

Le COLLECTIF

— former et informer —



Un spectacle de la rentrée dans l'humour

Page 9

Du nouveau chez les programmes d'études en environnement
Page 7

La CAQ tente de corriger le tir
Page 13

Notre Vert & Or livre la marchandise en athlétisme
Page 18



L'ÉQUIPE

DIRECTION

Sarah Gendreau Simoneau
Co-directrice volet production

Alexandre Leclerc
Co-directeur volet administration

RÉDACTION

Sarah Gendreau Simoneau
Rédactrice en chef

Léa Béliveau
Cheffe de pupitre campus

Elizabeth Gagné
Cheffe de pupitre culture

Gabrielle Goyet
Cheffe de pupitre société

Émilie Oliver
Cheffe de pupitre sport et bien-être

Vincent Giangioppi
Correspondant Vert et Or

Myriam Baulne
Révision linguistique

Poste inactif
Stagiaire

UNE

FEUS
Photographie

TECHNIQUE

Frédérique Richard
Infographie

Frédérique Richard
réseaux sociaux et responsable Web

Poste inactif
Distribution à Sherbrooke

Poste inactif
Distribution à Longueuil

COLLABORATEURS
et COLLABORATRICES

Alexandre Ménard
Alexia Gagnon-Tremblay
Béatrice Vigneault
Charles Amyot
Clara Prévosto
Ema Holgado
Estelle Sfeir
Hugo Prévosto
Ismaël Lamoureux
Kémuel Lavallée
Lili-Jeanne Pothel
Patrick Quinn
Pierre-Nicolas Bastida-Tousignant
REMDUS
Rémi Brosseau-Fortier
Sarah Baril-Bergeron
Sophie Mottet
Thibaut Chabanet

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

PROCHAINE ÉDITION LE
12 FÉVRIER 2024

NOUS SOMMES À LA
RECHERCHE DE
COLLABORATRICES ET
COLLABORATEURS !

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

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

Écrivez à Redaction.lecollectif@USherbrooke.ca

Suivez-nous sur
les réseaux sociaux!



FACEBOOK



INSTAGRAM

Quel avenir pour les populations écoanxieuses?

Éditorial

De la rédaction EN CHEF

Les jeunes de 15 à 35 ans ont tendance à être plus écoanxieux que leurs parents et grands-parents, à un point tel que plusieurs considèrent qu'il n'y a plus d'espoir pour l'humanité. Certains renoncent même alors à mettre des enfants au monde sur cette planète qui se meurt.

Devenir parents est rendu un choix éthique à savoir si on laisse une planète habitable ou pas aux futures générations. Selon une étude menée dans 10 pays auprès de 10000 répondants âgés de 16 à 25 ans, 84 % d'entre eux sont inquiets pour l'avenir de la planète. Près de la moitié affirment que la peur, la culpabilité et le désespoir face aux changements climatiques et à l'inaction des gouvernements affectent leur bien-être au quotidien. Pour ce qui est d'avoir une famille, il s'agit de 40 % des répondants au sondage qui hésitent.

Cette génération a vu le jour dans un monde qui ressemble de plus en plus à un film apocalyptique, mettant la faute sur les générations précédentes qui n'ont pas fait attention au monde qu'elles leur léguent.

CHOIX ÉGOÏSTE?

Rosalie Bonenfant, comédienne, animatrice et autrice de la génération Z, est d'avis que d'avoir un enfant, aujourd'hui, est un choix égoïste. « Je me sens déjà si souvent coupable dans la vie. Je fais de mon mieux, mais je ne suis pas parfaite; et ne pas créer un autre humain me semble une façon concrète de réduire mon impact sur l'environnement », explique-t-elle, ajoutant qu'elle ne voudrait pas infliger des catastrophes naturelles à un être vivant.

Toutes les générations d'humains ont fait face à plusieurs grands bouleversements. Le sentiment de danger à son comble n'a donc rien de théorique. Réver d'avenir dans cette crise climatique est un peu irréaliste. Julie-Christine Denoncourt, conseillère en recherche pour Équiterre, affirme dans le magazine Elle envier les générations d'avant qui ne se posaient pas la question s'ils voulaient des enfants ou pas. « Comme je ressens très concrètement les effets des changements climatiques, je n'ai pas vraiment le luxe de m'interroger sur ce que je veux. »

Certains jeunes avouent être en contradiction avec eux-mêmes constamment. Ils ont du mal à choisir entre leur désir d'être parent et leurs inquiétudes face à l'avenir concernant le climat.

« Je me rappelle qu'en 2018, le rapport du GIEC m'avait rendue très incertaine par rapport à mon propre avenir, et j'en faisais de l'insomnie », raconte Alexandra Hénault, étudiante en sociologie, à Radio-Canada. Elle se demande qu'elle est son rôle de mère si elle n'a elle-même pas confiance en l'avenir et quelle image est alors envoyée à l'enfant.

Plusieurs jeunes estiment alors que les impacts de la crise climatique ne leur laissent pas vraiment le choix. Alexandra Hénault estime qu'« avoir un enfant en ce moment, c'est aussi un facteur polluant de plus. »

REPENSER LA FAÇON DE VOIR LES CHOSES

Selon la docteure Joellen Russel, océanographe, climatologue et professeure à l'Université de l'Arizona, il serait possible de concilier le désir d'être parents éventuellement avec l'écoanxiété ressentie. Selon elle, les enfants font partie de la solution. Elle fait partie de Science Moms, un collectif formé par des mères et femmes de science qui démystifie la science du climat. Le groupe motive également les parents à se battre avec et pour leurs enfants, pour la survie de l'écosystème. « Je veux léguer un monde en santé à mes enfants et petits-enfants », exprime-t-elle, affirmant que de devenir parents est un privilège qu'il faut reconnaître et utiliser de manière responsable en mettant tout en œuvre pour élever des acteurs de changement.

Pour Colleen Thorpe, directrice générale d'Équiterre, les liens sociaux remplacés par la consommation sont ce qui crée la problématique actuelle liée à l'environnement. Il faudrait donc concilier le désir d'être parents avec celui de protéger l'environnement en abordant le concept de famille autrement. « Il faut miser sur le partage des biens et des ressources, mais aussi sur l'entraide et la connexion des uns avec les autres », souligne-t-elle. L'engagement, selon elle, est essentiel puisque l'humain vit en interdépendance avec sa communauté.

MOTEUR D'ACTION

Sur le plan plus large, Anne-Sophie Gousse-Lessard défend l'idée selon laquelle l'écoanxiété pourrait être un moteur d'action individuelle et d'implication citoyenne. Les préoccupations constructives résultant de l'écoanxiété peuvent entraîner des comportements pro-environnementaux, selon elle. « En résulte un sentiment d'efficacité associé aux actions en question. Le risque d'un engagement écoanxieux est cependant de parvenir à un sentiment d'épuisement puisque la personne qui essaie de faire quelque chose pour l'environnement n'obtient pas de résultat ou adopte une attitude pessimiste et découragée face à l'avenir ».

Certaines personnes vont donc changer leur comportement en agissant pour l'environnement et à demander aux autres, notamment aux décideurs, de faire quelque chose contre les menaces actuelles. Pour ces gens qui se mobilisent, il faut agir pour pouvoir vivre une vie complète comme les générations avant eux, et se joindre à un groupe aide et permet de gérer son anxiété.

L'engagement collectif est important, selon les experts, pour se sentir soutenu puisque les résultats aident à donner de l'espoir. Être écoanxieux n'est pas négatif en tant que tel, ça veut tout simplement dire que nous nous soucions de notre avenir.

D'ailleurs, les jeunes ont été historiquement la première couche de la population à être sensibilisée aux questions environnementales. En 1990, l'Association québécoise pour la promotion de l'éducation relative à l'environnement a été fondée. Ensuite, c'est la Commission scolaire de Montréal qui s'est munie d'une politique environnementale. Puis, le premier Congrès mondial de l'éducation à l'environnement a eu lieu en 2003. C'est alors une nouvelle génération, plus sensibilisée à ces questions, qui a grandi avec ces préoccupations, ce qui a créé une fracture générationnelle qui ne fait que s'accroître.



**SARAH
GENDREAU
SIMONEAU**

Redaction.Lecollectif@
USherbrooke.ca



Jeux de la science politique : l'UdeS garde la coupe à la maison

Agora

Campus

C'est du 12 au 15 janvier derniers qu'ont eu lieu, à l'Université de Sherbrooke (UdeS), les jeux de la science politique (JDSP). Lors de cette 13e édition, l'UdeS a gardé la coupe à la maison, après l'avoir remportée en 2023.

Cette 13e édition a été marquée par une deuxième victoire consécutive de l'UdeS, mais aussi par un remaniement des épreuves. Après 13 éditions, les JDSP avaient besoin d'un vent de changement. C'est grâce au Comité organisateur (CO) et le Conseil d'administration (CA) que l'édition 2024 des JDSP a été un succès. De nouvelles épreuves et une organisation hors paires ont marqué cette 13e édition.

DE LA NOUVEAUTÉ DANS LES ÉPREUVES

Plusieurs raisons sont à l'origine du vent de changement dans les épreuves des JDSP. À la base, les JDSP sont organisés autour d'épreuves académiques, d'une épreuve sportive et d'une épreuve sociale. Cette année, sur le volet académique, le CO et le CA ont voulu offrir des épreuves plus réelles avec la réalité du terrain chez les futures personnes politologues. En gardant en tête les mêmes compétences que les autres éditions, cette année le but était de varier la manière dont elles seraient appliquées.

Les nouvelles épreuves créées pour la 13e édition sont coopération internationale, politique active et relations gouvernementales. De plus, d'autres épreuves déjà existantes ont été améliorées tandis que d'autres ont été fusionnées. Ces quatre nouvelles disciplines sont venues marquer cette édition des JDSP. Encore dans la nouveauté, les JDSP se sont aussi associés avec Antidote. Cette collaboration a donc permis de créer l'épreuve Antidote, où toutes les épreuves académiques étaient évaluées sur la qualité du français durant les jeux.

Pour l'épreuve sportive, c'est le *Spikeball* qui a été la vedette cette année, discipline très populaire auprès des jeunes universitaires. Pour l'épreuve sociale, plusieurs activités étaient évaluées. Que ce soit la vidéo de présentation de la délégation, les soirées thématiques ou les défis sociaux, cette épreuve vise à renforcer l'esprit d'équipe et à installer un bon climat entre les délégations.

UNE ORGANISATION HORS PAIR

Un tel *week-end* ne peut être possible sans le travail de nombreuses personnes impliquées à la coordination (Nicolas Dionne et Laura Fequino), à la logistique (Gabrielle Goyet et Rose Émard), aux finances (Marie-Pier Labonté), à l'EDI (Catherine Bougie), à l'écoresponsabilité (Anthony-Félix Giraud), au partenariat (Cédric Hamel et Philippe Larivière), sur le CA (véronique Leblanc, Nayla Si Mahfoud et Bianca Raymond), au social (Émy Jeanneau et Meghane Thibobea), au sport (Vincent Giangioppi et Marc-Olivier Jacob), à la communication (Sarah-Ève Desjardins) et au volet académique (Jérémy Bourgeois-Lortie, Guillaume Desmarais et Dylan Brown).

C'est depuis plusieurs mois que le CO et le CA travaillent de concert pour organiser

cette édition sous le thème de nombreux changements et améliorations. Cette édition, le réseautage, le dépassement et l'épanouissement étaient au rendez-vous. Les JDSP n'auraient pas lieu aussi sans les neuf délégations provenant de plusieurs endroits au Québec et au Canada, qui permettent d'année en année d'offrir une expérience inoubliable. Parmi ces neuf délégations, deux de celles-ci sont des universités francophones hors Québec. L'université de Moncton et le campus Saint-Jean de l'Université d'Alberta ont aussi fait partie de ce *week-end* inoubliable.

Il est important de mentionner que ce genre d'évènement ne serait pas possible sans les nombreux partenaires. Ces partenaires ont permis d'offrir un évènement de cette envergure par leurs financements. L'organisation des Jeux de la science politique s'est assuré d'offrir un *week-end* autour de l'écoresponsabilité. En effet, l'évènement a été réalisé autour de choix les plus écoresponsables possibles. Que ce soit par le transport en autobus par les délégations, les navettes durant l'évènement, les repas servis directement sur le campus de l'Université de Sherbrooke, tout était organisé pour réduire l'empreinte au maximum.

UNE VICTOIRE SOUS LES COULEURS DE « FORCE & RUSE »

C'est ainsi, après un *week-end* autour d'épreuves académiques, sportives et sociales que la délégation des jeux de la science politique de l'Université de Sherbrooke a remporté six premières places. Ce sont ces premières places et les nombreux podiums qui ont déclaré l'UdeS comme délégation gagnante. Après plusieurs semaines de pratiques, de travail acharné de la part des membres de la délégation, du CO et du CA, cette édition a été un succès.

Les « Force & Ruse » de la délégation de Sherbrooke leur a permis de garder la coupe à la maison. Cet évènement ne serait pas possible sans la participation de toutes ces belles délégations universitaires, qui ont permis de faire en sorte que la 13e édition des JDSP soit aussi marquante.

Félicitation à notre belle délégation de l'UdeS!



**LÉA
BÉLIVEAU**

Campus.Lecollectif@
USherbrooke.ca



Minimiser l'impact environnemental du ciment

Dans le cadre d'un partenariat innovant, l'Université de Sherbrooke (UdeS) et Pyrowave s'engagent dans un projet de recherche financé à 1,25 million de dollars par PRIMA Québec, Mitacs et le Conseil de recherches en sciences naturelles et en génie du Canada (CRSNG). L'objectif est d'améliorer la production de ciment afin de répondre aux exigences de réduction des gaz à effet de serre (GES) du gouvernement du Canada. Ce projet pourrait considérablement réduire les émissions, car le béton, principalement composé de ciment, figure actuellement comme deuxième produit le plus consommé au monde après l'eau.

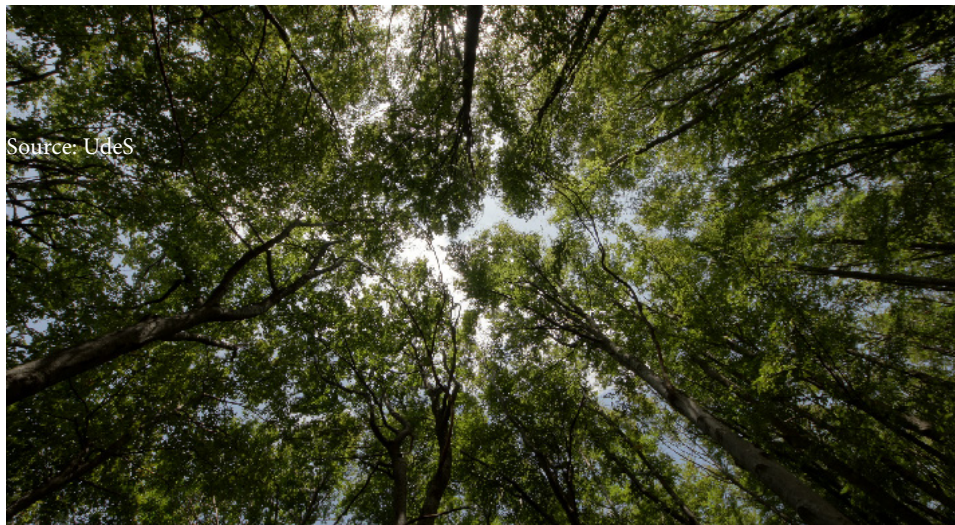
Par Clara Prévosto

La Faculté de génie prendra part au projet et les chercheurs y participant seront dirigés par le professeur William Wilson, membre éminent du Centre de recherche sur les matériaux, les infrastructures et les bâtiments durables de la Faculté de génie. Ce groupe sera dédié à la mise au point de ciments à faibles émissions de carbone. En collaboration avec l'entreprise Pyrowave, ce projet novateur repose sur l'électrification des processus chimiques, avec l'utilisation de micro-ondes pour remplacer le combustible dans la transformation du calcaire en ciment.

produit jusqu'à trois milliards de tonnes par année de CO₂. Sa fabrication est même considérée comme la deuxième source de GES la plus importante à travers le monde vu son statut comme produit de base industriel. Ce sont 35 % des GES émis qui proviennent de l'utilisation de combustibles fossiles pour transformer le calcaire en ciment tandis que l'autre 65 % est dégagé lors de la réaction de réduction du calcaire. Avec sa demande à la hausse, les émissions du ciment ne feront qu'accroître si rien n'est fait.

SITUATION CRITIQUE

Le professeur Wilson souligne que la production conventionnelle de ciment Portland



BÉTON À FAIBLES ÉMISSIONS

Heureusement, l'approche révolutionnaire des experts vise à réduire de près de 35 % les émissions de gaz à effet de serre associées à la production de ciment. C'est en effet grâce à des micro-ondes que l'équipe de recherche espère mener ce projet à bien. Cette technologie permettrait aussi de produire un flux concentré de CO₂ provenant de la décarbonatation du calcaire, facilitant ainsi sa capture et par le fait même, réduisant les coûts des opérations.

FORMATION D'EXPERTS POUR UN CIMENT VERT

Le projet, d'une durée de quatre ans, formera ainsi une nouvelle génération de professionnels hautement qualifiés. Il regroupera au total trois doctorantes ou doctorants, deux postdoctorantes ou postdoctorants et même deux stagiaires qui auront la chance de faire partie de cette aventure.

Cette collaboration entre l'Université de Sherbrooke et Pyrowave représente une avancée significative dans la transformation de l'industrie cimentière vers une production plus durable et respectueuse de l'environnement. Elle contribue ainsi aux objectifs climatiques du Canada et ouvre la voie à une réduction substantielle des émissions de CO₂ sur une échelle mondiale.

La langue française au Québec vue par des linguistes

La langue française regorge d'une riche histoire au Québec. Symbole d'une nation, marqueuse culturelle et fierté nationale, la langue de Molière pourrait aujourd'hui être rebaptisée « langue de Tremblay » (Michel), « langue de Laferrière » (Dani) ou encore « langue de Thuy » (Kim) tant les nombreuses autrices québécoises et les nombreux auteurs québécois ont su se l'approprier pour lui faire raconter une histoire propre à la Belle Province.

Par Hugo Prevosto



au Québec. Ces données, collectées au moins depuis les années 1960, sont réunies sous forme de corpus et rendues disponibles au public sur le site internet du FDLQ. Grâce à ces ensembles de données, il est possible de constater les particularités langagières propres à un territoire, à une époque ou à une culture.

Comme cela est expliqué sur le [site internet du FDLQ](#), c'est dans la mise à jour de certains corpus par le CRIFUQ que le projet trouve son origine. Réalisant que plusieurs corpus avaient été constitués avant l'avènement du numérique, l'actualisation de ceux-ci s'est révélée une opportunité de pérenniser ce contenu et de le mettre au service des générations futures.

RENDRE LES CORPUS ACCESSIBLES À TOUS ET POUR TOUS

La plateforme du FDLQ répond d'ailleurs au principe de science ouverte et elle encourage le partage et l'utilisation des données à diverses fins, dont la recherche et l'enseignement. Toutefois, il est à noter que le respect des droits d'auteur revêt un caractère primordial. Si certaines données sont complètement libres de droits, d'autres ne permettent qu'une consultation partielle alors qu'un troisième ensemble ne peut être consulté que dans le cadre de projets de recherche faisant l'objet d'une entente avec le FDLQ.

Au-delà des textes et de l'écriture, le français du Québec est aussi unique dans sa forme orale. Ce bagage linguistique est riche en histoires, en souvenirs et en découvertes. Un patrimoine que le Fonds de données linguistiques du Québec (FDLQ) s'est donné comme mission de mettre en valeur, de faire découvrir et de conserver par le biais d'un projet réalisé par le Centre de recherche interuniversitaire sur le français en usage au Québec (CRIFUQ) de l'Université de Sherbrooke sous la direction du Pr Wim Remysen.

LE FDLQ, QU'EST-CE QUE C'EST?

Concrètement, le FDLQ est le fruit d'une collecte de données réalisée sur plusieurs décennies grâce à laquelle il est possible d'observer l'évolution de la langue française

Afin de s'inscrire dans l'ère du numérique et favoriser la diffusion de son contenu, le FDLQ a rendu disponible une série de capsules vidéo visant à présenter les différents corpus. Toute cette documentation est facilement accessible sur le site internet du Fonds. Au total, ce sont 18 corpus qui sont accessibles sous forme textuelle, métalinguistique, orale et dialectologique, parmi lesquels quatre sont libres de droits.

Chacun de ces corpus est une opportunité de découvrir l'histoire et la culture québécoise au travers de l'évolution d'une langue elle-même riche en histoire et en transformation. D'ailleurs, la langue de Tremblay, Laferrière, Thuy et bien d'autres est en constante évolution et continue de cristalliser les assises de la société québécoise d'hier à demain.

Section Campus

Un nouveau service de santé psychologique pour les membres du REMDUS

Nouvellement disponible pour les membres du Regroupement étudiant de maîtrise, diplôme et doctorat de l'Université de Sherbrooke (REMDUS), le service Conversation permet maintenant à la communauté étudiante aux cycles supérieurs de bénéficier de services de santé psychologique en ligne rapidement et gratuitement.

Par le REMDUS

Approuvé par les membres au moyen d'un référendum le printemps dernier, le service Conversation est en vigueur depuis le début de la session d'automne 2023 et fourni par [Dialogue](#), en partenariat avec l'[ASEQ](#). Les personnes étudiantes membres du REMDUS peuvent maintenant obtenir du soutien psychologique selon plusieurs besoins particuliers, notamment la dépression ou l'anxiété, la gestion du stress, le deuil et l'isolement social.

Au coût de 44,84 \$ par année par personne étudiante, Conversation est offert à toutes les personnes étudiantes membres, peu importe la participation de ces dernières au régime d'assurance maladie ou dentaire de l'ASEQ. Ces coûts sont directement prélevés sur la facture universitaire. Le service étant illimité et universel, la personne étudiante n'a pas de coûts supplémentaires à déboursier selon sa fréquence d'utilisation ou selon le type de service demandé.

UTILISATION SIMPLE ET BIENFAITS IMMÉDIATS

Les personnes étudiantes n'ont qu'à utiliser l'application ou tout simplement la plateforme membre de Dialogue sur leur site internet pour s'inscrire au programme et demander un rendez-vous. Ces dernières peuvent obtenir leur triage initial 24 heures sur 24, sept jours sur sept, recevoir une évaluation initiale dans les deux heures suivant la demande, et rencontrer des spécialistes de la santé dans les 48 heures suivant la demande.

Ce nouveau programme accentue l'offre de service disponible pour les personnes étudiantes. Les personnes ayant besoin d'un suivi psychologique très rapidement seront choyées par cette nouvelle plateforme. Les files d'attente étant parfois très longues dans les services en santé psychologique, Dialogue ajoute une option pertinente pour décharger les services en grande demande et répondre rapidement à des besoins urgents des personnes étudiantes, en plus d'offrir ce service dans plusieurs langues. Dialogue propose aussi, selon le contexte, la mise en place de séances de *coaching* pour aider à la formation de bonnes habitudes de vie. Les multiples services de Dialogue permettent même la possibilité d'obtenir un soutien médical par des médecins, où les personnes étudiantes peuvent obtenir un diagnostic pour certains troubles de santé psychologique, mais aussi émettre ou renouveler des ordonnances.

Pour toutes questions concernant le nouveau programme Conversation, le REMDUS est là pour y répondre, que ce soit par courriel (remdus@usherbrooke.ca), ou en personne à ses bureaux (E1-1043).

À PROPOS

Dialogue est l'une des plus grandes entreprises de télémédecine au monde et le plus grand fournisseur au Canada. Ayant vu le jour en 2016, la plateforme



regroupe des millions de personnes utilisatrices à travers le monde.

Fondée en 1996, l'ASEQ est le plus important fournisseur de régimes étudiants de soins de santé et dentaires au Canada. Avec plus de 1000000 de membres répartis dans plus de 100 associations étudiantes (dont le REMDUS), l'objectif central de l'ASEQ est d'offrir des régimes de soins de santé et dentaires qui seraient toujours pour la communauté étudiante postsecondaire.

Les étudiants et étudiantes du programme de DPAAE dans la peau de députés

Ce 16 janvier dernier, les personnes étudiantes du programme de Droit et politique appliqués de l'État (DPAAE), accompagnées par le directeur de programme Guillaume Rousseau et l'ancien ministre et chargé de cours Luc Fortin, ont participé à une journée particulièrement enrichissante lors d'une visite de l'Assemblée nationale du Québec. C'est une expérience unique qui permet une immersion au cœur de la vie démocratique et politique.

Par Thibaut Chabanet

Dès son entrée dans l'enceinte du bâtiment, la promotion a été accueillie par une guide souriante et attentionnée. Au cours de la visite, cette guide a partagé l'histoire des couloirs, des salles de débats animés, ainsi que des portraits des différents personnages politiques ayant marqué l'histoire. Aussi, le fonctionnement du Parlement, lieu emblématique de la vie politique québécoise, ainsi que le rôle de chacune des pièces ont été expliqués et ont captivé l'attention des personnes étudiantes.

La pause déjeuner réservait aussi son lot de surprises puisqu'il a été possible de rencontrer J. Michel Doyon, 29e lieutenant-gouverneur depuis 2015, ainsi qu'Éric Lefebvre, whip en chef du gouvernement. Cette rencontre a été l'occasion de poser

des questions directes sur les enjeux politiques et d'obtenir des perspectives nouvelles sur les processus décisionnels ainsi que sur les défis auxquels sont confrontés les décideurs politiques. Cette dernière rencontre était une chance pour les personnes étudiantes puisque M. Lefebvre leur a ouvert les portes de l'envers du décor, permettant une immersion complète et réelle dans la peau de véritables députés.

Pour la suite de l'après-midi, c'est dans l'univers complexe du processus d'adoption d'une loi que se sont plongés les étudiants lors d'une étude détaillée d'un projet de loi. Ce dernier s'intitule « Loi sur la protection des consommateurs contre les propos et contenus haineux sur les réseaux sociaux » et a suscité de nombreux débats entre gouvernement et opposition. Cet exercice renforce la compréhension du processus législatif en s'attaquant à une liberté au cœur de la vie démocratique : la liberté d'expression.

La journée s'est conclue de manière conviviale autour d'un souper avec un moment de partage d'expérience entre les étudiants actuels et deux étudiants de la promotion précédente. Cette rencontre informelle offre la possibilité d'obtenir quelques conseils pratiques sur la suite du programme ainsi que sur la transition vers une vie professionnelle.

Ç'a été ensuite l'heure du retour à l'Université de Sherbrooke. Les accompagnants ont exprimé leur satisfaction et ont souligné l'importance de telles expériences dans une formation universitaire. Celle-ci aide tant sur le plan académique, mais aussi sur le plan pratique en permettant aux étudiants de se préparer aux défis qu'ils rencontreront dans leur carrière.

Ce sont enfin les personnes étudiantes du programme qui ont exprimé leur remerciement pour cette chance. Cette journée à l'Assemblée nationale restera, sans aucun doute, gravée dans leur mémoire en tant que moment stimulant de leurs intérêts pour le droit et la politique.



Crédits: Bruno Lebeau

Les conventions sur le pourboire : qui y a accès?

Plusieurs personnes salariées ont accès au pourboire. Ces personnes salariées travaillent soit à temps plein ou à temps partiel et reçoivent habituellement un montant supplémentaire par un client en échange d'un ou plusieurs services. Ces personnes peuvent travailler dans des restaurants, des commerces qui vendent des repas à consommer à l'extérieur, des bars ou événements servant des boissons alcoolisées sur place, ou bien des établissements d'hébergement touristiques.

Par Estelle Sfeir et Patrick Quinn

Toutefois, en vertu de l'article 1 du *Règlement sur les normes du travail*, il faut exclure les personnes salariées dans les établissements de restauration rapide dans la perception des pourboires. La restauration rapide

implique un service de restauration à des clients qui commandent ou choisissent les produits à un comptoir de service et qui paient avant de manger.

salariées qui ont droit au pourboire.

BONNE FAÇON DE FAIRE

Selon l'article 50, même si les personnes salariées reçoivent un pourboire, l'employeur doit leur verser un salaire égal ou supérieur au taux minimum en vigueur sans tenir compte de ces pourboires. Il ne faut pas confondre les pourboires perçus avec le salaire. Certains pourboires, nommés les « pourboires contrôlés », sont perçus par l'employeur qui les remet au salarié. Par exemple, l'ajout d'un pourcentage ou l'ajout de frais de services obligatoires à la facture des clients afin de couvrir les pourboires. Aussi, l'employeur ne peut pas exiger un paiement des frais liés à l'utilisation d'une carte de crédit à la personne salariée selon l'article 50.1 de la *Loi sur les normes du travail*.

Les personnes salariées sont tenues, en vertu de la *Loi sur les impôts*, de faire une déclaration écrite relative aux pourboires à chaque période de paie. La déclaration doit être remise à l'employeur. L'employeur ne peut pas refuser de recevoir cette déclaration.

Les indemnités pour le licenciement collectif, les jours fériés et les vacances sont calculées en fonction de la base de salaire et les pourboires déclarés par la personne salariée.



Source: Pixabay

Le pourboire appartient aux personnes salariées, même celles qui ont rendu service indirectement. Les personnes salariées au pourboire peuvent s'entendre sur la répartition des pourboires en rédigeant une convention sur le pourboire. Cette entente peut se faire soit par écrit, soit verbalement. En vertu de l'article 50 de la *Loi sur les normes du travail*, l'employeur ne peut pas imposer un partage des pourboires entre les personnes salariées, et ne peut pas intervenir dans la convention. En effet, cette convention résulte du consentement libre des personnes

Du nouveau chez les programmes d'études en environnement

L'année 2023 déclarée comme année record en bouleversements météorologiques met en lumière que, plus que jamais, nous avons besoin de personnes professionnelles en environnement. Afin de répondre à la demande grandissante d'emplois verts, le Centre universitaire de formation en environnement et développement durable (CUFE) reste à l'affût des tendances du marché en renouvelant ses programmes en environnement.

Par Sophie Mottet

Parmi les programmes proposés par le CUFE, trois d'entre eux ont été actualisés : le baccalauréat en études de l'environnement, la maîtrise en environnement et le diplôme d'études supérieures spécialisées en gestion de l'environnement. Dans un monde où la situation environnementale se modifie rapidement, il est nécessaire d'adapter ces formations à la réalité d'aujourd'hui.

SE FORMER AUX DÉFIS DE DEMAIN

Depuis la session d'automne 2023, le programme du 1er cycle se base sur cinq compétences, soit situer un enjeu dans le système socioécologique, poser un

diagnostic, proposer et concevoir des solutions, gérer un projet ainsi qu'informer, sensibiliser et éduquer. Le baccalauréat intègre maintenant cinq cours à option, incitant la personne étudiante à approfondir ses connaissances dans le domaine de son choix. L'Université de Sherbrooke, connue pour son régime coopératif, ne fait pas défaut au programme du CUFE. Effectivement, l'alternance de sessions d'études et de stages rémunérés donne la possibilité de mettre en pratique les connaissances acquises lors du parcours universitaire.

Quant aux programmes modifiés du 2e cycle, ceux-ci sont disponibles depuis 2024. La maîtrise en environnement offre toujours la possibilité d'un cheminement de type cours ou recherche. Les nouvelles compétences au 2e cycle viennent insister sur le développement de stratégies structurantes visant une transition socioécologique. Une particularité s'installe autant à la maîtrise qu'au DESS : un cours de sept crédits permettant d'étudier les enjeux complexes en environnement. Celui-ci étant donné au début de la formation, la personne étudiante est donc plongée au cœur des problématiques environnementales et vient développer des solutions stratégiques pour une modification des systèmes actuels.

Démontrant une grande flexibilité, le CUFE propose une production de fin d'études adaptée aux intérêts des personnes finissantes de la maîtrise. Celles-ci ont l'option de réaliser un projet d'intervention permettant d'amener un changement dans une

communauté ou une organisation. La deuxième option a pour but de laisser libre cours à sa créativité par la réalisation d'un projet de création selon ses intérêts.

PARTICIPER À LA TRANSITION SOCIOÉCOLOGIQUE PAR UNE APPROCHE MULTIDISCIPLINAIRE

La multidisciplinarité est un aspect qui se distingue dans les études en environnement au CUFE. Les programmes sont offerts autant à des profils provenant des sciences humaines que des sciences naturelles, ce qui en résulte à un groupe avec des points de vue divers et des discussions enrichies. Offrant des cours de politique, d'éthique, de droit, de psychologie et plus encore, le CUFE prépare les actrices et acteurs de changements de demain avec une expertise variée.

Les professions en environnement sont de plus en plus recherchées. Selon Eco Canada « l'emploi en environnement pourrait augmenter de 17 % d'ici 2025, comparativement à 5,4 % pour l'ensemble des emplois au Canada ».

Le CUFE nous offre la possibilité de choisir un programme d'études en fonction de nos valeurs et à jour dans l'air du temps, et ce à l'Université de Sherbrooke qui est classée première étoile mondiale en développement durable!



Source: Université de Sherbrooke

Un nouveau livre pour le professeur Harold Bérubé

Agora

Culture

Harold Bérubé, professeur titulaire en histoire à l'Université de Sherbrooke, présente son nouveau livre *Le Canada : lieu de rencontre et de conflit*.

M. Bérubé se spécialise sur l'histoire des villes et des banlieues nord-américaines des 19e et 20e siècles et sur l'histoire du Canada depuis 1840. C'est d'ailleurs lui qui donne le cours d'*Histoire du Canada de 1840 à nos jours* à l'Université. Fait cocasse, je me souviens, lorsque j'ai suivi son cours, que M. Bérubé avait mentionné à la classe qu'il était en train de rédiger son nouveau livre.

UNE COLLABORATION RÉUSSIE

Harold Bérubé a écrit et coécrit plusieurs livres. C'est, entre autres, grâce à sa participation à l'émission *Aujourd'hui l'histoire*, à Radio-Canada, qu'il a eu envie de commencer à penser au processus menant à la publication d'un livre. C'est la maison d'édition Septentrion qui a approché la production de l'émission pour savoir si Harold Bérubé, collaborateur récurrent de l'émission, souhaitait publier une série de livres basée sur l'émission. C'est de cette façon qu'est né son premier livre *Histoire des villes nord-américaines*, puis, maintenant, *Canada : lieu de rencontre et de conflits* pour la collection.

UNE LECTURE DE CHEVET POUR TOUS

La collection, que Septentrion a produite, vise un public très large. Le livre a plusieurs qualités qui rend l'ouvrage très attrayant comme la présence de belles photos en couleurs et le fait qu'il soit divisé en sections permettant au lecteur d'arrêter et de recommencer sa lecture très facilement. Il s'agit d'un ouvrage de vulgarisation ce qui rend sa lecture accessible à toute personne qui désire en apprendre davantage sur l'histoire de notre pays.

DES HISTOIRES PEU CONNUES QUI SAURONT VOUS SURPRENDRE

C'est un livre qui propose de jeter un coup d'œil sur l'évolution sociale du Canada à travers ses rencontres et ses conflits qui prennent différentes formes. Des informations présentes dans le livre sauront surprendre le lectorat. Plusieurs événements risquent d'être inconnus pour les lecteurs, étant donné qu'ils ne font pas partie du grand récit national. Par exemple, le chapitre sur la présence du Ku Klux Klan en Saskatchewan durant les années 20 qui regroupe un nombre de membres impressionnant.

Un autre événement de notre histoire étonne particulièrement : le programme gouvernemental « British Home Children ». Entre 1869 et 1939, près de 10 000 enfants ont été envoyés de la Grande-Bretagne vers le Canada à travers un programme qui a subventionné l'émigration de personnes mineures. Ces enfants étaient issus, pour la majorité, de foyers pour enfants gérés par des agences d'émigration britannique. Ils ont été envoyés dans des maisons d'accueil au Canada. Ces informations proviennent directement du site gouvernemental du Canada.

Seulement, ce qui n'est pas dit, c'est que durant cette période, il y avait une pénurie de main-d'œuvre au Canada et dans d'autres colonies de la Grande-Bretagne. Les

enfants, pour la plupart, étaient de jeunes délinquants qui ont été pris dans la rue, tout simplement. Dans certains cas, ces enfants étaient kidnappés et on les expédiait dans les colonies afin de les exploiter. Les cas d'adoption au Canada ont été très rares et beaucoup d'abus de tout genre ont également été commis durant cette période, notamment sur les terres agricoles, surtout dans l'ouest.

La Grande-Bretagne ainsi que la Nouvelle-Zélande ont présenté des excuses publiques, mais le Canada, lui, n'a pas voulu s'excuser d'avoir pris part à ce programme. Le gouvernement en place lors des excuses de ces deux pays était celui de Stephen Harper. Le livre de M. Bérubé regorge de ces histoires inconnues de plusieurs.

PASSER D'UNE ÉCRITURE D'UNIVERSITÉ À LA VULGARISATION

Harold Bérubé, en participant à l'émission *Aujourd'hui l'histoire*, était déjà embarqué dans un travail de vulgarisation. Selon lui, il faut accepter le choc de renoncer aux détails.

La première fois qu'il a partagé sa liste de sujets, pour l'émission, la production n'était pas convaincue de l'intérêt général du public dans ce qu'il proposait. Il a donc changé de méthode et a regardé ce qu'il aimait enseigner dans le cours d'*Histoire du Canada de 1840 à aujourd'hui*, afin de s'inspirer des *punchs lines* du cours pour l'émission. La réflexion de la vulgarisation pour le livre avait donc déjà été faite en amont. « Dans le milieu académique, certaines personnes voient le travail de vulgarisation d'un mauvais œil, confie M. Bérubé. Ce n'est pas tout le monde qui est capable "de changer de logiciel." Passer de la rédaction universitaire à la vulgarisation, ce n'est pas toujours évident, mais pour le professeur, il s'agit d'un exercice qui semble lui apporter beaucoup de plaisir.

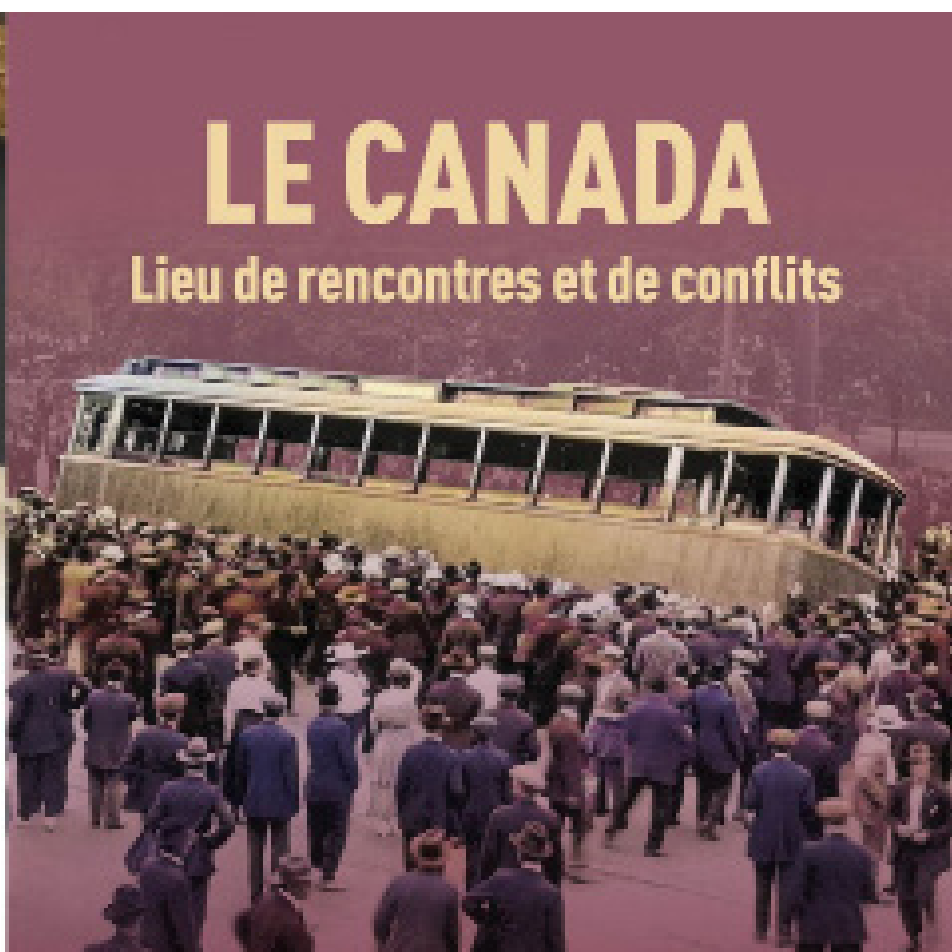
UNE BELLE BOUCLE POUR LA FIN

La collection *Aujourd'hui l'histoire* de la maison d'édition Septentrion est une belle collection avec divers sujets qui offre une vulgarisation historique de qualité faite par des historiens de formation. Le 25 janvier a eu lieu le lancement du livre de M. Bérubé, à la librairie Appalaches. Harold Bérubé était accompagné de Michèle Dagenais, professeure de monsieur Bérubé lorsqu'il était étudiant. Elle lui avait d'ailleurs enseigné lors du cours Histoire du Canada depuis 1850. Ils se sont adonnés à une causerie autour du livre provoquant des échanges intéressants.



ELIZABETH GAGNÉ

Culture.Lecollectif@USherbrooke.ca



Un spectacle de la rentrée dans l'humour

C'est le jeudi 18 janvier qu'a eu lieu le spectacle de la rentrée d'hiver de l'Université de Sherbrooke organisé par la FEUS.

Par Lili-Jeanne Pothel



Source: FEUS

Dès l'ouverture des portes à 19 h, plusieurs étudiants étaient déjà présents afin d'avoir les meilleures places. Après tout, quoi de mieux pour terminer le 5 à 8 qu'un bon spectacle d'humour?

UN DÉBUT RYTHMIQUE

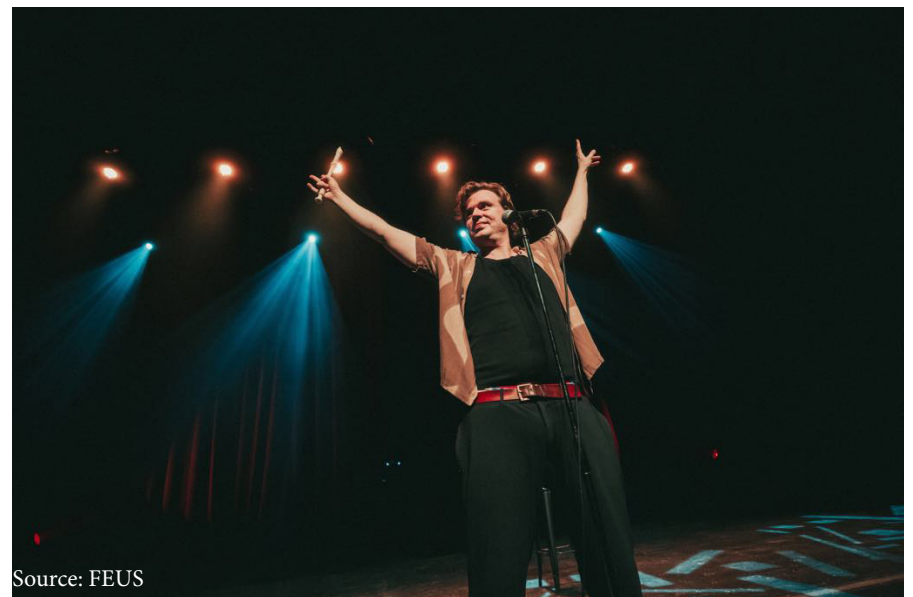
La soirée a débuté par un groupe de jeunes étudiants bien talentueux qui nous ont éblouis par leur présence sur scène. Avec sa voix à la Charlotte Cardin, Sandrine, l'interprète principale du groupe, nous a impressionnés avec ses propres compositions musicales. *Sand and the Sailors* a su nous faire naviguer par leurs reprises qui ont animé la foule, notamment la chanson *Chaussée* de Les Louanges, qui a démontré la polyvalence du groupe quant à son style musical.

UNE SUITE BIEN UNIQUE

La foule étant bien réchauffée, Sand and the Sailors a laissé place à la première humoriste de la soirée, Daphné Létourneau. Elle est arrivée sur scène avec énergie, mais cette impression s'est quelque peu dissipée alors qu'elle a dû demander le silence à la foule à quelques reprises. Toutefois, elle a repris confiance et elle nous a démontré ses nombreux talents, spécialement dans l'imitation. Au final, ce qui a marqué la foule n'a pas été son charisme, mais plutôt ses imitations de bruits de vomissement qui ont rendu certaines personnes mal à l'aise.

Par la suite est arrivé P-O Forget, un homme avec une voix de grande portée, qui n'a pas froid aux yeux et ne craint pas les sujets tabous. Son *sketch* ayant débuté légèrement par la description de sa personne a rapidement pris une tout autre tournure. Les sujets de racisme ou de la religion sont parfois des sujets sensibles, mais pas pour P-O. Avec son ouverture d'esprit, il a su les approcher de façon très humoristique, tout en restant politiquement correct. Comme une étudiante m'a confié à la sortie du spectacle, « il est honnête et vulgaire, mais c'est ce qui fonctionne! ». Il a terminé à sa façon sur une note audacieuse en parlant d'hygiène féminine... Drôle de façon de laisser place à son homologue.

Le dernier et non le moindre a été le clou du spectacle par sa créativité et son dynamisme. Arnaud Soly, humoriste d'expérience, a fait vibrer la foule dès son premier pas sur scène et il ne s'est pas gêné de montrer son étudiant intérieur. Par cela, je veux dire qu'il a *shotgun* une IPA (calé une bière) bien mousseuse devant de jeunes adultes déjà bien réchauffés et fait une *story*. Il ne faut surtout pas oublier la panne du micro lors d'un problème technique. C'est à ce moment qu'Arnaud Soly nous a démontré ses vrais talents d'improvisateur. Une fois le micro rétabli, les rires émanaient sans fin. Il a finalement quitté la scène sur un air de musique de flûte nasale qui a impressionné la salle.



Source: FEUS

Beef : au-delà de la rage

OPINION

OPINION/La rage au volant, ça change des vies. C'est exactement sur cette prémisse que la série Netflix, *Beef*, s'est penchée : deux automobilistes se coupent, poussant le premier à balayer un « fuck you » spontané par sa fenêtre.

Par Kémuel Lavallée



L'action ne tarde pas, après seulement quatre minutes du premier épisode, le protagoniste, Danny Cho, décide qu'il en a assez de se laisser faire et déclenche une poursuite avec cet automobiliste dont on nous a caché volontairement le visage. Il devient alors évident pour le téléspectateur que cette poursuite sera le centre autour duquel la série gravitera. Elle émet également le ton de la série, laissant le téléspectateur accroché, voire empathique pour la situation de Danny Cho.

Si cette série se démarque, c'est par son unicité. D'abord, *Beef* est un chef-d'œuvre au niveau artistique. Les peintures utilisées à chaque début d'épisode donnent un sens à l'épisode. Il en est de même pour les titres utilisés. Ceux-ci proviennent de textes ou de films connus et représentent les comportements désaxés qui seront présents durant l'épisode. De plus, je recommande cette série pour ses images cinématographiques très rafraîchissantes.

Ensuite, *Beef* a réussi à illustrer quelque chose d'unique. Durant les 10 épisodes, on comprend la complexité des vies des deux personnages principaux. En tant que téléspectateur, on ressent même la rage qui bouille à l'intérieur du corps de David Cho à cause de sa situation économique et familiale. On peut même s'identifier aux sentiments ressentis par Amy Lau, soit de se sentir emprisonné dans une cage qu'on a soi-même fermée. Bien que ces deux

individus vivent deux vies différentes, ils ont beaucoup plus en commun qu'ils ne peuvent le croire.

Finalement, cette comédie dramatique a été créée par Lee Sung Jin. Elle représente d'ailleurs la vision asio-américaine des difficultés et des défis quotidiens nécessaires pour atteindre le bonheur. L'humour y est présent et justifié. Cependant, il faudra attendre quelques épisodes avant de voir un côté beaucoup plus dramatique.

Bref, *Beef* vous apportera ailleurs en comparaison aux séries génériques sur Netflix. Chaque épisode est différent et permet d'en apprendre davantage sur la vie des deux protagonistes. Les acteurs de supports sont excellents et il est facile de s'identifier à travers des comportements présentés durant la série.

Section CULTURE

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

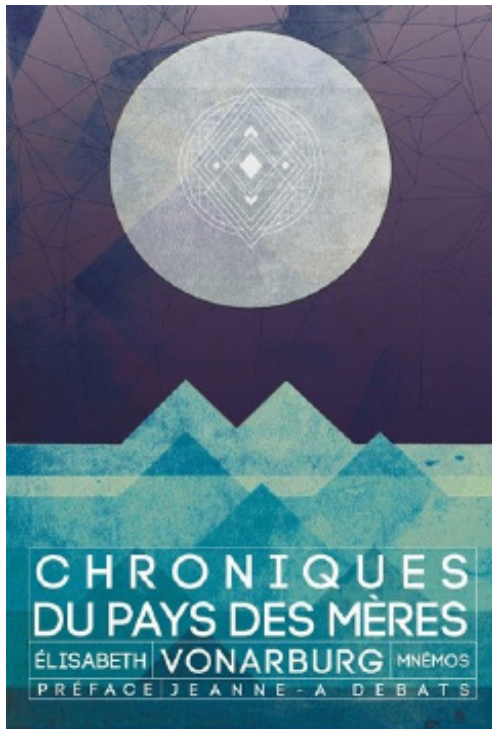
CHRONIQUES DU PAYS DES MÈRES

Par Sarah Baril-Bergeron

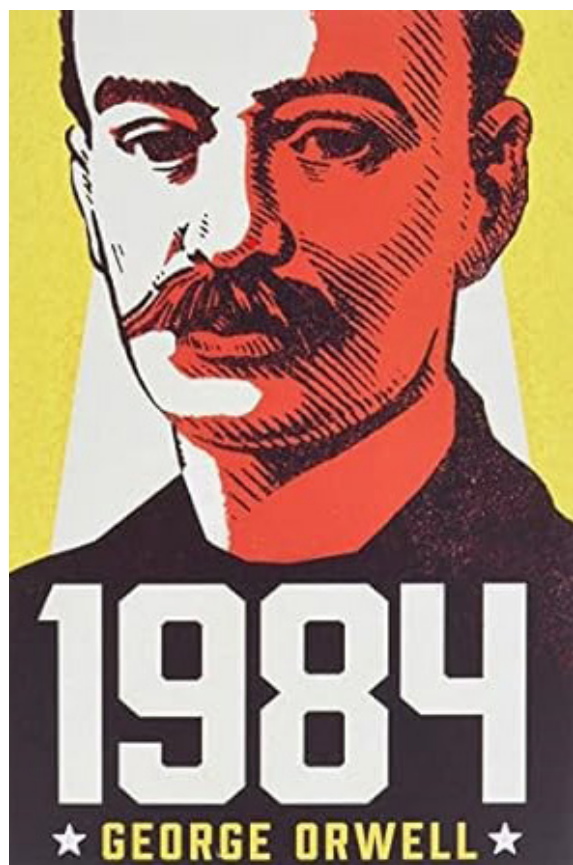
Au début de mon parcours universitaire, j'ai eu la chance de commencer la lecture des *Chroniques du Pays des Mères* d'Élisabeth Vonarburg. D'abord publié en 1992, puis révisé en 1999, il s'agit d'une œuvre de science-fiction dont l'intrigue se déroule dans le futur. Dans plusieurs centaines d'années!

L'œuvre flirte avec la dystopie dans un sens où un événement a grandement diminué le taux de naissances masculines et l'on observe alors les solutions mises en place par cette société majoritairement féminine pour garder la population humaine en vie. Si je n'ai pas eu le temps de compléter ma lecture de cette brique, de plus de six cents pages, encore aujourd'hui, c'est tout de même une histoire qui m'habite depuis plusieurs années.

Sa grande qualité littéraire et la richesse du monde créé par l'auteur en font une œuvre qui vaut la peine d'être lue. J'ai toute l'intention du monde d'en lire le reste aussitôt que mon emploi du temps me le permet!



1984, UN CLASSIQUE QUI MÉRITE UNE RELECTURE



Par Kémuel Lavallée

Pour célébrer les 75 ans de la parution du livre *1984* de George Orwell, je vous invite à revisiter cette œuvre intemporelle. Il s'agit d'une leçon importante sur les dérives du totalitarisme pour les jeunes générations qui n'ont jamais été aussi éloignées de la réalité du communisme.

À travers les 512 pages, Orwell réussit brillamment à créer une atmosphère anxiogène, où Winston Smith doit naviguer à travers la surveillance, la propagande et la suppression de la pensée critique. Dans cette société dystopique instaurée par le dictateur Big Brother, même le lecteur se sent observé et impuissant.

Je recommande ce livre, car il continue de résonner à ce jour. Les systèmes démocratiques ont permis d'avoir des droits et libertés, et ce, à un sommet inégalé à travers l'histoire de l'humanité. Ce sont des structures fragiles qui

ne sont pas immunisées aux désirs totalitaires d'acteurs puissants. Pourtant, nous laissons ces systèmes mourir peu à peu. Si *1984* se présente comme un roman fictif, il sert de réflexion pour bien des sphères de notre société actuelle. La vision futuriste d'Orwell, ainsi que son style narratif servent de rappel puissant de l'importance de préserver nos droits et libertés.

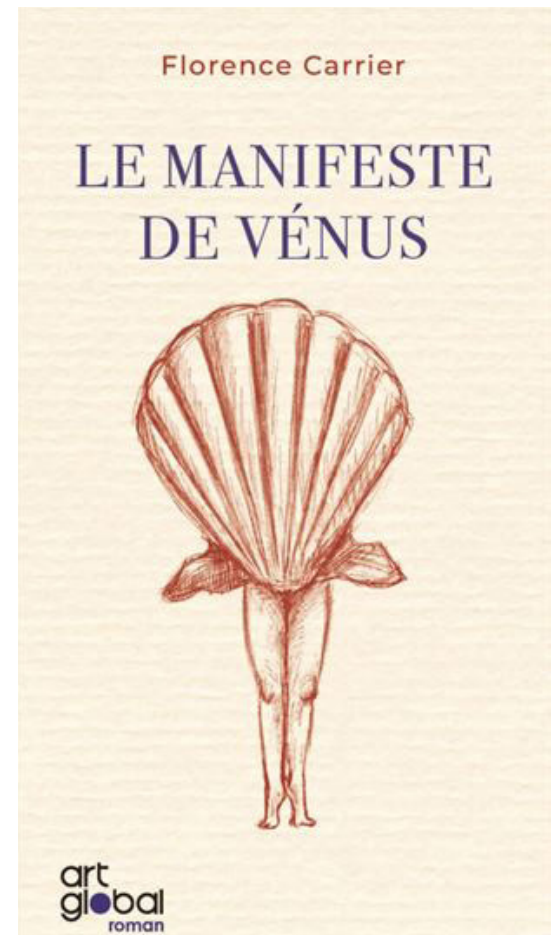
LE MANIFESTE DE VENUS, FLORENCE CARRIÈRE

Par Alexia Gagnon-Tremblay

Pour ma recommandation de la semaine, j'ai choisi de vous présenter une de mes toutes nouvelles découvertes, *Le Manifeste de Vénus* par Florence Carrier.

Cette histoire suit une jeune femme dans la mi-vingtaine, Vénus, qui découvre à nouveau le monde qui l'entoure à la suite d'une période de plus grande noirceur. L'auteur y présente l'éventail d'émotions qui habitent le personnage principal à l'aide d'un langage poétique et très évocateur.

Cette œuvre, parue en 2023, vous rendra sensible à la réalité que vit Vénus, réalité dans laquelle se côtoient ses perceptions du monde et d'elle-même. Pour ces raisons, je vous recommande d'explorer l'univers de Vénus et de découvrir la plume de Florence Carrier. Je sais que, pour ma part, j'attendrai ses prochaines œuvres avec impatience.



MAID, STÉPHANIE LAND

Par Ema Holgado

Maid est l'histoire de l'auteur, Stéphanie Land. Alors qu'elle vit dans la pauvreté avec son compagnon, Stéphanie tombe enceinte. Prise dans cette relation de plus en plus violente avec un partenaire alcoolique, elle n'a pas d'autre choix que de fuir avec sa fille.

Alors qu'elle n'a rien, elle commence à faire des ménages chez des gens. Alors qu'elle épousette, lave et aspire, la narratrice raconte la vie de ceux qu'elle voit à travers le rangement de leur maison. *Maid* nous plonge aussi au cœur d'une Amérique dans

l'extrême pauvreté où des mères monoparentales cherchent à tout prix à s'en sortir pour donner un autre avenir à leurs enfants. Tout au long du roman, le lecteur navigue entre les maisons de la classe moyenne haute aux caractères bien différents et les tentatives pour s'en sortir de cette femme de ménage. Si l'on voit peu à peu la narratrice s'en sortir par l'écriture et reprendre ses études, ce livre nous rappelle que ce n'est, malheureusement, pas le cas de toutes les mères.

Maid est un livre à lire absolument pour comprendre la société. Vous pouvez aussi le retrouver sous la forme d'une excellente minisérie du même nom sur Netflix mettant en scène Andie MacDowell et sa fille Margaret Qualley.



Du sable, des suspenses et beaucoup d'action

2023 est déjà derrière nous et les cinéphiles les plus aguerris sont reconnaissants de la qualité des productions cinématographiques que leur a réservées la dernière année. Le phénomène Barbenheimer, le triomphe d'Anatomie d'une Chute, une part de marché du cinéma québécois qui s'élève à plus de 10 % (incluant six films qui ont franchi la barre du million de recettes, une première en plus de dix ans)...

Par Alexandre Leclerc

Doit-on s'attendre à un creux de vague en 2024? Pas du tout! Pour vous le prouver, voici quelques longs métrages attendus d'ici l'été qui devraient vous inciter à visiter la salle obscure la plus près de chez vous.

DES SUPERPRODUCTIONS PRINTANIÈRES

En raison des grèves qui ont secoué Hollywood l'an dernier, certains studios ont décidé de retarder la date de sortie de leurs films. C'est le cas de la Warner, qui a repoussé au printemps la seconde partie de la saga *Dune*, pilotée par le québécois Denis Villeneuve. Se déroulant deux ans après la fin du premier chapitre, on y retrouve toujours Paul Atreïdes (Timothée Chalamet), devenu rebelle, qui amorce sa quête de libération de la planète Arrakis des mains de l'Empereur. Le film est prévu pour le 1er mars, au tout début de la semaine de relâche.

Si vous êtes encore de ceux et celles qui suivent assidûment l'Univers cinématographique de Marvel, vous ne voudrez assurément pas manquer *Madame Web*, personnage tiré des bandes dessinées de Spider-Man, qui sort juste à temps pour la Saint-Valentin. Le film met en vedette Sydney Sweeney, Dakota Johnson et Emma Roberts. Sinon, d'autres suites attendues de franchises établies sont également au calendrier : *Ghostbusters : Frozen Empire* (22 mars), *Godzilla x Kong : The New Empire* (29 mars), *Kingdom of the Planet of the Apes* (10 mai), *Furiosa : A Mad Max Saga* (24 mai) et *Inside Out 2* (14 juin).

LE CINÉMA QUÉBÉCOIS NE DÉROUGIT PAS

La belle lancée de notre cinéma d'ici se poursuivra probablement avec les quelques productions qui prendront l'affiche dans les prochains mois. Il y a d'abord le nouveau suspense psychologique *Lucy Grizzli Sophie* d'Anne Émond (*Jeune Juliette, Nelly*). Basé sur la pièce du même nom de Catherine-Anne Toupin (qui y joue également le premier rôle aux côtés de Guillaume Cyr), on y suit une femme, traquée, qui fuit sa vie à des centaines de kilomètres de chez elle, et qui aboutit chez un hôte avec qui elle forge une amitié trop belle pour être vraie. Le film est prévu pour le 24 février, et nos espions nous informent qu'une première en présence de l'équipe du film est en préparation du côté de La Maison du Cinéma.

Il y a également *Le successeur*, nouveau film de Xavier Legrand (*Jusqu'à la garde*), qui met en vedette Marc-André Grondin, Yves Jacques et Anne-Élizabeth Bossé. On s'intéresse au nouveau directeur artistique d'une célèbre maison de Haute Couture Française (Grondin), forcé de retourner au Québec pour régler la succession de son père, et qui lui découvrira des squelettes dans le placard. Ce film à suspense prendra l'affiche le 2 février.

On pourra également compter sur les nouveaux projets de Robin Aubert (*Tu ne sauras*

jamais, 15 mars), Léa Pool (*Hôtel Silence*, 29 mars), François Péloquin (*La fonte des glaces*, date à déterminer) et Simon Lavoie (*Se fondre*, 21 juin).

QUELQUES FILMS À METTRE SUR VOS RADARS

S'il vous reste encore du temps, de l'argent et de la motivation, voici quelques films à considérer pour vos prochaines sorties cinéma. Du côté français, on attend avec impatience *Le règne animal* (9 février), en lice pour 12 Césars, *Second tour*, nouveau projet d'Albert Dupontel, et *Une année difficile* du tandem de réalisateurs derrière *Intouchables*.

On note également le premier projet du réalisateur coréen Bong Joon-ho depuis l'immense succès critique et commercial de *Parasite* en 2019, *Mickey 17*, prévu fin mars. Ce film de science-fiction mettra en vedette Robert Pattinson et Mark Ruffalo, notamment. Dans la même veine, *Civil War*, nouveau long métrage du Britannique Alex Garland (*Ex Machina, Annihilation*), suit une équipe de journalistes qui parcourt les États-Unis en plein conflit déchirant la nation.

Les amateurs de films d'action colorés et dynamiques seront servis avec le nouveau projet de Matthew Vaughn (*Kingsman*), *Argylle*. On y suit Elly Conway (Bryce Dallas Howard), autrice recluse d'une série de romans d'espionnage à succès. Lorsque les intrigues de ses livres fictifs, centrés sur l'agent secret Argylle (Henry Cavill), commencent à refléter les actions secrètes d'une organisation d'espions réelle, elle devient impliquée malgré elle dans des situations qui la dépassent. Le film prendra l'affiche le 2 février prochain. Enfin, *The Fall Guy*, mettant en vedette Ryan Gosling, est une adaptation de la série télé américaine du même nom des années 1980. On y suit un cascadeur qui, après avoir pris une pause du métier, est impliqué dans l'enquête pour retrouver une vedette du cinéma portée disparue. Le film prendra l'affiche le 3 mai prochain.

D'AUTRES PROJETS À SUIVRE DU COIN DE L'ŒIL D'ICI LA FIN DE L'ANNÉE

Les cinéphiles seront ravis de voir le nouveau — et possiblement dernier — film de Francis Ford Coppola (*The Godfather*), pour lequel le réalisateur américain a injecté près de 100 millions de sa fortune personnelle dans le but de le concrétiser. Ce projet? *Megalopolis*. Sa date de sortie? Inconnue pour l'instant, mais on la prévoit pour l'automne prochain.

Sinon, gardez l'œil ouvert pour *Joker : Folie à Deux*, *Deadpool 3*, une réadaptation de *Nosferatu* par Roger Eggers (*The Lighthouse*), *Gladiator 2*, un film animé de *The Lord of the Rings*, *Mufasa : The Lion King*, *Beetlejuice 2* et un nouveau *Karate Kid*!



Le fédéral coincé entre les demandeurs d'asile et les étudiants étrangers

Le mercredi 17 janvier dernier, le premier ministre du Québec, François Legault, acheminait à son homologue canadien une lettre exigeant une baisse des demandeurs d'asile au pays. En réaction, Justin Trudeau et son cabinet ont convenu, le lendemain, que la lettre était « très constructive » pour le fédéral. Contre toute attente, le gouvernement canadien a cependant priorisé des annonces visant les étudiants étrangers, n'ayant pas encore à ce jour annoncé officiellement de résolutions quant au nombre croissant de demandeurs d'asile.

Le gouvernement du Québec a choisi de faire cette sortie envers le fédéral en raison des chiffres officiels récents : selon Legault, le Québec à lui seul aurait accueilli plus de demandeurs d'asile que tous les autres provinces et territoires réunis en 2022. On estime qu'en 2023, ce sont plus de 65000 personnes qui ont décidé de s'établir au Québec pour demander l'asile.

Dans un contexte où les logements se font de plus en plus rares dans la belle province, Legault s'est résigné à écouter les craintes soulevées par l'opposition depuis un certain temps déjà. L'argument soulevé entre autres par le Parti Québécois est celui qu'il faut accueillir avec dignité ces personnes et leur offrir les services nécessaires à leur intégration. Actuellement, Legault admet que les demandeurs d'asile représentent près de 16 % des prestataires de l'aide financière de dernier recours.

De surcroît, le gouvernement du Québec a dû ouvrir 1150 classes de francisation et d'intégration pour absorber le choc de ces arrivées massives, ce qui représente « l'équivalent d'une cinquantaine d'écoles primaires », toujours selon le premier ministre. Les dépenses s'additionnent et pourtant, les transferts fédéraux en immigration n'ont pas suivi cette même augmentation. C'est la raison pour laquelle Legault s'est résigné à demander de l'aide au gouvernement de Trudeau, le 17 janvier dernier. Il a également énoncé que la province en était à un « point de rupture » quant à ses capacités d'accueil dans les conditions actuelles.

Québec a demandé à Ottawa un remboursement d'une valeur de plus de 470 millions de dollars pour les diverses dépenses encourues pour l'accueil des migrants. Le ministre fédéral de la Sécurité publique, des Institutions démocratiques et des Affaires intergouvernementales, Dominic LeBlanc, a déclaré qu'il reconnaît « que le Québec a fait énormément pour accueillir les demandeurs d'asile, et on va s'assurer qu'il y ait une comptabilité appropriée ». « Ma collègue, la ministre des Finances, va travailler avec son homologue au Québec. On reconnaît qu'il y a des dépenses accrues », a-t-il ajouté.

ÉTUDIANTS ÉTRANGERS

En réponse, lors d'un point de presse le 22 janvier dernier, le ministre de l'Immigration, Marc Miller, a choisi de miser sur des actions visant davantage les étudiants étrangers que la gestion de la hausse des demandes d'asile. Ce dernier a amorcé son allocution par l'annonce de mesures pour contenir « la hausse rapide du nombre d'étudiants étrangers au Canada ».

D'une part, le gouvernement fédéral imposera un plafond national du nombre d'étudiants étrangers admis au Canada. À l'heure actuelle, le ministre a annoncé viser une réduction d'environ 35 % des approbations des permis d'études, ce qui entraînera vraisemblablement des répercussions sur le financement des institutions universitaires canadiennes.

D'autre part, Miller a également annoncé qu'Immigration, Réfugiés et Citoyenneté Canada (IRCC) « attribuera une partie du nombre de demandes plafonné à chacune des provinces et chacun des territoires, qui répartiront ensuite le nombre qui leur a été alloué entre leurs établissements d'enseignement désignés ».

Habituellement, le Québec et l'Ontario reçoivent la forte majorité des personnes étudiantes étrangères, cela pourrait donc engendrer un déséquilibre dans le financement de leurs institutions. En contrepartie, la ministre québécoise de l'Immigration, Christine Fréchette, a avancé que la mesure n'aura « qu'un effet limité sur la situation du logement, puisque les quotas d'émission de permis d'études annoncés ne toucheront pas le Québec ».



Source: Flickr Jesus Pérez Pacheco

Agora

Société



GABRIELLE GOYET

Societe.Lecollectif@USherbrooke.ca

« L'urgence pour Ottawa, c'est d'agir rapidement sur le dossier des demandeurs d'asile. Il doit mieux répartir l'accueil de ces personnes à travers l'ensemble des provinces du Canada et rembourser le Québec pour les dépenses encourues au cours des dernières années », a défendu le bureau de la ministre Fréchette.

LES DEMANDEURS D'ASILE MEXICAINS

Selon d'autres analystes, la problématique principale serait plutôt issue du Sud. En effet, le gouvernement de Justin Trudeau a retiré l'obligation pour les personnes mexicaines d'avoir un visa pour entrer en sol canadien en décembre 2016. Depuis, le nombre de ressortissants mexicains ayant réclamé asile au Canada a explosé. Parmi les pistes de solutions envisagées, Québec a proposé de réinstaurer le visa obligatoire pour freiner la hausse de demandes d'asile.

Le gouvernement Trudeau a rétorqué vouloir explorer les options diplomatiques avec ses homologues mexicains avant de s'engager dans une telle voie. Puisque le Mexique est un important partenaire commercial du Canada en vertu de l'Accord Canada-États-Unis-Mexique (ACEUM), il est préférable pour le gouvernement fédéral de ne pas se mettre à dos d'importants alliés.

« C'est clair que l'on regarde les mesures que l'on peut prendre comme pays pour assurer qu'on fait notre travail. En ce qui a trait aux demandeurs d'asile qui viennent du Mexique, on a vu un flux énorme de gens qui viennent du Mexique et qui réclament le statut d'asile », a admis Marc Miller. « C'est clair qu'un tour de vis s'impose. Est-ce que c'est un quart de tour, un demi-tour ou deux tours? C'est à déterminer. Nous sommes encore en train de réfléchir à l'approche à prendre », a-t-il précisé.

Rappelons que l'an dernier, le gouvernement Trudeau a pris la décision de [fermer le chemin Roxham le 25 mars 2023](#). Cette décision visait à réduire le flux de migrants cherchant asile à pied par la frontière canado-américaine. Ironiquement, les demandes d'asile ont continué leur augmentation, ayant connu une hausse de 16 % pour l'année 2023 comparativement à 2022.

La CAQ tente de corriger le tir

Écriture de discours, gestion de l'agenda et des réseaux sociaux, conseils en communication, recherche d'information, revue d'actualité... Derrière les femmes et les hommes politiques, il y a un personnel, non élu, travaillant pour épauler les politiciens dans leurs mandats. Le gouvernement Legault, en baisse dans les sondages, apporte des changements à son équipe derrière les caméras, souhaitant lui redonner un nouveau souffle.

Par **Ismaël Lamoureux**

UNE CULTURE DE GAGNANTS

La Coalition Avenir Québec a été sur les bancs de l'opposition de sa fondation en 2011 jusqu'à octobre 2018, où une vague bleu pâle a déferlé sur le Québec. Depuis, la formation de François Legault caracolait au sommet des sondages, comme si rien n'érodait la confiance des Québécois et des Québécoises envers leur gouvernement, notamment en ce qui a trait à sa gestion de la pandémie, qui a obtenu la plus forte approbation populaire de tout le Canada.

Or, les tergiversations de la CAQ au cours de l'année 2023, principalement dans le dossier du 3e lien à Québec, ont marqué un point de non-retour. Les électeurs se sont sentis floués, alors que ce projet d'infrastructure entre Québec et Lévis représentait un engagement phare de la CAQ à l'élection de 2022. Ayant perdu la circonscription de Jean-Talon au profit du Parti Québécois dans le cadre d'une élection partielle à l'automne 2023, la défaite est désormais une option pour Legault.



Source: Amelishoots

PAS UN REMANIEMENT MINISTÉRIEL

La plupart du temps, un gouvernement qui souhaite redonner un vent de fraîcheur à ses troupes engagera un remaniement ministériel. Essentiellement une tactique de communication politique, un changement dans les postes au conseil exécutif permet de rétrograder ceux qui ont fait mal paraître le gouvernement ou donner des promotions à ceux qui se sont démarqués dans la gestion de leurs dossiers. Depuis 2018, il n'y a pas eu de très grands changements de la sorte au conseil des ministres de la CAQ.

En contrepartie, bien que ce soit en arrière-scène, les employés politiques en mènent large. Selon le politicien, ceux qui l'entourent ont plus ou moins d'influence dans la prise de décisions.

Au premier chef, Martin Koskinen est le directeur de cabinet du premier ministre Legault et il l'accompagne depuis ses débuts en politique, alors que l'homme politique était ministre au Parti Québécois. Bien que discret dans les médias, on dit que c'est l'alter ego de François Legault, son meilleur ami. Cependant, les sorties médiatiques à l'emporte-pièce du premier ministre au cours des derniers mois laissent croire que l'efficacité de ce duo est mise à mal. Chose certaine, en périodes plus difficiles, il deviendrait plutôt délicat de ne plus pouvoir compter sur son principal allié.

Quoi qu'il en soit, ce n'est pas François Legault, mais cinq ministres qui devront travailler avec de nouveaux chefs de cabinet. Évidemment, l'objectif est de leur offrir une nouvelle perspective sur leur travail, de sorte que ça ait des impacts positifs dans leurs tâches comme ministre et que ça transparaisse dans l'espace public en bout de piste. Selon les plus récentes données du site Qc125, la CAQ se positionnerait à 25 % d'appuis, alors que le PQ serait à 31 %.

Nécessairement, dans les hautes sphères du parti, on veut brasser la cage. Ultimement, on veut remonter dans les sondages. À voir si la CAQ devra passer à la prochaine étape, soit celle d'un remaniement ministériel.

Les jeunes des Premières Nations délaissés par le Canada

La Société de soutien à l'enfance et à la famille des Premières Nations dénonce le non-respect du principe de Jordan par le retard du gouvernement fédéral à traiter les demandes d'aide émises par les familles des Premières Nations.

Par **Lili-Jeanne Pothel**

Le principe de Jordan « vise à permettre à tous les enfants des Premières Nations vivant au Canada d'avoir accès aux produits, aux services et aux mesures de soutien nécessaires au moment où ils en ont besoin », tel que formulé par le gouvernement fédéral du Canada. Il dicte également qu'en cas de désaccord entre les paliers gouvernementaux, le fédéral et le provincial sont tous les deux responsables de venir en aide aux enfants autochtones touchés.

Ce principe est peu respecté par les gouvernements, qui tardent à traiter les demandes de soutien des familles des Premières Nations, notamment au fédéral. Les demandes urgentes émanant des Premières Nations doivent être traitées dans un délai de 48 h. Pourtant, plus de 3000 demandes en provenance de la Colombie-Britannique sont actuellement non traitées, et ce, seulement depuis juillet 2023.

« La situation est devenue si désastreuse que l'organisme a commencé à en payer lui-même les coûts », affirme Cindy Blackstock, directrice générale de la Société de soutien à l'enfance et à la famille des Premières Nations du Canada.

En date du 12 janvier 2024, l'organisme s'est vu réclamer un meilleur traitement de ses demandes lors d'une déclaration sous serment au Tribunal canadien des droits de la personne.

UN SYSTÈME QUI LAISSE SANS RÉPONSE

David Taylor, avocat pour la Société de soutien à l'enfance et à la famille des Premières Nations, dénonce l'inaction de Services aux Autochtones Canada dans le traitement des demandes urgentes. Selon lui, il s'agit « d'un problème systémique et structurel assez important dans la réponse du gouvernement en ce moment ».

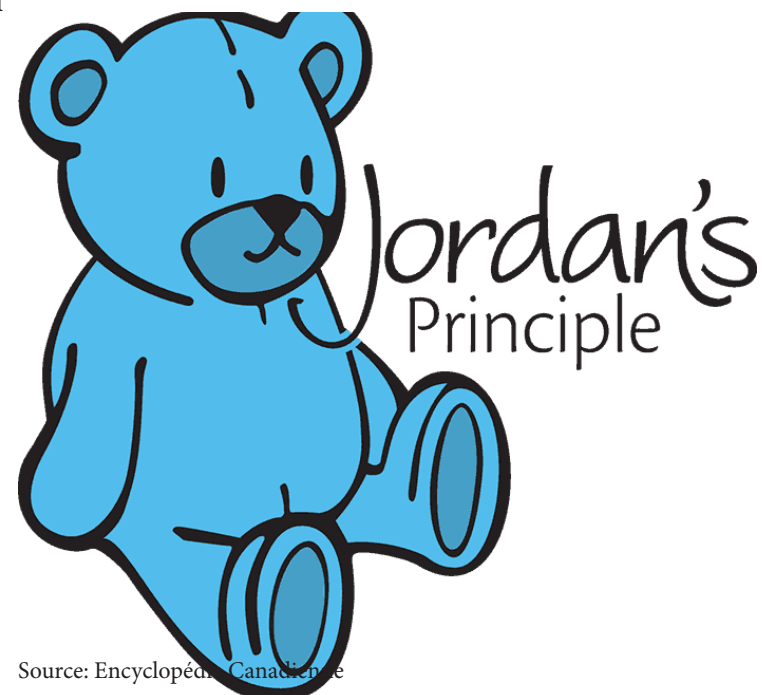
Il souligne plusieurs problèmes liés au manque de services, dont la ligne téléphonique du Centre national pour le principe de Jordan. Ce service, accessible 24 heures sur 24, 7 jours sur 7, laisse plusieurs familles des Premières Nations sans réponse et dans l'incapacité de rejoindre un agent.

Pour ce dernier, il est temps de mettre en place des programmes qui répondent

efficacement aux besoins des communautés autochtones. Ce n'est pas la première fois que le gouvernement fédéral se fait reprocher une mauvaise organisation dans les offres aux peuples autochtones.

En effet, l'automne dernier, au moment de la réforme du système de protection de l'enfance, le Canada s'est fait reprocher de faire preuve de discrimination à l'égard des enfants des Premières Nations, principalement en vertu du principe de Jordan.

Pour l'instant, la cause de la Société de soutien à l'enfance et à la famille des Premières Nations a été présentée devant le Tribunal canadien et devrait être entendue vers la fin du mois d'avril prochain.



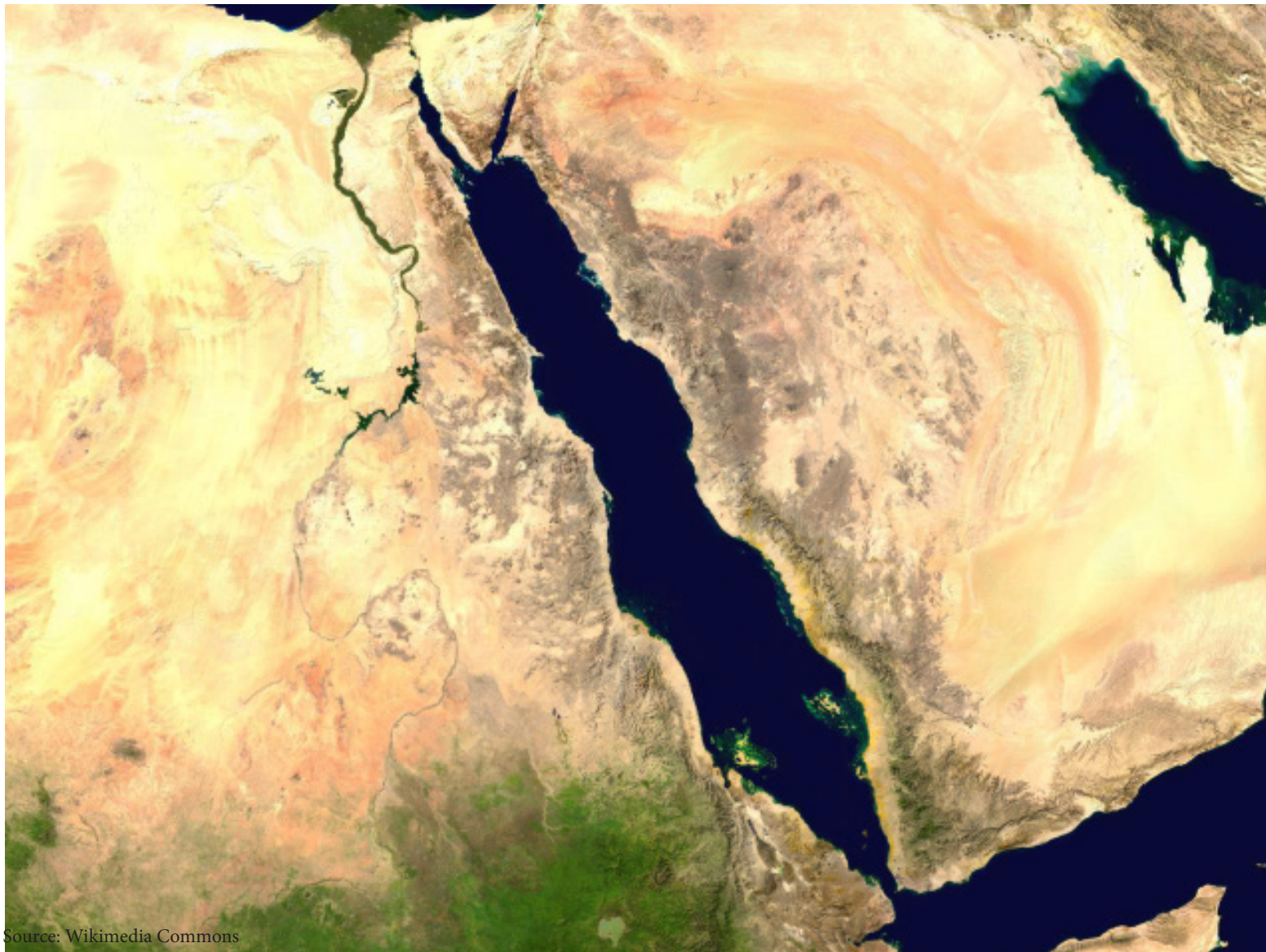
Source: Encyclopédie Canadienne

Section Société

La mer Rouge : le nouveau front du conflit Israël-Hamas?

À l'heure où le conflit opposant le Hamas et l'État d'Israël s'enlise après plus de 100 jours, l'instabilité semble se propager à l'ensemble du Moyen-Orient. En effet, la mer Rouge, l'une des voies maritimes vitales pour le commerce international, est, depuis plusieurs semaines, le théâtre d'attaques commises par les rebelles Houthis du Yémen contre des navires marchands. En réponse, depuis le 11 janvier, les États-Unis et le Royaume-Uni ont procédé à plus de 73 frappes contre le groupe yéménite sur son territoire.

Par Rémi Brosseau-Fortier



Source: Wikimedia Commons

C'est à la suite d'attaques contre des navires américains, marchands et militaires, que Washington et Londres ont lancé de premières frappes. Soutenues par huit pays alliés, dont l'Australie et le Canada, ces attaques ciblent des sites militaires dans plusieurs régions du Yémen contrôlés par les Houthis, notamment dans la capitale Sanaa. Dans une déclaration commune, les membres de l'alliance ont déclaré chercher « à restaurer la stabilité en mer Rouge ».

Pour sa part, le président des États-Unis, Joe Biden, a affirmé que cette opération est une action « défensive » ayant pour but de protéger le commerce international en réponse « directe aux attaques sans précédent des Houthis de navires internationaux en mer Rouge », tel que rapporté par *Le Devoir*. Ainsi, Washington a déployé de nombreux navires de guerre comme le porte-avions américain Dwight D. Eisenhower pour protéger cette zone maritime où circule 12 % du commerce mondial.

LES HOUTHIS, DES MARIONNETTES DE L'IRAN?

Depuis le 19 novembre 2023, ce sont au moins 26 attaques qui ont été effectuées par les Houthis contre le trafic maritime dans la mer Rouge. Ceux-ci affirment agir par solidarité avec les Palestiniens et le Hamas, s'opposant à Israël en visant des navires ayant des liens avec l'État hébreu. Appelés officiellement Ansar Allah, les « partisans de Dieu », les Houthis sont un groupe chiite issu de la famille Houthi. Groupe à la fois religieux, politique et militaire cherchant à contester le gouvernement du Yémen depuis la fin des années 1990, les milices houthis et leur actuel dirigeant, Abdul-Malik al-Houthi, ont réussi à s'emparer de la capitale Sanaa en septembre 2014.

Soutenus par l'Iran, némésis de l'Arabie Saoudite, les Houthis sont perçus comme une menace par Riyad. C'est pour cette raison que le gouvernement saoudien a lancé en mars 2015 une coalition militaire soutenue par l'Occident pour rétablir le gouvernement du président Abdrabbo Mansour Hadi. La perspective de voir un groupe épaulé par l'Iran gagner la guerre civile et prendre le contrôle de l'ensemble du Yémen représente en effet un danger pour Riyad, qui partage une frontière au sud avec ce pays. Contrôlant des territoires où réside environ 60 % de la population yéménite ainsi que la capitale, seul l'Iran reconnaît la légitimité des Houthis. Le gouvernement du Yémen, reconnu majoritairement par le reste du monde, siège quant à lui dans la ville portuaire d'Aden.

Thomas Juneau, professeur agrégé à l'École supérieure d'affaires publiques et internationales de l'Université d'Ottawa, explique dans une entrevue avec *Radio-Canada* que l'Iran fournit aux Houthis un important soutien militaire, technologique ainsi que des renseignements tactiques. Les États-Unis soupçonnent Téhéran d'avoir octroyé au groupe rebelle yéménite les missiles et les drones de longue portée employés pour attaquer les navires marchands internationaux dans la mer Rouge.

Pour M. Juneau, les Houthis ne sont pas des pantins de la République islamique d'Iran. En réalité, il existe un alignement des intérêts locaux des Houthis avec ceux, régionaux et géopolitiques, de Téhéran : « Ce que les Houthis font en mer Rouge, c'est certain qu'ils le font grâce au soutien iranien, en coopération et en coordination avec l'Iran, mais ils ne le font pas sous les ordres de l'Iran ».

LES VÉRITABLES OBJECTIFS DES HOUTHIS ET DE L'IRAN

Derrière la façade du soutien envers les Palestiniens ainsi que la volonté de faire cesser l'agression et le siège de la

bande de Gaza par Israël, le groupe des Houthis cherche avant tout à faire avancer sa propre cause. Adoptant une analyse réaliste de la question, le spécialiste Ahmed Aboudouh du groupe de réflexion britannique Chatham House écrit que les Houthis « cherchent à améliorer leur position dans les négociations de paix qu'ils mènent avec les Saoudiens, à être reconnus comme un véritable mouvement de résistance et à s'affirmer comme un pilier central de l'axe de la résistance iranien ». De plus, pour Thomas Juneau, l'influence sur le trafic de la mer Rouge a pour motif de devenir « un acteur incontournable, dominant » grâce à des attaques médiatisées qui pourront augmenter la renommée de l'organisation au-delà de la péninsule arabique.

Du côté des Iraniens, s'opposer et nuire aux intérêts d'Israël revient à s'attaquer indirectement aux deux principaux ennemis du régime de l'ayatollah Ali Khamenei : l'Arabie Saoudite et les États-Unis. Thomas Juneau souligne que, même si le conflit au Yémen est, à l'origine, une guerre civile, celui-ci s'est internationalisé au point de devenir le champ de bataille d'une guerre par procuration entre, d'un côté, l'Iran chiite (tout comme les Houthis) et, de l'autre, l'Arabie Saoudite sunnite avec ses alliés, comme les Émirats arabes unis et les États-Unis.

VERS UNE RÉGIONALISATION DU CONFLIT?

Plusieurs analystes redoutent que les braises du conflit Israël-Hamas embrasent le reste du Moyen-Orient. Au courant des dernières semaines, une escarmouche frontalière opposant l'Iran et le Pakistan et une attaque de missiles de Téhéran contre l'Irak et la Syrie font craindre qu'une simple étincelle soit suffisante pour faire exploser la poudrière. Le 21 janvier, la *BBC* rapportait au moins huit zones au Moyen-Orient où se déroule simultanément une crise politique, sécuritaire, militaire ou terroriste sous une forme ou une autre.

C'est dans ce contexte de polycrise que l'année 2024 débute dans une région du monde ayant déjà subi les guerres, les épidémies, les exils, les famines et les régimes autoritaires rigoureux et réactionnaires. Avec un cessez-le-feu difficilement envisageable entre Israël et le Hamas et l'inaction de l'ONU, cet état des choses ne semble pas prêt à changer de sitôt.

Depuis l'Iowa, Donald Trump semble inarrêtable

Donald Trump a signé sa première victoire en 2024. Dans l'Iowa, l'ancien président américain a remporté la première primaire pour l'investiture présidentielle des républicains — avec plus de la moitié des voix (51 %). Il s'agissait de la première d'une suite de victoires.

Par Alexandre Ménard

Il s'agit d'une victoire fulgurante pour Donald Trump lors des primaires de l'Iowa. Plusieurs chaînes de télévision américaines ont déclaré l'ex-président vainqueur dès lundi soir, peu après le début du vote. C'est un Donald Trump de bonne humeur qui s'est présenté devant ses partisans peu avant 22 h, heure locale, au Iowa Events Center à Des Moines. Au pupitre, il a adopté un ton inhabituellement conciliant : « Ce serait tellement bien si nous pouvions nous réunir pour mettre de l'ordre dans notre pays et dans le monde », a déclaré Trump devant des partisans en liesse.

Trump a obtenu plus de la moitié des voix, soit environ 51 %, le gouverneur de Floride, Ron DeSantis, arrivant en deuxième position avec 21 % et l'ancienne gouverneure de Caroline du Sud, Nikki Haley, le suivant de près avec 19 %. Son faible score dans l'Iowa a incité DeSantis à se retirer de la course à la présidentielle et à inviter ses supporters à se rallier à Donald Trump. Dans le même ordre d'idée, après s'être classé quatrième avec 7,7 % des voix, Vivek Ramaswamy a annoncé qu'il suspendait sa campagne présidentielle et qu'il soutenait Donald Trump dans la course.

Il est important de noter qu'avant même le vote de l'Iowa, le manque de soutien avait signifié la fin de plusieurs autres campagnes républicaines, notamment celles de l'ancien vice-président de Donald Trump, Mike Pence, de l'ancien gouverneur du New Jersey, Chris Christie, et du sénateur de Caroline du Sud, Tim Scott.

« JE NE PENSE PAS QUE L'IOWA SIGNIFIE QUOI QUE CE SOIT »

Le président américain, Joe Biden, n'a pas attendu longtemps pour relativiser le résultat de son potentiel adversaire. Il a rapidement évoqué que Trump « n'a obtenu qu'environ 50 000 voix, le nombre le plus bas jamais atteint par un vainqueur » lors des caucus de l'Iowa. En effet, bien que la victoire de Trump dans l'Iowa soit sans appel et le positionne comme grand favori, il est souvent arrivé que le vainqueur des caucus de l'Iowa ne remporte pas ensuite l'investiture convoitée de son parti pour la Maison-Blanche.

Ce fut le cas en 2008, alors que l'ancien gouverneur de l'Arkansas, Mike Huckabee, avait été défait par John McCain à titre de candidat républicain. On pense aussi au représentant du Texas, Ron Paul, qui a remplacé Mitt Romney en 2012. Trump lui-même avait perdu les primaires de l'Iowa en 2016, mais il a tout de même battu le sénateur Ted Cruz ultimement. Cependant, il est difficile de s'imaginer aujourd'hui que Donald Trump ne deviendra pas le candidat républicain officiel après une nouvelle victoire le 23 janvier dernier dans le New Hampshire.

Le troisième tour des primaires républicaines aura lieu le 8 février prochain dans le Nevada et dans les Îles Vierges Américaines, où l'ancienne ambassadrice des États-Unis à l'ONU, Nikki Haley, tentera de réduire l'écart avec un Trump qui semble aujourd'hui imbattable.



Source: Wikimedia Commons

Inflation : état des lieux et prévisions

ANALYSE/Le 24 janvier dernier, la Banque du Canada (BdC) a annoncé le maintien de son taux directeur à 500 points de base (5 %) pour une quatrième annonce consécutive. Depuis 2022, l'inflation est un lourd sujet de frustration pour tous. La hausse du taux d'inflation canadienne pour le mois de décembre (+0,3 %) sous-entend que les tensions nationales et internationales pèsent encore lourd sur notre économie. Les indicateurs économiques semblent indiquer que l'inflation pourrait persister tout au long de l'année 2024. La question du jour est donc : à quand la baisse des taux d'intérêt de la Banque du Canada?

Par Pierre-Nicolas Bastida-Tousignant



Source: Wikimedia Commons

Le niveau des prix actuel indique que la pression provenant des variations du prix de l'essence se relâche graduellement en variation mensuelle (-4,2 %), mais maintient tout de même un niveau élevé. Les tensions internationales importantes semblent être en cause. De surcroît, ces dernières ont causé une forte augmentation notable des prix des intrants durant l'année 2023. On constate donc une forte part de l'augmentation du niveau des prix accordé au prix des loyers (5,9 %), des automobiles (3,2 %), des produits alimentaires (7,8 %) et du transport aérien (31,1 %). On constate aussi que l'augmentation de la portion du paiement du crédit sur les remboursements des emprunts a fortement contribué à éroder le revenu disponible des agents économiques, augmentant largement la sensibilité de l'économie aux possibles variations du taux

d'intérêt de la BdC.

S'AJUSTER À L'INFLATION

Les perceptions et attentes d'inflation des consommateurs et des entreprises, bien qu'elles aient diminué, se maintiennent à un niveau relativement élevé. Plus de 60 % des consommateurs indiquent avoir réduit leurs dépenses. Les entreprises indiquent une forte préoccupation quant aux incertitudes, pressions sur les prix et des variations de la demande. Pour la pallier, elles entreprennent de modifier la structure de leur production. Pourtant, les entreprises portent un lourd taux d'endettement qui pourrait, dans un scénario pessimiste, entraîner des fermetures et des mises à pied.

Dans ce cas de figure, l'effet domino se ferait ressentir rapidement par les ménages qui, eux, essuient présentement une augmentation des défauts de paiement du crédit. Malgré tout, la forte diminution de la pénurie de main-d'œuvre au pays réduit les pressions sur le marché de l'emploi. Cet effet est une conséquence du fort niveau d'immigration en 2023, bien que bénéfique pour pallier le besoin de main-d'œuvre, ayant entraîné de fortes pressions sur le marché immobilier.

QUELLE PROSPECTIVE?

Il est peu probable que la BdC diminue son taux d'intérêt d'ici la prochaine annonce en mars. Un tel geste pourrait entraîner une rupture du processus de refroidissement de notre économie. Afin de maintenir fermement sa crédibilité, la BdC devrait entamer la réduction de son taux de 0,25 % en avril, si la tendance actuelle se maintient, ou au plus tard en juin, si les pressions nationales et internationales s'exacerbent. Le risque de persistance inflationniste reste tout de même présent, rendant toute analyse délicate et incertaine. Cela dit, si les attentes d'inflation des agents poursuivent leur diminution, il est admissible qu'en décembre 2024, la BdC réduise son taux à 3,75 %.

Est-ce toujours possible de manger sainement à petit prix?

Agora
Sport
et Bien-être

Le Panier à provisions nutritif et alimentaire (PPNE) est un « outil qui permet d'estimer le coût minimum d'une épicerie équilibrée, couvrant les besoins nutritionnels de la population québécoise ». Le connaissez-vous? Cet outil, créé par Alima, Centre de nutrition sociale périnatale, est un outil inestimable pour les adeptes de courses saines et peu dispendieuses.



Source: Pexels

L'ÉVOLUTION DU PRIX DU PANIER D'ÉPICERIE AU QUÉBEC

Selon les données recueillies par Alima, en octobre 2023, le coût minimal annuel d'une alimentation saine pour une famille de quatre à Montréal s'élevait à environ 14 100 \$, ce qui équivaut environ à 9,65 \$ par personne, par jour. Deux ans auparavant, ce montant était près de 2 \$ moins cher, soit de 7,73 \$. En seulement deux ans, c'est pratiquement une augmentation de 25 % qu'a subi le prix minimum estimé du panier d'épicerie sain.

Certains, tels que Jean-Philippe Laperrière, directeur de la Concertation en sécurité alimentaire de Saint-Léonard, en plus d'être chargé de cours à l'UQAM, revendiquent toutefois la validité de ces données, déplorant leur manque de contexte.

Dans son article co-écrit avec sa collègue Mylène Thériault, « Émergence d'un nouvel indicateur pour un budget alimentaire décent des foyers québécois », les auteurs définissent ce qu'ils appellent le « budget alimentaire décent » qui ne représente pas seulement le minimum, mais bien les dépenses qui permettent aux ménages de répondre aux besoins essentiels, mais également « aux besoins socioculturels. »

Les foyers étudiés par les deux chercheurs se sont vu dépenser environ le double de ce qui est représenté par le PPNE. En réalité, il s'agirait non pas de 14 100 \$ nécessaires pour nourrir une famille de quatre pendant un an, mais bien de plus de 27 700 \$. Les auteurs déplorent que les calculs considèrent le minimum, alors qu'il ne s'agit pas de la réalité des ménages québécois. « Le fait de toujours mettre l'alimentation au dernier plan comme ça, de parler de minimum... À un moment donné, il faut se rappeler que c'est une fonction vitale, se nourrir. », mentionne Mylène Thériault.

Alors que les augmentations sont bel et bien réelles et que les budgets sont de plus en plus serrés, des solutions s'offrent aux consommateurs pour tenter de réduire la facture d'épicerie tout en ne sacrifiant pas sa santé.

PLANIFIER LES REPAS ET CUISINER EN GRANDE QUANTITÉ

La planification des repas est la clé d'une alimentation saine et économique. En établissant un plan hebdomadaire, il sera possible de mieux gérer les achats une fois à l'épicerie. Créer une liste des ingrédients nécessaires en prenant bien soin de vérifier ce que vous avez déjà à la maison est la clé pour limiter les achats impulsifs et de maximiser l'utilisation des ingrédients. Une fois les ingrédients en main, la cuisine en grande quantité est une stratégie efficace pour économiser à la fois de l'argent, mais aussi du temps. Lors des moments plus occupés, comme en fin de session, par exemple, il devient plus simple de manger sainement, au lieu de se tourner vers des alternatives de

restauration rapide, qui s'avèrent souvent dispendieuses, mais aussi très malsaines.

RÉDUIRE LE GASPILLAGE ALIMENTAIRE

Le gaspillage alimentaire a un impact financier important. Encore une fois, la planification des repas pourra éviter de jeter des ingrédients. De plus, bon nombre de recettes sont possibles avec des aliments qui approchent de leur date de péremption. Les potages, les ragoûts et les sauces à pâtes en sont quelques exemples qui se conservent très bien une fois préparés, contrairement aux aliments en soi. Se renseigner sur les périodes de conservation des aliments est également toujours un atout en matière de réduction du gaspillage.

FAVORISER LES PROTÉINES VÉGÉTALES ET LES ALIMENTS DE SAISON

Que cela vous plaise ou non, c'est prouvé! Les protéines végétales, telles que les légumineuses, les lentilles et le tofu, sont souvent moins coûteuses que les protéines animales. Sans nécessairement se tourner vers un régime entièrement végétarien ou même végane, il est possible d'intégrer, à petites doses, des sources de protéines végétales dans votre alimentation. Si vous n'êtes toujours pas convaincu, [l'article du Collectif](#) sur les régimes à base de plantes pourrait potentiellement vous éclairer davantage.

D'ailleurs, un régime à base de plantes demandera d'avoir de grandes quantités de fruits et de légumes. Ces derniers, lorsqu'ils sont en saison, sont généralement moins dispendieux et plus frais. Choisir des aliments en saison est non seulement une bonne idée pour réduire sa facture d'épicerie, mais apporte également une variété optimale de nutriments.

Si le budget est si serré qu'il ne vous permet pas d'acheter des fruits et légumes frais, ces derniers, dans l'allée de surgelés peut également être une solution gagnante pour optimiser l'apport en nutriments riches. Même lorsque congelés, les fruits et légumes conservent leur valeur nutritionnelle et offrent une option économique, surtout si vous avez tendance à gaspiller des produits frais. Évidemment, leur durée de vie n'est pas infinie et il faudra éviter de les laisser au congélateur trop longtemps!

COMPARER LES PRIX

Ne sous-estimez pas le pouvoir de la comparaison des prix. Avant de faire vos achats, prenez le temps de comparer les prix entre différentes marques et options. Bien que le marketing soit souvent ancré dans nos esprits, les marques génériques offrent des produits de qualité égale à leurs concurrents à des plus petits prix, simplement parce qu'ils sont moins connus. D'ailleurs, porter un œil attentif aux coupons, promotions et rabais des marchés ne vous nuira jamais lorsque vous faites votre épicerie. Plusieurs grandes chaînes ont notamment leur propre application qui propose des offres exclusives.

Il faudra toutefois faire attention aux rabais camouflés; gardez toujours l'œil ouvert pour le prix unitaire des aliments, puisqu'un article à prix réduit peut toujours demeurer plus dispendieux qu'un autre, même s'il est en rabais.

Enfin, éviter de faire ses courses avec le ventre plein pourra également éviter les achats impulsifs et les erreurs de jugement qui feront mal au portefeuille.



ÉMILIE OLIVER

Sport.Lecollectif@
USherbrooke.ca

Une victoire après près de cinq heures de jeu pour Auger-Aliassime

Agora

Sport
et Bien-être

Le 15 janvier dernier, lors du premier tour des Internationaux d'Australie, le Canadien Félix Auger-Aliassime a eu raison de l'Autrichien Dominic Thiem dans un match de quatre heures et 59 minutes. C'est à peine quelques minutes avant 2 h du matin, à Melbourne, que s'est conclue la joute entre les deux hommes.

Par Béatrice Vigneault



Source: Tennis Canada

La 27^e tête de série mondiale a remporté sa partie au deuxième tour contre le Français Hugo Grenier avant de s'incliner contre le numéro 3 mondial, Daniil Medvedev, au troisième tour dans un match à sens unique; 6-3, 6-4 et 6-3 en faveur du Russe. Il était le dernier Canadien en lice au tournoi en simple alors que la Canadienne Gabriela Dabrowski en double féminin et en double mixte est toujours dans la course pour un titre.

UN MATCH ENVOUTANT

Le match a débuté plutôt simplement pour le Québécois de 23 ans. Avec 6-3 et 7-5 en sa faveur lors des deux premières manches, ce dernier croyait se diriger vers une victoire facile avant la remontée de Thiem. Dès la troisième manche, celui qui se place au 92^e rang du classement mondial a riposté. Victoire en bris d'égalité 7-6 (5) suivi d'un gain de 7-5 en quatrième manche, il n'allait pas concéder la victoire au jeune homme si facilement.

Félix est finalement venu à bout de Dominic 6-3 à la cinquième et dernière manche. Le représentant canadien a conclu le duel avec 16 as et a su convertir cinq de ses treize balles de bris. C'était la deuxième rencontre en carrière entre les deux hommes. L'Autrichien avait remporté la première en 2020 aux Internationaux des États-Unis, où il avait d'ailleurs remporté le trophée.

LES CANADIENS DANS LE TOURNOI

Le tournoi ne se passe pas tout à fait comme l'espérait l'équipe canadienne. Trois membres de l'équipe se sont fait éliminer au premier tour. Rebecca Marino, qui s'opposait à l'Américaine Jessica Pegula (5) a quitté le tournoi le 16 janvier alors que la journée précédente, Milos Raonic avait abandonné sa rencontre lors de la troisième manche contre la 10^e tête de série, un favori local, Alex de Minaur. Denis Shapovalov qui faisait un retour de blessure au genou s'est fait montrer la sortie en trois manches face au Tchèque Jakub Menšík. Après une victoire au premier tour, Leyla Fernandez s'est finalement écroulé au deuxième. L'Américaine Alicia Parks a triomphé de la Canadienne en deux manches ce qui a mis fin au tournoi de celle qui se classe au 32^e rang mondial.

L'espoir canadien repose donc sur le duo composé de Gabriela Dabrowski et de la Néozélandaise Erin Routliffe. Le doublé féminin classé quatrième mondial a disputé la demi-finale le 25 janvier contre la Lettone Jeļena Ostapenko et l'Ukrainienne Lyudmyla Kichenok qui sont les onzièmes en tête de série.

Le tournoi a pris fin avec la finale en simple masculin le 28 janvier. Les Canadiens pourront revenir plus forts à Roland-Garros, le prochain Grand Chelem qui se tiendra au mois de mai à Paris.

Nouveau plateau pour Marc-André Fleury

Après un blanchissage de 5-0 face au Islanders de New York, Marc-André Fleury dépasse Patrick Roy en matière de victoires accumulées. Avec sa 552^e victoire, il devient ainsi le deuxième gardien de but avec le plus de matchs gagnés.

Par Charles Amyot



Source: Sports Illustrated

Après un blanchissage de 5-0 face au Islanders de New York, Marc-André Fleury dépasse Patrick Roy en matière de victoires accumulées. Avec sa 552^e victoire, il devient ainsi le deuxième gardien de but avec le plus de matchs gagnés.

UNE VICTOIRE HISTORIQUE

C'est dans un match sans faute que le gardien de but du Wild du Minnesota est passé au deuxième rang de l'histoire pour le nombre de parties gagnées. Inscrivant par le fait même son 74^e blanchissage en carrière, il a marqué l'histoire devant ses partisans qui scandaient « Flower », surnom qui lui a été attribué par ses partisans américains au cours des années. Aussi ovationné par

ses coéquipiers, Mats Zuccarello n'a pas caché le respect qu'il a envers le vétéran : « C'est un encore meilleur gars que gardien et ça en dit long quand on a le deuxième meilleur gardien au monde ».

UN GARDIEN SENSATIONNEL

Né à Sorel, Fleury, influencé entre autres par Roy, a toujours été passionné par le hockey. Rêve devenu réalité pour le Québécois, il est repêché au tout premier rang en 2003 par les Penguins de Pittsburgh. Déjà très à l'aise devant le filet, il réalise 45 arrêts à son premier match dans la ligue nationale. Évoluant rapidement, il devient gardien partant des Penguins de Pittsburgh lors de la saison 2005-2006. C'est en 2009 qu'il remporte sa première coupe Stanley. Poursuivant son ascension, Fleury est invité pour les jeux Olympiques de Vancouver en 2010 où il a remporté la médaille d'or sans avoir pour autant joué.

En 2015-2016, le gardien, victime d'une commotion cérébrale, a manqué plusieurs parties. Son équipe et lui remportent tout de même une autre coupe Stanley. En 2017, il gagne sa dernière coupe Stanley avec l'équipe de la Pennsylvanie avant d'être échangé aux Golden

Knights de Las Vegas. Le Québécois est par la suite allé jouer pour les Blackhawks de Chicago, puis pour le Wild du Minnesota. Malgré sa fin de carrière qui approche, le gardien de but étoile de 39 ans ne ralentit pas. Le 31 décembre dernier, il a joué son 1 000^e match dans la LNH et le 15 janvier, il a remporté sa 552^e partie. Aujourd'hui, Fleury collectionne les honneurs et les trophées. En effet, le gardien a participé à cinq matchs des étoiles, remporté une fois le trophée Vézina remis au meilleur gardien de la ligue et gagné trois coupes Stanley.

LES GARDIENS QUÉBÉCOIS : AU SOMMET DE LA LIGUE

Les gardiens québécois sont, sans exagérer, parmi les meilleurs au monde pour ne pas dire les meilleurs. Les quatre gardiens de but avec le plus de victoires en carrière sont du Québec : Martin Brodeur (691 victoires), Marc-André Fleury (552 victoires), Patrick Roy (551 victoires) et Roberto Luongo (489 victoires). Ces quatre gardiens sont aussi eux qui ont joué le plus de matchs dans la ligue nationale. Notons finalement que deux des cinq gardiens ayant le plus de jeux blancs en carrière sont aussi Québécois, soit Jacques Plante et Marc-André Fleury. Quoi qu'il en soit, les jeunes Québécois qui aspirent à devenir gardiens professionnels ne manquent pas de modèles, un de ceux-ci étant Marc-André Fleury qui rejoindra sans doute le Temple de la renommée du hockey.

Notre Vert & Or livre la marchandise en athlétisme

L'Université de Sherbrooke accueillait les 13 et 14 janvier derniers l'invitation Vert & Or, et les hôtes n'ont pas déçu. L'équipe masculine a terminé 3e de son classement, alors que les femmes ont fait mieux, se hissant à la 2e place. Voici quelques-uns des résultats les plus marquants.



Crédits: Manuel Zeta

Les performances des recrues Thomas Péladeau et Alex Larochelle ont permis aux hommes de décrocher une première place au 4x800m. Alex a également obtenu une deuxième place au 300 m, alors que Thomas a remporté le 600 m. Édouard Lavoie-Beaulieu a pour sa part terminé deuxième au saut à la perche.

Les femmes ont également obtenu la seconde place au 4x800m, avec plusieurs des coureuses ayant obtenu de bons résultats dans d'autres épreuves individuelles. Laurence Gauthier a terminé deuxième au 500 m, alors que Sophie Ba et Laurie Desjarlais ont respectivement terminé deuxième et troisième au 660 m. De son côté, Maoly St-Germain a aidé ses coéquipières à remporter le 4x400m en plus de gagner individuellement le 60 m avec haies et terminer deuxième au saut en longueur.

UNE COUPE 4 BIEN RÉUSSIE POUR NOTRE ÉQUIPE DE NATATION

Nos nageurs et nageuses prenaient part à leur quatrième compétition de la saison, le 21 janvier dernier à Ottawa. Maxime Lafleur a d'abord ouvert le bal avec une superbe seconde place lors du 200 m libre. Son temps exceptionnel de 1.50.62 lui aura d'ailleurs permis de décrocher la deuxième meilleure performance par points de toutes les épreuves présentées au cours de la fin de semaine.

Charles-Antoine Boucher a également connu une fin de semaine des plus mémorables. Célébrant son anniversaire la même journée, il a obtenu une première médaille de bronze individuelle au 100 m papillon, puis une seconde en équipe au relais 4x100m. La cerise sur le gâteau : Charles a établi un nouveau record d'équipe au 100 m dos, soit au départ du relais!

VOLLEYBALL : LES HOMMES TOUJOURS PARFAITS, ÇA SE CORSE POUR LES FEMMES

Notre équipe masculine de volleyball a repris où elle avait laissé en 2023 et a remporté ses trois premiers matchs de la nouvelle année. Elle était d'abord en déplacement en Nouvelle-Écosse pour y affronter deux fois l'Université Dalhousie. Malgré une bonne adversité de la part des locaux, les Sherbrookoïses s'en sont sortis indemnes avec deux victoires de 3 manches à 0. Puis, le 19 janvier dernier, le Vert & Or était de retour à domicile pour un duel au sommet face à l'Université Laval. Pour une troisième fois cette saison, notre équipe a eu le dessus par la marque de 3-1. Les hommes portent donc leur fiche de la saison à 11 victoires et aucune défaite.

L'équipe féminine a, de son côté, pris part à quatre matchs, obtenant deux victoires convaincantes de 3-0 face à l'UQTR ainsi que deux défaites face aux Universités McGill et de Montréal. La fiche des femmes se porte désormais à 9 victoires et 6 défaites. Elles ont deux points de retard et un match en main sur l'Université d'Ottawa, qui occupe le quatrième et dernier rang pour accéder aux séries éliminatoires. Parmi les six matchs



**VINCENT
GIANGIOPPI**

Correspondant Vert et Or

restants à la saison, deux d'entre eux seront justement joués face aux Ontariennes.

DES RÉSULTATS ENCOURAGEANTS ET DES RECRUES QUI SE DÉMARQUENT EN TENNIS

La nouvelle année semble avoir amené avec elle un vent de renouveau pour nos joueurs et joueuses de tennis. Les femmes se sont d'abord hissées au quatrième rang du classement général grâce à une cuisante victoire de 6-1 (six matchs remportés) face à l'Université Concordia. Donnons une mention spéciale à Anne-Catherine Forcier, qui a remporté son match simple ainsi que son match double lors de cette confrontation, donnant deux points aux Vertes & Or. Le duel suivant s'est toutefois moins bien

déroulé, puisque notre équipe s'est inclinée 6-1 face à l'Université McGill. Un point positif de cet affrontement : la recrue Mélaïne Zaegel qui a vaincu la joueuse numéro 1 de McGill, soit l'une des meilleures joueuses du circuit, dans un match enlevant de 6-7, 7-5 et 10-3!

Malgré que les hommes soient toujours à la recherche de leur première victoire de la saison, on perçoit une réelle marque d'amélioration dans leurs performances. Leurs deux derniers affrontements se sont terminés par la marque de 3-4 en faveur d'abord de l'Université Concordia puis de l'Université McGill. Cette dernière avait toutefois vaincu le Vert & Or 6-1 avant les fêtes, ce qui témoigne de la progression des joueurs en peu de temps.

LES YEUX RIVÉS SUR LE CHAMPIONNAT PROVINCIAL EN BADMINTON

Nos badistes complétaient leur saison régulière les 20 et 21 janvier, lors d'un tournoi à l'Université Laval. Avec un rendement de quatre défaites en autant de matchs, la journée de samedi ne s'est malheureusement pas déroulée comme prévu pour eux. Ils se sont toutefois repris de brillante façon le dimanche en remportant leurs deux joutes par la même marque écrasante de 8-1 contre l'UQTR et l'ÉTS.

Nous connaissons donc désormais les universités qu'affronteront le Vert & Or en quarts de finale du championnat provincial, qui se tiendra le 10 février prochain à l'UQAM. Ayant terminé troisièmes au classement général, les filles affronteront l'Université hôte. Du côté des hommes, ceux-ci ont fini cinquièmes et tenteront donc de renverser l'équipe en troisième place, soit l'Université Laval.

SOCCER INTÉRIEUR : EXCELLENT DÉPART POUR L'ÉQUIPE FÉMININE

Nos Vertes et Or amorçaient leur saison de soccer intérieur le samedi 21 janvier dernier au Centre multisport Roland-Dussault de Sherbrooke. Elles ont fait très bonne figure, disposant de leurs rivales estriennes de l'Université Bishop's par la marque de 2-1. L'attaquante Marie-Jeanne Trifiro a connu un excellent match, inscrivant un but en plus de délivrer une passe décisive pour sa coéquipière Marilou Dugrenier. Cela fait désormais quatre victoires consécutives pour nos filles, si l'on inclut leur fin de saison extérieure.

La saison des femmes se poursuivra et celle des hommes vient tout juste de débuter, alors que nos deux équipes affrontaient, le 28 janvier, les Citadins à l'UQAM dans un programme double.

Le thé et ses bienfaits

Agora
Sport
et Bien-être

Envie de diminuer ton nombre de tasses de café par jour sans pour autant couper complètement les boissons chaudes et réconfortantes d'hiver? Le thé est une excellente source de chaleur en plus d'apporter plusieurs bienfaits au corps.

Par Sarah Gendreau Simoneau



Source: Pixabay

Envie de diminuer ton nombre de tasses de café par jour sans pour autant couper complètement les boissons chaudes et réconfortantes d'hiver? Le thé est une excellente source de chaleur en plus d'apporter plusieurs bienfaits au corps.

Cette boisson est obtenue par infusion dans l'eau chaude des feuilles du théier, un arbuste originaire de l'Asie du Sud-est qui est maintenant cultivée dans plus de 30 pays.

En plus d'être un délicieux stimulant, le thé a des effets bénéfiques pour la santé cardiovasculaire et possiblement aussi pour la prévention d'autres maladies, incluant l'obésité, l'arthrite et le cancer.

Les bienfaits présumés du thé pour la santé sont attribuables principalement à la présence de substances polyphénoliques nommées catéchines. La consommation de

thé aurait des effets bénéfiques sur la pression artérielle et le taux de cholestérol et ferait diminuer légèrement l'incidence de certaines maladies cardiovasculaires.

Plusieurs mécanismes peuvent expliquer la réduction des facteurs de risque de maladie cardiovasculaire par les catéchines du thé vert, dont les effets antioxydants, la protection de la fonction endothéliale, la modification du profil lipidique et les effets anti-inflammatoires et antihypertenseurs.

Types principaux

On distingue trois types principaux de thés, selon le procédé de transformation des feuilles. À l'échelle mondiale, 78 % du thé produit est du thé noir, habituellement consommé en Occident, 20 % du thé vert, consommé surtout en Asie, et 2 % du thé oolong produit principalement en Chine. Bien sûr, il en existe d'autres types, comme le thé blanc.

Lors de la cueillette, c'est la tige, les feuilles et les bourgeons qui seront d'intérêt pour le producteur. Une fois récoltées, les feuilles seront soumises à un processus de transformation. L'une des étapes, l'oxydation, est à l'origine du type de thé produit.

Le thé noir est complètement oxydé, le thé oolong est à moitié oxydé, le thé blanc a une très faible oxydation et le thé vert n'a pas été oxydé. Le thé matcha est, quant à lui, un thé vert réduit en fine poudre. Il est d'ailleurs souvent qualifié de superaliment, mais il contient, en réalité, les mêmes bienfaits que la feuille de thé vert. C'est le fait d'ingérer le thé plutôt que de l'infuser qui permet d'optimiser l'apport en nutriments.

Le processus d'oxydation que les feuilles subissent lors de la fabrication du thé noir et du thé oolong en partie inhiberait l'effet anticancéreux des polyphénols. Donc, si tu devais choisir un thé qui te garantirait le plus de bénéfices, le thé vert est un bon choix.

Il est d'ailleurs conseillé, selon la nutritionniste Isabelle Huot, de choisir des thés en feuilles, plutôt qu'en sachets; ils sont habituellement de meilleure qualité. Il faut aussi suivre les recommandations quant à la température et le temps d'infusion pour avoir le maximum de bienfaits.

Horoscope

Pour cette édition, le journal a décidé de rendre hommage à ses employés, actuels et anciens, qui ont fait partie du CO des JDSP 2024 : notre cheffe de pupitre SOCIÉTÉ, Gabrielle Goyet, et nos correspondants Vert & Or, Vincent Giangioppi et Nicolas Dionne. Nous nous demandons donc, quel genre de personne es-tu durant les JDSP, selon ton signe astrologique?

Par Nostradabea

BÉLIER (21 MARS — 19 AVRIL)

Signe de feu, tu as tendance à être rigide, efficace, ambivalent et surtout proactif.

TAUREAU (20 AVRIL — 20 MAI)

Ta dévotion et ton envie de changer les choses font en sorte que tu te sens facilement submergé.

GÉMEAUX (21 MAI — 20 JUIN)

Dans ton cas, le CO peut facilement se fier sur toi, car tu fais les choses avant même qu'on te le demande.

CANCER (21 JUIN — 22 JUILLET)

Il est important pour toi de veiller à ce que tout soit en ordre, même le côté environnemental de l'événement.

LION (23 JUILLET — 22 AOÛT)

Le lion en toi est fier de faire partie du CO, car il peut le show off aux autres et dans son CV.

VIERGE (23 AOÛT — 22 SEPTEMBRE)

Tu adores t'impliquer, mais ton tempérament calme fait que tu préfères rester lowkey.

BALANCE (23 SEPTEMBRE — 22 OCTOBRE)

Tu es probablement le signe le plus artsy de tout le CO. Tu préfères t'évader dans un monde de création et de communication plutôt que de t'occuper de l'aspect gestion.

SCORPION (23 OCTOBRE — 21 NOVEMBRE)

Tu es un leader naturel et ne dors presque jamais, car tu trouves que dormir est une perte de temps avec tout ce qu'il y a à faire.

SAGITTAIRE (22 NOVEMBRE — 21 DÉCEMBRE)

Signe de feu, tu es un adepte des discours, mais aussi un grand visionnaire et un fonceur.

CAPRICORNE (22 DÉCEMBRE — 19 JANVIER)

Étant un signe très cérébral, ta tête n'arrête pas de tourner puisque tu réfléchis sans cesse.

VERSEAU (20 JANVIER — 18 FÉVRIER)

Ton signe est plutôt spécial... Dans certains cas, tu as à la fois la réputation d'éteindre des feux, et celle de créer des problèmes sans le vouloir...

POISSONS (19 FÉVRIER — 20 MARS)

Étant un être plutôt sensible, au moment où tu entends parler des jeux, tu deviens overwhelmed.