

*Le*  
**COLLECTIF**  
*— former et informer —*

VOL. 40 - N° 12 • LE 28 FÉVRIER 2017

LE JOURNAL ÉTUDIANT DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

**SORTIR DU CADRE**  
**OSEZ LA SIMPLICITÉ**

# LE P R O P R É TÉ

## DIRECTION

**Charles Allard-Martin**  
Directeur général

## RÉDACTION

**Laurence Poulin**  
Rédactrice en chef

**Émilie Lalonde**  
Chef de pupitre campus

**Sofie Lafrance**  
Chef de pupitre société

**Guillaume Marcotte**  
Chef de pupitre culture

**Christophe Lachance-Tardif**  
Chef de pupitre sports

**Maryka Lessard**  
Correctrice en chef

## COLLABORATEURS

**Audrey Bacon-Giffard**

**Cédric Beaudoin-Mainville**

**Léa Bourque**

**Benjamin Brisebois**

**Gabrielle Comeau**

**Thomas Chenel**

**Camille Cloutier**

**Geneviève Groleau**

**Maryka Lessard**

**Alexandre Masson**

**Jordan Ouellet**

**Kassandra Poulin**

**Laurence Richard**

**Jessica Samario**

**Zoé Nadeau-Vachon**

## TECHNIQUE

**Gabrielle Gauthier**  
Infographie  
Illustration

**Charles Coupal-Jetté**  
Distribution à Sherbrooke

**Myriam Gilbert**  
Distribution à Longueuil

**Sarah Turbil**  
Gestion Web

**Rolland Vaillancourt Jr.**  
Responsable web

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

*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 : 9 MARS**

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

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

Crédits : Programme.tv



**LE MONTAGNAIS**  
VILLAGE UNIVERSITAIRE  
346-1254  
Télec.: 346-1423  
1970, 204, rue du Montagnais  
Sherbrooke

**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](mailto: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](mailto: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](http://lecollectif.ca)



[facebook.com/journalcollectif](https://facebook.com/journalcollectif)

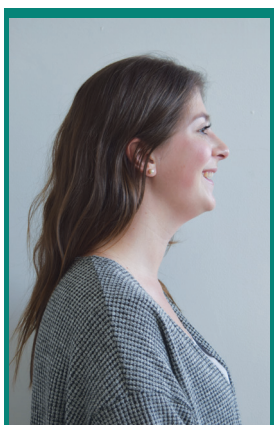


[twitter.com/jlecollectif](https://twitter.com/jlecollectif)

# Éditorial

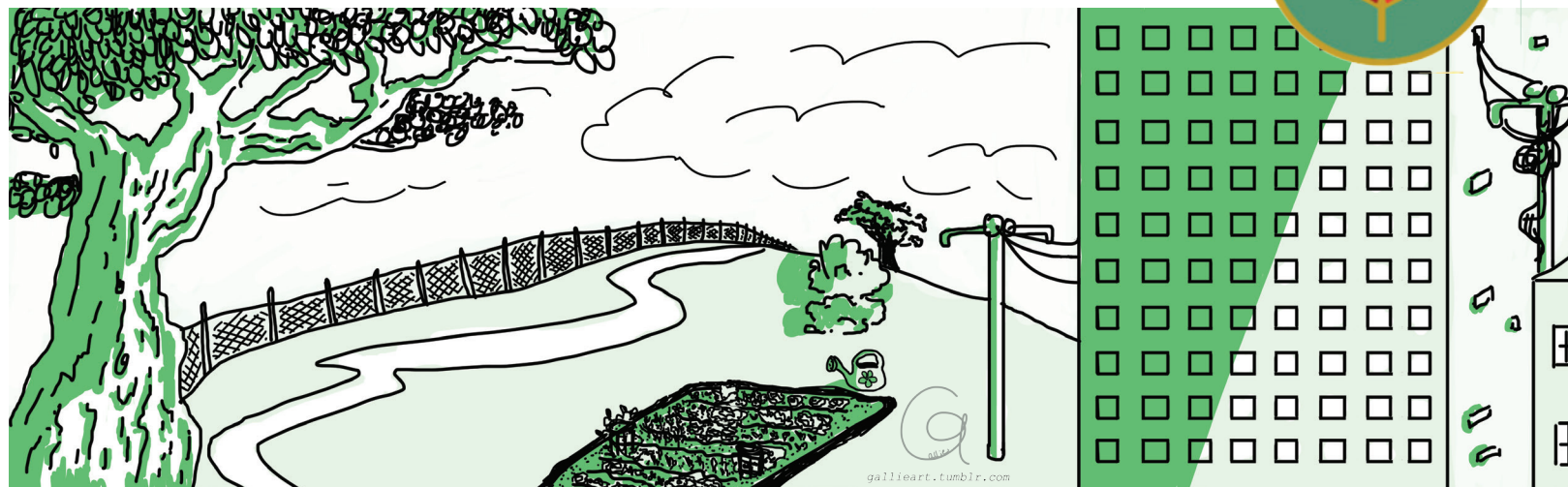
## DE LA RÉDACTRICE EN CHEF

# Une 29<sup>e</sup> année remarquable pour le Colloque de l'AMEUS



**LAURENCE  
POULIN**

redaction@lecollectif.ca



**C'est dans un certain contexte de climat-scepticisme venant surtout du nouvel**

**élu chez nos voisins du sud que s'est déroulé le 29<sup>e</sup> Colloque de l'AMEUS, l'Association de la Maîtrise en environnement de l'Université de Sherbrooke. Retour et perspectives sur cette impressionnante initiative étudiante.**

Ce sont 216 personnes qui ont répondu à l'invitation de ce Colloque sur les innovations durables dans les villes, le 24 février dernier. Cette initiative 100 % étudiante est remarquable tant par sa pérennité à travers les années, mais aussi par la qualité de son organisation et des conférencières et conférenciers invités. Durant toute la journée, les participants en majorité issus de la communauté étudiante, mais aussi de professionnels et élus de différents milieux, ont eu droit à différentes réflexions sur des initiatives afin de subvenir autrement à nos besoins vitaux.

Denyse Rémillard, directrice du Centre universitaire de formation en environnement et développement durable, ainsi qu'Alain Webster, vice-recteur au développement durable, ont ouvert le colloque, suivis de l'invitée d'honneur, Lisette Maillé, mairesse d'Austin. Cette municipalité fut effectivement récipiendaire du Prix des collectivités durables 2016 de la Fédération canadienne des municipalités pour ses nombreuses initiatives et son Plan d'action pour un aménagement durable du territoire de cette municipalité rurale des Cantons-de-l'Est.

### ÉCOQUARTIERS ET RUELLES VERTES

Se sont ensuite suivies simultanément les conférences d'Aline Berthe et de Nicolas Montpetit. Ce dernier, directeur du Regroupement des écoquartiers, est venu partager les initiatives et réalisations de ce regroupement. Il s'agit en fait de la responsabilisation citoyenne passant par l'amélioration du milieu de vie des résidents en faisant la promotion de l'écocivisme. Une des plus grandes réalisations de ce groupe consiste au principe des ruelles vertes. À Montréal, là où le mouvement a débuté, on peut retrouver 317 ruelles vertes dans 15 des 19 arrondissements. Il est

démontré qu'elles renforcent la capacité des citoyens, leur attachement à leur milieu et leur sentiment d'appartenance et de confiance entre voisins de quartier. Des espaces sains, conviviaux et sécuritaires en ressortent. Selon M. Montpetit, une ville comme Sherbrooke pourrait aisément se doter d'écoquartiers, et ce n'est pas une appellation protégée.

### LES INNOVATIONS DURABLES DANS LES VILLES

S'est ensuite enchaîné un panel diversifié et fort pertinent sur le thème des innovations durables dans les villes. C'est un public très réceptif au regard allumé qui a pu entendre les réflexions de Claude Belleau, directeur général d'Estrie Aide, de François Gourdeau, directeur général d'UrbanÉco construction et d'Émilie Nollet, cofondatrice d'Écosystème Alimentaire Urbain (ÉAU). Une réflexion intéressante a été entre autres celle de M. Belleau sur le principe de l'innovation. Celui

**« On consomme trop et on produit trop. Le réemploi permet de réduire cette consommation tout en encourageant les mécanismes locaux pour le faire. »**

qui dirige l'OBNL oeuvrant pour la deuxième vie de meubles, de vêtements, d'électroménagers, etc., disait que pour lui, l'innovation, c'est aussi avoir un regard différent sur une situation. C'est aussi partir d'une contrainte environnementale, économiquement viable et socialement responsable. Pour lui, le réemploi est le moyen économique le plus rentable, et il faut capter la matière issue de notre société de consommation. Comme il l'a dit, on ne peut pas arrêter complètement de consommer, mais on se doit de consommer différemment pour allonger le cycle de vie. Un concept ressorti de cette discussion fut le principe du *fast*. Nos sociétés sont prises dans un roulement infini de fast-fashion, de fast-food, de fast-housing, etc. On consomme trop et on produit trop. Le réemploi permet de réduire cette consommation tout en encourageant les mécanismes locaux pour le faire.

### L'ORGANISATION DURABLE DANS LES VILLES

Le panel d'après-midi, composé d'André Bellavance, maire de Victoriaville, de Dominique Boisvert,

membre fondateur du Réseau québécois pour la simplicité volontaire et auteur de *L'ABC de la simplicité volontaire*, de Fabienne Mathieu, présidente-directrice générale d'ÉCOgestion-solutions et de Guillaume Rousseau, professeur adjoint à la Faculté de droit de l'UdeS, a discuté notamment des paliers décisionnels de gouvernement et des compétences relatives à l'environnement.

Selon eux, il y a urgence d'agir, et même si parfois, ça doit se faire à contre-courant de nos sociétés actuelles. Madame Mathieu relevait un point majeur tel que celui des contraintes trop grandes concernant les toits verts. Il s'agit pour elle d'un non-sens et on se doit d'encourager la mixité d'usage dans nos villes. M. Rousseau, lui, mentionnait qu'on se doit d'exiger de nos législateurs une plus grande flexibilité législative afin que lois et règlements ne soient pas des barrières aux initiatives durables. M. Boisvert avançait une idée très pertinente sur la gratification différée. En effet, de nombreux élus vont préférer repousser des initiatives afin d'être réélus dans l'instant présent. Selon lui, il serait plus durable de penser à long terme et non pas qu'au présent, et ça prend du courage, de la vision au-delà de la réélection. Mme Mathieu a quant à elle parlé davantage de la problématique des banlieues. Selon elle, elles ont un potentiel incroyable, mais on doit utiliser l'espace intelligemment, créer des espaces communs et encourager la mixité. En somme, le tissu social et l'éducation sont au cœur des initiatives durables dans les villes.

En somme, ce 29<sup>e</sup> colloque étudiant fut une grande réussite d'autant plus qu'aucun papier n'a été utilisé pour rejoindre et inviter ces 216 personnes présentes. Les réseaux sociaux et le bouche-à-oreille sur le campus ont suffi pour réunir ceux qui désiraient en apprendre davantage sur les initiatives durables dans les villes. L'équipe organisatrice, composée de 26 bénévoles, s'était donné pour défi d'avoir le moins de déchets et d'impact environnemental possible. Ce fut atteint avec un total de 60 grammes de déchets et 3,01 tonnes de CO<sub>2</sub>, en respect de la norme de gestion responsable d'événements BNQ 9700-253. En attendant la 30<sup>e</sup> édition, nous pouvons tous collectivement et individuellement contribuer à la durabilité de notre société par diverses initiatives telles que le principe du zéro déchet ou encore le réemploi et la consommation intelligente.



**FANNY BLOOM ET DIMONÉ**  
**Mardi 14 mars, 20 h**  
 Petite salle du Centre culturel  
 Billets disponibles à la billetterie du Centre culturel  
 ou à la porte le soir de l'événement

**À VENIR**

Julien Tremblay	17 mars
Sally Folk	22 mars

**ARRIÈRE COURSES**  
 TA COLLECTION DE SHOWS

UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE **FÈUS** FÉDÉRATION ÉTUDIANTE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE  
 remdus Engagé pour les droits étudiants  
 GAK 88.3FM  
 Le COLLECTIF



Vous avez besoin d'aide avec:

- votre CV?
- votre lettre de présentation?
- vos entrevues ?

La Clé de l'emploi est parfaite pour vous!

Courriel : [cle.emploi@USherbrooke.ca](mailto:cle.emploi@USherbrooke.ca)

Local : Pavillon de la vie étudiante

(E1-114)

Tél. : 819 821-8000, poste 63946

#### Horaire d'hiver 2017

Lundi	9 h - 15 h
Mardi	9 h - 15 h

# FÈUS

FÉDÉRATION  
ÉTUDIANTE DE  
L'UNIVERSITÉ  
DE SHERBROOKE

## Souper-encan-bénéfice 2017 de la Fondation FORCE

La Fondation FORCE organise un souper-encan-bénéfice sous le thème de Tapis rouge. L'encan-bénéfice mettra en vedette des toiles d'artistes de la communauté universitaire et des sorties avec des artistes de la région. Parmi ceux-ci, l'humoriste Virginie Fortin, l'auteure Véronique Grenier et le journaliste Dominic Tardif.

Grâce à ses quatre programmes d'aide, la Fondation FORCE offre un soutien considérable aux étudiantes et étudiants présentant des difficultés financières mettant en péril leur projet d'études. Ainsi, le support des donateurs et des partenaires est précieux et contribue à faire une différence significative au sein de la communauté étudiante.

Si tu as envie de soutenir la Fondation FORCE en participant à ce souper-encan-bénéfice, tu peux réserver ta place de plusieurs façons :

- Par téléphone au 819 821-8000, poste 63951 ;
- Par courriel à [fondation.force@usherbrooke.ca](mailto:fondation.force@usherbrooke.ca) ;
- En personne au local E1-117 du Pavillon de la vie étudiante de l'Université de Sherbrooke.

**Date** : 21 mars 2017, à partir de 17 h

**Lieu** : Foyer du Mont-Orford au Centre culturel de l'Université de Sherbrooke

**Coût** : 40 \$ pour les étudiants et 60 \$\* pour un billet régulier

\*Un reçu aux fins d'impôt peut être remis à l'achat d'un billet de 60 \$.  
 Pour plus d'information : [USherbrooke.ca/force](http://USherbrooke.ca/force)

## Bourses d'implication FEUS – Hiver 2017

C'est maintenant le temps de soumettre ta candidature si tu désires recevoir une bourse d'implication de la FEUS. Au total, cinq bourses de 500 \$ chacune seront remises pour souligner l'engagement étudiant dans une association, un regroupement, un organisme ou un projet. Il y a également une bourse de 500 \$ pour récompenser le leadership et le développement durable.

**La date limite pour soumettre ta candidature est le 12 mars 2017 à 23 h 59.**

Pour les détails sur les conditions d'admission, les critères de sélection ainsi que les documents à remettre, visite le [feus.qc.ca/services/bourses](http://feus.qc.ca/services/bourses).

Pour plus d'information, consulte le [forcesavenir.qc.ca](http://forcesavenir.qc.ca) ou contacte la Fondation par courriel au [Mylene.Vezina@USherbrooke.ca](mailto:Mylene.Vezina@USherbrooke.ca) ou par téléphone au 819 821-8000, poste 63945.

La date limite pour déposer ta candidature est le 31 mars 2017.

# EARTHSHIP:

## LES MAISONS AVANT-GARDISTES écologiques ET autosuffisantes



**SOFIE  
LAFRANCE**

section.societe@lecollectif.ca

En 1972, Michael Reynolds, un architecte américain caractérisé d'environmentaliste utopique, développait le concept des maisons Earthships. Cette première forme d'habitation est apparue dans un désert aride du Nouveau-Mexique aux États-Unis et a été nommée *Thumb house*. Depuis, plus de mille Earthships ont été construites en Amérique du Nord et en Europe.

Les Earthships sont des maisons semi-enterrées dans la terre et sont essentiellement fabriquées à partir de matériaux recyclés. À titre d'exemple, les murs sont composés de pneus de voitures recyclés remplis de terre, les briques sont conçues à partir de canettes en aluminium et le

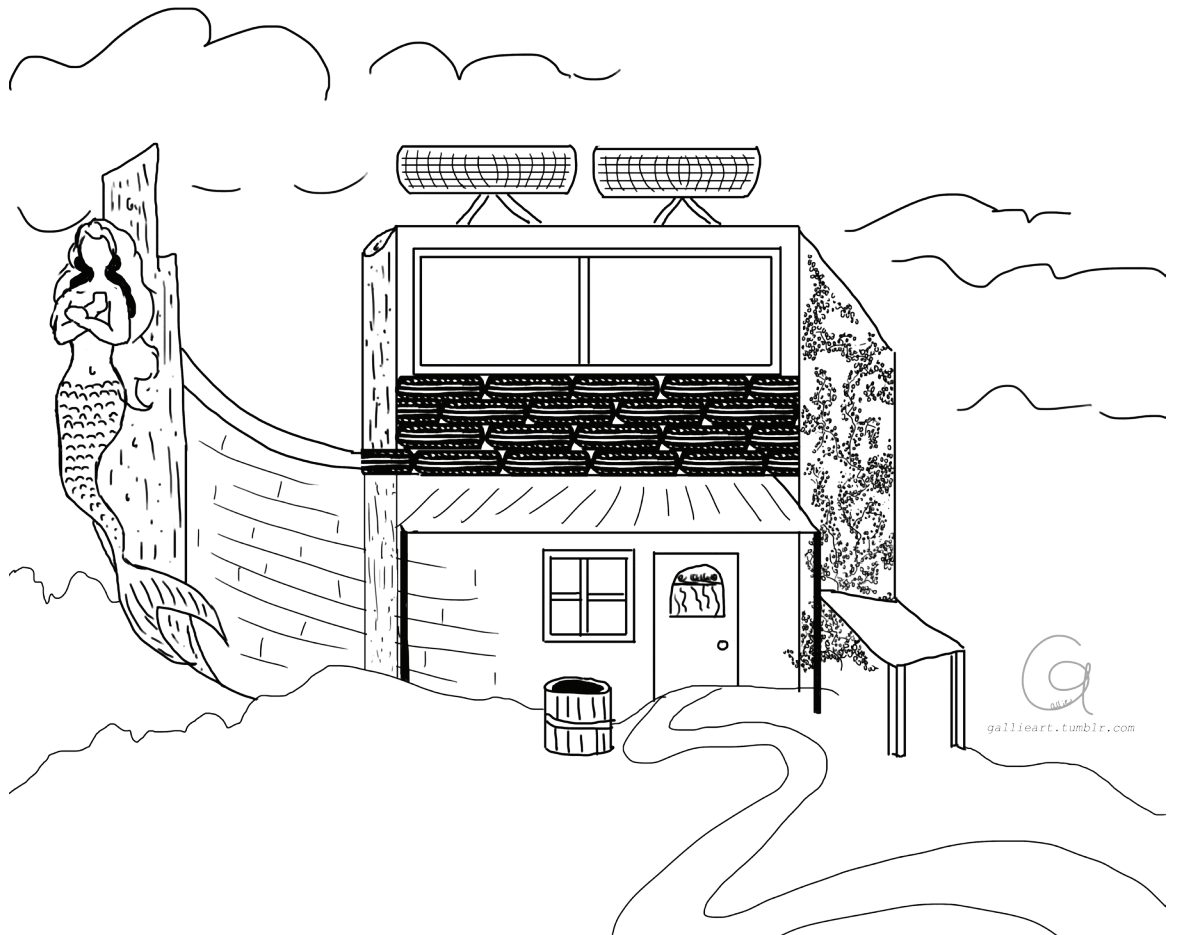
revêtement extérieur, à partir de bouteilles en verre. En plus d'être écologiques, ces installations sont presque totalement autosuffisantes en énergie, en nourriture et en eau!

Grâce au principe de la masse thermique, Reynolds est parvenu à imaginer un concept unique qui permet à ces installations de cumuler la fraîcheur en été et la chaleur en hiver. En effet, les Earthships fonctionnent selon le principe du « solaire passif ». La façade sud de l'installation étant entièrement vitrée permet à la chaleur de s'emmagasiner alors que la façade nord, se trouvant sous la surface terrestre, permet de réduire au minimum les pertes de chaleur. De plus, les Earthships ne sont généralement pas reliées à un réseau de distribution d'énergie électrique. Elles produisent leur propre électricité à partir de panneaux solaires, d'éoliennes ou autre. Ces maisons s'avèrent être des solutions de rechange avantageuses face à l'augmentation constante du prix des ressources énergétiques.

Les Earthships sont indépendantes des réseaux de distribution d'eau. Elles recueillent l'eau de pluie ou de neige qu'elles filtrent ensuite sur place. Elles sont également dotées de toilettes sèches, ce qui réduit au maximum le gaspillage d'eau. Enfin, les eaux usées produites par les personnes qui y résident sont aussi récupérées pour arroser les plantes, sources de nourriture de ces installations. Grâce aux aires vitrées de ces maisons, la production de fruits et de légumes en serre est possible, ce pour quoi elles sont qualifiées d'autosuffisantes.

Au Canada et au Québec, le concept d'Earthship est plus difficile à mettre en place. En raison des hivers robustes et des températures changeantes, la terre est plus encline à se gonfler et dégonfler dans un court laps de temps. Cela entrave donc le concept souterrain des installations écologiques. De plus, en raison des températures très froides, les utilisateurs tendent à recourir à des méthodes de chauffage plus ou moins écologiques, telles que les génératrices au gaz. En ce qui concerne les coûts de fabrication des Earthships, ils sont sensiblement les mêmes que la construction de maisons conventionnelles. Cependant, les économies réalisées à moyen et long terme en font des installations franchement rentables!

Pour de plus amples informations à ce sujet : [earthship.org/](http://earthship.org/).



## L'APPLICATION TRANSIT MAINTENANT DOTÉE DU MODE GO À SHERBROOKE!



C'est aussi excité que moi devant une émission de Gilmore Girls que mon grand ami d'enfance et collègue de travail au *Collectif*, Guillaume Marcotte, étudiant en communication, me faisait découvrir l'application révolutionnaire Transit la semaine dernière. (Oui, il tenait à son *shout out*). Cette application, révolutionnaire comme je viens de le mentionner, permet aux utilisateurs des transports en commun de Sherbrooke et de quelques 130 villes à travers le monde de se déplacer facilement et efficacement!

Premièrement, « wow », si vous ne la possédez pas sur votre engin mobile, je vous recommande un téléchargement illico presto. Cette application vous permet de connaître en temps réel les options de déplacements en autobus de ville à proximité de votre emplacement. Vous voulez vous rendre à l'Université le plus rapidement possible sans devoir choisir la destination « 410 E. SORTIE 6 BOUL. UNIVERSITÉ # 2052 » et vous murmurer intérieurement... *t'es sérieuse, STS?!* Petits dépliants papier et site web non *friendly user* sont maintenant choses du passé, vous pouvez les détourner tout à fait effrontément! En un clic, grâce à Transit, vous connaîtrez toutes les options qui s'offrent à vous et dans combien de minutes le prochain départ est prévu. Fantastique, non?

Deuxièmement, depuis le 16 février dernier à Sherbrooke, l'application s'est dotée d'une nouvelle fonctionnalité des plus renversante! Je ne suis certainement pas la seule à être consciente que l'autobus peut, à l'occasion, avoir quelques minutes de retard. Mais Sherbrooke n'est-elle pas la seule ville où il est fréquent que l'autobus passe bien avant l'heure prévue? « Excusez-moi, je suis en retard, j'ai manqué mon autobus parce

qu'elle est passée en avance... » Oui, parce qu'à Sherbrooke aussi, le mot *autobus* est féminin... à l'occasion.

Cette nouvelle fonctionnalité, nommée GO, est un mode de crowdsourcing passif, qui permet de connaître en temps réel l'emplacement des autobus. Comment? Grâce à toutes les autres personnes qui se servent de l'application simultanément. Ainsi, si vous êtes à bord d'un autobus et que vous ouvrez l'option GO, vous signalez à quel endroit vous vous trouvez. Cela permet aux autres utilisateurs qui sont en train d'attendre ce même bus de savoir dans combien de temps ils pourront y monter. Voire mieux, ils pourront savoir s'ils ont encore une chance de se dépêcher et de l'attraper à temps! Par le fait même, vous saurez combien de « nouveaux amis » vous remercient dès que vous vous servez de l'application, que ce soit à un arrêt ou à bord d'un bus.

Pour assurer l'efficacité et la pertinence de cette fonctionnalité, il est essentiel de passer le mot et faire en sorte que le plus grand nombre d'utilisateurs de transport en commun l'utilisent. En d'autres termes, plus les personnes emploient GO, plus les données générées seront nombreuses et plus le temps réel à travers la ville de Sherbrooke sera précis. Cette fonctionnalité a été lancée il y a deux mois à Montréal et à Victoria. Devant le succès monstre de GO, les administrateurs de Transit ont décidé de l'ajouter à travers le Québec.

Je vous dis donc : « À vos mobiles, GO! »

Pour plus d'informations : <https://transitapp.com/banners/crowdsourcing>

## SECTION SOCIÉTÉ

## DOSSIER ZÉRO DÉCHET



## 1 LE COURRIER

**Toutes les semaines, nos boîtes aux lettres se remplissent de papier : factures, états de compte, publicités, lettres et surtout circulaires. Avez-vous déjà pensé à la quantité de papier que cela prend pour remplir les boîtes aux lettres de TOUTES les résidences quotidiennement, tout ça pour se retrouver dans le bac de recyclage, ou pire encore à la poubelle et la plupart ne sont même pas consultés!**

Jessica Samario

## APPLICATION REEBEE : CIRCULAIRES &amp; AUBAINES

Reebec est une application pour téléphones cellulaires qui donne accès aux circulaires locales en ligne. Elle est disponible autant pour les produits Apple (App Store) que pour les Android (Google Play). On y trouve une grande variété de magasins, que ce soit pour voir les spéciaux de l'épicerie, les rabais de matériel électronique, de vêtements, de rénovation, etc. Donc, en quelques clics, vous aurez accès au même service et plus encore puisque vous pourrez choisir les boutiques qui vous intéressent tout en sauvant des arbres! Si vous n'aimez pas télécharger des applications, il est aussi possible de consulter les circulaires sur [circulaires.com](http://circulaires.com) ou directement sur les sites Web des magasins en question.

Vous me direz : « Oui, mais je vais quand même recevoir les versions papier chez moi! » Deux options s'offrent à vous. Vous pouvez vous retirer des listes postales pour ne plus recevoir de circulaires sur le site Web [cornerstonewebmedia.com/cma/submit.asp](http://cornerstonewebmedia.com/cma/submit.asp).

Ou encore, une solution plus rapide, apposez un écriteau ou un autocollant (comme offre Greenpeace) sur votre boîte aux lettres mentionnant : « Pas de publicité SVP ». La plupart des facteurs respectent ce choix et ne vous en laisseront pas.

Psssst! Arrêtez de donner vos coordonnées lorsque vous payez des achats en magasin... La plupart des concours servent à conserver ces informations personnelles pour vous envoyer de la publicité par la poste.

## ABONNEMENTS

Désabonnez-vous de l'annuaire téléphonique. Les numéros de téléphone et les adresses postales enregistrées sont disponibles sur les sites Web de Canada 411 ou de Postes Canada.

Priorisez les abonnements numériques, que ce soit pour des journaux ou des magazines, c'est pratique, plus facilement accessible en plus de libérer vos bureaux! D'ailleurs, plusieurs sont maintenant offerts sur applications pour téléphones intelligents.

## FACTURES

Abonnez-vous aux reçus et états de compte électroniques, que ce soit vos états de compte bancaire, de carte de crédit, votre facture d'électricité, etc. Il est même possible de recevoir un texto de votre compagnie de téléphone cellulaire pour vous aviser de la date d'arrivée de votre facture. Simple et efficace! Vous croyez que vous allez tout de même oublier? Utilisez un tableau blanc, bien en vue, pour faire une liste des comptes à régler que vous pourrez effacer au fur et à mesure.

## MATÉRIEL D'EXPÉDITION

Si vous devez absolument envoyer des documents par la poste, priorisez le papier certifié par la Forest Stewardship Council (FSC). Sinon, vous pouvez toujours réutiliser du papier, des enveloppes ou de vieilles boîtes plutôt que d'acheter du matériel tout neuf.



Crédits : La Presse

## 2 COMMENT AVOIR UN IMPACT INDIVIDUEL SIGNIFICATIF SUR L'ENVIRONNEMENT

Crédits : jesuisfrancais.net



**Saviez-vous qu'à Sherbrooke, la quantité de matière résiduelle produite en 2013 par les citoyens a été de 44 959 tonnes, et ce, excluant la matière résiduelle organique correspondant au système de compostage de la Ville?**

Léa Bourque

Pourquoi fait-on autant de déchets? C'est simple : parce que c'est tellement facile de jeter! C'est tellement facile que c'est automatique. On ne se pose même pas de questions. Dans les magasins et à la maison, les produits jetables et le suremballage font partie de notre quotidien, sans même qu'on le remarque. D'ailleurs, le camion vient chercher notre poubelle lorsqu'elle est pleine, alors pourquoi se casser la tête?

Ce qu'on oublie trop souvent, c'est que nos déchets ne disparaissent pas avec le camion. En fait, ils s'accumulent, créant ainsi plusieurs problèmes environnementaux, comme la contamination des sols et des cours d'eau près des sites d'enfouissement. De plus, si on se penche sur le problème à la source, un mode de vie qui favorise l'utilisation du « jetable » mène à une exploitation excessive des ressources.

Alors, comment contrer cette tendance? En prenant le contrôle de notre poubelle et en se posant des questions pour diminuer son contenu! Et c'est exactement ça le zéro déchet. C'est de trouver une autre solution pour chaque item finissant à la poubelle.

Ce mouvement se base sur cinq étapes à respecter en ordre : refuser, réduire, réutiliser, recycler et composter. La première

étape, refuser, nécessite d'arrêter de consommer les produits dont nous n'avons pas vraiment besoin, comme une paille en plastique dans notre verre au restaurant. La seconde étape, réduire, implique de diminuer notre consommation générale des produits nécessaires, comme les vêtements. La troisième étape, réutiliser, consiste à maximiser la vie d'un bien matériel. Par exemple, à la place de jeter une serviette que l'on trouve trop vieille ou trop usée, on peut la couper et en faire des guenilles. Finalement, tout ce qui ne peut être réutilisé doit être recyclé ou composté.

Ça peut paraître un défi immense, voire infaisable, mais c'est possible et même plaisant à réaliser! Il suffit d'y aller une étape à la fois et de respecter ses limites.

Dans cette optique, le Comité zéro déchet a été créé à l'automne pour faire connaître le mouvement et aider la communauté étudiante à produire moins de déchets. Présentement, nous travaillons sur plusieurs projets, dont un guide zéro déchet et un blogue qui sera animé par nos membres. D'ailleurs, nous organisons un atelier d'initiation au zéro déchet au retour de la relâche, soit le lundi 13 mars de 12 h à 13 h au salon du Carrefour de l'information.

Pour en savoir plus, vous pouvez suivre notre page Facebook : Comité Zéro Déchet UdeS. Aussi, vous pouvez consulter le livre de Béa Johnson *Zéro déchet* ou encore des blogues comme Le blog de Jule, Tendances radis, Les trapeuses, Sortir les poubelles et Trash is for tossers.

Ensemble, on va sauver le monde, un déchet à la fois!

# DEVENIR PROPRIÉTAIRE :

## L'ACHAT D'UNE MAISON EN 6 ÉTAPES



**C'est bien connu, l'immobilier est un investissement, et vivre dans une maison comporte son lot d'avantages. Il s'agit toutefois d'un long processus qui peut s'avérer compliqué lorsque nos connaissances en la matière sont minimales. Voici donc les six (plus grosses) étapes pour devenir propriétaire sans s'arracher les cheveux.**

**Gabrielle Comeau**

### 1. Visiter la maison

S'il n'y a pas de courtier, c'est le propriétaire qui vous fera gentiment visiter son domicile.



À cette étape, pas de gêne, posez des questions! Vous pouvez également demander la déclaration du vendeur, un document dans lequel ce dernier déclare, au meilleur de ses connaissances, tout ce qu'il sait sur la propriété.

### 2. Faire son budget

Si la maison vous plaît, le moment est venu de savoir si vous pouvez vous permettre un tel achat.

Contrairement à un loyer, une maison, c'est beaucoup de dépenses. Les taxes, l'assurance, l'hypothèque et les intérêts sont à considérer, sans oublier les dépenses d'électricité et de chauffage. Plusieurs outils sont disponibles en ligne pour calculer les paiements mensuels pour une propriété et il est bien de les utiliser pour se familiariser avec ces nouvelles dépenses.

### 3. Faire l'offre d'achat

Si votre budget vous le permet, le moment est venu de faire une offre d'achat, qui représente un engagement d'acheter officiel aux yeux de la loi. La plupart du temps, une offre d'achat comporte deux conditions : l'obtention du prêt hypothécaire et une inspection satisfaisante de la propriété.



Crédits : allodessin.com

Le vendeur est quant à lui libre d'accepter une offre ou non. Nous tiendrons pour acquis que ces deux conditions se retrouveront sur la vôtre.

### 4. Rencontrer un conseiller en prêt hypothécaire

Une hypothèque, ça se magasine. Il est important de rencontrer un conseiller qui vous expliquera tout en détail. Selon la mise de fonds (le minimum est généralement 5 % de la valeur de la maison), les conditions du prêt peuvent changer. Chaque cas est différent, et les experts sont là pour répondre à vos questions.

Si votre demande est acceptée, vous avez rempli votre première condition!

### 5. Faire inspecter

L'inspection de la maison est importante, car il est préférable de commencer du bon pied dans votre nouveau domicile. L'inspecteur passera l'endroit au peigne fin et vous fournira un rapport détaillé.

Grâce à ce rapport, vous serez au courant de tous les petits accros du bâtiment, de la fondation au grenier.

Si les résultats vous satisfont, vous pouvez lever vos conditions, la maison est à vous!

### 6. Passer chez le notaire

C'est la dernière étape. C'est à ce moment que vous remettrez le chèque de la mise de fonds. C'est aussi à cette dernière étape que vous deviendrez officiellement propriétaires. Au téléphone, le notaire vous expliquera le processus complet.

Acheter une maison est une étape importante. La clé du succès est de poser des questions, pour bien faire les choses, mais pour se rassurer également. Après tout, même si le processus est complexe, en fin de compte, vous serez chez vous.

## J'ai (presque) hâte d'être dans ma semaine

**Audrey Bacon Giffard**

Que celle qui n'a jamais oublié de s'apporter un tampon lance la première pierre! Négliger de trainer nos tampons ou nos serviettes hygiéniques de rechange est un classique qui ne se démode pas. Depuis presque un an, cependant, je ne suis plus très à la mode... Non! J'ai décidé de faire le virage Diva Cup, soit une des meilleures décisions de ma vie (directement dans mon top 5).

Les coupes menstruelles\* ne datent pas d'hier, mais c'est grâce à The Diva Cup qu'elles ont pu gagner en popularité. En fait, le seul bémol avec la Diva Cup, c'est qu'il n'y a pratiquement aucun plaisir possible à argumenter ses pour et ses contre puisque ces derniers sont inexistantes.

C'est dans les années 30 et 40 que les premières coupes menstruelles font leur apparition, mais elles ne connurent pas la notoriété espérée, principalement à cause de la pudeur des femmes de l'époque (les doigts dans le vagin, c'est non) et à la pénurie

de caoutchouc (la Seconde Guerre mondiale aussi, c'est non). De plus, les tampons avec applicateurs firent leur entrée en marché et volèrent instantanément la vedette.

Il fallut attendre jusqu'en 1987 pour avoir une coupe menstruelle en caoutchouc semblable à celles présentement sur le marché, et jusqu'en 2001 pour avoir la fameuse Diva Cup, celle-ci faite de silicone. C'est en voulant concevoir un produit d'hygiène personnelle confortable et personnel, mais surtout plus sain et plus écologique, que Francine Chambers et sa fille Carinne créèrent la Diva Cup.

Les avantages du port de la coupe menstruelle sont bénéfiques non seulement pour les personnes menstruées (et leur portefeuille), mais aussi pour l'environnement. Voici donc une liste non exhaustive de mes caractéristiques favorites de la Diva Cup :

- Confortable (parfois j'oublie que je la porte, sans blague);
- Réutilisable et durable (un an au minimum si vous en prenez soin);
- Douze heures de protection sans fuite (c'est vrai, croyez-moi);
- Écologique (bye mes 250 tampons/serviettes par an, bye suremballage, bye produits chimiques, bye déchets!);
- Économique (30 \$ sur le coup, mais plus rien le reste de l'année);
- Pas d'humidité (vivez sans crainte d'une vaginite surprise);
- Pas d'assèchement ou d'absorption de la flore vaginale (une flore en santé, c'est oui);
- Hermétique (donc pas d'oxydation du sang, donc pas d'odeurs).

Les mauvaises langues diront qu'aucun inconvénient, « c'est impossible! », et je dois leur donner raison. Effectivement, dans la liste des inconvénients, il est nécessaire de noter que les personnes menstruées devront toucher à leur vagin. De plus, elles devront avoir accès à de l'eau pour rincer leur coupe

après usage. Bien sûr, nous savons tous et toutes que les salles de bain sans eau courante sont les fléaux de notre société occidentale. Celles qui sont allergiques au silicone devront se procurer une autre marque de coupe menstruelle que la Diva Cup et donc investir du temps pour faire des recherches et s'informer. Tout ceci sans tenir compte de l'inconfort possible de la tige pour certaines personnes, qui devront alors la couper par elles-mêmes à la longueur désirée.

Pour ceux et celles qui auraient détecté un soupçon de mauvaise foi dans cette énumération, c'est vraisemblablement parce que tous les inconvénients du port de la coupe menstruelle n'en sont pas réellement. Ce ne sont pas des inconvénients, seulement des excuses.

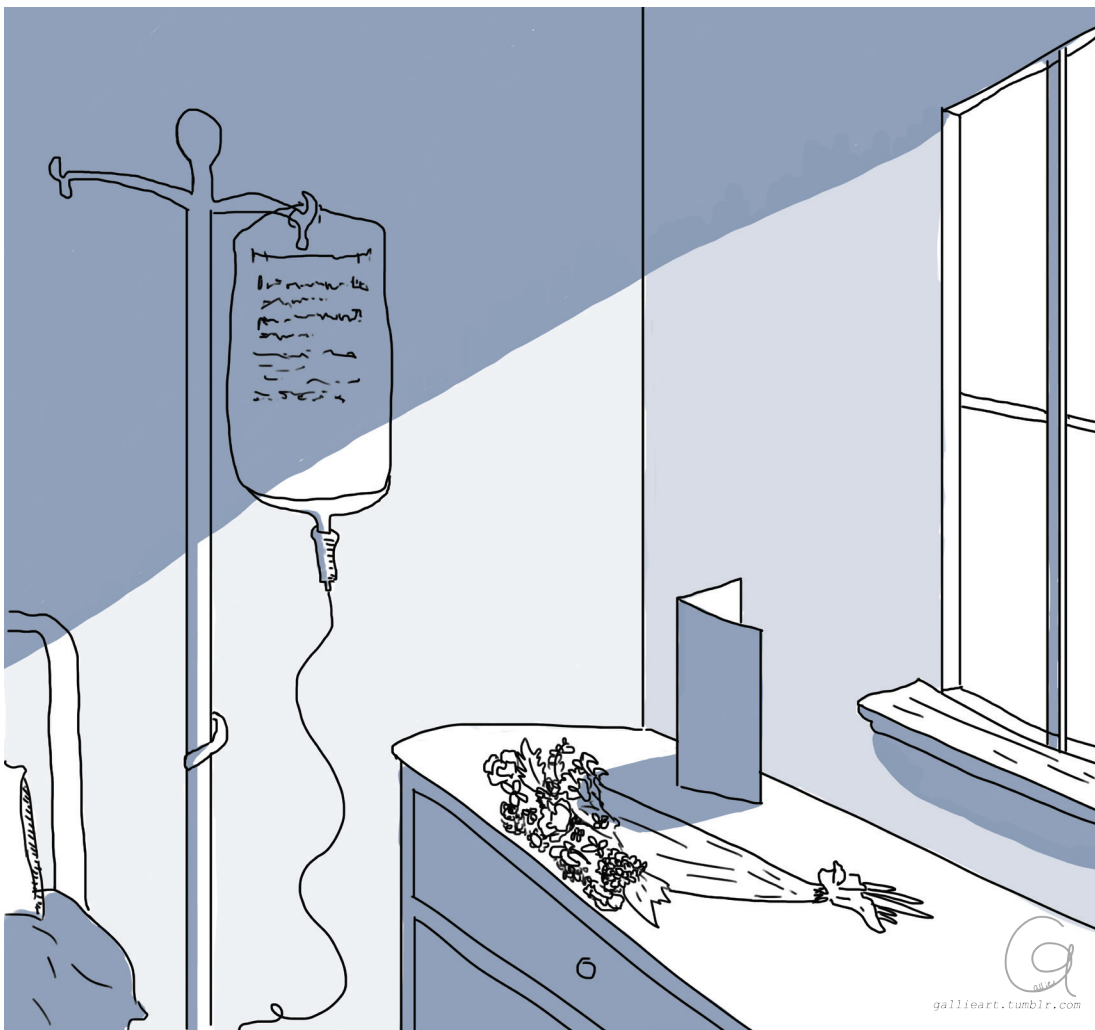
Et toi, c'est quoi ton excuse?

\* Coupe menstruelle : coupe en forme d'entonnoir, le plus souvent en silicone, qu'on insère dans le vagin lors des menstruations pour recueillir l'écoulement menstruel et en disposer par la suite.

# Agora

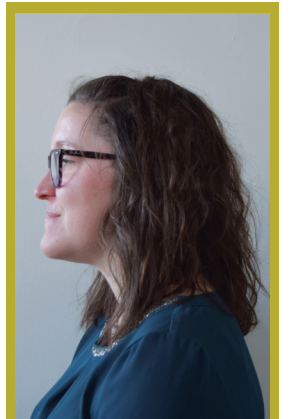
## CAMPUS

# CONFÉRENCE SUR L'AIDE MÉDICALE À MOURIR : QUELS SONT NOS DROITS?



**Le jeudi 16 février dernier avait lieu la première activité organisée par le Comité du Droit de la Santé. Le très réputé avocat Jean-Pierre Ménard a parlé avec humour d'un sujet des plus sérieux : l'aide médicale à mourir. Il a démystifié toutes les questions entourant cet enjeu qui n'est finalement qu'un simple droit de citoyen.**

L'avocat Jean-Pierre Ménard a travaillé aux côtés d'un comité pour la concrétisation de l'aide à mourir au Québec. Il a d'ailleurs mentionné durant sa conférence que, ce choix, les citoyens et citoyennes le réclamaient depuis longtemps. Évidemment, au travers de ses démarches, il désirait encadrer la loi et protéger les personnes plus vulnérables. C'est ainsi qu'en juin 2014, une loi est adoptée.



**ÉMILIE  
LALONDE**

[section.campus@lecollectif.ca](mailto:section.campus@lecollectif.ca)

### LES NUANCES

Lorsqu'il est question de l'aide médicale à mourir, il est important de souligner les nuances, puisque c'est un sujet pour lequel les gens ont tendance à s'enflammer. D'abord, ce n'est pas n'importe qui qui choisit du jour au lendemain d'avoir recours à cette pratique. En effet, il faut obligatoirement que la personne concernée soit en fin de vie, c'est-à-dire qu'elle ait moins d'un an d'espérance de vie. Ensuite, elle doit être majeure et apte à consentir. *Apte à consentir*. C'est bien là, le critère le plus important. En aucun cas, les facultés du patient ou de la patiente ne doivent être altérées lors de sa prise de décision. Il est alors important de rappeler qu'une personne ne peut pas faire de demande anticipée pour l'aide médicale à mourir. Elle ne peut pas, par exemple, formuler ce souhait au début d'une maladie dégénérative.

Maître Ménard soulignait également que les médicaments tels que la morphine peuvent faire en sorte qu'une décision soit révoquée. Il a soulevé lors de sa conférence les enjeux qu'a un tel critère. Lorsqu'une personne demande l'aide médicale à mourir, un délai de dix jours est à prévoir jusqu'à la procédure. Certaines personnes arrêteront donc complètement leur médication pour être certaines d'y avoir accès. Toutefois, elles souffrent davantage durant ces journées. Il y a plusieurs éléments de cette loi qui ne sont pas du ressort de l'avocat et qui ont été décidés par des acteurs externes. Monsieur Ménard affirme que la loi est encline à des changements.

### LES ENDROITS

Jean-Pierre Ménard a également mentionné lors de sa conférence que 80 % des Québécois et Québécoises désirent mourir à domicile. Toutefois, 80 % des gens meurent à l'hôpital. La foule réunie dans le A8-334 de la Faculté de droit s'est esclaffée à ce moment. Un petit rire face à cette malheureuse ironie. Il est à noter, par contre, que si la personne est dans l'obligation de rester à l'hôpital, elle aura droit à une chambre toute seule. Mourir dans l'intimité est un droit fondamental.

La procédure se fait donc majoritairement dans des maisons de soins palliatifs. Toutefois, ces dernières choisissent d'offrir l'aide médicale à mourir ou non. Plusieurs refusent encore de le faire, car elles ont trop peur de rendre inconfortables les autres patients et patientes. À Sherbrooke, la Maison Aube-Lumière a choisi d'offrir cette option. Ce n'est pas une procédure honteuse. Abréger ses souffrances est un choix. Maître Ménard l'a mentionné le 16 février dernier, ce n'est plus une question d'éthique, mais bien de droit.

## Création du Comité du Droit de la Santé

**À l'automne dernier, Arielle Reeves-Breton, étudiante à la Faculté de droit, a décidé de fonder avec ses collègues le Comité du Droit de la Santé. Ce désir lui venait d'un réel intérêt pour le sujet qu'elle avait envie de partager avec ses pairs.**

Quand je me suis entretenue avec Arielle, afin d'en apprendre davantage sur les fondements du comité, elle m'a parlé avec beaucoup de passion. La jeune femme m'a mentionné qu'elle avait effectué son diplôme d'études collégiales en soins infirmiers et que tout au long de son parcours scolaire, elle avait eu cette envie d'en apprendre toujours plus sur le droit de la santé. Elle s'est donc inscrite à l'Université de Sherbrooke, la seule au Québec à d'ailleurs offrir une maîtrise en droit et politique de la santé.

Dès son arrivée, elle a trouvé curieux qu'il n'y ait pas encore de regroupement où les étudiants et les étudiantes puissent discuter de cet enjeu. C'est ce qui a le plus motivé la création du comité. À travers cela, d'autres missions sont nées telles que le décroisement des facultés de sorte à permettre à cette communauté estudiantine

de se créer un réseau de contacts plus large. C'est aussi la raison pour laquelle une représentante des sciences de la vie, un représentant de la maîtrise en droit et politiques de la santé et une représentante de la Faculté de médecine et des sciences de la santé siègent au comité.

Pour le moment, le Comité du Droit de la Santé permet surtout de promouvoir les événements des trois facultés collaboratrices, soit droit, sciences et médecine et sciences de la santé. Toutefois, comme il est encore à ses balbutiements et que l'accueil a été bon de la part de la direction et des étudiantes et étudiants, le regroupement prendra sans aucun doute de l'ampleur. Des conférences sont à prévoir dans le futur sur des sujets variés. Arielle m'a d'ailleurs manifesté son envie d'organiser une rencontre avec un coroner.

# LES JOURNÉES DES SCIENCES HUMAINES : UN RENDEZ-VOUS INTERDISCIPLINAIRE

Les 7, 8 et 9 mars prochains se tiendra la deuxième édition des Journées des sciences humaines. Ces journées d'échange et de partage se dérouleront au Centre culturel et sont ouvertes à tous, gratuitement. Vous découvrirez une foule d'activités variées qui s'adressent autant aux étudiants de la FLSH qu'à ceux des autres facultés. Conférences, expositions, tables rondes, projections, concerts... Il y en a assurément pour tous les goûts! Cela est encore plus vrai puisque le thème choisi cette année est nul autre que l'interdisciplinarité. Impossible qu'aucun sujet ne pique votre curiosité.

Zoé Nadeau-Vachon

## L'INTERDISCIPLINARITÉ

Pour cette deuxième édition, les Journées des sciences humaines visent l'interdisciplinarité. Cela signifie d'abord d'établir des relations entre les différentes disciplines des sciences humaines, mais aussi entre les sciences humaines et les domaines des autres facultés. Droit, éducation, administration, sciences... L'interdisciplinarité, c'est trouver les liens qui nous unissent pour enrichir nos domaines respectifs. C'est une façon de nous rapprocher pour ouvrir nos horizons et réaliser que nous faisons tous partie du même monde, auquel nous contribuons différemment.

## L'IMPORTANCE DES SCIENCES HUMAINES

Les sciences humaines nous touchent tous, et ce, peu importe notre domaine d'études. En effet, c'est un domaine qui place l'humain au cœur de ses réflexions, et après tout, ne sommes-nous pas tous un peu humains? Il est légitime de s'intéresser au domaine qui élargit la conscience que l'on a du monde extérieur. Les sciences humaines nous permettent de comprendre les relations que l'on entretient avec la société, avec les gens qui nous entourent et, surtout, avec nous-mêmes.

En fait, elles apportent une nouvelle dimension à toutes les autres disciplines. Les sciences humaines expliquent plusieurs phénomènes sociaux et situent le travail que l'on effectue dans un contexte.

## UNE PROGRAMMATION SURPRENANTE

Voici un aperçu de quelques activités prévues à la programmation. Vous aurez notamment la chance d'assister à une table ronde qui s'intéresse aux identités numériques ou encore à une table ronde qui explique les effets de l'austérité dans la recherche en sciences humaines. Si vous êtes passionnés par l'art, vous pourrez prendre part à une visite guidée de la galerie d'art du Centre culturel ou écouter un concert sur la musique en interaction avec l'image.



## UNE VERSION AMÉLIORÉE

Pour cette seconde édition, la FLSH a tenu compte des commentaires reçus l'année dernière. Ainsi, quelques modifications ont été apportées à l'organisation pour satisfaire le plus grand nombre possible. Par exemple, cette année, les sujets abordés et la forme des activités sont beaucoup plus variés. L'événement devrait donc rejoindre plus de gens. Le choix de la thématique de l'interdisciplinarité témoigne d'ailleurs de ce désir. Aussi, cette année, les Journées ont lieu plus tôt dans la session.

Finalement, les Journées des sciences humaines sont un rendez-vous à ne pas manquer. Vous aurez la chance d'en apprendre plus sur une multitude de sujets dans un contexte stimulant. Vous découvrirez des professeurs, des étudiants et des professionnels passionnés par leur domaine qui ont pour seule envie de partager leur savoir avec vous.



# FAIRE L'AFFAIRE DU SIÈCLE : ÉCONOMISER EN ÉTANT CONSCIENTS DE VOS DROITS ET OBLIGATIONS

Camille Cloutier

Un moteur de voiture qui surchauffe après le premier trajet Montréal – Sherbrooke, un voyage organisé à New York qui n'inclut finalement aucune activité ou un réfrigérateur qui coule dès le premier jour... Bien qu'inévitablement de telles situations fassent partie des aléas de la vie, il est possible de mettre les chances de son côté en étant au courant des lois qui s'appliquent lors de vos achats.

La Loi sur la protection du consommateur (LPC) prévoit plusieurs protections et recours pour des problèmes tout aussi variés que l'abonnement à un gym ou la vente au porte-à-porte. Toutefois, elle ne s'applique que dans le cadre d'un « contrat conclu entre un consommateur et un commerçant dans le cours des activités de son commerce et ayant pour objet un bien ou un service » (article 2). De nos jours, notamment grâce à Internet, il est particulièrement commun d'acheter des biens de seconde main à un autre individu, cas auquel la Loi ne s'applique pas. Voici quelques informations qui pourraient donc être utiles.

## GRATUIT, AUTOMATIQUE, MIEUX QUE RIEN.

### LA GARANTIE LÉGALE

Lorsque vous achetez un bien d'un commerçant, vous bénéficiez nécessairement d'une garantie légale, une protection qui s'applique automatiquement. Il s'agit d'une norme garantissant notamment

qualité, durabilité, conformité et sécurité minimale. Lorsqu'un de ces critères fait défaut, vous devez avertir le commerçant par écrit et, si le problème ne se règle pas ainsi, vous pouvez faire une plainte à l'Office de la protection du consommateur. Toutefois, la garantie légale de la LPC ne s'applique que lorsque vous achetez des biens d'un commerçant. Vous pouvez cependant vérifier auprès du commerçant duquel votre vendeur avait acheté le bien pour savoir si la garantie légale initiale couvre toujours celui-ci.

Lorsque vous achetez quelque chose d'un individu qui n'est pas un commerçant, qu'il s'agisse d'une voiture sur Kijiji, de matériel de plein air sur un groupe Facebook ou autre, c'est le Code civil du Québec qui vous offre une protection encore plus minimale. En effet, l'article 1726 protège l'acheteur des vices cachés, soit des défauts qui diminuent la valeur d'un bien ou le rendent inutilisable. Cette protection intervient donc rarement, considérera l'acheteur et le vendeur sur un pied d'égalité et donnera simplement lieu à un ajustement du prix. La LPC, au contraire, offre une variété de solutions incluant des dommages-intérêts compensatoires ou punitifs, et joue toujours en faveur du consommateur. Bref, l'achat de seconde main comporte son lot de risques, mais il est possible d'être prévoyant!

## LES PAROLES S'ENVOLENT, MAIS LES ÉCRITS RESTENT.

### LE CONTRAT

Il peut parfois sembler délicat de demander à quelqu'un de conclure un contrat, de peur de sembler trop méticuleux. Pourtant, c'est une solution facile pour prévenir les problèmes. Pensez à rédiger un contrat, même très simple, lorsque vous faites une transaction importante. En effet, un contrat écrit sera toujours plus facile à prouver si vous avez à réclamer quelque chose du vendeur.

Pour être valide, un contrat doit avoir deux éléments : une cause et un objet. Il doit également contenir le consentement de toutes les parties à la transaction. L'annulation d'un contrat sera permise seulement suivant des conditions spécifiques qui sont prévues au Code civil du Québec, telle l'erreur; il doit donc être rédigé avec attention.

Pour vous informer davantage, pensez à consulter les sites web comme [Educaloi.qc.ca](http://Educaloi.qc.ca) ou [Protégez-vous.ca](http://Protégez-vous.ca), qui ont notamment des articles vulgarisés sur des situations spécifiques comme l'achat d'une voiture usagée!

## SECTION CAMPUS

# PRÉVENTION DU TRAFIC HUMAIN

## UNE SHERBROOKOISE EN MISSION AU NORD DE LA THAÏLANDE

**Après avoir complété sa maîtrise en médiation interculturelle à l'Université de Sherbrooke en décembre dernier, Mollie Blouin s'est envolée vers la Thaïlande... mais pas pour y visiter les superbes plages. Elle agit plutôt à titre de coopérante volontaire au sein d'un organisme de prévention du trafic humain au nord du pays.**

**Maryka Lessard**

Mi-novembre. Mollie est sur le point de déposer son essai, ce qui marque la fin de sa maîtrise. Elle voit le poste de coopérante. Elle applique. Trois semaines plus tard, elle saute dans l'avion direction Bangkok.

Mais d'abord, comment la formation universitaire en médiation interculturelle prépare quelqu'un à vivre une aventure comme celle que vit Mollie depuis maintenant trois mois?

« Ma formation m'a préparée à analyser et intervenir en contextes interculturels variés qui touchent toutes les formes de culture – ethnique, nationale, religieuse, professionnelle, générationnelle, de genre, etc. C'est une zone d'échange entre des personnes et institutions provenant de divers milieux culturels, dans le but de favoriser la compréhension et les interactions positives. »

### UNE EXPÉRIENCE ENRICHISANTE

Sachant que cette expérience serait probablement déstabilisante à plusieurs niveaux, Mollie a plié bagage

et a foncé droit dans cette nouvelle aventure pour travailler dans un organisme de prévention du trafic humain.

« L'organisme héberge douze adolescentes qui sont hautement à risque d'être exploitées (sexuellement ou travail forcé). Les missions de l'organisme sont de fournir l'éducation à ces jeunes filles et de travailler avec la communauté locale pour la sensibiliser à la traite des personnes. On veut lutter contre la pauvreté extrême en comprenant les causes et en trouvant des solutions durables afin de diminuer la vulnérabilité au trafic humain. On travaille principalement l'autonomisation des femmes et la prévention de l'exploitation, notamment la prostitution forcée. »

Il faut avoir les nerfs solides pour travailler dans de telles conditions. Ça ne doit pas toujours être facile, mais Mollie me confie à quel point c'est enrichissant.

« Tous les jours, j'en apprendis sur la compassion, l'altruisme, le don de soi, la simplicité. Je prends du bagage, puis je laisse des éléments qui me semblent maintenant inutiles. La simplicité au quotidien me fait voir à quel point la vraie richesse, c'est le bonheur, c'est les gens autour de soi, c'est les choix qu'on fait. »

### VIVRE EN TOUTE SIMPLICITÉ

Ce mode de vie comporte son lot de défis au quotidien. « Ce n'est pas ma première expérience de coopération internationale, mais j'ai quand même dû apprendre à

me détacher de mon petit confort – j'utilise des toilettes *squat*, je me lave avec des seaux d'eau froide, je dors dans un filet, sur un petit matelas par terre. »

Mais Mollie peut se vanter d'en retirer des avantages inestimables.

« Vivre dans la simplicité au milieu d'un petit village rural donne une signification spéciale à mon expérience. Je me sens plus proche des gens et de la culture, je peux m'identifier à leur vie quotidienne. C'est une belle façon de m'unir avec eux et leur réalité, qui est si différente de la mienne. Ça me ramène vraiment à l'essentiel, et me fait apprécier tout ce que j'ai. »

### LA QUESTION DU TRAFIC HUMAIN

Le trafic humain, c'est une cause qui, on a l'impression, nous touche moins ici, dans le confort du Canada. Mais Mollie m'assure que c'est tout le contraire. Alors que son cheminement personnel à travers cette expérience semble déjà bien entamé, elle lance, comme mot de la fin :

« On pense toujours que ce genre de situation se passe loin de chez nous, mais ce n'est pas le cas : c'est une réalité présente au Canada. On n'est pas assez informés, et cette problématique nous concerne tous... On peut avoir un impact réel, en commençant par nos choix en tant que consommateurs! Notre pouvoir en tant qu'individu est tellement plus puissant que ce que l'on se permet d'imaginer. »

## ÉVÉNEMENTS À SURVEILLER

**28 février**

### Atelier de formation dans le cadre du concours Ma thèse en 180 secondes

Heure : 12 h à 14 h

Lieu : Par webdiffusion ou en personne à l'Acfas

Ma thèse en 180 secondes est un concours qui invite les doctorants et les doctorantes à présenter devant leurs pairs leur projet en seulement trois minutes. Cet événement aura lieu le 4 mai prochain à l'Agora du Carrefour de l'information. Pour bien s'y préparer, l'Acfas organise donc un atelier de formation pour ces personnes afin qu'elles améliorent leurs compétences et qu'elles obtiennent des conseils pratiques pour une prestation efficace.

**7 au 9 mars**

### Journées des sciences humaines

Lieu : Centre culturel de l'UdeS

Lors de ces trois jours, de nombreuses activités et conférences auront lieu en lien avec les sciences humaines (voir article de la page précédente).

**6 mars**

### Midi-concert de l'École de musique

Heure : 12 h à 13 h

Lieu : Hall d'entrée du Centre culturel de l'UdeS

L'École de musique vous invite pour ce deuxième Midi-concert. Apportez votre lunch et venez découvrir la beauté de la musique jazz!

### Atelier sur l'expression non genrée et non binaire

Heure : 18 h à 21 h

Lieu : Agora du Carrefour de l'information

Séré Beauchesne Lévesque, porte-parole du groupe d'actions trans de l'Université de Sherbrooke (GATUS), présentera des tactiques d'expressions non genrées en français, qui peuvent être utilisées par les personnes trans et non binaires qui désirent ne pas dévoiler leur identité.



## L'AGLEBUS, UNE ASSOCIATION DYNAMIQUE

**Cédric Beaudoin-Mainville et Benjamin Brisebois**

L'AGLEBUS, l'Association des gais, lesbiennes et bisexuel(le)s de l'Université de Sherbrooke, vous invite à venir partager un moment social au sein d'une communauté ouverte lors de nos activités bihebdomadaires. En plus de l'importance accordée à la sensibilisation et au respect des droits LGBTQIA+, ce groupement universitaire organise des activités et des événements de tous genres, ce qui en fait une association énergique basée sur la diversité.

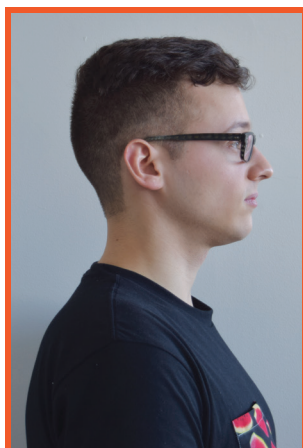
Au fil des ans, notre association s'est donné pour mandat de travailler sur le sentiment d'exclusion

que peuvent ressentir les membres des minorités de la population estudiantine et c'est avec plaisir que L'AGLEBUS invite ses membres à participer à ses activités qui permettent de nous rassembler dans une ambiance cordiale en plus d'être divertissante. En général, les sorties comprennent des soupers au restaurant afin de découvrir avec plaisir la cuisine sherbrookoise, des activités sociales où les membres peuvent échanger et discuter sur des sujets variés, des activités sportives et récréatives ainsi que des événements qui favorisent la relaxation et la quiétude pendant les périodes d'examen.

Il nous a déjà été possible de faire la rencontre de plusieurs nouveaux membres lors de nos dernières sorties. Récemment, nous avons pu participer au Carnaval de Sherbrooke, profiter du nouvel espace de jeux du Laser Plus, d'une journée à l'extérieur à la base de plein air André-Nadeau et d'un souper au Baladi suivi d'une soirée colorée au bar L'OtreZone. Nous vous attendons pour nos prochaines activités, dont la soirée jeux de société, la cabane à sucre et bien d'autres. Les activités d'été seront toutes aussi plaisantes, gardez l'œil ouvert : elles seront bientôt dévoilées.



# MINIMALISME : ÊTES-VOUS HEUREUX?



**GUILLAUME  
MARCOTTE**

section.culture@lecollectif.ca

**La vie semble toute tracée pour nous : du moment de la naissance jusqu'à la mort, chaque étape semble méticuleusement définie. Et à chacune des étapes, un achat, une consommation s'impose, sans trop que l'on sache pourquoi, sans trop que l'on cherche à savoir pourquoi. Et ça tourne encore et encore, la vie de consommation, jusqu'à ce qu'on finisse par comprendre que le bonheur ne se cache pas dans les choses, mais dans les individus, dans la simplicité de la vie.**

J'ai récemment découvert que les conventions sont souvent des limites bien futiles, des limites trop souvent stupides.

J'ai récemment découvert que je n'étais

pas intéressé par une vie toute tracée, où les études s'enchaînent sans trop avoir de sens, jusqu'à ce que la voiture succède à la maison, qui elle succède aux enfants et aux jouets et aux innombrables vêtements. J'ai récemment découvert que la société de consommation dans laquelle on vit n'est pas un idéal à désirer, mais un mal à limiter, pour ne pas dire fuir.

Le documentaire *Minimalism : A documentary about the important things*, réalisé par Matt D'Avella et disponible sur Netflix, s'inscrit dans cette pensée révolutionnaire qu'est le minimalisme. J'ai mis le mot révolutionnaire en italique car, en soi, le minimalisme n'a rien de révolutionnaire. On parle de limiter ses possessions à un minimum utilitaire, au strict minimum nécessaire pour fonctionner.

**« I THINK EVERYBODY SHOULD GET RICH AND FAMOUS, SO THEY CAN SEE THAT IT'S NOT THE ANSWER. »**

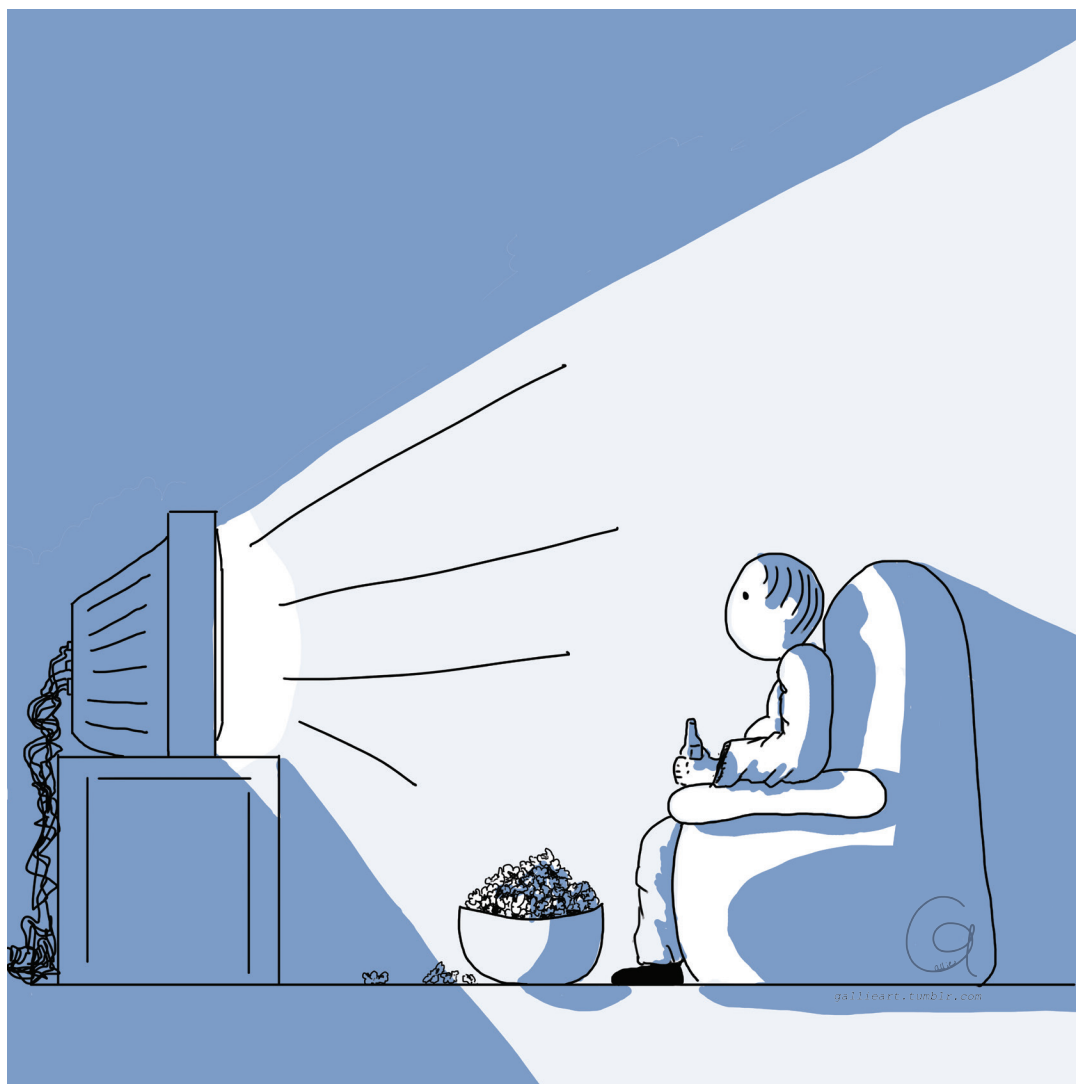
Le reportage d'un peu plus d'une heure suit les péripéties de Joshua Millburn et Ryan Nicodemus, deux amis de longue date qui ont décidé de lâcher leur carrière professionnelle somme toute réussie pour vivre plus simplement, pour vivre minimalement. On les voit parcourir les États-Unis pour donner des conférences sur leur nouveau livre, *Everything That Remains*, et si leur succès est d'abord limité, ils gagnent tranquillement en popularité au fur et à mesure que les destinations s'enchaînent.

Leur message est simple, voire minimal : la consommation ne vient pas remplir le vide de la vie. Peut-être satisfait-elle une pulsion, mais ce plaisir n'est qu'éphémère. Le problème est que la société est conditionnée à vouloir le succès, la gloire et la reconnaissance par le biais de l'argent et de la célébrité, mais, études après études, les chercheurs constatent que ni l'argent ni la célébrité mènent au bonheur.

**« YOU CAN'T GET ENOUGH OF WHAT YOU DON'T WANT. »**

Le documentaire est parsemé de témoignages provenant tant de professionnels en neurosciences que d'individus ayant décidé de suivre la vague du minimalisme. Ceux-ci parlent de l'insoutenable de la société de consommation, de l'invasion toujours plus incisive de la publicité et du martèlement étouffant et constant de l'idéal de consommation. Ils discutent également des maisons miniatures, de la méditation, de ce que signifie le minimalisme pour eux et des répercussions positives que leur apporte le minimalisme tant sur le plan physique que psychologique.

Ce n'est pas nécessairement facile de devenir minimaliste, selon les nombreux sociologues, psychologues et scientifiques prenant la parole dans le reportage,



étant donné que la consommation est une seconde nature, une échappatoire, un réflexe. Reste que le minimalisme est le mode de vie le plus écoresponsable, car chaque chose, chaque objet se doit de receler une utilité quelconque aux yeux du minimaliste, sans quoi l'objet se verra éliminé du décor. L'espace ne devient plus une nécessité mais une liberté : les maisons ne sont plus des entrepôts maquillés en salon, en cuisine ou en chambre à coucher, elles sont des lieux de refuge, et plus souvent qu'autrement pour les minimalistes, elles ne mesurent que quelques centaines de pieds carrés tout au plus.

**« LOVE PEOPLE AND USE THINGS. DON'T TRY THE OPPOSITE; IT NEVER WORKS. »**

Je crois que le plus beau message du documentaire est de cesser de chercher le succès matériel. Je parle de ce même succès matériel qui est fort probablement à l'origine de la raison de notre présence à l'université : devenir des professionnels faisant dans les six chiffres annuellement. Mais est-ce que la consommation est réellement la raison d'être de l'humain?

Je crois que non.

Je ne dis pas qu'il faille du jour au lendemain se défaire de tout. Je dis simplement qu'il faut à tout prix éviter de se perdre dans le tourbillon de la consommation, lequel est discret et vicieux. Je dis qu'il est important de se questionner sur ce que l'on veut faire réellement, pas sur l'image que l'on souhaite projeter aux autres. Je dis qu'il faut vivre la vie simplement, avec les gens qu'on aime, parce que la vie est une chance unique, et que contrairement à un autobus de la STS, cette chance ne reviendra pas dans 30 minutes.

## SECTION CULTURE

# SUZANNE : CETTE FEMME QUI FUIT

**J'aimerais tout vous dévoiler, tout vous dire : ses aventures, ses amours, ses échecs, vous dévoiler sa recherche de liberté absolue. Elle ne la trouve pas. Mais elle y touche, cette femme qui est ornée de mystère et d'histoires de fuite.**

Laurence Richard

Crédits: La Presse



Suzanne Meloche est une artiste, une poète et une peintre. Elle a aussi été secrétaire, postière, militante pour les droits des Noirs aux États-Unis dans les années 1960 et prisonnière. Mais Suzanne a aussi été mère de deux enfants, conjointe, amie, amante et fugueuse.

Cette femme est décédée dans un petit appartement à Ottawa rempli d'odeurs, de souvenirs et de nostalgie. Tout ça, Anaïs Barbeau-Lavalette l'a capté avec un roman sur la vie de sa grand-mère. Absente. Celle qui a fui sa mère.

Suzanne Meloche a abandonné ses enfants à un très jeune âge. L'une des enfants était la mère d'Anaïs Barbeau-Lavalette, l'auteure du roman *La femme qui fuit*. Cette dernière a suivi les traces de celle qui a attristé sa mère à jamais et y a découvert une vie qui a marqué l'histoire du Québec et qui a contribué à la libération des Noirs aux États-Unis. En effet, Suzanne Meloche était de ces jeunes artistes qui ont signé le *Refus global* à l'époque de Duplessis.

Le roman nous plonge dans cette époque oppressante à travers la voix d'Anaïs, mais les yeux de Suzanne. L'auteure du roman a une écriture dynamique et captivante. En embauchant une détective, Barbeau-Lavalette a pu imaginer les émotions que sa grand-mère pouvait vivre. En fait, l'auteure s'identifie à elle et fait en sorte que le lecteur s'identifie à Suzanne de même. Anaïs Barbeau-Lavalette s'est plongée dans les aventures de Suzanne en les décrivant comme des expériences sensorielles. Le lecteur se sent donc enveloppé par les moindres frissons que Suzanne a pu ressentir.

Vous aurez compris que j'ai dévoré ce roman. Il me rappelle les histoires de ma propre grand-mère, une militante, souverainiste et féministe aguerrie. Je me suis sentie enveloppée par la vie d'une femme qui a fui ceux qui l'ont aimée pour se libérer, pour vivre où les causes l'ont menée. Pour faire partie de l'Histoire avec un grand H. Mais après l'écriture apaisante d'Anaïs Barbeau-Lavalette, la poésie de la liberté et les aventures excitantes, il y a les réflexions. C'est impardonnable d'abandonner ses enfants comme Suzanne Meloche l'a fait. Elle les a fuis toute sa vie et les a condamnés à un vide indescriptible. Par contre, elle est l'incarnation du choix complètement indépendant des conventions, de la société. J'aime penser que tous nos choix le sont, mais je sais que ce n'est pas le cas. Suzanne a fait énormément de dommage chez ses proches, mais m'a montré que les conventions doivent être remises en question pour qu'on puisse trouver un équilibre entre nos propres choix et ceux qu'on fait pour nos proches.

Québécoise? Non. Il faut lire *La femme qui fuit* pour comprendre et y trouver votre propre interprétation.

# CÉDRIK ST-ONGE : UN FOLK RICHE EN ÉMOTIONS

**Les yeux comme deux boussoles, le premier EP du jeune auteur-compositeur-interprète gaspésien Cédrik St-Onge, est sorti le 27 janvier dernier. Réalisé par le renommé Louis-Jean Cormier, ce premier opus démontre le potentiel débordant dont fait preuve le jeune artiste.**

Thomas Chenel

Cédrik, âgé de seulement 19 ans, est originaire de Caplan, une municipalité située dans la Baie-des-Chaleurs en Gaspésie. Il a fait ses preuves au Camp chanson de Petite-Vallée au cours de l'été 2015, où il a été découvert par la maison de disques indépendante Ad Litteram. Épaulé par Louis-Jean Cormier, le jeune gaspésien se lance alors à l'aventure : l'enregistrement d'un EP.

## UNE PRESTATION ÉMOTIVE

Dès la première écoute du mini-album, Cédrik nous transporte dans un univers folk imbibé d'une douce mélancolie et d'une maturité déconcertante pour son âge. Les textes de ses chansons, qui jonglent entre la souffrance émotionnelle et l'amour passionné, constituent probablement le meilleur atout de l'artiste aux multiples talents. Que ce soit pour illustrer son mal de vivre ou sa profonde affection envers sa muse, son utilisation réfléchie de figures de style plus riches les unes que les autres témoigne d'une âme particulièrement sensible.



Crédits: Ici Radio-Canada

Sa plume est pourtant loin d'être sa seule force. Sa voix chaude et poignante rend sa poésie encore plus touchante, et sa prononciation gaspésienne ajoute une certaine unicité à son timbre. Pour ce qui est de la musique, le niveau ne descend pas d'un cran. Plus on écoute l'EP, plus celui-ci s'installe dans notre tête. Mélancoliques à souhait, ses morceaux accompagnent aussi bien une lasse matinée qu'une soirée bercée par la solitude. Les deux premiers titres, « Ici » et « Un autre décor », sont particulièrement accrocheurs et pourraient très bien devenir d'excellents succès radiophoniques.

## UNE PRÉSENCE REMARQUÉE DE LOUIS-JEAN CORMIER

L'ambiance du EP est également responsable de sa beauté. Si vous êtes familiers avec la musique de Karkwa ou de Louis-Jean Cormier, vous reconnaîtrez immédiatement la contribution de ce dernier à la réalisation des chansons. En effet, les arrangements rappellent énormément la musique de Louis-Jean, de la présence subtile du banjo et des effets sonores stridents de « J'feel kétaïne à soir » aux claviers de « Un autre décor ». En fait, cette omniprésence du leader du défunt groupe Karkwa est probablement le seul bémol du EP : par moments, celui-ci ressemble un peu trop au dernier album solo de Louis-Jean Cormier, *Les grandes artères*. Le bon côté, c'est que les fans de Karkwa et de Louis-Jean vont sans l'ombre d'un doute adorer ce EP.

Un folk atmosphérique riche en émotions, voilà une bonne façon de résumer la première œuvre de Cédrik St-Onge, dont le potentiel saute aux yeux. L'auteur-compositeur-interprète fait partie des artistes québécois à surveiller dans les années à suivre. *Les yeux comme deux boussoles*, disponible sur Bandcamp et iTunes, est une première parution excellente par un musicien en plein développement.

# Blonde et Légale : un autre chef d'œuvre signé Broadway FMSS

Crédits: Bruno Reardon

**Cesont les 16, 17 et 18 février derniers que le magnifique Théâtre Centennial de l'Université Bishop s'est décoré de rose et de paillettes pour accueillir la troupe Broadway FMSS et sa toute dernière production : Blonde et Légale. Voici un entretien avec la productrice de cette année, Annie Brasseur.**

Jordan Ouellet

**Depuis combien de temps existe la troupe?**

— Cette année marquait notre sixième édition! Peut-être avez-vous entendu parler de nos productions précédentes, *Shrek* en 2015 et *La famille Adams* en 2016?

**Est-ce que ce sont des productions 100 % étudiantes? Combien étiez-vous cette année?**

— Non, nous sommes à 60-70 % des étudiants, mais nous nous entourons de professionnels dont des professeurs de chant. Notre troupe est toutefois composée à 100 % de gens de la région. Nous sommes environ 60.

**La musique était assurée cette année par un orchestre en direct, le Big Bam. Qui sont-ils?**

— C'était la deuxième année que nous collaborions avec eux, c'est un orchestre amateur, mais ô combien talentueux! Il est constitué de gens de partout, des étudiants comme des travailleurs.

**Qu'est-ce qui pousse des étudiants de médecine et de bien d'autres programmes à s'investir dans un projet d'une telle envergure?**

— On réalise que c'est important pour nous de faire autre chose, de voir ailleurs, de nous évader. Ça enrichit notre parcours universitaire. On apprend à connaître des gens de plein d'autres programmes, et ce, dans un contexte particulier. S'impliquer au sein de notre communauté étudiante est tellement enrichissant!

**Êtes-vous fiers et fières de la production 2016-2017? Des points à améliorer? Des points forts?**

— Les spectacles se sont très bien déroulés. Quelques problèmes techniques se sont produits à la première représentation, mais nous avons eu la chance de nous reprendre les deux soirs

d'ensuite. Au niveau de l'achalandage, nous avons connu une légère baisse : 950 personnes environ, en comparaison aux quelque 1200 personnes des dernières années. Nous expliquons peut-être cela avec la thématique un peu plus « fille » de la pièce.

**Une grande nouvelle à nous annoncer pour l'année prochaine?**

— C'est officiel que l'an prochain le spectacle sera fait au Centre culturel de l'Université de Sherbrooke!

**Message de la productrice à la communauté étudiante et sherbrookoise**

— Déjà, Broadway FMSS est à penser à son prochain projet! Comme chaque année, nous sommes activement à la recherche de relève pour assurer la pérennité de notre projet étudiant! Voici une liste exhaustive des rôles composant notre organisation : mise en scène, direction vocale, costumes, décors, accessoires, graphisme, communications et médias.

Si vous êtes intéressés de prendre en charge ou simplement d'apporter votre aide, contactez-nous, on vous

accueillera à bras ouverts! Pour vous impliquer dans le chant-théâtre ou la danse, suivez notre page dès la fin août pour vous inscrire aux auditions!  
[BroadwayFMSS@USherbrooke.ca](mailto:BroadwayFMSS@USherbrooke.ca)

**Cette comédie musicale colorée raconte l'histoire d'Ellie Woods, belle étudiante blonde de Los Angeles, présidente de la sororité des Delta Nu, dont l'avenir semble être prédestiné au glamour et à la mode, bref à la vie de star. Toutefois, la jeune femme en décide autrement alors qu'elle choisit de s'inscrire en droit à la prestigieuse Université Harvard, dans le but de reconquérir le cœur de son grand amour Warner Huntington, le Troisième. Réussira-t-elle à se forger une place dans ce monde où le noir et le sérieux prennent le dessus sur le rose et la frivolité? Si la curiosité est insatiable chers lecteurs, sachez que cette comédie musicale est basée sur le film culte de 2001 du même titre, mettant en vedette Reese Witherspoon!**

Crédits: blogue.onf.ca



## WASESKUN, LE MOMENT OÙ LES NUAGES COMMENCENT À SE DISSIPER

**Vous êtes-vous déjà imaginé une prison sans clôtures ni tour de garde? Ce concept peut sembler illusoire, voire impossible, mais à vrai dire cela existe. Voilà la réalité que nous présente Steve Patry dans son tout nouveau documentaire Waseskun.**

Kassandra Poulin

### L'ÉVOLUTION D'UN HOMME

Cette production de l'ONF nous plonge dans un univers carcéral alternatif où nous sommes témoins de la vie des hommes autochtones qui y demeurent. D'une part, tous les détenus se livrent de façon explicite sur les crimes qu'ils ont commis; d'autre part, nous sommes rapidement confrontés à leur processus d'évolution. Par contre, le réalisateur a pris soin de ne pas tomber dans le piège de la pitié : le mélodrame n'est pas au rendez-vous. Il nous illustre les faits tels qu'ils sont. Bien entendu, les termes exploités sont lourds au plan émotionnel, mais il ne s'agit pas d'un apitoiement. Chacun des hommes est mis devant la caméra sans jugement. Ils sont simplement là pour nous expliquer leur histoire.

La patience de l'équipe de tournage est remarquable. Ils ont tourné sur une durée d'un an afin de capter l'évolution psychologique de chacun des prisonniers. D'ailleurs, au montage, le réalisateur voulait « faire comprendre au spectateur que, lorsque tel gars sculpte son totem à la main, il ne le fait pas juste pour le résultat final, mais aussi pour travailler sa patience, sa gestion de la colère ». Bref, ce long-métrage s'est penché sur les valeurs humaines en s'interrogeant sur les changements possibles.

### LE POUVOIR DE LA SIMPLICITÉ

Le documentaire est filmé de manière simpliste. En fait, l'attention n'est pas mise sur la technique, mais bel et bien sur le réel : le spectateur vit avec les hommes emprisonnés. Il y a tout de même de magnifiques plans. En réalité, la scène où nous voyons les cabines téléphoniques dans le noir est à couper le souffle. De plus, les contrastes entre les musiques typiques autochtones et les bruits de l'atelier viennent très bien illustrer leur réalité. Cependant, « le film n'est pas du tout ancré dans le folklore. Au contraire, nous sommes complètement dans la réalité d'aujourd'hui, dans ce mélange de culture dite ancestrale et de culture contemporaine ».

### MEILLEUR DOCUMENTAIRE

Le film est actuellement en liste pour le prix du meilleur documentaire et du meilleur montage dans un long-métrage documentaire au gala des prix Écrans canadiens qui se tiendra le 7 mars. De plus, ce n'est pas la première fois que le réalisateur reçoit des éloges sur ses œuvres. En fait, avec son film *De prison en prison*, il a reçu une mention spéciale au prix Magnus.

Bref, il s'agit d'un excellent documentaire qui nous ouvre les yeux sur une nouvelle réalité. Pour tous les amateurs de changement, je vous conseille fortement ce magnifique long-métrage qui remet en perspective la vie carcérale.

# ZONE SPORTIVE

## LES ÉTOILES NE PEUVENT *briller* SANS OBSCURITÉ



**CHRISTOPHE  
LACHANCE-  
TARDIF**

section.sport@lecollectif.ca

**Depuis notre enfance, on nous a répété constamment à quel point la participation compte beaucoup plus que la victoire dans le domaine sportif. Il est indéniable d'admettre que le sport peut nous inculquer des valeurs et des principes inestimables qui vont nous servir dans toutes les sphères de notre vie future. Je pense notamment à l'humilité, au dépassement de soi, au respect et à la discipline. Malheureusement, le sport professionnel n'exploite pas exactement ces valeurs.**

Je ne vous apprend rien en déclarant que la compétition est sur un niveau dimensionné dans le sport professionnel. L'argent coule à flots et la corruption règne dans l'industrie. La vision d'un club : faire le plus d'argent possible tout en essayant de gagner un

championnat. Parfois, en raison de plusieurs facteurs, certaines équipes professionnelles ne peuvent suivre cette vision. Un processus risqué, mais profitable à long terme est alors enclenché.

### DE QUOI S'AGIT-IL?

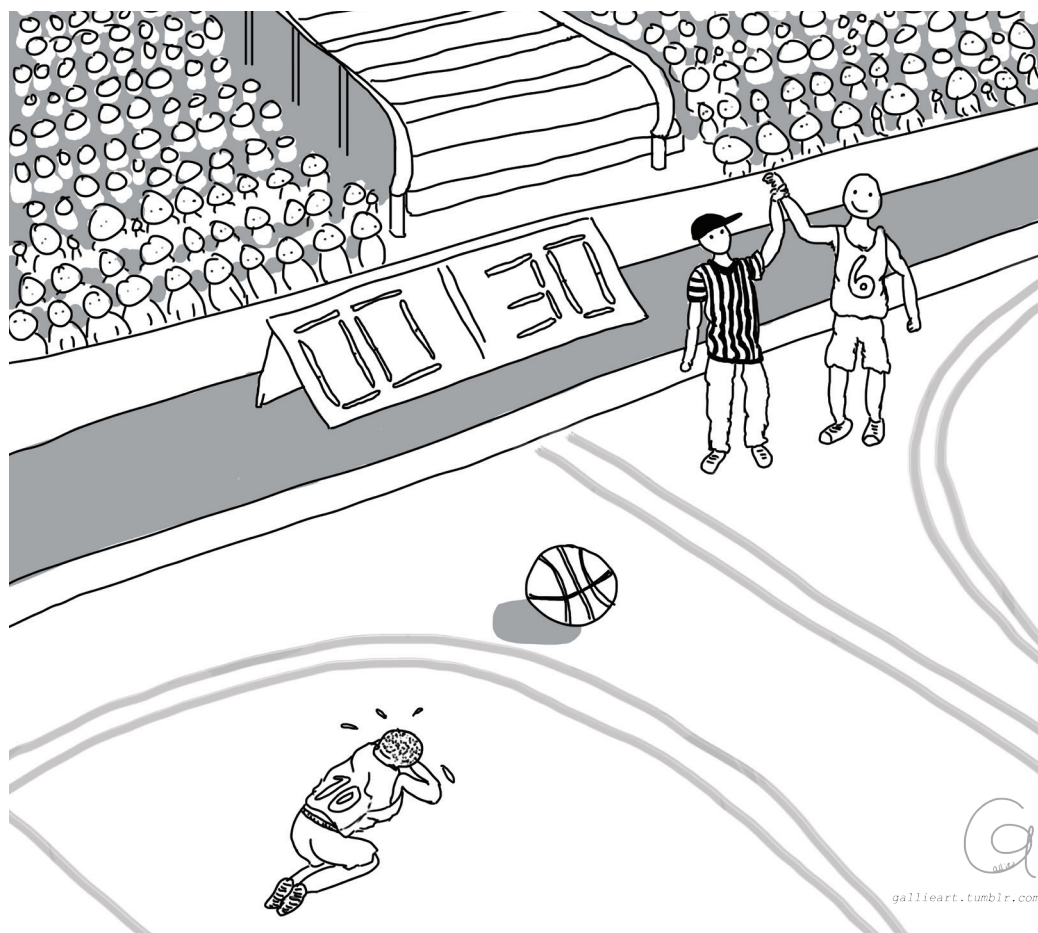
Lorsqu'une organisation sent que son bassin de joueurs ne peut lutter contre des équipes prétendantes ou qu'un club ne possède pas les revenus nécessaires pour rivaliser avec les *powerhouses*, ses équipes choisissent alors d'entrer dans un processus qui s'appelle le « *tanking* » en anglais. Il n'y a pas d'énoncé français traduit pour ce terme, mais en bref, cette expression signifie tout simplement de faire exprès de perdre dans l'optique d'obtenir des meilleurs choix aux repêchages et ainsi, garnir ses filiales de jeunes prospects en prévision de gagner avec ce même noyau de joueurs dans un avenir rapproché.

Pour y parvenir, les équipes décident alors de liquider leurs vétérans à des équipes prétendantes en retour de choix au repêchage, de considérations futures ou de jeunes prospects. Dans tous sports professionnels confondus, il est très ardu de gagner lorsqu'une équipe met en place un jeune alignement. Bien évidemment, les formations commencent alors à perdre des matchs et la franchise, les joueurs et les partisans en souffrent énormément. Le mouvement est alors enclenché! Le but ultime? Sécuriser le premier choix au repêchage pour sélectionner un joueur de concession tels qu'un Kris Bryant, un Karl-Anthony Towns ou un Andrew Luck.

Ce processus n'est pas sans faille : il détruit le côté émotionnel des jeunes joueurs et l'organisation perd du revenu net en raison des déboires de l'équipe. Personne n'aime perdre, c'est encore plus difficile d'accepter de perdre lorsque tu sais que les dirigeants et les entraîneurs veulent échouer! Un boycottage imminent de la part des partisans? Peut-être bien...

### ENFIN DU SUCCÈS!

Seulement cinq ans auparavant, il était extrêmement mal vu de « *tanker* » dans l'industrie. En 2017, une multitude d'équipes qui n'ont pas les performances désirées vont « *tanker* » un moment ou un autre. Le processus ne garantit pas un succès instantané, cela peut durer un an (les Colts d'Indianapolis en 2011) ou plusieurs années consécutives (les 76<sup>ers</sup> de Philadelphie, les Oilers d'Edmonton, les Cubs de Chicago depuis le début des années 2010). D'autres formations « *tank* » depuis des années, mais n'ont jamais encore atteint les performances désirées (bonjour, les Browns de Cleveland). L'année dernière, le « *tanking* » des Oilers a finalement commencé à porter fruit, lorsque la formation de l'Alberta a déniché un certain dénommé Connor McDavid. Avec tous les choix au repêchage qu'ils ont accumulés au fil des années, les Oilers, qui connaissent une saison respectable, commencent enfin à voir la lumière au bout du tunnel. La souffrance des partisans est maintenant terminée et ces derniers sont très bien placés pour affirmer que les étoiles ne peuvent briller sans obscurité!



## DE RETOUR AUX SOURCES

**Même si on a tendance à penser que la simplicité est moins présente dans notre société contemporaine, on remarque que certains clubs professionnels effectuent un changement subtil vers la simplicité au détriment de systèmes de jeux et de stratégies plus sophistiqués. Est-ce que cette transition simpliste peut procurer de meilleurs résultats contrairement à un système raffiné et innovateur?**

Christophe Lachance-Tardif

### UNE FONDATION SOLIDE

À la surface, on peut penser que le sport professionnel est d'une complexité surdimensionnée, muni de stratégies incompréhensibles et de systèmes de jeux abracadabrants. Ce n'est pas toujours le cas. Actuellement, plusieurs *coaching staff* effectuent un virage vers la simplicité dans l'optique d'inculquer une fondation équilibrée aux athlètes. Une affirmation qui semble évidente, mais qui n'est pas toujours appliquée par certains personnels d'entraîneurs. Vous voulez un exemple concret? Jetons un coup d'œil à l'édition 2015-2016 des Cavaliers de Cleveland (NBA). En janvier 2016, les *Cavs* ont congédié leur entraîneur-chef, David Blatt, pour le remplacer par Tyronn Lue. Blatt imposait un style plus sophistiqué tandis que Lue, un jeune entraîneur dynamique, priorisait un système de jeu simple et efficace mettant l'accent sur un schéma défensif singulier, un jeu de passe actif et une condition physique optimale de la part de ses joueurs. Finalement, Lue a créé une stratégie offensive et défensive accentuée sur les rebonds pour profiter de la robustesse physique de LeBron James, Timofey Mozgov et Tristan Thompson. Le résultat : les Cavaliers ont remporté les grands honneurs et possèdent une solide fondation pour répéter cette saison.

### DU SUCCÈS IMMÉDIAT

C'est sans surprise que la plupart des équipes qui changent d'entraîneur à la mi-campagne connaissent un succès immédiat et une nette amélioration de leur niveau de jeu. La saison dernière, les Bills de Buffalo (NFL) ont congédié leur coordonnateur offensif Bill Roman après un début de saison insatisfaisant. Le résultat : les Bills ont remporté leurs quatre prochains matchs en produisant 124 points au total (31 par match en moyenne)! Un nouveau coordonnateur offensif qui entre en fonction à la mi-saison ne peut implanter un système offensif complexe composé de formations exotiques; il doit se concentrer sur une stratégie simple pour maximiser les compétences de son personnel.

C'est pourquoi je pense que les entraîneurs innovateurs, sophistiqués et qui désirent sortir des sentiers battus ne sont pas nécessairement meilleurs ou plus intelligents que ceux de la vieille école qui prônent les ajustements et des systèmes traditionnels. À la lumière du congédiement de Michel Therrien, est-ce que Claude Julien pourra effectuer un retour aux sources avec la formation montréalaise pour la reconduire sur la voie de la victoire?

Crédits: USA Today Sports-Reuters

# UN APERÇU SUR LA PROCHAINE SAISON DE L'IMPACT

**La troupe de Mauro Biello aura la chance de tourner la page à la suite de son élimination cruelle survenue aux mains du Toronto FC le 30 novembre dernier alors que la formation montréalaise entamera sa saison régulière le 4 mars prochain en rendant visite au Earthquakes de San Jose. Même si l'élimination de l'an dernier a pu faire mal aux fidèles du 11 montréalais, elle laisse tout de même présager un bel avenir sur la pelouse montréalaise.**

Alexandre Masson

## ANALYSE DES TROUPES

La saison précédente nous a appris que l'Impact n'est pas tout à fait prêt à aspirer aux grands honneurs, bien qu'il n'en soit pas très loin. L'an dernier à pareille date, plusieurs partisans semblaient convaincus que l'Impact n'irait nulle part sans la présence de Didier Drogba parmi le 11 de départ. C'est certainement pour cette raison que l'incertitude face à sa situation en inquiétait plusieurs. L'état des choses est beaucoup plus positif cette année, alors que la formation montréalaise a prouvé qu'elle pouvait être très compétitive sans lui, d'autant plus qu'une fois la poussière retombée, tout portait à croire que Drogba était plus une distraction qu'autre chose. À la lumière de cette fin de saison plus que respectable, il m'apparaît évident que le noyau de joueurs formé par Ignacio Piatti, Matteo Mancosu, Laurent Ciman, ainsi que le vétéran milieu de terrain québécois Patrice Bernier possèdent les atouts nécessaires pour sonner la charge. On pourra également compter sur le cerbère expérimenté Evan Bush.

De jeunes joueurs prometteurs viendront se greffer à un respectable noyau de vétérans, tel que le milieu de terrain argentin Adrian Arregui, une nouvelle acquisition qui, je suis persuadé, saura convaincre les partisans montréalais de ses habiletés. Ajoutons également Michael Salazar, que l'on a pu voir

brèvement la saison dernière et qui, en toute logique, devrait faire sa place avec le grand club à un moment ou l'autre de la campagne. Une chronique sur les espoirs de l'Impact ne peut se terminer sans faire mention du jeune prodige québécois de 17 ans (18 ans le 31 mars prochain) Ballou Jean-Yves Tabla. Ce dernier fait déjà écarquiller bien des yeux malgré son jeune âge. Il s'agit du genre de prodige qui ne passe qu'une fois dans une organisation et qui, si l'équipe réussit à le signer à long terme, donnera à la MLS une bonne dose de crédibilité supplémentaire, étant donné qu'il aura choisi l'Amérique du Nord plutôt que l'Europe pour poursuivre son développement.

## LE DERBY DE LA 401

Par le passé, même si la rivalité entre le Toronto FC et l'Impact semblait un brin emprunté aux vieux affrontements Canadiens contre Maple Leafs afin de déchaîner les passions, tout laisse croire que cette année, la compétition ainsi que l'animosité entre les deux clubs seront bel et bien réelles. Les rivalités sportives, bien qu'elles soient la plupart du temps basées sur la proximité géographique entre deux villes, sont également le fruit de ce qui se passe sur le terrain. Des éléments tels que l'intensité des matchs et leurs significations joueront un rôle capital dans l'équation. On peut également affirmer que si le propriétaire de l'Impact, Joey Saputo, et la MLS rêvaient d'une

vraie rivalité entre Montréal et Toronto, les dernières séries éliminatoires ont créé une vraie rivalité. Il sera intéressant de voir comment les deux équipes se comporteront sur le terrain lors des affrontements cette saison; un spectacle de haute voltige est à prévoir.

## PEUT-ON ESPÉRER UN CHAMPIONNAT?

Comme je l'ai mentionné plus haut, la saison précédente a été enivrante et nous a laissés présager un bel avenir pour l'Impact. Par contre, la saison 2016 nous a permis également de constater quelques lacunes, notamment en défensive, faisant que l'Impact n'était pas tout à fait prêt à aspirer aux grands honneurs. Cette saison, les quelques changements d'effectifs, l'absence de l'énorme distraction que représentait Didier Drogba ainsi que l'expérience acquise par le groupe lors des précédentes séries devraient nous faire connaître une équipe beaucoup plus mature et calme en situation de haute pression. Est-ce suffisant pour aspirer aux grands honneurs? Seul le temps nous le dira, mais une chose est certaine, si l'Impact ne parvient pas à atteindre la finale de l'Est pour une deuxième année de suite, la saison 2017 sera considérée comme une régression et par le fait même, une déception.

L'Impact disputera son premier match à domicile au Stade olympique le samedi 11 mars prochain à 19 h face aux champions en titre, les Sounders de Seattle.

## LE DÉFI SANTÉ DE RETOUR POUR UNE 9<sup>E</sup> ÉDITION

**Du 30 mars au 10 mai aura lieu la 9<sup>e</sup> édition du grand Défi Santé! Cet événement est organisé par la Ville de Sherbrooke, en partenariat avec Cardio Plein Air, Sherbrooke Ville en santé et l'Alliance sherbrookoise pour des jeunes en santé. Pendant six semaines, les participants sont invités à bouger afin de remplir les trois objectifs déterminés par les membres organisateurs. Une belle façon d'inclure l'activité physique dans son quotidien!**

Christophe Lachance-Tardif

### QU'EST-CE QUE LE DÉFI SANTÉ?

Le Défi Santé est un événement annuel organisé par la Ville de Sherbrooke, en association avec Cardio Plein Air pour une deuxième année consécutive. Les participants qui souhaitent relever le défi doivent tenter, et ce pendant six semaines, de manger cinq portions de fruits et légumes par jour en incluant 30 minutes d'activité physique dans leur quotidien. Comme troisième et dernier objectif, les concurrents devront établir un bon équilibre dans l'optique de favoriser un sommeil réparateur chaque jour; un nouvel objectif établi par le Défi Santé qui est souvent sous-évalué dans notre société.

« Le Défi Santé nous rappelle chaque année l'importance de prendre soin de sa santé physique et mentale. J'invite donc tous les citoyens et toutes les citoyennes à y participer afin de pleinement réaliser les bienfaits d'une bonne alimentation, de la pratique d'un exercice physique et de soigner son sommeil. », nous raconte Bernard Sévigny, le maire de la ville de Sherbrooke et président de Sherbrooke Ville en santé.

### UNE ATTITUDE QUI FAVORISE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Depuis quelques années, nos commissions scolaires et nos gouvernements font un excellent travail quant à la promotion et à l'importance de l'activité physique

chez les jeunes. M. Gilles Normand, président de la Commission scolaire de la Région-de-Sherbrooke, croit que le progrès effectué par les commissions scolaires est considérable depuis quelques années : « Je crois que les commissions scolaires et notre ministère de la Santé montrent un bon exemple auprès de la plus jeune génération. Les jeunes sont au courant des bienfaits de l'activité physique et possèdent les outils nécessaires et les infrastructures pour pleinement favoriser une bonne santé mentale et physique. Avec l'aire technologique dans laquelle nous vivons actuellement, on constate une attitude favorable des jeunes face à cet égard. C'est sans aucun doute, un grand pas vers l'avant! »

### « LE RENDEZ-VOUS ACTIF — DÉFI SANTÉ »

En plus de relever le Défi Santé pendant six semaines, les participants et la population sont également invités au « Rendez-vous actif — Défi Santé », un entraînement de 60 minutes offert gratuitement par Cardio Plein Air sous la supervision et les conseils de l'équipe. Cet événement se déroulera le dimanche 2 avril entre 10 h et 11 h 30 au parc Lucien-Blanchard de Sherbrooke. « L'année dernière, plus de 150 personnes sont venues bouger avec nous pour l'occasion », estime Marie-France Tanguay, porte-parole de Cardio Plein Air.

### COMMENT S'INSCRIRE? Y A-T-IL DES PRIX DE PARTICIPATION?

Tous ceux et celles qui désirent s'inscrire au Défi Santé peuvent le faire en ligne, du 22 février au 29 mars à l'adresse [DefiSante.ca](http://DefiSante.ca). Les prix de participation sont très alléchants. On y retrouve 15 000 \$ en prix à gagner parmi les participants, dont un an d'épicerie chez IGA (valeur de 5 200 \$), six prix de 1000 \$ en produits boursiers de la Financière Sun Life, ainsi que plusieurs autres offres exclusives.

## SECTION SPORT

Crédits : Christiane Bailey

# Végétarisme et performance sportive : UNE BONNE COMBINAISON?



Crédits: femmeactuelle.fr

Crédits: herron.com.au

Crédits: blog.slate.fr

Crédits: ad maiora bike

**Charles Harvey, étudiant au baccalauréat en communication marketing à l'Université de Sherbrooke, s'entraîne six à sept fois par semaine avec l'équipe de natation du Vert & Or. Ce qui le différencie des autres athlètes? Depuis maintenant un an, il a décidé de changer complètement ses habitudes alimentaires en devenant végétarien. Voici un aperçu de son nouveau mode de vie et quelques conseils pour ceux qui souhaiteraient relever un défi semblable.**

Geneviève Groleau

## AVANTAGES ET INCONVÉNIENTS DU RÉGIME

Comme plusieurs autres adeptes à travers le monde, Charles Harvey ne consomme plus de viande, de poisson et de fruits de mer. Ce type d'alimentation présente plusieurs avantages pour les sportifs de haut niveau, car les végétaux fournissent des vitamines et minéraux, des antioxydants, des fibres et peu de gras saturés, qui peuvent être néfastes pour la santé cardio-vasculaire. Cependant, les végétariens doivent porter une attention particulière aux protéines et au fer pour ne pas en manquer. En effet, le fer joue un rôle très important dans la performance des athlètes, puisqu'il contribue grandement à l'apport en oxygène des muscles. S'il est consommé en quantité insuffisante, il n'est pas rare de voir des sportifs souffrir d'anémie ou de fatigue.

## UNE ALIMENTATION QUI AIDE À UNE MEILLEURE PROTECTION DE L'ENVIRONNEMENT

Depuis qu'il est végétarien, le jeune homme a remarqué une nette amélioration de ses performances sportives. Selon lui, il n'est pas nécessaire d'aller chercher des suppléments de protéines dans les fameux *shakes*, qui sont habituellement proposés dans les salles d'entraînement. Les spécialistes de la santé recommandent de manger plus de légumineuses, de noix, d'œufs et de tofu, qui sont d'excellentes sources de protéines végétales. Son déménagement en appartement l'a beaucoup aidé à changer

son alimentation et à prendre conscience des impacts environnementaux de la consommation excessive de viande. En effet, le processus de production de viande contribue à l'émission de gaz à effet de serre, donc l'empreinte carbone d'un régime végétarien est considérée comme plus faible qu'un régime avec de la viande.

## BRISER LES STÉRÉOTYPES

Il ne faut surtout pas se fier aux stéréotypes habituels qui visent les végétariens : teint pâle, maigre et aucune énergie. Au contraire, prenez l'exemple de l'ancien joueur de hockey professionnel, Georges Laraque, qui est végétarien depuis 2009. Ce dernier est un athlète en pleine santé, qui est très actif au sein de la communauté sportive. Il a même décidé d'investir dans les restaurants Crudessence, situés dans la grande région de Montréal. Ceux-ci proposent des plats végétaliens 100 % biologiques et un service de traiteur personnalisé.

Pour terminer, si un tel régime alimentaire vous intéresse, il est recommandé de bien vous préparer et choisir correctement vos aliments afin de vous assurer que vos besoins en nutriments soient comblés. De plus, il est possible de rencontrer une nutritionniste directement au Centre sportif de l'Université de Sherbrooke pour avoir les meilleurs conseils avant de vous lancer dans cette nouvelle aventure.

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



COLLOQUE  
INNOVATIONS EN  
VALORISATION  
DES MATIÈRES  
RÉSIDUELLES

Matières résiduelles / Tailings  
**BURTYNSKY**

Du 26 octobre au 18 décembre 2016

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

www.GalerieUdeS.ca

