le néant, puisque Chantal Lacroix, en collaboration avec Jimmy Sévigny, a concocté un livre simple, complet qui mise sur la motivation tout en s'axant sur soi. Le livre offre une partie de motivation et d'explications assez basiques qui s'adresse donc plus aux débutants du conditionnement physique. Ces qualités en font donc un très bon guide pour tous les nouveaux adeptes de la mise en forme, avec en prime plus d'une centaine de recettes appétissantes et complètes. Pour les plus expérimentés, *Maigrir 2* reste tout de même une très bonne source de recettes variées qui permet de se créer un menu très diversifié tout en restant sain et délicieux.

NUTRITION SPORTIVE – 21 JOURS DE MENU

Tout le monde sait que le corps humain doit bouger pour rester en santé, mais les gens oublient souvent que la nutrition est aussi un facteur plus qu'important pour garder un mode de vie sain. C'est pourquoi le duo formé de Stéphanie Côté et Philippe Grand a concocté un superbe livre expliquant les nombreux bienfaits d'une alimentation équilibrée. Recettes variées, plan alimentaire de 21 jours, on peut littéralement trouver des assiettes qui plaisent à tous les fins palais tout en misant sur la simplicité. C'est donc le livre parfait pour ceux qui veulent maintenant donner un souffle nouveau à un combo entraînement/alimentation qui stagnait depuis quelques temps. Pour ceux qui auraient l'âme un peu plus indépendante, les bases d'une bonne alimentation sont très bien expliquées afin de permettre à tout un chacun de se créer ses propres repas. Pour les autres qui préfèrent rester dans les sentiers battus, le livre vous conviendra parfaitement avec ses 47 recettes santé simples à concocter, il n'y aura donc plus de bonnes raisons de négliger ses repas.



SAUVER LA PLANÈTE UNE BOUCHÉE À LA FOIS DE BERNARD LAVALLÉE

Les livres précédents concernaient beaucoup plus l'alimentation et l'activité physique. Il était donc justifié de sortir des sentiers battus et de présenter un livre très bien ficelé qui pourra satisfaire notre petit ange écolo intérieur. Il arrive à tout le monde d'interroger sa conscience écologique en se demandant ce qu'il est possible de faire pour l'environnement, aussi minimes que soient nos gestes. Bernard Lavallée s'est penché sur la question et nous étale les résultats de ses nombreuses recherches qui permettent de cuisiner et de consommer des produits tout en respectant la planète. Que ce soit pour la cuisine responsable, pour la manière simple de composter ou bien pour éviter les aliments transformés qui peuvent nuire à la santé, tout y est. Le jeune nutritionniste se penche autant sur les pratiques d'aujourd'hui que sur les actions portées au profit de la société de demain. Ses trucs pourront calmer les consciences tout en permettant d'améliorer les aliments qu'on consomme et ce, en économisant sur les produits qu'on jette sans raisons.

Les étudiants
obtiennent

10%
de *
rabais
sur

LE 1^{er}
DIMANCHE
DU MOIS!

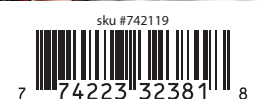
Tous les vêtements, chaussures, décorations pour la maison, articles électroniques et saisonniers, et jouets sur présentation de leur carte étudiante.

*Avant taxes. À l'exception des produits nettoyants, d'épicerie, de santé et de beauté, des fleurs et des paniers suspendus, de la nourriture pour animaux domestiques, des produits de loterie et de tabac, des cartes-cadeaux, des cartes prépayées et des timbres, ainsi que des services Western Union et des services financiers TG. Valide uniquement le 1^{er} dimanche du mois. Seulement aux magasins TG de Sherbrooke situés au 810, rue du Conseil et au 4005, rue Comtois. Offre valide jusqu'au 31 juillet 2016.

C'EST PAYANT DE MAGASINER AU
TIGRE GÉANT DE SHERBROOKE!
DÉCOUPEZ ET ÉCONOMISEZ
DÈS AUJOURD'HUI!



TIGRE GÉANT
— votre magasin vos économies —



SECTION SPORT

GRANDIR À TRAVERS L'ADVERSITÉ

Matthew Vachon

L'équipe de soccer masculin du Vert & Or ne connaît peut-être pas le meilleur début de saison de l'histoire, mais malgré tout, les joueurs de l'équipe, le capitaine David Giroux-Jérôme en tête, continuent de grandir en équipe afin de faire rayonner leur sport.

Capitaine de la formation de soccer masculin de l'université, David Giroux-Jérôme a dû acquérir beaucoup d'expérience au fil des années avant de pouvoir obtenir ce titre. Bien évidemment prestigieux, ce titre vient avec la responsabilité de performer tout en permettant à ses jeunes coéquipiers d'apprendre. «Pour commencer, il faut montrer l'exemple à nos joueurs qui sont plus jeunes. Par la suite, il faut aussi aider nos coéquipiers à remonter la pente en étant positif dans nos commentaires lorsqu'ils se sentent moins bien. Il faut veiller à ce que tout le monde avance dans la même direction également.» Ainsi, son rôle s'apparente grandement à celui d'un grand frère au sein de son équipe où le concept de famille est primordial: «À Sherbrooke, l'esprit de famille est quelque chose qu'on ne ressent pas ailleurs. En comparaison avec Montréal, les joueurs viennent pratiquer et retournent à la maison ensuite de leur côté. À Sherbrooke, nous savons que nous habitons tous près du quartier universitaire, donc on fait des activités et des soupers en équipe.»

Au cœur d'un début de saison sans victoires et ponctué d'une blessure pour Giroux-Jérôme, c'est le moment idéal pour mettre ces belles paroles à l'épreuve. «C'est sûr que nous connaissons des moments plus pénibles, mais nous avons des réunions afin de redresser la barque. Nous allons mettre les efforts pour aller chercher des points et remonter au classement pour ainsi sauver notre honneur.» Par contre, tout n'est pas négatif. De l'aveu du vétéran défenseur, le Vert & Or est souvent dans le coup contre les équipes puissantes, mais un peu moins contre les équipes dans la moyenne. C'est une question de détails et d'une légère amélioration au niveau de la préparation avant que la formation sherbrookoise goûte à la victoire pour une première fois cette année.

QUELQUES AMÉLIORATIONS REQUISES

Lorsqu'il est question de Vert & Or, la grande majorité des étudiants pensent à l'équipe de football, une discipline sportive qui profite d'une énorme visibilité au niveau universitaire. Pour sa part, le soccer n'attire pas beaucoup



Crédits: UdeS

de spectateurs. Une situation que Giroux-Jérôme aimerait bien voir changer.

«Nous n'avons pas eu de très grosses foules jusqu'à présent, mais je vois que ça commence à changer. Le monde réalise qu'il y a une équipe. Il faut comprendre que lorsque nous voyons plusieurs personnes dans les gradins, ça nous motive. Donc, les performances viennent un peu avec ça.»

Par contre, voir un plus grand nombre de spectateurs n'est pas la seule chose que le vétéran aimerait améliorer afin que le Vert & Or puisse passer au niveau suivant. «Je dirais l'aspect financier. Notre école n'a pas la possibilité d'offrir d'énormes bourses dans le but d'attirer les joueurs. De plus, puisque nous sommes situés loin, les joueurs de Montréal ne viendront pas ici en raison

de l'aspect financier par exemple. Donc, on doit travailler sur notre recrutement dans le but d'attirer les joueurs.»

Si vous ne pouvez rien changer à la situation financière de l'équipe, on vous invite à aller encourager votre équipe de soccer du Vert & Or. Elle compte sur vous!

SHERBROSE

En terminant, David Giroux-Jérôme vous invite à encourager SherbRose, une initiative du comité des athlètes du Vert & Or. Il s'agit de la mise en vente de chandails avec un logo complètement rose de l'Université de Sherbrooke. Les chandails à manches longues sont au prix de 20\$ et les chandails à manches courtes sont au prix de 15\$. Tous les profits sont évidemment remis à la fondation du cancer du sein.

NOTRE PROGRAMME DE PRIX ET BOURSES 2016 EST POUR VOUS !

 BOURSES DE L'AVENIR

Études de premier cycle en génie

120 000 \$
40 BOURSES DE
3 000 \$

 PRIX UNIVERSITAIRE DU MÉRITE

Études de premier cycle en génie

1^{er} prix » **7 500 \$**
2^e prix » **5 000 \$**
3^e prix » **3 000 \$**

 BOURSE D'EXCELLENCE AUX ÉTUDES SUPÉRIEURES


Études aux cycles supérieurs

7 500 \$

Pour poser votre candidature, remplissez le formulaire au foiq.qc.ca

DATE LIMITE : 26 NOVEMBRE 2015

FO FONDATION
de l'Ordre des ingénieurs
du Québec

 Ordre
des ingénieurs
du Québec