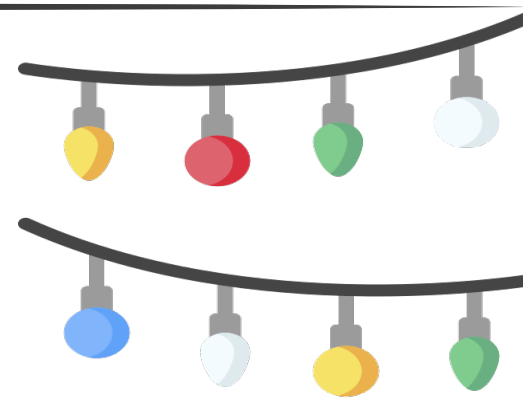


Le COLLECTIF

— former et informer —



Donner au suivant

Page 13



Guide pour un temps des Fêtes plus doux
Page 3

Choisir de changer l'avenir avec la Grande Campagne de l'UdeS
Page 5

L'Estrie en mode ski
Page 17



L'ÉQUIPE

DIRECTION

Myriam Baulne
Direction générale

RÉDACTION

Sarah Gendreau Simoneau
Co-rédactrice en chef

Victor Dionne
Co-rédacteur en chef

Gabrielle Goyet
Cheffe de pupitre campus

Amandine de Chanteloup
Cheffe de pupitre culture

Carolanne Boileau
Cheffe de pupitre société

Bianca Lahaye
Cheffe de pupitre sport et bien-être

Nicolas Dionne
Correspondant Vert & Or

Myriam Baulne
Révision linguistique

UNE

Fondation Rock-Guertin
Photographie

TECHNIQUE

Béatrice Palin
Infographie

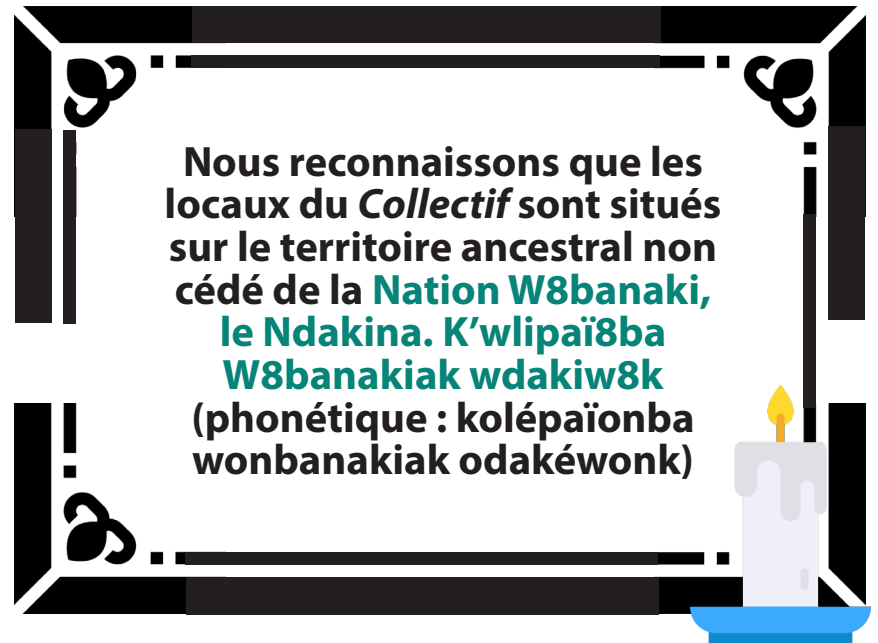
Rosianne Blanchard
Responsable Web et réseaux sociaux

Poste inactif
Distribution à Sherbrooke

Poste inactif
Distribution à Longueuil

COLLABORATEURS et COLLABORATRICES

Alexandre Leclerc
Alexandre Ménard
Charles Gauthier
Claudia Fortin
Éden Bélanger
Karine Sauvé
Léa Béliveau
Marianne Mélen
Mathieu Bouchard Racine
Mathieu Gosselin
Maxime Quesnel
Meg-Anne Lachance
Myriam Baulne
Raphaëlle Aygalenq
Raphaëlle Dompierre
Sophie Valence Doucet
William Thériault



PROCHAINE ÉDITION LE 19 DÉCEMBRE 2022

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



Guide pour un temps des Fêtes plus doux

Éditorial

De la rédaction EN CHEF



Source: Destination Québec Cité

Pour plusieurs, les Fêtes sont synonymes de stress et de malaise, surtout après deux années inhabituelles. Comment évacuer ce stress ? Comment accueillir cette période sous le signe de la bienveillance ?

**SARAH
GENDREAU
SIMONEAU**

Redaction.Lecollectif@USherbrooke.ca

La chaleur du foyer familial a manqué durant la pandémie et, même si les virus ne seront jamais derrière nous, enfin nous pouvons nous adonner aux rassemblements traditionnels autour du sapin illuminé. Les blagues douteuses, les commentaires sur le physique et le stress de la préparation et du magasinage des cadeaux, eux, ne nous avaient pas manqués...

LA BIENVEILLANCE À BRAS OUVERTS

Cette année plus que jamais, pourquoi ne pas pratiquer sa bienveillance en étant compréhensifs des différentes situations vécues par tout le monde et en faisant preuve d'indulgence ? Le monde s'en porterait mieux et le temps des Fêtes serait plus doux, surtout après deux années plutôt difficiles sur plusieurs plans pour certaines personnes. Prendre soin des gens autour en leur offrant une oreille attentive à leurs besoins s'avère très bénéfique pour les deux parties.

Les jugements sont faciles, les gens sont méchants, surtout derrière leur écran. Pratiquer sa bienveillance ne fait qu'améliorer les relations, autant avec les gens autour, qu'avec de purs inconnus. Ces relations se solidifient, deviennent plus vraies, plus profondes et empreintes de respect. Cependant, pour pouvoir pratiquer la bienveillance envers autrui, il faut aussi en faire preuve envers soi-même.

COMMENT FAIRE POUR APPORTER LA BIENVEILLANCE DANS LES FÊTES ?

Il faut d'abord savoir prendre soin de vous puisque votre relation avec vous-même est prioritaire et primordiale. Prenez un bon moment, au début des vacances des Fêtes, avant les *partys* d'amis et les soupers de famille, pour vous ressourcer. Recentrez-vous sur vos activités

hivernales préférées. Vous avez envie de dormir 12 h d'affilée parce que votre session a été difficile ? Faites-le.

Ensuite, être à l'écoute, autant de ses propres besoins, qu'à ceux des autres, est un des points les plus importants. Essayez de porter attention à toutes les paroles émises par votre entourage durant cette période achalandée et évitez les distractions comme votre téléphone pour être attentif ou attentive à 100 %. Vous saurez davantage comment appuyer vos proches et ils sentiront qu'ils peuvent se confier à vous, ou tout simplement, être plus détendus et vous raconter une bonne blague.

DEHORS, LE STRESS !

Les Fêtes apportent leur lot de stress pour toute sorte de raisons. Il est important d'essayer d'éliminer le plus ce stress pour passer des vacances agréables, magiques et désencombrées.

L'argent, surtout en cette période d'inflation, est une source de stress inévitable pour tout le monde. Il est important, selon la clinique de psychologie Équilibre, de définir un budget, mais surtout, de s'y tenir. Les cadeaux, les décorations, l'épicerie pour tous les soupers, l'alcool, les vêtements plus chics de la soirée du réveillon, ça fait beaucoup. Il faut éviter d'acheter de façon impulsive. Si vous avez plus ou moins les moyens d'offrir des cadeaux cette année, pourquoi ne pas offrir du temps ? C'est ça le but des Fêtes non ? Se retrouver en famille ou entre amis, pouvoir échanger des discussions et rire de bon cœur. Et entre nous, si vous remettez votre habit ou robe de Noël d'avant la pandémie, personne ne s'en rendra compte !

Une autre source de stress peut se retrouver tout simplement dans le fait de faire face à la solitude.

Cette année, on peut enfin être en *gang* durant cette période, mais plusieurs n'ont pas cette chance. Si vous ressentez un sentiment d'isolement, vous pouvez aller vous balader dans les marchés de Noël, où vous y ferez peut-être de belles rencontres, ou encore aller voir une chorale entonner des cantiques de Noël. Vous pouvez aussi vous planifier un souper spécial, et faire toutes vos activités préférées pour vous faire du bien durant cette semaine de festivités.

Un autre stress appréhendé par plusieurs est celui des commentaires sur le physique... parce que oui, ça existe encore, malheureusement. « Me semble que t'as maigri ?! », ça ne se dit pas. Pas plus que, « Mon Dieu, tu manges donc ben, lâsses-en pour les autres ! ». Tu as envie de manger une part de tourtière de plus parce que celle de matante Ginette, c'est la meilleure ? Gâte-toi. En 2022, il serait bien enfin d'adopter une image corporelle positive. Ne pas manger de desserts tout l'automne pour rentrer dans ton *kit* des Fêtes n'est pas une bonne approche. Tapez dans Google « Quoi éviter pendant les Fêtes ? ». Vous ne tomberez QUE sur des articles portant sur « les excès alimentaires à éviter », les « aliments à éviter pendant les Fêtes », « des trucs pour éviter de manger trop de calories » ou encore « ne pas prendre de poids durant le temps des Fêtes »... Vraiment ? Comment peut-on ne pas stresser avec les commentaires reçus de nos proches qu'on ne voit pas souvent ? La société a un réel problème.

Et voilà que la bienveillance revient : commencer à s'aimer et à aimer les autres, peu importe les habitudes alimentaires et le poids affiché sur la balance. Le temps des Fêtes est une période de réjouissances et de bons repas, de sourires et de magie. Profitez de ce temps pour chérir ceux que vous aimez, pour faire ce qui vous fait plaisir. Laissez les mauvaises énergies de côté ; votre corps et votre esprit vont vous remercier !

CFAK

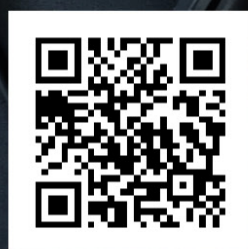
88.3 FM

ÇA PART ICI

Alexa | Google Home



www.CFAK.ca



**Antidote, un cadeau idéal
en vente à votre coop préférée**



Choisir de changer l'avenir avec la Grande Campagne de l'UdeS

Agora

Campus



Source: UdeS

Avant-gardiste, visionnaire et ambitieuse. Ce sont des termes qui ont été employés pour qualifier l'Université de Sherbrooke (UdeS) lors du lancement interne de la Grande Campagne 2022-2028 le 18 novembre dernier. Le coup d'envoi officiel a été donné devant la communauté universitaire, réunie au Centre culturel de l'institution pour l'occasion. L'objectif ? Amasser 250 millions de dollars d'ici les six prochaines années, soit la plus vaste campagne menée par l'institution à ce jour.

GABRIELLE GOYET

Campus.Lecollectif@
USherbrooke.ca

Claude Villeneuve, directeur à l'École de gestion, et Evelyne Mottais, doctorante en éducation, ont animé conjointement cette soirée riche en émotion et chargée en projets. Plusieurs membres de la communauté se sont succédé derrière le microphone afin de souligner la passion et les rêves qu'ils chérissent pour leur institution. Les doyens et doyennes des diverses facultés ont également pu présenter leur programme de campagne de façon concise, à l'instar du célèbre concours *Ma thèse en 180 secondes*.

LES MODALITÉS DE LA GRANDE CAMPAGNE

La Grande Campagne, c'est une levée de fonds d'une envergure jusqu'à présent inégalée pour l'Université de Sherbrooke. Avec l'objectif d'amasser 250 millions de dollars, l'institution met la barre très haute comparativement aux campagnes de financement précédentes. Cette somme considérable servira à propulser l'UdeS dans ses projets en permettant la construction de nouveaux bâtiments, la création de nouveaux centres de recherche, la mise en place de bourses étudiantes et l'avancement des connaissances plus généralement.

Pragmatiquement, la campagne s'articule autour de quatre grands axes, soit la valorisation du vivre-ensemble et de la diversité, la mise au service de la technologie pour l'humain, la résilience face aux changements climatiques et la contribution au développement d'une approche personnalisée dans l'offre de soins et de services de santé. Les projets ou initiatives qui seront financés par la Grande Campagne s'apparentent à l'une de ces quatre grandes catégories, permettant ainsi à l'Université du Vert & Or de se distinguer par ses valeurs et priorités.

Afin de lever les fonds nécessaires à ces innovations, l'UdeS mobilise l'ensemble de sa communauté. Personnes étudiantes, diplômées, enseignantes, professeurs et employées : toutes seront sollicitées à contribuer à l'Université qu'elles ont en commun. Les facultés seront d'ailleurs impliquées dans la procédure de financement, en ayant des personnes chargées de la gestion des dons philanthropiques.

LE RECTEUR COSSETTE ET SA GRANDE VISION

Pour le recteur Pierre Cossette, la Grande Campagne représente plusieurs choses. Dans une approche multiniveau, celui-ci mentionne que l'opération permettra de rapprocher les gens, de mener plus de projets originaux, d'agir comme levier, mais également de faire rayonner symboliquement l'UdeS.

Le recteur le souligne avec enthousiasme et conviction : « La grande campagne, c'est pour amasser des fonds, mais c'est aussi pour mobiliser les gens et créer un enthousiasme envers les projets de notre université foisonnante. L'argent philanthropique nous offre un degré de liberté plus grand, pour faire des choses hors-norme, plus originales. Ça nous permet de faire des milieux très capacitants ».

Les impacts de ce genre de campagnes sont en effet significatifs : à la Faculté de médecine et des sciences de la santé, les dons philanthropiques ont permis de propulser plusieurs initiatives par le passé, comme le laboratoire de simulation clinique. « La

Grande Campagne servira aussi de levier : lorsque la communauté se mobilise pour financer un projet, ça change la vision gouvernementale relative à l'importance d'un projet en faisant pression », mentionne le recteur.

LA FAISABILITÉ D'UNE CAMPAGNE DE CETTE AMBITION

Quand on songe à la cible annoncée par l'Université, certains pourront mentionner leur scepticisme quant à la faisabilité d'une telle campagne. Pourtant, le recteur est confiant, convaincu que la plus grande force de l'institution réside dans l'engagement de sa communauté. « La cible de 250 millions est aussi symbolique. Les grandes universités lèvent des fonds de façon régulière. Notre objectif est ambitieux, mais il est comparable à celui que les autres institutions se fixent », rajoute-t-il.

Aux grands objectifs, les grands moyens, dira-t-on. La présente campagne ajoute une nouveauté majeure, soit celle du don planifié. Ce type de don philanthropique s'adresse plutôt aux personnes d'un certain âge qui souhaitent contribuer à une cause dans laquelle elles ont été investies au cours de leur vie. Qu'il s'agisse d'un legs du vivant ou d'un don successoral, les avantages sont multiples, tant du côté des retombées sociales que des retombées fiscales. Cette façon de faire est issue du milieu anglo-saxon, mais ce mode de financement se propage au milieu francophone depuis quelques années.

« Le don planifié est un élément nouveau de la Grande Campagne », souligne M. Cossette. « En tant que recteur actuel, je ne bénéficierai pas de cette addition dans le cadre de mon mandat, mais je trouve qu'il s'agit d'un très beau legs que je peux faire à mes futurs successeurs. Cela nous permettra d'avoir le moyen de nos ambitions pour continuer à avoir des leviers pour le développement de l'UdeS ». Le recteur mise gros sur la prévisibilité des dons planifiés. Il a cependant aussi l'ambition d'augmenter le nombre de personnes donatrices pour la présente campagne, qui s'élevait à 2 000 lors de la précédente.

L'ABOUTISSEMENT POTENTIEL DE CES DONS

Avec les fonds qui seront levés, l'institution a une liste bien nantie de projets sur lesquels dépenser l'argent. « Un élément qui est vraiment chéri à mon cœur est les bourses d'études supérieures », mentionne le recteur. Fier de ce qui est déjà accompli dans ce sens, il souligne l'importance de rehausser les montants de ces bourses afin d'être comparables aux divers fonds gouvernementaux.

Dans les projets nouveaux, l'immobilier occupe une place considérable. Entre autres, l'université compte construire un « pavillon des apprentissages innovants » près du pavillon multifonctionnel du campus principal, qui servirait à faire un laboratoire d'interdisciplinarité. L'UdeS compte également reverdir le campus de la Faculté de médecine et des sciences de la santé et agrandir le centre sportif du campus principal. Longueuil n'est pas en reste : si le bâtiment a été mis à jour récemment, la clinique multidisciplinaire du centre de la petite enfance connaîtra un vent de nouveauté grâce au financement de la campagne. « Le meilleur est à venir », conclut le recteur.

Section Campus

Une nouvelle offre de services à la communauté universitaire

Le 14 novembre dernier était une journée très attendue : c'est à cette date que la Fédération étudiante de l'Université de Sherbrooke (FEUS) et le Regroupement étudiant à la maîtrise et au doctorat de l'Université de Sherbrooke (REMDUS) ont offert à la communauté universitaire l'opportunité d'obtenir gratuitement des produits d'hygiène menstruelle durables. En seulement six minutes, le formulaire de demande a atteint sa pleine capacité en cumulant plus de 300 inscriptions. L'achalandage important face au projet est une invitation à reproduire la formule.

Par Léa Béliveau



L'initiative tend aussi à répondre à l'enjeu de l'accessibilité à ce type de produits afin d'alléger le fardeau financier, principalement pour la communauté étudiante. Cette initiative répond donc aux principes de consommation durable et d'accessibilité pour la communauté étudiante.

LE FONCTIONNEMENT

Dans l'optique de rendre la distribution optimale et environnementale, la manière de procéder s'est développée. En effet, lors de la première édition, la FEUS et le REMDUS se procuraient et distribuaient directement les produits jusqu'à épuisement des stocks.

Dans l'optique d'être plus efficace environnementalement et sur le plan des grandeurs reliées aux différents produits, une nouvelle approche a été employée pour cette seconde édition de distribution. La FEUS et le REMDUS ont opté pour la mise en place un formulaire numérique afin que la communauté étudiante puisse choisir précisément ce qui répond à leurs besoins et ce qui leur convient. Une fois les produits reçus par les deux associations, une distribution sera faite selon les commandes exécutées.

UNE ALTERNATIVE MUNICIPALE

Considérant la popularité du service offert à la communauté, il faut savoir qu'une alternative est aussi mise en place par la Ville de Sherbrooke. En effet, depuis le 26 septembre dernier, la ville a mis en place une offre d'aide financière reliée à l'achat de produits d'hygiène menstruelle. Sous forme de remboursement, elle soutient les achats durables selon le revenu annuel de la personne réclamante. Sur la [page web du programme](#), vous trouverez les produits inclus dans l'aide financière ainsi que de plus amples détails sur cette nouvelle offre de service pour la communauté sherbrookoise.

BON À SAVOIR

Considérant la très forte demande et la popularité du service, la FEUS et le REMDUS considèrent mettre en place une deuxième campagne durant la session d'hiver. Le but est de donner la chance à plus de personnes d'obtenir des produits d'hygiène menstruelle durables gratuitement.

UNE INITIATIVE ÉTUDIANTE QUI A PRIS DE L'AMPLEUR

La distribution de produits d'hygiène menstruelle durables fait fureur pour une seconde fois. Cette initiative, à la base étudiante, démontre par sa popularité l'importance de la demande de la part de la communauté universitaire. Dans un contexte d'inquiétude du côté climatique, les produits d'hygiène menstruelle réutilisables deviennent de plus en plus populaires.

Le DESS de kinésiologie redonne à la communauté

Du 21 novembre au 2 décembre, à l'Université de Sherbrooke, s'est déroulé un massothon organisé et dirigé par les personnes étudiantes en kinésiologie au 2^e cycle se spécialisant en musculosquelettique. Une grande partie des profits amassés sera versée à l'organisme communautaire *Les Courses partagées de Sherbrooke*.

Par Karine Sauvé, kinésologue et étudiante en exercices thérapeutiques

Ce sont quinze personnes étudiantes qui ont pris part à cet événement, dans un premier temps, pour mettre en pratique les enseignements de leur formation intensive et dans un deuxième, afin de s'impliquer dans la réalisation de la mission de cet organisme communautaire.

LES COURSES PARTAGÉES DE SHERBROOKE : MISSIONS ET OBJECTIFS

L'objectif de l'organisme *Les Courses partagées* est de briser l'isolement que connaissent trop souvent les personnes en situation de handicap, à mobilité réduite ou atteintes de déficiences intellectuelles, en leur permettant de jouer le rôle de co-coureur lors de courses partagées.

Tous les mercredis matin, autour du lac des Nations, des athlètes permettent aux bénéficiaires de l'organisme de partager cette passion pour l'activité physique et de leur faire vivre des émotions fortes et positives. Depuis sa création en 2016, l'organisme a fait de nombreux heureux et souhaite continuer dans ce sens en achetant de nouveaux *KartUS* (« *Kart for us* ») avec le don généreux du massothon.

KINÉSIOLOGUE EN EXERCICES THÉRAPEUTIQUES : DÉMYSTIFIER LE RÔLE

Les kinésologues en exercices thérapeutiques sont des personnes professionnelles de la santé nécessitant une formation universitaire spécialisée dans le musculosquelettique. Elles usent de leurs connaissances et compétences pour détecter des anomalies posturales, les limitations de mouvements et les contractures musculaires dans le but de déterminer la source de la problématique.

Ensuite, ces personnes expertes utilisent la thérapie manuelle pour traiter les tensions musculaires correspondant aux observations qu'elles ont effectuées et ainsi diminuer les douleurs ou les déficits musculaires des personnes patientes. Le traitement manuel utilise le massage et diverses techniques de levées de tension, de mobilisations et de points gâchettes tout en respectant les limites d'amplitude naturelles du corps

(aucune manipulation utilisée). Son objectif est de rendre l'autonomie fonctionnelle, de sentir et de réagir aux personnes patientes.

Il est important de noter que ces individus sont co-acteurs du traitement. Le rôle des personnes patientes est essentiel dans le rétablissement des capacités. Les kinésologues en exercices thérapeutiques utilisent la massothérapie pour diminuer les douleurs, mais prescrivent également des exercices thérapeutiques dans le but d'éviter les récurrences, de diminuer les déséquilibres musculaires et de rendre autonome son patient.

Pour finir, les thérapeutes fournissent divers conseils sur les habitudes de vie et de posture des personnes patientes pour éviter la rechute ou l'apparition de nouvelle douleur. Les kinésologues peuvent également recommander d'autres personnes professionnelles de la santé à ces individus s'ils jugent nécessaire d'examiner plus profondément la problématique.

MASSOTHON 2022

Par les étudiants au DESS en exercices thérapeutiques

Du 21 novembre au 2 décembre 2022

Prenez rendez-vous dès aujourd'hui

En soutien à

LES COURSES PARTAGÉES DE SHERBROOKE

Une compétition interuniversitaire à saveur de politique

Section Campus

Les Jeux de la Science politique (JDSP) sont de retour pour une 12^e édition. C'est du 28 au 30 avril, à McGill, que huit universités canadiennes se rencontreront et compétitionneront dans le cadre de cet événement interuniversitaire.

Par Meg-Anne Lachance



Source: Page Facebook du JDSP

Les Jeux de la Science politique sont une compétition interuniversitaire créée en 2010. Plusieurs universités s'y affrontent depuis dans le but de remporter la coupe, et ce, dans différentes épreuves, autant sociales et académiques que sportives. Cette année, les JDSP se tiendront sous la thématique du Sommet des droits humains en Extrême-Orient et Asie du Sud. L'Université de Sherbrooke, participant en tant que Corée du Sud, prendra part à ces jeux, affrontant ainsi l'Université de Québec à Montréal (Thaïlande), Concordia (Japon), McGill (Singapour), l'Université d'Ottawa (Malaisie), l'Université Laval (Inde), l'Université de Montréal (Philippines) et, pour une première fois, l'Université francophone d'Alberta (Indonésie).

LES DIFFÉRENTES ÉPREUVES

Huit épreuves forment les JDSP. Sept d'entre elles sont classées académiques, et une sportive. Cette année, la compétition sportive touchera deux sports différents, soit le Futsal et le Handball. En ce qui concerne la catégorie académique, celle-ci est formée des sept épreuves suivantes :

- **Débat** : Deux personnes déléguées participeront à des débats préliminaires, qui leur permettront ou non de se classer pour les débats éliminatoires. Lors de cette épreuve, les débats suivront le format appelé « parlementaire canadien », une méthode assez répandue et utilisée au pays.
- **Cas académiques** : Trois personnes déléguées par université devront, préalablement aux Jeux, produire une étude de cas de 20 à 25 pages sur une situation annoncée par le comité organisateur. À la suite de leur travail, les personnes participantes devront faire une présentation orale appuyée par un PowerPoint devant un panel de juges. Durant la compétition, elles seront aussi appelées à faire une étude de cas courte, suivie d'une deuxième présentation orale.
- **Journalisme politique** : Avant les Jeux, deux personnes déléguées devront créer une capsule journalistique concernant les actions prises par leur pays face à l'enjeu général de la compétition. Elles devront, tout au long de la fin de semaine, assurer une couverture médiatique à l'aide des réseaux sociaux et d'articles journalistiques. Ce sont aussi les personnes responsables de questionner les gens de l'épreuve discours lors des périodes de questions.
- **Discours** : Cette épreuve est aussi composée de deux personnes déléguées, mais cette fois-ci, chacune détenant un rôle distinct, soit porte-parole ou attaché de presse. Le ou la porte-parole est responsable de faire les discours tout au long des Jeux. De son côté, l'attaché de presse est responsable des communiqués de presse liés au discours et est la personne responsable de répondre aux questions des juges, des journalistes ainsi que des autres attachés de presse.
- **Négociation** : Deux personnes déléguées participent à une simulation d'un sommet mondial en représentant les intérêts de leurs pays. Chaque université aura des mandats que son duo négociateur devra défendre tout au long de la fin de semaine. Avant les Jeux, tous devront aussi écrire une déclaration de position de leur État.
- **Quiz** : Trois personnes déléguées seront mises à l'épreuve lors d'une compétition de connaissances portant sur des sujets politiques, sociaux et historiques. De type « génie en herbes », cette épreuve allie connaissance, curiosité intellectuelle et rapidité.
- **Gestion de crise** : cette épreuve englobe les épreuves de cas académiques, de journalisme, de négociation et de discours. Lors des Jeux, un événement critique sera annoncé et chaque délégation aura une heure pour se positionner face à ce problème. Par la suite, un discours fait par chaque pays et une conférence de presse auront lieu. Les personnes négociatrices devront également faire des gains relatifs à leur position sur la crise.

LE CÔTÉ SOCIAL DES JEUX

Les Jeux de la Science politique, c'est aussi synonyme de social. Avant et pendant la compétition, les délégations sont appelées à faire preuve de motivation, de leadership et d'esprit d'équipe. C'est pour cette raison que plusieurs activités sociales seront organisées au cours de l'événement. Des points basés sur l'aspect social de l'événement seront distribués en fonction d'une vidéo de présentation ainsi que pour la participation des délégations à des défis hebdomadaires en amont des JDSP. Les universités sont aussi encouragées à s'impliquer dans leur communauté avant même la tenue des Jeux.

LES JDSP À LA SHERBROOKOISE

Afin d'aider la collectivité, la délégation sherbrookoise s'est engagée sous forme de bénévolat pour la fondation Rock-Guertin. Cet organisme créé en 1982 offre une aide alimentaire tout au long de l'année. Le 17 décembre prochain, l'équipe aidera la Fondation à monter les 2 400 paniers de Noël qui seront distribués à différentes personnes dans le besoin. Un petit coup de main qui permettra de faire une réelle différence.

De plus, en partenariat avec l'École de politique appliquée, la Société d'Études politiques (SEP) et le Regroupement étudiant des cycles supérieurs en études politiques (RECSEP), la délégation a mis en place une campagne de don de plasma, qui s'est tenue du 21 novembre au 5 décembre. Le Québec est, malheureusement, en grand manque de plasma. En plus d'être généreuse, l'action de donner est donc d'une haute importance.

DES TITRES À DÉFENDRE

Arrivée en 3^e position au classement général et présente dans presque tous les tops 3 des épreuves, la délégation de la dernière édition a su mettre la barre haute pour cette année. C'est donc avec beaucoup d'ambition et d'ardeur que l'équipe de cette année arrivera aux Jeux, avec pour seul but de rapporter la coupe à la maison. « Force et ruse, soit on gagne, soit ils perdent », avec un tel slogan, on ne peut espérer rien d'autre que la victoire.

Pour suivre la délégation et soutenir ses initiatives :

Facebook : [Délégation JDSP UdeS](#)
Instagram : [@jdsp_udes](#)
LinkedIn : [Délégation UdeS — Jeux de la science politique](#)



Section Campus

Chœur Campus chante Noël le 7 décembre prochain

Le 7 décembre prochain, au Foyer Orford du Centre Culturel de l'Université de Sherbrooke (UdeS), se réunira le Chœur Campus de l'UdeS pour célébrer les fêtes avec la communauté universitaire. Regroupant plus de 80 choristes, avec un répertoire de pièces québécoises et internationales, Chœur Campus vous invite à fêter Noël en musique !

Par Sophie Valence-Doucet,
administratrice de Chœur Campus de l'Université de Sherbrooke

À PROPOS DE CHŒUR CAMPUS

Chœur Campus est un chœur populaire amateur réunissant une centaine de choristes provenant de tous les secteurs, départements et facultés de l'Université de Sherbrooke. On pense notamment aux personnes étudiantes, employées, diplômées, retraitées et enseignantes, entre autres.

Dans ce regroupement fondé en 2015 par Isabelle Vallée, les choristes, avec ou sans expérience du chant choral, se rassemblent une fois par semaine afin de partager leur passion pour le chant et la musique, développer un sentiment d'appartenance à cette grande institution qu'est l'Université de Sherbrooke et, surtout, pour faire une pause dans une journée de travail ou d'étude souvent bien remplie !

À la direction musicale et artistique, Marie-Claude Élias, mezzo-soprano, comédienne, chef de chœur et diplômée de l'Université de Sherbrooke, dirige le groupe avec passion. Accompagné au piano par Charles-Emmanuel L'Espérance, à l'accordéon par Malika Humbert et à la guitare par Isabelle Loignon, le Chœur Campus saura certainement vous faire danser, sourire et rêver en cette occasion festive.

Le troisième concert de Noël du Chœur Campus de l'Université de Sherbrooke se tiendra le 7 décembre en deux représentations : 12 h 15 à 13 h 15 et 17 h 30 à 18 h 30. L'entrée est à contribution volontaire et toutes et tous sont les bienvenus !

PORTRAIT D'UN CHORISTE

Le Chœur Campus est composé d'une multitude de personnes provenant de la communauté universitaire de l'Université de Sherbrooke. Stéphane Tanguay est membre du Chœur depuis 2016. Il était chargé de cours au Centre de formation en environnement (CUFE) de l'Université de Sherbrooke jusqu'en avril 2022. Il se consacre maintenant à son poste de Directeur de Nature Cantons-de-l'Est avec passion, emploi qu'il occupe depuis plusieurs années.

Ce dernier témoigne : « Une des choses que j'apprécie du Chœur, c'est qu'il est au cœur de la vie universitaire avec les activités comme la Guignolée des médias, la cérémonie de remise des prix Inspiration, etc. Il me permet de montrer une autre facette de moi à mes étudiants, qu'ils soient choristes ou spectateurs/spectatrices. Et chanter à la salle Maurice O'Bready une fois par année, quel bonheur ! »

CHANTER AVEC LE CHŒUR

Vous aimeriez vous joindre au groupe ? Les inscriptions sont ouvertes chaque session (automne et hiver) pour de nouveaux et nouvelles choristes ! Venez assister au spectacle pour vous laisser inspirer par le groupe : les inscriptions seront lancées en direct du concert et sur la page Facebook du Chœur Campus de l'Université de Sherbrooke.

Pour toute question : choeurcampus@usherbrooke.ca.

Mot croisé du temps des Fêtes

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | | | | | | | | | |
| B | | | | | ■ | | | | |
| C | | | | | | | | ■ | |
| D | | | | | ■ | | ■ | | |
| E | | | | ■ | | | | | |
| F | | ■ | | | | | ■ | | |
| G | | | ■ | | | ■ | | | |
| H | | | | | | | | ■ | |
| I | | | | ■ | | | | | |
| J | | | | | | ■ | | | |

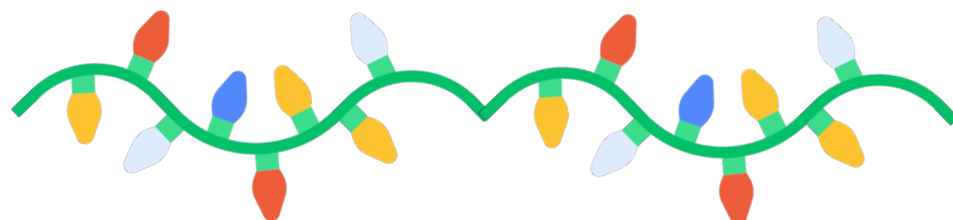
Par Raphaëlle Dompierre

HORIZONTAL

- A – Il y en a plein à faire après le souper de Noël et ça gosse.
 B – Ton *monocle* qui en est à sa sixième consommation de la soirée. — Mot de Noël.
 C – Le teint du père Noël après avoir passé une nuit à bord de son traîneau par -20 °C.
 D – Héros de la guerre de Troie dans la mythologie grecque (pas rapport avec Noël...). — LE truc que tu ne veux pas qu'il te lâche avant d'avoir rendu tous tes travaux de fin de session.
 E – Ça ne se rend pas au chalet dans le fond des bois où tu es pogné-e avec ta famille pendant une semaine durant les vacances du temps des Fêtes, pis ça aussi ça gosse. — Tu préfères attendre Noël prochain avant de le présenter à ta famille.
 F – Sport d'hiver. — Terminaison de verbes à l'infinitif.
 G – Tu écoutes *La guerre des tuques* à Télé-Québec le lendemain de Noël en pyjama, même si tu l'as déjà ____ des dizaines de fois. — Il est ____ le divin enfant. ♪ — On s'embrasse en dessous.
 H – Ce que tu fais avec la bûche de Noël dans ta bouche quand tu es sur le point d'exploser, mais que c'est trop bon.
 I – Ton père ____ catégoriquement s'être levé pendant la nuit pour finir la bûche de Noël, même si tout le monde sait que c'est lui. — Bonbon de Noël.
 J – Tu as (bientôt) enfin une ____ des cours et des travaux scolaires. — Ta mère t'offre une journée au spa avec massage suédois de détente et ça fait ton bonheur parce que ça vaut 162 \$ taxes en ____, pis tu n'aurais jamais pu te payer ça.

VERTICAL

- 1 – Chanson de Noël.
 2 – Calendrier avec du chocolat dedans. — Pas de meilleurs moments que le temps des fêtes pour ____ la famille dans la joie et la bonne humeur.
 3 – Décrit le fait que tout le monde se garroche sur de la marchandise en rabais au centre d'achat le jour du Boxing Day (peut-être plus aux États-Unis). — Quand tu vois le tas de cadeaux sous le sapin, tu te dis que la ____ des dents peut aller se rhabiller avec ses pièces de 2 dollars.
 4 – La joie de Noël ____ de l'amour dans nos cœurs. — Tu fais une *overdose* de parties de ce jeu avec tes petit·e·s-cousin·e·s.
 5 – Là où les *snowbirds* vont acheter leurs billets beaucoup trop chers pour leur condo beaucoup trop cher en Floride.
 6 – La disparition de la bûche de Noël n'en est pas une. — Désigne une chose.
 7 – Acronyme/interjection des internets qui semble constituer l'ensemble du vocabulaire de ta cousine. — Il y en a beaucoup autour de la table lors du souper de Noël (idéalement).
 8 – ____ père Noël. — Une chose qu'il faut changer avant l'hiver pour ne pas être un danger public. — Jésus quand il est né.
 9 – Tes petits-cousins quand ils te réveillent à 7 heures du matin le 25 décembre pour aller ouvrir les cadeaux.



NU — 9. ELECTRISES
 SEME, UNO — 5. AGENCE — 6. ENIGME, CA — 7. LOL, GENS — 8. LE, PNEU,
 — J. TREVE, SUS — 1. VIVE LE VENT — 2. AVENT, UNIR — 3. IRREEL, FEE — 4.
 AMANT — F. LUGE, ER — G. VU, NE, GUI — H. ENFONCE(S) — I. NIE, CANNE
 A. VAISSELLE — B. IVRE, NOEL — C. VERMEIL — D. ENEE, PC — E. LTB,

Rendez-vous musical : le retour de l'Orchestre de l'université de Sherbrooke

Agora

Culture

Pour celles et ceux qui s'ennuient durant les longues soirées d'hiver, c'est le moment de régaler vos oreilles ! Après près de deux ans d'absence, l'Orchestre de l'Université de Sherbrooke (OUS) reprend du service. Il convie le grand public à son premier concert de la saison 2022-2023, qui se tiendra le 11 décembre à 15 h dans la Salle Maurice-O'Bready du Centre culturel de l'Université de Sherbrooke.

Ce sera donc sous la direction artistique de François Bernier que les musiciens incarneront le grand retour de l'orchestre. Ce dernier compte plus de cinquante musiciens : étudiants, diplômés, membre du personnel et personnes retraitées de l'Université de Sherbrooke ainsi que des musiciennes et musiciens de la ville de Sherbrooke régaleront, tous autant qu'ils sont, le public.

HISTORIQUE DE L'ORCHESTRE

François Bernier, chargé de cours à l'école de musique, a créé l'orchestre en septembre 2003. D'année en année, ce dernier a attiré davantage de gens passionnés : tant des instrumentalistes de l'Université de Sherbrooke, que des musiciennes et musiciens qui poursuivent leur formation dans d'autres programmes ou établissements de Sherbrooke.

Au printemps 2006, le groupe connu sous le nom d'Orchestre de chambre de l'École de musique se produit dans la fosse d'orchestre de la Salle Maurice-O'Bready lors de la représentation d'opéra *Les Noces de Figaro*, de Mozart.

En 2007, la 5^e saison de l'orchestre débute, et ce dernier commence à interpréter un répertoire symphonique avec sa 2^e *Symphonie* de Beethoven, et la 9^e *Symphonie* de Dvorak. Collaborant avec des groupes plus diversifiés tels que l'Ensemble vocal de l'École de musique, l'orchestre a pu interpréter des œuvres pour chœur et orchestre en reprenant Mozart, Brahms, Borodine, Moussorgski, Dvorak, Rutter et Bernstein. C'est à ce moment qu'il prend le nom de l'Orchestre symphonique de l'École de musique de l'université de Sherbrooke. C'est lors de sa 6^e saison que l'Orchestre a eu l'honneur d'accueillir son premier chef invité : le maestro suisse Christian Delafontaine, à la fois directeur musical de l'Orchestre d'Yverdon-les-Bains, et flûtiste de réputation internationale.

En avril 2010, l'Orchestre tient son premier Concours Concerto, dédié à la communauté étudiante de l'École de musique. Cet événement permet aux participantes et participants de toucher à des œuvres pour soliste et orchestre, tout en étant encadrés par une formation adéquate. Ce concours a donc permis de développer davantage les instrumentistes de l'École de musique, en particulier celles et ceux inscrits au programme d'interprétation musicale offert par l'Université.

En avril 2012, l'Orchestre est invité à participer à une série pour enfant : *Les Choux-bizz* du Centre Culturel de l'Université de Sherbrooke. En avril 2013, dans le cadre des célébrations du 20^e anniversaire de l'École de musique de l'Université de Sherbrooke, l'Orchestre participe pour une deuxième fois à la production d'opéra de *L'Étoile* d'Emmanuel Chabrier. À partir de 2014, il prend finalement le nom de l'OUS : l'Orchestre de l'Université de Sherbrooke.

En avril 2018, Claudie Bertounesque, une étudiante en composition dans le nouveau programme de Musique à l'Image, crée *Anna K*. L'OUS s'implique dans des séances de lectures pour les personnes étudiantes en composition, encourageant d'autant plus

la création musicale. L'année suivante, l'Orchestre de l'Université de Sherbrooke invite l'Orchestre symphonique des jeunes de Sherbrooke (OSJS) dans une perspective enrichissante d'association intergénérationnelle.

Malheureusement, la saison 2020-2021 est perturbée par la pandémie. En raison des contraintes sanitaires, l'Orchestre travaille en formation à cordes seulement. À la suite d'un recentrage de ses programmes, l'École de musique ne peut plus le soutenir. La saison 2021-2022 est donc annulée et servira à une restructuration de l'orchestre. Une nouvelle ère commence : une association avec le Centre Culturel lui met du vent dans les voiles. Désormais complètement rétabli, et prenant pied sur de nouvelles bases solides, l'Orchestre de l'Université de Sherbrooke est fier de pouvoir présenter sa toute nouvelle saison.

UNE SYMPHONIE À L'IMAGE DE L'ORCHESTRE

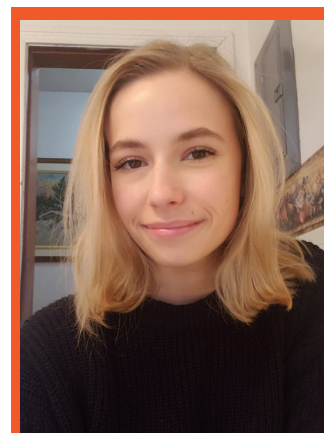
Ce retour de l'Orchestre s'inscrit donc dans l'ensemble des initiatives mises en place par la *Politique des arts et de la culture de l'Université de Sherbrooke*, qui avait comme intention de mettre en valeur les ressources culturelles du campus, tout en stimulant leur émergence et en les rendant accessibles à toutes et à tous.

Ce 11 décembre, sera donc présentée, entre autres, La Symphonie N° 5 de Beethoven, ce qui est on ne peut plus symbolique pour l'OUS. « Nous n'avons pas eu l'occasion de célébrer le 250^e anniversaire de naissance du compositeur allemand en 2020, explique François Bernier, chef d'orchestre. Il était important de programmer une œuvre qui pouvait rassembler autant les musiciens que le public universitaire et sherbrookois. Finalement, cette symphonie est bien à l'image de l'orchestre. Devant son destin, l'orchestre aurait pu complètement cesser ses activités. Au contraire, l'œuvre se termine par une victoire et parallèlement à cette symphonie, nous répondrons " très présents " sur scène ! »

Il est on ne peut plus important de souligner le fait que la culture a été durement frappée par ces deux dernières années marquées par la COVID. Malgré tout, l'Orchestre a su se relever pour pouvoir reprendre son activité, au plus grand bonheur du public et de la communauté musicienne !

Si vous souhaitez replonger dans un univers musical qui vous passionne, découvrir un style qui vous est inconnu, ou tout simplement encourager la culture locale,

[réservez votre dimanche soir !](#)



**AMANDINE
DE CHANTELOUP**

Culture.Lecollectif@
USherbrooke.ca

[Orchestre de l'UdeS (OUS)]

UDS Université de
Sherbrooke



Cher Connard de Virginie Despentes

Virginie Despentes est connue pour être une écrivaine trash et punk. Elle n'a pas peur des mots et appuie là où ça fait mal, elle nous fait sortir de notre zone de confort. Cependant, *Cher Connard* n'est pas un roman qui décoiffe comme les autres ont pu le faire. Et ce n'est peut-être pas plus mal, au final.

Par Marianne Mélen

Cher Connard, ça commence fort, sans filtre. Un peu comme les débats sur les réseaux sociaux. Ça démarre avec une publication Instagram injurieuse. Oscar, écrivain peu connu qui a tout de même eu sa petite heure de gloire, dézingue le physique de Rebecca, actrice culte quinquagénaire qui a mal vieilli selon lui. La réponse de Rebecca ne se fait pas attendre. Elle est cinglante : « Cher connard (...), j'espère que tes enfants crèveront écrasés sous un camion et que tu les regarderas agoniser sans rien pouvoir faire et que leurs yeux gicleront de leurs orbites ». Et voilà qu'une correspondance épistolaire est lancée entre ces deux protagonistes que tout oppose ou presque.

Le démarrage de l'histoire est drôle et punché. Au fil du livre, le récit s'amollit un peu. On a l'impression d'avoir fait le tour de ce que Rebecca et Oscar avaient à se dire. Leur correspondance tourne parfois au monologue interne. Sur 350 pages de correspondance, différents sujets sont abordés : les divisions au sein du féminisme, MeToo, harcèlement sur les réseaux sociaux, patriarcat, capitalisme, dépendances à la drogue dure et à l'alcool, Narcotiques anonymes, COVID, confinement. Ça fait beaucoup. On survole les thèmes sans y entrer réellement.

Ce n'est donc pas les thèmes qu'il aborde qui font que ce roman est radical. Sa radicalité réside ailleurs et se perçoit de manière plus diffuse. Elle réside dans la manière dont Despentes va conduire les dialogues entre ses personnages et la manière dont elle construit ces derniers. Dans *Cher Connard*, on ne se lève plus et on ne se casse plus. On discute, on prend le temps de réfléchir et d'échanger. Rebecca et Oscar vont finir par devenir amis.

Ce qui peut nous secouer, c'est d'être plongé dans l'esprit et les pensées d'Oscar. On voit tout son cheminement. Il passe d'un homme incapable de se remettre en question et de concevoir qu'il a réellement pu faire du mal à Zoé, son ancienne attachée de presse, à un homme qui tente de déconstruire sa manière de faire et de voir. Et c'est là que ça peut être dur. On a envie de détester Oscar pour ce qu'il a fait. On a envie de l'insulter, parfois. Et puis, on finit par se dire qu'on le comprend. On ne valide pas ses actes, mais on finit par éprouver de l'empathie pour lui.

À une époque divisée par la violence de certains débats, ça fait du bien de voir deux personnages a priori irréconciliables, s'accompagner pour évoluer et apprendre à comprendre l'autre en osant faire tomber

le masque. C'est peut-être bien cela qui est le plus subversif, venant de quelqu'un comme Despentes : le salut du personnage féminin principal ne vient pas d'un refuge dans la sororité ou dans un féminisme consolateur, mais de son amitié inopinée avec un homme qui se remet en question.



Source: Instagram de Virginie Despentes

Et si on se donnait de la culture ?

Le temps des Fêtes approche à grands pas. La saison des centres d'achat pleins, des commandes massives en ligne et des idées cadeaux de dernière minute n'est qu'à son début. Quoi faire pour éviter de se retrouver à courir les magasins le 24 décembre ? Voici une idée : pourquoi ne pas acheter un présent à saveur culturelle à ses proches ?

Par Victor Dionne

Un spectacle, une œuvre d'art ou une expérience culinaire unique... La culture peut se donner sous plusieurs formes ! En plus, il est facile d'en trouver provenant de la Belle province !

DE LA MUSIQUE, DU THÉÂTRE, DE L'HUMOUR...

À Sherbrooke, le Centre culturel de l'Université de Sherbrooke, le Théâtre Granada et La Petite Boîte Noire offrent une panoplie d'événements intéressants et de qualité. Si l'un ou l'une de vos proches adore l'humour, vous pouvez toujours lui offrir une paire de billets pour aller rire avec la personne de son choix. Vous voulez plutôt vous distinguer et donner un cadeau original ? La programmation du Centre culturel présente également un grand nombre de pièces de théâtre. Et si, chez vous, on ne vit que pour la musique, des billets pour un groupe ou artiste québécois vont certainement combler les mélomanes de votre entourage.

Si vos proches vivent dans une autre municipalité, il est aussi possible d'aller jeter un coup d'œil à la programmation des salles de spectacles de leur région.

DES OBJETS DE VALEUR INESTIMABLE

Les disquaires et les librairies locales sont riches en trouvailles culturelles. Un livre québécois est toujours une option gagnante qui permet de découvrir les écrivains et écrivaines d'ici. La personne qui le lira va pouvoir s'évader comme bon lui semble ! Toutefois, si votre proche préfère le cinéma, donner un coffret de l'un de ses films favoris lui permettra d'ajouter une pièce de collection à sa bibliothèque.

De plus, avec un plus grand budget, offrir à l'être bien aimé une œuvre d'art d'un ou d'une artiste du coin est un cadeau fabuleux. Que ce soit une sculpture ou un tableau, une œuvre va combler les personnes passionnées d'art visuel. Les boutiques de musées sont également une excellente alternative pour obtenir un objet exclusif en lien avec ce type d'art.

QUI N'AIME PAS LA GASTRONOMIE ?

Évidemment, un souper dans un restaurant exclusif, à qui ça ne fait pas plaisir ? Si cela permet à ceux et celles qui ont une place importante dans votre cœur de découvrir un nouveau type de gastronomie, alors ça en vaut le coup ! De même, donner des bières, des vins et des spiritueux québécois permettra à vos proches d'aiguiser leurs papilles gustatives pendant le temps des Fêtes.



Source: Librairie Appalaches

23 décembre : un classique instantané ?

Vous êtes du genre à monter votre sapin de Noël une fois l'Halloween terminée ? Mariah Carey joue dans vos oreilles dès le 1^{er} novembre ? Les algorithmes de Netflix vous harcèlent (avec raison) avec leurs nouvelles productions cinématographiques aux titres réinventant année après année les jeux de mots à faire avec « Christmas » ? C'est donc dire que *23 décembre*, nouveau film de Miryam Bouchard (*Mon cirque à moi*, *Lignes de fuite*) scénarisé par India Desjardins (autrice des « Aurélie Laflamme »), est fait pour vous.

Par Alexandre Leclerc

Ce récit choral, frère spirituel de *Love, Actually*, assume pleinement son côté québécois, pour le plus grand plaisir d'un public en quête de nouvelles options québécoises du temps des Fêtes.

UNE MULTITUDE DE PERSONNAGES ET DE TRAMES NARRATIVES

Le film nous plonge au cœur de la frénésie du 23 décembre. Une tempête s'apprête à s'abattre sur le Québec. Elsa (Virginie Fortin) est une autrice de romans jeunesse qui n'a jamais réussi à trouver l'amour. Elle attend la visite d'un ami de longue date (Sacha Charles), qui doit arriver de Londres sous peu. Pendant ce temps, sa sœur (Catherine Brunet) et son amoureux (François Arnaud) comptent les jours avant la naissance de leur premier enfant. Est-ce que cette arrivée prochaine mettra un terme à leur précieuse liberté une fois pour toutes ?

La mère d'Elsa (Guylaine Tremblay) travaille quant à elle très fort aux fourneaux pour offrir un réveillon digne de ce nom à ses enfants aux exigences multiples. Une attaque cardiaque de Normand (Michel Barrette), son nouveau mari, viendra bouleverser le quotidien de tous et toutes. Ils se retrouveront au cœur de la ville de Québec, au mythique Château Frontenac, dans l'attente de nouvelles sur son état de santé. La directrice de l'hôtel (Bianca Gervais), bonne amie d'Elsa, doit de son côté s'assurer que la levée de fonds prévue ce soir-là se déroule sans heurts, alors qu'un chanteur populaire (Stéphane Rousseau) doit y livrer une prestation après plusieurs années de pause forcée. Entre tempête de neige, déceptions et espoirs, l'amour triomphera-t-il ? Bien sûr que oui !

UN FILM QUI ASSUME TOUS LES CODES DU GENRE

Dans une entrevue accordée à CFAK lors du passage de l'équipe du film à Sherbrooke, India Desjardins affirme avoir voulu livrer un film de Noël classique à saveur québécoise, sans compromis pour les clichés. « C'est certain qu'il y a un baiser à la fin, et non, le personnage de Michel Barrette ne meurt pas. On ne veut pas faire un film triste, on en veut un réconfortant ! » Mais, surtout, Desjardins et Bouchard constatent la criante absence d'offre cinématographique québécoise le temps des Fêtes venu. « J'avais envie de faire un film où on se reconnaît au Québec. Il y a des tempêtes de neige, on doit aller visiter notre famille dispersée aux quatre coins de la province... Et on voulait surtout voir de la vraie neige à l'écran ! » Ce qui implique un tournage hivernal, évidemment plus complexe et couteux.

Et c'est vrai que le Québec se fait assez timide en ce qui concerne les films de Noël. Année après année, on revisite par défaut *La guerre des tuques* et *Nez rouge*, à demi

dépités, quoique somme toute réconfortés. On en connaît les péripéties par cœur, mais on prend plaisir à s'y replonger tout de même. En ce sens, *23 décembre* pourra assurément combler un manque, car son public attend depuis longtemps un film comme celui-ci. On y retrouve de la romance, de la comédie, des thématiques comme la famille et le lâcher-prise (ou plutôt le manque de celui-ci), le tout à saveur contemporaine.

Certaines situations vont paraître improbables, et pourtant Desjardins nous affirme que la plupart des événements se sont véritablement produits lors d'un 23 décembre qui remonte à une dizaine d'années. « J'ai même dû en retirer quelques-unes, car j'étais certaine que le public ne pourrait pas les croire ! » C'est vrai que le tout est joué très gros ici. Toutefois, il en est ainsi dans la plupart des films de Noël américains, qu'on ne peut toutefois s'empêcher de reVISIONNER chaque année. Une partie du plaisir vient du fait qu'on sait que peu importe les proportions que prendra le récit, tout va se dénouer de la meilleure façon possible. Il y a quelque chose de profondément réconfortant dans cette absence de surprise qui, certes, ne fait pas l'unanimité, mais qui permet de se détacher du vrai monde, le temps d'une heure et demie de fantaisie artificielle.

LOIN D'UN FILM PARFAIT

Non, *23 décembre* n'est pas le film de l'année. Et ce n'est pas son ambition non plus. Son objectif est plutôt de combler un vide flagrant de notre cinématographie nationale, et offrir une alternative aux amateurs de films de Noël qui n'ont d'autres choix que de consommer des produits américains génériques, peu ou pas adaptés à notre réalité typiquement québécoise. Oui, les personnages et les situations sont clichés. Oui, certaines trames narratives sont trop peu développées. Mais tous ces éléments sont compensés par l'aisance de Guylaine Tremblay et Michel Barrette, et par le fait que, pour l'une des rares fois, on sent l'argent à l'écran.

La ville de Québec, sous-représentée au cinéma, y est agréablement mise en valeur, et sur le plan technique, le film est une réussite. Toute la distribution adhère à fond au projet et concentre ses efforts dans le but de nous livrer un *Love, Actually* bien à nous. Il est évident que les personnes qui peinent à s'investir dans un film de Noël (j'avoue être à l'occasion cette personne) pourront difficilement trouver leur compte ici. Mais ce film ne s'adresse pas à eux. Il interpelle plutôt les nostalgiques, les friands de comédies à l'eau de rose, ceux et celles qui visionnent un film plus pour se divertir et se vider la tête que pour une stimulation intellectuelle exigeante. Alors, est-ce que le film est voué à devenir un classique du temps des Fêtes ? Fort probablement, en attendant un plus vaste répertoire !



Section CULTURE

Nos marchés de Noël forgent l'ambiance publique

Déjà à la fin novembre, l'hystérie de Noël s'exprime à travers des petits marchés publics organisés partout, alors que la ville de Sherbrooke en est pleine. Cette initiative est devenue depuis les dernières années une véritable tradition du temps des Fêtes, alors que même les municipalités de petite ampleur ont leur propre marché de Noël. L'importance de ces événements va au-delà de cette tendance à la mode et sa popularité. Ces marchés rassemblent artistes, artisans, commerces locaux et innovations pour offrir constamment de nouveaux souvenirs aux gens, année après année.

Par Mathieu Bouchard Racine

Au bénéfice de la diversité, c'est un moment où la population s'ouvre aux marchés de proximité, qui innovent pour montrer de nouvelles choses à ce que peut être le temps des Fêtes. Au-delà des traditions et des symboles répétitifs, les marchés de Noël se tournent également vers les Fêtes du XXI^e siècle, des Fêtes pour tout le monde. Une initiative qui devient à elle seule une fidèle tradition pré-Noël, qui permet aux gens de trouver cadeaux, décorations, recettes et œuvres, sans avoir à courir les spéciaux du *Jeudi rouge*, du *Vendredi fou* ou de la *cybersemaine*.

LES MARCHÉS SONT EN NOMBRE À SHERBROOKE

Cela dit, la ville de Sherbrooke emprunte très bien cette initiative en offrant à la population une copieuse quantité de marchés de Noël. Notamment, le Marché de Noël à la Cathédrale Saint-Michel en était un en demande, alors que la fin de semaine du 26 au 27 novembre lui était réservée. Les 17 et 18 décembre est prévu le majestueux Marché au centre de foire de Sherbrooke, un Salon du Cadeau assez populaire, d'après les intérêts signalés sur les réseaux sociaux.

Le Marché de la Gare offre de son côté un Marché de Noël toutes les fins de semaine, du 19 novembre jusqu'au 18 décembre. Il s'agit d'un secteur de commerce local très important dans la ville de Sherbrooke, qui touche bien davantage que le temps des Fêtes de décembre. En outre, il y a encore Noël sur la Promenade, sur la rue King Ouest, de même que le Marché de Noël à la ferme au Zoo-Animation Estrie. De nombreux autres événements du genre s'alternent les fins de semaine des mois de novembre et décembre.

L'ESTRIE ENTIÈRE S'INVITE À LA FÊTE

Sherbrooke emprunte bien la voie des Marchés de Noël, vu ces événements en nombre dans le secteur. Cette réalité se prolonge partout à l'intérieur de l'Estrie. En commençant par la MRC du Granit, la Ville de Lac-Mégantic et les villages de Lambton et Saint-Sébastien, qui ont respectivement organisé leur rassemblement. Ailleurs dans l'Estrie, Cowansville, Farnham, Frelighsburg, Dunham, Sutton et Granby font partie des endroits qui ont suivi la tendance, en organisant ces marchés toujours distincts et appréciés.

On signale, à de maintes reprises, l'importance d'encourager les commerces locaux. Ces marchés de Noël rassemblent justement l'économie de proximité, qui va effectivement permettre des festivités responsables, mais également profitables pour la localité. Profitez de ces événements nouvellement traditionnels pour organiser vos Fêtes !



Source: Facebook du Marché de la Gare



Source: Pixabay

UN PEU DE FLORIDE DANS LE NOËL DE MAMIE

Le bon vieux Noël, faisant fi du consumérisme moderne, semble être révolu depuis belle lurette déjà. Était un temps où les cadeaux étaient constitués de produits bien plus modestes que les infinies boîtes de formation de charpentier amateur provenant de Scandinavie.

Par Mathieu Gosselin

Les fameuses oranges de Floride reçues dans les bas de Noël de nos grands-parents feraient pâlir les accros actuels des rabais du Boxing Day. Ces souvenirs nous parlent d'une époque où le matériel n'était pas aussi présent dans l'esprit de Noël de la classe moyenne et ouvrière qu'aujourd'hui.

À l'approche du temps des Fêtes, se poser de bonnes questions sur la commercialisation de Noël pourrait nous permettre de choisir les valeurs que nous voulons véhiculer.

LE PRESTIGE DU FRUIT EXOTIQUE

On aurait pu s'attendre en réalité à ce que l'orange ait comme pour message de transmettre l'humilité aux jeunes enfants le soir d'une fête traditionnelle reposant essentiellement sur les valeurs du partage et de la reconnaissance d'autrui.

En réalité, l'orange du bas de Noël de mamie n'était rien de moins qu'un objet associé au désir des familles de la classe ouvrière d'aller chercher du luxe là où ils le pouvaient ! À l'époque où le transport des ressources à l'international pouvait s'avérer difficile, c'était parfois l'un des uniques luxes que les familles peu nanties pouvaient se procurer !

Cette leçon d'histoire peut nous donner un bon indice de cette tendance à toujours chercher le plus beau cadeau pour Noël !

LA VALEUR DU LUXE À NOËL

Cette quête du luxe ne vient évidemment pas de nulle part. Il serait même, sans porter d'insultes, relativement ignorant de ne pas connaître un tant soit peu les sources de la quête du luxe chez les groupes de personnes faisant partie de la classe des travailleurs.

Avec l'avènement des nouvelles industries, de la radio, puis de la télévision, nous avons pu voir comment l'élite de la société fêtait Noël. Et comme l'humain est tel qu'il est, surtout s'il est dans une classe sociale largement sous le mode de vie des plus riches, il va généralement désirer se conformer afin de véhiculer un statut social positif pour les Fêtes à travers ce qu'il va offrir à ses proches pour Noël.

Il est tout à fait normal de chercher du luxe pour le partager avec ceux qu'on aime pour une fête aussi spéciale. Or, il est facile de constater qu'aujourd'hui, le luxe semble devenu indispensable pour que Noël puisse être réussi, et ceux qui paient le prix sont, ironiquement, les producteurs de la classe ouvrière qui doivent travailler plus fort pour que les produits puissent être vendus à temps.

Noël est une fête spéciale qui est un fondement de la culture occidentale dans son ensemble pour les valeurs de partage, d'amour et de chaleur humaine qu'elle transmet. Elle est également désormais un fondement pour d'autres raisons modernes, surtout économiques. Mais c'est aussi, et désormais surtout, une Fête qui miroite notre classe sociale.

Laissez vos valeurs les plus fondamentales guider vos actions et vos choix de consommation pour cette fête, qui est censée présenter ce qu'il y a de plus beau dans l'humanité.

Donner au suivant

Agora

Société



Source: Fondation Rock-Guertin

Pour plusieurs, le temps des Fêtes représente une période de réjouissance, de rassemblement et d'abondance. Pour les personnes aux prises avec des situations plus précaires, cette période de l'année illustre plutôt un stress supplémentaire.

Tout au long de l'année, ces personnes sont confrontées à des difficultés. Toutefois, le climat festif des mois à venir vient parfois les accentuer. La surconsommation, bien présente dans nos sociétés contemporaines, vient mettre en lumière les défis financiers de certains. Les nombreux rassemblements sociaux et familiaux des uns peuvent accentuer l'isolement et la solitude des autres. Il est important d'ouvrir les yeux et d'être en mesure d'identifier ces réalités.

Cependant, tout n'est pas blanc ou noir. Au-delà des répercussions désolantes qui peuvent être causées par le temps des Fêtes, ce dernier a aussi pour effet d'accentuer le désir de donner.

Par chance, des organismes sont également présents pour venir en aide à ceux et celles qui en ont besoin. Partout à travers le Québec, des banques alimentaires, des organismes communautaires et des centres d'action bénévole répondent à l'appel. *Le Collectif* a eu la chance de s'entretenir avec une actrice du domaine, Alexandra Brière, intervenante pour l'organisme *La Cordée*, pour en apprendre plus sur les réalités du communautaire.

BRISER LA SOLITUDE ET LA STIGMATISATION

Il existe une multitude d'organismes qui remplissent des missions fondamentales. C'est le cas notamment de l'organisme *La Cordée*, qui offre des ressources alternatives en santé mentale. Il prévoit des services de soutien aux personnes âgées de 18 et 65 ans qui se présentent sur une base volontaire pour recevoir de l'aide. Aucun diagnostic n'est nécessaire et les personnes intervenantes travaillent dans une logique de respect des choix, défendant la justice sociale et les droits individuels.

L'organisme offre un centre de jour pour briser l'isolement. Un atelier créatif nommé *Le Support* est une source de soutien et d'écoute. Même si les défis sont

présents tout au long de l'année — on peut penser au manque de subventions ou à l'épuisement du personnel, par exemple — la période actuelle représente un défi supplémentaire.

Pour Alexandra Brière, il est clair que le temps des Fêtes a une incidence sur la population que l'organisme dessert. Selon elle, les personnes vivant des réalités liées à la santé mentale ou d'ordre émotionnel se retrouvent souvent stigmatisées. C'est d'autant plus vrai en cette période de l'année. Cette stigmatisation fait en sorte que ces personnes souffrent d'isolement, de solitude et sont fréquemment mises à l'écart des rassemblements sociaux et familiaux. Elle évoque également qu'une atmosphère plus lourde est ressentie par les personnes intervenantes. L'automne et la sollicitation plus importante en sont pour quelque chose.

Pour les personnes qui souhaiteraient faire une différence et donner un coup de main, il existe plusieurs façons de le faire. À ce temps-ci de l'année, les dons sont particulièrement intéressants puisque *La Cordée* organise des festivités pour ses membres pour briser l'isolement durant le temps des Fêtes. Un grand repas de Noël et des paquets cadeaux sont notamment prévus. Les dons et les commandites sont donc les bienvenus pour permettre de réaliser ces projets. « Lorsqu'on donne, c'est eux directement qui reçoivent », rappelle Mme Brière.

« L'inflation frappe tout le monde et on a observé une énorme baisse de commandites depuis les trois dernières années, les gens donnent moins et ça a une répercussion sur les gens qui vivent dans le besoin ».

Certes, le soutien financier est toujours fondamental puisque celui-ci permet d'offrir des services de qualité, mais ce n'est pas la seule manière de donner. Donner pour l'autre est un concept beaucoup plus large que l'argent. Pour l'intervenante, le plus important est surtout l'acceptation et l'ouverture d'esprit, « juste voir, reconnaître et accepter ».

UNE AIDE ALIMENTAIRE 365 JOURS PAR ANNÉE

L'une des formes d'aide les plus populaires durant le temps des Fêtes reste certainement le don de nourriture. La Guignolée est un événement bien populaire et récurrent, les gens ont l'habitude de donner. Cependant, on semble oublier que des organismes d'aide alimentaire sont présents tout au long de l'année. En Estrie, la Fondation Rock-Guertin fait partie des acteurs du milieu.

Il s'agit d'un organisme qui vient en aide aux familles dans le besoin, aux enfants et aux organismes de la région de Sherbrooke. Depuis sa création en 1982, la Fondation offre de l'aide alimentaire 365 jours par année. Malgré sa mission des plus nobles, l'aspect le plus touchant de l'histoire de cet organisme est certainement les événements grâce auxquels il a vu le jour.

C'est en 1980, quelques jours avant Noël, qu'un résident de Sherbrooke lançait un cri du cœur sur les ondes de la station de radio CHLT. On peut lire sur le [site](#) de la Fondation Rock-Guertin que cet auditeur a profité de la présence d'une tribune radiophonique pour demander de l'aide pour une famille dans le besoin. Quelques heures plus tard, plusieurs personnes se sont présentées à cette même station de radio pour mettre la main à la pâte et offrir des boîtes de nourriture. C'est donc cette collecte improvisée et cet élan de générosité qui a permis à la Fondation de voir le jour.

Chaque année, la Fondation Rock-Guertin fournit de l'aide à 10 écoles primaires, 30 organismes, 2 100 familles et 3 000 enfants. Cependant, comme la plupart des organismes, elle est sollicitée massivement durant le temps des Fêtes. Pour l'aider à continuer de faire une différence, il est possible de donner sous plusieurs formes. Que ce soit en argent, en denrées ou même en contenants consignés, tous les dons font une différence. Pour connaître les modalités de dons, il est possible de consulter leur site [web](#).

En cette période de festivités, donnez au suivant.

Harold LeBel coupable d'agression sexuelle



Crédit: Martin Brassard

Harold LeBel a été déclaré coupable d'agression sexuelle le mercredi 23 novembre, à la suite d'un procès de deux semaines au palais de justice de Rimouski. L'ancien député du Parti québécois risque désormais de recevoir une peine d'emprisonnement maximale de 10 ans.

Par William Thériault

Composé de neuf femmes et trois hommes, le jury a reconnu de manière unanime — après deux jours de délibérations — que l'ex-politicien avait passé une nuit complète à faire des attouchements non consentus à la plaignante, en octobre 2017. Elle est de plus de 30 ans sa cadette.

En réaction à sa sentence, l'accusé a simplement regardé vers le sol sans ajouter un mot, a observé le quotidien *La Presse*. « C'est un choc pour tous », a déclaré son avocat Me Maxime Roy, après s'être tenu la tête entre les deux mains.

« On est très satisfaits du verdict qui a été rendu, je ne vous le cacherai pas. Le jury a fait de toute évidence un travail remarquable, a soutenu Me Manon Gaudreault, procureure de la Couronne. Ils ont analysé la preuve et ils en sont arrivés au verdict qui était attendu. »

UNE « NUIT INTERMINABLE »

La plaignante du dossier, dont l'identité n'est pas dévoilée par ordonnance de la Cour, a soutenu avoir vécu une « nuit interminable » dans l'appartement d'Harold LeBel. En déplacement professionnel, elle a dormi chez lui en compagnie d'une collègue de travail.

Le début de la soirée s'est bien déroulé. C'est au moment où sa collègue est partie dormir dans une autre pièce que LeBel a soudainement tenté d'embrasser la victime. Dans son témoignage, elle a ajouté que ce dernier lui avait dégrafé son soutien-gorge et qu'il a multiplié les attouchements à son endroit durant la nuit, pendant qu'elle ne pouvait que demeurer immobile.

Le lendemain, celui qui était alors député a envoyé un message texte qui disait « Merci de m'avoir laissé te coller » à la victime.

Bien que les faits remontent à octobre 2017, la jeune femme a attendu près de trois ans pour porter plainte. C'est l'arrestation de l'ancien chef du PQ, André Boisclair, qui l'a convaincue d'approcher les corps policiers en mai 2020. Avant cet événement, elle craignait de dénoncer un député généralement apprécié et qui possédait alors une « super réputation ».

« Ça m'a vraiment marquée, avait-elle raconté. Parce que dans les cercles politiques, il y avait beaucoup de ouï-dire sur André Boisclair [...]. Des gens étaient probablement au courant. »

Harold LeBel, pour sa part, a refusé de reconnaître la véracité du témoignage de la plaignante lors de ses interventions au tribunal. Sa version des faits stipule plutôt qu'il s'est couché auprès de celle-ci dans un lit commun et qu'il s'est réveillé par hasard avec les bras sur elle. Elle n'a pas été crue.

Anciennement représentant de la circonscription de Rimouski, LeBel avait été exclu du caucus péquiste après son arrestation dans cette affaire en décembre 2020. Il siégeait à l'Assemblée nationale depuis 2014.

DÉBOUTÉE EN COUR SUPRÊME, L'ÉCOSSE (PRESQUE) DEVANT UN CUL-DE-SAC

Le 23 novembre dernier, la Cour suprême du Royaume-Uni a statué que l'Écosse n'a pas le droit, selon le droit constitutionnel britannique, de tenir un référendum sur la souveraineté sans l'accord du gouvernement britannique.

Par Édén Bélanger

Le sinueux parcours de l'Écosse vers l'autonomie politique vient de rencontrer un nouvel obstacle. Le plus haut tribunal du Royaume-Uni vient de confirmer ce que plusieurs juristes plaident déjà; le droit de l'Écosse à tenir un référendum sur son statut politique est entièrement tributaire du consentement de Londres.

UN DROIT À L'AUTODÉTERMINATION CONDITIONNEL

Dans sa décision, la Cour exprime que selon le *Scotland Act 1998* — loi britannique créant le parlement écossais et lui accordant nombre de compétences législatives — l'Écosse ne peut adopter une loi prévoyant la tenue d'un référendum, même consultatif, sur son avenir politique. Selon cette décision, ce sujet relève de « matières réservées » au gouvernement britannique, plus précisément de « l'Union de l'Écosse et de l'Angleterre » et du « parlement du Royaume-Uni ».

Si l'Écosse veut tenir un tel scrutin, le parlement écossais doit obtenir, de la part du gouvernement britannique, un droit spécial de légiférer dans les « matières réservées ». Cette permission, aussi prévue dans le *Scotland Act 1998*, avait été octroyée par le gouvernement Cameron pour la tenue du référendum écossais de 2014, alors remporté par le camp du « non ». Cependant, et c'était la cause d'un renvoi sur la possibilité de tenir un référendum dit « consultatif », le gouvernement britannique actuel n'est aucunement disposé à accorder ladite permission.

VERS UN RÉFÉRENDUM DE FACTO?

Les ténors du Parti national écossais (SNP), parti majoritaire de la coalition gouvernementale écossaise, ont soulevé l'hypocrisie inhérente à ce jugement. Le leader du SNP à la Chambre des Communes britannique, Ian Blackford, s'en est même pris au fondement même du Royaume-Uni. M. Blackford a affirmé que « l'idée même que le Royaume-Uni est une union volontaire de nations est maintenant morte et enterrée ».

Ayant prévu cette éventualité, la première ministre écossaise Nicola Sturgeon prévoit désormais faire de la prochaine élection générale britannique en Écosse un référendum *de facto* sur l'indépendance. Si son parti (SNP) obtient la majorité absolue des voix lors de ce scrutin, elle interprétera cela comme un mandat de faire l'indépendance. Cette stratégie de dernier recours

est très audacieuse, car lors d'une élection générale, contrairement à un référendum, les électeurs votent en fonction de multiples enjeux.

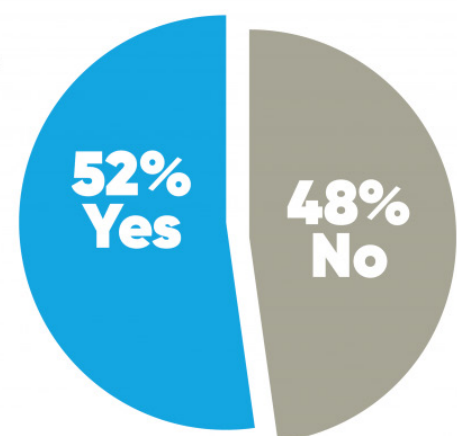
DES ÉCOSSAIS DIVISÉS

Depuis le référendum de 2014, les sondages montrent que les Écossais se partagent presque également sur la question. Il se peut toutefois que ce déni de démocratie fouette les ardeurs des troupes indépendantistes. C'est en tout cas ce que laisse envisager une enquête récente de la firme *Find Out Now*, selon laquelle 50 % des Écossais voteraient pour le SNP en cas de référendum *de facto*, alors que seulement 33 % voteraient pour un autre parti.

Reste maintenant à voir si les indépendantistes sauront (et pourront) voguer sur cette dynamique.

16TH POLL IN A ROW SHOWS A MAJORITY FOR INDEPENDENCE

YES



Source: Survation
Excluding Don't Knows, December 4 - 7th.

Autonomie gouvernementale des Autochtones

L'autonomie gouvernementale des peuples autochtones s'inscrit comme un pas nécessaire vers la réconciliation. En février dernier, la Cour d'appel du Québec a statué dans le cadre du Renvoi à la Cour d'appel du Québec relatif à la Loi concernant les enfants, les jeunes et les familles des Premières Nations, des Inuits et des Métis, que la loi était en majorité constitutionnelle.

Par Claudia Fortin

Québec a fait appel de la décision et la Cour suprême du Canada (CSC) tranchera définitivement sur la constitutionnalité de cette loi. Tour d'horizon de cet enjeu en vue de la décision cruciale de la CSC qui changera la réalité du droit des Autochtones.

Depuis 1991, quatre commissions d'enquête se sont penchées de diverses manières sur les problèmes de services offerts aux Autochtones. Dans les conclusions des rapports, une réalité est criante : celle de la surreprésentation des enfants autochtones dans les services de protection de la jeunesse. Décisions discriminatoires, plaintes en lien avec les services et financement inadéquat sont quelques lacunes dessinant le portrait des services de protection de la jeunesse pour les enfants autochtones.

RECONNAÎTRE L'AUTONOMIE GOUVERNEMENTALE

L'autonomie gouvernementale est un pas de géant pour le droit des Autochtones. Sa reconnaissance permettrait aux communautés de légiférer selon leurs besoins dans le secteur de la protection de la jeunesse. La Cour d'appel avait d'ailleurs reconnu ce droit inhérent dans le Renvoi. La Loi concernant les enfants, les jeunes et les familles des Premières Nations, des Inuits et des Métis mise en place par le gouvernement fédéral portait deux prémisses. D'une part, désigner des normes nationales, et de l'autre, reconnaître le droit inhérent à l'autonomie gouvernementale autochtone. Pour l'instant, l'article 18 de la Loi qui reconnaît ce droit découle de l'art. 35 de la Loi constitutionnelle de 1982. La Cour d'appel du Québec a d'ailleurs reconnu la constitutionnalité de cette disposition, représentant une avancée fulgurante en matière de droit des Autochtones.

RÉACTIONS VIVES CHEZ LES AUTOCHTONES

Selon le gouvernement du Québec, des mécanismes existent déjà dans les lois provinciales afin de redonner des pouvoirs aux communautés autochtones. Selon le chef de l'Assemblée des Premières Nations Québec-Labrador, Ghislain Picard, porter la décision en appel ne fait qu'envenimer la négociation des droits fondamentaux. Ce dernier se dit prêt à défendre la légitimité de leurs gouvernements devant le plus haut tribunal du pays.

C'est prochainement que la CSC se prononcera sur l'avenir de la Loi. Les conclusions de la Cour auront indéniablement un impact majeur sur l'avenir du droit des autochtones. Si cette dernière statue que la loi est en majorité constitutionnelle, les Autochtones auront l'autonomie gouvernementale afin de mettre en place leur propre loi en matière de protection de la jeunesse.

OFFRE D'EMPLOI

Direction aux
ACTIVITÉS ÉTUDIANTES

Postulez maintenant :
dg@remdus.qc.ca

remdus



Crédit: Marie-Hélène Ste-Croix

NE LAISSER PERSONNE SUR SA FAIM

Le jeudi 24 novembre dernier avait lieu la conférence de presse de la Guignolée des médias, dans la salle à manger de l'organisme Moisson Estrie. Encore une fois, l'esprit de communauté de toute la population est sollicité. Cette année, les conséquences dramatiques de l'inflation, de l'augmentation du coût de la vie et de l'insécurité alimentaire qui touchent la population entière nous rappellent l'importance d'un réseau d'entraide local.

Par Myriam Baulne

La Guignolée des médias, qui célèbre sa 22^e édition cette année, se déroule jusqu'au 31 décembre 2022. La fameuse collecte de rue a eu lieu le matin du 1^{er} décembre, avec la possibilité, cette fois, d'effectuer des dons automatiques de 5 \$ par carte de débit ou crédit grâce à des machines TipTap portées par des bénévoles. Claudine Roussel, coordonnatrice de la Guignolée des médias en Estrie, s'est adressée à la population le 24 novembre dernier afin d'encourager les dons et la collaboration et de lancer officiellement l'édition 2022 de l'événement. Elle rappelle que les dernières années, qui ont durement touché le monde entier, ont également mené à une collecte de dons record, puisque ce sont près de 301 500 \$ qui ont été recueillis en Estrie et au Centre-du-Québec l'année dernière.

Stéphanie Blanchard de la fondation Rock-Guertin et Christian Bibeau de Moisson Estrie ont également pris la parole lors de la conférence de presse afin de remercier les personnes bénévoles, les personnes donatrices ainsi que les médias participants. Rappelons que l'inflation et l'augmentation du coût des denrées touchent aussi le fonctionnement des organismes caritatifs, et que chaque don compte et fait une différence.

SE SERRER LES COUDES

Ce sont plus de 53 millions \$ qui ont été récoltés dans tout le Québec depuis la création de la Guignolée des médias en 2001. Les dons sont répartis vers différents organismes et comptoirs alimentaires dans la région où ils sont recueillis ; ce qui est récolté dans une région y reste. Selon Mme Roussel, il est important que chaque personne participante sache qu'elle fait une différence autour d'elle, dans son entourage et dans sa communauté. Chaque année, ce sont plus de 100 médias qui participent à la Guignolée.

Cette année, *Le Collectif* est de nouveau un fier participant, mais aussi un membre du comité organisateur estrien. Il était d'ailleurs possible de retrouver l'équipe du journal en compagnie de l'équipe de la radio *CFAK 88,3 FM* et de nombreuses personnes étudiantes bénévoles sur le campus principal, jeudi matin dernier, seaux de collecte et machines TipTap à la main. Les porte-paroles provinciaux Marie-Claude Barette, Michel Bherer, Lyndsay Brun, Marina Orsini et Valérie Roberts se joignent également à l'initiative de solidarité pour cette 22^e édition.

UN TEMPS DES FÊTES DANS LA DIGNITÉ

Vous avez jusqu'au 31 décembre pour participer à la collecte de fonds et de denrées ! Apportez vos produits non périssables (conserves, produits secs, lait maternisé, produits pour bébés, ouvre-boîtes, collations, produits d'hygiène personnelle, articles d'entretien ménager, boissons, etc.) dans les épiceries Provigo et Maxi participantes. Pour faire un don en argent, visitez le guignolee.ca ou l'une des épiceries affiliées. Vous pouvez également faire un don automatique de 10 \$ en textant NOEL au 20222. Ne laissez pas le Québec sur sa faim, donnez généreusement ; rien ne dit magie du temps des Fêtes comme un repas partagé !

Section Société

Un sommet du G20 sous les palmiers et la tension



Source: Getty Images

Les dirigeants du G20 se sont réunis à Bali, en Indonésie, au milieu de situations telles que la guerre en Ukraine, le ralentissement de l'économie chinoise, l'intensification des tensions sino-américaines à propos de Taïwan et une forte augmentation du coût de la vie dans le monde.

Par Alexandre Ménard

La tension est devenue palpable lorsque le temps est venu pour les dirigeants présents au G20 de poser pour le fameux « portrait de famille ». Selon ce que relève *The Guardian*, aucun dirigeant n'a accepté de prendre la photo en raison de la présence du ministre russe des Affaires étrangères, Sergueï Lavrov.

Malgré des prémices peu rassurantes, les dirigeants des 20 plus grosses économies du monde ont établi un programme ambitieux. Les chefs d'État et de gouvernement sont prêts à discuter de questions touchant à l'environnement, à la santé, à la sécurité et au développement.

LES PAYS DU G20 LANCENT UN FONDS POUR DE FUTURES PANDÉMIES

Le G20 a levé 1,4 milliard de dollars pour un fonds mondial de lutte contre la pandémie afin d'éviter une résurgence de COVID-19. On rappelle que celle-ci a tué plus de 6,6 millions de personnes et a paralysé le monde. Selon les informations du journal suisse *The Times*, ces fonds ont pu être amassés, entre autres, grâce à l'engagement de plus de 20 pays donateurs, la Fondation Bill & Melinda Gates ainsi que la Fondation Rockefeller.

La Banque mondiale va gérer le fonds pour aider les pays à faible revenu et agira à titre d'intermédiaire pour prévenir et répondre à d'éventuelles pandémies. D'autres promesses sont attendues. Toujours selon le quotidien *The Times*, Sri Mulyani Indrawati, ministre indonésien des Finances et président du sommet du G20 de cette année, mentionne que « le montant accumulé jusqu'à présent n'est qu'un chiffre de départ ». Ce dernier a également mentionné qu'« avec un besoin estimé à 31 milliards de dollars, ce ne sera pas le seul outil lié à la préparation du système de santé. »

Les pays du G20 ont d'ailleurs commencé à travailler sur le fonds l'année dernière sous la présidence italienne. Les pays luttent pour trouver suffisamment d'argent pour combattre la pandémie avec un montant à pallier de 16 milliards de dollars selon l'Organisation mondiale de la santé. Trois ans après la pandémie de COVID-19, la plus grande économie d'Asie du Sud-Est fait pression pour un accès égal aux infrastructures de santé mondiales. Cela en fait une priorité lors de la réunion du G20 de cette année. Il s'agit notamment de faire en sorte que les pays coordonnent les protocoles de santé et allouent des effectifs de recherche et de fabrication de produits médicaux.

DISCUSSION TENDUE ENTRE JUSTIN TRUDEAU ET XI JINPING

Dans une vidéo enregistrée par les médias lors du sommet du G20, un Xi Jinping cachant difficilement sa frustration a écarté le premier ministre canadien Justin Trudeau. Il a déclaré qu'il était inapproprié de révéler les détails de leur conversation précédente aux médias. Selon *La Presse*, le dirigeant chinois a exprimé son mécontentement à Trudeau par l'intermédiaire d'un interprète chinois : « tout ce dont nous avons discuté a été divulgué aux journaux, ce qui est inapproprié ». Selon les informations de Louis Blouin de *Radio-Canada*, lors de conversations antérieures en marge du sommet, le premier ministre canadien avait dit à ses homologues chinois qu'il avait de sérieuses inquiétudes concernant les activités d'intervention de plus en plus agressives de la Chine.

Selon *La Presse*, Justin Trudeau aurait mentionné, en interrompant l'interprète servant d'intermédiaire entre les deux dirigeants, qu'« au Canada, nous croyons au dialogue libre et ouvert et franc, et c'est ce que nous

continuerons à avoir ». Le dirigeant a conclu ce sermon de la part du président chinois en mentionnant que « nous continuerons à chercher à travailler ensemble de manière constructive, mais il y aura des choses sur lesquelles nous serons en désaccord ». Visiblement frustré de la réponse de chef du gouvernement canadien, Xi Jinping mentionne en terminant que les deux doivent créer les conditions d'abord. Les deux hommes ont terminé leur conversation en se serrant la main et en partant dans des directions opposées. Le premier ministre canadien avait l'air désorienté à la suite de cette rencontre.

Cet échange inconfortable et froid fait suite aux avertissements répétés de M. Trudeau et d'autres responsables canadiens selon lesquels la Chine avait tenté de saper la démocratie canadienne. Les responsables des services de renseignement canadiens ont informé les parlementaires, en janvier dernier, que la Chine avait possiblement interféré dans les élections fédérales de 2019. Les médias ont affirmé plus tôt ce mois-ci que Pékin avait financé un réseau clandestin de personnes candidates. Pour ne rien arranger, le lundi 14 novembre, la Gendarmerie royale du Canada a arrêté un chercheur travaillant chez Hydro-Québec pour espionnage. Il a prétendument envoyé des secrets commerciaux à la Chine. Ce chercheur a été formellement accusé puis remis en liberté dans l'attente de son procès.

Après la première conversation, l'équipe de Trudeau a déclaré que lui et Xi ont également discuté de l'invasion de l'Ukraine par la Russie, de la Corée du Nord et de l'importance de la conférence sur la biodiversité COP15 en décembre.

Somme toute, le G20 de cette année a permis de constater à quel point les relations sont tendues entre les pays. Cependant, ces derniers arrivent à s'entendre sur certains points importants.



Prima

cuisine libanaise ©

10% DE RABAIS LE MIDI

Sur présentation de ce coupon

2128, RUE GALT OUEST

L'Estrie en mode ski

Agora
Sport
et Bien-être



Source: Canvas

**BIANCA
LAHAYE**

Sports.Lecollectif@
USherbrooke.ca

Dès la mi-novembre, les Estriens ont pu goûter à une première bordée de neige. Ce sont plus de 20 centimètres reçus à Owl's Head et plus de 30 centimètres de neige au mont Orford. Ces flocons piquent la curiosité des amateurs de ski et d'activités hivernales. Ainsi, les différentes stations de ski sont en plein dans les préparatifs de la saison 2022-2023.

LE BAL EST LANCÉ POUR LE MONT-ORFORD

Valérie Colette, directrice marketing et des communications pour le parc du Mont-Orford, affirme, lors d'une entrevue avec Radio-Canada, que cette première neige est un bon signe. Le bal est alors lancé et les équipes terrain peuvent entamer les préparatifs pour les pentes de ski. D'ailleurs, les canons à neige sont partis depuis la mi-novembre.

Toujours selon Valérie Colette, il est possible que la saison de ski ouvre officiellement pour le début décembre. Il arrive qu'ils ouvrent pour quelques jours et referment par la suite. Lorsque l'hiver est bien entamé, la montagne peut officiellement ouvrir à temps complet. Seules les conditions météorologiques pourront déterminer l'ouverture officielle.

Alors que les amateurs d'hiver se dépêchent à s'équiper pour cette nouvelle saison, le Mont-Orford connaît une hausse de ses ventes de passes de saison. Un engouement et un achalandage plus accrus sont attendus pour cette nouvelle année.

MONT SUTTON

Montagne d'expériences uniques avec ses 60 pistes, le Mont Sutton se prépare à une ouverture officiellement d'ici début décembre. Une des particularités du Mont Sutton est que 45 % de ses pistes se retrouvent en sous-bois, ce qui est parfait pour skier tout en profitant du plein air. En plus d'être dans les préparatifs d'une nouvelle saison, le Mont Sutton est activement à la recherche de nouveaux employés. Il a également conçu un jeu-questionnaire afin de trouver l'emploi parfait selon ses goûts : <https://montsutton.com/un-quiz-vers-ta-job-de-reve/>.

MONT-BELLEVUE

En ce qui concerne la « Reine des Cantons-de-l'Est », la date d'ouverture des pistes est également prévue pour le début décembre. En plus de quelques pistes rustiques, la station Mont-Bellevue offrira des cours privés, semi-privés, pour débutants et pour intermédiaires. À l'école de glisse, il y aura plusieurs cours de groupe offerts selon les différents âges pour que tous et toutes puissent profiter de la joie de ces sports hivernaux. Par ailleurs, il est possible de participer au programme d'Enseignement des Sports de glisse pour le ski alpin et la planche à neige, en collaboration avec l'Association des Stations de Ski du Québec.

CARTE L'EST GO DISPONIBLE POUR UNE ANNÉE SUPPLÉMENTAIRE

Pour une deuxième année consécutive, les Cantons-de-l'Est permettent d'acheter une carte l'Est Go afin de vous permettre d'expérimenter quatre stations de ski au Québec. En achetant de deux à huit jours de ski sur la plateforme, il est possible de dévaler différentes pentes à prix réduit, que soit le Mont Sutton, le Mont-Orford, Bromont et Owl's Head. Visitez le lestgo.ca pour regarder les différentes offres.

PROFITEZ DE L'APRÈS-SKI

En ce qui concerne les endroits pour profiter de l'après-ski, il y a le *Slalom Pub* à l'intérieur du chalet du Mont-Orford qui sert des bières de microbrasserie ainsi que du chocolat chaud avec crème fouettée pour les enfants. Dans ce même ordre d'idée, tout près de la station se situe le *Burger Pub*, un endroit chaleureux et ressourçant après une expérience de glisse. Du côté du Mont Sutton, il y a le *Bar Le Tucker* qui, en

règle générale, offre une ambiance décontractée ainsi qu'une ambiance un peu plus frivole les jeudis et les vendredis. Puis, pour les personnes désireuses de savourer une délicieuse bière, il se trouve en plein cœur de la ville de Sutton deux endroits de prédilection, soit l'*Auberge Sutton Brouerie* et la *microbrasserie À l'Abordage*. En ce qui concerne l'après-ski à Bromont, c'est au Daffy Café-Bar que se trouvent des bières et des spiritueux 100 % québécois. Tandis que pour une expérience gourmande, il y a l'Edgar Hyperlodge qui permet de profiter de sa soirée jusqu'à l'aurore en sirotant une bière brassée sur place.

UNE SAISON PLUS DISPENDIEUSE ?

Bien que cette nouvelle saison en excite plus d'un, il semblerait que les amateurs de glisse devront investir un peu plus de leurs sous dans ce sport extérieur. Une augmentation de 3 % à 10 % sera de mise à certains endroits en raison de l'inflation. Cela dit, certains services offerts sur place, dont la restauration, pourraient diminuer leurs tarifs. À Bromont, Charles Désourdy, président, affirme qu'il pourrait y avoir une augmentation de 6,5 % du coût des billets journaliers. Par ailleurs, M. Désourdy explique qu'il n'a pas l'intention de réduire les heures d'ouverture ni la qualité des pistes. Pour ce faire, la station doit trouver une manière d'atténuer la hausse des coûts. De cette manière, les employés associés à la restauration ou au centre de location pourraient être redirigés vers un autre service. Le président mentionne aussi, dans une entrevue réalisée en septembre 2022, que la masse salariale du personnel aurait augmenté de près de 20 % dans les deux dernières années pour motiver les troupes déjà présentes et attirer du nouveau personnel.

Que ce soit pour s'initier au sport de glisse ou pour continuer cette pratique, soyez attentifs et attentives, la saison 2022-2023 est à nos portes.

Direction aux
ACTIVITÉS
ÉTUDIANTES

Conditions

Temps plein ou temps partiel

Emploi adapté à la réalité étudiante

Être entouré(e) d'une équipe dynamique

À partir de 19,59\$/h

Tâches

- Organiser et coordonner des activités socioculturelles et sportives.
- Soutenir les autres regroupements et associations dans l'organisation d'événements
- Coordonner et veiller aux communications du REMDUS.
- Participer à l'organisation et à la coordination des activités du Regroupement des parents aux études.

Postulez maintenant :
dg@remdus.qc.ca



Le 27^e Symposium annuel sur la psychologie du sport et de l'exercice dans l'est du Canada (ECSEPS) est une conférence dirigée par des personnes étudiantes diplômées. Cette année, l'Université de Sherbrooke accueillera le Symposium les 24 et 25 mars 2023. Cette conférence est une occasion pour la communauté étudiante et les professeurs provenant du Canada et des États-Unis intéressés par la psychologie du sport et de l'exercice de se réunir et de partager des connaissances scientifiques.

Par Raphaëlle Aygalenq

QU'EST-CE QUE L'ECSEPS ?

Fondé en 1996 par la Pr^e Natalie Durand-Bush, membre actuelle du conseil d'administration de l'Association for Applied of Sport Psychology (AASP), le ECSEPS est tenu en très haute estime par les personnes étudiantes et chercheuses de tout l'est du Canada. Le ECSEPS est reçu chaque année par une université différente et invite les participants à se connecter, à partager et à s'inspirer par le biais de présentations dirigées par des gens de la communauté étudiante sur des travaux de recherche proposés, en cours ou terminés. Les sessions de présentation, les événements sociaux et d'autres opportunités (ateliers et discussions) offrent également aux participants et aux participantes l'occasion de réseauter et de favoriser les liens dans le domaine. Le comité d'organisation, composé de jeunes de l'Université de Sherbrooke, est enthousiaste à l'idée d'accueillir l'ensemble des personnes participantes dans les locaux de la Faculté de sciences de l'activité physique, et travaille fort pour offrir une expérience exceptionnelle.

INCLUSION DES DEUX LANGUES OFFICIELLES DU CANADA

L'Université de Sherbrooke est la première université francophone à accueillir cette conférence. Par conséquent, sa mission est de promouvoir les deux langues officielles du Canada (français et anglais) en invitant plusieurs universités et professionnels francophones qui n'ont jamais participé à la conférence auparavant (ex. : l'Université Sainte-Anne, l'Université du Québec à Chicoutimi, etc.). Une expérience bilingue et de qualité à tous et à toutes est prévue, incluant également des services d'interprétation pour les deux grandes conférences. Cette approche favorisera ainsi l'inclusion des communautés scientifiques de la psychologie du sport et des sciences de l'exercice au Canada, améliorant ainsi les possibilités de réseautage et de connexion entre les professeurs et les étudiants provenant de différents horizons sans aucun souci de barrière linguistique.

SOUSSION DES RÉSUMÉS DE SES TRAVAUX

Le 1^{er} décembre marquait l'ouverture de la soumission des résumés pour les personnes participantes voulant présenter leurs travaux lors de ce weekend. Si l'expérience vous intéresse, rendez-vous sur notre site web : <https://www.ecseps.ca>. Nous sommes toujours à la recherche de commandites pour faire de cette conférence un moment d'échanges et de partage réussi. N'hésitez pas à nous contacter si vous souhaitez nous soutenir.

Restez aussi connectés sur nos médias sociaux, Twitter et Instagram... et au plaisir de vous rencontrer en mars !



L'entraînement en temps des Fêtes



Source: Canvas

Le temps des Fêtes, un moment de l'année où les habitudes de vie ne représentent en rien le reste de l'année : l'entraînement y est souvent mis sur pause, les soupers sont souvent gourmands et les résolutions approchent à grands pas.

Par Maxime Quesnel

CONGÉ D'ENTRAÎNEMENT ?

Avec les nombreuses soirées entre amis et en famille, les vacances et les jours fériés, il peut être difficile de trouver le moment de s'entraîner. Prendre une pause d'entraînement semble intéressant, mais qu'advient-il des gains obtenus si durement durant l'année ? Il faut comprendre deux aspects de l'entraînement : le repos et la réversibilité des gains. Le premier concept est essentiel pour bien récupérer et il peut être très

bénéfique de prendre quelques jours de congé, voire une semaine. Cela permettra au corps de se préparer au retour à l'entraînement. Mieux vaut planifier une pause plus courte lors des vacances que de simplement arrêter plusieurs semaines/mois en raison d'un épuisement !

Le deuxième concept fait appel aux gains : qu'advient-il d'eux lors d'une pause d'entraînement ? En ce qui concerne la masse musculaire, la science a démontré que l'inflammation diminuerait dans la première semaine, ce qui laisse croire que les gains sont perdus, mais il faut en fait environ 3 semaines d'inactivité physique afin d'amorcer la perte musculaire. En ce qui concerne le cardio, le constat est différent : la perte est plus rapide. Il peut être intéressant de diminuer le volume d'entraînement pour bien récupérer, mais un arrêt complet d'activité cardiovasculaire occasionnerait malheureusement de plus grandes pertes.

Donc, oui la pause peut être bénéfique pour récupérer, mais il faut savoir la doser !

C'EST L'HEURE DES RÉOLUTIONS : VOICI QUELQUES CONSEILS !

Qui dit nouvelle année, dit... résolutions ! Une erreur fréquente lorsque l'on se fixe des objectifs est de voir trop grand, trop rapidement. Adopter un comportement absent de nos vies ou diminuer un comportement présent doit se faire progressivement. C'est d'ailleurs ce que propose la « théorie des petits pas ». Cette approche propose d'éviter les changements radicaux en favorisant le changement graduel. Il vaut mieux commencer à courir lentement, mais pour longtemps que de courir trop rapidement et de s'essouffler avant même d'avoir eu la chance de s'améliorer et d'avoir adopté le comportement.

Le but est donc de créer une habitude agréable et graduelle plutôt que d'occasionner un signal d'alarme dans le corps. Il serait donc judicieux de déconstruire votre objectif final en plusieurs petits objectifs accessibles, ce qui permettra donc de voir une progression tout en ne brusquant pas trop votre corps et votre horaire.

CHACUN SON TOUR

Enfin, lorsque l'on veut atteindre un objectif, mieux vaut n'en privilégier qu'un. Il est déjà suffisamment difficile d'adopter un nouveau comportement, alors il est préférable de mettre plus d'efforts pour en atteindre qu'un seul plutôt que mettre peu d'efforts sur plusieurs et n'en atteindre aucun.

Sachez également qu'il est possible et normal de chuter, personne n'a dit que le changement était facile ! En revanche, ce qui importe est la réponse à la chute : est-ce qu'on se relève pour faire face aux défis ou non ?

Une fin du mois de novembre prolifique pour le Vert & Or

Les équipes du Vert & Or se sont démarquées en cette fin de mois de novembre, alors que les performances de l'équipe de natation et de cheerleading ont marqué l'attention.



NICOLAS DIONNE
Correspondant Vert & Or

Lors de sa première compétition de la saison sur la scène du Réseau du sport étudiant du Québec (RSEQ), la troupe de cheerleading du Vert & Or a terminé sur la plus haute marche du podium. Présenté par la Fédération québécoise de cheerleading, le Championnat Adrenaline Brise la glace était présenté au Centre Claude-Robillard à Montréal le 26 novembre dernier. Le Vert & Or obtient dix points au classement général. L'équipe dirigée par Érika Courtemanche profitera d'une longue pause, alors que leur prochaine compétition aura lieu le 29 janvier prochain au Palais des Congrès de Montréal.

terminer au premier rang de la compétition. Sa collègue Maoly St-Germain a quant à elle complété l'épreuve du lancer du poids en troisième position.

Du côté masculin, Antoine Lebrun continue sur sa belle saison de l'an dernier au 60 m haies, alors qu'il a terminé au premier rang de la compétition à ce chapitre. Micael Anku a lui aussi brillé en première place, cette fois-ci à l'épreuve du 600 m. Paul Molinier et Simon Paccard complètent un doublé au sommet du podium du 3 000 m.

DÉVOILEMENT DES ÉTOILES ACADÉMIQUES USPORTS

Le 23 novembre dernier, l'organisation du Vert & Or annonçait que 178 étudiants-athlètes des différentes équipes de l'UdeS avaient obtenu la mention d'Étoile académique sur la scène du sport universitaire canadien. Le Usports accorde cet honneur à tous les sportifs qui obtiennent une moyenne cumulative de 80 % dans tous les cours au courant de la dernière année scolaire.

UN NOUVEAU RECORD D'ÉQUIPE EN NATATION

Lors de la troisième compétition de natation universitaire présentée à l'Université d'Ottawa le 18 novembre dernier, un record d'équipe est tombé au relais féminin. Le quatuor sherbrookoise composé d'Ève Landry, de Cassandra Stejskal, d'Anne-Gaëlle Létourneau et d'Audrey-Anne Caron a complété son relais 4x200m style libre en 8:45. 44. Les nageuses ont par la même occasion terminé en cinquième position dans la catégorie.

Le nageur Maxime Lafleur a lui aussi connu de belles performances à Ottawa. L'étudiant de deuxième année en génie mécanique a remporté la médaille de bronze au 400 m style libre. Il a également terminé quatrième au 100 m style libre. Maxime et ses coéquipiers Clovis Marion, Simon Gaudreau et Jérémy Ferrara ont obtenu le sixième rang au classement général lors du relais 4x100m style libre. Les résultats de Maxime sont tous des records personnels.

À la suite de cette épreuve, quatre athlètes du Vert & Or ont terminé leur parcours d'étudiant-athlète : Simon Gaudreau, Adrianna Bessette, Alex Foisy et Alexia Roy.

L'ÉQUIPE D'ATHLÉTISME PERFORME BIEN SUR LE CIRCUIT CIVIL

Dans le cadre du *Martlet Open* qui s'est déroulé le 26 novembre dernier, des membres de l'Université de Sherbrooke ont dominé la piste lors de la compétition de préparation en vue de la saison intérieure. Sophie Ba, adepte du sprint, a battu son record personnel au 300 m avec un chrono de 39,80 secondes. Ce temps lui a permis de



Crédit: Yves Longpré

L'équipe de football du Vert & Or dévoile sa nouvelle cohorte de recrues



Crédit: Anne-Sophie Gobeil

Le 27 novembre dernier avait lieu la présentation de la cohorte 2023 des nouvelles recrues de l'équipe de football du Vert & Or. Des 22 recrues présentées, neuf étudiants-athlètes ont remporté le Bol d'Or avec leur programme collégial en 2022.

Organisé au Studio de création Fondation Huguette et Jean-Louis Fontaine de l'Université de Sherbrooke, l'évènement de l'équipe d'entraîneurs du Vert & Or présentait une nouvelle formule afin d'annoncer la venue de ses nouvelles recrues cette année. Les joueurs étaient en compagnie de leurs familles au moment où l'entraîneur-chef Mathieu Lecompte présentait des vidéos individuelles des faits saillants de chaque joueur devant les personnes présentes à l'évènement. Le chef d'orchestre de la formation sherbrookoise a alors commenté les qualités des joueurs recrutés avant de conclure avec une poignée de main officielle. La cérémonie mêlait le sérieux d'une conférence de presse, le tout dans une ambiance de convivialité évidente et perceptible dans la salle.

UNE COHORTE DE RECRUTEMENT MARQUANTE

Pour Mathieu Lecompte, la cohorte 2023 du Vert & Or est très importante pour son équipe. «Les joueurs qui ont décidé de poursuivre leur parcours sportif à Sherbrooke sont avant tout d'excellents individus. C'est une cohorte exceptionnelle et très importante pour notre organisation».

«Ce sont tous des jeunes particuliers et de les voir intégrer une équipe si forte à l'heure actuelle [seulement cinq départs pour la prochaine saison], ça risque d'amener de la magie au Stade dans les prochaines années».

«Le campus de l'Université de Sherbrooke, c'est un peu une ville dans une ville. Les années de pandémie ont été difficiles pour le recrutement, notamment parce que c'était difficile de vendre Sherbrooke par Zoom. On a trouvé des solutions et ça a été payant au final», exprime celui qui entame sa septième campagne comme entraîneur-chef.

DEUX NOUVEAUX QUARTS-ARRIÈRE

L'équipe sherbrookoise en a profité pour garnir le poste de quart-arrière. La venue de l'ancien des Titans du Cégep de Limoilou et transfert des Dinos de l'Université de Calgary, Pierre-Luc Michaud, a été confirmée lors de l'évènement. L'auteur de plus de 1 700 verges de gains par la voie des airs et 15 passes de touchés en 2021 étudiera en kinésiologie à l'UdeS. S'ajoute également Thomas Jean, vainqueur du Bol d'Or deux fois consécutives avec les Condors du Cégep Beauce-Appalaches. Celui qui étudiera en génie robotique a accumulé 1 870 verges et 14 passes de touchés en 2022.

Au total, c'est 22 joueurs issus de 14 cégeps différents qui porteront les couleurs du Vert & Or lors de la prochaine saison. Du côté local, notons la confirmation de Léo Roy, demi défensif pouvant également jouer comme receveur de passe, qui provient des Volontaires du Cégep de Sherbrooke. La venue de joueurs supplémentaires sera annoncée dans les prochaines semaines.

Questionné sur le processus d'embauche du prochain coordonnateur offensif et de l'entraîneur de la ligne à l'attaque, l'entraîneur-chef a confirmé qu'une annonce officielle sera faite dans les prochains jours ou dans les prochaines semaines.

Section Sport et Bien-être

BILAN 2022 : UNE COOP-VÉLO DE PLUS EN PLUS PRÉSENTE

Les dernières années ont été très houleuses pour la petite coopérative, notamment en raison de deux déménagements, du départ de nombreuses personnes étudiantes responsables et d'une certaine pandémie mondiale. Ayant pour seul capitaine Yoann Anselmetti, la coopérative de vélo a pu naviguer dans cette longue traversée pour se renouveler en La Déraïlle.

Par Charles Gauthier

L'année 2022 sera marquante, tant pour le déplacement actif, que pour la vélo-sphère, que pour la jeune coopérative de vélo La Déraïlle. Près de 120 nouveaux membres actifs : c'est la meilleure année d'augmentation du « membership », outre l'année de la fondation de la coopérative de vélo, en 2013. Comptant près de 900 membres, la coopérative est devenue un organisme représentatif de la communauté-vélo de l'Université de Sherbrooke (UdeS) de même que pour la population sherbrookoise.

DES CLINIQUES-VÉLO MULTIPLES DANS LA COMMUNAUTÉ

Il était coutume de voir régulièrement la coopérative La Déraïlle sortir de ses locaux pour offrir à la communauté universitaire ses expertises-vélos ainsi que ses conseils pour la circulation urbaine. Cette année a vu la jeune coopérative prendre la « roue » du pèlerin. Pas moins d'une douzaine de cliniques-vélo ont eu lieu pendant toute l'année dans diverses institutions et de nombreux quartiers sherbrookoises. Plus qu'un organisme étudiant, la coopérative La Déraïlle a pu, grâce à ses nombreuses cliniques-vélo, se faire reconnaître comme lieu de formation, mais aussi comme communauté d'expertise.

Les trois dernières années de l'expérimenté Yoann Anselmetti auront été un baume et une injection vive d'expériences. Cette présidence, la plus longue à La Déraïlle, en provenance de France aura permis à la coopérative d'atteindre et de développer son réseau de liens avec la communauté sherbrookoise.

UNE EXPERTISE, DIVERS EXPERTS

Au noyau grandissant se sont ajoutées des couches d'expertises dans l'organisation des activités régulières de la coopérative de vélo avec Éric Demers, Hugues Dupuis et Jonathan Carpentier, étudiants et stagiaires réguliers ainsi que quatre étudiantes qui auront aidé à compléter les permanences-ateliers.

Même si le Campus Durable et le Service de la Vie étudiante déploient de nombreux efforts pour l'avènement d'une plus grande participation étudiante, même la coopérative La Déraïlle a fait chou blanc avec l'ouverture de trois emplois étudiants rémunérés et deux entrevues non concluantes. Par ailleurs, à l'automne 2022, la coop-vélo a ajouté sa touche aux divers comités municipaux (la STS, la CEM et le conseil de ville de Sherbrooke).

DES PROJETS ET UNE ANNÉE MARQUANTE !

En 2023, nous verrons peut-être le retour des apéros-vélo fondés par monsieur Anselmetti. D'un autre côté, les sujets ne manquent pas dans la vélo-sphère. L'hiver, c'est bien le meilleur moment pour concevoir quelques tournées vélo touristiques, car il s'agit de la meilleure façon de rencontrer la communauté. De plus, 2023 sera la 10^e année d'activités de la jeune coopérative de vélo La Déraïlle !

LES PERSONNES VÉLOS-NAVETTEUSES : DE PLUS EN PLUS AVANTAGÉES SUR LE CAMPUS

De plus en plus d'organismes de la communauté universitaire s'unissent pour offrir divers services à la communauté utilisatrice-vélo. Pour plus d'informations ou pour devenir membre actif, voyez laderaille.ca ou passez à l'atelier, ouvert encore pour quelques jours, sur nos heures d'ouverture.



Source: Canvas

Offrandes de Noël

Chaque année, il peut être difficile de trouver le bon cadeau à offrir pour le temps des Fêtes. Ce casse-tête peut être source de stress et même d'inquiétudes en contexte de situation financière précaire. C'est pourquoi il peut être pertinent de revoir notre apport à cette fête mercantile ainsi que notre vision des offrandes possibles.

Par Bianca Lahaye

TEMPS DE QUALITÉ

Au lieu d'offrir un cadeau concret et matériel, quoi de plus simple que d'offrir du temps de qualité ? Le temps des Fêtes est une occasion spéciale à partager en famille ou entre amis. C'est un précieux moment où l'on décide de se réunir et de célébrer l'année que nous avons parcourue. Bien évidemment, cela peut varier d'un contexte à l'autre, d'une famille à l'autre. Quoiqu'il en soit, une écoute active et une qualité de présence sont deux ressources à ne pas négliger comme offrande de Noël. Sans oublier les moments de qualité créés en assistant à un spectacle ou en faisant une sortie quelconque qui plaira à l'autre personne.

LES SERVICES RENDUS

Offrir des services est aussi un autre moyen de faire plaisir à quelqu'un. Cela peut être un lavage complet d'une voiture, ou même un massage. Une autre option peut résider dans la concoction d'un souper pour une personne qui nous est chère. De plus, il peut être pertinent de demander directement à la personne ce qu'elle aimerait recevoir comme service. Ne reste plus qu'à orchestrer le tout !

IDÉES FABRIQUÉES À LA MAIN

Par ailleurs, le temps des Fêtes est un excellent moment pour se mettre à la création de cadeaux originaux. Nul besoin de détenir un baccalauréat en arts plastiques, il suffit de trouver une idée de création unique dans laquelle nous avons envie d'investir temps et patience. Cela peut être un dessin, une peinture, voire quelque chose de tricoté. Au final, l'essentiel derrière cette invention est l'intention.

IDÉES GOURMANDES

Une autre idée à laquelle nous ne pensons pas toujours est de donner des plats ou des desserts préparés. Il peut s'agir de desserts sucrés pour celles et ceux ayant la dent sucrée ou même des desserts fruités. Durant le temps des Fêtes, les beurres aux pommes ou les confitures sont les bienvenus et peuvent faire office de cadeaux d'invités. En parallèle, créer un panier d'offrandes à se mettre sous la dent est aussi une idée de mélanger créativité et cadeau.

EMBALLAGES ÉCORESPONSABLES

En ce qui concerne les emballages, plusieurs solutions existent, dont les emballages en papier ou les emballages en papier kraft. Il suffit d'enjoliver le papier à l'aide de ficelle et même de dessins. Par ailleurs, réutiliser de vieux journaux est une belle alternative, en plus de vous désencombrer de papiers inutiles. Finalement, depuis quelques années, la technique japonaise *Yotsu Musubi* est de plus en plus populaire. Elle est simple, efficace et amusante. Cela nécessite de trouver des tissus comme des serviettes ou des vêtements et d'emballer vos cadeaux en remplissant les coins des morceaux choisis et d'y faire des nœuds pour que ce soit serré.

Ceci dit, il existe une myriade d'idées cadeaux à offrir, bonnes pour le bien-être et le portefeuille !